

Lindenholt Leeft

Info-magazine voor alle inwoners van Lindenholt - 5^e jaargang nummer 4 - augustus 2014

Wijkverpleging Lindenholt



**En verder: Draaiom straat van de week - Arjan Kropman
Politiekids - Boerderij De Eikenhorst - Mondial College**

Colofon

Lindenholt Leeft is een onafhankelijk magazine voor het stadsdeel Lindenholt. Het verschijnt zes keer per jaar. Het blad wordt gratis verspreid.

Lindenholt Leeft is mede mogelijk gemaakt door de gemeente Nijmegen. Er is een bijdrage verkregen uit het 'budget wijkactiviteiten/bewonersinitiatieven van de gemeente Nijmegen en het Rijk'

Adres

Heeskesacker 1203
6546 JD Nijmegen
Telefoon: 06 51 17 12 17
E-mail: info@lindenholtleeft.nl
Internet: www.lindenholtleeft.nl

Redactie

Gerard van Bruggen (hoofredacteur)
Jan ten Dam
Mieke Jasper
Victoria Lammerinks-Montis
Vera Bosch
Theo Vermeer

Tekstadviezen en -correcties

Ingeborg Hakstege
Gon van der Werff

Foto's

Peter de Jong (www.3pfotografie.nl)
Jacqueline van den Boom
(www.jvandenboom.com) en anderen

Vormgeving

Gerard van Bruggen
Ton van der Wielen
René van Berlo

Correspondenten

Gerard van Bruggen (Heeskesacker, de Meeuwse Acker), Ronald Gerrits (de Wellenkamp), Martin Koning (de Hoefkamp), Victoria Lammerinks-Montis (de Gildekamp), Marja van Megen (de Kluijskamp), Willem van Megen (de Kluijskamp), Patrick van Schijndel (de Steekse Acker), Gemma Sanders (de Steekse Acker), Henk Staal (Holtgesbroek), Ellen Timmermans (Hegdambroek), Geert Willemse (de Voorstenkamp)

Drukwerk

Drukkerij Hendrix
Oplage: 7500 stuks

Bezorging

Op alle adressen in Lindenholt met uitzondering van de adressen met een NEE-NEE-sticker door Axender Cuijk. Klachten over bezorging: telefoon (0485) 31 90 50 of e-mail: wil.rikken@axender.nl

Volgend nummer

Kopijsluiting: zondag 28 september 2014
Verspreiding: woensdag 22 oktober 2014

Foto voorpagina

De medewerkers van ZZG zorggroep, wijkteam Lindenholt (Foto: ZZG zorggroep)

EEN DRAADJE EN EEN PRAATJE

Dit staat boven een berichtje dat het seniorennetwerk SWON heeft verstuurd via Twitter.

De Swon vertelt hierin dat zij in de vakantie maanden juli en augustus een soort handwerkcafé gaat organiseren in de Borgerenzaal van het Oud Burgeren Gasthuis. Handwerken... dus breien, haken, punnikken, borduren enz. Maar hierbij wordt óók gezegd dat eenieder van harte welkom is, wél of geen 'handwerkfan'! Van 14.30 uur tot 16.30 uur en er zijn géén kosten aan verbonden. Dat laatste is helemaal geweldig, toch!

Maar het Oud Burgeren Gasthuis staat in Nijmegen-oost! Ik woon in Lindenholt! En een eigen auto kunnen rijden is niet voor iedereen een vanzelfsprekend feit.

Maar zou er dan in Lindenholt een handwerk-café 'opgericht' kunnen worden, bijvoorbeeld in het Wijkatelier in De Zellersacker/Horstacker?

Handwerken is niet altijd als een vrijetijdsactiviteit gezien. Lange tijd is het een onderdeel van het dagelijks leven geweest. Deze handvaardigheid is toen gebruikt voor het maken/verstellen van kleding en het verfraaien van tafel-, linnen- en beddegoed.

Deze functie heeft het nu niet meer. Handwerken is nu een vrije tijdsbesteding, waaraan menig een veel plezier aan beleeft. Voorbeeld: bij een 'koffie-afpraak' worden eerst de voorberendingen van het breiwerk besproken en als de

Een handwerk-café in het Wijkatelier? DOEN!

koffie klaar is gaat men, tijdens het breien van 'n penntje' over tot het bespreken van meer 'wereldse zaken': de kinderen, het weer, de winkelprijzen, etc.

Waarom ?

Allereerst: je HOEFT NIET te handwerken. Gezellig 'n kopje koffie komen drinken en andere mensen ontmoeten is het belangrijkste wat er is!

Maar dan nu voor de liefhebbers van het handwerken:

Veel mensen hebben de handwerktechnieken nog geleerd van hun moeder en ook nog tijdens de handwerklessen op de lagere school of op de huishoudschool.

Een aantal van ons kennen al deze technieken nog heel goed en vinden het leuk om aan kennisoverdracht te doen.

Anderen zijn juist een aantal technieken vergeten en stellen een dergelijke workshop zeer op prijs.

Overwogen zou kunnen worden om gezamenlijk een groot handwerkproject 'onder handen te gaan nemen'.

Waarom IK deze oproep voor een handwerk-café schrijf ? Omdat ik héél graag handwerk!

Zie bijgevoegde foto!



Van restjes wol heb ik 3 draden gehaakt; hiervan ga ik een das BREIEN! Op naald nr. 20, spannend!

Dit berichtje is een oproep voor alle creatievelingen onder ons; wie vindt het leuk om in een groepje creatief bezig te zijn. Ik ben heel benieuwd naar ideeën.

E-mail: jvandenbergs@outlook.com
Telefoon: 024 3785096

Tekst en foto: Jacqueline Langenhuyzen

Rijbewijskeuring
€ 25,--

Elke donderdag op afspraak
tussen 15.00 en 17.00 uur
(andere dagen in overleg mogelijk)

Wat moet u meenemen:

- *Eigen verklaring met Geneeskundig verslag (te verkrijgen op het gemeentehuis thuis alvast invullen)
- *Schoon potje met urine
- *Medicatielijst
- *Eventueel bril of contactlenzen
- *Uw huidige rijbewijs



P.J.T. Pulles, huisarts
Kanunnik Boenenstraat 8
6525 WJ Nijmegen
024-3552339
www.mcbrakkenstein.nl
info@mcbrakkenstein.nl

In dit nummer



Wijkteam ZZG 14



Arjan Kropman 20



De Eikenhorst 7



Mondial College 13



Shanti Hellegers
Chamin Panapala

De straat van de week

4



Politiekids 12

En verder...

Lindholt doet een bakkie	8
Muziek, een deel van mijn leven	9
Poort van Neerbosch	10
Dag van Lindenholt	16
Blijvend fit	19
Pauls eetclub	19
Snijbonen worden heel lang	21
Wijkatelier Lindenholt	22
Parochienieuws	24
Wereldwinkel	26
Stichting Koprol	27
Wijknieuws	29
Jongerenwerk	31
Kidsworld	
Open dag De Inloop	35
Agenda wijkcentra	37



Draaiom

In de driehoek tussen de Wijchenseweg, Zwanenstraat en de Westkanaaldijk in de wijk *De Kamp* is in juni 2009 begonnen met de bouw van *De MaasWaal*. De 115 appartementen in dit complex zijn verdeeld over vijf gebouwen: vier gebouwen met 71 woningen zijn van WoonGenoot en woontoren *De Aak* met 44 woningen is van Standvast Wonen. De bouwvergunning is op 19 december 2008 verleend. De ontsluiting voor autoverkeer loopt via de Wijchenseweg en de Westkanaaldijk.

In verband met de bouw van dit complex heeft de gemeenteraad op 19 november 2008 de straatnaamgeving aangepast (raadsvoorstel 179/2008). Voor het laatste gedeelte van de Zwanenstraat en het aangrenzende driehoekige terrein inclusief bebouwing is de naam *Draaiom* (zonder lidwoord) vastgesteld. De *Draaiom* begint bij de Westkanaaldijk en eindigt bij de Zwanenstraat.

De doorgang tussen het terrein en de Kluijskamp is voor autoverkeer afgesloten. Het (brom)fietspad maakt deel uit van de *Draaiom*. De straatnaamborden zijn echter aan de verkeerde lantaarnpaal bevestigd waardoor ten onrechte de indruk wordt gewekt dat het pad tot de Zwanenstraat behoort.

In verband met de vindbaarheid mocht de naamgeving in geen geval aansluiten bij de naamgeving in de buurt *de Kluijskamp*. Of de *Draaiom* wel/niet tot deze buurt gerekend moet worden, is niet helemaal duide-

lijk. De exacte begrenzing van de buurten in Lindenholt is nooit formeel vastgesteld. Het brondocument dat is ingeschreven in het adressenregister bevat geen informatie over de geometrie van deze openbare ruimten van het type 'administratief gebied'. Wel staat vast dat de openbare ruimte van het type 'weg' met de naam *Draaiom* in de wijk *De Kamp* in het stadsdeel *Lindenholt* ligt.

De naam *Den Draaiom* stond reeds vermeld op het minuutplan uit 1822 van de kadastrale gemeente Neerbosch, Sectie C: den Heikant (één Blad), bij perceel nr. 141 met huis en erf aan de Groote Weg van Grave naar Nymegen (St. Teunismolenweg). De *Draaiom* lag ten zuiden van de spoorlijn 's-Hertogenbosch - Nijmegen (geopend in 1881) en ten oosten van het Maas-Waalkanaal (geopend in 1927). De oorspronkelijke locatie ligt nu in de wijk *Goffert* in het stadsdeel *Nijmegen-Midden* in de kadastrale gemeente Hatert, sectie F.

Het terrein aan het einde van de St. Teunismolenweg was in de 20e eeuw in gebruik als woonwagenkamp en voor de opslag van gas. Het woonwagenkamp verhuisde in 1967 naar de Teersdijk en de gashouder werd na de overgang op aardgas gesloopt. De *Draaiom* wordt of werd bij NUON gebruikt als benaming voor een transformatorhuisje. Op de gevel van dit pand aan de St. Teunismolenweg zit het huisnummer 60. Het Digitaal Gebouwendossier meldt: '*Geen vergunningen gevonden voor dit gebouw*'. In de Basisregistraties adressen en gebouwen (BAG) zijn het pand en het verblijf-object onvindbaar.

De naam *draaiom* of *draaiwinde* is een volksnaam voor de *haagwinde* (*Calystegia sepium*). Het is alleszins aannemelijk dat deze plant die naar het licht toe groeit, hier in het verleden op grote schaal voorkwam. De plant vraagt een natte tot vochtige, voedselrijke grond waar flink wat zonlicht komt.

In 2008 heeft de gemeenteraad de naam *Draaiom* (zonder lidwoord) vastgesteld voor een openbare ruimte die hemelsbreed nog geen 500 meter verwijderd ligt van de oorspronkelijke locatie van *De Draaiom* (met lidwoord), maar wel aan de andere kant van het Maas-Waalkanaal in een andere wijk en een ander stadsdeel. In raadsvoorstel 179/2008 is hiervoor onder meer het volgende argument aangevoerd: '*Komend vanuit het centrum moet vanaf de Wijchenseweg worden omgedraaid om dit terrein te bereiken; om het terrein te verlaten moet (opnieuw) worden gekeerd.*'

De ontsluitingsroute loopt vanaf de Wijchenseweg (naast *The Matrixx*) naar de Westkanaaldijk en vandaar onder de Graafsebrug door naar de *Draaiom*. Dit traject van circa 300 meter is niet bij de naamgeving betrokken. De bewegwijzering laat aan duidelijkheid te wensen over.

Het gedeelte aan de zuidzijde van de Wijchenseweg heeft geen naam en/of is niet voorzien van straatnaamborden. *Zwanenhals* zou een toepasselijke naam zijn voor dit weggedeelte.

Tekst: Rob Essers



Michiel van de Loo en Rob Essers

De straat wordt gedomineerd door wooncomplex *De MaasWaal* pal aan het Maas-Waalkanaal. Het complex bestaat uit vijf gebouwen, waarvan er vier door woningbouwvereniging *Woongenoot* verhuurd worden en de wohntoren is van *Standvast*, die de appartementen deels verkocht en voor het andere deel verhuurd heeft. Te midden van die gebouwen ligt een fraai aangelegd plein. De huren variëren er van 650 tot zo'n 1000 euro.

Wim en Hetty Huveneers

We zijn te gast bij Wim en Hetty Huveneers, beide zestigers, en Wim zit vanaf het moment dat ze hier kwamen wonen, nu drie jaar geleden, in de bewonerscommissie. 'We zijn allebei geboren en getogen in Nijmegen-Oost. Toen we in 1972 trouwden en de koopwoningen hier in de stad nauwelijks op te brengen waren, zijn we in Leuth gaan wonen. Daarna zestien jaar in de Weezenhof, waar onze twee zonen geboren zijn, toen twintig jaar in Beuningen en uiteindelijk via via hier terecht gekomen. In de bewonerscommissie waren we eerst met tien mensen, waarvan er nu nog zes over zijn en dat is in principe genoeg.'

Gerrie Willems

Gerrie Willems is bijna aan haar AOW toe. Ze groeide op aan de Nieuwe Mollenhutseweg in de Hatertse Hei, en toen ze in 1970 trouwde, betrok ze daar aanvankelijk een flatje. Ze verhuisde naar de maisonnettes in Malvert, maar kreeg daar de schrik van haar leven toen ze zag hoe haar dochtertje bij het eendjes voeren het water in kukelde en bijna verdrinkte. 'Ik wilde er na die ervaring meteen weg en we kwamen in Tolhuis terecht. Daar kon mijn man niet aarden, veel jonge gezinnen, een hoop krijsende kinderen, weinig rust dus en dat bood de Weezenhof wel. Maar ook daar zijn we weer vertrokken en hebben daarna 23 jaar lang in Beuningen gewoond. Toen ik deze locatie zag, was ik er meteen weg van. Het was wel even wennen, als je uit de vertrouwde omgeving van een dorp als Beuningen komt.'

Marion en John

Marion van Bergen is getrouwd met John Burgers. John had vroeger in de Molenpoortpassa-



Vlnr. Koos Vaessen, Gerrie Willems, Hetty Huveneers, Wim Huveneers, Willy Vaessen, Marion van Bergen en John Burgers.

ge een winkel in oosterse tapijten, maar zorgde de laatste 25 jaar van zijn werkzame leven er bij de gemeente Nijmegen mede voor dat alles in de Stadswinkel op rolletjes verliep. Zij hebben een appartement gekocht in het wooncomplex. Marion: 'Toen we trouwden, in 1969 voor de wet, een jaar later voor het bed, kregen we een huurhuis in Neerbosch aan de Cimbaalstraat, en daarna een woning in Wijchen, want in Nijmegen waren koopwoningen niet te betalen toentertijd. In Wijchen woonden we erg leuk en gezellig aan een woonerf met veel jonge gezinnen. Via Lindenholt zijn we in de Weezenhof beland, maar we moesten het daar om gezondheidsredenen weer verkopen. Ik lijdt aan een vrij zeldzame bindweefselziekte, waardoor mijn ledematen heel buigzaam zijn en mijn botten niet goed bij elkaar gehouden worden. We hadden drie kinderen en dan is het draaien van een huishouden een vorm van topsport.

We hebben een aangepaste woning hier en onze woonwens aan het water is hier volledig ingelost.'

Koos Vaessen

De wieg van Koos Vaessen stond enkele jaren voor het uitbreken van de Tweede Wereldoorlog in Nijmegen-Oost, aan de Mozartstraat. Toen hij elf was, verhuisde het gezin naar de Van Broeckhuysenstraat. Zijn opa was ooit met de verkoop van *Pfaff* naaimachines begonnen en Koos trad in zijn voetsporen. 'Vroeger wilde ik eigenlijk pater of broeder worden totdat ik op vakantie in Oostenrijk Willy tegenkwam. We zijn nu volgend jaar vijftig jaar getrouwd. Ons eerste huis stond in Neerbosch, de Serenadestraat. We waren daar toen de eerste bewoners en moesten er 37.500 gulden voor neertellen. Daar hebben we met veel plezier gewoond. Voor de zaak moesten we toen naar Venlo ver-

kassen. Ik vond het er vreselijk. De roots van mijn vader lagen daar, maar ik had er helemaal niks mee. In het weekend hoorde je alleen maar Duits. We waren blij toen we na twee jaar weer terug konden en kozen ook nu weer voor Neerbosch-Oost, de Triangelstraat. Ik ben ook al 45 jaar lid van het zangkoor daar en was ook altijd betrokken bij parochie *De Goede Herder*. We hebben er vier kinderen gekregen die allemaal goed terecht gekomen zijn. Zes jaar geleden begon ik echter te sukkelen met de gezondheid. We hadden een grote tuin, maar ik kon dat niet meer aan. De kinderen hebben er toen op aangedrongen het huis te verkopen en uit te kijken naar een appartement. Daar had ik eerst niet zoveel zin in, maar toen kwam dit hier ineens in beeld. Samen met onze dochter zijn we gaan kijken en nu wonen we dus hier. Ik had liever zicht op het water gehad, maar we zijn dik tevreden met ons balkon wat uitkijkt op de Zwanenstraat. Het moeilijkst vond ik nog om afstand te moeten doen van allerlei spulletjes die ik door de jaren heen verzameld had en die opgeslagen lagen in twee garages. Ik kan niks weggooien. Meters boeken heb ik met pijn in het hart de deur uit moeten doen.'

Nieuwsbrief

Het MaasWaal Complex bestaat uit 144 appartementen, en er wonen in totaal 230 mensen. De verschillende gebouwen hebben namen gekregen die afgeleid zijn uit de scheepvaart: de Damlooper, de Ever, de Clipper, de Balant en de hoogste heet de Aak. Op een steenworp afstand bevindt zich het winkelcentrum Dukenburg, voor de woonboulevard hoeven ze de Wijchenseweg maar over te steken en ook het tuincentrum of café 't Zwaantje aan de St. Agnetenweg liggen binnen bereik. We praatten op de Draaiom vooral met senioren, maar dat is qua leeftijd geen juiste vertegenwoordiging van de mensen die er wonen. Acht procent is 65 jaar of ouder, rond de vijftig jaar ongeveer hetzelfde percentage. Er is een heel grote groep van twintigers, veel stelletjes, maar weinig kinderen en een actieve bewonerscommissie.

Wim: 'Er wordt een vrijwillige contributie van 10 euro per jaar per appartement gevraagd, en daar doet bijna iedereen aan mee. Dat geld gebruiken we bijvoorbeeld voor de aankleding van het plein. Daar wordt veel gebruik van gemaakt. We brengen ook vier keer per jaar een nieuwsbrief uit. Vergaderen met alle bewoners doen we één keer per jaar. Zo ook met de beide verhuurders, maar ook met de wijkagent, de gemeente, het wijkbeheer en de uitvoerders zitten we jaarlijks rond de tafel.'

Omdat het leek alsof de gemeente bij het groenonderhoud Draaiom vergeten was, heb-



ben de bewoners dit bij de gemeente aangekaart. Wim: 'het gras stond op sommige plekken meer dan een meter hoog, de mensen op de begane grond konden nauwelijks meer naar buiten kijken, omdat het maar twee keer per jaar werd gemaaid. We hebben een heel goed contact met de gemeente. Van hen kregen we ook tweeduizend plantjes, die we gezamenlijk aan de drie ingangen van het complex hebben gepoot. In het kader van de burgerparticipatie onderhouden we die nu zelf met materiaal die de gemeente ons beschikbaar heeft gesteld.'

Ambtenaren van de gemeente wisten echter Draaiom twintig jaar geleden feilloos te vinden, toen ze daar jarenlang illegaal verontreinigde grond opsloegen. De zogenaamde *vuile grondaffaire* haalde de landelijke dagbladen en het kwam de toenmalige burgemeester Ed D'Hondt op veel kritiek te staan. B&W leken toentertijd geen regie te kunnen voeren over hun eigen ambtenaren, die precies deden waar ze zelf zin in hadden.

Sinds kort zijn er bij het complex twee ondergrondse restafvalcontainers geplaatst. Wim: 'De gemeente vond ze eerst te duur. Opnieuw aangevraagd, wéér afgewezen en daarop wethouder Turgay Tankir uitgenodigd om eens te komen kijken. Hij woont hier vlakbij en zag meteen de noodzaak van die containers in en hij wist er uiteindelijk toch nog een potje voor te vinden. We zijn hem daar erg erkentelijk voor.'

Matrixx

Het uitzicht vanaf de Aak, het hoogste punt in Draaiom, is zeer de moeite waard. Je kijkt er voorbij de brug van Ewijk. Dan valt ook het vele groen op in de directe omgeving. Dat heeft ook zijn aantrekkingskracht op figuren die er illegale praktijken op na houden en bijvoorbeeld dealen. Sommige bewoners zijn hier heel scherp op en noteren elk nummerbord van de

auto's die daarbij betrokken zijn. Het viaduct, waar je onderdoor komt wanneer je van de Wijchenseweg Draaiom inrijdt, is soms een populaire hangplek. Gerrie: 'Een enkele keer schelden ze wel eens, leuk is anders, maar bang ben ik er niet van. Het zijn in ieder geval géén jongeren die hier wonen.' John: 'In het aller-eerste begin hingen hier ook nog geen camera's, dus waren er regelmatig diefstallen uit de garages en de auto's, en is er ook eens een scooter gestolen, maar dat is nu gelukkig voorbij.'

Ook in de directe nabijheid van Draaiom bevinden zich een vestiging van McDonalds en de Matrixx. De eerste veroorzaakt zwerfafval wat door bewoners van het MaasWaalcomplex wordt opgeruimd. 'Vaak twee volle vuilniszakken per week.' Van de Matrixx wordt geen last ondervonden. 'Heel af en toe hoor ik de basen dreunen.' Met de eigenaars, maar ook met de wijkagent zijn goede afspraken gemaakt. De Matrixx wordt nu verkocht en het is nog onduidelijk wat er precies mee gaat gebeuren.

De bewonerscommissie heeft in korte tijd veel gerealiseerd. Wim: 'Jaarlijks nodigen we de bewoners uit voor een Kerstborrel. We wilden ook nog rond het WK kijken of we gezamenlijk iets konden doen, maar daar was te weinig animo voor. De jongeren trekken dan toch liever naar de stad.' Een nieuw plan is om alle creatieve geesten van het complex bij elkaar te brengen met het idee samen iets moois te creëren. En artistiek talent loopt er genoeg rond, alleen al in deze groep wordt er geschilderd, kralen geregen en Koos treedt met zijn trekzak regelmatig op in allerlei verpleegtehuizen.

Ze wonen allemaal nog maar kort aan de Draaiom, maar lang genoeg om te weten dat het ze prima bevalt en verhuizen geen optie is.

Tekst: Michiel van de Loo

Foto's: Dave van Brenk

Boerderij De Eikenhorst nu ook met Theehuis!

Theehuis & Boerenspel 'De Eikenhorst' is een echte aanwinst voor de regio. Mooi gelegen op de Staddijk nr.1 aan het Wijchense Ven tussen De Berendonck en de Overasseltse en Hatertse Vennen is deze boerderij een prima pleisterplaats.

In het bijzonder voor wandelaars en fietsers en straks misschien schaatsers.

We spraken met eigenaars Edwin en Sandra Sengers over de interessante historie van de boerderij, de restauratie en de verwezenlijking van het fraaie theehuis. Ze hebben een droom werkelijkheid laten worden!

Geschiedenis

Boerderij De Eikenhorst kent een rijke geschiedenis. Edwin is de vierde generatie Sengers, die hier boert. Petje Sengers is hier met zijn gezin (hij had 13 kinderen) in 1900 neergestreken vanuit Hernen. Hij pachtte grond en boerderij van het Oud Burgeren Gasthuis (OBG) te Nijmegen.

Later zorgde gedeeltelijk onteigening, vanwege de aanleg van de A73, ervoor dat het land doorsneden werd. Tevens werd de gemeentegrens verlegd, waardoor zonder te verhuizen De Eikenhorst Wijchens grondgebied werd. Bijna 22 ha van de toen aanwezige 35 ha werd onteigend en is omgezet in snelweg en sportpark. Daardoor is nog maar een beperkt deel, ca 13 ha voornamelijk grasland, voor de 100 aanwezige melkkoeien aanwezig.

Vroeger was het een gemengd bedrijf met akkerbouw, rundvee, varkens en kippen. Verbouwd werd er toen onder meer rogge, maïs en aardappelen. Met de tractor ging men dan de stad in om bij klanten zakken aardappelen op de nek thuis te brengen als wintervoorraad.

Zijn vader en moeder werken nog steeds met grote regelmaat mee op het bedrijf. In 2006 nam Edwin het bedrijf over van zijn ouders. Edwin woont er met zijn vrouw Sandra en hun 3 kinderen. Sinds 2007 is hij fulltime agrarisch ondernemer/melkveehouder. Voor die tijd was hij elf jaar lang voorlichter in de diervoeding. Sandra werkt in Oss als dierenartsassistente bij een landbouwhuisdierenpraktijk voor koeien en geiten. In 2010 hebben Edwin en Sandra uiteindelijk De Eikenhorst met gebouwen en landbouwgrond in zijn geheel kunnen kopen van het OBG.

Restauratie

Twee vervallen boerenschuren, daterend uit 1726, zijn volledig gerestaureerd. Bij het theehuis is een groot terras aangelegd met uitzicht



Edwin en Sandra Sengers

op het Wijchense Ven. Een paar grote kunstkoeien kijken je vriendelijk aan.

Het plan om de oude schuren met de originele, eikenhouten draag- en stutbalkenconstructies, met de originele stenen, afgebikt en hergebruikt, te restaureren dateerde al van voor 2000. Edwin hakte met succes de knoop door en koos er voor om zijn familietraditie (ruim honderd jaar boerenbedrijf) voort te zetten op deze schitterende locatie, nu annex theehuis. Liever dan zich elders te vestigen op een ander boerenbedrijf. Edwin: 'Veel dank zijn wij verschuldigd aan aannemersbedrijf Frank Lemmers uit Niftrik, die in een half jaar tijd heel veel werk heeft verzet. De bouwtechnisch stevige restauratie-opdracht is door hem schitterend uitgevoerd. Geen standaardwerk, maar voortdurend passen en meten voor een prima resultaat.'

Wandelaars en fietsers hebben het al helemaal ontdekt. Edwin en Sandra organiseren familiedagen en bedrijfsuitjes met diverse boerenspelletjes zoals voetbalgolfen of boerenbowlen. En na afloop natuurlijk lekker eten van de barbecue of het buffet of gebruik maken van een echte boerenlunch.

Verder is er een fietsen- en paardenstalling aanwezig (voor het opladen van elektrische fietsen is er een aansluitpunt).

Zaterdags en zondags is het Theehuis geopend van 9.00 tot 16.30 uur.

Adres: Theehuis en Boerenspelletjes 'De Eikenhorst', Boerderij de Eikenhorst, Staddijk 1, 6603 LM Wijchen. Tel.: 024-641 89 22 . Mob.: 06-107 129 82

Meer info: www.eikenhorstwijchen.nl

Tekst en foto's: Theo Vermeer





Lange apen

We zouden er met zijn drietjes een paar dagen tussenuit gaan: Kind2, Kind4 en ik. Omdat Maartje en Tom onpasselijk worden van kunst en cultuur drongen ze aan op het thema zon en zee. Zelf voegde ik daar schielijk nog een derde z aan toe, die van zuinig. Lang leve internet, alhoewel: de bestemmingen waar je voor een paar tientjes naartoe kunt, vallen allemaal in de categorie 'nooit van gehoord' en vergen dus toch nog heel wat diepteonderzoek. Zo konden we naar Lappeenranta, wat niet in India bleek te liggen maar in Finland, waarmee de kansen op strandweer zo'n beetje nihil werden. Een andere optie was Knock West waar je vast heel veilig bent, maar vóór je het weet word je daar – al dan niet per ongeluk – toch bewusteloos geslagen en ben je het lijdend voorwerp van een tocht tegen zinloos geweld. Laat maar zitten.

En toen was daar Pescara: halverwege Italië (zon), aan de Adriatische kust (zee) en kiloknaller bij RyanAir (zuinig). De stad werd in 1968 voor het laatst bezocht door buitenstaanders: mijn ouders waren er tijdens hun eerste buitenlandse reis, maar hebben dat om onduidelijke redenen altijd stil gehouden voor hun nageslacht. In de 46 jaren die daarna verstreken, leidden de Pescaraanen een anoniem bestaan in de toeristische kantlijn. Tot ineens de Nederlandse delegatie van drie arriveerde. De voltallige lokale bevolking – ruim 120.000 mensen – was hartelijk, behulpzaam en bijzonder praatziek. Dat laatste had overigens geen enkele zin, want ik spreek alles bij elkaar twintig woorden Italiaans waarvan en tien Spaans zijn en Maartje en Tom komen niet verder dan pizza, pasta en Prego (met hoofdletter, want zo heet de pizzeria bij ons om de hoek).

Tijdens de gesprekken die geen gesprekken waren, viel ons één ding op: de gemiddelde Pescaraan is niet erg groot. Zelfs de grote Pescaraan is niet zo groot. Ze zijn eigenlijk allemaal gewoon heel klein. Dus al die Italiaanse nekjes bogen naar achteren als ze ons zagen aankomen. Om het eindpunt van die twee 'best grote' vrouwen en die enorme blonde mannenreus te zien, ongeveer 170 en 185 centimeter hoog in de lucht. We waren een doorlopende voorstelling, waar we ook kwamen. Ik snap dat wel hoor, ik kijk zelf ook graag aapjes, maar het voelt toch anders als je zelf de aap bent. Eenmaal terug op Hollandse bodem transformeerde onze verschijning naar 'niets bijzonders'; gewoon een moeder met haar kinderen. Heerlijk, die onopvallende middelmatigheid!

Ingeborg Hakstege

(Foto: Peter de Jong)

LINDENHOLT doet een bakkie

BURENDAG zondag 28 SEPTEMBER 2014

Wie doet er mee?

Op 21 september 2013 kwamen bekenden en onbekenden op zes locaties in Lindenholt bij elkaar voor een hapje, een drankje en een praatje. Achterliggend idee: als je als burens iets voor elkaar wilt betekenen, is het fijn als je elkaar een beetje kent. Het weer was goed, het was overal erg gezellig en het leverde ook nog mooie dingen op.

Buren bellen nu wat vaker bij elkaar aan, laten elkaars hond uit of durven te vragen of iemand een keer mee wil rijden naar het ziekenhuis. Zo eenvoudig kan het zijn.



De werkgroep burendag hoopt dat het gaat werken als een olievlek: elk jaar een paar straten of pleintjes erbij totdat heel Lindenholt meedoet. Omdat veel mensen aangaven dat hun zaterdag vaak in het teken staat van boodschappen en sportende kinderen, kiezen we dit jaar voor de zondag.

Wil je burendag organiseren voor je eigen straat of plein?

Heb je ideeën over de invulling van burendag?

Vind je het leuk om deel te nemen in de werkgroep?

Neem dan contact op met Jolanda Marneef, j.marneef@upcmail.nl, tel. 06 307 15 184.



MUZIEK, EEN DEEL VAN MIJN LEVEN



Met de hand geschreven brieven worden niet dagelijks door de post bezorgd. Laatst viel er een op de deurmat van de redactie, een voorbedrukte envelop met dito briefpapier. Hij was afkomstig van Nel Vermeulen uit de Voorstenkamp. Zij maakte de redactie attent op haar bijzondere buurman: Charles Coors. Hij speelt al jaren in een heel bijzondere band: De Spetters.

De redactie bezocht een repetitie van de band en sprak met Charles over een stukje geschiedenis, het ontstaan van de band en het heden.

Je kan wel zeggen dat Charles zijn hele leven al muziek heeft gemaakt. Hij is geboren in 1929 in Indonesië, het toenmalige Nederlands Indië, en heeft na de oorlog in 1945 tot 1947 in het Bersiap kamp gezeten. Hij had al een gitaar toen hij kennis maakte met een meneer die piano speelde en hem vertelde dat ze een gitarist zochten voor een band. Dat was het begin van zijn muzikale loopbaan en daar ontmoette hij ook Jules van Hoogezand. Met hem heeft hij uiteindelijk 30 jaar muziek gemaakt.

In Indonesië werd veel gespeeld voor de militairen in verschillende militair tehuisen. Uiteindelijk is Charles in 1949 als zoveel repatrianten in Den Haag terecht gekomen waar hij wonderlijk genoeg weer Jules tegen het lijf liep. 'Met hem heb ik tot zijn dood in 1981 overal en nergens in Nederland muziek gemaakt: van Kasteel Oud Wassenaar, in Wassenaar en hotel

Des Indes in den Haag, tot in de etalage van een schoenenwinkel in Naaldwijk', aldus Charles.

Ouderen muziekgroep 'De Spetters' is gestart in 1985. Aanvankelijk is er begonnen om samen muziek te maken met wat subsidie en faciliteiten van het SWON. Op een gegeven moment werd de groep uitgenodigd voor een optreden in een bejaardenhuis.

Zo is het begonnen en zo langzamerhand werden dat de belangrijkste activiteiten. De naam Spetters is ontstaan tijdens een repetitie, de toenmalige voorzitter Anton Graven stelde die naam voor en is met toestemming van alle aanwezige leden gekozen.

Dit was ongeveer een half jaar na de oprichting van de muziekgroep. Charles zelf is er sinds 2002 bij gekomen en speelt nog steeds gitaar.

Naast Charles telt de band nog zeven overige actief spelende leden: drum Jos Peters, saxofoon Jan Engelen en Jaap Blokker, klarinet/saxofoon Theo Maas, accordeon Toos de la Croix en Irène Konings en tenslotte zang: Ron de la Croix. Gerard de Boer, Ad Verheijen en Ans de Leeuw zijn respectievelijk gastspelers en ereleden.

Theo Maas is degene die voornamelijk het repertoire bepaalt. Charles: 'Zelf speel ik alles uit mijn hoofd en kan ik ook gemakkelijk naar het publiek kijken als we optreden. Als je dan ziet hoeveel plezier de mensen beleven aan ons

optreden, dat is fantastisch! Vooral oude liedjes natuurlijk maar ook de indische potpourrie worden met veel geestdrift meegezongen.

Dit jaar zijn er helaas weinig optredens. Dat kan natuurlijk komen door de crisis.

Hoewel, onze vraagprijs kan geen belemmering zijn, € 125 voor een avond optreden.

21 september treden we op tijdens de jaarmarkt in Lindenholt. Iedereen is van harte welkom om te komen kijken en luisteren.'

De redactie bedankt Nel Vermeulen voor de tip.

Tekst en foto's: Gerard van Bruggen



Charles Coors (rechts) tijdens een repetitie.

Poort van Neerbosch geeft Lindenholt een nieuwe entree



Woensdag 9 juni 's avonds om half acht is het weer aardig druk in 't Zwaantje. Veel buurtbewoners toonden belangstelling voor de uiteenzetting van de plannen met betrekking tot de herinrichting van het kruispunt Neerboscheweg – IJpenbroekweg: 'Poort van Neerbosch'.



Huidige situatie

Al eerder was door de gemeente Nijmegen aan alle bewoners uitleg gegeven over de voorgenomen plannen.

De gemeente Nijmegen investeert in een goede doorstroming van verkeer. De stadsroute S100 en De Oversteek, de nieuwe brug over de Waal, hebben de verkeersstructuur in de stad onlangs al sterk verbeterd. Poort Neerbosch is de volgende stap.

Dit kruispunt vormt de entree van Nijmegen voor verkeer vanaf de A73. De reconstructie van het knooppunt biedt de mogelijkheid verkeer bij drukte te doseren. Ook kunnen automobilisten straks op de nieuwe P+R overstappen op de bus of de fiets richting het centrum of andere werkgebieden, zoals campus Heijendaal. De nieuwe P+R ligt aan de snelfietsroute Nijmegen-Beuningen.

Heel concreet kon men toen niet zijn. Het betrof meer een pakket aan eisen en voorwaarden waaraan de aanbesteding invulling moest geven. Met andere woorden, binnen deze voorwaarden is de aannemer vrij om daaraan creatief vorm te geven. Mobiliteit, groenvoorziening, veiligheid en milieu komen daarin geheel aan de orde.

Inmiddels is bekend dat BAM aangewezen is als uitvoerend aannemer. Op basis van waarderingspunten gegeven voor invulling van eerder genoemde elementen in het totaalplaatje heeft de gemeente besloten om Bam de uitvoering te gunnen.

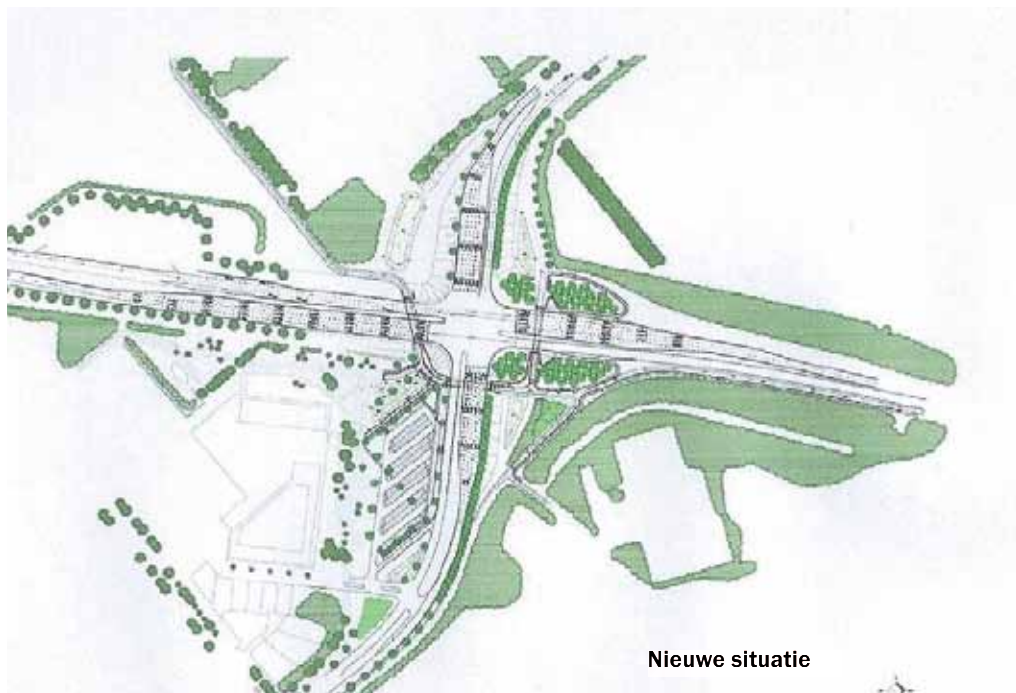
Woensdag 9 juni was het dus voor de Bam de gelegenheid om bewoners en belangstellenden inzage te geven in de concrete uitvoering van dit project. Met behulp van tekeningen en ook wat art-impression (simulatiefoto's) werd getracht een beeld te schetsen over de voorgenomen werkzaamheden. Vooral de tijdelijke

rotonde was nieuw voor de aanwezigen en verder vooral de planning die bij dit alles wordt gehanteerd. Het komt er op neer dat nu al met de werkzaamheden begonnen zal worden terwijl verdere uitwerking nog onvoldoende duidelijk is.

Zo gaf het plan om tussen het Mondiaalcollege en de afrit naar het stadsdeel Lindenholt een groot parkeerterrein aan te leggen van 150 auto's weinig handen op elkaar. Wie van de bewoners zit te wachten op een parkeerterrein als entree van het groene Lindenholt.

Bovendien bracht de discussie met betrekking tot het bestemmingsplan nog grotere verwarring.

Welke bestemming heeft de gemeente nu voor dit gebied; is het een groenbestemming of is het een verkeersbestemming. Niemand lijkt tegen het P+R terrein te zijn maar enkel de loca-



Nieuwe situatie

Inpassing P&R

- 150 parkeerplaatsen (1)
- 10 fietsboxen (2)

tie zou aan de overkant van het kruispunt veel beter op haar plek zijn.

Genoeg om over na te denken dus, het lijkt allemaal al in kannen en kruiken te zijn gezien de haast die gemaakt wordt met het uitvoeren van het project. Eind april 2015 moet alles gereed zijn.

Bewoners en betrokken partijen zullen het eens moeten worden over deze belangrijke zaken. Via de website is er gelegenheid om meningen en handige tips te ventileren, maak daar gebruik van als u daarover een uitgesproken mening hebt. www.lindenholtleeft.nl ga naar Typisch Lindenholt en reageer.

H.J(Jan).M ten Dam

Mob: 06-20442040



Tel: 024-3791186

E-mail: hjmtendam@gmail.com

Tekst: Gerard van Bruggen en Jan ten Dam, bewoners van Lindenholt.

Schetsen: BAM - gemeente Nijmegen



Niet alle mannen plukken margrietjes op de dijk

Op de slingerende Waaldijk, ter hoogte van Bommel, zag ik in de verte een man met voorzichtige bewegingen wilde margrietjes plukken. Eenmaal dichtbij hem had hij een heel boekje dat hij op de bagagedrager van zijn fiets wilde vastbinden.

'Dit had niet hoeven meneer!' riep ik. Het gezicht van de man veranderde in een brede glimlach. Met beide handen bood hij mij de bloemen aan: 'Wilt u ze hebben?' 'Nee, dank u meneer. Het was een grapje. Zijn ze voor uw vrouw?' 'Ja, hoe weet u dat?' Zijn glimlach verwees mij naar zijn ogen die even op elders gericht waren.

'Ik zal u iets vertellen: mijn vrouw leeft niet meer. Ze was dol op wilde margrietjes. Ik breng ze dadelijk naar haar graf.' Hij vertrouwde mij in een paar minuten zijn gevoelens toe. Onder vier waterige ogen namen wij afscheid. 'U bent een mooie man!' zei ik. Hij schonk mij een blik vol waardering.

De rivier stroomde door. De vogels zongen verder en de vlinders en hommels vlogen op de bloemvelden van de uiterwaarden. Maar de margrietjes fluisterden het verhaal van de man verder in mijn oren. Over de eenvoud en onmaakbaarheid van het vergankelijke leven. Over de eeuwigheid van de liefde...

Diep in mijn hart bewaar ik de herinneringen aan deze korte vriendschap, waarin eenvoudige margrietjes meer te vertellen hebben dan portemonnees, geloofsovertuigingen, huidskleuren of politieke voorkeuren.

Qader Shafiq

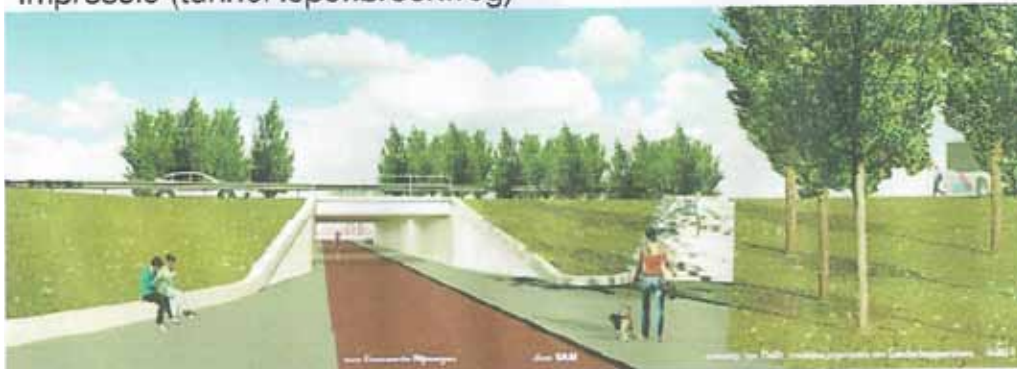
(Foto: Jacqueline van den Boom)

Inpassing P&R

Schematische weergave profiel tpv P+R-terrein



Impressie (tunnel IJpenbroekweg)





De bijeenkomst van de politiekids op 2 juli jl. was een bijzondere. Deze keer hadden de kids namelijk een ware missie!

Wijkagent Wouter Jansen startte de bijeenkomst met een briefing, precies zoals dat ook op het politiebureau gaat. De jonge agenten kregen tijdens de briefing te horen dat de politiefiets van Wouter was gestolen! Terwijl hij aan het helpen was bij een oude dame die was gevallen, zag verdachte Frankie dat Wouter in de haast zijn fiets niet op slot had gezet en was ermee vandoor gegaan.

Tenminste, dat vermoedde Wouter. Aan de kinderen de taak deze verdachte op te sporen en aan Wouter uit te leveren zodat hij kon worden voorgeleid aan de officier van justitie en daarna aan de rechter.

Elk groepje politiekids kreeg een plattegrond met daarop locaties waar meer informatie omtrent de verdachte te vinden was. Ook kregen ze een echte portofoon mee, waarmee ze in verbinding stonden met Meldkamer Wouter.

Zo had Vincent, bedrijfsleider van de Lidl, een foto van verdachte Frankie en vertelde hij dat de verdachte man een kleine zwarte paraplu bij

zich had. Die zwarte paraplu werd bij de volgende locatie middels echt sporenonderzoek als bewijs gevonden en met handschoenen aan, in een papieren zak veiliggesteld.

De dierenartsassistente van Dierenkliniek Lindenholt wist te vertellen wat de vermeende fietsendief voor kleding aan had, en een opletende buurtbewoner had gezien dat hij richting het Cruijfcourt was gefietst, en daar mogelijk het achterlampje van de fiets was verloren.

Na uitmuntend speurwerk en goede communicatie met meldkamer Wouter, kon Frankie bij de kinderboerderij worden aangehouden. Onder Politiekids-begeleiding werden zowel hij als de gestolen fiets weer bij wijkagent Wouter afgeleverd.

Wat Frankie ook beloofde, ijsjes, snoepjes, frietjes, de agenten in de dop waren niet te vermurwen, hij werd ingerekend!

Terug in de "meldkamer" van het gezondheidscentrum, werd nog een korte rechtszaak nagespeeld. De kinderen vertelden wat ze wisten, Frankie mocht zijn verhaal doen en uiteindelijk velde de rechter haar vonnis. Zij besloot dat de verdachte schuldig was aan het stelen van de politiefiets en gaf hem daar een taakstraf voor. Frankie mag 80 uur lang de hokken op de kin-

Fietsendief ingerekend door politiekids!

derboerderij Lindenholt gaan schoonmaken. Met medewerking van politie, bewoners, winkeliers en dienstverleners van Lindenholt, is ook deze bijeenkomst van de politiekids weer een groot succes geworden.

De volgende bijeenkomst is op woensdag 1 oktober. Het is dan Politiekids Bootcamp en de kids mogen dan een vriendje of vriendinnetje meenemen! Tot dan!

Tekst en foto's: Astrid Scheenen



Mondial College VMBO verhuisd naar nieuwbouw Meeuwse Aker



Het Mondial College heeft een grote verhuisoperatie achter de rug. De VMBO locaties aan de Streekweg en aan de Energieweg zijn nu te vinden in de nieuwbouw in de Meeuwse Aker.



Ook de VMBO-T bovenbouw afdeling van Leuvenbroek zit daar nu. De nieuwbouw is berekend voor rond de 800 VMBO-leerlingen.

We spraken met Han ter Reegen, de locatiedirecteur VMBO.

Han: 'De aanmelding van nieuwe leerlingen uit het basisonderwijs is bevredigend. Mogelijk dat de nieuwe huisvesting daarbij een rol bij speelt.

hebben het daar naar de zin gehad, het waren vertrouwde plekken. Neem nu de Streekweg, het college lag daar in een mooie groene, ruimtelijke en rustige omgeving. We hadden goede contacten met de bewoners van de aangrenzende wijken.

Dat zullen we zeker missen. Ook het sportpark Staddijk, waar we via de gemeente dankbaar gebruik van mochten maken van de accommodatie van korfbalvereniging Keizer Karel.

Gelukkig hebben we al contacten kunnen leggen met bewoners van de Meeuwse Aker. Zij hebben op een voor hen georganiseerde middag al kennis kunnen maken met de nieuwbouw. Eveneens hebben we contact met SCE over het gebruik van haar sportaccommodatie. Deze nabijheid geeft gelijk als bij de Streekweg een ruimtelijk effect. We hechten veel waarde aan goed overleg met hen allen'.

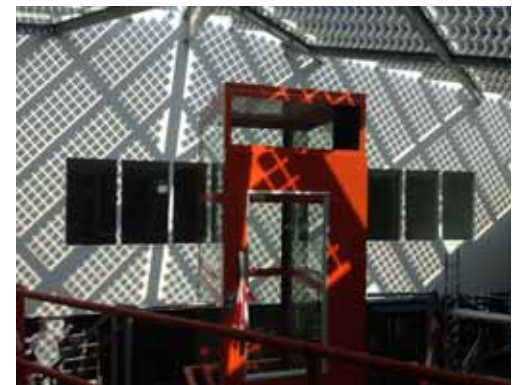
Route naar de nieuwe plek

Vanuit Beuningen is het goed te bereiken per fiets. Ook uit de stadsdelen Lindenholt en Dukenburg. De fietsroute van daaruit loopt veelal via rode fietspaden tot aan de fietsstalling van

Han: 'Om de zaak overzichtelijk te houden is er systematisch gewerkt en hopen we dat langzamerhand ieder zijn weg zal vinden.

Ook de leerlingen zullen tijdens de introductiedagen in groepen hun nieuwe onderwijsplek gaan verkennen.

Het gebouw is logisch ingedeeld, met kleuren



Liftschacht in de nieuwbouw.

worden de verschillende afdelingen gemarkeerd. Het voldoet ook aan de huidige eisen voor veiligheid. Fijn is dat het gebouw transparant is met veel lichtinval. Er is een grote en

Natuurlijk zal de overgang wennen zijn. We hebben het daar naar de zin gehad, het waren vertrouwde plekken.

Zeker is dat de afstand van de aangrenzende gemeentes, zoals Beuningen, nu kleiner is geworden. Sinds we een duidelijker en strakker beleid voeren met een betere structuur is het leerlingaantal toegenomen. Ouders stellen dat op prijs. Het biedt meer zekerheid, veiligheid en een betere sfeer.

Natuurlijk zal de overgang wennen zijn. We



de nieuwbouw toe. Het openbaar vervoer heeft dichtbij een bushalte.

Er wordt komend jaar gewerkt aan de inrichting van een transferium vlak bij de school. Hier komt een Park en Ride parkeerplaats en er zal van verschillende buslijnen een halte komen. De verhuizing was een hele klus, daar was een planning voor gemaakt. Alles was gestickerd, zodat een en ander goed op zijn plaats terecht kwam in de nieuwbouw.

Waar mogelijk wordt het bestaande materiaal daar gewoon opnieuw gebruikt. Dat geldt zeker voor de grote zware machines hout- en metaaltechnieken.

Verhuizing en installatie daarvan had extra zorg nodig. Ze moesten stevig verankerd worden in de vloer en aangesloten worden. Waar nodig is er nieuw materiaal en meubilair.

Aan het einde van deze zomervakantie moet alles zijn plaats min of meer gevonden hebben.

hoge aula. Er komen buiten bomen en struiken en zitbanken. We hebben een facilitaire dienst, die een ander begeleidt.

Het inschuiven van drie locaties in een nieuwe locatie voor het VMBO, gaat lukken. Het personeel kent elkaar, wel beginnen we door de

De officiële opening is gepland in november.

groei aan inschrijvingen met een aantal nieuwe collegae. Ook de leerlingen kunnen met elkaar kennismaken, voor zover ze elkaar nog niet kennen'. De officiële opening is gepland in november. Dan is hopelijk iedereen gewend aan de nieuwe werk- en leerplek. Meer informatie: www.mondialcollege.nl

Tekst : Theo Vermeer

Foto's: Han ter Reegen

Wijkverpleging Lindenholt, onderdeel van ZZG zorggroep, start nieuw programma voor senioren in de wijk

Soms verandert er iets in uw leven, waardoor het allemaal even niet meer vanzelf gaat. Dan is het belangrijk dat u de toekomst weer vol vertrouwen tegemoet ziet. Dat lukt met hulp van de mensen om u heen én de inzet van professionele zorg waar nodig.

Op zoek naar zorg die u verder helpt? De medewerkers van Wijkverpleging Lindenholt staan voor u klaar. Een kleurrijk team met medewerkers uit alle leeftijdscategorieën. Daardoor beschikken ze niet alleen over een groot pallet aan ervaring, maar ook aan kennis rechtstreeks uit de schoolbanken. Ze zijn gehuisvest in het wijkgezondheidscentrum, waardoor partners als huisartsen en de apotheek binnen handbereik zijn. En nu ook de Vegro in het gebouw is gevestigd, is het aanvragen van hulpmiddelen voor cliënten zo gepiept.

Uit een analyse van onze wijk Lindenholt is gebleken dat er weinig aandacht is voor senioren in de wijk. Daarom heeft Wijkverpleging Lindenholt samen met een aantal partners het project 'Oud

Uit een analyse van onze wijk Lindenholt is gebleken dat er weinig aandacht is voor senioren in de wijk.

worden in Lindenholt' opgezet. Idee erachter is dat senioren langer zelfstandig in hun wijk kunnen blijven wonen. Door intensief samen te werken met SWON het seniorennetwerk en het sociale wijkteam van Lindenholt worden senioren met elkaar in contact gebracht. Bijvoorbeeld door buurtbewoners de tip te geven om naar een Bingo of kaartmiddag te gaan in wijkcentrum De Brack. Of door mensen online met elkaar in contact te brengen om elkaar te helpen bij het gebruik via een iPad. In de nabij toekomst staat het onderwerp 'bewegen in Lindenholt' op het programma. Er zijn op dit moment weinig mogelijkheden voor senioren om te bewegen in de wijk. Toch is bewegen belangrijk om gezond oud te worden en vallen te voorkomen. Werk aan de winkel dus, want voorkomen is tenslotte niet voor niets beter dan genezen!

Benieuwd wat Wijkverpleging Lindenholt voor u kan betekenen?

Maak gerust een afspraak voor een *kosteloos* huisbezoek, bel de Zorgcentrale: 024 - 366 57 77.

Alle medewerkers van Wijkverpleging Lindenholt stellen zich graag kort aan u voor:



Margreet de Vries

Ik werk al 32 jaar als verpleegkundige. Eerst 20 jaar in diverse ziekenhuizen en nu sinds 12 jaar bij de thuiszorg van de ZZG

zorggroep. Mijn aanvullende kennis ligt op het gebied van wondzorg, waarvoor ik bij de Radboud een opleiding tot wondverpleegkundige volgde. Door die ervaring en kennis werk ik gemakkelijk samen met de ziekenhuizen in de regio. Ook behandel ik veel wonden die over

wen in eigen kunnen voor onze cliënten, belangrijk hierbij is dat u zelf de regie in handen houdt. En als dat even niet lukt, helpen we u de regie weer terug te krijgen.

ZZG zorggroep geeft mij de ruimte om u verder te helpen.

Binnen team wijkverpleging Lindenholt ben ik verantwoordelijk voor de kwaliteit van de zorg die we aan onze cliënten leveren. Zo waarborg ik bijvoorbeeld dat mijn team bevoegd en bekwaam is in verpleegtechnische handelingen. Daarnaast zorg ik ervoor dat stagiaires en leerlingen in de zorg (mbo- of hbo-verpleegkunde) een prettige leerplaats hebben zodat zij in de toekomst een goede verpleegkundige worden.



Karin Matser

Ik ben 23 jaar jong en in februari 2014 heb ik mijn diploma voor de opleiding verpleegkundige behaald. Sinds maart werk ik als wijkverpleegkundige bij

wijkverpleging Lindenholt van ZZG zorggroep. Tijdens mijn opleiding liep ik meerdere keren stage bij ZZG zorggroep en team Lindenholt. Die stages bevielen mij erg goed, dus toen ik hoorde dat het team een vacature had, stond ik te trappelen om te beginnen. Ik wil dan ook graag zeggen: tot ziens in de wijk!



Mary Evers

Ik werk al 28 jaar bij ZZG zorggroep als verzorgend 3-IG. Mooi vind ik het dat ik een bijdrage kan leveren, zodat onze cliënten zo

lang mogelijk zelfstandig in hun vertrouwde omgeving blijven wonen. Ik geloof dat, als het even niet meer vanzelf gaat, een klein duwtje in de rug wonderen kan doen.

Samen kijken we wat er nodig is, maar de cliënt staat aan het roer, dat is belangrijk. Binnen wijkverpleging Lindenholt zorg ik ervoor dat onze cliënten op de gewenste tijd en dag de zorg ontvangen die ze verder helpt.



Sabrina Koenen

Ik werk al 5 jaar met plezier als wijkverpleegkundige bij ZZG zorggroep. Voorop staat het vertrou-



Carin Kerstens
Ik ben sinds 2002 als wijkverpleegkundige werkzaam bij ZZG zorggroep. Ik richt me met name op zorg in de laatste

levensfase. Dat noemen we ook wel palliatieve of terminale zorg.

Ik werk gemiddeld 22 uur per week en doe mijn werk met veel liefde en plezier.



Jose Kleintjens
Ik werk bij wijkverpleging Lindenholt sinds januari 2013. Dat doe ik met veel plezier. Mary Evers en ik verzorgen de teamplan-

ning. Zo krijgen onze cliënten zorg op een tijdstip dat hun past. En bij onze cliënten thuis leveren we met z'n allen fijne zorg, zorg die u nodig heeft. Daar gaan we voor!

Werk aan de winkel dus, want voorkomen is tenslotte niet voor niets beter dan genezen!



Linda Jansen
Ik werk als wijkverpleegkundige bij wijkverpleging Lindenholt en ben daarnaast ook lid van het Sociaal Wijkteam

Lindenholt. Wie weet komen we elkaar eens tegen in de Interacker tijdens het soep drinken op maandag of een andere activiteit.



Linda Antonides
In juli 2013 ben ik begonnen als wijkverpleegkundige bij ZZG zorggroep. Daarnaast ben ik

als wijkverpleegkundige lid van het Sociaal Wijkteam Lindenholt. Deze duobaan maakt het werk erg dynamisch en zorgde ervoor dat ik Lindenholt in korte tijd goed leerde kennen. Er gebeurt een hoop in zorgland en er zal nog veel gaan gebeuren. Ik vind het erg leuk om deel uit te maken van deze nieuwe ontwikkelingen.



Liny Polkamp
Sinds 21 jaar werk ik al in de wijk Lindenholt, daarvoor in de wijken Neerbosch-Oost, Hese-

veld, Wolfskuil en het Waterkwartier. Ruime ervaring dus, als verzorgende bij mensen thuis. Op dit moment veranderen er veel zaken in de zorg. Denk aan het langer thuis wo-

nen van mensen met een zorgvraag, het eerder met ontslag gaan vanuit een ziekenhuis en de toenemende wens van mensen om thuis te overlijden. Daardoor wordt er juist aan huis meer van een verzorgende verwacht. Om daaraan te voldoen, volg ik een aanvullende opleiding, waarin ik een aantal verpleegtechnische vaardigheden krijg aangeleerd. Zo kan ik cliënten thuis, samen met mijn collega's, zo goed mogelijk verder helpen. In Lindenholt voel ik mij helemaal thuis. Het is een wijk met veel verschillende mensen. Jongeren, gezinnen maar ook ouderen. Allemaal met een andere zorgvraag. Dit is wat mij aanspreekt in mijn werk. Geen dag is hetzelfde. Ik vind het bijzonder om voor mensen te mogen zorgen en samen met hen uit te zoeken wat de best mogelijke zorg voor iemand is of kan zijn.

Tekst en foto's:
ZZG zorggroep, wijkteam Lindenholt



Ontmoetingen in Lindenholt

Justin, de buurjongen van tegenover, weet ons te vertellen dat ze het voetbalveldje onder handen gaan nemen. Het veldje ligt achter het Mondial College en verbindt Leuvenbroek, Holtgesbroek en Wedesteinbroek met elkaar. Er worden onder andere prullenbakken geplaatst voor het afval van de voetballende kinderen en borden dat het niet de bedoeling is dat honden hun behoefte achterlaten op het voetbalveld. Ze gaan de kuilen uit het veld halen en wie weet plaatsen ze ook nog hoge hekken, zodat de ballen niet telkens weer in het water terechtkomen na een iets te enthousiaste trap. Ik vind het mooi dat we er voor willen zorgen dat de jeugd een plek heeft om samen te sporten in een aantrekkelijke omgeving. Dat biedt veiligheid en saamhorigheid voor ons allen. Ik liep laatst naar de rand van het meer vlakbij het veld om te kijken of mijn zoon al iets had gevangen met zijn eerste echte vishengel, want dat doen ze ook vaak met zijn allen. Een man en vrouw die hun honden uitlieten, kwamen mij tegemoet en maakten een grapje dat mijn zoon een grote vis had gevangen. Zij wisten dus dat hij bij mij hoorde. Ik vond dat een prachtige ontmoeting, omdat we elkaar in de buurt tegen willen komen en ook echt contact met elkaar maken. Als je een hond bij ons in de buurt hebt, laat je deze meestal uit in de boomgaard bij het voetbalveld en langs het meer. Als je kinderen hebt, kom je wel eens naar het voetbalveld kijken naar de voetballende jongeren of gewoon om een ijsje te brengen. Zo biedt het veldje, de boomgaard en het meer alle gelegenheid voor ontmoetingen in Lindenholt en is het een heerlijke buurt om in op te groeien, zou ik zeggen. En als ouder vind ik dat een aangenaam gevoel.

Ton de Baaij

Dag van Lindenholt

Daar gebeurt het ...

2014 EEN MEGA SUCCES!

Zondag 22 juni was de 7e editie van Dag van Lindenholt. Ieder jaar weer slaagt de organisatie er in om er weer iets speciaals van te maken. Dit keer was het thema: 'Voor elkaar'. Centraal in het park De omloop was daarvoor een ontmoetingsplein ingericht waar diverse professionele organisaties maar ook een aantal buurtinitiatieven op dat gebied zich presenteerden. Bijzonder was ook dit jaar de mogelijkheid voor buurtbewoners om tweedehands spullen te verkopen met uitzondering van huisraad. Het weer was subliem; niet te warm en heel veel aangename zonnige momenten. Dat zal er ongetwijfeld aan hebben bijgedragen dat er een ongekend groot aantal mensen op af zijn gekomen. Jan ten Dam, voorzitter Dag van Lindenholt, kon al verklappen dat de politie het bezoekersaantal inschatte tussen de 8 en 10 duizend. 'Dat is een record!' zei hij met een brede glimlach. Het podiumprogramma oogstte veel bijval van het grote publiek. Veel variatie voor ieder wat wils. Ook het Vijverconcert op de zaterdag ervoor was een succes. Een paar honderd enthousiastelingen hebben die avond kunnen genieten van alle optredens. Het sfeertje daarbij was weer helemaal geweldig! Grote waardering en respect voor alle vrijwilligers die aan dit 'bijna festival' ongelooflijk veel tijd en energie hebben besteed. Zonder hen zou dit alles onmogelijk zijn. Als bewoner van Lindenholt heb ik er ook enorm van mogen genieten en ik kijk nu al uit naar volgend jaar. Kijk voor alle foto's op www.dagvanlindenholt.nl

Tekst en foto's: Peter Stuard





Dag van Lindenholt 22 juni 2014



Dag van Lindenholt 22 juni 2014



Geachte Sponsors, vrienden van 'Dag van Lindenholt' en deelnemers

Het is alweer bijna drie maanden geleden dat wij voor de 7^e keer 'Dag van Lindenholt' hebben gehad en voor de 4^e keer het vijfverconcert. Ik wil nog even stil staan bij 'Dag van Lindenholt 2014'.

Het begon al met een vijfverconcert. De programmering was er dit jaar vooral op gericht om zowel jong als ook het wat ouder publiek volop te laten genieten. Het weer werkte dit jaar weer volledig mee op zaterdag en zondag. Groot was dit jaar het aanbod van kramen van veel organisaties, instellingen, bedrijven en bewoners. Maar ook de inzet van politie en brandweer was dit jaar geweldig.

Deze laatste pakte enorm uit met een groots brandblusdemonstratie dat heel veel publieke belangstelling kreeg. De opkomst van zo rond de 8000 bezoekers geeft maar weer aan dat men graag achter de voordeur vandaan komt om gezamenlijk 'Dag van Lindenholt' te vieren. Na afloop hebben wij aardig wat complimenten ontvangen van zowel deelnemers als van bezoekers.

En ik wil met iedereen delen dat het succes van het vijfverconcert en Dag van Lindenholt alleen maar kan plaatsvinden door jullie financiële en/of materiele hulp. Ook jullie verdienen alle credits die wij ontvangen hebben. Via deze weg wil ik jullie dan ook namens het bestuur en de vrijwilligers ontzettend bedanken voor jullie hulp.

Ik spreek de hoop uit dat ik weer op jullie kan rekenen om in 2015 er weer een mooi feest van te maken.

Zonder jullie bijdragen is het onmogelijk om kosteloos voor de inwoners van Lindenholt een evenement zoals 'Dag van Lindenholt' te organiseren.

Begin 2015 zullen wij jullie weer benaderen met de vraag om ondersteuning.

Nogmaals hartelijk bedankt en tot de volgende editie van 'Dag van Lindenholt',

Met vriendelijke groet,

Jan ten Dam

Voorzitter Stichting Dag van Lindenholt

Vrienden

Ten Dam projecten BV

Win Win Advies New York Pizza

N.H.V. De Voorn

WBS de Gemeenschap

Logopedie Lindenholt

Sponsors



**ALTIJD
NIJMEGEN**



Blijvend fit

Blijvend fit: resultaten

Gesprek met Pleun (diëtiste) heeft veel opgeleverd. Wat ben ik toch arrogant geweest door te denken dat ik alles wel weer beter zou weten! Een uur lang heeft Pleun mij geïnformeerd (ge-brainwashed) over wat wel en wat beter maar niet door het mondje naar binnen kan gaan. Na dat uur heb ik een half uur al lopende naar een bushalte gezocht.

Dat kwam niet omdat ik de weg kwijt was, welnee, ik duizelde nog helemaal van alle tips en adviezen die ik te verwerken heb gekregen in dat afgelopen uur.

Ik kreeg recepturen voor de rest van mijn leven zo ongeveer mee en ik was er meer dan ooit van overtuigd dat ik niet hoeft af te zien of ook maar iets hoeft in te leveren. Jawel, mijn 'glaasje' wijn elke dag kan beslist wat minder net zoals hoeveelheden vlees en vis bij iedere maaltijd. Meer groenten op een BBQ stok kan ook heel lekker zijn! Ja toch!??

En dan nu het resultaat op dit moment: vier kilo lichter!

Komt natuurlijk ook door het stevig doorstappen met het hondenbeest 3 tot 4 x per dag! Maar vooral hulde aan Pleun en aan Anita en Mascha, respectievelijk diëtiste, fysio en praktijkondersteuning.

Die zorgen ervoor dat ik mij veel meer bewust ben van wat ik eet en drink en ook niet mee slenter in het park met de mede hondenuitlaters maar de pas er in zet!

Volgende keer weer 4 kilo? Dan ben ik wel op vakantie geweest maar ook dan ben ik vrij in het maken van keuzes toch?

Tot een volgende keer.

Hieronder een bericht van Anita Pijnenburg, Fysiotherapeut Wijkgezondheidscentrum Lindenholt.

'Ik heb een aantal mensen teruggezien die 3 maanden geleden gestart zijn met Blijvend Fit! Want jawel hoor: ik hoorde heel enthousiaste verhalen terug. De twee dames voelen zich na die drie maanden fitter dan voorheen en - tegen hun verwachtingen in - zijn beiden ook al afgevallen. 'Alleen maar door het bewegen', verzekerden ze me allebei. 'Je mag zoveel eten'. Ze meldden allebei dat ze zelfs minder opkonden dan mocht van Pleun.

Een paar dingen vinden zij belangrijk (ook als tips voor de andere deelnemers):

- Het is belangrijk het ontbijt niet over te slaan.
- Alle beweging op vaste tijden inplannen in het dagritme werkt goed. Dan is het veel makkelijker vol te houden, het gaat veel meer 'vanzelf'.
- Een wandelmaatje werkt goed: zo stimuleren we elkaar!
- Geen troost zoeken in eten als alles wat minder gaat. Kijken of je er op een andere manier mee om kunt gaan. Een van de dames was lekker aan de Waal gaan zitten. Dat hielp.'
- Nog steeds kunt u zich aanmelden voor dit programma, kijk op www.lindholtleeft.nl voor meer informatie

Tekst: Gerard van Bruggen

Pauls eetclub

Na een paar weken voorbereiden en wachten op aanmeldingen was het 1 augustus zover en kon mijn eerste etentje van start gaan samen met 4 gezellige dames. Het was een heerlijke zomeravond dus we konden gezellig buiten tafelen met een glaasje wijn. Het menu bestond uit een Italiaanse vissoep met gegrilde witvis en daarna zijn we verder gegaan met Moorse kip afgeblust in sherry. Het geheel werd afgerond met een witte chocolade parfait. De dames en ik hebben genoten van de gezellige avond en kijken uit naar de volgende. Er zijn nog plaatsen vrij dus mocht u of iemand in u omgeving zin hebben in een gezellig avondje met lekker eten, laat het mij dan weten. De doelgroep zijn alleenstaande mensen van 60+ die van lekker eten houden en van gezelligheid.

Paul Theunissen



Het etentje bij Paul was geweldig! Hij is een goede gastheer en het eten was culinair! We hebben buiten gegeten en het was erg gezellig. Het klikte met ons (vier dames) en Paul heel goed! Dit verdient zeker een aanbeveling!



Groeten van Stiena, Door, Brigitte en Margriet

Olam Haba zoekt nieuwe leden!

Het enthousiaste koor Olam Haba zoekt vanaf september 2014 uitbreiding met nieuwe leden! Wij zingen liederen met spirituele teksten en liederen vanuit vele culturen en willen daarmee een kleine bijdrage leveren aan vrede en liefde op deze wereld waar iedereen vanuit de gedachte van eenheid in verscheidenheid zijn of haar talenten kan inzetten. De repetities zijn iedere maandagavond in Voorzieningshart 't Hert aan de Thijmstraat in Nijmegen. Voor meer informatie of aanmelding bel Willibrord 06-48607531/024-3560062 of Mieke 06-49394346/024-3731009 of mail naar Miekehydra@gmail.com

Arjan Kropman: 'Een blad verrast je!'

'Het mooie aan dit vak is elke maand weer dat gevoel van voldoening.' Dat zegt Arjan Kropman, hoofdredacteur van drie magazines bij F&L Publishing Group. Dit bedrijf is gevestigd vlakbij Lindenholt: in Meijhorst.

Aan de Meijhorst 60° straat staat een aantal bedrijfspanden. Van rechts naar links tref je aan Hara Fit & Fun, een fysiotherapiepraktijk, de Koninkrijkszaal van de Jehova's Getuigen en het mooie gebouw waarop de naam F&L Publishing Group prijkt. Dit bouwwerk is een broertje of zusje van het Stadhuis aan de Burchtstraat, dat zie je zo. Het werd gebouwd voor uitgeverij Audet (later Wegener) en was vervolgens tijdelijk in gebruik als extra kantoorruimte voor Philips. Sinds 2007 huurt F&L enkele etages met riante ruimtes, prachtige leistenen vloer in de brede gangen, zoals die in nieuwbouwkantoorpanden niet meer te vinden zijn. Een binnentuin met een heel hoge boom wordt in het donker aangelicht. De toppen van de boom kijken uit over de 60° straat en het Grand Canal.

Wat doet F&L

Zo'n twintig jaar geleden vonden na hun universitaire opleiding Wien Feitz en Paul Lemmens geen baan die aansloot aan hun studierichtingen. Ze stonden als het ware met de rug tegen de muur. Samen besloten zij iets te gaan doen met een tijdschrift op computergebied. Ze startten vanuit een maisonnette in Grootstal. Toen computerbladen de toekomst bleken te hebben, verhuisde F&L naar het oude gebouw Augustinus aan de Graafseweg. Ook een markant gebouw, maar met kleine kantoorunits en onhandig ingedeelde gebruiksruiden. 'Kilometers heb ik daar gelopen van mijn werkplek naar de DTP (Desk Top Publishing)', vertelt gesprekspartner Arjan Kropman. Bovendien kwamen er steeds meer werknemers, F&L telt er nu negentig. Deze medewerkers schrijven samen maandelijks vijftien magazines vol, plus vier maal per jaar een special per blad. De magazines zijn ingedeeld in vier clusters: *computer*, *food*, dus kook- en eetbladen, *foto/video* en *leisure en lifestyle*. Arjan is hoofdredacteur van drie bladen: *Auto Review*, *Android Magazine* en *iCreate*. iCreate biedt workshops en



tips voor onder meer iMovie, iPhoto, iDVD en iWeb. Het positioneert zich als het ultieme lijfblad voor Mac-, iPod-, iPad- en iPhone-gebruikers. Android Magazine is vergelijkbaar, maar dan voor gebruikers van apparaten met dit besturingssysteem van Google. Arjan: 'Mensen gebruiken maar 10 procent van de mogelijkheden van een smartphone. Als je er meer vanaf weet, verandert je leven. Het mijne ook. Als ik thuiskom, gaat mijn muziek automatisch aan. Voor mijn vader heb ik onlangs oude videobanden gedigitaliseerd.'

Pieken

Het bekendste blad van Arjan is Auto Review. Het staat vol met autonieuws, autotests en rij-impressies. Het is elke vier weken in de tijdschriftrekken te koop. Auto Review wordt in een oplage van 50.000 exemplaren gedrukt. Er zijn abonnees en er is een losse verkoop die per nummer verschilt. 'We merken wat voor weer het is geweest', zegt Arjan. 'Lange tijd regen is voor ons goed. Vakantieperiodes zijn goed voor autobladen. Computertitels verkopen juist minder in vakanties. Tijdens Olympische Spelen wordt minder gelezen. Bij het WK Voet-

bal ook. Alleen *Voetbal International* verkoopt dan goed. De kooktitels toppen met kerst.'

Auto Review

In de beginperiode van Auto Review kwamen het van oorsprong Duitse *Auto*, *Motor* en *Sport* en het Engelse *Top Gear* op de markt. Het grootste autoblad, *AutoWeek*, zette meteen de aanval in. Auto, Motor en Sport was snel verdwenen. Auto Review werd geen prooi. Reden hiervoor was dat vrijwel alle Nederlandse uitgeversmaatschappijen in het westen zitten. Een uitgever in Nijmegen viel niet op. 'Het oorspronkelijke plan was om Auto Review elke twee weken uit te geven', vertelt Arjan. 'We besloten om vierwekelijks te verschijnen, maar dan anderhalf keer zo dik. Het gevolg was dat we na elke drie weken werk een week niets te doen hadden. In plaats van mensen te ontslaan, mochten we van onze bazen *Kochen & genießen* vertalen. Dat werd *Koken & genieten*. Het werd een ontzettende hit.' In de colofon van Koken en Genieten staat als uitgever nog steeds *Automotive Publications*. Inmiddels heeft F&L vijf kookmagazines. Ze zijn de grootste uitgever van Nederland op dat gebied.

Magazines van F&L

De merken van F&L Publishing Group zijn: Android Magazine, Auto Review, CHIP, CHIP Foto-Video, Classiccars, Computer easy, c't, Cupcake Heaven, foodies, Gezond eten, iCreate, Koken & genieten, La Cucina Italiana, Paul's Bakery, Photo Digitaal, Photoshop Magazine en Webdesigner.

Auto's fotograferen

'In Auto Review kom je regelmatig foto's tegen die in en om Nijmegen gemaakt zijn. We hebben foto's geschoten op de nieuwe stadsbrug *de Oversteek*. Ik had er nog een pagina geschiedenis aan vast willen knopen, maar dat was een... uh... brug te ver.'

Nijmegen heeft als voordeel dat Duitsland dichtbij is. 'Het is een kwartier rijden', meldt Arjan. 'Op de A57 kun je ongeveer 80 kilometer lang zo hard rijden als je wilt. Het is er ook erg rustig. Tussen de spitsen in is ook de A73 rustig. Dat is goed om snelwegfoto's te maken. Dat doen we vaak tussen Nijmegen en Cuijk.'

Hoe worden rijdende auto's gefotografeerd?

'De auto met de fotograaf achterin rijdt links. De testauto rijdt rechts. In de luwte van bij voorkeur een vrachtwagen hangt de fotograaf uit het autoraampje om de andere naastrijdende bolide, het fotomodel, vast te leggen. Bij temperaturen ver onder nul in Zweden vond de fotograaf dit huzarenstukje minder leuk. Overigens zijn de beste foto's die waarop weinig van de omgeving te zien is. Dan krijgt de auto alle aandacht.'

Wereldwijd

'Het ontwikkelen van een nieuwe auto kan tientallen miljoenen euro's kosten. Een nieuw model wordt regelmatig gepresenteerd aan het wereldwijde autojournaal. Dat is voor de fabrikant de goedkoopste en snelste manier. Journalisten vliegen naar bijvoorbeeld Italië en bij het verlaten van de vlieghaven staat een persvloot van de bewuste auto klaar. Hotelovernachting, natjes en droogjes zijn perfect geregeld. Terug op de thuisbasis schrijft de journalist zijn artikel. De beste staan natuurlijk in Auto Review...'

Internet

'Het mooie aan dit vak', aldus Arjan, 'is elke maand weer dat gevoel van voldoening. Er ligt een resultaat dat ook nog een creatief



product is.' Volgens velen is internet een bedreiging voor papieren bladen. Arjan denkt er anders over: 'Ik ben er van overtuigd dat gedrukte, papieren bladen blijven bestaan. Ik heb alle vertrouwen in het medium. Het draait om de manier van lezen. Een blad verast je. Anderen hebben gekozen wat jij gaat lezen. Op internet ga je gericht op zoek. Voorbeeld: als je paprika's in huis hebt, kijk je op internet naar wat je daarvan kunt maken. Lees je een magazine met het recept voor een heerlijke paprikasoep, dan ga je andersom aan de slag. Bladen inspireren! Trouwens, steeds meer adverteerders keren het vluchtige internet de rug toe en gaan terug naar het papier.' Een mooi voorbeeld van lezen op papier: 'Vrienden van ons hebben twee zoons in de tienerleeftijd. Die zijn uiteraard helemaal thuis in de virtuele wereld. Maar valt de Donald Duck eens in de week in de brievenbus, dan vechten de jongens er om!'

Center Parcs

Het werken in Meijhorst bevalt. 'Als je hier aan de achterzijde van het gebouw je werkplek hebt, ben je bevoorrecht', zegt Arjan. 'Kijk je uit het raam dan zie je eerst onze eigen tuin met een terras waar 's zomers foto's gemaakt worden van het eten waarover in de food-bladen geschreven wordt, daarachter dobbert het Grand Canal en dan kijk je tegen het Douglasbosje aan. Net Center Parcs! Vorig jaar winter hadden een paar mensen hun schaatsen meegenomen. Zij konden in de pauze zo vanuit de tuin het ijs op...'

Tekst: Hette Morriën en René van Berlo

Foto's: Jacqueline van den Boom

Snijbonen worden heel lang

Hoe kom ik aan deze kennis?

Omdat ik sinds dit voorjaar een volkstuintje heb maar toen wist ik nog niet waaraan ik zou beginnen.

Al vaker is er op deze plek gesproken over de moestuin 'De Valeriaan'. 12 inwoners van Lindenholt wilden graag een moestuin beginnen. Een moestuintje hebben is op de eerste plaats gezellig. Je deelt stekplantjes met elkaar en daardoor krijg je ineens groente in je tuin die je nog nooit gegeten hebt (raapsteeltjes!) Nog nooit gegeten maar lekker!

Je leert over de groeiwijze van planten want onderling worden tips voor de verzorging van planten uitgewisseld zoals:

- Moet broccoli, om het goed te laten groeien, worden afgedekt met een schutblad?
- Blijkt de vlinder, het Koolwitje, ineens een schadelijk insect te zijn.
- Leer je dat spruitjes aan een stengel groeien, dat je bieten wat verder van elkaar moet planten zodat er inderdaad een knol aan de plant kan groeien.
- Heeft een Riek langere 'tanden' dan een gewone hark.

Geïnspireerd geraakt? Doen!

Het is een leuke hobby maar een die wel véél tijd vraagt. Als u, in uw wijk, een aantal enthousiaste tuiniers kunt vinden, neem dan contact op met de wijkmanager van Lindenholt, Jeanette Stevens. Een welgemeend advies is wel om goed na te denken over het aantal planten wat je van één soort in je tuin gaat zetten.

Waarom?

Je moet niet te vaak van je huisgenoten te horen krijgen; 'eten we nu alwéér...' maar ook om te voorkomen dat je tientallen recepten moet doorworstelen, om iets anders te vinden wat nú kan worden klaargemaakt met dezelfde groenten van deze week.

Veel tuinplezier gewenst.

P.S. Hoe moet ik snijbonen invriezen; wel of niet blancheren?

Tekst en foto: Jacqueline Langenhuyzen



Wijkatelier Lindenholt

BUURTRESTAURANT WIJKATELIER LINDENHOLT

Zellersacker 1003

**EAT & MEET VOOR ALLE INWONERS VAN
LINDENHOLT, JONG EN OUD**

Liever samen eten, dan alleen?

Kom dan naar onze wijkmaaltijden: Een volledig 3-gangen menu

Omdat samen eten gezelliger is dan alleen. U bent welkom vanaf 18:00 uur
ledere eerste vrijdag van de maand.

Startdatum: 5 september 2014

In september en oktober 2014 **gratis**

Wil je zeker zijn van een plaatsje schrijf je dan alvast in. Dat kan op de volgende manieren:

Telefonisch: 06-55822951, per mail: linda@rohali.nl of linda@vincentiusnijmegen.nl of via briefje
in de brievenbus van het wijkatelier, Zellersacker 10-03.

Vermeld duidelijk dat je je aanmeldt voor de maaltijd van 5 september en geef je naam en adres
of telefoon nr. door en met hoeveel mensen je komt eten.

Mochten er specifieke dieetwensen zijn, overleg dan met ons. We bekijken met u wat de mogelijk-
heden zijn.



Het zal u niet zijn ontgaan, in Lindenholt ontstaat langzaam maar zeker een nieuw centrum: het Wijkatelier Lindenholt.

Het oude schoolgebouw aan de Zellersacker, bekend als de Brede School, zal beetje bij beetje worden omgevormd tot een modern centrum waar alle bewoners van Lindenholt zich thuis moeten gaan voelen.

Een belangrijke plek zal worden ingenomen door STIP; Steunpunt voor informatie, ontmoeting en advies in de wijk.

Het bijzondere van dit project is de samenwerking tussen diverse maatschappelijke en sociale instellingen. Een belangrijke rol zal worden ingenomen door de STIP, een plek waar u terecht kunt voor informatie, advies en ontmoeting, dichtbij huis.

Het is er voor iedereen die behoefte heeft aan enige vorm van informatie en ondersteuning. Ook wanneer er sprake is van een complex probleem, dan wordt zorgvuldig gekeken welke instanties daarbij moeten worden betrokken. Er wordt nauw samengewerkt met medewerkers van NIM Maatschappelijk werk, MEE en het Sociaal Wijkteam. Maar ook zijn er verbanden met de gemeente: Loket Zorg & Inkomen en Het Inter-lokaal. Veel aandacht gaat uit naar dagopvang en dagbestedingsprojecten voor die inwoners van Lindenholt die daar voor in aanmerking komen.

Veel is ook afhankelijk van bewoners die hun vrije tijd er aan willen besteden binnen een sfeer van pionieren, uitproberen en veel, veel ventiviteit.

Voorheen moesten deze mensen eerst nog worden vervoerd naar locaties in Nijmegen of verder weg. Nu is dat dicht bij huis. Organisaties die zich bezighouden met arbeidsvoorziening voor mensen met een beperking zijn belangrijke spelers in dit project. Niets is zo belangrijk als je gewaardeerd te voelen met

daarbij een mogelijkheid om jezelf verder te ontwikkelen, zeker wanneer er op de reguliere arbeidsmarkt weinig mogelijkheden zijn. Het Wijkatelier Lindenholt zal hiervoor optimaal de gelegenheid bieden. Professionals samen met vrijwilligers zullen hierin de kar gaan trekken. Dat zoiets niet een twee drie gerealiseerd is zal duidelijk zijn. Veel partijen moeten afspraken maken over het gebruik van het Wijkatelier en wat daarbij de rol zal zijn van de

groep professionals en vrijwilligers. Een plaats dus voor en door bewoners van Lindenholt, gewoon om eens langs te gaan voor een kop koffie en een praatje, of wanneer er een vraag leeft en behoefte is aan een deskundig advies.

Nu al is SOEPpie-DOEN iedere maandag een druk bezochte activiteit; gezellig soep eten met elkaar gekoppeld aan een wandeling als het weer het toelaat.

Nu al is SOEPpie-DOEN iedere maandag een druk bezochte activiteit: gezellig soep eten met elkaar en wanneer het weer het toelaat gekoppeld aan een wandeling.

Het Wijkatelier krijgt dus een echte buurtfunctie waarbinnen nu al verschillende organisaties hun activiteiten laten plaatsvinden. Het gebouw krijgt twee ruimtes: in de beschutte opvang kunnen mensen die begeleiding nodig

hebben en cliënt zijn van RIBW Nijmegen en Rivierenland terecht. De rest van de ruimte is bestemd als een open inloop voor alle buurtbewoners. Deze zijn niet strikt gescheiden. Het is de bedoeling om, waar mogelijk, activiteiten voor diverse doelgroepen in elkaar te laten overlopen.

Tot zover de stand van zaken tot nu toe. Planen zijn er dus in overvloed en waar het nu op gaat neer komen is het concreet maken van dit alles.

Veel overleg is nodig en ook de gemeente Nijmegen is er alles aan gelegen om dit ambitieuze project te doen slagen.

Er staat een behoorlijke verbouwing te wachten en ook betreffende de inrichting moet er nog veel werk worden verzet.

Dit alles met een uiterst bescheiden budget. Dat laat de leden van de huidige organisatie niet weerhouden om de zaken daadkrachtig aan te pakken.

Er moet veel creativiteit aan de dag worden gelegd om alle doelen te halen. Het interieur hoeft bijvoorbeeld niet nieuw te zijn en ook apparatuur mag al eerder gebruikt zijn.

Veel is ook afhankelijk van bewoners die hun vrije tijd er aan willen besteden binnen een sfeer van pionieren, uitproberen en veel, veel inventiviteit. Soms levert dat best frustratie op maar ook veel voldoening en plezier met elkaar!

Er is op dit moment vooral behoefte aan vrijwilligers die hierin een tastbare bijdrage kunnen leveren, zoals:

- Iemand met een architectuur achtergrond om mee te denken hoe het gebouw vormgegeven kan worden.
- Iemand die ervaring heeft met binnenarchitectuur.

In oktober moet de officiële opening plaats vinden. Dan zal nog niet alles volop in bedrijf

zijn maar technisch en ook operationeel zal het Wijkatelier Lindenholt uit de steigers moeten zijn.

Bent u nieuwsgierig en wilt u graag meedoen? Neem contact op met de Coördinator Wijkatelier Lindenholt, Hein van Teeffelen:

06 21 35 12 60



Agneskerk Lindenholt: Jaarmarkt 2014



Het is inmiddels niet meer weg te denken in Lindenholt: De **Jaarmarkt bij de Agneskerk** aan de Agnetenweg Lindenholt. Dit keer op **21 september** vanaf ca. 11 uur!

Al meer dan 20 jaar wordt er aan de St. Agnetenweg bij de Agneskerk de jaarmarkt gehouden. Niet zomaar een markt!! Nee, een kwaliteitsmarkt waar velen naar toe trekken voor ontmoetingen, een drankje, een hapje en vooral voor kijken naar en kopen van de fantastische spullen die door vele buurtbewoners bijeengebracht zijn.

En dan de kinderen! Niet weg te krijgen bij al dat vermaak met luchtkussens, oud-Hollandse spellen en het schminken.

Dat de Agneskerk per 1 januari 2014 deel uit maakt van de **Parochie H. Stefanus** heeft gelukkig geen invloed op het enthousiasme van de vrijwilligers. Of het nu om het onderhoud van de kerk gaat, de organisatie van de kerkdiensten, het papier ophalen, de organisatie van de Jaarmarkt, etc. etc. Het blijft gewoon doorgaan!

Belangrijk natuurlijk, want financieel moet elke parochiekerk zijn eigen broek ophouden. Dit wordt gedaan middels de jaarlijkse geldin-

zameling Actie Kerkbalans maar in Lindenholt doen we dit ook door het ophalen van oud papier via de DAR en natuurlijk de Jaarmarkt. Opbrengsten worden besteed aan o.a. de diaconale activiteiten die een kerkgemeenschap doet, zeg maar hulp bieden aan wie dat nodig heeft. Zieken, ouderen of andere hulpbehoeftigen maar ook aan de actieve jongeren binnen de kerk. Daarom is de inzet van vrijwilligers o belangrijk!

Daarbovenop wordt maandelijks een zogenoemde **diaconie zondag** gehouden waarbij men levensmiddelen kan geven dat door de voedselbank weer verspreid wordt maar ook door verkoop van loempia's vanuit onze Vietnamese gemeenschap voor de oorlogsslachtoffers in Vietnam en de verkoop van sieraden en kleding uit Bali zodat de mensen in Bali daar werk aan hebben en kinderen door de opbrengst naar school kunnen!

Maar nu de jaarmarkt!

Vele vrijwilligers helpen mee om dit tot een succes te maken. Het inzamelen van de goederen maar ook de publiciteit, de vergunning, informeren van de buurt, het opbouwen en afbreken, het vergt allemaal veel aandacht.

De goederen voor de verkoop op de markt kunnen ingeleverd worden bij de loods aan de St. Agnetenweg 45. Gelukkig heeft de familie Theunissen wederom deze loods ter beschikking gesteld! Inleveren kan op de zaterdagen 23 + 30 augustus en 6 + 13 september van 09.00 – 12.00 uur.

De markt zelf is op **zondag 21 september 2014** vanaf ca. 11:00 uur, na afloop van de mis van 10:00 uur. Er is veel aandacht voor kinde-

ren met allerlei spelletjes en schminken maar ook voor de inwendige mens. Koffie + gebak, broodjes worst en de overheerlijke loempia's. Er zal live muziek aanwezig zijn en om 16.00 uur zal een loterij plaatsvinden met geweldige prijzen en een hoofdprijs ter waarde van € 250.

De ervaring leert dat als de markt even na elven geopend wordt, de koopjesjagers naar de al op afstand ontdekte unieke goederen stormen. De verkopers achter de kramen kunnen de drukte dan nauwelijks aan.

Op de zaterdag ervoor zijn de kramen al opgebouwd en het marktterrein met hekwerken afgezet. Op zondagmorgen wordt al vroeg door de verkopers begonnen om de kramen er als toonkamers te laten uitzien. Klanten moeten er getrokken worden, dus aandacht voor uitstraling is van belang.

We hopen ook dit jaar dat onze cateringstand weer goede zaken gaat doen!

Kraam huren? Er is de mogelijkheid om een complete kraam te huren voor € 30,00. Bel dan Bart Klein. Zie telefoonnummer hieronder.

Op bijgaande foto's een impressie van de markt van vorig jaar.

WE ZIEN U TOCH OOK OP 21 SEPTEMBER?

Kernteam Jaarmarkt 2014:

Paula Klein 024 373 01 96

Bart Klein 06 272 34 824

Theo Jongmans 024 378 93 85 / 06-128 72 959

Chris Engelaar 024 378 06 51 / 06-109 14 550

Tekst en foto's Chris Engelaar, in naam van de werkgroep Jaarmarkt





Vieringen in de Agneskerk

Zondag 10.00 uur Eucharistieviering.

Donderdag 7.45 uur Meditatief Morgengebed.

Elke derde zaterdag van de maand is er om 16.00 uur Poolse eucharistieviering.

Viering met aandacht voor kinderen

Elke laatste zondag van de maand is er een (eucharistie)viering met het kinderkoor de Linderakkertjes. Deze vieringen hebben speciale aandacht voor de kinderen. In de komende tijd zijn ze op 28 september en 26 oktober.

Bereikbaarheid

Het parochiecentrum, en dus ook de kerk en het Stiltecentrum is elke werkdag open van 10.00 uur tot 12.00 uur.

Tijdens deze uren is er een gastvrouw of gastheer aanwezig. De andere uren kunt u ons bereiken op 024-3777778 via het nummer dat u te horen krijgt op het antwoordapparaat.

Diaconiezondag: elke eerste zondag van de maand

In het parochiecentrum is er na de viering verkoop van loempia's. De opbrengst komt ten goede aan de oorlogsslachtoffers in Vietnam. Verder is er verkoop van sieraden en kleding uit Indonesië voor scholing en gezondheidszorg op Bali. Er is ook een inzameling voor de Voedselbank. We nemen van huis langer houdbare levensmiddelen mee, die naar het depot van de Voedselbank Nijmegen gaan.

Introductieweek parochie heilige Stefanus

In de tweede week van september vindt de parochiebrede Introductieweek plaats. Een goede start van het nieuwe schooljaar. Naast de gewone activiteiten organiseren we die week extra bijeenkomsten. Deze zijn bedoeld voor alle geïnteresseerden en om de contacten tussen de locaties binnen de parochie te versterken. Het definitieve programma vindt u op de website

van de parochie www.stefanus.nl

Maandag 8 september: 19.00 uur mis ter ere van het hoogfeest Maria Geboorte in de Maria Geboortekerk. Dinsdag 9 september: 20.00 uur lezing over de spiritualiteit vanuit de Antonius van Paduakerk, in de Goede Herder. Woensdagmiddag 10 september: 14.30 uur – 16.00 uur bloemschikken met kinderen en ouders, mogelijk in huize Nijveldt.

Woensdagavond 10 september: 20.00 uur – 22.00 uur Taize zingen in de Antonius van Paduakerk.

Donderdagavond 11 september: iets voor de jongeren, maar dat moet nog uitgewerkt worden.

Zaterdag 13 september: alle locaties stellen hun kerk open ter bezichtiging.



Dopen

Om uw kind aan te melden voor zijn of haar doop kunt u contact opnemen met ons parochiecentrum. Dit is 's morgens bereikbaar tussen 9:30 uur en 11:30 uur (tel: 024-3777778). De aanwezige gastvrouw zal dan uw gegevens noteren waarna u door iemand van de werkgroep doopvoorbereiding wordt teruggebeld voor verdere informatie en eventuele afspraken.

U kunt ook een mail met de doopvraag sturen naar info@parochielindholt.nl. De data waarop tijdens een viering gedoopt kan worden zijn voor de komende tijd op de laatste twee zondagen van de maand.

Houdt u er svp rekening mee dat er vóór de doop twee voorbereidingsbijeenkomsten zijn? Voor volwassenen die gedoopt willen worden is er een apart traject.

Website

Omdat we in de Agneskerk werken met gastvoorgangers wil het soms wel eens gebeuren dat er een viering van voorganger 'wisselt'. De meest actuele info vindt u op de website www.parochielindholt.nl



Marc groet de dingen

In mijn middelbare schooltijd kregen we literatuuronderwijs. We lazen klassikaal gedichten en verhalen uit de Nederlandse literatuur van de 12e tot de 20e eeuw. Eén van die gedichten was van Paul van Ostaïen, Marc groet 's morgens de dingen. Het gedicht zei me in die tijd helemaal niets. Wat was er nu zo bijzonder aan het feit dat Marc 's morgens de dingen groet? Toch helemaal niets? Maar juist dit gedicht kwam in de afgelopen tijd weer bij me bovendrijven. Met alles wat we in de afgelopen tijd meegemaakt hebben, al de mensen die niet meer thuis komen, is het heel speciaal je te realiseren dat je elke dag de gewone dagelijkse dingen mag ontmoeten en er ook plezier in mag hebben. Eigenlijk is juist het dagelijkse de grote draagkracht van ons leven. Natuurlijk, we willen allemaal ook wel eens wat anders zien dan het uitzicht uit ons eigen raam. In de vakantie trekken er veel mensen op uit. En daar is ook niets op tegen. Thuisgekomen hoop ik dat ons eigen raam ons ook nog steeds of opnieuw veel plezier zal geven. Iemand zei eens tegen me: het heeft na het overlijden van mijn man zeker 5 jaar geduurd voor ik weer plezier kreeg in de sneeuwklakjes die in het voorjaar hun kopjes omhoog steken in mijn voortuin. Ja, verdriet en rouw vragen hun eigen tijd, maar drukken ons ook met de neus op ons eigen stukje wereld. Misschien willen we veranderingen, of aanpassingen voor ons eigen raam, aangezet door nieuwe (vakantie)indrukken, maar laten we vooral blij zijn met het feit dat we de dingen om ons heen kunnen groeten.

Bettineke van der Werf

werkgroep pastoraat, Agneskerk Lindenholt



Mary Brandsma

Niemand kan er omheen, wanneer je het parkeerterrein opkomt is het eerste wat opvalt het boegbeeld van het winkelcentrum: Wereldwinkel, de Fairtrade cadeauwinkel.

Wereldwinkel Nijmegen Dukenburg is één van de 360 Wereldwinkels in Nederland. Het is een bescheiden, maar goed lopende cadeauwinkel in de wijk Meijhorst en wordt gerund door ruim 20 enthousiaste vrijwilligers. De



verkoop in de winkel vormt een belangrijk onderdeel van het werk van de medewerkers. Daarnaast is het mogelijk actief te zijn in het bestuur, de inkoopgroep, de winkelgroep of de PR. De Wereldwinkel bestaat landelijk al 45 jaar, in Dukenburg nog maar 25 jaar en dat wordt binnenkort gevierd.

Toen Mary 64 werd is zij gestopt met werken en na een bezoekje aan de wereldwinkel heeft zij zich aangemeld om daar als vrijwilligster aan de slag te gaan. Dat was ongeveer drie jaar geleden. Al spoedig werd zij gevraagd om mee te helpen bij de PR. Geen wonder, bij de universiteit heeft zij veel ervaring opgedaan in het organiseren van congressen, het ontwerpen

Mary Bandsma verzorgt de PR bij Wereldwinkel in de Meijhorst Dukenburg

van folders en het runnen van de administratie van het Bureau van de Pedel. Allemaal ingrediënten waar deze wereldwinkel graag gebruik van wilde maken.

Mary: 'Alles wat wij verkopen is gemaakt op basis van het bestaan van de menselijke oorsprong.



Mary samen met Leontien (l) en Marijke.

Ik heb veel bewondering voor de manier waarop alles tot stand komt in de derde wereld en dat vaak voor zo weinig geld moet worden verkocht. De Wereldwinkels streven naar een rechtvaardige prijs voor al hun producenten, zoals o.a. zilversmeden, pottenbakkers en koffieboeren, waardoor die weer in de gelegenheid zijn om een normaal menswaardig bestaan op te bouwen. Al onze producten zijn gemaakt met



respect voor mens en milieu en dat wordt door de landelijke organisatie dan ook regelmatig getoetst. Mij geeft dat een goed gevoel, daar doe ik het voor.'

Tegenwoordig zie je ook in de supermarkt veel 'Fairtrade producten' liggen. 'Dat vinden we alleen maar geweldig! Het betekent immers dat de consument gevoelig is voor onze argumenten en doelstellingen! Wij willen graag dat de gemeente Nijmegen Fairtrade gemeente wordt en een van onze bestuursleden is druk bezig er voor te zorgen dat dit wordt gerealiseerd. In Nederland zijn 47 gemeenten Fairtrade gemeenten.

Na de verbouwing in de zomer van 2013 zien de medewerkers ook steeds meer jonge mensen de winkel binnenkomen. Dat komt vooral door de wat modernere uitstraling van het geheel na de heropening. Zo was vroeger de slogan: Wereldwinkel van en voor wereldburgers. Tegenwoordig is het: Wereldwinkel; de Fairtrade cadeauwinkel. Dat geeft al een beetje aan hoe de ontwikkelingen verlopen. Van een wat stoffig idealistisch imago naar een eigentijdse uitstraling met moderne ideeën over de uitdagingen op het gebied van wereldhandel en verdeling van welvaart.

Tekst en foto's: Gerard van Bruggen



Stichting Koprol actief in Lindenholt



Stichting Koprol organiseert sport- en spelactiviteiten voor mensen met een beperking. Het gaat hier om mensen die graag willen sporten en niet (meer) kunnen deelnemen aan het reguliere sportcircuit.

Zo organiseert Stichting Koprol bijvoorbeeld sport- en spel voor mensen met COPD, een hartaandoening, rolstoelbasketbal, en zwemmen voor kinderen van 6 tot 12 jaar met een handicap.

Alle activiteiten vinden plaats onder deskundige begeleiding van fysiotherapeuten en bewegingsagogen en zijn afgestemd op de mogelijkheden, wensen en belastbaarheid van de sporters. Op dit moment sporten ca. 400 mensen wekelijks bij Stichting Koprol.

Nijmegen en meer . . .

Het succes van KOPROL geniet landelijke belangstelling. Het bestuur van de stichting wil eerst voor Nijmegen en omstreken de continuïteit veilig stellen.

Inmiddels is dit stadium bereikt en heeft Stichting Koprol haar vleugels uitgespreid over grote delen van Gelderland (de driehoek Arnhem-Apeldoorn-Wageningen), Noord-Limburg en Noord-Brabant.

Marijke van Diggelen is een van de bestuursleden van de stichting en zij voegt hieraan toe: 'Veel mensen zijn niet of onvoldoende op de hoogte van de activiteiten die stichting Koprol organiseert en wat die voor de betreffende mensen kan betekenen. Wij zien graag dat huisartsen en ook fysiotherapeuten deze mensen doorverwijzen. Later zijn zij daar zo dankbaar voor!'

Marijke verwijst trots naar een artikel in het Nijmeegse zakenmagazine Business waarin uitgebreid aandacht wordt besteed aan de acti-

viteiten en ook de doelstelling van de stichting. Marijke: 'Naast het sporten wordt ook het maatschappelijke aspect van een beperking niet vergeten en bieden wij ook op dat vlak de nodige ondersteuning.'

In Lindenholt kunnen belangstellenden al terecht bij de volgende groepen:

Bewegen voor ouderen

Er is een (gym)zaal beschikbaar, waar de groep in principe iedere week terecht kan. Bij mooi weer wordt gesport in de beweegtuin, bij slecht weer in het wijkcentrum.

Er wordt wekelijks gesport met deze groepen met uitzondering van de schoolvakanties. De begeleider op deze groepen is zowel fysiotherapeut als bewegingsagoog.

Juist deze combinatie zorgt voor de juiste balans en afwisseling tussen oefeningen en sport- en spelactiviteiten.

Tijdens de les worden de deelnemers zoveel mogelijk uitgedaagd op alle motorische aspecten, zoals coördinatie, lenigheid, uithoudingsvermogen, kracht en snelheid. De activiteiten zijn dusdanig aangepast dat er naast "lekker sporten en bewegen" goed gewerkt wordt aan de motoriek.

Lestijden en locaties:

Maandag: 10.45 tot 11.45 uur; Wijkcentrum De Brack / Beweegtuin Leuvenbroek.

Medische fitness voor CNA

Op woensdag wordt er enthousiast gesport door een groep CNA patiënten (Centraal Neu-

rologische Aandoeningen).

Onder begeleiding van een fysiotherapeut werken zij op de fitnessapparaten aan hun conditie en lichaamsbalans. Ook mensen die rolstoelgebonden zijn kunnen hieraan deelnemen.

Lestijd & locatie

Woensdag: 20.00 tot 21.00 uur in Gezondheidscentrum Lindenholt.

Medische fitness diabetes

Tijdens deze lessen wordt er aan medische fitness gedaan, maar wordt er ook aandacht besteed aan sport en spel.

De sporters komen elke week samen om op leuke wijze allerlei (gymnastiek)oefeningen te doen ter verbetering van de conditie en spierfunctie. Deze groep wordt begeleid door een fysiotherapeut.

Lestijd en locatie:

Woensdag: 19.00 tot 20.00 uur in Gezondheidscentrum Lindenholt.

Ben je ook geïnteresseerd in deelname aan één van deze sportgroepen? Neem contact op met het secretariaat van Stichting Koprol. We maken dan direct een afspraak om te starten met een kennismakingsles.

Overige activiteiten in Nijmegen zijn:

- Elektrisch rolstoelhockey
- Monki zwemmen kinderen
- Medische fitness
- Rolstoel Basketbal
- Sport en spel CNA
- Sport- en spelgroep jongeren
- Sport en spel COPD/Astma
- Sport en spel hart
- Staand- en rolstoelbadminton
- Tafeltennis
- Tai chi
- Zitvolleybal
- Zwemmen hemofilie

Voor alle overige informatie kijk op www.stichtingkoprol.nl en op Facebook.

Gewoon bellen kan natuurlijk ook:

024-344 21 11

Tekst: Gerard van Bruggen

Foto's: Stichting Koprol





"Ik dacht dat ik gek was, maar door de groep heb ik ervaren dat wat ik voel normaal is in een rouwproces"

Bent u (onlangs) een dierbare verloren?

Het is altijd zeer ingrijpend om een dierbare te verliezen. Voor de nabestaanden staat het leven stil. NIM organiseert gespreksgroepen waar u aan kunt deelnemen als u een dierbare bent verloren.

Er zijn twee verschillende groepen. Een groep voor volwassenen die een dierbare verloren hebben en een groep voor mensen van 50+ die hun partner hebben verloren.

De gespreksgroepen bestaan uit 10 bijeenkomsten. Elke bijeenkomst heeft een thema. Thema's die aan de orde komen zijn o.a.: het afscheid, alle voorkomende emoties, reacties uit de omgeving, het gemis, de leegte en wat betekent dit op alle levensvlakken. Deelnemers kunnen zelf ook thema's aandragen.



De groepen starten weer in het najaar en vinden plaats op de Panovenlaan 1 in Nijmegen. Voor aanmelden en meer informatie kunt u ons bellen op 024-3232751 of mailen naar info@nim.nl

→ www.nim.nl



Vrijwilligerswerk doen waar je gelukkig van wordt



Zet je vrije TIJD om in positiVTIJD voor Wereldwinkel Nijmegen Dukenburg

Op korte termijn gezocht: medewerkers voor de winkel. Mail voor meer informatie naar: secretariaatwvd@gmail.com

Wereldwinkel Nijmegen Dukenburg
Meijhorst 70-01A, 6537 EN Nijmegen
telefoon: 024 - 345 01 96
www.nijmegen.wereldwinkels.nl

Anita's hairstyling : Haarwerken

Gecertificeerd ANKO haarwerk specialist



ANKO haarwerkspecialist

Slecht, dun of tijdelijk geen haar? Wij ontnemen u uw zorgen! Niemand hoeft te zien dat u een haarwerk draagt. Door met u mee te denken en te kijken wat écht bij u past zoeken we samen naar een prachtig eindresultaat! Anita onderscheidt zich door haar jarenlange expertise in het kappersvak te combineren met haar specialisatie in haarwerken. De meer dan ruime keuze in haarwerken wordt door Anita geknipt en gestyled tot een model wat gegarandeerd bij uw gezicht, stijl en persoonlijkheid past.

Wij declareren rechtstreeks voor u bij alle zorgverzekeraars!

Deskundig en eerlijk advies • Veel privacy • Bezoek aan huis mogelijk
Kwalitatief hoogwaardige haarwerken • Maatwerk • Make-up advies
Meer dan 100 (kleur)mogelijkheden • Leuke accessoires

Persoonlijk • eerlijk • discreet

Neem contact met ons op voor een afspraak in één van onze salons. U kunt 6 dagen per week bij ons terecht voor een gratis en geheel vrijblijvend advies.

St. Agnetenweg 50 • T (024) 378 31 37 • Voorstadslaan 263 • T (024) 82 00 262
www.anitahairstyling.nl/haarwerken • info@anitahairstyling.nl

Extensions • Haarwerken • Kinderfeestjes • (Bruids)visagie • Metamorfoses

Schwarzkopf
PROFESSIONAL

AGB-code
zorgverlener:
76-087176





Yogagroep 'De Kampenaar'

In september 2011 ben ik in het vernieuwde wijkcentrum 'De Kampenaar' begonnen met een nieuwe yogagroep.

Na 17 jaar vrijwilligerswerk in Lindenholt vond ik het tijd worden voor iets anders. Bij mijn vrijwilligerswerk gebruikte ik al yoga om de mensen te leren ontspannen en tot rust te laten komen. Het was voor mij dan ook een logische keuze om met yoga verder te gaan. Ik ben gestart met 1 groep op de vrijdagmorgen. Omdat er steeds meer vraag naar yoga kwam en ik met kleine groepen wil werken is er een tweede groep bijgekomen. Het zijn leuke groepen met zowel vrouwen als mannen van verschillende leeftijd.

De yoga die ik geef is de Hatha-yoga. In mijn yogalessen wil ik op een praktische en nuchtere manier de mensen laten ervaren wat yoga doet.

Vrijdag 12 september a.s. start er weer een nieuwe serie lessen. Deze lessen worden gegeven op vrijdagmorgen van 9.00 tot 10.15 uur en van 10.15 tot 11.45 uur.

Anneke Akkers-Deen, yogadocente

Informatie en aanmelden via e-mail:
anneke@akkers.nl of tel. 06-21590904

Stichting Gildegein organiseerde op vrijdag 27 juni het ORANJE-BAL in 't Zwaantje

Het was weer zover, de laatste thema-disco van dit schooljaar.

Meer dan honderd kinderen uit de groepen 6, 7 en 8 kwamen gezellig dansen op de muziek van onze eigen D.J. Jopie en junior D.J. Lars.

Het werd weer een dolle boel en zelfs de polonaise werd gedaan. Velen waren verkleed, konden twee drankjes krijgen bij de bar en limonade met een snoepje op de kraam.

Hannie Toonen



Talis Ballonnenwedstrijd

Tijdens "De dag van Lindenholt" heeft Talis een ballonnenwedstrijd gehouden.

Veel kinderen die deze dag bezocht hebben, hebben bij de Talis-kraam hun naam en adres op een kaartje vermeld en de ballon opgelaten. 21 juli was de sluitdatum voor de kaartjes.



De winnaar is bekend:

Jeruscha uit Beuningen heeft de VVV-bon ter waarde van €75 gewonnen. Proficiat, Jeruscha!

Deze ballon is helemaal naar Oostenrijk gevaren, naar Karlstein an der Thaya. Dat is 965 km van Nijmegen. Een hele reis dus.

Talis stuurt alle kaartjes die ze terug heeft ontvangen, terug naar degene die de ballon heeft opgelaten. Dan kun je zelf zien waar je ballon terecht is gekomen.

We vinden het leuk dat zoveel kinderen mee hebben gedaan.

Mike Kuijpers, Marlies van Dijk, Hendrik de Groot en Norma Goossens



UITNODIGING FANCY-FAIR Nehemia Ministries

30 AUGUSTUS is er in het gebouw van de kerk v/d Nazarener een leuke fancy-fair, met allerlei mooie tweedehands spullen zoals kleding, huisraad, zelf gemaakte nieuwe artikelen, heerlijke hapjes en drankjes en nog veel meer te koop en voor kinderen is er gelegenheid om geschminkt te worden.

De entree houden we laag, 0,50 p.p. Kom en geniet van deze leuke fancy-fair. Vanaf 10.30 u. bent van harte welkom!! We sluiten de markt om 16.00 u.

Tot 30 augustus a.s.

Adres: Kerk van de Nazarener Gildekamp 60-01 (zijstraat Agnetenweg)

Annette van der Waerden (Nehemia Ministries Int.) 7 juli 2014

Straatfeest Zellersacker

Zaterdag 6 september feest voor de 14de en 15de straat.

Van 12.00 uur tot 17.00 uur voor de kinderen: springkussen, diverse activiteiten, pannenkoeken eten. Vanaf 18.00 uur tot 20.00 uur voor de volwassenen: Een lekkere BBQ; Neem zelf je drankje mee. Vanaf 20.00 uur tot voor de volwassenen: gezellige muziek en bijkletsen. Neem zelf je drankje mee.

Wat kost het? Kinderen tot 1 jaar gratis. Van 1 tot en met 12 jaar €4,- per kind. Vanaf 13 jaar €12,- per persoon voor de BBQ. Kom je na de BBQ dan kost het je niets. Betaling uiterlijk 1 augustus.

Hoe kan ik me opgeven? Stuur voor 1 juli een mail naar: zellersackernijmegen@gmail.com. Of geef het door aan familie Dingemans, Zellersacker 1426

In memoriam

***16-07-2014** Mama heeft de respectabele leeftijd van 91 jaar mogen bereiken.

"Wat mij het meest bij zal blijven is ons laatste gesprek "mama"... Op 27 juni, de herdenking van de sterfdag van papa... (12 jaar geleden)

Ik bracht je 'een Edelweiss...', je was geraakt !!! Papa had voor jou in Oostenrijk de bergen beklommen om aan jou deze bloem, symbool van 'zijn liefde, trouw en bescherming te schenken. Dit gebaar heeft mij altijd diep ontroerd...

Dit was het laatste moment mama die wij samen in leven deelden..."!



Eerst een stukje autobiografie: ik ben opgegroeid in een doorsnee arbeidersgezin met zeven kinderen. Ik ben nummer zes in de rij van zeven. Zeven verschillende karakters, zeven verschillende eilandjes met ieder zijn of haar eigen verhaal. Dit is mijn verhaal, in een notendop... Als kind was ik verlegen, dan weer de clown, schreef mijn eigen toneelstukjes en leefde vooral teruggetrokken in mijn eigen wereldje, was koppig, rebels en eigenwijs. Ik zocht altijd mijn eigen weg. Ik voelde me vaak alleen, heel erg eenzaam en bleef dan uren op het kerkhof bij mijn onbekende soldaat. Hij die had gevochten en op jonge leeftijd was gesneuveld voor mijn vrijheid. Er was niemand die wist hoe ik mij voelde en niemand om mee te praten.

Mijn allereerste herinnering aan thuis is dat ik weggroep in de grote stoel naast de kolenkachel achter het houten wasrek waar de was hing te drogen, in een diepe slaap. Niemand kon mij hier vinden...

Mijn ouders wilden emigreren naar Amerika, daar was toentertijd volop werk. Het verliep echter anders. John F. Kennedy werd vermoord (22 november 1963) en onze moeder werd ziek. Zij was dertien jaar lang medicijnafhankelijk. Na jarenlang worstelen met haar problemen kwam mama er weer langzaam bovenop. Tijdens haar afkickperiode die thuis volgde werd zij broodmager, haar moeder overleed en zij herkende haar eigen kinderen niet meer... Dit alles heeft op ons gezin een heel zware impact gehad. Pas sinds enkele jaren weet ik dat wij KOPP kinderen zijn. Ik had eerder nog nooit van deze term gehoord, 'Kinderen van Ouders met Psychiatrische Problemen', 'kwetsbare kinderen... samen en ook alleen ontdekte ik de complexiteit binnen ons turbulente gezin...

In onze tienerjaren zijn wij als het ware een voor een ons ouderlijk huis uitgevlucht. Ik was zeventien jaar en acht maanden oud toen ik hartje winter alleen op de wereld stond, zonder winterjas... Ik moest zien te overleven... nog steeds springen er hete tranen in mijn ogen bij de vele herinneringen die als flarden uit een ver verleden aan mijn geestesoog voorbijtrekken.

Wanneer een dierbare sterft verlies je jezelf in pijn en verdriet. "Dat wat je niet kan veranderen moet je accepteren, aanvaarden, het een plekje geven... dat rouwproces kost tijd en ieder van ons doet dat op geheel eigen wijze.

Soms kan je je als mens heel erg alleen en eenzaam voelen en tegelijkertijd ben je in het alleen-zijn weer samen met anderen. Deze gedachte geeft mij troost. 'Hoe overleef ik na dit verlies mijn familie?'

'Laat me... Laat me vrij... Laat mij mijn eigen gang maar gaan...!!!'

Gemma Yildiz

Heb je behoefte om te reageren op deze column, dat kan via mijn e-mail gemma-yildiz@hotmail.com

Wonen vanaf € 235,= per maand

Eerste koopwoning? Portaal opent deuren!
Ga naar kopenbijportaal.nl

PORTAAL

Tandem Welzijnsorganisatie Nijmegen jongerenwerk Lindenholt

Activiteitenoverzicht jongerenwerk Lindenholt seizoen 2014 / 2015

**Vanaf maandag
25 augustus zijn de
jongerencentra weer
geopend**

Jongerencentrum de Sprok

Adres: Weteringweg 51

Openingstijden:

Maandag 19:00 tot 21:00

Dinsdag 15:00 tot 17:00 en 19:00 tot 21:00

Woensdag 15:00 tot 17:00 en 19:00 tot 22:00

Donderdag 15:0 tot 17:00 en 19:00 tot 22:00

Jongerencentrum de casa kamp

Adres: Zwanenstraat 1A

Openingstijden:

Maandag: 15:30 tot 17:30 (Meidenclub & in-loop)

Woensdag 15:30 tot 17:30 en 18:30 tot 20:30

Donderdag: 18:30 tot 20:30

In de maand september zal er door de dansschool Urban Academy Nijmegen een reeks hip-hop en dance-hall danslessen gegeven worden.

De danslessen zullen plaats vinden in Jongerencentrum de Sprok. Voor meer informatie kun je contact met ons opnemen.

Of je kunt ons volgen op facebook, [facebook.com/jongerenwerkklindenholt](https://www.facebook.com/jongerenwerkklindenholt)

Als je zelf nog een leuk idee hebt voor activiteiten dan horen we dit graag van je!

Groeten de jongerenwerkers;

Arno ten Dolle (jongerenwerker) 06 30509286

Thomas Balvers (jongerenwerker) 06 30192191

Gabi Verzu

(Meiden- en kinderwerkster) 06 19136268

[Facebook.com/jongerenwerkklindenholt](https://www.facebook.com/jongerenwerkklindenholt)



K i d s w o r l d

Op deze pagina komen de **kinderen uit Lindenholt** aan het woord door middel van mooie tekeningen en/of verhaaltjes.

Opsturen naar: v.montis@hotmail.com of gewoon in de bus stoppen: Heeskesacker 1203.



Deze tekening gaat over de middeleeuwen en is gemaakt door Joël Montis; Hij is 9 jaar en gaat na de vakantie naar groep 6.



Dit schilderwerk met vlakken is gemaakt door Nathan. Hij is zes jaar en gaat na de vakantie naar groep 3.



Zondag 7 september houdt Basketbalvereniging Wildcats een open dag met fancy fair van 13.30 uur t/m 17.30 uur.

Locatie: sporthal de Horstacker.

Tijdens deze open dag kunnen leden en niet leden een toernooitje spelen, zijn er hotshot wedstrijden, kunnen kinderen t/m 12 jaar aan hun skills werken en zijn er in en om de sporthal leuke activiteiten waaronder schminken, hamburger verkoop, spelletjes, loterij en nog veel meer.

Tevens kunnen kinderen meedoen met een kleurwedstrijd door de kleurplaat in te leveren op de open dag.

Voor meer info kunt u een mail sturen naar: activiteiten@wildcats-nijmegen.nl

Kleurplaat inleveren op 7 september 2014 op de open dag van Basketbalvereniging Wildcats, Sporthal de Horstacker, Nijmegen

Naam:

Leeftijd:

Telefoonnummer:



Ontdek de cursus in Nijmegen

**Vanaf 2 september
iedere dinsdag om 10 u
Wijkcentrum de Brack
Leuvensbroek 12 00
6546 XS Nijmegen**

**Aanbieding:
1e maand Combi Pas
gratis! (t.w.v. €39,95)***



Bij een abonnement van
6 maanden. Meer informatie
bij je coach!

www.weightwatchers.nl
 www.facebook.com/weightwatchersnederland
 www.pinterest.com/wwnederland
 www.twitter.com/ww_nederland

 **WeightWatchers®**

Deze actie is alleen geldig bij een nieuwe of een (her)inschrijving waarbij een Combi Pas abonnement voor 6 maanden wordt afgesloten. Tussentijds opzeggen is niet mogelijk. De actie is geldig van 26-8-2014 t/m 11-10-2014. Ga naar www.weightwatchers.nl/combipas voor alle voorwaarden van deze actie.

OPEN DAG 'DE INLOOP' OP 30 AUGUSTUS

In september start De Inloop weer met haar (deels vernieuwde) cursusaanbod. Nieuw dit jaar is, dat we ons met een aantal cursussen richten op een groep mensen, die óf door overgewicht óf door andere redenen zich niet gemakkelijk kunnen bewegen maar dat wél graag zouden willen. Wij hopen dat deze mensen zich over hun angst of schaamte heen kunnen zetten en zich voor één van deze cursussen gaan inschrijven en zo de weg op gaan naar een lichtere en gezondere toekomst!

Ook een nieuwtje van het huidige bestuur: Lineke Otzen en Micheline Debrae stoppen er na komend seizoen mee. Lineke heeft volgend jaar 20 jaar bestuur erop zitten en ze wil meer tijd hebben om haar andere werk te doen. Micheline woont al enige tijd niet meer in Lindenholt en wil meer tijd aan haar kleinkind schenken. Zij blijft nog wel aan als docente Frans. Er wordt dus met smart gezocht naar opvolgers om deze cursusorganisatie met +/- 200 cursisten per seizoen verder te besturen.

Wij gaan in september in het Wijkcentrum De Brack weer beginnen met de volgende cursussen:

(voor de volledige cursusbeschrijvingen: kijk op www.deinloop.nl of let op uw brievenbus. De folder wordt verspreid op 24 augustus en is ook te krijgen bij wijkcentrum De Brack, de beide gezondheidscentra in de wijk en in de Openbare Bibliotheek.

	Aantal / Prijs	Start	Dag	Tijd
☐ Mandala tekenen	8 lessen €10,00	15 sep	Maandag	19.30 – 21.30 u
☐ Fotoalbum maken	4 lessen €25,00*	15 sep	Maandag	20.00 – 22.00 u
☐ Op zoek naar jezelf	10 lessen €37.50*	16 sep	Dinsdag	09.00 – 10.30 u
☐ Spaans beginners	25 lessen €62.50	16 sep	Dinsdag	10.45 – 12.15 u
☐ Spaans beginners +	25 lessen €62.50	16 sep	Dinsdag	09.00 – 10.30 u
☐ Frans beginners +	25 lessen €62.50	30 sep	Dinsdag	13.00 – 15.00 u
☐ Bewegen Op Muziek 50+	30 lessen €75,00	16 sep	Dinsdag	14.00 – 15.00 u
☐ Bewegen voor Gewichtige Mensen	30 lessen €75,00	16 sep	Dinsdag	15.15 – 16.15 u
☐ Yoga light	9 lessen €22,50	1 okt	Woensdag	13.30 – 15.00 u
☐ Workshop Mozaïek I	4 lessen €30,00*	1 okt	Woensdag	19.00 – 21.30 u
☐ Workshop Mozaïek I	4 lessen €30,00*	12 nov	Woensdag	19.00 – 21.30 u
☐ Computercursus I	10 lessen €45.00	17 sep	Woensdag	09.00 – 10.30 u
☐ Computercursus II	10 lessen €45.00	17 sep	Woensdag	10.45 – 12.15 u
☐ Bewegen Op Muziek I	30 lessen €75,00	17 sep	Woensdag	19.00 – 20.00 u
☐ Yoga I	30 lessen €75,00	17 sep	Woensdag	09.15 – 10.15 u
☐ Yoga II	30 lessen €75,00	17 sep	Woensdag	10.45 – 11.45 u
☐ Yoga III	32 lessen €80.00	17 sep	Woensdag	18.45 – 19.45 u
☐ Yoga IV	32 lessen €80.00	17 sep	Woensdag	20.00 – 21.00 u
☐ Kantklossen	30 lessen €75,00	18 sep	Donderdag	09.30 – 11.30 u
☐ Linedance I	30 lessen €75,00	18 sep	Donderdag	20.00 – 22.00 u
☐ Bewegen Op Muziek II	30 lessen €75,00	19 sep	Vrijdag	09.15 – 10.15 u
☐ Aangepast bewegen met muziek (m/v)	30 lessen €75,00	19 sep	Vrijdag	10.30 – 11.30 u
☐ Linedance II	30 lessen €75,00	19 sep	Vrijdag	20.00 – 22.00 u

* Inclusief materiaalkosten

Tevens zijn wij met smart op zoek naar nieuwe werkgroepleden, die vanaf september 2015 de organisatie van De Inloop willen overnemen!



TE KOOP

PLAN DE MEEUWSE ACKER 20e STRAAT NIJMEGEN



**4 UITGEBOUWDE TWEE-ONDER-EEN-KAP
WONINGEN MET GARAGE:
FRAAI VAN BUITEN, RUIM VAN BINNEN**

KOOPSOMMEN VANAF 259.000 von

Realisatie:

Inlichtingen en verkoop:



- nieuwbouw
 - verbouw
 - uitbouw
- Nijmegen



024 - 677 77 76
www.hansjanssen.nl

Fysiotherapie

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt



Geen wachtlijst voor algemene fysiotherapie, kinderfysiotherapie en manuele therapie.

- ✓ Alle specialisten zijn aanwezig: master manuele therapeut, kinderfysiotherapeut, haptonoom, bekkenfysiotherapeut en groepstraining voor COPD.
- ✓ Kwaliteit staat op nummer één. Daarom werken wij samen met andere gespecialiseerde collega's rond COPD, claudicatio, arthrose, spanningsklachten en overgewicht.

Kom ook in beweging!

Conditie-Fit (fitness in een gezellige groep):

Maandag- en donderdagavond van 19.00 uur tot 20.00 uur en 20.15 uur tot 21.15 uur.

Blijvend Fit:

Het doel is om een gezonder eetpatroon en een betere conditie te ontwikkelen in samenwerking met een fysiotherapeut, praktijkondersteuner en diëtiste.

(Be)weeg je fit voor kinderen van 4 tot 12 jaar met overgewicht:

Voor € 20, 2 jaar begeleiding van een diëtiste en de GGD inclusief een half jaar sporten o.l.v. een kinderfysiotherapeut.

Informatie:

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt Horstacker 1644, 6546 EX Nijmegen
024-3781818 www.wgclindenholt.nl fysio@wgclindenholt.nl



Agenda



Wijkcentrum De Brack

Zaterdag 30 augustus

11.00-12.30 u: Inschrijfdag cursussen van De Inloop

Maandagavonden

Bridgen

Donderdagmiddagen, uitgezonderd de tweede van de maand

13.30-16.30 u: KBO, kaarten

Tweede donderdagmiddag van de maand

14.00-16.30 u: De Zonnebloem

Iedere vrijdag

9.00-9.45 u: Trombosedienst

Info: Wijkcentrum De Brack

Telefoon: (024) 377 57 84

Wijkcentrum De Kampenaar

Maandagen

19.00-21.00 u: Jongeren Huiskamer, inloop

19.30-23.00 u: Bridge, Sans Fumer

Dinsdagen

13.00-16.00 u: Schilderen

Woensdagen

9.00-12.00 u: IVC Lindenholt; SOC Activeringslessen

15.00-17.00 u: Jongeren Huiskamer, inloop

19.00-21.00 u: Meidenkamer, inloop

19.00-21.00 u: Jongeren Huiskamer, inloop

19.00-21.00 u: Hatha Yoga

Donderdagen

13.00-17.00 u: Bridge inloop

19.00-22.00 u: Dartclub Robin Hood

19.00-21.00 u: Jongeren Huiskamer, inloop

Vrijdagen

9.00-12.00 u: Yogagroep

13.00-16.30 u: Bewonerscomité De Wellenkamp, Bingo (iedere derde vrijdag van de maand)

Info: wijkcentrum De Kampenaar

Telefoon: (024) 373 82 24

rijwielspecialist
scheepers

NIEUW!!!

Malvert 70-17 6538 DP Nijmegen

Telefoon (024) 344 63 23

www.scheepersbiketotaal.nl

info@scheepersbiketotaal.nl

Fietspaspoort

Als u bij Bike Totaal een fiets koopt, ontvangt u het Bike Totaal Fietspaspoort. Hier wordt direct een tegoed op gezet (dat kan oplopen tot € 210,-) voor Service & Onderhoud.

Het Service & Onderhoudstegoed kunt u besteden aan:

- Bodyscanning
- Zadelmeting
- Rijklaar maken
- Servicebeurten
- Online service

www.scheepersbiketotaal.nl/fietspaspoort



024 - 397 64 07

Totaal stoffering

tapijtshop - **HAEFKENS** - schilderwerken

Schilderwerk binnen en buiten

VLOERBEDEKING

250 rollen op voorraad

**ook voor al uw
SAUS & BEHANG
werkzaamheden**

**KARPETTEN
MATTEN**

**GORDIJNEN
ZONWERING**

**MARMOLEUM
& PVC**

**LAMINAAT
PARKET**

**TAPIJT
VINYL**

OOK VOOR ALLE SOORTEN FOLIE OP RAMEN

**www.tapijtshophaefkens.nl
Wolfskuilseweg 67 Nijmegen**

**Ook voor al uw schilder- en behangwerkzaamheden
voor binnen en buiten**

Nu ook 80 soorten PVC-vloeren

Vrijblijvend prijsopgaaf

06-460 808 04

j.haefkens1@chello.nl

www.tapijtshophaefkens.nl

LIEDERENTAFEL/MEEZINGAVOND

Fijn samen zingen met liedjes uit de '60ies,'70ies en meer!

Vrijdag 5 september van 20.00 tot 22.00 uur.

In 't Zwaantje St. Agnetenweg 77 Nijmegen.

De volgende 'meezingavonden' zijn op 3 oktober en 7 november.

Voor meer info bel 06-49394346 of 't Zwaantje tel.nr. 024-3777696

Viva Symfonica in Nederbosch-Oost

Zondag 21 september speelt zich in en om winkelcentrum de Notenhout, in het hart van het gezellige Neerbosch-Oost, het jaarlijkse wijkfeest af. Met dit feest presenteert de wijk zich aan een groot publiek.

Op de grote parkeerplaats van het winkelcentrum staan ruim 60 kraamhouders die er hun nieuwe of gebruikte spullen aanbieden. Maar de eerste kramen staan al opgesteld als u net de hoek om komt op de Symfoniestraat. Van hieruit slingert zich een lint door het winkelcentrum dat deze dag voor u open is. Binnen staat de aabare beestenboel van kinderboerderij 't Boerke. Via de kinderactiviteiten van de vrijwilligers van de Sjano kunnen de kleintjes de ballenbak in. Aan de andere kant van het winkelcentrum is de multiculturele theetuin die georgani-

seerd wordt door Tandem en hun vrijwilligers.

In wijkcentrum 'de Schalmey' zijn ook allerlei activiteiten, zoals demonstraties van het line-dance, slagwerkgroep, koersbal en de niet te versmaden koffiecorder. Buiten is er natuurlijk ook nog een springkussen, want dát hoort er gewoon bij!

Muziek zal niet ontbreken in de wijk met de muzikale straatnamen. Op een groot podium op het centrale plein is er dit jaar een smartlappenfestival.

Kortom een dag om nú alvast te noteren, deze zondag de 21e september. De start van dit gratis toegankelijk feest is om 11 uur en het eindigt om 16 uur.

Welkom in Neerbosch-Oost!

Tekst: Jos de Haas

Belangrijke nummers

- Alarmnummer: 112
- Politie: 0900 88 44 (ook team Lindenholt)
- Brandweer: (024) 329 75 99
- GGD: (024) 3 297 297
- Gezondheidscentrum Lindenholt: (024) 378 18 18
- Huisartsenpost: 0900 88 80
- Canisius Wilhelmina Ziekenhuis: (024) 3 657 657
- UMC St Radboud: (024) 361 11 11
- Sint Maartenskliniek: (024) 365 99 11
- Dierenambulance: (024) 355 02 22
- Meld Misdaad Anoniem: 0800 70 00
- Meldpunt Kinder mishandeling: (026) 442 42 22, 0900 123 123 0
- Slachtofferhulp: (024) 323 33 22, 0900 01 01
- Advies- en Steunpunt huiselijk geweld: 0900 126 26 26
info@huiselijkgeweld gelderland.nl
- Kindertelefoon: 0800 04 32
- Discriminatie, Ieder1Gelijk: (024) 324 04 00
- Maatschappelijk werk (NIM): (024) 323 27 51, info@nim.nl
- Het Inter-lokaal: (024) 373 44 94, Zwanenstraat 1a, lindenholt@inter-lokaal.nl
- Tandem: (024) 365 01 70
regio.noord@tandemwelzijn.nl
- Swon het seniorennetwerk: (024) 365 01 90
info@swon.nl
- Wijkcentrum De Brack: (024) 377 57 84
Leuvenbroek 1200, debrack@nijmegen.nl
- Wijkcentrum De Kampenaar: (024) 377 57 84, Zwanenstraat 1a
dekampenaar@hotmail.com
- Wijk- en jongerencentrum De Sprok: (024) 373 32 51, Weteringweg 51
- Sportfondsenbad Dukenburg: (024) 377 15 70, Meijhorst 7041
- Stadsschouwburg en Vereeniging: (024) 322 11 00
- De Lindenberg: (024) 327 39 11
- Lux: 0900 589 46 36
- Gemeente Nijmegen: 14 024
gemeente@nijmegen.nl
- Bel- en Herstelijn: 14 024
bel&herstellijn@nijmegen.nl
- Bureau Toezicht: 14 024
- Milieupolitie: 14 024
- Dar Klantenservice: (024) 371 60 00
- Dar Grofvuilservice: (024) 371 60 26
- Breng Klantenservice: 0900 20 20 121
- De Gemeenschap: (024) 381 78 00
vbz@wbzg.nl
- Portaal: 0800 767 82 25, info@portaal.nl
- Standvast Wonen: (024) 382 01 00
info@standvastwonen.nl
- Talis: (024) 352 39 11, postbus@talis.nl
- WoonGenoot: (024) 344 06 39
info@woongenoot.nl
- Woonzorg Nederland: 0900 123 49 96
klant@woonzorg.nl



MULTIDAG

Nijmegen - Arnhem - Tiel - Oss
multiculturele dagbegeleiding

CULTUURSENSITIEVE ZORG

- begeleiding groep
- begeleiding individueel
- thuiszorg in samenwerking



Kerkenbos 1226 - 6546 BE Nijmegen

t 024-7370069 - f 024-7370216

e info@multidag.org - i www.multidag.org

VOLG DUKENBURG



Elke 1^e zondag v/d maand **KOOPZONDAG & GRATIS PARKEREN**

Blijf op de hoogte van alle acties en aanbiedingen en kijk ook op www.winkelcentrumdukenburg.nl