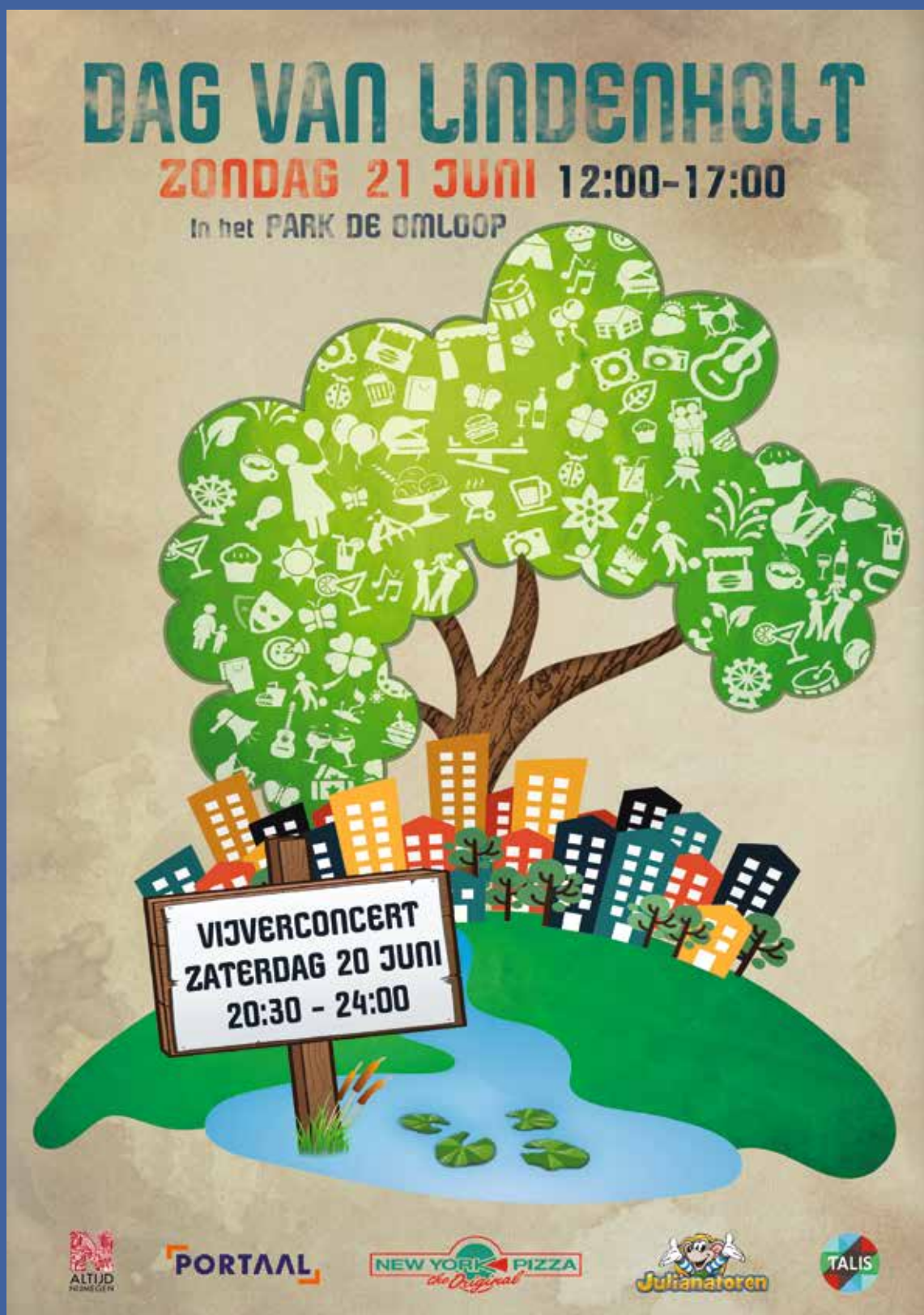


Lindenholt Leeft

Info-magazine voor alle inwoners van Lindenholt - 6^e jaargang nummer 3 - juni 2015



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 wijk-activiteiten/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
Theo Vermeer

Tekstadviezen en -correcties

Ingeborg Hakstege

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

Correspondenten

Gerard van Bruggen (Heeskesacker, de Meeuwse Acker), Ronald Gerrits (de Weltenkamp), Martin Koning (de Hoefkamp), Victoria Lammerinks-Montis (de Gildenkamp), 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 Willemsse (de Voorstencamp)

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 26 juli
Verspreiding: woensdag 19 augustus

Foto voorpagina

Poster dag van Lindenholt

nieuw in Lindenholt

Ali's slagerij & market



Ali Akbulut

Al heel lang was het geen fraai aanblik; het lege pand naast het Cafetaria 't Ackertje in de Horstacker met een uitermate verwaarloosde uitstraling.

Al een paar keer is geprobeerd om daar iets nieuws in te beginnen maar bestemmingsplannen en gemeentelijke regelgeving stonden die initiatieven stevig in de weg.

Bewonerscomité Horstacker en ondernemer Ali Akbulut, uitbater van Cafetaria 't Ackertje, zijn twee jaar bezig geweest om bij de gemeente toestemming te krijgen om daar een Turkse Supermarkt te beginnen. Dat was lastig omdat het bewuste pand wel een commerciële functie mocht hebben volgens het geldende bestemmingsplan maar met uitzondering van retail (detailhandel).

Samen met Jan ten Dam is toen contact gezocht met de destijds verantwoordelijke wet-

houder Turgay Tankir en die heeft er uiteindelijk voor gezorgd dat daar een wijziging op is gekomen. En toen waren alle belemmeringen weg en kon de verbouwing beginnen. Sinds 12 mei is de zaak open en samen met zijn broer Zafer runt Ali deze toko. Het assortiment is veelzijdig en centraal in de zaak

is de Halal slagerij. Deze wordt los van de supermarkt gerund door Hasan Misir. Je moet daar ook apart afrekenen.



Een goed initiatief van bewoners samen met een ondernemer dat heeft geleid tot deze bijzondere supermarkt; een aanwinst voor deze wijk en het stadsdeel Lindenholt.

Tekst en foto's: Gerard van Bruggen



Hasan Misir

In dit nummer



DvL 2015

9



Koningsdag

12



Opening speeltuin Kluijskamp

27



Sportdag 't Kompas

8

En verder:

Column Ingeborg Hakstege	4
Sjaak scheepers	5
Column Qader Shafiq	6
Vrouwen van nu	6
Ziya Öztürk	7
Ron Murdock	11
Lindholt maakt geschiedenis	13
De Voorstenkamp kijkt vooruit	14
Lindholt doet	17
Wijkatelier Lindenholt	21
Hanny Verplak	22
Bar Brothers	23
Nepal	24
Column Victoria Lammerinks-Montis	25
Parochienieuws	30
Kringloopwinkel	33
Agenda wijkcentra	34



VERHOUDING

Ik ben verliefd op Michiel van der Eerde. Zegt niemand iets waarschijnlijk, die naam. Ja, een handjevol culinaire hoogvliegers kennen hem, want Michiel is chef-kok. En hij jureert bij Masterchef. In dat programma strijden zestien mensen die heel anders zijn dan ik - ze kunnen namelijk koken - om de titel Masterchef 2015. Michiel zat dus in de jury, samen met Robert Kranenburg en Marcus Polman, van wie ik ook al nooit gehoord had. Die laatste twee staan met hun lange lijven en buikige buiken altijd aan weerszijden van Michiel opgesteld. Die positie doet hem geen goed: deze 'placering' benadrukt zijn beperkte lengte en lage vetpercentage. Ik hou van groot en zwaar. Michiel heeft bovendien zo'n bespottelijk hipsterknotje, hoog op zijn achterhoofd. Dan nog zijn neus: die is aan de grote kant. Misschien doet hij daar op professioneel gebied zijn voordeel mee, maar een kleiner model was mooier geweest.

Maar wat kan mij het schelen dat hij geen reus is en aan de magere kant? En die knot is best knedig. In zijn nek heeft hij bovendien nog wat kortgeknipte haartjes en die zijn uitgesproken schattig. Had ik al verteld dat hij bruine ogen heeft en dat ik daar helemaal niet op val? Nee? Gelukkig, want ik val er wél op. Weet ik sinds Masterchef. Alles aan Michiel - ik kan niet ophouden zijn naam te noemen - is geweldig, tot zijn veterambandjes aan toe. En zo kwijlde ik me dus van uitzending naar uitzending.

Ik heb Ben onmiddellijk op de hoogte gesteld van de amoureuze ontwikkelingen. Hij werd er niet warm of koud van. Alles in het leven is tenslotte eindig en dat geldt zeker voor Masterchef 2015. Michiel is bovendien ook druk, erg druk. Nu hij niet langer voor het oog van de voltallige natie staat te jureren, leidt hij als voorheen de keuken van Baut, zijn Amsterdamse pop-up restaurant. Dus hoe pijnlijk ook: onze liefde zal niet geconsumeerd worden, zoals dat netjes heet.

Ook een liefde zonder toekomst is mooi, maar ik proefde bij iedere nieuwe ontmoeting met Michiel toch een bitter nasmaakje. En voelde zelfs iets van opluchting toen de finale een punt zette achter de eenzijdige verhouding. Maar stiekem tel ik wél af naar Masterchef 2016. Misschien moet ik dat voorlopig stilhouden voor Ben.

Ingeborg Hakstege
(Foto: Peter de Jong)

Te gast bij Foodcenter Prego



Murat Demir (28) runt samen met zijn compagnon Arab Alper (47) het Foodcenter Prego in winkelcentrum Leuvenbroek. Een pizzeria/restaurant verdeeld in twee gedeeltes. Een gezellige, meer café/restaurantachtige ruimte, met comfortabele banken en tafels, en een gedeelte voor de snellere hap, grenzend aan de bestelruimte en de keuken. Prego heeft in de warmere maanden een terras en dan zijn diverse soorten ijs natuurlijk ook voorhanden.

Murat hielp al op jonge leeftijd zijn vader, die een horecavoorziening heeft. Tegenwoordig in de Harskamp in de buurt van de kazerne, vroeger in winkelcentrum Meijhorst. Zijn ouders komen oorspronkelijk uit Kars in het oosten van Turkije en wonen al vele jaren in Zwanenveld. Murat werd geboren aan de Steekse Aker in Lindenholt. Na de basisschool in Zwanenveld volgde hij het Maaswaalcollege aan de Streekweg. Vervolgens het ROC bij de Goffert en daarna de opleiding detailhandel aan de Campusbaan bij het Centraal Station. Verder volgde hij een dagcursus sociale hygiëne in het Triavium. Intussen hielp hij vanaf zijn zeventiende mee in de horeca.

Vijf koks

Na de afronding van zijn opleidingen ging hij, toen hij 22 jaar oud was, de vorige eigenaar van Prego assisteren. Drie jaar geleden kreeg hij de kans Prego van hem over te nemen. Samen met Arab werd de zaak grondig gerenoveerd en gemoderniseerd. Gastvrijheid en vertrouwen staan bij hen hoog in het vaandel.

Inmiddels werkt hij met een team van vijf koks, drie fulltime pizzakoeriers, twee telefonistes en nog medewerkers voor de keuken en de kassa. Murat en Arab hebben onderling een maandelijks wisselend rooster van 11.30 uur tot 20.00 uur en van 15.00 uur tot 23.00 uur.

Het foodcentrum wordt de hele dag goed bezocht. Toen we er waren, kwamen tussen de middag leerlingen van het nabij gelegen Mondial College een hapje eten. Medewerkers van bedrijven in de buurt doen dat eveneens. Normaal gesproken komt tachtig procent van de klanten uit Nijmegen zelf, natuurlijk vooral uit Lindenholt. Maar in de vakantietijd en zeker tijdens de Vierdaagse zijn er ook gasten van elders.

Ook halal

Voor de bezorgers van de maaltijden is het vooral druk vanaf een uur of vier in de middag tot tien in de avond. In de keuken is twaalf pizza's tegelijk klaarmaken tijdens het spitsuur heel normaal. En na tien komen de avondsnaaks.

We telden op de menukaart maar liefst 83 verschillende menu's, waaronder 33 pizza's. En 'halal' is vanzelfsprekend geen enkel probleem. Prego is geopend van maandag tot en met zaterdag van 12.00- 23.00 uur. 's Zondags van 13.00- 23.00 uur. Bezorgtijden van 16.00- 22.00 uur.

Het adres is Leuvenbroek 10- 36, tel. 024- 355 05 77. Bestellen kunt ook op bestelling@pizzeria-prego.nl

Kijk voor meer info op www.pizzeria-prego.nl

Tekst en foto: Theo Vermeer

Sjaak Scheepers is in Malvert en ver daar buiten een begrip als het gaat om fietsen



**30 jaar
Scheepers
rijwielen**

Op 21 mei 1985 is Sjaak Scheepers als zelfstandig fietsenmaker begonnen in Winkelcentrum Malvert.

Als 15 jarige werkte hij bij Sloos Tweewielers. Na zes jaar vond hij het tijd voor verandering en werkte hij nog een aantal jaren bij Jan Kooij. Uiteindelijk won de zucht naar avontuur het van een geregeld leven en vertrok Sjaak naar Zuid-Frankrijk waar hij druiven ging plukken. Daar ontmoette hij Sophie en dat was geen verkeerde keuze. Inmiddels zijn ze 35 jaar getrouwd, een dubbel jubileum dus.

De eerste jaren in Malvert waren zeer succesvol. Hij kon de ruimte naast de winkel erbij betrekken en tot de crisis waren Sjaak en Sophie tevreden ondernemers.

Dat is nog wel het geval maar het vraagt veel meer creativiteit in het zakendoen dan voorheen. Sjaak is daarbij wel met zijn tijd meegegaan. Veel persoonlijke aandacht en goed opgeleide medewerkers, vooral ook in de werkplaats, zorgen voor een vaste klantenkring. De opkomst van de elektrische fiets bracht ook weer nieuwe mogelijkheden. Nog meer dan anders biedt Scheepers Rijwielen alle service en kennis die daarbij zijn vereist. Speciale opleidingen van de monteurs zijn daarbij vanzelfsprekend.

Inmiddels is na ruim 30 jaar Sjaak Scheepers een begrip in Malvert / Dukenburg, Linden-

holt en omstreken als het gaat om kwaliteit van (elektrische) fietsen, volledig assortiment accessoires en last but not least de spreekwoordelijke service. De winkel nodigt uit om je te verdiepen in alle mogelijke soorten (A-merk) fietsen in alle prijsklassen. Het is te merken dat ook aan de presentatie van het geheel veel aandacht wordt besteed.

Ook digitaal spelen Sjaak en Sophie in op de huidige ontwikkelingen. Het grote verschil is wel echter dat naast het gemak van online kiezen en bestellen, bij Sjaak het verlenen van aftersales, service achteraf, **niet** wordt vergeten.

Kijk voor meer informatie op www.scheepersbiketotaal.nl maar beter is: KOM LANGS!!!!

Tekst en foto's: Gerard van Bruggen



Bike Totaal is 20 jaar!

Op 28 april zijn bij Bike Totaal Scheepers de feestweken gestart. Want Bike Totaal bestaat 20 jaar! 20 jaar kunnen mensen al bij de Bike Totaal fietsenwinkels terecht voor kwaliteitsfietsen en allerlei producten daaromheen om zo prettig mogelijk te kunnen fietsen. Ook de service staat al 20 jaar op een hoog niveau. Dit 20-jarig bestaan wordt dan ook gevierd met een folder vol feestelijke aanbiedingen.

Zo is er voor ieder wat wils. Voor de recreatieve fietsers is er een aantal fietstassen in de aanbieding, ook speciaal voor de e-bike. Hierbij is het middenpaneel verstelbaar voor de vaak wat bredere bagagedragers. Sportieve fietsers kunnen hun hart ophalen met een aanbieding van een fietsschoen met pedaal. Uiteraard zijn er nog veel meer leuke acties bij Bike Totaal Scheepers. Kijk hiervoor op <http://www.scheepersbiketotaal.nl> of kom naar de winkel in Winkelcentrum Malvert.

Bij Bike Totaal Scheepers krijgen klanten altijd uitgebreid advies en kan een proefrit worden gemaakt op de fiets die het beste bij hun situatie past. Vanzelfsprekend wordt een fiets van Bike Totaal goed nagekeken en rijklaar gemaakt. Soepel rijdend en voorzien van de nieuwste techniek kan de klant dan onbezorgd kilometers maken. En met het Bike Totaal Fietspaspoort dat erbij zit, is de klant voor langere tijd verzekerd van onderhoud en service.

Loop voor scherpe aanbiedingen even binnen bij Bike Totaal Scheepers of kijk in de webshop op www.scheepersbiketotaal.nl



Je ziet er goed uit

Ik was blij toen ik van een vriendin hoorde dat ik ietsje afgevallen was. Voeger was ik me niet zo bewust van mijn uiterlijk. Sterker nog, in de kringen waarin ik me bevond, werd het hechten van belang aan je verpakking (kapsel, kleren, auto...) als iets doms en asociaals gezien. Ik ben opgegroeid met het gezegde: 'Het mag gescheurd, maar niet met de viezigheid besmeurd.'

Ik verlang naar die tijd, waarin je jezelf als wie je zelf was wilde laten zien om een plek te vinden in de samenleving. Daar waar mensen oog hadden voor elkaar en elkaars spiegels waren. De tijd waarin de straat en de school jouw talenten ontdekten. De tijd toen generaties van jong en oud met elkaar communiceerden. De zieken en hulpbehoevende ouderen werden gezien, de rechten en plichten van eenieder erkend en onrecht alom bestreden. De tijd toen een maatschappelijk schouderklopje als echt kapitaal gezien werd.

Soms weet ik niet of die tijd echt heeft bestaan. Misschien romantiseer ik het verre verleden?

De mensen uit die tijd zie ik niet meer om ze te laten bevestigen of het geluk toen werkelijk zo gewoon was.

'Je ziet er goed uit.' Dit is iets wat we graag horen. Wij willen pronken met de objecten waarmee de markt ons verleidt. Wij zijn apart genomen consumenten, prooiën waarop het vizier van de markt gericht is. Hoe individueler, hoe banger en onzekerder in het werkelijke leven. Er zijn talentenshows op televisie waar wij onszelf voor aanmelden. De ontmoetingen op straat, de verhalen van oma's uit de buurt en toevertrouwde liefdesgeheimen van toen kun je met een iPhone compenseren. De schouderklopjes zijn de niet voelbare 'likes' waar we dorstig naar op zoek zijn.

Laatst liep ik met een door Nijmegen uitgenodigde Afrikaan door onze stad. Met zijn ogen kun je de schoonheid van de eenvoud hervinden.

Qader Shafiq

(Foto: Jacqueline van den Boom)

vrouwen
van
gelderland **nu**



We gingen op pad naar wijkcentrum De Brack, waar de organisatie 'Vrouwen van Nu' een vaste plek heeft voor de verschillende activiteiten. De 'oude' naam was KVO, de Katholieke Vrouwen Organisatie. We spraken met Els Broekman, de vicevoorzitter van de plaatselijke organisatie.

Els: "We tellen momenteel 25 leden en de bijeenkomsten worden goed bezocht, we zijn een hechte club. De bijeenkomsten zijn heel divers, het kan een workshop handwerken zijn, een creatieve verrassingsavond, maar we vieren natuurlijk ook Sinterklaas en Kerst. Verder gaan we elk jaar op excursie: een gezellige dag samen uit. We bezoeken dan bijvoorbeeld een museum of een bedrijf, laatst nog een grote bakkerij. En dan zijn er nog de thema-avonden. Dit keer kwam notaris van Hövell adviseren met name over testamenten en erfenissen en wat daar zoal bij komt kijken. Daarbij kwamen ook de veranderingen in de zorgwet ter sprake. Zijn presentatie werd met veel interesse gevolgd, er werden de diverse vragen gesteld. Kijk ook eens op www.hetlevenstestament.nl. De volgende keer wordt het thema verzorgd door apotheek Zwanenveld over medicijngebruik."

Landelijk tijdschrift

Vanzelfsprekend zijn er onze vergaderingen, deze gaan stevast van start met een gedicht, voorgelezen door een van de leden. Inmiddels is een mapje gemaakt van 27 van deze gedichten.

Een derde van onze leden komt uit Lindenholt. We onderhouden contacten met andere bonden in de regio en verder met de provinciale en de landelijke organisatie van Vrouwen van Nu, die een kantoor heeft in Den Haag. Landelijk verschijnt een tweemaandelijkse tijdschrift, met informatie over bijvoorbeeld reizen, boeken en handvaardigheid.

Als u interesse heeft voor het lidmaatschap dan bent u van harte welkom. U kunt dan twee maanden op proef meedoen, tegen een kleine onkostenvergoeding van 2,50 euro. Het lidmaatschap kost 48,50 euro per jaar.

Heeft u interesse, dan kunt u voor info terecht bij Els Broekman, tel.: 06 42451399.

Tekst en foto's: Theo Vermeer



vrouwen van nu bedankt notaris

Ziya Öztürk opende vorig jaar een bijzonder restaurantformule in een voormalig verzorgingshuis aan de Vlietstraat

BuffetClub
MEDITERRAANS GENIETEN



Ziya is een volbloed ondernemer, hij noemt zichzelf een echte Nijmegenaar, is inmiddels de 50 gepasseerd en ziet de Buffetclub als een kroon op zijn ondernemersverleden in deze stad.

Al heel vroeg is hij begonnen met het opkopen van bedrijven die hij dan verder door ontwikkelt om die vervolgens weer te verkopen. Ziya: 'Ik heb altijd bedrijven van de grond af aan opgezet. Ik ben in 1986 begonnen met cafetaria's onder andere in Arnhem, Bemmelen, Duiven, Zevenaar, Apeldoorn, Veenendaal en Wijchen. Soms verkocht ik ze met winst maar niet zelden ook wel eens met verlies. Dit heb ik jaren zo gedaan maar nu met de Buffetclub is het anders. Dit ben ik niet begonnen om het over 5 jaar weer te verkopen.'

'Ik was al een tijdje op zoek naar een locatie om Halal producten te bereiden, met name pastagerechten. Je hebt speciale Turkse pasta's die nog niemand maakt. Nou die wou ik gaan maken. Ik heb toen aan een bevriende makelaar de opdracht gegeven om eens te kijken naar een geschikte locatie. In september 2011 belde hij en vertelde dat ik hier in de Vlietstraat moest gaan kijken. Zodoende zijn wij hier terecht ge-

komen. Toen we in de keuken kwamen, die gigantisch mooi was, zagen we meteen dat daar iets moois van te maken was. Maar er moest eerst een wijziging komen in het bestemmingsplan voor het hele pand. Dat heeft alles bij elkaar wel een aantal jaren geduurd maar in april 2014 konden we starten met de verbouwing.'

Nu, zeven maanden na de opening, heeft Ziya inmiddels een flink aantal mensen in dienst. Dat zijn niet zomaar horecamedewerkers. 'Ik werk heel nauw samen met gemeente Nijmegen en geef vooral mensen een kans die lang in de bijstand hebben gezeten om werkervaring op te doen en zich verder te ontwikkelen. Er zijn hier nu 6 mensen actief vanuit de gemeente.'

'Wij werken in dit verband ook heel nauw samen met Driestroom. Die biedt ook de nodige begeleiding en helpt bij het selecteren van kandidaten. En natuurlijk hebben we ook onze chefs die kijken wat de mensen nog kunnen of moeten leren. Als ondernemer bepaal jij de sfeer onder de medewerkers. Als de baas met een glimlach loopt zien de mensen dat ook en slaat dit natuurlijk ook over op het personeel. We ontvangen daar wel een bescheiden subsidiebedrag voor van de gemeente maar daar doe ik het natuurlijk niet voor. Ik probeer die mensen te helpen om weer in de samenleving te kunnen functioneren en hen op die manier een beter bestaan te geven.'

Buffetclub hanteert een zogenaamd lowbudget concept op basis van 'all you can eat' voor een vaste lage prijs. 'Ik wil dat iedereen hier kan binnenkomen om van alles te kunnen proeven en eten. Dan mag de prijs geen belemmering zijn natuurlijk.'

Om de zaak de nodige bekendheid te geven gebruikt Ziya vooral Facebook en de website. 'Dat is goedkoper dan adverteren in de krant. Je moet ook met de tijd meegaan want als je dat niet doet loop je achter.'

Zijn kinderen zijn bijna volwassen en tonen enige belangstelling om in de voetsporen van hun vader te treden. Ze werken ook al mee maar zijn nu vooral bezig met school en hun tentamens. 'Ik wil absoluut niet dat de kinderen denken dat ik verwacht dat zijn de zaak over moeten nemen. Dat is niet het geval. Ik wil gewoon dat ze hun eigen keuzes maken.'

Ziya heeft nog meer plannen. Zo wil hij ook voor groepen gaan cateren, vooral voor diegenen die belangstelling hebben voor Halal-maaltijden, bijvoorbeeld de wat oudere moslims. Daar kunnen wij mooi op inspelen. Maar dat moet zich nog verder ontwikkelen en mensen moeten daar vertrouwen in krijgen.

Ziya is in Turkije geboren en in 1971 naar Nederland gekomen. 'Ik heb niet echt moeite gedaan om Nederlander te worden maar wel altijd veel belangstelling gehad in de Nederlander op zich. Zoals ik ook veel interesse heb in alle andere soorten mensen en de mensheid in het algemeen. Ik wil weten waar gebruiken vandaan komen en waarom bijvoorbeeld een Nederlander is zoals die is. Daar lees ik veel over. Ik ben geïnteresseerd in mensen en ik hou van mensen.'

Dat heb je ook nodig in dit werk anders moet je er niet aan beginnen.'

<https://www.facebook.com/buffetclub.nl>
www.buffetclub.nl

Tekst en foto's: Gerard van Bruggen



Sportdag van 't Kompas

Op 20 mei gingen 500 kinderen van 't Kompas, dat bestaat uit de scholen de Luithorst, de Kampus en de Windroos (SBO) en de Windroos (SO4) naar de kunstgrasvelden van voetbalvereniging S.C.E om daar te gaan sporten.

Deze ochtend werd georganiseerd door de gymleraren van de scholen, zes studenten van de HAN Nijmegen en Sportservice Nijmegen. Wederom waren er verschillende sportverenigingen aanwezig om voor de kinderen clinics te verzorgen. De kinderen konden vooraf hun voorkeur aangeven en drie verschillende sporten uitproberen. Er waren sporten die de kinderen nog nooit gezien of gedaan hadden. Na een gezamenlijke warming-up in de regen, konden de kinderen naar hun eerste clinics toe.

Gelukkig brak toen de zon door en stond er vrolijke muziek aan. De kinderen vermaakten zich allemaal prima!

Na afloop was er een gezonde snack met een drankje en gingen zij vrolijk weer richting school. Kortom het was een geslaagde sportdag!

Tekst en foto's: Victoria Lammerinks-Montis



Kom naar:

Dag van Lindenholt

Hèt moment en dè plaats waar iedereen, jong en oud, vanuit allerlei culturele achtergronden, elkaar ontmoeten. Het moet iedereen stimuleren om achter de voordeur vandaan te komen. Alle inwoners van Lindenholt kunnen hier genieten van muziek, cultuur, sport en spel. Er wordt een scala aan activiteiten georganiseerd voor kinderen, jeugd en volwassenen.



DAG VAN LINDEHHOLT

ZONDAG 21 JUNI 12:00-17:00

In het PARK DE OMLOOP

Podiumprogramma:

Zaterdag 20 juni Vijverconcert:

- The Eastway
- Take your time
(Nikki Scholten winnares sing and songwriter)
- De HAN Big Band

Zondag 21 juni DvL

- Lazy Friday
- Shaemless
(winnaars Roos van Nijmegen)
- The SOG Band





024 - 397 64 07

Totaal stoffering

tapijtshop - **HAEFKENS** - schilderwerken

Schilderwerk binnen en buiten

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



Je eerste eigen huis kopen?
Dit is het moment!

Ga naar kopenbijportaal.nl

PORTAAL

De mens is geboren om te zingen

Ron Murdock is geboren in Canada, in 1941. Zijn vader was kreeftvisser en timmerman; zijn moeder was juf op de basis school.

Na dat hij zijn B.A. heeft gekregen (Mount Allison University) studeerde hij vier jaar zang in Montreal met Nederlander Bernard Diamant (wiens vader dirigent was in Rotterdam en moeder sopraan). Daarna studeerde hij drie jaar zang in Zwitserland met beroemde zangpedagoog Professor Frederick Husler en leerde daar: 'De mens is geboren om te zingen.'



Ron:

"Na mijn studie in Zwitserland heb ik 26 jaar in Londen gewoond. Daar had ik een carrière als solozanger. In 1995 kwam ik naar Nederland, naar Amsterdam.

In Londen had ik al de opleiding gevolgd tot Alexander leraar, daar ben ik in Amsterdam mee doorgegaan. Mijn huidige vrouw, Nadia Kevan, ook een Alexander lerares, komt uit Engeland. Ze is professioneel balletdanseres geweest en is de laatste 20 jaar professor in de bewegingsleer aan de Folkwang Universität der Künste in Essen."

Sinds 2010 wonen Ron en Nadia in Lindenholt en hebben hier hun eigen praktijk.

"De stem is er al! Dat gebruik ik in mijn werk zowel met professionele zangers als met amateurs. Ze komen binnen, een beetje verlegen en twijfelend. Na een lekker kopje thee en kennismaking zoek ik uit wat zij al kunnen. Iedereen kan zingen, weet hoe dat moet. Alleen daarna dat ik hoor wat ze al kunnen, dan voeg ik toe wat misschien nodig is. Ze zijn verbaasd over wat voor een verbeterd geluid eruit komt en hoe snel een verandering kan geburen.

Ook in ons praktijk in Nijmegen-Lindenholt doen we allerlei privé lessen op uur-basis

voor instrumentalisten, therapeuten en mensen met rug klagen. (www.atcn.eu) Uit een studie, gedaan in 2008 in Engeland, onder 500 mensen, bleek dat de Alexander Techniek het allerbeste is voor de behandeling van rugpijn. We helpen ook parkinsonpatiënten met hoe ze zich beter kunnen bewegen en omgaan. Ook leiden we leraren op in de Alexander Techniek (een drie jaren programma) en regelmatig geven we workshops voor zangers, instrumentalisten, fysiotherapeuten, enz.

Hersenen

We werken met oefeningen voor de hersenen. F.M. Alexander, de uitvinder van deze techniek, was acteur in Australië en later in London. Hij raakte zijn stem kwijt en niemand kon hem helpen. Maandenlang stond hij voor de spiegel met de vraag: 'Wat doe ik fout?'

Hij ontdekte al in 1890 dat hersenen in beweging kunnen zijn en dus veranderen en dat geldt voor iedereen, niet alleen voor professionele stem gebruikers. We zien dat nu ook bij mensen die Parkinson hebben of een tia hebben gehad. Je kunt andere onbeschadigd delen van de hersenen trainen om functies over te nemen.

'We kunnen natuurlijk niet alles genezen; we beloven niks. Maar met deze techniek volgt er zeker verbetering.'

Begin Juni deze jaar komt er een boek uit van Ron Murdock met de titel 'Born to Sing'. Meer informatie op www.cursa-ur.com/born-to-sing.html

Tekst: Gerard van Bruggen / Mieke Jasper

Foto's: © Robert van Sluis-www.eyefordetail.nl / Ron Murdock



Naar de Stadswinkel of het Steunpunt?

Maak altijd een afspraak!

Vanaf 1 juni is het Steunpunt Stadswinkel in de Meijhorst een **halve dag langer open**. Voortaan kunnen bezoekers op dinsdag, woensdag en vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur terecht voor een paspoort, id-bewijs, rijbewijs of één van de vele andere producten die de gemeente aanbiedt.

Door dit extra dagdeel kunnen wij meer mensen van dienst zijn, meldt Claartje van Well, hoofd van de afdeling Publiekszaken. "We hebben gemerkt dat het voor veel mensen handiger is om naar het Steunpunt te komen, dan naar de Stadswinkel in het centrum van de stad. Het Steunpunt zit dan ook op een hele handige plek, hier midden in het wijkcentrum Dukenburg. Dat willen we graag benutten."

Naast de verruimde openingstijden verandert ook de werkwijze van het Steunpunt. Voortaan kunnen bezoekers **alleen nog op afspraak** terecht.

Van Well: "Dit is een bewuste keuze. Als mensen op afspraak komen, kunnen ze zelf een tijdstip kiezen dat voor hen handig is. Met een afspraak is men snel aan de beurt en is er geen volle wachtruimte meer. Bovendien zijn zowel de klant als de medewerker voorbereid op het bezoek, en heeft de bezoeker de juiste stukken bij zich. Dat laatste draagt bij aan een snelle(re) en effectievere afhandeling van de vraag en daar is natuurlijk iedereen mee gediend."

Een afspraak maken gaat heel gemakkelijk, online, 24 uur per dag, via het Digitaal Loket op www.nijmegen.nl. Voor mensen die het lastig vinden om een afspraak online te maken is hulp en uitleg aanwezig in het Steunpunt. Bellen kan natuurlijk ook, via het algemene nummer van de gemeente: 14 024.

Naar de Stadswinkel of het Steunpunt? Maak altijd een afspraak!

Afspraak via www.nijmegen.nl of bel 14024

Openingstijden:

Stadswinkel Meijhorst di, wo en vrijdag van 9 u tot 17 u

Stadswinkel Centrum

ma, di, wo en vrijdag 9 u tot 17 u, donderdag 9u tot 20 u.

Dagelijks tussen 9u en 11 u ook vrije inloop.

Gezellige drukte op Koningsdag 2015

Bonte rijen van tientallen kramen en grasvelden vol met op kledjes uitgestalde koopjes met voor ieder wat wils zorgden met verder onder meer muziek, reuze grote luchtkussens en een draaimolen voor een sfeervolle feestelijke viering in de Wedesteinbroek/ Leuvenbroek.

Het mocht dan wel zeker in de ochtend fris zijn, tegen weersverwachting in deed de Oranjezon zijn best voor een warming up voor de deelnemers en de vele bezoekers. De vrijwilligers die zich ingezet hebben voor deze viering kunnen terugkijken op een geslaagde dag. De organisatie was in handen van de Stichting Lindenholtse Activiteiten voor Kinderen(SLAK).

Tekst en foto's: Theo Vermeer





Lindenholt maakt *Geschiedenis*
www.lindenholtmaaktgeschiedenis.nl

Rondje Lindenholt



Opening Rondje Lindenholt

Op de Dag van Lindenholt, zondag 21 juni, zal op om 12.00 uur "Rondje Lindenholt" officieel worden geopend.

We nodigen bewoners en oud-bewoners uit om (een deel van) de route te lopen of te fietsen. Het startpunt is knooppunt K1, dat midden op het terrein van de Dag van Lindenholt ligt. Uiteraard kun je op elk gewenst moment, ook op de Dag van Lindenholt, de route lopen of fietsen.

Mooie wijk

Lindenholt is qua natuur erg mooi. Menig bewoner van Lindenholt is niet bekend met de mooie omgeving van de wijk zoals het pad bij de geluidswal bij A73. Rondje Lindenholt ontsluit deze mooie natuur en leid je langs de oude Neerbosche wegen, de oude huizen, vijvers en bosschages. Bij een aantal "Neerbosche" huizen komt binnenkort een korte, historisch beschrijving te staan.

Hoe werkt de knooppuntenroute?

Indewijkstaan 7 verschillende knooppunten-in-

formatiepanelen met een plattegrond van de wijk. Hierop staan de verschillende knooppunten en de verschillende routes aangegeven met daarbij de afstanden tussen de knooppunten. Je kunt dus vooraf of achteraf berekenen hoe ver je loopt of fietst. Het totale rondje is 8,7 kilometer lang.

De verbinding tussen de knooppunten wordt aangegeven via pijlen, meestal op lantaarnpalen waardoor je probleemloos van knooppunt naar knooppunt kunt fietsen, lopen of wandelen.

Bij elk knooppunt kun je opnieuw kiezen welke route je wilt nemen.

Je bepaalt zelf de route en het aantal meters dat je wilt fietsen, lopen of wandelen.

Rondje Lindenholt sluit aan op het landelijke fietsroute-netwerk (knooppunten 50-51-52) en op de ommetjes van Lindenholt.

Spaken

De spaken verbinden de rondweg met het centrale knooppunt nummer 1 (K1). Door gebruik te maken van de spaken kun je Rondje Lindenholt net zo lang of kort maken als je wilt.

Voor wie is Rondje Lindenholt bedoeld?

Wandelaars / Hardlopers / Fietzers (recreatief) / Rolstoelgebruikers (alleen het deel tussen K5 en de Broekstraat is niet voor rolstoelgebruikers begaanbaar).

Cooperpad

Voor de hardlopers is bovendien een Coopertraject van 3000 meter uitgezet verdeeld in stukken van 100 meter. Het lange pad ligt langs het kanaal, van de Neerbosche Brug tot in Dukenburg.

Op het Bert Oosterboschpad (tussen knooppunt K6 en K1) en op het Frans Mahnpad (tussen knooppunt K1 en knooppunt K4) zijn twee trajecten uitgezet met vakken van 100 meter, herkenbaar aan strepen op de weg.

Op internet staan onder "Coopertest" schema's en veel informatie.

Meer informatie is te vinden op de website www.lindenholtmaaktgeschiedenis.nl en op www.lindenholtleeft.nl

Tekst: Lindenholt maakt geschiedenis

De Voorstenkamp kijkt vooruit!

Bewoners en organisaties werken met succes samen in project 'Opgerommeld'



Ruim een jaar geleden zaten we met elkaar om de tafel: Marina Peters en Geert Willemse van Bewonersgroep De Voorstenkamp en ik, projectleider bij Talis. Marina en Geert vertelden dat een deel van de bewonersgroep besloten had te stoppen en ze maakten zich zorgen over de toekomst. Redden we het wel, al die buurtactiviteiten met zo'n kleine overgebleven club?

Ze gingen graag in op het voorstel van Talis om met het project 'Opgerommeld!' aan de slag te gaan. Daarmee hoopten ze het tij te keren en nieuwe enthousiaste vrijwilligers te vinden. Nu zitten we hier weer, deze keer met Dirk van de Goor die de plaats van Geert heeft ingenomen. De stemming is uitstekend, want er is in een jaar tijd heel wat gebeurd!

'Opgerommeld!'

Talis boekte eerder in enkele Nijmeegse wijken succes met het project 'Opgerommeld!'. Daarbij krijgen bewoners een budget ter grootte van het aantal huishoudens in de buurt of per complex maal 5 euro om te besteden aan de verbetering van de leefbaarheid. Dan moet er wel draagvlak in de buurt zijn en bewoners moeten zelf de handen uit de mouwen steken. De woningcorporaties Portaal en Standvast Wonen sloten ook bij het project aan, evenals de gemeente, de politie en Tandem. Dat leverde een flink projectteam en een mooi potje met geld op!

Nu de ideeën nog.

Brainstorm in de regen

Op woensdag 24 september konden Voorstenkampers op het pleintje bij de 17de straat al hun wensen voor de wijk kwijt.

Er klonk muziek en er was allerlei door bewoners gebakken lekkers. Bij de JOP hingen grote borden waarop iedereen zijn verhaal kwijt kon. Medewerkers van de bewonersgroep en de verschillende organisaties stonden paraat met een luisterend oor of advies.

De middag had een succes kunnen worden... ware het niet dat de regen onophoudelijk met bakken uit de hemel viel.

Gelukkig kwam de overbuurman met kannen vol warme, zoete thee om ons te helpen de moed erin te houden. Ondanks de lage opkomst stonden aan het eind van de middag toch aardig wat frisse ideeën op papier.

Volle bak

Die ideeën kwamen tot leven in de daaropvolgende bijeenkomsten. Steeds meer bewoners wisten de weg te vinden naar de ruimte onder De Stroeten, zodat er soms niet eens voor iedereen een zitplaats was.

Gezamenlijk werkten we aan een plan voor de verbetering van de leefbaarheid in De Voorstenkamp. Ondanks de soms heftige discussies was de sfeer prima en werd er constructief gewerkt.

Uiteindelijk kozen de bewoners een tiental wensen uit: hier gaan we voor met z'n allen.

Jongeren

Bijzonder was de aanwezigheid van een groep jongeren bij de bijeenkomsten. Daardoor ging het gesprek niet alleen óver hen, maar konden ze ook zelf hun verhaal kwijt. Want echt leuk is het niet als anderen je alleen maar zien als overlastgever. Marina: "Jongeren willen elkaar graag ontmoeten, dat hoort erbij. Als er echt overlast is, doen bewoners er goed aan om even naar ze toe te lopen en ze aan te spreken. Je ziet wel dat mensen heel verschillend zijn in wat ze als overlast ervaren. De één kan wel wat hebben, de ander stoort zich al snel aan geluid. Het is lastig om echt grip te krijgen op groepen jongeren. Ze verplaatsen zich voortdurend en wisselen van samenstelling. Het belangrijkste is dat we de echte uitwassen aanpakken, samen met het jongerenwerk en de politie. We hebben goed contact met de jongerenwerkers van Tandem en gaan als het nodig is het gesprek met hen en de jongeren aan."

Successen

Nog niet alle wensen zijn werkelijkheid geworden, maar er is meer dan genoeg om trots op te zijn. Een greep uit de resultaten: een goedlopend Zwerfvuilteam ruimt wekelijks rommel in de wijk op, bewoners fleuren het plein op met een geschilderde hinkelbaan, een schaak- en dambord en twister en het bord met gedragsregels komt terug op het plein. Verder is van het beschikbare budget met grote instemming een gloednieuw springkussen aangeschaft.

Dit heeft met Koningsdag al voor een feestelijke sfeer op het plein gezorgd!

BuurtWhatsApp voor de Kampwijken

Een idee waar nog aan gewerkt wordt is de BuurtWhatsApp. Het concept is ontwikkeld door bewoners en politie uit Ede met als doel overlast en inbraak tegen te gaan. Het is een groot succes! Wat in Ede lukt, kan hier misschien ook. Niet alleen in De Voorstenkamp, maar in alle Kampwijken. In oktober of november komt er een voorlichtingsbijeenkomst en kunnen bewoners die belangstelling hebben voor een BuurtWhatsApp zich aanmelden. Via Lindenholt Leeft zullen we u op de hoogte houden!

Bruisende bewonersgroep

Ondertussen is ook de bewonersgroep gegroeid tot negen personen. Het is weer een bruisende club waar de energie vanaf spat. Het bestuur van de bewonersgroep heeft korte lijnen met de woningcorporaties, de politie, het jongerenwerk en vooral met de gemeente. Wijkbeheerder van de gemeente Jeannette Stevens is goed bereikbaar en kan snel reageren als zaken eens niet zo lekker lopen. Dirk: "Nieuwe leden zijn nog steeds welkom! Kijk eens op onze facebookpagina (www.facebook.com/devoorstenkamp.nijmegen) of meld je per mail aan bij devoorstenkamp@live.nl."

De Voorstenkamp 1919

Het afgelopen jaar is ook de groepsruimte in het gebouw 'De Stroeten', De Voorstenkamp 1919, in gebruik genomen. Wijkbeheerders van Talis en Portaal houden hier iedere maandag spreekuur van 9.30 tot 10.30 uur. Ook bewoners kunnen gebruik maken van deze ruimte. Op dit moment vergadert de bewonersgroep hier en huist de knutselclub er. Elke eerste maandag van de maand is er een koffieochtend voor bewoners. Marina: "Bewoners mogen daar gerust eens binnenlopen". In de ruimte zit ook kringloopwinkel Heart for Lindenholt, waar bewoners uit de wijk terecht kunnen voor goede en betaalbare gebruikte spullen. Linda van Aken vertelde hierover al eerder in Lindenholt Leeft.

Feestelijke afsluiting

Op zondagmiddag 5 juli tussen 12.00 en 16.00 uur vierten we met de hele buurt de successen van het afgelopen jaar. We laten dan graag zien wat we met elkaar bereikt hebben en wat er nog op het programma staat. Op het plein staan standjes van verschillende organisaties. En natuurlijk het nieuwe springkussen, spellen voor de kinderen en misschien een pannaveldje. Alle bewoners uit De Voorstenkamp zijn welkom op het plein en ontvangen daarvoor een uitnodiging. Mocht u nu nog twijfelen, dan zal de geur van poffertjes en ander lekkers u vast overhalen om even te komen kijken.

Zonnige toekomst

En de toekomst van De Voorstenkamp? Die zien Marina en Dirk zonnig in. Marina: "Het is hier prima wonen en zeker de laatste jaren is er veel ten goede veranderd." De nieuwe bewonersgroep zit stevig in het zadel. Marina en Dirk willen nog even van de gelegenheid gebruik maken om ook de 'oude club' te bedanken. Zij hebben zich jarenlang enthousiast ingezet voor de wijk, zonder hen zou de Voorstenkamp er nu heel anders uitzien. Het is fijn dat het stokje nu overgenomen is door nieuwe mensen die er weer volop tegenaan gaan. Want de Voorstenkamp blijft vooruit kijken!"

Tekst en foto: Anja Maas, projectleider leefbaarheid Talis

Wilt u gebruik maken van het buurtkantoor in De Stroeten? Neemt u dan contact op met Joop Derks of Hendrik de Groot. Zij zijn bereikbaar via de mail: joop.derks@portaal.nl en hendrik.degroot@talis.nl. U kunt ook bij hen terecht tijdens het spreekuur op maandagochtend van 09.30 tot 10.30 uur. De openingstijden van de kringloopwinkel: maandag 9.30 - 11.30 uur, dinsdag 19.00 - 20.30 uur, woensdag en vrijdag 13.00 - 16.00 uur en vrijdag 13.00 - 16.00 uur. In de schoolvakantie is de kringloopwinkel gesloten.



Stichting Gildegein organiseert buitenschoolse activiteiten voor de kinderen van de basisschool. Wij zijn gevestigd aan de Nieuwstadweg 37 in Lindenholt.

Voor het Knutsel, Meiden en Sfeerclub (voor volwassenen) programma kunt U ons altijd vinden op onze site: www.gildegein.nl

Op **woensdagmiddag** wordt er geknutseld met kinderen, limonade gedronken maar vooral gezelligheid staat voorop. Voor 1 euro nemen de kinderen altijd iets leuks mee naar huis. Van 13.30 tot 15.00 uur.

Op **vrijdagavond**, meestal twee maal in de maand is er Meidenclub. Meiden van de groepen 7 en 8 zijn welkom van 19.00 tot 21.00 uur. Voor 1 euro gaat er altijd een kunstig werkje mee naar huis. Een gezellige knutselavond maar vooral ook tijd om te babbelen en vooral om te lachen.

Zo'n 6 keer per jaar is er een workshop voor volwassenen. Op **woensdagavond**, voor een bedrag van 12.50 euro krijgt U een workshop. Verschillende technieken komen hier aan de orde. U kunt zich hiervoor opgeven bij: j.eimeren7@upcmail.nl. Tevens organiseren wij **Thema-Disco's** in 't Zwaantje aan de Agnetenweg voor de kinderen van de groepen 6, 7 en 8. Kinderen kunnen verkleed, lekker komen dansen op de muziek van onze eigen D.J. Jopie onder het genot van limo en wat lekkers.

Een wij zijn er ook: Ankie, Annelies, Brenda, Diedy, Elena, Hannie, Linda, Rochelle, Ilse, Elena, Shekun, Wendy, Heinz, Irene, Kelvin, Jopie, Maurice, Pieter, Nanniek, Sharila, Natasa en Niels.

Tekst: Stichting Gildegein



Een goedlopend Zwerfvuilteam ruimt wekelijks rommel in de wijk op

TE KOOP

PLAN DE MEEUWSE ACKER 20e STRAAT NIJMEGEN

*Nog 1
beschikbaar*



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

KOOPSOM €275.000 von

Realisatie:



- nieuwbouw
 - verbouw
 - uitbouw
- Nijmegen

Inlichtingen en verkoop:



024 - 677 77 76
www.hansjanssen.nl

“Lindenholt doet”

Overzicht van Activiteiten in Lindenholt

3e editie 2015

In dit overzicht ziet u welke activiteiten er beschikbaar zijn voor alle bewoners van dit stadsdeel. Veel ervan zijn gratis, voor een bescheiden aantal staan tarieven vermeld. Het is de verantwoording van de eigenaar van de activiteiten om de informatie actueel te houden. Dit kan via de email: info@lindenholtleeft.nl / hjmtendam@gmail.com. Wanneer blijkt dat de aangeboden informatie onvoldoende actueel is zal de redactie zich gemachtigd voelen het item uit het overzicht te verwijderen. Ook geldt dit wanneer er voor een aangeboden activiteit gedurende een jaar geen enkele mutatie is geweest. Op die manier wil de redactie voorkomen dat het aangeboden materiaal ‘vervuild raakt’ en het overzicht in waarde zal dalen voor de bewoners van Lindenholt. Doe mee en laat zien wat er allemaal te doen is in Lindenholt. U kunt uw gegevens mailen aan hjmtendam@gmail.com en dan wordt dit in de volgende editie vermeld.



Activiteiten: Wijkatelier Lindenholt

Adres: Zellersacker 1003
Web-Site: www.wijkatelierlindenholt.nl
Planning: Jan Hertgers
E-mail: jw.hertgers@gmail.com

SOEPie-Doen

Bewoners komen bij elkaar om samen zelf-gemaakte soep te eten.
Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Wanneer: Elke maandag van 12.30 – 13.30 uur
Waar: Wijkatelier Lindenholt
Aanmelden: niet nodig

Wandelen in Lindenholt aansluitend op SOEPie-Doen

Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Wanneer: Elke maandag van 13.30 tot 14.30 uur.
Aanmelden: niet nodig

Open inloop met creativiteitsaanbod: Mandala teken

Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Wanneer: Dinsdag van 14.00 – 16.00 uur in de even weken
Waar: Wijkatelier Lindenholt
Aanmelden: niet nodig

Open inloop

Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Wanneer: Elke maandag van 12.00 – 14.00 uur
Waar: Wijkatelier Lindenholt
Aanmelden: niet nodig

Bakkie Koffie en Theeleuten

Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Wanneer: Elke laatste woensdag vd maand
Van 10 tot 12 uur
Aanmelden: niet nodig

Vriendenkring Open inloop

Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Wanneer: Elke 1e en 3e zondag vd maand
Van 13 tot 17 uur
Aanmelden: niet nodig

Eat & Meet

Samen genieten van een drie gangenmaaltijd
Doelgroep: Bewoners Lindenholt.
Beperkt aantal plaatsen.
Wanneer: Elke 1e vrijdag van de maand van 18.00 tot 21 uur
Waar: Wijkatelier Lindenholt
Aanmelden via: aanmelden@eatenmeet.nl

Lindenholttafel

Wanneer: Elke 3e week van de 3e maand 16.30 tot 21 uur
Info: zie elders in dit blad.

Repaircafé/Kledingherstel Lindenholt

Reparaties van kleine huishoudelijke apparaten en computers en kleine reparaties aan kleding en textiel.
Wanneer: Elke 2e zaterdag van de maand van 10 – 13.00 uur
Waar: Wijkatelier Lindenholt
Aanmelden: niet nodig

Kledingherstel Lindenholt: Kleine reparaties aan kleding en textiel.

Doelgroep: Bewoners Lindenholt.
Wanneer: Elke 4e donderdag van de maand van 14.30 tot 17 uur
Waar: Wijkatelier Lindenholt

Aanmelden: niet nodig
Info: 06-16463650

Huiswerkbegeleiding

Doelgroep: kinderen vanaf groep 7
Wanneer: medio mei. nadere info volgt
Als u uw kind wilt opgeven of meer informatie wilt over dit project kunt u contact opnemen met 06 - 30192191

Lindenholttafel

Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Wanneer: Een keer per 3 maanden op vrijdag van 16.30 tot 21 uur: 12 juni, 11 september en 11 december

Gezellige zondagmiddag met mogelijkheid om spellen te doen

Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Wanneer: Elke 3e zondag van de maand van 13.30 – 15.30 uur
Waar: Wijkatelier Lindenholt
Aanmelden: niet nodig

STIP

Bij de Stip kunt u terecht met allerlei vragen over bijvoorbeeld wonen, inkomen, formulieren, zorg en opvoeding. U kunt er informatie krijgen over activiteiten en cursussen in de wijk. En u kunt er komen met ideeën voor de buurt, aanbieden om vrijwilligerswerk te doen of buurtgenoten ergens mee te helpen.
Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Wanneer:
Elke maandag van 13.30 – 17.00 uur
Elke dinsdag van 9.00 – 13.30 uur
Elke donderdag van 13.30 – 17.00 uur
Waar: Wijkatelier Lindenholt
Aanmelden: niet nodig



Activiteiten: Wijkcentrum de Brack

Adres: Leuvenbroek 12-00
E-mail: debrack@nijmegen.nl
Web-Site: www2.nijmegen.nl/content/1016241/wijkcentrum_de_brack
Tel: (024) 377 57 84

Bewegen op Muziek

Ga meedoen, "Bewegen op Muziek".
Nieuwe deelnemers in de leeftijd van 40 jaar en ouder zijn van harte welkom.
Niet eerder aan beweging gedaan?
Geen probleem! Onder deskundige leiding wordt bewegen leuk, maar ook gezond en gezellig.
Wanneer: Elke maandagavond van 20.00 tot 21.00 uur
Info: Brieta Bisschops tel 024-6775115 (tussen 19.00-20.00 uur)

Vrouwen van nu.

Wij komen nog steeds een maal per maand bij elkaar op donderdagavond.
Alle dames uit Lindenholt en omgeving zijn van harte welkom. Wij hebben educatieve, creatieve en ontspannende avonden.
Dus bent U opzoek naar gezelligheid en net iets meer, kom dan eens een avond kijken.
Wanneer: Elke laatste donderdag vd maand 20.00 tot 22.30 uur
Info: mevrouw P.Broekman 024-6411303

Linedance

Stichting De Inloop verzorgt iedere donderdag- en vrijdagavond van 20.00 uur tot 22.00 uur een cursus linedance.
Telefonische informatie tussen 17.00 en 18.00 0644452655.
Belangstellenden mogen gerust eens komen kijken.

Biljartclub "De Brackers"

Elke maandagavond vanaf 19.00, rollen de ballen.
Mensen met een beperking of een zorg-indicatie zijn ook welkom bij ons.
Heeft u interesse, kom dan gerust maandagavond naar de Brack om 19.00 uur.
Ook dames zijn van harte welkom. Info bij Jan op nummer 06-26875179 of per mail: jboers52@gmail.com.



Activiteiten: Wijkcentrum de Kampenaar

Adres: Zwanenstraat 1
E-mail: dekampenaar@nijmegen.nl
Telefoon: 3738224

Bingo

Iedere 3e vrijdagmiddag van de maand van 13.00 – 16.30 uur
Waar: De Kampenaar
Aanmelden: niet nodig
Info: Leen Weijers 024-8449288

Bridge Instuif "De Kampenaar"

Doelgroep Bewoners Lindenholt
Voor iedereen – op elk niveau
Elke donderdagmiddag vanaf 13.30 uur
Aanmelden: niet nodig
Info: Jannetje van der Tol 024 – 8449288

Crea-Doe Club:

Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Prijs: afhankelijk van workshop
O.a.: sieraden maken; graveren; mozaïeken; brandschilderen; werken met stoffen; paas- en kerstworkshop. Per keer verschillend.
Voor iedereen – op elk niveau
Wanneer: Elke dinsdagavond van 19.30 – 22.00 uur.
Programma:
9 & 23 juni (mozaïeken);
30 juni (decoupage);
22 sept (Brandschilderen);
6 okt + 3 nov. Sjaal haken (Guimpen).
zie www.lindenholtleeft.nl
Aanmelden: 10 dagen van tevoren
Marja van Megen: 024-379 2627
creadoeclub@upcmail.nl

Dart Club Robin Hood

Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Wanneer: Iedere donderdagavond vanaf 19.30 – 22.00 uur. Vrije inloop
Info: Willem van Megen 024-3792627
dekluijskamp@upcmail.nl

Bridge Sans Fumer

Doelgroep: Bewoners Lindenholt
Wanneer: Iedere maandag van 19.30 tot 23.00

Anneke Akkers Yoga

Instromen is elke week mogelijk
Er zijn matjes aanwezig

Wanneer: lessen op iedere vrijdagochtend Van 9.00 tot 10 u en van 10.30 tot 11.30.
Info: 06 21590904. anneke@akkers.nl
Bewonersgroep "Aan de overkant" voor en door bewoners.

Ontmoeting, verbinding & activering !!!

Wij zijn op zoek naar jou...

gemma-yildiz@hotmail.com of gemma.thuiszorgmoc@gmail.com

Sjoelen

Iedere eerste en laatste vrijdagmiddag van de maand vanaf 13.00 – 16.00 uur in de bovenzaal van de Kampenaar
Contactpersoon: Mery Keijser
Voor meer informatieve stuur een mail naar adrikeyser@gmail.com
Meedoen is gratis*

Crea studio

Iedere tweede vrijdag van de maand vanaf 13.00 -16.00 uur in de bovenzaal van de Kampenaar
Contactpersoon: Ilse Fraanje & Gemma Sanders
gemma-yildiz@hotmail.com of gemma.thuiszorgmoc@gmail.com

Ruilbeurs

Iedere eerste en laatste vrijdag van de maand vanaf 13.00 – 16.00 uur in de bovenzaal van de Kampenaar
Contactpersoon: Gemma Sanders
Vraag & aanbod, gratis glimlach ! Voor meer informatie stuur een mail naar Gemma Sanders.

Jongeren centrum de Casa Kamp

Doelgroep: jongeren van 11 t/m 19 jaar
Wanneer: Maandag van 19.00 tot 21.00
Woensdag van 15.00 tot 17.00 en van 19.00 tot 21.00 Meidenkamer: van 19.00 tot 21.00
Donderdag van 19.00 tot 21.00
Doel: Ontmoeting en recreatie voor kinderen

Jongeren centrum De Sprok Weteringweg 51 Nijmegen 024 373 3251

Doelgroep: jongeren van 11 t/m 19 jaar
Openingstijden: Maandag van 19:00 tot 21:00 Dinsdag 15:00 tot 17:00 en 19:00 tot 21:00 Woensdag en donderdag: van 15:00 tot 17:00 en van 19:00 tot 22:00
Studio & fitness ruimte beschikbaar!!
Gratis. Meer informatie: 0630192191

Hip-Hop danslessen

Doelgroep: Meiden in lindenholt

Dag van Lindenholt

Wanneer: 21 juni 2014 van 12 tot 17 uur

Waar: Park de Omloop, Lindenholt

Info: Info@dagvanlindenholt.nl

Web-site: www.dagvanlindenholt.nl

Doel: De leefbaarheid van de wijk positief te stimuleren en de samenhangigheid tussen de

DAG VAN LINDENHOLT



bewoners van Lindenholt te vergroten. Hierbij wordt de nadruk gelegd op de participatie van alle bewoners, ongeacht leeftijd,

beperking en/of culturele achtergrond. Daarnaast worden alle verenigingen, organisaties en bedrijven uit het stadsdeel betrokken bij de realisatie van het evenement
Web-site: www.dagvanlindenholt.nl

Vijverconcert: de zaterdagavond voorafgaand aan Dag van Lindenholt.

Doel: De leefbaarheid van de wijk positief d.m.v. muziek te stimuleren en de samenhangigheid tussen de bewoners van Lindenholt te vergroten.

Wanneer: 20 juni 2014 van 20 tot 24 uur

Waar: Park de Omloop, Lindenholt

Info: Info@dagvanlindenholt.nl



SLAK Stichting Lindenholtse Activiteiten voor Kinderen

Doel: Ontmoeting en recreatie voor kinderen wonend in het stadsdeel Lindenholt.

Nadere info: Fred Penninx Mobiel:

06 30779669

Info: sinterklaas@stichting-lak.nl

Website: www.stichting-lak.nl

Koningsdag

Wanneer: maandag 27 april

Waar: info volgt

Aanmelden: niet nodig

Halloween

Wanneer: zaterdag 31 oktober

Waar: info volgt

Aanmelden: info volgt

Sinterklaas

Wanneer: zondag 15 november

Waar: info volgt

Aanmelden: info volgt

Kerstmarkt

Wanneer: zaterdag 12 december

Waar: info volgt

Aanmelden: info volgt

DIVERSEN

Halloween Dieskensacker / Heeskesacker

Wanneer: zaterdag 31 oktober

Waar: De Sprok Weteringweg

Info: bewonersgroepdrieskensacker@hotmail.com

Bewonerscomité De Kluijskamp:

Doelgroep: Kinderen de Kluijskamp

Deelname gratis uitsluitend voor kinderen van de Kluijskamp en alleen met aanmelding

Wat: kinderactiviteiten

13 juni: straatspeeldag 13.00 tot 17.00 uur

28 okt: pompoenen versieren vanaf 14 uur

31 okt.: Halloween optocht (vanaf 18.00 u)

4 nov: Bloembollenfeest (vanaf 14 uur)

Waar: Speeltuin de Kluijskamp 11e str.

Aanmelden: verplicht (m.u.v. straatspeeldag)

Info en aanmelden:

Willem van Megen 024-3792627. dekluijskamp@upcmail.nl

Hatha yoga

Het accent ligt op het rustig uitvoeren van actieve yogahoudingen en bewegingen.

Yoga is een gerichte manier om

balans, kracht, souplesse en vitaliteit in lichaam en geest te bevorderen.

De lessen staan open voor alle niveaus, leeftijden, mannen en vrouwen. Matten zijn aanwezig.

Doelgroep: bewoners Lindenholt

Aanmelden en info: Barbara van Graas. Yogadocent, adem- en ontspanningstherapeut.

Wanneer:

Elke dinsdag 19.00 tot 20.00 en 20.15 tot 21.15 uur,

Elke woensdag 10.00 tot 11.00 van 19.00 tot 20.00 en 20.15 tot 21.15 uur.

Elke donderdag 18.00 tot 19.00.

Tel: 024-3783191.

Waar: Nieuwstadweg 5

Email: info@yoga-adem-ontspan.nl

Website: www.yoga-adem-ontspan.nl

Adem- en ontspanningsinstructies methode van Dixhoorn:

Doelgroep: bewoners Lindenholt

Info: Barbara van Graas. Yogadocent, adem- en ontspanningstherapeut.

Wanneer: Elke donderdag 10.00 tot 11.00.

Waar: Nieuwstadweg 5

Tel: 024-3783191

Email: info@yoga-adem-ontspan.nl

Website: www.yoga-adem-ontspan.nl

Hardlooptgroep:

Doelgroep: Bewoners Lindenholt

Info: Miranda Boom

Wanneer: Elke dinsdag 19.45 tot 20.30 uur



Waar: Start Wijkatelier Lindenholt.

Contact: Lindenholtloopt@gmail.com facebook.com/LindenholtLoopt twitter.com/lindenholtloopt Lijkt het je leuk ...doe een keer mee. Opgeven is niet nodig. Kom naar de activiteit.

Kosten: eerste keer gratis, daarna 0,50 cent

LIEDERENTAFEL/MEEZINGAVOND

Wanneer: Vrijdag 19 juni 2015

Van 20.00 tot 22.00 uur

Waar: In 't Zwaantje

St. Agnetenweg 77 Nijmegen

Voor meer info: Mieke Hydra

bel 06-49394346

of 't Zwaantje

tel.nr. 024-3777696

Workshops bloemschikken "De Vlinderbloem"

Doelgroep: Bewoners Lindenholt

Prijs: afhankelijk van workshop vanaf € 17,50

Wanneer: Dinsdagavonden van 19.30 – 21.30 uur.

Programma:

26 mei (schikken op gerecyclede ondergrond)

16 juni (zomer op tafel!),

Meer info over locatie en aanmelden:

Wilma Becker

T: 06 2419 9613 of becker.wilma@gmail.com

www.workshopsbloemschikkendevlinderbloem.nl



Knutselclub

Wanneer: Iedere woensdag van 13.30 tot 15.00.

Waar: Nieuwstadweg 37

Meidenclub

Wanneer: om de vrijdag van 19.00 tot 21.00

Waar: Nieuwstadweg 37

Thema- Disco's in 'tZwaantje

Wanneer: zie website enkele keren per jaar.

Sfeerclub voor dames

Wanneer: zie website enkele keren per jaar Nadere info: zie website en voor gehele programma: Website: www.gildegein.nl

Kabouter Pierelier:

Doelgroep: Kinderen Lindenholt

Info: Peter Freijssen; 024-3786989

peter@kabouterpierelier.nl

Zaalvoetbalactiviteit

Doelgroep: 9 t/m 12 jaar

Zaalvoetbal onder begeleiding.

Wanneer: Iedere vrijdag van 16:30 tot 18:00

Waar: Sporthal de Gildenkamp



Agency: Jambo Afrika

Doelgroep: bedrijven en podia

Info: Mirjam Koenen-Quenum

www.jamboafrika.nl

024-3510303 06-38510432

We make the connection!

Praktijk voor inzicht: Wijs me de weg, lopen kan ik zelf....

www.mijnroots.com info@mijnroots.com

Workshops bloemschikken

"De Vlinderbloem"

Doelgroep: Bewoners Lindenholt

Prijs: afhankelijk van workshop vanaf € 17,50

Wanneer: Dinsdagavonden van 19.30 – 21.30 uur.

Programma:

26 mei (schikken op gerecyclede ondergrond)

16 juni (zomer op tafel!),

Meer info en aanmelden: Wilma Becker

www.workshopsbloemschikkendevlinderbloem.nl.

T: 06 2419 9613 of becker.wilma@gmail.com



Mede door het tv-programma "Door het oog van de Naald" is naaien weer helemaal "in".

Wij zouden dan ook heel graag weer een cursus Naaien en Knippen willen aanbieden in het nieuwe cursusseizoen en zijn daarom enthousiast op zoek naar iemand die deze cursus vorm kan en willen geven.

Vind je van jezelf, dat je goed kunt naaien en dat ook kunt overbrengen aan anderen en daar ook plezier aan zou beleven, neem dan contact op met Lineke Otzen, tel 024-3786857 of reageer via de mail, info@deinloop.nl



Heeft u een hobby en wilt u dat met anderen delen?

Vind u het leuk om kennis te delen over een onderwerp, waar u veel vanaf weet?

Heeft u een vaardigheid, waarvan u denkt, dat anderen dat ook graag zouden leren?

Heeft u zin om een workshop of een compleet lesseizoen, startend in het najaar, daar om-



heen te maken?

Neem dan contact op met Lineke Otzen, 024-3786857 of reageer via de mail info@deinloop.nl

Marieke Hogeweg, Beeldende Kunst.

Cursus tekenen en schilderen in eigen atelier.

Info; mghogeweg@gmail.com of 0243779561.

Wanneer: Korte zomercursus schilderen voor beginners 5x 2,5 uur op vrijdagochtend 26/6 t.m.24/7.

Vanaf medio september: cursus tekenen en schilderen op dinsdagavond en woensdagochtend.



Waar: Leuvenbroek.

Website: www.mariekehogeweg.nl

Kosten: € 85,- incl. gebruik van materiaal, voor de zomercursus.

Ook voor cursus en creatieve workshops, zie website: <http://www.mariekehogeweg.nl>

Expressief Schilderen en Teken in de Brack

Onder leiding van de ervaren beeldend kunstenaar en schilder Theo Tomassen begint vanaf 8 September de nieuwe 1/2 jaar cursus.

Elke dinsdagochtend en middag weer een nieuwe gelegenheid jezelf en je talenten in creatieve zin te ontdekken en ontwikkelen.

Locatie : Lokaal nr. 4 in wijkcentrum De Brack in Lindenholt.

Ochtendcursus : 1/2 jaar; 18 lessen van 2,5 uur van 10:00 uur tot 12:30 uur.

Middagcursus : 1/2 jaar; 18 lessen van 2,5 uur van 13:30 uur tot 16:00 uur.

Cursusprijs 1/2 jaar : 215,- E. Cursusprijs inschrijving voor Heel Jaar; 36 lessen : € 400,-

Voor informatie en het proeven van de sfeer kunt U een keer, op afspraak, ter plekke komen kijken.

Contact : 0646852532;

of mail theoemtomassen@gmail.com

website : www.theotomassen.nl

Wij begroeten U graag als nieuwe deelnemer !

Tot spoedig

Ben jij op zoek naar een leuke sport? Ga dan eens kijken bij



korfbalvereniging De Hazenkamp!

Kom jij ook op de speciale korfbaltraining op 27 Juni? Iedereen is welkom!

Waar: De training vindt plaats in de gymzaal Leuvenbroek van 10:30 tot 11:30. Neem je sportkleding en zandschoenen mee! Deze kennismakingstraining is gratis. Na afloop krijgt iedere deelnemer ook een knipkaart om nog eens 4x gratis mee te trainen vanaf eind augustus 2015.



Als u nog vragen heeft kunt u gerust mailen, bellen of zelfs "De Hazenkamp" langskomen op de trainingsavonden of de dag van Lindenholt! Kom gerust langs om te schieten op de dag van Lindenholt! Diegene die het meest scoren winnen een prijs! Voor meer info: 06-43974164; Patrick Kregting, hoofd van de jeugdcommissie en/of kvdehazenkamp@hotmail.com.

Hier had ook uw activiteit kunnen staan.

Doe mee en laat zien wat er allemaal te doen is in Lindenholt.

U kunt uw gegevens door mailen aan Jan ten Dam, hjmtendam@gmail.com dan wordt dit in de volgende editie vermeld. In alle edities wordt het middenblad, de pagina waar alle relevante gegevens zijn vermeld. Zijn de gegevens niet meer relevant mail ons dan.

Lindenholt doet



Nieuw team gaat Wijkatelier Lindenholt aansturen

Het Wijkatelier in Lindenholt geniet inmiddels bij iedereen een grote bekendheid. Bewoners en professionele organisaties op het gebied van zorg en welzijn hebben daar een plek gevonden waar een grote diversiteit aan activiteiten plaatsvindt. Het is vooral een ontmoetingsplek waaruit veel creativiteit wordt ontwikkeld om de kwaliteit van het samenleven in de wijk op initiatief van bewoners en organisaties te verbeteren. Lang moest worden nagedacht over de wijze van aansturing en wie dat allemaal moet gaan betalen. Daar is vanaf nu verandering in gekomen. Maurice Nooijen is door de gemeente Nijmegen vanuit de Tandem Welzijnsorganisatie aangesteld als algemeen coördinator. Hij wordt daarin bijgestaan door Willy Arts en Bianca Bolwerk. Alle drie stellen zij zich voor.



(Links) **Willy Arts**, sociaal werker bij Wijkatelier Lindenholt.

Een van de eerste werkzaamheden, die ik voor Tandem gedaan heb, was het ondersteunen van een internationale vrouwengroep in Lindenholt. Hieraan bewaar ik goede herinneringen. Het was een zeer diverse groep waar iedereen, waar zij ook vandaan kwam, welkom was. Een plek om elkaar te ontmoeten, ervaringen te delen en samen nieuwe dingen te ondernemen. Zo zie ik ook het Wijkatelier en daar ben ik erg enthousiast over. In mijn vrije tijd geniet ik van fietsen, ver weg, maar ook dichtbij, nieuwe dingen ontdekken, koken, lezen en bezig zijn in de buurtmoestuin. Mail mij op w.arts@tandemwelzijn.nl of kom langs bij het wijkatelier dan maken we er samen iets moois van.

(Midden) **Maurice Nooijen** en ik ben sinds kort de nieuwe coördinator van het wijkatelier Lindenholt. In het dagelijks leven ben ik productontwikkelaar bij welzijnsorganisatie Tandem. Maar het grootste deel van mijn werkzame leven ben ik jongerenwerker geweest o.a. van 2007 – 2012 in het prachtige stadsdeel Lindenholt. Ik prijs mezelf gelukkig dat ik nu als coördinator van het wijkatelier mag terugkeren naar het mooie en groene Lindenholt. Het was en is een plek waar ik me altijd erg heb thuis gevoeld met veel enthousiaste en inspirerende buurtbewoners.

Ik ben er trots op dat ik coördinator mag zijn van zo'n vernieuwend en bijzonder initiatief als het wijkatelier. Zeker nu ik steeds meer vrijwilligers en bezoekers leer kennen die vol ambitie en enthousiasme betrokken zijn bij dit door de buurtbewoners zelf geïnitieerde project. Bewoners staan samen met de zorgpartijen en Tandem voor een actief en bruisend wijkatelier waar iedereen welkom is. Dat is uniek en bijzonder in dit land en we gaan ervoor!

(Rechts) **Bianca Bolwerk**, sociaal werker bij wijkatelier Lindenholt. Ik heb Culturele Maatschappelijke Vorming gestudeerd aan de HAN en ben een aantal jaren werkzaam geweest in het kinderwerk voor Tandem. Ik ben een creatieve duizendpoot: kunst en cultuur, koken, taarten bakken, moestuinieren en grafisch vormgeven zijn dingen waar ik blij van word. In het wijkatelier zijn al ontzettend veel leuke activiteiten en initiatieven gestart. Ik heb dan ook enorm veel zin in om samen met jullie als bewoners dit aanbod verder uit te breiden. Heb je nog mooie dromen, leuke plannen of goede ideeën? Kom dan langs, of mail naar b.bolwerk@tandemwelzijn.nl Hopelijk kunnen we ze samen waar gaan maken. Tot ziens in het wijkatelier.

Tekst en foto: Tandem

Opening B.O.S.



Vrijdag 29 mei hebben 4 scholen in De Gildekamp hun gemeenschappelijke B.O.S. (Bieb op school) geopend.

Basisschool Kampus, De Luithorst, SBO de Windroos, en SO-4 de Windroos hebben vanaf nu gezamenlijk een bibliotheek voor alle kinderen.

Alle 380 kinderen waren aanwezig bij deze opening waar Gerard Tonen, auteur van kinderboeken, een schreeuwgedicht voorlas.

De scholen zijn nog op zoek naar vrijwilligers die mee willen helpen bij het uitlenen van boeken. Heeft u interesse neem dan contact op met Ben Kinkelaar tel.nr. 024-3730209

Tekst en foto's: Kampus





HANNY VERPLAK

EXPOSEERT IN HET WIJKATELIER LINDENHOLT



15 maart 2015 was de opening van de eerste expositie in het Wijkatelier Lindenholt. Toen waren het foto's van de Media-club uit Velp die de wanden opsierden.

Nu zijn het werken van Hanny Verplak, woonachtig in Lindenholt.

Het zijn voornamelijk aquarellen die zij maakt maar, zegt ze: 'Ik doe ook ander werk door middel van gemengde technieken.'

Zij is geen groentje in de kunst; al meer dan 25 jaar schildert zij en haar eerste expositie was al 15 jaar geleden.

Kom vooral eens kijken in het Wijkatelier Lindenholt, Zellersacker 1003. Voor meer informatie kunt u bellen: 024 3738364 of mailen naar hverplak@tele2.nl

Tekst: Gerard van Bruggen

Foto's: Gerard van Bruggen en Frans Notten



Bar Brothers Netherlands



Wie zijn wij?

Bar Brothers Netherlands is initiatief van Dennis Xhofleer, Daniël Geijsberts en Guerrin Witman. Onder ons hebben we een actieve groep van circa 25 man die mee doen met onze trainingen. Wij beoefenen drie tot zes keer per week deze sport om ons lichaam te verbeteren.

Wat houdt Bar Brothers in?

Bar Brothers is begonnen door twee jongens uit Amerika die met behulp van de sport 'calisthenics' hun lichaam atletisch en gezond

hebben gekregen. Calisthenics houdt in dat je je lichaam sterk traint met alleen behulp van je eigen lichaamsgewicht. Het is een alternatieve duurzame fitness vorm.

Wat voor effect heeft calisthenics op je lichaam?

Calisthenics is een omschrijving van een sport waarbij je alleen je eigen lichaamsgewicht gebruikt om kracht op te bouwen, terwijl je vet verbrandt en je flexibiliteit vergroot. Hiervoor heb je geen apparatuur of gewichten nodig. Een van de gunstige effecten van calisthenics is het verhoogd uithoudingsvermogen wat zal resulteren in een betere conditie van je fysieke en mentale gezondheid. Hierdoor zul je gezonder worden en je beter voelen wat weer resulteert in betere resultaten op school en of je werk.

Wat is onze doelstelling?

Ons doel is om jongeren te motiveren om een gezonde levensstijl te creëren doormiddel van het verzorgen van trainingen. Het mooie hiervan is dat iedereen mee kan doen, jong en oud met een gezonde of ongezonde levensstijl. Wij doen dit doormiddel van het verzorgen van trainingen en het delen van onze ervaringen zodat deze personen zichzelf sneller en effectiever door kunnen ontwikkelen. Sinds we het nieuwe professionele calisthenics park ter beschikking hebben kunnen we de trainingen optimaal uitvoeren.

Wat hebben we al gedaan?

Wij hebben een jaar ervaring op gebied van het verzorgen van trainingen, uitvoering van oefeningen en het advies over voeding. Wij blijven nog steeds actief research om onze trainingen te optimaliseren. Ook op het moment verzorgen wij de training voor ongeveer 25 man. Door bij de gemeente aan te kaarten dat onze oude toestellen niet voldeden hebben wij n samenwerking met de jongeren opvang de Sprok en sportservice, Tandem Jongeren werkers en de gemeente een plan gemaakt om het park te realiseren. Hiervoor hebben wij aan verschillende activiteiten deelgenomen om aan de eisen van het plaatsen van het park te voldoen.

Het resultaat laat zien dat de jeugd van tegenwoordig samen de handen in elkaar hebben geslagen om hun doel te bereiken. Hierbij wil ik het jongeren centrum de Sprok, de jongerenwerkers van Tandem welzijnsorganisatie, Sport Service Nijmegen en met name Joseph en Sietske van de gemeente Nijmegen bedanken voor hun steun en geloof waar wij voor staan.

Trainingen

Wij geven training op maandag, woensdag en vrijdag van 19.00 tot 20.00 uur. Iedereen is welkom om mee te trainen of te kijken.

Op maandag van 20:00 tot 21:00 verzorgen wij een bootcamp training voor de dames in de wijk.

Contact gegevens

Facebook: Bar Brothers Netherlands
Instagram: Bar Brothers Netherlands
Website: www.barbrothersnetherlands.com
e-mail: barbrothersnetherlands@hotmail.com

Tekst en foto's: Bar brothers



Naam: Guerrin Witman
Leeftijd: 26 jaar
Werk: Electro Technicus
Hobby: Calisthenics

Dennis Xhofleer
20 jaar
Sport & Business
Calisthenics

Daniël Geijsberts
20 jaar
Pabo HAN
Calisthenics

ZOMER IN CENTRUM NIJMEGEN

CENTRUM
NIJMEGEN.NL



WAT IS ER TE DOEN?

26-28 JUNI

FOOD TRUCK FESTIVAL TREK

18-24 JULI

VIERDAAGSEFEESTEN EN MARSEN

21 AUGUSTUS

NIJMEGEN ZINGT

28-30 AUGUSTUS

GEBROEDERS VAN LIMBURG

3-6 SEPTEMBER

VALKHOF THEATER AVENUE

5-6 SEPTEMBER

SAMBAFESTIVAL

KIJK VOOR EEN COMPLEET OVERZICHT OP CENTRUMNIJMEGEN.NL

CULTUUR, SHOPPEN EN UITGAAN IN DE BINNENSTAD VAN NIJMEGEN



NEPAL; Monique Molenveld was daar op het moment van de ramp

Zoals u weet is er in Nepal, op 25 april j.l. een grote aardbeving in Nepal geweest en is er een enorme ramp voltrokken waarbij vele mensen het leven lieten, nog meer mensen gewond zijn geraakt. Talloze Nepalese mensen zijn dakloos geworden. Om het land weer weder op te bouwen zal enkele jaren in beslag nemen.

Mijn naam is Monique Molenveld en ben op 24 april j.l. naar Nepal afgereisd om vakantie te houden, even weg van alle dagelijkse verantwoordelijkheden en een andere cultuur te ontmoeten. Op de tweede dag van mijn verblijf in Nepal, Kathmandu begon de aarde onder onze voeten vreselijk te beven en totale paniek om ons heen brak uit. Mensen begonnen te schreeuwen, te rennen in blinde paniek, niet weten waar naar toe. Gebouw kraakten en brokstukken vielen naar beneden.

Godzijdank ben ik en mijn vrienden die met me mee zijn gereisd ongeschonden uit deze aardbeving gekomen. Onze vakantie was

over, dat mag duidelijk zijn. Echter hebben wij ervoor gekozen niet gelijk weg te vluchten, maar te blijven om te kijken wat wij op dat moment voor de bevolking van Nepal konden betekenen. Door een Facebook-actie terplekke op te zetten hebben wij al een mooi bedrag bij elkaar verzameld en hebben een getroffen school in de bergen van de Kathmandu-vallei gevonden en daar onze opgehaalde donaties geschonken.

Ik heb me ingeschreven bij 'Projects Abroad' als vrijwilliger voor de wederopbouw van Nepal en Sociale zorg. Dit houdt in dat ik een deel van mijn verblijf zal besteden aan het helpen bij de renovatie van scholen, bouwen van toiletten



en het opzetten van tenten die gebruikt worden als scholen en opvangkampen voor gezinnen die hun huis hebben verloren

Nu ben ik bezig een grote sponsorloop dag te organiseren

in het Goffertpark op 5 juli a.s. van 10:30 tot 16:00 uur. Daarnaast wordt er ook een sumo-worsteltoernooi gehouden. Meedoen kan voor €5,00 p.p.

Iedereen is die dag welkom en wie zich wil inzetten om mijn project te steunen kan zich inschrijven als deelnemer. Na inschrijving ontvangt men een inzamelingsformulier en kan hij of zij sponsors zoeken.

Tekst en foto's: Monique Molenveld

Help de mensen in NEPAL



rechts Monique Molenveld

“Als ik zijn nummers hoor, voel ik me blij!”

“Laatst zei een bekende van me: ‘Monique, jij hoort niet alleen thuis bij de gewone mensen, maar als grootste fan van Rob de Nijs, hoor je óók bij de Bekende Nederlanders!’ Dat vond ik erg leuk om te horen. Vroeger noemden ze me gehandicapt. Dan voelde ik me zo in een hokje geplaatst. Eerlijk gezegd word ik daar nu nog steeds een beetje pissig van. Ik vind het netter als mensen zeggen dat ik een beperking heb.”

Monique Verberk woont al tien jaar op zichzelf in Lindenholt. In een huis mét tuin. “Alleen in de winter koop ik groenten en fruit in de supermarkt. De rest van het jaar, haal ik alles vers uit mijn eigen moestuin.” Van boerenkool tot aardbeien tot diverse soorten munt. Monique heeft ‘t allemaal. Omdat ze later dit jaar 50 wordt, besloot ze te stoppen met werken bij GVO-restaurant ‘De Blauwe Speklap’. Daardoor heeft ze nu meer tijd voor haar moestuin. Maar zeker ook voor haar idool Rob de Nijs. “Samen met mijn moeder, bezoek ik al zijn concerten. Hij kent me goed, ik heb zelfs al een keer met hem in de Story gestaan. Als ik zijn nummers hoor, voel ik me blij.”

José Kleintjens is Monique’s contactpersoon bij Wijkverpleging Lindenholt. En dat is niet geheel zonder toeval. Monique: “De schoonouders van José zongen in het achtergrondkoor van Rob. Dat maakte de keuze voor José als mijn contactpersoon gemakkelijk.” José: “Monique is de grootste fan van Rob de Nijs. Geweldig om te zien. Wij helpen haar om de suikerziekte die ze heeft, onder controle te krijgen. En zorgen natuurlijk dat de concertbezoeken daar niet onder lijden. Voorheen deden we dat, door dagelijks insuline te spuiten en bloedsuiker te prikken. Maar tegenwoordig kan Monique dat laatste prima zelf. En een paar weken geleden heeft ze ook besloten om vanaf haar 50e zelf insuline te spuiten. Daar werken we nu samen naartoe.” Monique: “Ik wil het graag op mijn eigen tempo leren. Niet gehaast. Omdat ik slechtziend ben is dat extra belangrijk, want dingen kosten vaak meer tijd. José en haar collega’s weten dat structuur belangrijk voor mij is en houden daar zo goed mogelijk rekening mee. Dat vind ik fijn.”



Monique Verberk (links) en José Kleintjens van Wijkverpleging Lindenholt bij Monique's regenton, omgetoverd tot 'aardbeienbak'.

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 en de inzet van professionele zorg waar nodig. Maar altijd zoals u dat graag wilt, zodat u uw eigen leven kunt blijven leiden.

Op zoek naar zorg die u verder helpt? Onze medewerkers van Wijkverpleging Lindenholt staan voor u klaar.

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



Loslaten

Ik word ineens emotioneel.

Ik sta in de keuken en hoor Ali B. een lied voor zijn kinderen zingen. Ik weet niet wat me overkomt. Ik laat de boel voor wat het is en focus me op de televisie.

Ik zie dat de tranen bij Ali over zijn gezicht rollen en de tekst raakt me tot in mijn ziel.

Aan de reacties van het publiek te zien ben ik niet de enige.

De afgelopen weken speelt het thema loslaten een grote rol in ons gezin.

Natuurlijk geniet ik ervan dat onze puberzoon zelfstandig wordt. Heerlijk om te zien dat hij zich goed staande houdt in deze wereld. Dat hij het vrouwelijk schoon heeft ontdekt, wist ik natuurlijk al lang. Maar als hij er dan tijdens het eten spontaan over begint, overvalt het me toch. Ik weet me even geen houding te geven en verslik me in een hap witlof. En als junior, die inmiddels ook al tiener is, dan ook nog “stapjes” wil maken, krijg ik het toch even moeilijk.

‘Mam, ik ben toch geen kleuter meer!’ zijn teksten die ik inmiddels dagelijks hoor.

Natuurlijk heeft hij het geluk dat de weg al is geplaveid door zijn grotere broers.

Waar is de tijd gebleven dat ik bij de peuterspeelzaal stond te wachten en die korte armpjes om mijn nek vlogen? Dat we samen op de bank lagen en ik hem hoog boven mij in de lucht hield en hij het vliegtuigje was. En dat hij dan zo vreselijk hard moest lachen. Natuurlijk geven ze mij nog steeds knuffels, maar langzaam aan worden het wel grote kerels. De oudste is al een kop groter dan ik ben. Het zal niet lang meer duren en dan ben ik de kleinste in ons gezin. En zullen deze jongens volwassen mannen zijn.

Ik slik, terwijl ik nog een keer naar het nummer van Ali B. luister.

Victoria Lammerinks-Montis
(Foto: Jacqueline van den Boom)

Koningspelen op de Luithorst

Dit jaar werd Koningsdag geopend in de klas met de speech van de koning op het digibord. Terwijl de koning en koningin met aftellen begonnen, kon je buiten de kinderen mee horen tellen. Daarna stonden in alle klassen kinderen mee te zingen en dansen met het vrolijke lied en daarmee waren de Koningspelen geopend.

Op het schoolplein van de Windroos so4 lag een stormbaan klaar en mochten de kinderen tot en met groep zes zich op uitleven. Daarna werd er een gesponsorde Koningsbrunch in de klas gegeten.



Om 12.15 uur werd de Koningsmarkt op het schoolplein van de Luithorst geopend door interim directeur Pieter Verhoeven.

Kinderen van groep 5 tot en met 8 hadden thuis mooie spulletjes uitgezocht om deze te verkopen aan de jongere kinderen. Er waren zelfgebakken muffins en cakejes en ook kon je nagels of je haren laten doen. Vanaf 13.00 uur konden de kinderen op de schoolpleinen van de Kampus en de Windroos naar de spulletjes gaan kijken. En de ouders waren vanaf die tijd ook welkom om tussen de koopwaren snuffelen. Het was een gezellige boel.

Om 14.00 werd er netjes opgeruimd door de kinderen van groep 5 tot en met 8. En daarmee kwam Koningsdag 2015 op de Luithorst tot een mooi einde.

Kortom het was een heel geslaagde en ook zonnige dag!

Tekst en Foto's : Victoria Lammerinks-Montis



Lia van der Heide exposeert in Persingen

De in Nijmegen geboren en getogen Lia woont in Lindenholt en al eerder heeft dit blad aandacht besteed aan deze kunstenares en haar bijzonder werk.

Ze begeleidde geruime tijd een cursus tekenen en schilderen van de Dukenburgse damesgroep die zich tegenwoordig Païnter Sisters noemt. Deze Sisters proberen de exposities waaraan Lia deelneemt of die ze (mee) organiseert met regelmaat te bezoeken. Intussen zijn dat er op jaarbasis best veel. De eerstvolgende is – uiteraard voor iederéén toegankelijk - in het kerkje van Persingen op 1 en 2, 8 en 9 augustus, in de weekenden dus. Persingen heeft als leuke bijkomstigheid dat er aardig wat wandelaars en fietsers langskomen, die het eeuwenoude en historisch belangrijke kerkje als pauzeplek inlassen. Zij kunnen dan naar hartenlust genieten van het tentoongestelde; de toegang tot het kleine 'godshuis' is immers gratis. Naar aanleiding van tentoongesteld werk, wordt Lia meer dan eens gevraagd door huiseigenaren om hun villa, rijtjeshuis of vrijstaande woning te portretteren. Zij doet dit op haar geheel eigen manier, buitengewoon herkenbaar. Ook houdt zij rekening met de wensen, smaak en stijl van de opdrachtgever. En met hun kleurkeuze, want Lia heeft zelf een enorme voorkeur voor blauw. Eén van haar laatste werken heeft als onderwerp de stadsbrug 'De Oversteek'. 'Best bewerkelijk om vooral die tuidraden goed in beeld te krijgen', vertelde Lia. Als u haar wilt benaderen voor meer informatie: 024 3781857, m.lia.m.vanderheide@gmail.com



Tekst: Hette Moriën

Foto 'de Oversteek' uit de serie 'de sfeer van de stad' /druktechniek op papier: Lia van der Heide

Bewoners en kinderen De Kluijskamp openen samen met Jeanette Stevens (wijkbeheer) Wijnand van Neerbos (coördinator sport en spelen) en Johan Bosch (wijkservice) de vernieuwde speeltuin.



In de speeltuin aan de 11^e straat in de Kluijskamp staat een schommel dat lijkt op een reusachtig vogelnest. Dit is één van de nieuwe speeltoestellen die eind vorig jaar geplaatst zijn bij de renovatie van de speeltuin. In samenwerking met de gemeente hebben de kinderen en bewoners een plan gemaakt om onze speeltuin te renoveren onder het motto: samen spelen, bewegen en ontmoeten.



Het resultaat is echt heel bijzonder. Op een centrale plek in De Kluijskamp is een uiterst gezellig ontmoetingsplek gecreëerd waar vooral de kinderen maar zeker ook niet in de laatste



plaats de overige bewoners elkaar kunnen ontmoeten. Het geheel doet een beetje denken aan een ouderwets Frans dorpsplein met bankjes en bomen in het midden. Dit gaat de bewoners van de Kluijskamp heel veel plezier geven. Bijzonder is ook het 'zitmuurtje' aan de rand van de speeltuin. De kinderen hebben daar naar eigen inzicht en vermogen onder leiding van ouders en betrokken bewoners een flink aantal mozaïektegels gemaakt en die op het lage



muurtje vast gelijmd. Dit was niet eens zo eenvoudig. Zo vertelde een moeder dat er te veel lijm was gebruikt dat er later allemaal weer uit gepulkt moest worden om het een beetje toonbaar te houden. Dit 'zitmuurtje' siert het pleintje op een prachtige wijze op. Ik denk dat menig wijkje in Lindenholt hartstikke jaloers is op wat hier is bereikt.

Niet onvermeld mag blijven dat ook de groenvoorziening in en om de speeltuin helemaal is aangepast.

Op 20 mei 's middags om twee uur werd er een officieel momentje ingelast met toespraken en al. Maar het allerleukste was natuurlijk het doorprikken van alle ballonnen door de kinderen zelf als openingsceremonie. Veel confettie kwam daarbij naar beneden wat de feestvreugde alleen maar ten goede kwam. Alle waardering voor Marja en Willem van Megen en Babs ten Dam die de zaak voor bewoners hebben "getrokken".

Het bestuur van het Bewonerscomité De Kluijskamp wil iedereen bedanken die aan de

realisatie van deze prachtige speeltuin hebben meegewerkt.

Tekst: Marja en Willem van Megen en Jacqueline Langenhuyzen

Foto's: van Megen





Anita
HAIR • BEAUTY • FASHION

Aanbieding

COMPLETE SCHOONHEIDSBEBANDELING
VAN €57,50 VOOR €45,00
Geldig op de complete gezichtsbehandeling tot 30 juli 2015 tegen inlevering van deze advertentie.

ONTSPANNINGSMASSAGE
VAN €45,00 VOOR €30,00
Geldig op de ontspanningsmassage van 45 minuten tot 30 juli 2015 tegen inlevering van deze advertentie.

Kijk voor de inhoud van de behandelingen op onze website. Niet geldig in combinatie met andere acties.

WWW.ANITA-HAIR-BEAUTY-FASHION.NL • TEL (024) 378 31 37

NIEUWE LOCATIE! ST. AGNETENWEG 62 NIJMEGEN
BEAUTY- EN MASSAGESALON ALTIJD OP AFSpraak
OPENINGSTIJDEN:

Maandag • 13.00 - 22.00 uur	Donderdag • 09.00 - 22.00 uur
Dinsdag • 09.00 - 17.30 uur	Vrijdag • 09.00 - 17.30 uur
Woensdag • 09.00 - 17.30 uur	Zaterdag • 08.30 - 13.30 uur

**KAPSALON
BEAUTYSALON
MASSAGESALON
ACCESSOIRES**



de Notenhout
WINKELMUSEUM

Symfoniestraat, Nijmegen
Groot EIGEN parkeerterrein waar u
ALTIJD GRATIS KUNT PARKEREN

LIDL
Spar
Echte bakker Robbert
Slagerij Dinada
Istanbul Market, groenten
Bloem en Plant
Dierenspeciaalzaak 't Honk
DA drogist van Marwijk
Joyce damesmode

Relaxed winkelen in Neerbosch-oost
Net aan de overkant van het kanaal.
Uitgebreid aanbod van zaken onder één dak.

De Haas, De Mode, dames- en herenmode
Kantoorboekhandel Neerbosch-Oost
Kapsalon Buschra
Herenkapsalon Petit
Barbershop Neerbosch
Cafetaria Neerbosch
Apotheek Neerbosch
OpMaat wijkvoorziening
Simbad, int. Supermarkt

Facebook

Vereniging Gouden-Kruisdragers Vierdaagse

De 99^{ste} Vierdaagse staat voor de deur. We praten met Francie de Leeuw-de Bruijn(69), vanaf 2001 bestuurslid van de Vereniging Gouden-Kruisdragers Vierdaagse en sinds 1988 inwonster van Lindenholt.

Francie: “De vereniging is opgericht in 1951; volgend jaar vieren we een dubbel lustrumfeest met ons 65-jarig bestaan en 100 jaar Vierdaagse.”

De vereniging is aangesloten bij de Koninklijke Wandel Bond Nederland, de KWBN. De Vierdaagse wordt georganiseerd door de Stichting Vierdaagse Nijmegen. Francie is ook bestuurslid van Wandelvereniging Gelderland. Deze vereniging houdt zich bezig met diverse wandeltochten, zoals de Avondvierdaagse, dit jaar voor de 65^e keer. Francie: “Ik zet me niet alleen organisatorisch in, zelf loop ik ook graag wandelmarsen in binnen- en buitenland, onder meer in Luxemburg, België, Zwitserland, Oostenrijk en Noorwegen. Het zijn marsen onder het vaandel van de IML Walking Association. Vaak knoopen we er onze caravanvakantie aan vast.”

“Dit jaar loop ik de Vierdaagse voor de 46^e keer mee. Als geboren en getogen Nijmeegse heb ik van jongs af mijn hart eraan verpand. We hadden thuis ook jarenlang een wandelaar uit Hilversum te gast. De Vereniging Gouden Kruisdragers Vierdaagse telt inmiddels ruim 3000 leden uit binnen- en buitenland. Je kunt



lid worden als je tien keer met succes de Vierdaagse hebt uitgelopen.

Francie: “Als vereniging belonen we de leden dan met een herinneringspeld bij elke lustrum. Die wordt uitgereikt op onze jaarlijkse reünie, steeds in een andere stad, georganiseerd door de daar woonachtige leden. Tijdens de 100^{ste} Vierdaagse, volgend jaar, is Wijchen de gastheer.”

De vereniging heeft ook een glossy magazine,

‘GOUD’ geheten dat de leden een paar keer per jaar ontvangen. Met vertalingen in het Engels en Duits.

Francie: “Sinds kort hebben we ook ambassadeurs van onze vereniging in verschillende landen, zoals Zwitserland, Engeland, Denemarken, Duitsland en de USA.”

Meetingpoints

“Naast de jaarvergadering hebben we elk jaar op de maandag van de Vierdaagse-week een speciale vergadering. Een sfeervol gebeuren, met muziek, in het Kolpinghuis. De marsleider van de Vierdaagse en de voorzitter van de landelijke wandelbond zijn dan speciale gasten. Tijdens de Vierdaagse hebben we nu elke dag ‘meetingpoints’ voor de leden om even te rusten en een babbeltje met elkaar te maken. Bij al deze activiteiten hangen we onze vlag uit.”

“Elke Vierdaagse is anders en heeft zijn eigen verhaal. Het weer kan enorm verschillen; hitte, onweersbuien, kil, regenachtig. Het Nijmeegs Mannenkoor kan erover meepraten. Tijdens hun optreden op de Goffertwei barstte een zware onweersbui los en iedereen moest kletsnat snel afdruppen.

Dat laatste dus letterlijk....”

Voor meer info over de Vereniging Gouden-Kruisdragers Vierdaagse kijk op www.gouden-kruisdragers.nl

Tekst: Theo Vermeer

Foto: Jan de Leeuw

**INKOOP - VERKOOP
VERPANDING - INRUIL**

1001 duurzaam gebruikte goederen altijd met garantie!

NU GELD NODIG?
U KRIJGT DIRECT CONTANT GELD UITBETAALD!

Openingstijden:
ma: 13.00 uur tot 18.00 uur
di t/m vr: 10.00 uur tot 18.00 uur
za: 10.00 tot 17.00 uur

USED PRODUCTS
2nd SALE

Used Products Nijmegen
Bloemerstraat 72, 024 - 324 93 90
nijmegen@usedproducts.nl
www.usedproducts.nl



Traditie

De Dag van Lindenholt begint al een behoorlijke geschiedenis te krijgen. Na het toch wel wat aarzelande begin heeft het een goede klank in onze wijk gekregen. Je zou kunnen zeggen het is een traditie geworden. Dat klinkt tegelijkertijd ook een beetje raar. Want een traditie is meestal en wordt niet iets. Wikipedia gaf: "Een traditie (Latijn: *trādere*, overleveren) is een gebruik of gewoonte die van de ene generatie op de andere wordt doorgegeven. De functie hiervan is het in stand houden van de maatschappelijke stabiliteit. Tradities kunnen als waardevol worden beschouwd en boven alle kritiek verheven, maar ook als conservatisme dat remmend werkt op de vooruitgang. Hoewel tradities statisch kunnen lijken, veranderen en vernieuwen deze voortdurend".

De Dag van Lindenholt is nog niet van de ene op de andere generatie overgegeven, daar is de tijd nog te kort voor. Geeft die dag maatschappelijke stabiliteit aan de mensen in Lindenholt? De dag geeft in ieder geval dat je bewust kunt kijken naar wat er allemaal te doen is in Lindenholt. De dag geeft dat in organisaties veel mensen vergaderen over 'wat leggen we in de kraam', 'hoe kunnen we het beste laten zien wie we zijn en wat we doen'. En ze geeft veel ontmoetingen op de dag zelf. Dus maatschappelijk is ze in ieder geval ... Vanuit de katholieke traditie offer je voor mooi weer bij een evenement, een worst aan de heilige Clara. De meeste clarissen zijn vegetarisch, dus de worst wordt of aan de Voedselbank gegeven, of mensen bieden iets anders aan. Hier zie je het bijsturen, vernieuwen in traditioneel zijn. Hebt u er al een traditie van gemaakt om naar de Dag van Lindenholt te komen? Laten we er allemaal aan werken dat de volgende generatie deze traditie door kan dragen!

Bettineke van der Werf

werkgroep pastoraat Agneskerk Lindenholt

Agneskerk Lindenholt: Jaarmarkt 2015



Ook dit jaar weer onze zeer gezellige jaarmarkt aan de St. Agnetenweg bij de Agneskerk!!

Ja, we staan klaar om op zondag 20 september 2015 de jaarmarkt 2015 in goede banen te leiden.

Wat is er allemaal te doen:

- fantastische spullen in de verkoop
- drankje, hapje
- muziek
- kinderspelen
- schminken
- super loterij met fantastische prijzen

Ook dit jaar weer als doel om u als buurtbewoner of geïnteresseerde te ontmoeten maar uiteraard ook om financiële middelen te verkrijgen waarmee we onze kerkgemeenschap ondersteunen en diaconale activiteiten, dus hulp aan wie dat nodig heeft, kunnen geven. Dus aandacht voor zieken, ouderen of andere hulpbehoeftigen.

De Agneskerk als deel van de **Parochie H. Stefanus** heeft gelukkig veel enthousiaste 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.

Vele vrijwilligers helpen mee om ook dit jaar de jaarmarkt tot een succes te maken. Het in-

zamelen van de goederen maar ook de publiciteit, de vergunning, informeren van de buurt, het opbouwen en afbreken van de markt, verkoop van de loten, het vergt allemaal veel tijd en aandacht.

De markt start op zondag 20 september 2015 vanaf ca. 11:00 uur, na afloop van de mis van 10:00 uur. Er is veel aandacht voor kinderen 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 ca. 15:30 uur zal een loterij plaatsvinden met geweldige prijzen en een hoofdprijs ter waarde van € 250,-. Wilt u een kraam huren? Er is de mogelijkheid om een kraam te huren voor € 30,00. Neem hiervoor contact op met Bart Klein; zie zijn telefoonnummer hieronder.

WE ZIEN U TOCH OOK OP 20 SEPTEMBER!!

Kernteam Jaarmarkt 2015:

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 0 / 06-109 14 550

Tekst en foto's: Kernteam Jaarmarkt 2015



Het organiserend team heeft er weer zin in!! Vlnr: Paula Klein, Bart Klein, Theo Jongmans en Chris Engelaar.



Vieringen in parochie Lindenholt

Zondag 10.00 uur Eucharistieviering

Donderdag 7.45 uur Meditatief Morgengebed

Elke eerste en derde zaterdag van de maand is er om 16.00 uur een Poolse eucharistieviering

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.

Eucharistievieringen met aandacht voor kinderen

Het kinderkoor de Linderakkertjes zingt in deze vieringen. De komende viering met aandacht voor kinderen is op zondag 28 juni. De viering begint om 10.00u



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 10:00 uur en 12:00 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 vóór de doop twee voorbereidingsbijeenkomsten zijn? Voor volwassenen die gedoopt willen worden is er een apart traject.

U kunt zich hiervoor aanmelden bij pastoor van Vught (vanvught@stefanus.nl)

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 inzameling voor de Voedselbank. We nemen van huis langer houdbare levensmiddelen mee, die naar het depot van de Voedselbank Nijmegen gaan. Natuurlijk mag u liefst rond deze zondag altijd houdbare levensmiddelen afgeven op het parochiecentrum. Wij zorgen ervoor dat het bij de Voedselbank komt.

Website: Nieuw adres!

Zoals u waarschijnlijk wel al weet is parochie Lindenholt, samen met 7 andere parochies sinds 1 januari 2014 onderdeel geworden van de parochie heilige Stefanus. Inmiddels is daarom ook het adres van onze website aangepast.

U vindt ons op www.agneskerklindholt.nl De oude naam wordt nog wel enige tijd aangehouden.

Omdat we in onze parochie werken met gastvoorgangers wil het soms wel eens gebeuren dat er een viering van voorganger 'wisselt'. De meest actuele info vindt u op onze website. We zijn ook te volgen via Facebook, Agneskerk Lindenholt, waar u regelmatig een kort bericht over onze locatie vindt. Alle informatie over de nieuwe parochie H. Stefanus is te vinden op www.stefanus.nl

Volkorendag

Zondag 12 juli sluiten we het werkjaar feestelijk af met een viering waarin alle koren zingen. Na de viering is er een uitgebreid gezellig samenzijn met een hapje en een drankje. Natuurlijk is er tijdens de vakantieweken elke week op zondag om 10.00 uur een eucharistieviering. Tijdens deze vieringen is er samenzang.

De koren zingen weer vanaf 1 september. Ook de vieringen met aandacht voor kinderen beginnen weer in de maand september.

Mariatenhemelopneming.



Het feest van Mariatenhemelopneming (15 augustus) vieren we op zondag 16 augustus.

Augustinusfeest

De feestdag van de heilige Augustinus is op 28 augustus. We vieren dit op de dichtstbijzijnde zondag. Dit jaar is dat zondag 30 augustus. De Augustijnse familiagroep in onze parochie die maandelijks bij elkaar komt, bereidt de viering van 30 augustus mee voor. Tijdens deze viering wordt aandacht besteed aan het gedachtegoed van de heilige Augustinus.

Zondag 6 september is opening van het werkjaar.

Vanaf deze zondag zingen de koren weer.

Bij alle koren zijn in alle stemgroepen nieuwe zangers en zangeressen van harte welkom!

Het Agneskoor repeteert op dinsdagavond van 20.00uur- 22.00uur.

Het kinderkoor de Linderakkertjes repeteert op vrijdagmiddag van 16.30uur- 17.30uur

Het jongerenkoor Joli repetitie op vrijdagavond van 18.45uur- 20.30uur.

Het koor Sub Tilia repeteert van vrijdagavond 20.30uur- 22.30uur.

Communie Thuis

Voor elke parochie, dus ook voor de onze, is het vanzelfsprekend om ervoor te zorgen dat mensen die niet naar de kerk kunnen komen, thuis de communie kunnen ontvangen. Wanneer wij weten van mensen die graag thuis de communie ontvangen willen we graag regelen dat dit ook mogelijk is! Geeft u via de gastvrouw 's morgens (024 3777778) of via info@agneskerklindholt.nl een berichtje door?

Stefanusactiviteit

Op zondag 28 juni vindt er weer een activiteit plaats voor alle parochianen van de Stefanus parochie. Aansluitend aan de viering gaan we naar een scouting gebouw aan de D'Almarasweg 22c in Nijmegen.

Daar gaan we eerst lunchen met de door ieders eigen meegebrachte "bammetjes" en daarbij iets te drinken, wat u ook zelf mee mag nemen. Daarna gaan we met elkaar op pad in de botanische tuin en gaan we met elkaar in gesprek over het evangelie en de aansluitende overweging van die zondag.

De locatie is een eindje verwijderd van onze locatie, maar vervoer mag zeker geen probleem zijn. Wilt u graag mee, maar heeft u geen vervoer, meldt u bij Paula Klein tel: 024 3730196 dan komt het goed.

Tekst: werkgroep pastoraat Agneskerk Lindenholt

Agneskerk Lindenholt: Jaarmarkt 2015

Ook dit jaar weer onze zeer gezellige jaarmarkt aan de St. Agnetenweg bij de Agneskerk!!

VRAGEN OVER REGELS EN PAPIEREN?
EEN GOED IDEE VOOR DE BUURT?
ZORG OF HULP NODIG?
ANDERE MENSEN HELPEN?
NIEUWE MENSEN ONTMOETEN?

Kom naar
de Stip!
Samen maken
we de wijk



Stip Lindenholt
Wijkatelier Lindenholt, Zellersacker 1003
Maandag: 13:30 - 17:00 uur
Dinsdag: 09:00 - 12:30 uur
Donderdag: 13:30 - 17:00 uur
lindholt@stipnijmegen.nl



**NIJMEGEN
DUKENBURG**

**....BEGINT DEZE ZOMER
MET EEN KNIPOOG NAAR**



...21 juni VADERDAG!!

Meijhorst 70-01A
6537 EN Nijmegen
024 - 3450196

Openingstijden:
ma 13.00 - 17.30
di - vrij 09.30 - 17.30
za - 09.30 - 17.00

www.nijmegen.wereldwinkels.nl
info@nijmegen.wereldwinkels.nl

PARKEREN = GRATIS



Ladiesnight

'Het laatste project waar ik samen met Julia Lans-Reijnen en Jojo Lans mee bezig ben is de Ladiesnight. Op 29 mei is er speciaal voor vrouwen die het niet breed hebben en eigenlijk geen geld voor zichzelf te besteden hebben een verwenavond. Dit is alleen op uitnodiging. Wij hebben geregeld dat op die avond deze vrouwen in de watten worden gelegd. Er komen kappers, masseuses en schoonheidsspecialisten en nog meer verrassingen. Ook dit is een van de projecten waar wij aan meewerken.'

Als we van te voren met elkaar afspreken zegt Linda: 'Ik hoef niet op de foto, ik ben niet belangrijk. Het gaat om het goede doel.' En dus plaatsen wij dit artikel zonder een foto van Linda.

Openingstijden van de winkel in de Voorstencamp 19-19:

Maandag van 9.30 tot 11.30

Dinsdag van 19.00 tot 20.30

Woensdag van 13.00 tot 16.00

Vrijdag van 13.00 tot 16.00



Kringloopwinkel 'Heart for Lindenholt'



Linda van Aken: 'De kringloopwinkel in de Voorstenkamp draait goed, maar er mogen nog meer klanten komen.'

Daarom besluit de redactie dat we zelf maar eens gaan kijken.

Bij binnenkomst worden we begroet door Linda, initiatiefneemster van de winkel en voorzitter van de stichting Vincentius en de twee vrijwilliger die deze ochtend druk aan het werk zijn. Onze eerste indruk is overweldigend. Er is ontzettend veel keus aan spullen en alles ziet er echt goed uit.



Ook laat Linda de speciale kledinghoek zien, die in een apart hoekje gecreëerd is.

Linda begint voluit te vertellen over de winkel: 'Het loopt goed met de winkel. We krijgen echt heel veel spullen aangeboden van mensen. Dit kan altijd tijdens de openingstijden. Sommige mensen komen ook gewoon om een bakje koffie te drinken en een praatje te maken. En dat is ook de bedoeling. Wij willen meer zijn dan alleen maar een winkeltje. Er werken hier nu 5 vaste vrijwilligers in de winkel, maar achter de schermen zijn nog meer mensen aan het werk. Ik wil benadrukken dat wij hier geen geld aan verdienen, wij zijn vrijwilligers. Wel mogen de vrijwilligers een goed doel aangeven waar zij een deel van de opbrengst graag aan besteed willen zien. Dat geldt trouwens ook voor ande-

re mensen, heb je een goed doel of initiatief, dan kun je dat bij ons aangeven. De stichting kijkt dan of het mogelijk is om daar een bijdrage aan te geven.

Dus alles wat hier gratis afgegeven wordt, verkopen wij en daarmee financieren wij projecten in de wijk of goede doelen. En zo is het cirkeltje rond.'

Rugzakproject

'Ik heb inmiddels ook een aantal sponsors gevonden voor het Rugzakproject. Het project bestaat uit rugzakjes gevuld met leuke spullen voor kinderen die in de zomervakantie niet op vakantie kunnen. Used Products, de winkel in het centrum van Nijmegen heeft de rugzakken gesponsord, Total Neerbosch, het benzinestation op de a73, BMX Holland en New York Pizza hebben ook een bijdrage gedaan. Jolanda en Rob hebben viltstiften gedoneerd. Verder ook nog twee lieve mensen die anoniem willen blijven. Wij zijn nog op zoek naar voetballen en make-up voor de tienermeisjes. Kinderen die in aanmerking komen voor zo'n rugzak kunnen zich aanmelden of aan laten melden door hun ouders via info@vincentius.nl. In de deze mail dan graag de naam, geslacht en leeftijd.

Verder zijn wij druk opzoek naar tuingereedschap en zomerkleding (frisse kleurtjes) voor volwassenen want daar is een grote vraag naar.'

Openingstijden van de winkel in de Voorstenkamp 19-19 :

Maandag van 9.30 tot 11.30

Dinsdag van 19.00 tot 20.30

Woensdag van 13.00 tot 16.00

Vrijdag van 13.00 tot 16.00

Tekst: Victoria Lammerinks-Montis

Foto's: Vincentius Nijmegen



Agenda



Wijkcentrum De Brack

Donderdag 18 juni

14- 16.30 u: KBO, Kaartmiddag

Donderdag 25 juni

KBO, speciale middag voor afdeling Lindenholt

Donderdag 2 juli

KBO, afsluitingsbingo

Vakantiesluiting:

van 20 juli tot en met 23 augustus

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

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 Weltenkamp, Bingo (iedere derde vrijdag van de maand)

13.00- 17.00 u: Sjoelen

Vakantiesluiting:

van 20 juli tot en met 23 augustus

Info: Wijkcentrum De Kampenaar

Telefoon: (024) 373 82 24

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.wgclindholt.nl fysio@wgclindholt.nl



Anne Hoekstra (m)

Gecertificeerd/gediplomeerd (sport)masseur in Hees

- Voor de individuele- en groepssporter
- Blessurepreventie en - behandeling
- Massages
- MTC taping (kinesio)

U kunt - uiteraard vrijblijvend - informeren naar de mogelijkheden en prijzen

Tel: **06 13 16 21 40** - E-mail: info@massagepraktijkhees.nl

www.massagepraktijkhees.nl



TVN
ZORGT

Flexibel en betrokken

Wij verlenen al 25 jaar alle zorg of begeleiding die thuis gegeven kan worden. Van een enkel moment per dag tot 24-uurs zorg. Ondersteuning in en om het huishouden of gezamenlijke activiteiten ondernemen behoren ook tot de mogelijkheden. En uw mantelzorger is bij ons aan het goede adres voor ondersteuning.

Uw specifieke zorgvraag is en blijft het uitgangspunt waar wij onze zorg op afstemmen. Informeer gerust naar de mogelijkheden.

St. Annastraat 198C • 6525 GX Nijmegen • Tel. 024-354 06 08
info@tvnzorgt.nl • www.tvnzorgt.nl



MULTIDAG

Nijmegen – Arnhem – Oss
's-Gravenhage – Utrecht

CULTUURSENSITIEVE ZORG

- begeleiding groep
- begeleiding individueel
- thuiszorg in samenwerking



Van Hogendorpstraat 132 - 6535 VC Nijmegen
Postbus 605 - 6500 AP Nijmegen
t 024-7370069/7370104 - f 024-7370216
e info@multidag.org - i www.multidag.org

www.lindenholtleeft.nl



Vroeger kenden buurtbewoners elkaar nog persoonlijk. Je wist wat voor werk iemand deed, wie er vaak thuis was en wie je kon helpen bij klusjes. In de snelle wereld van tegenwoordig leven we steeds meer langs elkaar. Het kennen van de mensen in de buurt is geen vanzelfsprekendheid meer. Met de Lindenholtleeft.nl brengen we dit weer terug, maar dan in een modern jasje. Op het online dorpsplein en marktplein lees je daar over alles wat er bij jou in de buurt gebeurt. Via "vragen" en "Delen & helpen" vraag of bied je hulp aan mensen in de buurt.

Doe ook mee op onze buurtsite!

Stap 1. Ga naar www.lindenholtleeft.nl

Stap 2. Klik op 'schrijf je in'

Stap 3. Vul je gegevens in en zie wat er bij jou in de buurt gebeurt

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
- Radboudumc: (024) 361 11 11
- Sint Maartenskliniek: (024) 365 99 11
- Dierenambulance: (024) 355 02 22
- Meld Misdaad Anoniem: 0800 70 00
- Meldpunt Kindermishandeling: (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@huiselijkgeweldgelderland.nl
- Kindertelefoon: 0800 04 32
- Discriminatie, Ieder1Gelijk: (024) 324 04 00
- Maatschappelijk werk (NIM): (024) 323 27 51, info@nim.nl
- Tandem: (024) 365 01 70
regio.noord@tandemwelzijn.nl
- Swon het seniorennetwerk: (024) 365 01 90
info@swon.nl
- ZZG zorggroep, wijkverpleging Lindenholt: 024 - 366 57 77

- 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 Vereniging: (024) 322 11 00
- De Lindenberg: (024) 327 39 11
- Lux: 0900 589 46 36

- Gemeente Nijmegen: 14 024
gemeente@nijmegen.nl
- Bel- en Herstellijn: 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@wbsg.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

DAG VAN LINDEHOLT

ZONDAG 21 JUNI 12:00-17:00

In het PARK DE OMLOOP

Podiumprogramma:

Zaterdag 20 juni Vijverconcert:

- The Eastway
- Take youre time
(Nikki Scholten winnares
sing and songwriter)
- De HAN Big Band

Zondag 21 juni DvL

- Lazy Friday
- Shaemless
(winnaars Roos van
Nijmegen)
- The SOG Band

**VIJVERCONCERT
ZATERDAG 20 JUNI
20:30 - 24:00**

