

Lindenholt Leeft

Info-magazine voor alle inwoners van Lindenholt - 13e jaargang februari 2022 editie 1



**Drie nieuwe
wijkagenten
Lindenholt**

**Gemeenteraads
verkiezingen
2022 Nijmegen**

**Uitnodiging
bewonersavond
BOL** 
Bewonersvereniging Lindenholt

Colofon

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

Lindholt Leeft is mede mogelijk gemaakt door de gemeente Nijmegen.

Er is een bijdrage verkregen uit het 'budget wijkactiviteiten/ bewonersinitiatieven van de gemeente Nijmegen en het Rijk'

Adres

Hegdambroek 2524 6546 WP Nijmegen
Telefoon: 06 51 17 12 17
E-mail: redactielindholtleeft@gmail.com

Redactie:

Gerard van Bruggen
(hoofdredacteur en lay-out)
Jan ten Dam (lay-out)
Victoria Lammerinks-Montis
Theo Vermeer
Silvano Orvini
Henk van der Heijden (fotograaf)
René Verriet †
Kim van Rossum
Wendy Vergeer

Drukwerk

Drukkerij Hendrix / Oplage: 6500 stuks

Bezorging

Op alle adressen in wLindholt met uitzondering van de brievenbussen met een NEE-NEE sticker.
Klachten over de bezorging: 06 17484394

Volgend nummer:

Kopijsluiting: **zondag 20 maart 2022**

Verspreiding: **vanaf 11 april**

Afhaalpunten Lindenholt Leeft:

Wijkatelier Lindenholt (WAL)
Jumbo Leuvenbroek
Spar St. Agnetenweg
Agneskerk Lindenholt
Vincentius Horstacker/Voorstenkamp
Bibliotheek Dukenburg
Wijkgezondheidscentra
Brede school de Lindenhoeve
Creatieve broedplaats De Broederij
Sportvereniging SCE
Tennisvereniging Lindenholt
De bladen op de afhaalpunten zijn verkrijgbaar rondom de verspreidingsdata.

Foto cover: Politie Nijmegen

2022

Lindholt Leeft

Lindholt Leeft is het wijkblad voor de inwoners van Lindenholt.

Het wijkblad wordt huis-aan-huis bezorgd bij ca. 6000 huishoudens. (ca. 16000 lezers!)

Zelf een artikel aanleveren? Heel eenvoudig: mail naar redactielindholtleeft@gmail.com

Ook is het mogelijk het artikel te up-loaden via de website www.lindholtleeft.nl of te versturen naar het redactieadres (zie colofon).

Aanleverspecificaties: 1 kolom = 200 woorden, 2 kolommen 400 woorden en 1 pagina (3 kolommen) 600 woorden (Daarbij is er nog ruimte voor foto's).

• Foto's altijd onbewerkt en gescheiden van artikel aanleveren minimale grootte 1 MB met vermelding van naam fotograaf (!).

De redactie behoudt zich het recht voor kopij aan te passen of in te korten of zonder opgave van reden te weigeren.

Planning 2022 Wijkblad Lindenholt Leeft

Editie

Kopijsluiting

Verspreiding v.a.

2
3
4
5
6

Zondag 20 maart
Zondag 22 mei
Zondag 24 juli
Zondag 18 september
Zondag 13 november

Maandag 11 april
Maandag 20 juni
Maandag 15 augustus
Maandag 10 oktober
Maandag 5 december

Inhoud:

Colofon	2	Bever in opmars	21
Uitnodiging bewonersavond BOL	3	Nieuws van SCE	23
Buurtteams Jeugd en gezin	4-5	Hout stoken zonder overlast	25
Interview Janet Kleis, nieuwe directeur		Wandelen in Coronatijd	25
WGCL	6-7	Interview Juke Ozinga raadslid	
Lindholt Doet	8-9	GroenLinks	26
Lindholt Doet / Jongerenpagina	10	Struinbulletin	27
Lindholt Kookt	11	Spar krijgt nieuwe eigenaar	28
Column Gemma Sanders	11	Column Duran Tekerlek	28
Parochienieuws	12	Aangereden in winkelcentrum	29
Column Bettineke van der Werf	12	Oproep Tennisvereniging Lindenholt	29
Nieuws Oog voor elkaar	13	Verkeizingpagina's	31-32-33-34
Nieuwe wijkagenten in Lindenholt	14-15	Valpreventie Ouderen	35
De Ondernemer	17	AED nieuws	37
Column Annet Hogenbirk	18	Amar Hemal voor D66	37
Plantdag Meeuwse Acker	19	Fotopagina	40
Column Qader Shafiq	19		
Column Victoria Lammerinks-Montis	20		
Gedeelde smart	21		

www.lindholtleeft.nl

Dé wijkwebsite voor alle bewoners in Lindenholt en de digitale ontmoetingsplaats in Lindenholt. Voor al uw informatie over de wijk en de bewoners is het slechts éénmaal nodig u aan te melden waarna u zelfstandig berichten kunt plaatsen. Tevens is alle mogelijke informatie over het stadsdeel Lindenholt binnen handbereik tegelijk met wat daar allemaal gebeurt en ook door de bewoners wordt georganiseerd. Verbaas u over het ongelooflijk aanbod in activiteiten, aanbiedingen, gratis deelname aan hobbyclubjes en mogelijkheden voor gezamenlijke dagbesteding. Natuurlijk kunt u zelf ook uw specifieke kennis en vaardigheden aanbieden aan buurtgenoten die daaraan behoefte hebben. Vindt u tuinieren leuk en wilt u graag de handen uit de mouwen steken voor iemand bij u in de straat, dan plaatst u heel simpel een berichtje op de website. Meer dan 600 volgers krijgen daar dan een berichtje over. Hoe eenvoudig kan het zijn. Nieuwsgierig? Wacht niet langer, start de pc/laptop en maak uw profiel aan op de site. Ik zie uw aanmelding met veel plezier tegemoet. Gerard van Bruggen; email: gerardvanbruggen45@gmail.com.

Bewonersoverleg Lindenholt (BOL) nodigt u uit voor een **BEWONERSAVOND**



Als Covid geen roet in het eten strooit dan kunnen wij dit jaar weer bewonersavonden organiseren.

Op **dinsdag 22 maart** is er een bewonersavond voor alle inwoners uit Lindenholt.

Die avond gaan we het hebben over:

- * Ouder worden in Lindenholt: Onderzoeksresultaat HAN en wat verwacht de bewoner om in Lindenholt oud te kunnen worden
- * Beschermde wonen aan de St. Agnetenweg op het voormalig terrein van Swam. Waalboog wil samenwerking vanuit die locatie met de wijken
- * Het Wijkteam Lindenholt is in de plaats gekomen van het Wijkmanagement gemeente Nijmegen. Wat kunnen wij verwachten van: Mede werker participatie: Sara Boumghait, Regisseurs: Fysiek: Marjolijn Evers, Sociaal: Koen Seuren en Veiligheid: Ferdi Overeem
- * Van groen naar Biodiversiteit: ontwikkelingen in Lindenholt

Wij willen met zoveel mogelijk bewoners in kleine groepen in gesprek over uw ideeën, ervaringen en verhalen over deze onderwerpen.

Wij zorgen voor een mooie en interessante avond. Komt u ook?

ZET DEZE DATUM VAST IN UW AGENDA!!

Wij begroeten u graag op dinsdag 22 maart. **Aanmelden niet nodig maar wel gewenst:** bewonersoverleglindholt@gmail.com

Locatie: Wijkatelier Lindenholt (WAL)

Deuren open vanaf 19:00, start 19:30



**Mensen
helpen?**



**Zorg of hulp
nodig?**



**Mensen
ontmoeten?**



**Een idee voor
de buurt?**



**Vragen
over regels en
papieren?**

**STIP
LINDENHOLT**
Wijkatelier

Bel voor een afspraak
024-3502000
ma-vr
9.00-17.00



WWW.STIPNIJMEGEN.NL/LINDENHOLT

@StipNijmegenLindholt



Mis niets van de Stip!
Blijf op de hoogte van dingen die je moet regelen. Je krijgt handige tips en leest over leuke activiteiten in de wijk en stad.

Meld je aan voor onze nieuwsbrief
op
www.stipnijmegen.nl/nieuwsbrief

Buurtteams Jeugd en Gezin Lindenholt

De Sociale Wijkteams Jeugd en Gezin Nijmegen zijn per 1 juli vervangen door Buurtteams Jeugd en Gezin.

Diverse Partijen werden uitgenodigd door de gemeente om zich in te schrijven voor de aanbesteding. Een aanbesteding is een officiële bekendmaking van werk dat gedaan moet worden met het verzoek aan bedrijven om een offerte in te dienen. Na 6 jaar wordt het stokje van Sterker sociaal werk overgenomen door OIDOS en veranderen de Sociale Wijkteams in Buurtteams. Buurtteams zoekt de samenwerking in de wijk op; Zij willen ook proberen de gezinnen te winnen die een vraag hebben maar deze niet durven te stellen. Daarom introduceert Buurtteams zich op scholen, sportclubs en de kinderopvang. Mede door de samenwerking met de

rond werk, participatie en zelfredzaamheid, zorg en jeugd. Omtrent de zorg en ondersteuning voor de gezinnen in Nijmegen waren er een aantal zaken niet goed georganiseerd. Dit had te maken met de beschikbare budgetten. Er was een overschrijding van het budget, en er werd vooral extra begeleiding ingezet vanuit aanvullende zorg. Met aanvullende zorg worden de partijen bedoeld die in Jeugdzorgland opereren. Het SWT (Sociaal Wijkteam) had zelf ook deze deskundigheid om begeleiding in te zetten. Maar er was onvoldoende ruimte daarvoor omdat de hoeveelheid vragen die zij binnen kregen enorm hoog was. Zodoende ging al de formatieruimte op aan onderzoek en verwijzing. De gemeente wilde hierin een verandering met als doel dat begeleiding vanuit de basishulp wordt georganiseerd. Naar aanleiding vanuit de vraag van de gemeente is er een nieuwe aanbesteding geweest en hebben wij hebben deze gewonnen.'

In de meeste gezinnen waar Buurtteams actief is speelt meestal niet één probleem. Op het moment dat er een vraag komt voor opvoedondersteuning en/of gedragsproblematiek die te ingewikkeld is heeft dit vaak invloed op het hele gezin. Daarbij kun je denken aan werk, inkomensproblemen, overbelasting van ouders. Richard geeft aan dat zij dit stukje uit Buurtteams kunnen blijven begeleiden terwijl er gebruik gemaakt wordt van de kunde uit de aanvullende zorg om het specifieke probleem m.b.t het kind aan te pakken. Edith voegt er aan toe dat het voordeel hiervan is dat je met 1 hooguit 2 personen uit jouw Buurteam te maken hebt. Tevens mag je bij een eventuele volgende hulpvraag altijd naar je voormalig Gezinswerker vragen. Hiermee hopen zij drempelverlagend te zijn. Het gezin neemt de verantwoordelijkheid voor de dingen die bij hun horen en waar zij invloed op hebben. 'We willen de regie niet overnemen maar juist naast het gezin gaan staan om te kijken wat er moet

Wij willen voortbouwen op wat al wel goed ging en goed gedaan is en proberen de krenten uit de pap te halen waarin het SWT ons is voorgegaan

huisartsen wordt er gekeken naar een manier hoe zij mensen kunnen bereiken voor wie de drempel nu nog te hoog is.

In de Buurtteams werken gezinswerkers die gewerkt hebben bij verschillende partijen zoals; School als Vindplaats, Sterker sociaal werk, Passende kinderopvang, Intergrale vroeghulp, Kijk op kleintjes, School Maatschappelijk werk, RIBW, Driestroom, Entrea Lindehout en Onder de Bomen.

Daardoor heb je een heel breed expertise team in je wijk om snelheid in de hulpverlening te houden.

Vandaag wil ik er achter komen wat Buurtteams doet, het verschil met voormalig SWT maar vooral wie zij zijn en hoe zij iets kunnen betekenen voor onze gezinnen.

Op een heerlijke nazomerse dag ga ik hierover in gesprek met Richard Dijkema (Teamleider) en Edith Dorand (Gezinswerker) van Buurtteams Jeugd en Gezin Nijmegen waar gezinnen met al hun vragen en/of problemen rondom opvoeden en opgroeien bij terecht kunnen.

Met zeer veel interesse en nieuwsgierigheid luister ik naar hun verhaal.

Richard; 'De gemeente wilde een verandering in het sociaal domein. Het sociaal domein zijn alle inspanningen die een gemeente verricht

We mogen natuurlijk niet vergeten dat SWT veel goede dingen gedaan heeft wat ook door Richard beaamd wordt en deze worden zeker meegenomen.

'Wij willen voortbouwen op wat al wel goed ging en goed gedaan is en proberen de krenten uit de pap te halen waarin het SWT ons is voorgegaan.'

Wat betekent deze verandering van het sociale domein voor de gezinnen in Lindenholt?

'Mensen krijgen nu te maken met een nieuwe organisatie. Daardoor houdt niet iedereen dezelfde contactpersonen. De mensen die in de SWT Jeugd werkten zijn overgenomen door de nieuwe organisatie en werken zoveel mogelijk nog in de zelfde wijk. In Lindenholt zijn dat de Gezinswerkers Edith, Charlotte, Willeke, Puck, Alaa, Kim, Lion, Milou, Reduan en Lorna'.

Buurtteams voert niet het bekende keukentafelgesprek. Zij gaan in gesprek met de gezinnen in de wijk en kijken wat er nodig is. Daarin wordt er gekeken welke zorg Buurtteams zelf kan bieden. Als blijkt dat bij een vraag het Team onvoldoende kennis heeft wordt er aanvullende hulp ingezet in overleg met ouders. De Gezinswerker blijft betrokken bij het gezin voor een stukje praktische ondersteuning. Voorheen opereerde de Jeugdconsulent zo op de achtergrond en was alleen nog verantwoordelijk voor hoe de zorg werd ingevuld.

gebeuren om dit zelf te kunnen regelen. Waar nodig is helpen we je daarbij.'

'Het mooie van een nieuwe organisatie is dat je nu de kans hebt om het op een bepaalde manier in te richten en ook om korte metten te maken met de bureaucratische rompslomp die in het proces verankerd zaten. Onze dossiervorming hebben we geminimaliseerd. We gaan alleen vastleggen wat noodzakelijk is. Wat wij willen is bij de mensen thuis komen en niet op kantoor achter een computer zitten. Het dossier is van de inwoner zelf. Als er bijv. een onderzoekverslag is ligt deze thuis bij het gezin. De basis is dat wij met het gezin een plan maken. Het plan is leidend voor het traject van de hulpverlening.

De manier van aanmelden is ook veranderd. In het recente verleden was er een centraal aanmeldingspunt beschikbaar voor het Sociale Wijkteam. Daar werd de vraag breed uitgevraagd om vervolgens naar jouw SWT doorgezet te worden waar je op de wachtlijst geplaatst werd. Hierna kwam er iemand van het Wijkteam nogmaals het gesprek met je voeren. Als daaruit voortkwam dat je aanvullende hulp nodig had die het SWT niet kon bieden werd je alsnog op de wachtlijst van de externe partij gezet''.



Het buurtteam Jeugd en gezin in Lindenholt

Wie gaan de aanmeldingen nu doen?

'Het hele Team gaat de aanvragen doen. Wij geloven als Buurtteams in een generalistische aanpak; In principe moet iedereen een gestelde vraag kunnen oppakken met de ondersteuning van de expertise die in het Team aanwezig is. Als jij het antwoord niet weet is er een collega die deze vaardigheid wel bezit en leren wij als Team van elkaar.

Wanneer je belt krijg je een Gezinswerker uit jouw wijk aan de telefoon die een eenvoudige vraag meteen kan beantwoorden. Indien dat een vraag is waarvoor wel meer deskundigheid nodig is van een collega streven wij er naar om zo spoedig mogelijk terug te bellen. Het liefst binnen 5 dagen. Als daaruit blijkt dat een vraag toch ingewikkelder is plannen we een afspraak om met elkaar in gesprek te gaan om de vraag goed in kaart te brengen. We kijken of er eventuele oplossingen mogelijk zijn en wie daar verantwoordelijk voor is'.

Voor welke hulpvragen kunnen gezinnen Bij Buurtteams terecht?

'Voor alle niet medische vragen kun je bij ons terecht. Bijvoorbeeld vragen over je sociale basis: Je bent nieuw in de wijk, hoe kun je hier aarden? Vragen omtrent opvoeding en/of ontwikkelingsproblemen waar je tegenaan loopt. Bij financiële problemen kunnen wij ook

meedenken. Tevens maken wij ook gebruik van de financiële experts in de wijk; Gemeente en Bindkracht 10. Wij willen zo breed mogelijk benaderbaar zijn en open staan voor iedere vraag, want op het moment dat we te veel voorbeelden gaan noemen gaan andere mensen zeggen dat ze daar niet in passen.'

Edith: 'In principe kunnen wij altijd vertellen als een vraag niet bij ons hoort waar je wel moet zijn.' Richard voegt daar aan toe: 'We kunnen zelfs ter ondersteuning met je meegaan, want als je er eenmaal bent heb je een contactpersoon en is de drempel weg'.

De wachttijden in Zorgland zijn lang. Hoe kijken Richard en Edith hier tegen aan?

'Het streven is dat de wachttijden veel korter worden dan 4-6 weken. Binnen een half jaar tot een jaar moeten deze echt ingekort zijn naar onder de twee weken.'

Als laatste ben ik benieuwd hoe de reacties uit de wijk zijn. Edith neemt hierin het woord;

'Ik krijg positieve feedback terug van de gezinnen. Zij zijn blij dat wij verbonden blijven en dat er eerst gekeken wordt wat wij zelf kunnen betekenen met onze mogelijkheden. Altijd in samspraak met het gezin. Alleen als iets écht complex is gaan we verder kijken. Wij willen er van af dat er een indicatie moet worden afgegeven. We willen proberen samen met het

gezin naar mogelijkheden te zoeken'.

Met deze woorden komen we bijna aan het eind van ons gesprek. Vandaag heb ik kennis mogen maken met Buurtteams. Er is mij duidelijk geworden dat Buurtteams hulp wilt bieden aan de gezinnen van Lindenholt waar een vraag ligt op een toegankelijke manier voor iedereen. Zij willen aansluiten bij onze gezinnen door met ons samen te werken en op deze manier tot mooie oplossingen te komen waarbij de regie in handen van het gezin blijft. Hulp vragen is niet altijd even makkelijk, maar iedereen heeft weleens hulp nodig en dat is helemaal niet erg. Dus als u een vraag heeft schroom dan niet om de telefoon te pakken en leg uw vraag voor aan de Gezinswerker die u aan de lijn krijgt. Hij of zij zal zijn/haar uiterste best doen om u zo goed mogelijk te helpen en ondersteunen om uw probleem op te lossen.

Meer weten of een afspraak maken?

Neem contact op met Buurtteam Jeugd en Gezin Lindenholt via:

telefoon 024-2204700

e-mail lindholt@buurtteamsjeugdeng gezin.nl

Team Lindenholt is te vinden in Wijkatelier Lindenholt, Zellersacker 1003.

Tekst: Kim van Rossum

Foto: Buurtteams

Janet Kleis, nieuwe directeur Wijk



Sinds 1 januari is zij begonnen, komt oorspronkelijk uit Ruinerwold in Drenthe ('tegenwoordig om een helaas verkeerde reden een bekende plaats,' zegt ze met een glimlach) en heeft daar de eerste 19 jaar van haar leven gewoond. Zij studeerde in Wageningen en woont daar nog steeds met man en twee dochters.

Zij studeerde daar huishoud- en consumenten wetenschappen met als afstudeerrichting Voorlichting aan ouderen. In haar CV staat een veelvoud aan functies beschreven, waarvan het meeste op gebied van management in de gezondheidszorg.

mij uiteindelijk op het pad gebracht van de ouderenzorg.'

In Bemmelen is zij een tijdlang manager geweest van een medische- paramedische dienst en later directeur Zorg en Innovatie bij een ouderenzorgorganisatie in Ede.

'De rode draad binnen al mijn functies is dat ik altijd direct of indirect leiding heb gegeven en samen heb gewerkt met professionals (medisch en paramedisch). Dit omdat het heerlijk eigenwijze mensen zijn, wat ik ook ben! Daarbij beschikken zij over kennis die ik niet heb, maar waarbij ik het als mijn taak zie om de boel met

maken had met het voorkomen van incidenten en klachten en nu is het veel meer verdiepen hoe patiënten/cliënten dit beleven. In de ouderenzorg bijvoorbeeld vinden de mensen het belangrijk dat er een mooie daginvulling is, dat ze zich nuttig kunnen maken en daarnaast dat er voldoende aandacht is voor lekker eten en drinken. Dat de dokter langskomt vinden ze vanzelfsprekend maar dat is voor hen vaak niet meteen de belangrijkste kwaliteitsparameter.'

Hoe ben je hier terecht gekomen?

'Mijn laatste baan was bij een ouderenzorgorganisatie in Harderwijk, daar heb ik een advies- en behandelcentrum voor ouderen mogen opzetten. De opdracht hierbij was om de samenwerking met de eerstelijns zorg op te zetten. Er is overal schaarste, ouderen blijven langer thuis en hoe kunnen we nu zorgen dat alle partijen hierbij beter gaan samenwerken. Dat heb ik de laatste vier jaar gedaan. Nu het advies- en behandelcentrum er staat en de samenwerking tussen de behandelaars in woonzorgcentra van de ouderen en de behandelaars in de wijken is opgestart en draait, werd het voor mij tijd voor iets anders. Daarbij wilde ik graag een keer in een totaal andere omge-

Zo hoor ik graag wat een arts er van vindt maar ook hoe een patiënt / cliënt er over denkt

Janet: 'In mijn eerste baan bij de landelijke patiëntenfederatie probeerde ik de samenwerking te zoeken met eerste- en tweedelijns patiëntenzorg; huisartsenpraktijken en ziekenhuizen. Ik merkte daarbij dat ik de juiste toon niet had, ik kreeg onvoldoende dingen voor elkaar. Dat maakt mij nieuwsgierig en ben toen verschillende opleidingen gaan volgen samen met managers ook uit de gezondheidszorg. Dat heeft

elkaar te verbinden. Dat vind ik interessant. Zo hoor ik graag wat een arts er van vindt maar ook hoe een patiënt / cliënt er over denkt. Ik heb gemerkt dat dit een sterke kant van mij is.

Kwaliteit

Kwaliteit van zorg is voor mij ook een heel belangrijk onderwerp. In al mijn functies tot nu toe heb ik dit onderdeel in mijn pakket gehad. Het mooie is dat vroeger Kwaliteit vooral te

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

ving werken, een andere sector. De afgelopen twintigjaar stonden vooral in het teken van ouderenzorg.

Als directeur van het wijkgezondheidscentrum wil ik de samenwerking verstevigen met welzijn, bewoners en overige betrokken instanties, dus meer in de wijken zelf te gaan kijken. Samen staan we voor een enorme opdracht. Ik zie in Lindenholt allemaal hardwerkende professionals die moeten dealen met een grotere vraag aan zorg dan dat ze aankunnen. Hoe gaan we dat nu samen oplossen?

Lindenholt

Daarom ben ik ook heel nieuwsgierig naar het stadsdeel Lindenholt. Ik was er nog nooit geweest, had er ook nog nooit van gehoord. Wat ik er nu van begrijp is dat het een heel divers stadsdeel van Nijmegen is en omdat te ervaren maak ik elke middag onder begeleiding van iemand die bekend is een wandelingetje waarbij mij dan de vele parken opvallen en verschillende wijken met een geheel eigen karakter.



zijn allen een tijd lang in de overlevingsstand gezeten. Nu wordt het weer tijd om alles weer op te pakken en verder te gaan. Dingen als preventie en de samenwerking met de verschillende disciplines hier in het centrum verdienen meer aandacht. Wanneer ik de huisartsen spreek, merk ik bijvoorbeeld dat ze het heel vervelend vinden dat door de werkdruk er lange wachttijden zijn bij de spreekuren. Daar gaan we nu mee aan de slag. Ook al zijn de inloopsprekuren een succes, het maken van een reguliere afspraak duurt echt te lang. Dat is een doorn in het oog, niet enkel voor de patiënt maar ook voor de huisartsen en de assistenten. Ook op het gebied van ouderenzorg en de ouderenhuisvesting is er in Lindenholt nog

Hobbies

'Fietsen is mijn passie en ik stel mij voor, als het weer wat beter is en het ook langer licht, dat ik vanuit Wageningen met de (elektrische) fiets naar Lindenholt kom. Maar ook wandelen doe ik graag. Tenslotte houden we allemaal thuis van cultuur; theater en film, maar ook gewoon even lekker uitgaan hoort daarbij.'

Het creatieve talent uit zich bij Janet in het zelf werken met glas-in-lood. 'Wij wonen in een jaren dertig huis daar in past geweldig glas-in-lood. Ik volg ik daar een cursus voor.'

De redactie wenst Janet heel veel succes en voldoening in haar functie als directeur van ons Wijkgezondheidscentrum.

Allereerst kennis nemen van alles wat er speelt, met alle medewerkers en externe betrokkenen in gesprek gaan

Ik heb ik mij voorgenomen de komende tijd vooral te besteden aan het kennis maken met iedereen en vooral te luisteren, dat is het belangrijkste. Ik hoef er niet meteen iets van te vinden. Allereerst kennis nemen van alles wat er speelt, met alle medewerkers en externe betrokkenen in gesprek gaan en vooral vragen stellen om vandaaruit vast te stellen welke stappen er genomen moeten worden. Ook al heeft de vorige directeur het netjes achtergelaten, er zijn wel wat zorgen voor de toekomst.

Uitdagingen

Financieel gaan we een onzekere tijd tegemoet. De tarieven worden alleen maar scherper en ook om een gebouw als dit rendabel te houden is niet eenvoudig. Daarbij is het heerlijk om te maken te hebben met korte lijntjes in tegenstelling tot de grotere organisaties waar ik tot nu toe voornamelijk ervaring mee heb. Je zit dicht op de uitvoering en kunt sneller schakelen. Maar een kleine organisatie heeft ook meer risico's. Neem bijvoorbeeld de AVG wet op gebied van veiligheid. Daarbij geldt voor een kleine organisatie net zo goed de voorwaarden als voor een multinational maar bij die laatste zijn de financiële middelen om aan die wetgeving te voldoen veel ruimer als bij een organisatie als de onze. Dat is wel de uitdaging! Daarbij heeft de Covid er voor gezorgd dat er veel zaken zijn blijven liggen, we hebben met

genoeg te doen. hopelijk komen mijn ervaringen uit het verleden hierin mooi van pas. Het gebouw zelf spreekt mij aan. Het heeft een open structuur waarbij je op alle afdelingen bezoekers en professionals tegen komt. Allemaal mensen die (vrijwel) allemaal in Lindenholt wonen. Dat vind ik heel plezierig, niet dat ik iedereen aanklamp maar je ziet wel meteen waar je het voor doet en met wie je werkt.'

Je doet dit werk maar drie dagen in de week, is dat niet weinig?

Janet: 'Volgens mijn eerste inschatting is het genoeg. Maar weet je, er is ook genoeg werk te bedenken om hier 6 dagen per week aan de slag te gaan. Maar voor een organisatie als deze moet het meeste geld gaan naar inzet van huisartsen en fysiotherapeuten en niet naar management. Dat vind ik een belangrijk uitgangspunt.

Ik heb altijd fulltime gewerkt met daarnaast nog een Raad van Toezichtfunctie in Deventer. Nu voor het eerst drie dagen dat bevalt goed. Ik heb wat andere vrijwillige taken opgepakt en dat geeft ook veel voldoening.

Als vrijwilliger ben ik mentor in een stichting die jonge mensen begeleidt met een verstandelijke beperking en bij Humanitas ben ik betrokken bij een maatjesproject en ondersteun ik een oudere mevrouw bij haar zoektocht naar nieuwe sociale contacten na een lastige periode in haar leven.

Tekst: Gerard van Bruggen

Foto: Fotostudio Jolanda Gilles



“Lindenholt doet”

Overzicht van Activiteiten in Lindenholt 1e editie; 14 feb. tot 11 apr.. 2022



Zellersacker 10-03
6546 HA Nijmegen
024-37 70 098
email: welkom@wijkatelierlindenholt.nl

Algemeen **Open Inloep**

van maandag tot en met vrijdag van
9.00 – 17.00 uur

Deel de dag Lindenholt;

dagactiviteit voor ouderen, ma t/m vr
van 10.00 u – 16.00 u Kosten € 2,50 p/d
Vooraf aanmelden.via Sterker email:
lindenholt@deelledag.nl of telefoon 06-
20667174 of 088-0011333

Maandag

Wandelen in Lindenholt:

Een rondje wandelen door Lindenholt.
Ook leuk om Lindenholt te leren kennen.
Elke maandag van 13.00 – 14.00 uur. Ver-
trek vanuit het Wijkatelier Lindenholt

Bingo:

Vanaf september, 1e maandag van de
maand van 14.00-16.00 uur. Kosten om
mee te doen €3,00 per persoon.

Eet Cultureel mee in het Wijkatelier;

Maandag 17.00 tot 19.00 uur (Vooraf
reserveren uiterlijk tot maandag 10.00 uur)
Diner voor € 4,50
Reserveren: welkom@wijkatelierlindenholt.
nl of tel: 024 3770098

Dinsdag

Ontmoetingsochtend Vrouwen;

iedere dinsdag 9.00 – 11.30 uur

De Samen creatief groep

elke dinsdagmiddag van 13.00 -16.00 uur.
Aanmelden niet nodig

Woensdag

Taalcafe 10.00 tot 12.00 uur Open inloep

Verbeteren spreekvaardigheid Nederlandse
taal

Schilderen van 13.00 - 17.00 Aanmelden via
Hilly welkom@wijkatelierlindenholt.nl

Meidengroep woensdag 15 tot 17 uur aan-
melden bij Lieke Peeters

Donderdag

Ontmoetingsgroep vrouwen

Van 9.00 tot 11.30 uur. Ondersteuning Ne-
derlandse taal . Aanmelden welkom@wijk-
atelierlindenholt.nl of tel: 024 3770098

Digitale vaardigheden en taal ROC

Aanmelden via Gertie Brandts 06-40960865
iedere donderdag van 9.00-12.00 uur.

Eet mee in het Wijkatelier; Iedere Donder-
dag van 17.00 – 19.00 uur (Vooraf reserveren
uiterlijk t/m woensdag 14.00 uur) Driegangen
diner voor € 4,50

Reserveren: welkom@wijkatelierlindenholt.nl
of tel: 024-3770098

Afhaal Maaltijd; Iedere Donderdag afhalen
om 17.30 uur (Vooraf reserveren uiterlijk t/m
woensdag 14.00 uur) Hoofdgerecht diner
voor € 3,00

Reserveren: welkom@wijkatelierlindenholt.nl
of tel: 024 3770098 Wijkatelier Lindenholt

Vrijdag

Schilderen van 13.00 - 17.00 Aanmelden via
Hilly welkom@wijkatelierlindenholt.nl

Zaterdag

Repaircafe Lindenholt; Wij verzorgen kleine
reparaties aan huishoudelijke apparaten,
computers en fietsen. Elke 2e zaterdag van
de maand van 11.00 tot 15.00 uur. Vanaf
september. Bent u voor 14.00 uur binnen
dan wordt u tot 15.00 uur geholpen. Komt u
na 13.00 uur dan kunnen wij niet garande-
ren dat u nog geholpen wordt.

Kosten: Kleine vergoeding.

Kleding repair; 2e zaterdag van de
maand vanaf september 11.00 tot 15.00
uur Kosten: Kleine vergoeding.



Elke maandag van 13.30 – 16.30 uur

Elke Woensdag van 13.30 - 16.30 uur

Elke donderdag van 13.30 – 16.30 uur

In het Wijkatelier Lindenholt



Iedere woensdag om 12 uur gezellig
samen eten bij Vincentius. Verse warme
maaltijd voor 3,50 euro. Eet je mee? Wel-
kom op de Horstacker 14-51.

Vincentius Vereniging start met 'Fitkidzzz - ieder kind telt'

**De Vincentius Vereniging heeft onder de
vleugel van VincentiusVitaal het project
“Fitkidzzz” gelanceerd. Het project is spe-
ciaal voor kinderen tussen 8 en 12 jaar.**

Het Fitkidzzz-project stimuleert gezond
gedrag en goede daden. Door vijf keer
achter elkaar een sportles bij te wonen of
vijf keer een goede daad te doen, kun-
nen kinderen een strippenkaart af laten
vinken. Een goede daad is bijvoorbeeld
boodschappen doen voor de buurvrouw,
iemand's auto wassen of een huishoudelijk

"Lindenholt doet"

Overzicht van Activiteiten in Lindenholt

1e editie; 14 feb. tot 11 apr. 2022

klusje. Een volle kaart kunnen de FitKidzzz bij Vincentius Nijmegen inruilen voor een "Vincentje", een fysieke munt waarmee ze iets leuks kunnen 'kopen' uit de prijzenkast. Kinderen kunnen dus door goed en gezond gedrag sparen voor leuke cadeaus.



Ambassadeurs

Fitkidzzz heeft 6 ambassadeurs (zie foto): Gaia, Isis, Lotte, Vera, Julie en Islay denken en beslissen mee over de verdere ontwikkeling van het project. Dat gebeurt ook samen met Time To Change Lifestyle Coaching en Factory Sports, die de sportlessen verzorgen.

Kijk voor meer informatie op Fitkidzzz.nl of bezoek hun Facebookpagina @FitkidzzzVV.

Er is ook een Instagram-account: @Fitkidzzz.

Sparren over aanhaken of om te leren van dit initiatief? Mail dan naar info@vincentiusnijmegen.nl.



Goede dag voor senioren in Lindenholt

Goede morgen, goede dag

Simpele woorden

Die zorgen voor een lach en een fijne dag

Een goede oude dag, dat gun je toch iedereen? Even onder de mensen zijn, samen bezig zijn en een praatje maken, zijn daarbij belangrijk. Wat is Goede dag?

Goede Dag is een gezamenlijk aanbod van verschillende organisaties die in de wijk of stedelijk actief zijn. Er zijn al ver-

schillende activiteiten in de Brack, maar lang niet alle ouderen zijn ervan op de hoogte. Ook vindt niet iedereen het makkelijk om zich aan te sluiten bij bestaande groepen. Of worden er misschien bepaalde activiteiten gemist.

Sterker sociaal werk, Bindkracht10 en de beheerders van de Brack hebben samen met enkele bewoners het aanbod op een rijtje gezet.

Op dagdelen dat er geen activiteiten voor ouderen zijn, kunnen misschien nieuwe activiteiten worden georganiseerd. We helpen buurtbewoners graag om dat in de Brack te realiseren. Ook willen we een open middag organiseren om het bestaande aanbod voor ouderen te presenteren. Zodat ook nieuwe mensen zich hierbij kunnen aansluiten. Vanwege de Coronamaatregelen wordt dat waarschijnlijk april.



Heb je ondertussen vragen over wat Goede dag in de Brack betekent, heb je wensen of plannen voor nieuwe activiteiten? Wil je je aansluiten bij deze beweging en misschien gastvrouw of -man worden?

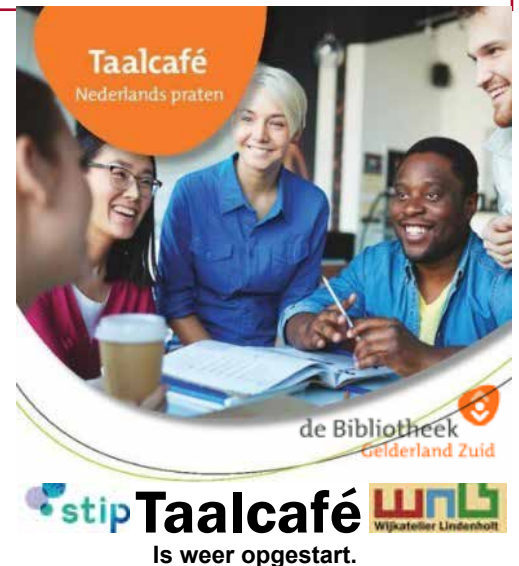
Stuur dan een mailtje naar: info@goededag-nijmegen.nl. of bel met Jeanette Exel: 06-57063545.



Hulpdienst Nijmegen zoekt een boodschappen-vrijwilliger

Heeft u wekelijks een uurtje over? Voor een vrouw in 't Broek zijn we op zoek naar een zachtmoedige, warme vrijwilligster die wekelijks samen met haar boodschappen wil doen.

Voor meer informatie bel Hulpdienst Nijmegen, 024-3228280 (ma-vrij 9-12 uur) of mail hulpdienst@hulpdienstnijmegen.nl



Is weer opgestart.

Iedere woensdagochtend van 10-12 uur in het Wijkatelier.

Mensen kunnen gewoon binnenlopen. Doel is de nederlandse spreektaal te oefenen door met elkaar over verschillende onderwerpen te praten.

Wordt georganiseerd door de bibliotheek, Stip en wijkatelier.



Aankondiging Nationale Diabetes Challenge 2022

Ook dit jaar gaan we in Lindenholt weer de Challenge aan: 20 weken lang samen wandelen door onze eigen wijk.

Dit jaar met het thema: **"Samen stap voor stap in beweging".**

De diabeteschallenge is voor iedereen, die graag meer wil bewegen, gezonder wilt worden, andere wijkbewoners wilt ontmoeten, de wijk wil leren kennen. Kortom je hoeft geen diabetes te hebben.

Het begint met een blokje om en na 20 weken zijn we in staat om

samen een flinke wandeling te maken. Misschien heb je de afgelopen jaren al eens een groep mede - wijkbewoners zien wandelen door de wijk en dacht je dat ziet er leuk en gezellig uit. Grijp je kans en doe mee! Op dinsdag 12 april is er om 19.00 uur een startbijeenkomst in het Wijkatelier (Zellersacker 1003). Tijdens deze bijeenkomst wordt er meer informatie gegeven en kan je je aanmelden voor het wandelen. Je bent van harte welkom!



MAGAZINE



JEUGDRAAD

De afgelopen weken is de jeugdraad druk bezig om leuke activiteiten te op te zetten. In de herfstvakantie is er voor de kleinere kinderen een halloween speurtocht georganiseerd.

Samen met een vader, moeder of grote broer of zus werd de speurtocht in groepen gelopen waarbij ze verschillende opdrachten uitgevoerd hebben om zo tips te verzamelen om de schurk te vangen rondom te velden van SCE en de paintball vereniging

Wie de schurk wist te vangen kreeg natuurlijk een mooie beloning voor al het harde werk.

Lijkt het jou ook leuk om activiteiten te

organiseren in de wijk. Voor anderen of iets leuks doen voor jezelf? Ben je tussen 12 en 15 jaar?

Meld je dan aan bij Tobias: 0630509286 of stuur een DM: tobias_bindkracht10

GOED NIEUWS

Onze activiteiten mogen weer starten, dit betekent dat we weer wekelijks leuke activiteiten hebben voor basisschool en middelbare school kinderen in Lindenholt.

Zo kunnen kinderen uit groep 6-7-8 iedere woensdagmiddag van 15:00u tot 17:00u naar de kidsclub komen in Jongeren centrum De Sprok (weteringweg 51).

De kinderraad organiseert hier met hulp van de kinderwerker en jongerenwerker

van Bindkracht10 wekelijks allerlei leuke activiteiten, zoals slijm maken, voetbaltoernooi, spelletjesmiddag, fortnite battle, jachtseizoen en nog veel meer leuke dingen. Één keer per maand organiseren we ook een grote activiteit bij de kidsclub.

Dus meld je snel aan en kom langs. De activiteiten op woensdagmiddag zijn gratis, aanmelden hoeft maar 1 keer per schooljaar en kan via deze link <https://forms.office.com/r/xeFtNmub00>

ACTIVITEITEN- PLEIN

Bindkracht10 is samen met ouders met ervaringskennis het zakgeldproject gestart met 8 gezinnen uit Lindenholt. Een halfjaar lang gaan ze samen leren ze hoe ze hun kinderen kunnen leren omgaan met zakgeld.

Wil je op de hoogte blijven van leuke activiteiten voor kinderen in Lindenholt? Volg het kinderwerk dan op facebook: Kinderwerk Lindenholt.

Heb je zelf leuke ideeën voor activiteiten in de wijk voor kinderen/jeugd neem dan contact met ons op! (leek me wel leuk als we aangeven dat we ieders mening waarderen en een oproepje doen dat ze die geven).

PLANNING 2022

Februari – carnaval festival

Maart – pimp je pannekoek

April – boys/girls middag

Mei – speur- escapetour

Juni – buitenspeeldag

Juli – kookworkshop

Augustus – jong en oud ontmoet festival

September – kijkje bij de kidsclub

Oktober – Halloween spookhuis

November – Battle middag

Lindenholt KOOKT

Pasta fagioli



Op een koude winterdag is boerenkool natuurlijk lekker en makkelijk maar dit is een gerecht dat iedereen kan maken en wat zeker zo lekker is, of misschien nog wel lekkerder..

Ingrediënten:

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • 300 gram gedroogde cannellini-bonen • 3 teentjes knoflook in stukjes • 1 stengel bleekselderij in stukjes gesneden • Een bosje verse bladpeterselie fijn gehakt, bewaar de steeltjes apart • 100 gram cherrytomaten doormidden gesneden • 1 verse rode peper in kleine blokjes gesneden • 150 pancetta in reepjes gesneden (of zeeuws spek) | <ul style="list-style-type: none"> • 5 blaadjes salie • 500 ml groentebouillon • 200 gram gedroogde pasta naar keuze, kleine vormpjes werkt het best • 100 gram parmezaankorst in kleine blokjes gesneden • 1 sjalot • 4 eetlepels olijfolie • Parmezaanse kaas voor erbij |
|---|---|

Laat de bonen in koud water een nacht wellen, lek ze daarna uit en spoel ze af.

Doe de olie in een pan met de knoflook, bleekselderij, de fijngehakte peterseliesteeltjes en de pancetta. Voeg na 3 minuten de bonen, salieblaadjes en de rode peper erbij. Als je alles goed hebt doorgeroerd voeg je de tomaatjes toe en roer alles 5 minuten door om vervolgens de warme bouillon toe te voegen. Laat dit 50 minuten zachtjes doorkoken.

Voeg dan de pasta toe en laat deze gaar worden. Haal de pan van het vuur en roer de blokjes kaas er doorheen.

Snijdt intussen de sjalot in dunne ringen en strooi deze samen met de bladpeterselie er overheen.

De Parmezaanse kaas serveer je er apart bij. Heerlijk met een warm ciabattabrood.

Buon appetito!

Tekst: Victoria Lammerinks-Montis



De Verhuizing

De tijd is aangebroken voor Betsy om haar leven een andere wending te geven! Er staat een verhuizing op de planning... Betsy heeft een prachtig huis gevonden op een idyllisch plekje aan de rand van een meer. Je kan er fijn wandelen.

Ook Google verhuist mee... Google is erg zenuwachtig, hij is nog nooit in zijn jonge kattenleven verhuisd. Hij miauwt méér en kijkt Betsy met zijn grote kattenogen vragend aan. Hij blijft dicht bij Betsy in de buurt en loopt al draaiend rondjes door de kamer.

Overal staan dozen met spulletjes die zijn ingepakt. De dag van de verhuizing komt steeds dichterbij. Het is voor beide een nieuwe start. Wie zijn de nieuwe burens en met wie kan hij spelen? Zijn oude vriendjes komen hem vast wel een keer bezoeken met iets lekkers...

Google droomt in zijn slaap en wanneer hij weer wakker wordt gaat het spannende avontuur dan eindelijk beginnen. Buiten is het koud en het is een heldere sterrenhemel... de verhuiswagen komt de straat in rijden... Google mag ook mee in zijn kattenmandje. Hij mag bij Betsy op schoot die voorin zit. Zo kan hij vanuit zijn mandje alles goed zien. Google is nu niet meer bang...

Google is blij met zijn nieuwe huis en wil graag geknuffeld worden. Betsy is druk bezig en Google verkent alvast zijn nieuwe thuis...

In de tuin ontmoet Google een andere kater...

Google: "Hee, hallo leuk je te zien, waar kom jij vandaan, hoe heet je?"

Billy: "Billy is mijn naam en ik woon aan de overkant, daar kijk maar..."

Google & Billy zijn vanaf dit eerste moment dikke vriendjes geworden.

De winter nadert en zij ravotten door de sneeuw en er is geen enkel sneeuwvlokje verantwoordelijk voor de ontstane lawine...

Dit wordt het aller allermooi ste Nieuwjaar... nieuwe vriendjes & vriendinnetjes zijn erg belangrijk als je gaat verhuizen !!!



Tekst: Gemma Sanders



Vieringen in de Agneskerk

Zondag 10.00 uur
Eucharistieviering
Donderdag 7.45 uur
Meditatief Morgen-
gebed
Alle zondagen is
er in principe om
10.00 uur een

eucharistieviering; fysiek of via de livestream.
Houd svp de website in de gaten in verband
met de coronamaatregelen!

De zondagsviering (onder voorbehoud van nieuwe coronamaatregelen)

Tijdens de vieringen zijn alle RIVM maatregelen van kracht. U bent van harte welkom op zondagmorgen. Tijdens de viering mag er weer koorzang met 4 mensen zijn. Wij volgen de RIVMregels voor koren, en zorgen er voor dat er voldoende geventileerd kan worden. De communie wordt voorlopig nog uitgereikt vanachter een scherm maar mag weer met de hand gegeven worden. We vragen nog wel uw hand vooraf te desinfecteren. De bisschoppen vragen gelovigen uitdrukkelijk om rekening met elkaar te houden zowel bij het kiezen van een plaats als bij het lopen door de kerk. De dringende vraag om verantwoordelijkheid te nemen en thuis te blijven met klachten die kunnen wijzen op corona blijft bovendien gehandhaafd. Bezoekers van vieringen hoeven geen coronatoegangsbewijs te laten zien omdat dit niet past bij het karakter van de Kerk. Vanuit onze kerk hebben we ook een livestream van de vieringen. Zo kunt u op afstand op het moment van de viering met ons meedoen. De link naar de livestream vindt u op: <http://www.agneskerklin-denholt.nl/livestream>

Bereikbaarheid

Het parochiecentrum, en dus ook de kerk en het Stiltecentrum is elke werkdag open van 11.00uur tot 12.00uur. Tijdens deze uren is er een gastvrouw of gastheer aanwezig. Wanneer u op andere uren ons nodig hebt belt u 024 3777778 en krijgt u een telefoonnummer via het antwoordapparaat waarmee u in noodgevallen iemand van de parochie kunt bereiken. U kunt altijd contact opnemen via info@agneskerklin-denholt.nl



Diaconiezondag: elke eerste zondag van de maand.

Er is inzameling voor de Voedselbank. We nemen van huis langer houdbare levensmiddelen mee, die naar het depot van de Voedselbank Nijmegen gaan. De andere activiteiten zijn i.v.m. de coronamaatregelen voorlopig opgeschort.

Eerste Communie en Vormsel

De voorbereiding op de Eerste Communie en

de voorbereiding op het vormsel zullen zo snel als dat binnen de covid-maatregelen kan opgepakt gaan worden. Gezien de hoge besmettingsgraad op de scholen vinden we het onverantwoord om groepen bij elkaar te vragen.

Aswoensdag

2 maart is het Aswoensdag, het begin van de Veertigdagentijd. We houden wél een viering, maar het is nog niet zeker of er ivm de covidmaatregelen askruisjes uitgedeeld kunnen worden. Het tijdstip van deze viering is ook nog niet bekend. De viering is via livestream te volgen.

Een kruisweg langs 7 kerken

Vanuit de pastoraatsgroep van de parochie Heilige Stefanus in Nijmegen is het initiatief gekomen om een parochie-brede kruisweg te maken. De kruisweg is te vinden op <https://www.youtube.com/watch?v=GfHFzilt13E> of via de site van de Agneskerk agneskerklin-denholt.nl

Het bijbehorende boekje is via deze site te vinden. Misschien is het ook een goede gelegenheid de kruisweg in uw eigen kerk nog eens aandachtig te lopen.



Morgengebed

In de Goede Week (10 april -16 april) is er op donderdag-, vrijdag- en zaterdagmorgen om 9.00 uur een meditatief morgengebed. Er is dan op donderdagmorgen geen morgengebed om 7.45uur.



Vieringen in de Goede Week en met Pasen

(De vieringen zijn via de livestream te volgen.)

Zondag 11 april Palmzondag

10.00 uur viering met palmwijdning. Het koor Sub Tilia zingt.

Donderdag 14 april Witte Donderdag

Eucharistieviering 's avonds. Het koor Sub Tilia zingt. Tijdstip via de website of de gastvrouw/heer

Vrijdag 19 april Goede Vrijdag

15.00 uur Gezinsviering met bloemenhulde van het kruis (zelf bloemen meenemen)
Avondviering met koor Sub Tilia. Bloemenhulde van het kruis (zelf bloemen meenemen)
Tijdstip via de website of de gastvrouw/heer

Zondag 17 april Pasen

6.00 uur Eucharistieviering met wijdning van het nieuwe licht, doopwaterwijdning, en vernieuwing van de doopbelofte.

10.30 uur Pasen eucharistieviering

Maandag 18 april Tweede Paasdag

10.00 uur Eucharistieviering



Bettineke van der Werf

Optocht naar het licht.

De carnaval valt laat dit jaar. Nee, zeg ik dan, Pasen valt laat dit jaar. Er wordt nog wel eens vergeten dat de datum voor carnaval terugtelt van de datum van Pasen. En de berekening daarvan is ingewikkeld. Net als de gedachte om carnaval in de zomer te vieren. Vier een mooi feest in de zomer, maar noem het dan geen carnaval! Carnaval is van oudsher nog even flink feesten en dan de Vastentijd of Veertigdagentijd van voorbereiding op Pasen in. In die dagen werd het allemaal wat minder. Minder vlees, minder eten en drinken dan je op kon, kortom soberder leven dan je normaal deed. Ook het doen van goede daden, denk aan alle vastenacties, is een bekend item. Doordat je soberder leeft, komt er geld vrij voor goede doelen. Maar eigenlijk leven we al anderhalf jaar soberder dan we gewend waren. De carnavalsfeesten gaan ook dit jaar (waarschijnlijk) niet door. Kan de Veertigdagentijd ons dan nog wel wat vertellen?

De Veertigdagentijd is de weg naar Pasen. Hij vertelt ons over ons eigen leven. Hoe we, ondanks dat we alles in de hand denken te hebben, maar sterfelijke mensen zijn. Zonder meteen met doemdenken bezig te zijn, kunnen we wel zeggen dat leven en sterven bij elkaar horen. Leven daar kunnen we veel over zeggen, maar dat laatste deel, sterven, willen we daar wel eens over nadenken, laat staan ermee bezig zijn? De tijd van covid heeft het onvoorspelbare van leven weer heel dicht onder onze aandacht gedrukt. Pasen wil licht brengen. Het is de meest dichtbijgeboodschap dat er licht is na een donkere nacht. Dat er licht is, ook na heftig lijden. Voor wie gelooft is er na dit leven een thuiskomen bij God. Voor wie dat niet doet, zijn er verhalen over komen in een wereld van licht.

Ervaringen van liefdevol contact over de dood heen zijn er sowieso. Durven we ons aan te laten spreken en er over na te denken? Op tocht naar het licht van Pasen?

Bettineke van der Werf, Agneskerk Lindenholt

DE PROJECTGROEP 'OOG VOOR ELKAAR' ZOEKT NIEUWE ENTHOUSIASTE TEAMLEDEN

Onze projectgroep 'Oog voor elkaar' bestaat vooral uit bewoners van Lindenholt en wij worden ondersteunt door werkers uit de wijk.

We zetten ons in om laagdrempelig en vooral met veel gezelligheid activiteiten te ontwikkelen, waar wijkbewoners met elkaar in contact komen.



We komen regelmatig samen met de werkgroep om nieuwe plannen te bedenken, uit te werken en met elkaar uit te voeren. Dit gaat altijd gepaard met een lekker kopje

koffie of thee en een hoop geklets, want we hebben ook onderling oog voor elkaar.

Inmiddels kunnen we, ondanks Corona, terugkijken op veel succesvolle acties in de wijken. Zoals het ontmoetfestival, de positieve spreukenactie, de pop up terrasjes met koffie of soep. Allemaal hebben die geleid tot zinvolle gesprekken en leuke ontmoetingen.

Er lijkt nu na de lockdown en maatregelen weer meer ruimte te komen om elkaar weer meer te ontmoeten. En daarom willen wij graag nieuwe acties en activiteiten organiseren.

We kunnen hiervoor extra hulp gebruiken.

Dus ben jij iemand, die Lindenholt een warm hart toedraagt en wil jij je ook inzetten om meer ontmoeting in Lindenholt te creëren? Of wil je zelf meer mensen ontmoeten?

OOG VOOR ELKAAR



SAMEN IN LINDENHOLT

Laat het ons weten en kom een keer langs om kennis te maken!

Elke hulp van groot tot klein is van harte welkom en wordt erg gewaardeerd!!

Voor meer info of aanmelden:

Jeanine Vermeulen
(opbouwwerker Lindenholt Bindkracht 10)
06 -53202143
jeanine.vermeulen@bindkracht10.nl

Nieuw in Lindenholt

Cafetaria Lunchroom

Diva

Open: dinsdag t/m zondag
15.00 tot 21.00 uur



**Specialiteit
Spareribs**



PIZZA'S

Kijk voor de volledige
menukaart



**HET adres voor bezorgen en afhalen van al uw
maaltijdbestellingen!!**

Broekstraat 39 (Hoek Horstacker) 6546 AA Nijmegen 06 53335484

Drie nieuwe wijkagenten in Lindenholt

Stan Elbers, Penny Wiss en Glenn Holman zijn de drie nieuwe wijkagenten in Lindenholt.



Stan Elbers (27 jaar) werkt sinds november in Lindenholt als wijkagent voor de Broekwijken en ook Kerkenbos WKS terrein en Bijsterhuyzen.

Daarvoor heeft hij 5 jaar bij de eenheid Limburg gewerkt, ook als ME-er. Zijn carrière is begonnen in Den Haag waar hij ook vijf jaar heeft gewerkt.

Penny Wiss (37 jaar)

sinds december 2019 werkzaam in het Basisteam Nijmegen-Zuid als wijkagent voor de wijken Brakkenstein, Heyendaal Grootstal en de Hatertse Hei. Op 1 januari 2022 is zij gestart in Lindenholt (Kampwijken,



Draaiom, Woonboulevard en Kinderdorp Neerbosch). Haar loopbaan startte in 2003 bij de voormalig Regiopolitie Gelderland-Midden. Zij is begonnen als Parketmedewerkster op de rechtbank en heeft daarna in verschillende Basisteams gewerkt. Gedurende haar loopbaan heeft zij zich ontwikkeld tot wijkagent.



Glenn Holman

(29 jaar) begon op zijn 17^e bij het Korps Mariniers. Na drie jaar stapte hij over naar de politie.

Na zijn opleiding startte hij in Nijmegen-Zuid.

De eerste zes jaar werkte hij in de noodhulp (spoedgevallen).

De afgelopen tijd liep hij als wijkagent stage in Wijchen, en nu start hij in Lindenholt (Ackerwijken).



Wat is het mooie aan het vak van wijkagent?

Penny: 'Wat ik er zo mooi aan vind, is dat je als wijkagent niet alleen bezig bent met de korte termijn (uitrukken bij calamiteiten). Ik zal een voorbeeld noemen: als wij worden opgeroepen bij een burenruzie die escaleert, dan zorg je ervoor dat de hete kolen uit het vuur worden gehaald, zoals wij dat zeggen, en dan ga je weer. Als wijkagent zoek je de verdieping. Dan bekijk je of er een netwerkpartner ingezet kan worden om ervoor te zorgen dat er ook naar een duurzamere oplossing kan worden gezocht. Denk aan het inschakelen van Buurtbemiddeling, woningbouwcorporaties en overige netwerkpartners die we kennen. Kijk, dat vind ik het mooie van dit werk.'

Glenn: 'Ik kan mij daar helemaal bij aansluiten. Wat ik vooral mooi vind, is het zichtbaar zijn in de wijken voor de burgers. Dat doet iedereen op haar of zijn eigen manier. Voorheen in de noodhulp had ik daar bijna geen gelegenheid voor. Maar nu merk je dat de bewoners het waarderen als je een kwartiertje met hen in gesprek gaat, of dat je een keertje een balletje trapt met de jeugd. Voor mij is dat een kleine moeite, maar voor de burger betekent dat heel wat. Dat is onder andere ook de reden dat ik weg ben gegaan bij de Mariniers. Ik ben daar te sociaal voor en dat vind ik ook het mooie van dit vak.'

Stan vult aan: 'Je zit ook aan de voorkant van de problemen die je tegenkomt. Je kunt wat opbouwen in de relatie met de burgers. De grotere mate van verantwoordelijkheid die je hebt voor je eigen wijk geeft mij ook een grotere mate van voldoening. Het vaste aanspreek-

punt zijn voor de mensen, het vertrouwen in de politie waarmaken, dat zijn aspecten die mij heel erg aanspreken.'

Eerste indruk

Stan: 'Mij sprak dit heel erg aan en ik ben goed ingewerkt door mijn voorganger Ronny Reyniers. Ik werkte hiervoor in Limburg in een uitgestrekt gebied, dat was wel een stuk rustiger. Hier is het veel dynamischer en drukker. In mijn gebied zit bijvoorbeeld een bedrijventerrein, maar ik heb ook jeugd die de aandacht vraagt. Van alles wat in een relatief klein gebied, dat vind ik wel prettig. Het liefst ga ik gewoon op de fiets door de wijk, dan maak je makkelijk contact met de bewoners.'

Glenn: 'Ik kende Lindenholt al wat meer vanwege mijn vorig werk in Nijmegen-Zuid en wist ik al wel wat ik kon verwachten. Dus toen ik de vacature voorbij zag komen, sprak mij dat onmiddellijk aan.'

Is er een dossier van de wijk Lindenholt?

Glenn: 'Natuurlijk staat er wel het een en ander op papier, we hebben dat ook besproken bij de overdracht. Zo is het kenmerkend voor Lindenholt dat met name de jeugd wel wat extra aandacht verdient. Daar zit voor mij ook de uitdaging. Het is niks nieuws dat de jeugd (van 12 tot 16 jaar) soms veel op straat hangt. En ook al zijn er vanuit de gemeente allerlei voorzieningen en houden jongerenwerkers ook een vinger aan de pols, het zal altijd een punt van bijzondere aandacht blijven. Ook moeten we accepteren dat overlast relatief kan zijn. De een ervaart dit als hinderlijk en een ander vind het normaal en denkt: 'ik ben ook jong geweest.'

Corona

Merken jullie dat er kortere lontjes zijn dan voorheen? **Penny:** 'Waar ik mij oprecht zorgen over heb gemaakt zijn kinderen en huiselijk geweld. We zien tijdens een lockdown veel minder, omdat alles achter de voordeur blijft. Er komen minder meldingen binnen terwijl je weet dat het er wel is. Burenruzies komen vaker voor, zoals mensen die thuis werken die last hebben van 'leefgeluiden' van de burens. Veroorzaakt door spelende kinderen. Ja, daar hebben we dan zeker wat vaker mee te maken.'

Algemene ontwikkelingen in de samenleving

Alle drie zien ze wel een verharding optreden op het gebied van de relatie tussen de overheid en de burgers. Het gebruik van sociale media

en de mobiele telefoon, waarmee alles wordt gefilmd, speelt daarin ook een rol. Wanneer dit als hinderlijk wordt ervaren dan zeggen ze er wat van, maar het blijft lastig. **Penny:** 'Inmiddels zijn we ons wel bewust dat je er vanuit moet gaan dat alles wat je doet op camera kan worden vastgelegd. Het vervelende is wel dat vooral de excessen de publieke media halen. De keren dat de politie uitstekend werk heeft geleverd, zie je helaas veel minder.

Drie genoeg?

Glenn: 'In Lindenholt valt het mee, maar landelijk gezien is het lastig om aan genoeg agenten te komen. Er komen wel veel nieuwe agenten bij, maar het kost tijd voordat die opgeleid zijn. Met hoe meer mensen je bent, hoe meer je kunt doen. Je zou bijvoorbeeld veel zichtbaarder in de wijk aanwezig kunnen zijn. En zo zijn er veel meer dingen die je anders zou doen als we meer tijd hadden.'

Wanneer er mensen zijn die belangstelling hebben voor dit mooie vak: Basisopleiding MBO, agentenopleiding duurt 2 jaar en je krijgt een vast contract. Meer daarover vind je op kombijdepolitie.nl

Politie bellen

Wanneer bel je nu de politie? Bij spoed mag je altijd 112 bellen, ook als je bijvoorbeeld ziet dat er ingebroken wordt. Is er geen spoed, maar heb je wel de politie nodig? Bel dan 0900-8844! Zo nodig wordt u snel doorgeschakeld naar het dichtstbijzijnde politiebureau.

Tekst: Gerard van Bruggen

Foto's: Gerard van Bruggen /Politie Gelderland-zuid



Net iets te vaak in uw eentje?

Kom naar Deel de Dag Lindenholt
voor een plezierige dag samen met anderen



Deel de Dag is gevestigd in Wijkatelier Lindenholt
en open van maandag t/m vrijdag

www.langerthuisnijmegen.nl

088 - 00 17 121

Langer Thuis Nijmegen
is onderdeel van

sterker
sociaal werk

Dehue
ADMINISTRATIEKANTOOR

Administratiekantoor Dehue
"het kantorencentrum"
Kerkenbos 1103b
6546 BC Nijmegen

Telefoon: 024-6637870
E-mail: info@dehue.nl
Internet: www.dehue.nl

Al decennia het betaalbare adres voor uw boekhouding, jaarrekening, salarisadministratie, belastingaangifte, toeslagen, budgetbeheer en overige financiële aangelegenheden.



Stem sociaal.

Wij zijn trots op Lindenholt. Mensen wonen hier graag. Samen en tussen het groen. Maar Lindenholt verdient meer aandacht.

Het is tijd voor sociale keuzes. Voor fijne en veilige wijken. Waar ú beslist. Met de zekerheid van een betaalbare woning. Met ruimte voor een nieuw gezellig café of restaurant. Een snelle busverbinding met de stad. En goede zorg dichtbij.

Samen kiezen voor een sociaal en krachtig Lindenholt.

Charlotte Brand, lijsttrekker

Kies 14, 15, 16 maart



PvdA

Kleine zelfstandige ondernemers in Lindenholt onder de aandacht

De Ondernemer7

In deel 7 al weer van deze rubriek spraken met Marjolijn Dehue, eigenaar van Administratiekantoor Dehue.

Dat je ook op latere leeftijd je nog kan opwerken door middel van studie en een eigen onderneming kan beginnen, bewees Marjolijn Dehue. Als meisje van elf besloten haar ouders dat ze naar kostschool en het LHNO moest, de Huishoudschool en in de volksmond de Spinazie Academie genoemd. Ze had wel de hersens maar ze had geen zin om te leren. Het liefst was ze naar de LTS gegaan maar dat mocht niet eind jaren zestig, dat was niks voor meisjes. Recalcitrant als ze is is ze inmiddels wel gediplomeerd vrachtwagen-, bus- en taxi-chauffeur.

Als bijstandsmoeder met 1 kind is Marjolijn in 1989 met behoud van uitkering gaan studeren in het zogenaamde volwassenonderwijs. Drie dagen in de week deed ze Basiskennis Boekhouden, MBA en later SPD in de avonduren. Ze heeft niet alles volledig afgemaakt maar wel heel veel certificaten behaald.

'Ik ben autodidact', zegt Marjolijn lachend. 'In 1993 ben ik voor mij zelf begonnen in mijn huis in de Voorstenkamp. Mijn eerste klanten waren mensen in mijn omgeving, burens, die mij vroegen om hun belastingaangifte te doen. Mijn eerste twee echte klanten waren advocatenkantoren waardoor ik mij ging specialiseren in advocatuur. Naast mijn onderneming werkte ik ook zelf als boekhouder bij een advocatenkantoor in loondienst want in het begin kan je nog niet helemaal rondkomen van een nieuwe onderneming, zelfs niet met een aanvullende uitkering. Maar het bedrijf groeide met name door mond op mond reclame waardoor ik op een gegeven moment stopte met het werken in loondienst.

Mijn klanten zijn nog steeds de particulieren die hun belastingaangifte niet willen of kunnen doen, met name mensen waar de partner van is overleden en die alle financiën deed. Voor zo'n aangifte vraag ik € 75. Verder behoren eenmanszaken en de kleine MKB-ers tot de clientèle.

Inmiddels ben ik met twee jongemannen gaan samenwerken om aan de aanhoudende vraag om administratieve ondersteuning te kunnen blijven voldoen en zijn we, sinds drie jaar, van Zwanenveld (WC Dukenburg) verhuisd naar Kerkenbos'.

Afbouwen

'Ik ben inmiddels drieënzestig en ik wil gaan afbouwen. Op woensdag ben ik vrij en dat komt

goed uit want ik word oma. De heren die er bij zijn gekomen (Yakub en Hakan) zijn vennoot geworden en zullen te zijner tijd de zaak overnemen. Over twee jaar stop ik echt.

Dat wil zeggen, de mannen mogen altijd een beroep op mijn doen.'

Wat is er leuk om ondernemer te zijn?

'De vrijheid; als ik eens geen zin heb om te werken dan werk ik niet. De flexibiliteit; gewoon beginnen en stoppen op een dag wanneer dat uitkomt. Ik vind het fijn om alleen te werken en mijn eigen weg te gaan. Er zijn ook wel wat minpuntjes; je moet zelf zorgen voor je eigen sociale zekerheid, er is geen vangnet. Als het goed gaat zit je soms ook in het weekend te werken want nee zeggen tegen een klant bestaat niet, zeker als je ook op een gegeven moment een goede band met een klant heb opgebouwd. Sommige facilitaire zaken, zoals de installatie van een PC, klussen of schoonmaak van kantoor, moet je uitbesteden. Het is zonde om je tijd te verdoen aan iets waar je niet goed in bent. Die tijd kan ik beter besteden en een vakman/-vrouw inschakelen.'

Hoe onderscheiden jullie je?

'Er zijn inderdaad veel administratiekantoren in Nijmegen maar wat ik al zei, ik heb al jaren een loyaal klantenbestand maar ik denk ook wel door ons vaste prijsprincipe. Geen uurtje factuurtje, maar vooraf is de prijs bepaald. Ook al belt de klant tussen door met een vraag dan wordt dat niet extra berekend. Een salarisadministratie zit bij de prijs inbegrepen. Dat klanten zolang bij ons blijven is wel een teken dat zij tevreden zijn en wij het goed doen.'

Werkpieken

'Elk kwartaal moeten wij BTW aangifte doen en dat moet dan binnen een maand gebeuren. Voordat wij alle stukken binnen hebben, hebben wij nog een dag of tien voor 55 klanten dus dat is even aanpoten. Het zou fijn zijn als iedereen tijdig alle stukken aanlevert. De meesten doen dat gelukkig wel ook al omdat ze zo snel mogelijk willen weten hoeveel belasting ze moeten gaan betalen. Gelukkig bestaat er voor de aangifte inkomstenbelasting een zogenaamd BECON uitstelregeling waardoor we die wat beter kunnen plannen. Wat we niet doen is diepgaand fiscaal advies geven, dat is



de taak van een belastingadviseur of fiscalist en we zijn er ook niet voor grote BV's. Mischien later.'

Wat is er veranderd de laatste jaren?

'Het is natuurlijk allemaal veel makkelijker geworden. Vroeger waren zelfs de mensen die een beetje administratief onderlegd waren een paar avonden bezig met een aangifte inkomstenbelasting. Eerst de boel bij elkaar zoeken, kopietjes maken en als je iets niet wist opzoeken in de toelichting die met het aangifteformulier werd bijgestuurd. Tenslotte naar de brievenbus lopen.

Nu is het makkelijker geworden. De meeste velden zijn al ingevuld. Als je iets niet weet klik je op het vraagteken en zie je wat men bedoelt. Alles zonder rekenmachine. Je moet natuurlijk wel op de hoogte zijn van alle veranderde regels en dat is dan ook de reden dat veel particulieren het toch niet zelf aandurven.

Advies voor de jeugd

'Het kan zijn dat je op een bepaalde leeftijd niet veel zin in school en leren hebt, maar besef dat een opleiding en een diploma de basis zijn voor een goede loopbaan en mocht het toch niet lukken, realiseer je dat je ook op latere leeftijd een herstart kan maken. Het is nooit te laat!'

Tips voor ondernemers

'Durf in het diepe te springen. Je hoeft niet per sé een dik ondernemersplan te hebben geschreven. Als het niet bevalt of je maakt geen winst, dan kan je ook weer stoppen. Vraag eventueel in het begin om een goede begeleiding. Besef dat je niet meteen rijk bent. Ik ken iemand die een mooi ondernemerskrediet kreeg en daarmee een dikke auto kocht. Dat is dus niet bedoeling!'

Tekst: Silvano Orvini

Foto's: Jacqueline van de Boom



Voor al uw reparaties en onderhoud aan uw fiets of E-bike en alle onderdelen en fietsaccessoires
Voor nieuwe (elektrische) fietsen kunt u ook bij ons terecht. Kom gerust even langs voor een gratis proefrit en een deskundig advies

Reparaties op afspraak

St. Agnetenweg 65 a 6545 AT Nijmegen
 0624605897

www.wfsnijmegen.nl / info@wfsnijmegen.nl



Hoort u het geluid in gedachte al? Een knisperend haardvuur. Wanneer heeft u dit geluid voor het laatst écht gehoord? Mocht u vragen hebben of twijfelen over uw gehoor, dan bent u bij ons van harte welkom voor een gratis gehoortest. Deze test duurt nog geen twintig minuten, waarna wij u direct vrijblijvend kunnen informeren en adviseren. Neem contact met ons op voor het maken van een afspraak met onze audicien. Zo hoort het.

Schippers Optometrie
 Audicien
 Ontiek

Julianaplein 29
 6641 CS Beuningen
 024 - 675 13 99
www.schippersoptiek.nl
 P Gratis parkeren



Woning verkopen?

Maak een **goede start** met
dé makelaar uit uw **eigen wijk**

024 - 3448 497

homanmakelaardij.nl

Annet
 Hogenbirk



Column

Verbinding

Vrij plotseling overleed mijn moeder (88). We hadden een ingewikkelde relatie. Ze liet niet veel zien van wat er in haar hart omging. Daardoor bleven we bijna altijd op afstand van elkaar. Maar gelukkig kwam ik vorig jaar op het idee om haar te portretteren. En dat vond ze fijn. Zonder woorden ontmoetten we elkaar. Ze voelde zich gezien en ik zag haar zoals ze was. Een oude vrouw, moe, maar blij met oprechte en liefdevolle aandacht.

Ik heb nu een mooie lijst gekocht voor de tekening die ik toen maakte. Voor mij een onbetaalbaar moment van verbinding. Graag word ik er voortaan aan herinnerd dat dat tóch mogelijk was. Je kunt je voor de ander verstoppen – misschien door wat je eerder hebt meegeemaakt. Maar ook kun je het opgeven de ander te vinden. Ik ben blij dat ik toen een creatieve oplossing gevonden heb.

Ik denk dat ik niet de enige ben die de relatie met mijn moeder graag anders had gezien. En ik merk dat het mijzelf en anderen ruimte geeft om er dit beeld en woorden aan te geven. En wat het mooie daarvan is, is dit: ook dit geeft verbinding!



Plantdag bij de herstelde poel in De Meeuwse Acker



v.l.n.r.: Hella, Peter, Cees, Marianne, Dirk, Henk, Rene en Ton

Op 26 november zijn wij van Lindenholt Groen om 9 uur paraat bij de geschoonde poel. Karel, medewerker van Groenonderhoud Engelen Groen uit Uden, die het plantmateriaal aanvoert, is dan al een uurtje plantgaten aan het graven in de aangegeven plantvakken. We schieten meteen te hulp, maar het blijkt dat wij zijn tempo slechts kunnen benaderen.

Opvallend aan de structuur van de uitgegraven grond is dat er soms bijna metselzand tevoorschijn komt dan weer zand en grind en vaker met wat meer plantenresten vermengde grond. Al met al niet de ideale grond om te planten, maar we zitten dan ook op de uitlopers van de spoelzandvlakte vanaf de ooit hoge stuwwal. Als het de komende maanden voldoende regent moeten verreweg de meeste boompjes en struikjes toch aanslaan. We rekenen op 80%.

Rond 10 uur komen er volgens afspraak nog een aantal Lindenholters bij en zijn we tenslotte met 10 personen: Karel dus en Ton en Henk, Kees en Hella, René die graag mee wilde helpen, Herman, Marianne, Dirk en Peter. Iedereen gaat met veel energie aan het werk en terwijl sommigen doorgaan met het maken van plantgaten gaan anderen al aan de hand van een schematische tekening met het planten in de 3 kleine plantvakken aan de slag.

We gaan 125 inheemse struiken en bomen planten, rijk bloeiend en vruchtdragend zodat we insecten, vogels en kleine zoogdieren lokken en van voedsel kunnen voorzien, zodat de biodiversiteit in Lindenholt een kleine injectie krijgt.

Als Kees gaat tellen blijkt dat we in ons enthousiasme zelfs te veel gaten gegraven hebben en dan wordt het dus wel tijd voor koffie met koek geleverd door het wijkatelier.

Na een geanimeerd gesprek met veel opmerkingen, vragen en antwoorden gaan we aan de slag met het grote plantvak van 250 vierkante meter en planten we verder hondsroos, egelantier, viltroos, klimmers als kamperfoelie, heggenrank en bosrank, struikjes zoals bosaalbes, haagliguster, meidoorn en hazelaar en tenslotte boompjes: lijsterbes en zoete kers. De laatste zoete kers wordt geplant door Jan ten Dam, voorzitter van het bewonersoverleg, uitgenodigd om de plantdag af te ronden en tevens de herstelde poel en de aanplant te bekronen.



Karel aan de slag



V.l.n.r. Henk Dirk, Ton en Jan



Rond half een gaan we tevreden over een effectieve en gezellige plantdag op huis aan. Er is echter nog een staartje in verband met de overvloedige plantgaten. Natuurmensen weten daar een oplossing voor. In Het Zwanenbroekje, een particulier natuurgebiedje in de Ooy-polder, groeien immers te veel meidoorns. Dat wordt een klusje van heel andere aard: vette klei, maar vooral drijfnatte vette klei. Na heel veel moeite brengt het toch resultaat.

**Henk Voskuilen tekst
Ton Jansen foto's Lindenholt Groen**

Qader
Shafiq

Blue Monday



Column

De zeventiende januaridag van dit jaar bleek een Blue Monday te zijn. Volgens sommigen de zwaarste en deprimerendste maandag van het jaar. Vroeg in de ochtend moest ik op pad. Ik had een drukke dag voor de boeg, maar was vol energie. Zelden was de maan zo mooi als op die ochtend. Misschien kwam die blijdschap door de enge droom van die nacht. Ik droomde dat ik naast vele wijkgenoten op de ruïnes van het verbrande winkelcentrum stond naar de toespraak te luisteren van mijn kapper die beweerde wethouder te zijn. Deze wethouder verwees naar de velden die voor Skaeve Huses bestemd waren: "Er is veel gas onder de grond die gewonnen moet worden..."

Het geluk dat deze geweldige kapper geen wethouder was, zorgde voor de blijmoedige start van de dag.

Onderweg naar mijn verplichtingen reflecteerde ik op afgelopen weken. Onze CV-ketel ging kapot. Na een paar koude nachten kwam een bevriende monteur ons aan een duurzamere ketel helpen. Dat we nog steeds afhankelijk waren van gas domineerde die hele dag mijn gedachten.

Ik stond even in de schoenen van Groningers wier wonden zich heropenden door het nieuws over extra gaswinning.

Het deed mij pijn mijn gedroomde, beschaafde alternatieve macht Europese Unie, zo zwak en afhankelijk te zien. De EU die pionier moet zijn in het op weg helpen van de wereld naar een verlichte toekomst van vrede, vrijheid en duurzaamheid, stond visieloos en verdeeld tegenover de willekeur van de leveranciers van fossiele energie.

Afhankelijk van twee smaken: Russisch gas dat via Nord Stream binnenstroomt? Of met schepen gebracht Amerikaans schaliegas?

Hoe lang nog die afhankelijkheid? Het uitblijven van duurzame alternatieven voor vuile brandstoffen zal voer zijn voor de wapenindustrie die goed is voor de grootschalige mensenrechtenschendingen, oorlogen en vluchtelingenstromen. We kijken toe hoe hebzucht en kortzichtigheid de mensheid polariseren en het opgebouwde vertrouwen in een gedeelde toekomst vernietigen.

foto: Jaqueline van den Boom

Schildersbedrijf

Gebr. de Wit



duurzaamheid door kwaliteit

De Geerkamp 1648 A

6545 HS Nijmegen

Telefoon: 06-81173970

Voor al uw:

- Binnen- en buitenschilderwerk
- Latex en lak spuitwerken
- Wandafwerking
- Vervangen van daklijsten
- Impregneren van gevels

Wij denken graag met u mee
voor een advies op maat

Belangstelling?

Bel gerust en wij bieden u
vrijblijvend de meest
scherpe offerteprijs

rijwielspecialist
scheepers

**Bike
Totaal**

Scheepers Rijwielen Bike Totaal, al meer dan 30 jaar uw speciaalzaak voor:

- Uitgebreid assortiment E-Bikes en fietsen
- Onze merken zijn: Sparta, Gazelle, Batavus, QWIC, Merida en Loekie kinderfietsen
- De allerbeste service na aankoop (vraag het uw buurvrouw/-man)
- Webwinkel Bike Totaal. Binnen 1 dag thuisbezorgd of af te halen in onze winkel
- Gecertificeerde monteurs dragen zorg voor 1-dag-service van onze werkplaats
- Leenfiets (ook elektrische) beschikbaar bij reparatie van uw tweewieler

Malvert 70-17
6538 DP Nijmegen
T (024) 344 63 23
I www.scheepersbiketotaal.nl
E info@scheepersbiketotaal.nl



Anne Hoekstra (m)

Gecertificeerd/gediplomeerd (sport)masseur in Hees

- Voor de individuele- en groepssporter
 - Blessurepreventie en - behandeling
 - Massages
 - MTC taping (kinesio)
 - Manuele Lymfedrainage/Oedeemtherapie
- U kunt - uiteraard vrijblijvend - informeren naar de mogelijkheden en prijzen

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



**Victoria
Lammerinks-
Montis**



Koude oorlog

Hoewel we nog steeds in de greep zijn van corona, lijkt het erop dat we daar de goede kant mee op gaan. Ik moet het eerst nog zien maar ik ben thuis de minst positieve van het gezin. Ik luister dus ook altijd met argwaan naar het nieuws. U zult begrijpen dat onze gesprekken aan tafel altijd een gezellige drukke aangelegenheid zijn. Maar wat ons de laatste dagen allemaal ter ore komt slaat werkelijk alles. En dus lopen de gemoederen ook hier behoorlijk op.

Ik hoef het niet samen te vatten, want waar je ook komt: iedereen heeft er een oordeel over en iedereen weet het beter. 'Jongens moeten beter opgevoed worden en meisjes moeten niet in een pyjama-broek door studio's lopen.' Al huppel ik halfnaakt door de straat verwacht ik nog steeds dat iedereen zijn handen thuis houdt. Maar iemand is ook pas schuldig als het bewezen is.

Ik begin te walgen van al die ophef en dat wat ik ooit beschouwde als een van mijn favoriete tv-programma's associeer ik nu met handen die ergens zitten waar ze niet horen en wat nog allemaal meer.. Mijn zin om nog naar het programma dat dromen waarmaakte te kijken is over.

Onze jongste neemt heel handig het woord en houdt een relaas over de Russen die vast en zeker vervelend gaan doen. En zou hij dan naast een pandemie ook de 3e wereldoorlog meemaken..? En hoe verwarmen we ons als we geen gas meer uit Rusland krijgen?

Ik schiet in de lach en zeg dat ik blij ben met de aanschaf van de airco's, stroom hebben we genoeg.

Toch blijft zijn denkwijze nog dagen in mijn hoofd rondspelen en ik kan het maar moeilijk loslaten.

Wat als hij gelijk heeft..



GEDEELDE SMART



Tijdens dit schrijven zitten we nog net in een lockdown, vanavond is de persconferentie waarop we waarschijnlijk te horen krijgen dat restaurants weer open mogen. De lockdown is voor iedereen vervelend geweest maar biedt ook kansen. Om deze winter door te komen heeft Grand-café Lindenholt verschillende acties bedacht. Naast het bezorgen en afhalen van hun gerechten, verkochten zij ook oliebolletjes. Van de opbrengst ging een gedeelte naar een goed doel. Dit jaar was dat de Vincentius vereniging Nijmegen (gevestigd in Lindenholt). Met dank aan de vele (wijk-) mensen die oliebolletjes hebben gekocht, is er €100,00 gedoneerd aan deze vereniging.



Zeker in deze lastige tijd is het goed om er voor elkaar te zijn.

Grand-café Lindenholt (voorheen 't Zwaantje) had de deuren nog maar net geopend toen er strengere Corona-maatregelen kwamen. Voor Ronald Gerrits, de nieuwe eigenaar, kwam dit toch wel als een verrassing. "We dachten met het controleren en scannen van de QR-code van onze gasten de winter wel door te komen. Je ziet in de landen om ons heen dat deze controle in steeds meer bedrijfstakken gebruikelijk is. Dus we dachten en hoopten dat Nederland dit goede voorbeeld wel zou volgen. We waren net open en wilden geld verdienen, zodat er verder geïnvesteerd kon worden. Maar helaas kon dit dus niet. We moeten nu eerst de winter door zien te komen.

Omdat we net pas geopend zijn, hebben we geen recht op compensatie. We moesten dus wel andere acties bedenken om toch wat geld te verdienen.

We snakken naar het voorjaar en hebben allerlei leuke en gezellige ideeën, maar dat moet natuurlijk wel weer mogen. Wij staan zeker ook open voor ideeën van lezers".

Omdat het wijkgevoel bij Ronald diepgeworteld zit, wilde hij ook een goed doel in de buurt helpen. "Juist in deze tijd heb je elkaar nodig. Daarnaast is gedeelde smart, halve smart en zijn er vele instanties die een hart onder de riem kunnen gebruiken. We hebben voor de Vincentius vereniging gekozen omdat deze zoveel doet voor de minima en maatschappelijk geïsoleerde mensen. Vooral in Lindenholt (Winkel in de Voorstenkamp en in de Horstacker), maar ook in Dukenburg en in de rest van Nijmegen. Met voedselpakketten, rugzakjes voor kinderen, enz) maken ze het leven voor deze mensen iets dragelijker. Verder is de Vincentius vereniging ook betrokken bij het 'Huis van de minima' en nog meer andere projecten. Inmiddels is de beweegtuin bij het Vincentiusgebouw aangepast en begeleiden ze jong en oud om er professioneel te kunnen sporten".

Grand-café Lindenholt is ook geïnspireerd door de Vincentiusvereniging en gaat bij genoeg animo ook dagelijks warme maaltijden (daghap) bezorgen tussen 15.30 en 17.30 uur. Een soort 'tafeltje dekje' voor Lindenholt. Dus heb je interesse, neem dan contact op met Grand-café Lindenholt om de mogelijkheden te bespreken.

En de oliebollettenverkoop was zo'n succes dat deze volgend jaar zeker een vervolg krijgt.....

www.grandcafelindenholt.nl

of tel: 024 - 785 09 29.

Tekst: Victoria Lammerinks-Montis

Foto: M.Postma



Ronald Gerrits met Linda van Akenen Frits Jans, penningmeester van Vincentius

De BEVER in opmars



We boffen als stad met alle planten en dieren die er leven. Zij zorgen immers dat de omgeving ook voor ons prettig leefbaar blijft. En steeds meer (bijzondere) soorten weten ons te vinden. Maar wat doe je als die natuur ineens wel erg dichtbij komt? De bever komt namelijk steeds meer voor in de groene delen van de stad, vooral Lindenholt.

Dat de bevers er zitten is een erg goed teken. Ze stellen hoge eisen aan hun omgeving en maken ergens niet zomaar hun thuis. Een groot compliment voor ons groen dus. En meestal merken we er weinig van. Bevers zijn rustige dieren die vooral 's nachts actief zijn. Maar dat ze zich hier vestigen is soms wel zichtbaar. Het kan gebeuren dat ze aan bomen langs wegen of paden knagen, of zelfs in je tuin zitten. Dan kan het nodig zijn om in actie te komen, al hoef je niet bang te zijn dat ze in één nacht een boom omknagen. Een boom in je tuin met knaagsporen kun je beschermen door er onderaan gaas omheen te wikkelen. De bever kan er dan niet meer bij. Zorg wel dat het gaas wat dikker draad heeft, dat is beter bestand tegen de sterke tanden van de bever.

Zie je bomen in de openbare ruimte met knaagsporen? Maak dan een melding in de meld-en-herstel-app. Wanneer de boom bij een weg of pad staat kunnen wij dan tijdig actie ondernemen.

Bevers zijn mooie, bijzondere dieren. Bovendien zijn ze landelijk beschermd en erkend als bedreigde diersoort. We mogen trots zijn dat die tegenwoordig in Nijmegen, en dan vooral in Lindenholt, voorkomen. Geniet dus vooral als je er een ziet. Wil je het beheer en de wetenschap een handje helpen? Geef je observaties dan door via waarneming.nl. Dat kan als je een bever hebt gezien, maar ook foto's van sporen zijn zeer welkom.

Tekst: Ingeborg Swart, stadsecologe

EXERCISE BODY & MIND

SPORT EN YOGA CENTRUM

Een **kleine** maar **fijne** sportschool waar **iedereen** welkom is. De tijden zijn perfect voor moeders met schoolgaande kinderen aangezien de lessen om 9.30 uur beginnen. Hele kleintjes mogen altijd meekomen als mama sport!

Belangrijk bij ons is dat iedereen zich **FIT** voelt en **veilig** traint onder **professionele** begeleiding.



Kids boxing



Yoga

Sportzaal Gildekamp

tussen de scholengemeenschap
De Gildekamp 60-18 6545 LX Nijmegen
Bel 024 3787936 voor een kennismaking!!

Openingstijden: elke ochtend van 9.00 tot 11.00 u
en in de avond van 18.00 tot 21.00 u.

Zondag gesloten.

www.exercisebodyandmind.nl

Fysiotherapie

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

Algemene fysiotherapie | Manuele therapie | Kindermanuele therapie
Kinderfysiotherapie | Psychosomatische therapie | Haptonomie
Bekken therapie voor kinderen en volwassenen

- Onze cliënten beoordelen ons als betrouwbaar, vakkundig en transparant
- Kwaliteit staat op nummer 1! Wij werken intensief samen met andere collega's binnen en buiten het gezondheidscentrum
- Groepstrainingen voor kinderen en volwassenen
- Moderne oefenzaal met professionele apparatuur



Horstacker 1644 Nijmegen | 024-3781818
fysio@wgclindholt.nl
www.waclindholt.nl/fysiotherapie



Wijkgezondheidscentrum
Lindholt

NIEUWS van



In de twee jaar van deze rubriek hebben we nog nooit een speler geïnterviewd. Dat werd eens tijd en wie anders dan de Sjaak Swart van SCE zou daarvoor in aanmerking moeten komen of wel Richard Schür.

Richard speelt namelijk sinds zijn zesde voor SCE en doorliep alle elftallen met uitzondering van de A en de B. Tevens speelt Richard al zeventien jaar onafgebroken in het eerste van SCE.

Op zaterdag 8 januari spraken we af te midden van de zoveelste lockdown waarin de competitie (even) is stil gelegd.

Richard (35) woont in Beuningen en is vader van twee zoons van dertien en elf waarvan de jongste bij SCE voetballt. Richard is opgegroeid in Leuvenbroek toen die wijk net werd opgeleverd begin jaren negentig.

'Het klopt dat ik al die jaren bij SCE heb gespeeld. Ben ooit bij de F-jes begonnen en elk jaar stroomden we door met een bepaalde vriendengroep. Toen ik als puber ook zaal voetbalde bij YAKUMO, vroeg die trainer of ik met hem meeding naar de B-amateurs van NEC. Omdat mijn vrienden toen naar de A van SCE gingen en ik niet, vond ik dit een goed moment. Toen die vriendengroep grotendeels naar AWC ging, volgde ik hen en kwam daar in de A. Paul van Cleef heeft er toen voor gezorgd dat we allemaal weer terugkeerden. We speelden in het eerste toen met een mix van ervaren oudgedienden waaronder Bob Heijltjes en veel jongeren zoals Joris Coenders, Patrick Vergeer en Jeffrey Saat. Gelijk dat eerste jaar werden we kampioen en promoveerden we naar de 4^e klasse.'

Trainers

'Ik heb er wel veel mee gemaakt. Misschien dat Frank Koch nog het langste is geweest met drieënhal jaar. Elke trainer heeft natuurlijk zijn eigen stijl en manieren maar uiteindelijk moet men zich ook aan de bestaande groep aanpassen en daarbij aansluiting zoeken. Bovendien is er ook een SCE voetbalcultuur. Dat is toch wel 4-3-3, niet pertinent heilig als je echt geen buitenspelers hebt, maar anders wel. Wat verder opvalt is dat een nieuwe trainer open staat voor spelers uit de eigen kweek. Ook dat hoort bij SCE. Dit jaar hebben heel veel zelf opgeleide spelers in het eerste.'

Clubliefde

'Er zullen best wel eens spelers benaderd worden om elders te gaan voetballen, maar dat is niet in de 3^e of 4^e klasse. Ik ben althans nooit benaderd. Wat je wel vaak ziet is dat spelers loyaal zijn aan een trainer en die weer volgen als hij van club verandert.

Het is toch vooral de sfeer bij een club die bepaalt of je blijft of vertrekt. Ook is het fijn dat alles goed is geregeld bij een club. Wij krijgen bij het eerste prachtige trainingspakken, lichamelijke verzorging en een broodje na de wedstrijd. Dat is heus niet overal zo goed geregeld. Die kleine dingen zijn ook belangrijk.

Voor mij persoonlijk is het fijn dat men mij kent. Als beroepsmilitair moet ik soms wel eens een training missen en ik heb dan waarschijnlijk in al die jaren wat krediet opgebouwd en dat zal bij een andere nieuwe club wat minder zijn. Dat wil niet zeggen dat ik automatisch bij elke nieuwe trainer in de basis sta. Iedereen moet



Rol in het elftal

'Eigenlijk heb ik door de jaren heen op alle posities gespeeld behalve die van keeper. Dit jaar ben ik als linksback begonnen, daarna in de spits en uiteindelijk laatste man. Soms vraagt de situatie er na of de tegenstander. De huidige trainer Theo van Cleef is van de balans dus we moeten flexibel zijn.

Die balans is er dit jaar niet alleen qua voetbal maar ook de aansturing in het veld is goed. Wij als spelers moeten de ideeën van de trainer uitvoeren. Ik ben dan wel aanvoerder maar we hebben een aantal routiniers die het verlengstuk zijn van de trainer. Iedereen weet wat we aan elkaar hebben en er zijn geen vedettes of spelers met malle fratsen. Als iemand even uit de bocht vliegt wordt dat door de groep gecorrigeerd.

We hebben dit jaar een vaste kern van een

man of negen á tien en ook dat is typisch Theo van Cleef. Hij houdt vast aan vaste posities en za blessures zo min mogelijk wisselen.'

Corona

'Het is nu het derde seizoen waar Corona een rol speelt. De eerste keer is de competitie in maart 2020 abrupt gestopt en verleden jaar is er na de kerst al niet meer gevoetbald. Toen stonden we redelijk op een vijfde plek en was dat niet dramatisch, maar nu staan we er heel goed voor. Sowieso merk je al dat er veel jongens zijn buiten SCE die niet meer prestatief willen voetballen. Met name als je over de dertig bent is zo'n seizoen niet prettig. Het vraagt echt iets van je om toch weer die stap te nemen. Ik blijf zelf fit door veel hard te lopen en als beroepsmilitair is het sowieso zaak om fit te blijven en een intern programma te volgen. Ik let altijd wel op mijn conditie ook in de zomerstop.

Wij hebben zeven wedstrijden van de vierentwintig gespeeld en staan er goed voor. Het wordt hoe dan ook een drukke periode want het weekend van Carnaval valt ook al af. Door de weeks in de avond wordt ook lastig. We willen dit seizoen zeker afmaken links om of rechts om. Misschien maakt de KNVB een compromis waar je misschien sommige clubs mee zal benadelen, maar er moet een kampioen komen, er moet een degradant komen.'

Pensioen; Je bent nu vijfendertig jaar en je loopt tegen je pensioen. Hoe lang wil je nog?

'De ambitie om door te gaan is er nog. Ik laat het vooral afhangen wat mijn lichaam aangeeft. Zo lang ik fit blijf en ik nog mee kan op dit niveau, ga ik door. Als dat niet zo is, zie ik dan wel weer. Ik heb ook geen ambitie om als trainer of leider door te gaan. Bij mijn zoontje val ik wel eens in, maar daar blijft het ook bij. Het zou mooi zijn als ik mijn loopbaan nog een keer een kampioenschap kan meemaken. Ik heb er een meegemaakt en een keer een promotie en een keer een degradatie. De concurrenten zijn dit jaar Krayenhof en Angeren, maar we hebben het wel in eigen hand.

Een andere functie bij SCE sluit ik niet uit als ik gestopt ben. Het is ook belangrijk dat spelers van mijn generatie die al hun hele leven bij de club spelen, dat die iets gaan doen. Er moet vers bloed komen bij de vrijwilligers om de oudere garde wat te ontlasten.'

Tekst: Silvano Orvini / Foto: redactie

14, 15 EN 16 MAART GEMEENTERAADSVERKIEZINGEN



Sophie van Lith nr. 4 (kandidaat Lindenholt), woonachtig in De Kamp
Marjolijn Mijling (lijsttrekker)

Lindenholt moet bruisen!

In Lindenholt is het prachtig wonen tussen groen, bij het water en in mooie woningen. Wij zorgen ervoor dat Lindenholt de aandacht krijgt die het verdient en niet wordt vergeten door het stadsbestuur.

Dat doen wij als volgt:

- wij zorgen voor een eigen wijkbudget waarover u als wijk zelf mag beslissen. Zo zorgen we ervoor dat het geld daar wordt besteed waar u het nodig heeft.
- voor de jeugd moet er genoeg te doen zijn. Wij zetten in op sportaccommodaties, een skatepark en speelhallen
- wij stimuleren ondernemers horeca op te zetten in Lindenholt. Dan kunt u samenkomen in eigen wijk en hoeft u niet per se naar het stadscentrum.
- wij zetten ons in voor de juiste voorzieningen op maximaal 10 minuten fietsafstand.



Een stem op het CDA is een stem voor Lindenholt!

ZORG VOOR ELKAAR

Hout stoken zonder overlast

De Gemeente Nijmegen doet ook een duit in zakje...letterlijk.. om klimaat en milieu te verbeteren. Er is een subsidie in het leven geroepen van € 1000 voor iedereen die zijn oude houtkachel verwijdert of vervangt of een katalysator aanschaft.

De pilot hiervoor is in Lindenholt. Het potje bedraagt € 20.000 en er geldt "Op is Op.!"

Voorwaarde om hiervoor in aanmerking te komen is dat men de cursus Hout stoken zonder overlast bijwoont. In ruil daarvoor krijg je een certificaat waarmee je later de subsidie kan aanvragen.

Lindenholt Leeft was op 4 november bij de eerste cursusavond onder leiding van Wijbrand Pauw.

Op de openingsvraag wie zich een goede stoker vond moest ik absoluut oppassen. Ondergetekende stookt al bijna dertig jaar en is niet verder gekomen dan dat hout niet nat moet zijn. Maar er is zo veel meer te winnen. Goed stoken leidt tot een giga reductie van giftige of penetrante gassen waar milieu en burens last van hebben.

Enige makkelijke en goedkope suggesties:

- Gebruik het juiste hout(geen naaldbomen) wel bijvoorbeeld Berk of Es.
- Geen vochtig hout, het hout moet goed gedroogd zijn. Eiken zelfs drie jaar.



- Het hout moet niet te groot zijn.
- Het hout is gekloofd en zonder bast.
- Bewerkt hout gebruiken is een milieu delict.
- Bij het bijvullen net zoveel middelgrote blokken gebruiken als bij het begin. Daarmee moet de kachel zeker een uur kunnen branden. Komt er toch wat rook uit, gooi er een brandende lucifer bij.
- Niet stoken bij windstil of mistig weer.
- Hanteer bij het aansteken van de kachel de Zwitserse methode.
- Laat de kachel vanzelf uitgaan (niet de schuif dichtdoen).
- Eens per jaar de schoorsteenveger laten komen.

Als je dit goed doet dan kan je zelfs met een hele oude kachel milieu vriendelijk stoken.

Bij het aansteken van de kachel gaat het er om dat deze snel een temperatuur heeft van 600 graden. Dat bereik je door middelgrote blokken op de bodem te doen, daarboven op wat kleinere blokken en daarboven aanmaakhout wat je bij de tuincentra koopt. Daartussen gestopt aanmaakblokjes en dan niet die witte of bruine van de supermarkt maar pijnboomkrullen of houtwol.



de Zwitserse methode

Hierdoor ontstaan meteen vlammen zonder rook waardoor de onderste blokken zo warm worden dat hier ook geen gassen vrijkomen. Veel geleerd die avond en zelfs een vochtmeter gekocht. Ons hout had een vochtpercentage van 12 procent en dat is precies goed. Boven de achttien is het al foute boel. Heb ik toch nog wat goed gedaan al die jaren. Nu nog die katalysator laten plaatsen en we kunnen weer stoken zonder dat burens klagen of het milieu naar zijn mallemoer gaat.

Meer tips op www.stookwijzer.nu of www.rivm.nl/stookalert

Tekst en foto's: Silvano Orvini

Wandelen in Lindenholt in tijden van Corona

Mijn vrouw en ik zijn echte wandelaars. Nijmegen en de omgeving leent zich er goed om erop uit te trekken. Nu we door de coronamaatregelen meer aan huis gebonden zijn, zoeken steeds meer mensen de natuur op. Een goed teken. Wandelen is gezond en je komt een beetje vrij van alle dagelijkse besommeringen.

De afgelopen maanden hebben wij steeds meer waardering gekregen voor de eigen omgeving en lopen we er wat vaker uit om een frisse neus te halen.

Wij wonen al meer dan 40 jaar met veel plezier in de Wellenkamp en zien dat we niet de enigen zijn die naar buiten gaan. Meer mensen hebben ontdekt dat we in een prachtige stadsdeel wonen. Ons favoriete rondje is langs het Maas-Waalkanaal voor een oversteek naar Hatert of Neerbosch- Oost en weer terug. De korte route duurt ongeveer 25 minuten, de langere route 45 minuten. Voor degenen die er echt zin in hebben kunnen door naar de Hatertsebrug en dan terug aan de aan de kant, langs de Winckelsteegh.

Er valt altijd wat te zien. Op het kanaal vol-

geladen vrachtschepen, de roeiers van de studentenvereniging Phocas die de kou - en het gevaar trotseren om niet overvaren te worden; hardlopers en sporters die hun conditie op pijn houden op de vele toestellen. De route is een onderdeel van een van de rondjes Lindenholt: "om bewoners aan te zetten om in beweging te komen, maar ook om meer bekend te geven aan de natuur van Lindenholt en de geschiedenis van het dorp Neerbosch."

De route langs het kanaal met veel groen wordt gezien als corridor voor allerlei dieren (vogels, insecten, bijen ed.) en de verspreiding via zaden van planten. Dat het niet alleen om vogels gaat wordt duidelijk als we aan de Neerbosche - Oostkant lopen waar op een eilandje niet ver van de Kinderboerderij 't Boerke bevers een mooie alleenstaande eik ontdekt hebben die door hun geknaag binnen kort het loodje zal leggen, ergens in de buurt hun burcht moeten hebben. Ondertussen hebben bevers ook Lindenholt ontdekt.

De kwaliteit van het water, aangrenzend aan onze achtertuin is over een tiental jaren hard achteruit gegaan. Toen wij er pas woonden



barstten het van de kikkers, die in het voorjaar luid kwakend van hun aanwezigheid blijk gaven. Tegenwoordig... niets. Bijna dood water, waar een enkele meerkoet tracht te overleven en steeds minder eenden te zien zijn die tot voorkort ieder jaar trouw in onze achtertuin een nest jonge In Lindenholt zijn er verschillende routes. Binnenkort is er een nieuwe route beschikbaar ontwikkeld door het IVN op voorstel van de Werkgroep Lindenholt Groen, langs de vele waterpartijen, vijvers en poelen in de wijk.

Ton Jansen, natuurgids IVN /Rijk van Nijmegen.

Jouke Osinga Raadslid **GROENLINKS**



Jouke Osinga is raadslid voor Groen Links in de gemeente Nijmegen. In die functie heeft hij onder andere de stadsdelen Lindenholt en Dukenburg onder zijn hoede. Geboren in Friesland, ('met mijn ouders spreek ik Fries') is 10 jaar geleden in Nijmegen komen wonen en werkt nu in Arnhem.

De redactie was nieuwsgierig naar het raadslid Jouke Osinga en zijn visie over **Lindenholt**. Redactieleden Jan ten Dam en Gerard van Bruggen praten met hem.

Officier van Justitie

Jouke werkt iedere dag als officier van justitie aan een betere en rechtvaardige samenleving. In de rechtszaal ziet hij personen met verward gedrag, mensen met een ernstige verslaving of dak- en thuislozen, die strafbare feiten plegen, maar dat straffen dit niet altijd op lost. In de raadszaal zet hij zich daarom in voor betere voorzieningen deze mensen en voor betere zorg aan de Nijmegenaren in het algemeen. Hij doet nu huiselijk geweld en kindermishandeling.

Dit alles is een pittige uitdaging, altijd met veel emoties waarbij alle beschikbare kennis en ervaring nodig is.

Jouke: 'Vier jaar geleden ben ik in de raad gekomen. Ik merkte dat ik in mijn werk vooral bezig ben met straffen, straf vragen eigenlijk.

Dus ben ik in de raad gestapt en deel ik met drie mede raadsleden Zorg en Welzijn. Daarbij doe ik Dak- en thuislozen, Beschermd wonen en heb ik ook Sport in de

Wanneer ik dan denk dat ik het beter wil en ook veiliger wil maken voor de samenleving, moet ik mij vooral inleven in de wereld achter het vergriep en komt er veel meer bij kijken dan enkel het straffen. Dus ben ik in de raad gestapt en deel ik met drie mede raadsleden Zorg en Welzijn. Daarbij doe ik Dak- en thuislozen, Beschermd wonen en heb ik ook Sport in de

portefeuille. (onze grote hobby in de familie). In deze tijd ben ik net als iedereen ook heel erg bezig met Corona.

Staatsrecht

Mijn achtergrond is staatsrecht; Wat mag een burgemeester en wat voor maatregelen mag hij nemen, kun je de stad op slot zetten op die manier of niet en wat mag allemaal wel en niet in Coronatijd.

Corona heeft een grote impact en ik ben benieuwd hoe dit wordt ervaren in dit stadsdeel. Gemeente en burgers praten vaak langs elkaar heen, ik probeer niet vanuit regels te denken maar vanuit wat kan. Corona heeft onze gemeente creatief gemaakt en ik hoop dat ze dat zo houden. Opeens kunnen er nu allemaal dingen wel die daarvoor onmogelijk waren. Er was meer flexibiliteit; terrassen konden groter en konden langer open blijven en is er een 1 ½ meter loket.'

Hulpverlening

Jouke komt in zijn functie als officier van Justitie veel in aanraking met schrijnende situaties in de rechtszaal. Vooral in de praktische uitvoering van de hulpverlening heeft hij oog voor het gezin en de mensen er omheen die het moeilijk hebben. 'Mensen met verward gedrag, zoals we die tegenwoordig noemen, komen soms in de politiecél omdat niemand weet wat ze er

Iedereen die mij benaderd daar heb ik een gesprek mee. Dat is hoe ik er in zit

mee aan moeten. We zijn het er allemaal over eens dat iemand met een psychisch probleem daar niet thuis hoort. Het zou zo moeten zijn dat deze mensen zodanig worden begeleid dat zij weer voldoende bagage hebben om weer terug te keren in hun straat of wijk, gewoon vanwege het feit dat zij erbij horen.

Zijn de vergriepen ernstig, bijvoorbeeld wanneer er sprake is van brandstichting, dan wordt het al ingewikkelder. Zeker wanneer het gaat om iemand waarbij al verschillende hulpverleners op zijn stukgelopen, dan kan ik met het strafrecht naar een steviger niveau toe. Denk dan aan een forensische kliniek met extra be-

Het is belangrijk om te zorgen dat er goede opvang is voor deze mensen in de wijken. GGZ en Pro Persona spelen daar belangrijke rollen in. Onze voormalige wethouder Bert Frings zat destijds ook bij het landelijke schakelteam en heeft zich hard gemaakt om de kloof tussen veiligheid en zorg echt op te lossen. Want iedereen roept gemakkelijk dat iemand met verward gedrag opgenomen moet worden en dan komt de crisisdienst, maar je moet echt wel zwaar psychotisch zijn wil je opgenomen worden. Alle overige zaken blijven dan gewoon in de wijken en als je er naast woont is dat heel lastig. Zeker vanwege het feit dat we steeds anoniemer kunnen leven in een straat of wijk is het minder vanzelfsprekend om met zo iemand in gesprek te gaan.

Lindenholt

We zitten met 11 Groen Links leden in de raad van totaal 39 en dat is best veel. Om goed voeling te houden met bewoners in de verschillende stadsdelen en wijken gaan we er vaak op uit. Evenementen als Dag van Lindenholt zijn bij uitstek geschikt daarvoor. Ik was daar en zeker voor onze kinderen was die helemaal top! Ook bezoek ik graag de markten in de verschillende wijken. Of dit binnen mijn functie heel zinvol is valt te bezien, je bent echter wel goed zichtbaar en ik spreek de burgers ook actief aan. Ik zie vaak wel de zelfde mensen terug

op de verschillende markten. De uitdaging voor ons blijft altijd om goed voeling te houden met de mensen in de stad en in de verschillende stadsdelen en wijken.

Ik mag daarom ook graag langs gaan bij de sportclubs om te zien hoe het gaat. Ik ben onder de indruk van alle voorzieningen bij SCE en nergens ben ik zo goed ontvangen als daar.'

Afsluiting

'Als bewoner kun je je afvragen in hoeverre je meetelt en je vertegenwoordigd voelt bij de gemeente. Ik voel mij raadslid voor de hele stad, voor iedereen en ik weet dat de gemeente op gebied van ruimtelijke ordening en openbare ruimten veel aandacht heeft voor stadsdelen als Lindenholt en ook Dukenburg. Ik doe mijn best om overal te komen en zoveel mogelijk mensen te spreken. Het zou fantastisch zijn als iemand uit dit stadsdeel in de raad zit maar ik weet zeker dat heel veel leden van de raad serieus betrokken zijn met Dukenburg en Lindenholt.'

Tekst Gerard van Bruggen/ Jan ten Dam

Foto: Jouke Osinga

SLUIMEREND BEWUSTZIJN

Soms duurt het dagen, weken, maanden of zelfs jaren, voordat we iets opeens helder krijgen. Pas dan zijn we ons ervan bewust. Vóóraf zijn we sluimerend: we kunnen of we willen het nog niet weten. We begrijpen het nog niet of weten niet wat we ermee moeten. Zo is het ook gegaan met het erkennen van de stikstof- en klimaatcrisis. Al 40 jaar sluimert de mensheid in kennis hierover. Nu komt langzaam de bewustwording.

De huidige stikstofcrisis komt niet zomaar uit de lucht vallen. De kern daarvan was 40 jaar geleden al bekend. Dat blijkt wel uit het voorbeeld in de volgende paragraaf.

Ons leefmilieu

Al in een toespraak in 1982 (De Natuurgids; 1982; editie 6; blz. 234) komt de kern van de stikstofproblematiek aan de orde: "We leven tegenwoordig in een tijd, die door velen in velerlei opzichten als een kritieke fase in ons mensenbestaan wordt ervaren. Een kritieke fase zeer zeker ook voor ons leefmilieu. Wij worden in toenemende mate, ook bij ons IVN-werk binnen het district en binnen de het werkgebied van de plaatselijke afdelingen, geconfronteerd met grote wereldomvattende problemen als:

- de zure regen, die een onvoorstelbare bedreiging van ons bosareaal inhoudt
- de onoverzienbare gevolgen van dumpingen in de oceanen
- de vervuiling van onze dampkring (toename koolzuurgehalte, gebruik van drijfgassen uit spuitbussen)
- de bedreiging van onze ecosystemen door het ondoordacht en genadeloos neermaaien van de tropische regenwouden, de enorme ingrepen in de natuur van ongerepte gebieden in Siberië, Canada etc..

Problemen, waarbij onze eigen inspanningen voor het behoud van een zeldzame plantensoort of het behoud van een stukje bos of een holle weg maar kinderspel lijken te zijn. Ik zeg met nadruk: lijken. Want als ergens opgaat: 'wie het kleine niet eert, is het grote niet weerd', dan is het wel bij de natuur- en milieubeschermingseducatie. Hierbij is het werk aan de basis uitermate belangrijk. Daar wordt de kiem gelegd voor een meer positieve instelling van de mensen t.o.v. de natuur."

Tijdgebonden reacties

Bovenstaande tekst verwoordt onze huidige stikstof- en dus ook klimaatcrisis. De spreker gebruikt alleen andere woorden en voorbeelden, dan die wij tegenwoordig gewend zijn. Dat

laat ook zien dat in 1982 de kennis en wetenschap hierover, nog lang niet zo ver zijn als in onze tijd. In 1982 horen mensen wel al de klok luiden, maar waar de klepel hangt?

Met de kennis en wetenschap van toen, is men niet gaan stilzitten. Met veel technische aanpassingen zijn de problemen aangepakt. Zo zijn de loodvrije brandstoffen, katalysator en roetfilters gekomen. Op grote schaal zijn kolen vervangen door olie en gas. Lozingen in de oppervlaktewateren zijn beperkt of verboden. Waterzuiveringsinstallaties maken de rivieren schoon. Mestgebruik op het boerenland zijn aan regels gebonden. Zo pakt het verleden zijn problemen aan met de kennis van dat moment.

Wij doen niet anders. Wij weten dat de wereld bedolven is onder plastics, die de natuur niet meer kan afbreken. Waterleven, planten en dieren – inclusief mensen - worden er ziek van of gaan eraan dood.

Daarom dus het streven naar een wereldwijd plasticverbod en de zoektocht naar vervangers daarvoor. Ook voor de fossiele brandstoffen zijn we wereldwijd op zoek naar vervangers. Maar redden we ons, met al die technische aanpassingen, uit de klimaatcrisis? Of moeten we in 2050 concluderen dat we in 2021 de klok wel hebben horen luiden, maar de klepel nog niet gevonden hadden.

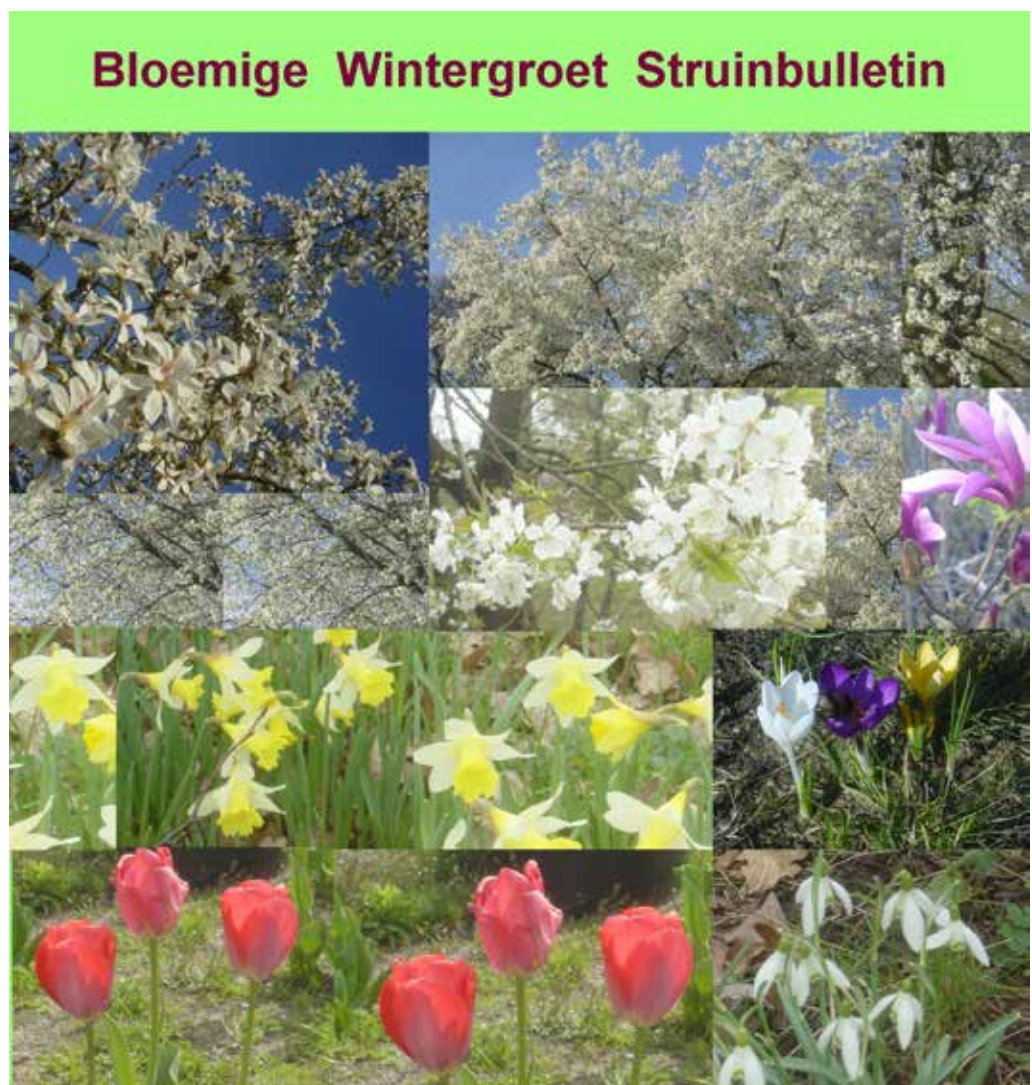
Reageren

Wil je iets vragen of een boodschap doorgeven? Dat kan op struinbulletin@outlook.com

Opwarmertje in de winter

Voor wat extra warmte in deze winter zorgen de fleurige kleuren van de fotocollage. Wat een bloemenpracht!

Tekst en foto's: Frans Sijben





St Agnetenweg krijgt nieuwe eigenaar



Al meer dan 15 jaar zijn Marion en Ronald het vertrouwde gezicht van De Spar aan de St Agnetenweg in Lindenholt.

Het echtpaar was al meer dan twee jaar aan het nadenken over hun toekomst en al lang was het duidelijk dat er behoefte was aan een nieuwe uitdaging en een andere invulling van hun leven. Desgevraagd laat Ronald duidelijk weten dat zij met heel veel voldoening en positieve gevoelens terug kijken op de afgelopen periode.

Ronald: 'Het is altijd hard werken geweest, dat wel, maar het was vooral de gezelligheid met de vaste klanten uit de wijk en vooral ook het team van trouwe medewerkers door de jaren heen, dat ons alle energie gaf om door te gaan. Het voelde voor ons vaak als een soort verlengde woonkamer samen met onze medewerkers en vast klanten. Maar op een gegeven moment moet je doorpakken en toen bleek dat een van onze trouwste medewerkers, Nick Balm, belangstelling toonde om het filiaalhouderschap over te nemen, konden we een definitief besluit nemen en zijn we op 19 maart voor het laatst als eigenaar franchisenemer in de Sparwinkel.

Marion is al begonnen aan een rechtenstudie aan de HAN en Ronald gaat zijn belangstelling voor auto's wellicht omzetten in iets bedrijfsmatigs, wat precies kan hij nog niet zeggen.

Nick Balm is 35 jaar, werkt al 4 jaar in deze vestiging en heeft daarvoor al heel wat 'draaiuren' gemaakt in overige Spar vestigingen. Hij is bekend met de klappen van de zweep zo te zeggen.

Nick: 'Er zullen geen wijzigingen komen in de personeelsbezetting en behalve bij de inrichting van de winkel zal alles hetzelfde blijven. Ik voorzie wel wat aanpassingen in het assortiment. Uiteraard zullen alle vertrouwde producten in het schap te vinden blijven maar er zal wel meer ingespeeld worden in Foodservice'. Bijvoorbeeld vers bereide salades, belegde pizza's en broodjes. Alles voor het dagelijks gemak voor onze klanten, op elk moment van de dag.



Een soort Spar nieuwe stijl!

Ronald en Marion laten weten dat zij met ontzettend veel plezier en ook dankbaarheid naar al hun trouwe medewerkers en vast klanten terugkijken op de afgelopen periode en wensen Nick alle succes in de toekomst.

Tekst: Wendy Vergeer en Gerard van Bruggen
Foto's: Wendy Vergeer

Duran Tekerlek



Plezier!

Wat is nou leuker dan buiten voetballen met je vriendjes en vriendinnetjes? Of het nou regent, sneeuwt of juist heel warm is, voetbal is altijd leuk! Probeer daarom ook zo veel mogelijk plezier in het voetballen te hebben.

Als je iets met plezier doet, kost het je namelijk weinig energie. Denk maar bijv. aan het fietsen naar het strand op een mooie warme dag. Omdat je iets leuks gaat doen, denk je niet eens aan de fietstocht en ben je er zo. Als je dezelfde afstand moet fietsen naar school in de winter, dan duurt het opeens best lang!

Hier wat tips die je kunnen helpen:

Als kind kun je denken dat profvoetballer zijn het enige leuke beroep is, maar dit klopt niet. Probeer te ontdekken wat je nog meer leuk vindt. Voor de ouders die meelezen: zorg dat een kind keuzes heeft, praat met ze over de voor- en nadelen van prof worden en laat het los.

Bij elke sport hoort nou eenmaal tegenslagen. Dit kan zijn dat je heel lang geblesseerd bent, vaak wissel staat of dat je veel wedstrijden achter elkaar verliest. Probeer een manier te vinden om er mee om te gaan.

Zorg dat je op een niveau speelt dat bij je past. Als je met kinderen voetbalt die veel slechter zijn dan jij bent, dan is er een grote kans dat je je gaat 'vervelen'. Je hebt uitdaging nodig want dat zorgt ervoor dat je beter wilt worden.



Aangereden in Winkelcentrum!!

Maandag 13 december: even een boodschap doen in WC Dukenburg, dat had ik tenminste gedacht. Echter, de smalle doorgang tussen Jamin en 'Lunchroom Bij Jan' passerend werd ik tegen de grond gereden door iemand met een scootmobiel. Veel mensen schoten te hulp, hielpen me overeind, brachten een stoel en water, en na een half uurtje zitten dacht ik wel terug naar beneden en naar de auto te kunnen. Maar dat viel tegen: onder aan de trap kon ik met geen mogelijkheid verder lopen.

Kortom: weer een half uur later was er de ambulance, die me naar de SEH in Canisius bracht en rond zeven uur 's avonds was er een plaats voor me vrij in het Herstelcentrum in Groesbeek, waaruit ik na drie weken revalidatie weer naar huis mocht. Die revalidatie is trouwens ook thuis nog nodig.



Waarom vertel ik dit? Op de eerste plaats om de anonieme mensen te bedanken die me geholpen hebben en met name de man en de vrouw die bij me zijn gebleven tot de ambulance er was.

Maar ook om aandacht te vragen voor de veiligheid van de voetgangers in het winkelcentrum; dat is immers VOETGANGERSgebied!? Dat minder mobiele mensen ook de kans krijgen om te winkelen met behulp van een scootmobiel is volkomen terecht, maar pas alstublieft uw snelheid aan aan die van voetgangers.

En winkelcentrum: graag toezicht en handhaven!

Wim Rigters

Tennisvereniging Lindenholt (TVL) is al meer dan 40 jaar een ijkpunt in onze wijk

De vereniging heeft meer dan 400 leden en het afgelopen jaar is onze vereniging flink gegroeid, met name is de aanwas onder de jeugdleden opvallend. Onze trainer Lody heeft zijn jeugd trainingsprogramma dan ook flink moeten uitbreiden.



Om voor onze nieuwe jeugdleden ook in de toekomst attractief te blijven, zoeken wij een:

extra bestuurslid,

die zich met name met deze jeugdige groep bezighoudt. Iemand die voor deze groep activiteiten organiseert zoals bijvoorbeeld een jeugdtoernooi, een feestmiddag of samen met de trainer specifieke "tennis-spelletjes", en natuurlijk eigen ideeën.

Wij zouden dus heel graag met iemand uit de wijk in contact komen die het voortouw wil nemen om dit soort activiteiten te initiëren, hierbij krijgt deze persoon natuurlijk ondersteuning van het bestuur. Daarnaast zijn er ook altijd leden die gedurende deze activiteiten willen helpen.



Wil jij je voor onze club inzetten?

Vanzelfsprekend realiseren wij ons dat je meer informatie wil hebben om een beslissing te nemen, vandaar dat geïnteresseerden contact kunnen opnemen met Petra Aalders: secretaris@tvlindenholt.nl.

(H)eerlijk fruit, direct van de teler bij jou thuis

www.yibba.nl

Komt u ook op de koffie?

M.O.C. biedt in Lindenholt
maandag, woensdag en vrijdag

DAGBESTEDING

We starten om 10.00 uur met koffie of thee. Daarna lezen we samen de krant of doen we gezellig een spelletje. Ook is er alle tijd voor een goed gesprek. Tijdens de middag eten we samen een gezonde maaltijd. De koffie, thee en het middageten is gratis.

Heeft u interesse, neem dan contact met ons op of loop eens binnen voor een kennismaking en meer informatie.

Email: info@thuiszorgmoc.nl

De Kampenaar

Zwanenstraat 1a 6545 AX

Nijmegen

024-6756760 / Info: www.thuiszorgmoc.nl



Fysiotherapie houdt u in beweging!



024-3780991

Ook 's avonds geopend

Fysiotherapie Lindenholt – Ruikes & de Muijnck

- **Ouderen zorg**, geriatrie fysiotherapie & valpreventie
- **Psychische en lichamelijke zorg**, psychosomatische therapie & mindfulness
- **Schouderzorg**, schouder gespecialiseerde fysiotherapie
- **Chronische zorg**, onder meer Parkinson, CVA en MS
- **Long zorg**, COPD en Coronarevalidatie



Algemene fysiotherapie – Manuele therapie –
Psychosomatische therapie – Geriatrie fysiotherapie –
Oedeemfysiotherapie – Oncologische revalidatie

Alle therapeuten zijn BIG geregistreerd en opgenomen
in het centraal kwaliteitsregister voor fysiotherapeuten

Locatie Lindenholt
Medisch Centrum Onder de Linde
St. Agnetenweg 75
024-3780991

**Fysiotherapie Lindenholt
Ruikes & de Muijnck**
www.fysiotherapielindholt.nl
fysiotherapie@mc-onderdelinde.nl

Locatie Neerbosch-Oost
Woonzorgcentrum de Honinghoeve
Fanfarestraat 77
024-3780991 of 024-3711433

Een trots, vrij én sociaal Lindenholt

WIJ FIXEN HET



Gemeenteraadsverkiezingen 2022 Nijmegen

In het kader van deze verkiezingen heeft de redactie alle fracties van de gemeenteraad Nijmegen gevraagd om te reageren op een twaalfstal stellingen/vragen. Deze hebben allemaal concreet te maken met leven en welzijn in Lindenholt op korte en ook op langer termijn. Helaas, lang niet alle fracties hebben op tijd hierop geantwoord. **Wilt u weten hoe ook die andere fracties hebben gereageerd? Kijk dan op www.lindenholtleeft.nl, voor aanvullende informatie.**

Op de volgende pagina's een overzicht van een aantal reacties hierop. De redactie hoopt hiermee, voor u als bewoner, bij de komende verkiezingen behulpzaam te zijn bij het maken van uw definitieve keuze voor de komende vier jaar.

Het gaat om de vraag: **Wat is het partijstandpunt en wat mogen de bewoners concreet verwachten van uw partij ten aanzien van onderstaande punten/stellingen?**

- Burgerparticipatie** staat onvoldoende op de agenda van de verschillende politieke partijen.
- Lindenholt vergrijsd en is onvoldoende ingericht om ouderen een **passende woonomgeving** te bieden, onvoldoende goede seniorenwoningen waardoor de doorstroming stagneert.
- Lindenholt heeft geen centrum voor bewoners waar **24-uurs opvang**, **dagopvang** en zorg wordt geleverd.
- Er zijn veel **speelplaatsen voor kinderen tot een jaar of 10**. De jeugd ouder dan 10 jaar vraagt om meer activiteiten en faciliteiten in Lindenholt.
- Mensen met psychische problemen** die in dit stadsdeel wonen krijgen onvoldoende begeleiding en zorgen daardoor niet zelden voor overlast.
- Voor de leefbaarheid in dit stadsdeel is het wenselijk voor **(markt)ondernemers** een stimulerend beleid te voeren om leegstand te voorkomen en aanbod op de markten te vergroten.
- Diverse wijken in Lindenholt hebben een slechte bereikbaarheid met het **openbaar vervoer**. Vooral ouderen en hulpbehoevenden zijn hier van de dupe.
- Bij de kruising van IJpenbroekweg en de Neerboscheweg is een **groot parkeerterrein** aangelegd om mensen te simuleren met OV naar het centrum te gaan. Dit parkeerterrein wordt nauwelijks gebruikt.
- De diverse wijken **verloederen door slecht onderhoud** aan tuinafscheidingen, brandgangen, afval in de tuinen en gebouwen die leeg staan. Onderhoudsverplichtingen voor de eigenaren.
- Nijmegen is voornemens enkel op de brievenbussen met een **ja-ja sticker** ongeadresseerde poststukken en de huis-aan-huis bladen (wijkblad) toe te staan.
- Bureau Toezicht** is te weinig zichtbaar en er wordt onvoldoende gehandhaafd.
- Wat zijn volgens u, buiten het bovenstaande, **nog meer onderwerpen in Lindenholt** waarvoor uw partij zich de komende jaren zal gaan inzetten?



vragen		
Burgerparticipatie	Het CDA wil als enige partij ervoor zorgen dat wijkbewoners zelf direct mogen beslissen over wat er in hun wijk gebeurt met een eigen wijkbudget. Daarnaast heeft het CDA een heel verkiezingsprogramma om inwonerparticipatie weer echt serieus te nemen en te vergroten.	Te vaak betekent participatie bijpraten over plannen. Het moet zijn voor bewoners om creatieve ideeën te bedenken en te delen, maar beter van.
passende woonomgeving	Lindenholt heeft veel kansen om senioren een goede doorstroming te bieden, maar helaas wordt hier nog te weinig ruimte voor gemaakt door het huidige College. Het CDA wil samen met woningcorporaties naar een passende oplossing zoeken. We willen wel waarborgen dat ouderen ook in de eigen wijk kunnen blijven wonen wanneer ze dat graag willen.	Stadspartij Nijmegen geeft bij bouwen van woningen prioriteit aan de behoefte aan zeer comfortabele huisvesting. Zoals om je burens te ontmoeten. Ook het 60+ label voor senioren wonen, is het makkelijker om zorgvoorzieningen te krijgen.
24-uurs opvang, dagopvang	In Nijmegen is Iriszorg hiervoor verantwoordelijk. Er staat een nieuwbouw op planning waarmee we zowel mensen in Nijmegen als ook die uit onze buurgemeenten kunnen opvangen. De capaciteit die berekend is zou voldoende moeten zijn.	Door vergrijzing en toenemende inkomensongelijkheid worden de behoeften groot. De gemeente weet dat al jarenlang. Stadspartij Nijmegen wil hier direct na de verkiezingen aan werken.
speelplaatsen voor kinderen tot een jaar of 10	In ons verkiezingsprogramma benoemen wij precies dit probleem. Vaak zien we dat jongeren zich gaan vervelen en dat kan voor vervelend gedrag zorgen. In Lindenholt zouden wat ons betreft meer skateparkjes, sporttoestellen mogen komen en bijvoorbeeld een activiteitscentrum. Het CDA zorgt ervoor dat in alle wijken voldoende activiteiten zijn voor jeugd van alle leeftijden.	Iedere wijk in Lindenholt moet iedereen van jong tot oud iets te bieden hebben. We willen investeren in beweegroutes- en pleintjes en daar ook watertappunten bij. Ook vinden we dat er meer speeltuinen moeten komen voor jongeren tussen 15 en 18 jaar.
Mensen met psychische problemen	We willen mensen graag opvangen in de eigen wijk, omdat dit het genezingsproces ten goede komt en (tijdelijk) uit huis verblijven voor veel extra stress kan zorgen. Bij overlast dienen we echter in samenspraak met zorgbegeleiding te kijken wat we hieraan kunnen doen. Overige wijkbewoners mogen geen aanhoudende hinder ervaren.	De gemeente doet veel maar nog niet genoeg deels door gebrek aan kennis en ervaring, bijvoorbeeld door beter te luisteren naar signalen van bewoners en meer aandacht, zodat we mensen eerder naar zorg kunnen verwijzen.
(markt)ondernemers	Het CDA wil dat kleine bedrijven makkelijker een leegstaand pand kunnen betrekken. Daar moeten de beleidsregels eenvoudiger voor worden gemaakt.	Er moet meer aandacht zijn voor behoud van winkels en kleine bedrijven. Het is belangrijk om kooplieden te werven zodat ook de wijkmarkt van Lindenholt blijft bestaan.
openbaar vervoer	De gemeente moet actief met de provincie in gesprek (die gaan over buslijnen) om te kijken naar een goed netwerk van buslijnen over de gehele stad en dus ook Lindenholt.	Het busnetwerk in Nijmegen moet veel beter, voor iedereen bereikbaar en gratis worden.
groot parkeerterrein	P+R locatie West is exact een voorbeeld van hoe je geen P+R locatie moet inrichten. Wat ons betreft wordt dit terrein gebruikt voor andere doeleinden, bijvoorbeeld voor een nieuwe speelhal voor jongeren (zie vraag 4.)	De linkse coalitie heeft jarenlang flink ingezet op het creëren van een nieuw park. Wij vinden dat sociaal. Niet iedereen heeft de tijd om te wandelen en werken zijn nutteloos.
verloederen door slecht onderhoud	Het CDA zorgt ervoor dat grofvuil vaker opgehaald wordt. Door de afvalcoaches van DAR structureel in te zetten en bij veel overlast de mogelijkheid te bieden vuilniszakken te controleren, kunnen we mensen aanspreken op hun verantwoordelijkheid.	Wij zijn geen voorstander van onderhoudsverplichtingen voor particulieren. Het is aan de gemeente om te zorgen dat er voldoende middelen zijn voor het onderhoud van de openbare ruimte.
ja-ja sticker	Veel mensen gooien reclame ongelezen weg. Met de ja-ja sticker wordt onnodig verspreiden van reclame voorkomen en neemt de hoeveelheid papier die we verbruiken af. Voor wie wel reclame wil ontvangen bestaat de mogelijkheid dit alsnog aan te geven door die ja-ja sticker.	We vinden het invoeren van een ja-ja-sticker onzinnig. Het is aan de afzender van de reclame te denken aan de afvalvervuiling die het met zich meebrengt. Moeten ineens ook een sticker gaan halen?
Bureau Toezicht	In ons verkiezingsprogramma maken wij ook de keuze om meer te handhaven en daar willen we geld voor vrijmaken, want regelgeving is zinloos zonder handhaving. Het CDA breidt bureau toezicht uit, zodat BOA's vaker zichtbaar kunnen zijn ook en misschien wel vooral buiten het stadscentrum waar nu de focus op ligt.	Stadspartij Nijmegen wil het aantal toezichthouders in de wijk vergroten. Stadspartij Nijmegen wil ook dat de gemeente veel meer signalen over overlast tijdig op te vangen.
Meer onderwerpen in Lindenholt	Naast inwonerparticipatie en zorgen voor voldoende horeca en bedrijven in Lindenholt willen wij ook ontmoetingsplekken als verenigingsgebouwen, wijkcentra, scholen en sportfaciliteiten beschermen. Deze moeten behouden blijven om inwoners van Lindenholt met elkaar in contact te brengen. Als het aan ons ligt stimuleert en faciliteert de gemeente deze activiteiten van inwoners.	Stadspartij Nijmegen vindt het zonde dat de fontein in Lindenholt niet meer wordt onderhouden. Het groene en dorps karakter van de wijken in Lindenholt moet behouden blijven. Het is belangrijk om de wijk voor ontmoeting. Winkelhartjes moeten we levendig houden met buurtthoreca en buurthuis kamers met activiteiten voor bewoners.

	
en die al klaar zijn. Stadspartij Nijmegen vindt dat er meer ruimte en, juist in een vroeg stadium van plannen. Daar worden plannen	Participatie is de kern van een levende en levendige samenleving. Een belangrijke voorwaarde voor participatie is wederzijds vertrouwen. Dit vraagt om een duurzame relatie tussen inwoners en gemeentebestuur, zodat zij zich gezamenlijk inzetten om beleidsopgaven tot een goed einde te brengen.
en de hoogste prioriteit aan seniorenwoningen. Senioren hebben wonen in hofjes, waar je voorzieningen kunt delen en er ruimte is huurwoningen moet weer terugkeren. Want als ouderen bij elkaar woningen met elkaar te delen.	Gezien de toenemende vergrijzing is er grote behoefte aan extra zorgwoningen. Wij vinden dan ook dat de gemeente verplicht moet worden om als zoekpartner te fungeren en ondersteuning te bieden daar waar het mogelijk is.
heid is juist in Lindenholt de noodzaak voor meer van deze voor- g had 4 jaar geleden al moeten beginnen met een inhaalslag. gen graag mee aan de slag.	Gezien de toenemende vergrijzing is er grote behoefte aan extra zorgwoningen. Wij vinden dan ook dat de gemeente verplicht moet worden om als zoekpartner te fungeren en ondersteuning te bieden daar waar het mogelijk is
ot oud uitnodigen om te bewegen en te spelen. Stadspartij Nijme- n meer speelplekken. Om ze extra comfortabel te maken komen veel meer wijkeactiviteiten georganiseerd moeten worden voor	Is natuurlijk iets wat prima als initiatief vanuit de wijk kan worden aangedragen. Wij zullen dit gaan ondersteunen want de wijsheid ligt immers op straat.
e mensen te helpen. Er moet meer aandacht uitgaan naar preven- en van burens. Hardnekkige overlast door deze doelgroep verdient g kunnen begeleiden.	We zijn voor 1 loket WMO en dat vandaar uit de regie moet worden genomen door de instanties die er ook voor moeten zorgen dat deze mensen in beeld zijn bij de juiste instanties waardoor er toezicht is en de overlast zal worden geminimaliseerd
els in de wijken. De gemeente moet meer doen om nieuwe markt- Lindenholt behouden blijft.	Wij willen dat de gemeente een voortrekkersrol neemt als het gaat om leegstand. Als een pand leeg staat moet er zsm een bestemming aan gegeven worden. Dat geldt zowel voor woningen als voor bedrijfspanden. De gemeente moet hierin een voorbeeld zijn en maatwerk leveren
al in Lindenholt. Wij willen dat de OV-pas voor onze ouderen weer	Het openbaar busvervoer wordt nu georganiseerd door de provincie. Zij bepaalt waar en wanneer er bussen door onze stad rijden. Dat leidt al jaren tot problemen. GewoonNijmegen.Nu wil dat de gemeente voortaan weer over haar eigen openbaar bus vervoer gaat.
et verdringen van auto's uit de stad en vooral ingezet op de fiets. of de conditie om alles op de fiets te doen. Transferia die niet	Misschien is het wel een goed idee om daar iets te gaan doen voor de jeugd van 10 jaar en ouder uit vraag 4.
ingen. Stadspartij Nijmegen zegt: eerst meer toezichthouders, dan	Ik weet niet of we daar echt iets aan kunnen doen. Lijkt me vooral iets voor de coöperaties. Maar wat betreft leegstaande panden is de bewoningsplicht misschien iets om te noemen. Hoewel dat natuurlijk niet geldt voor leegstaande panden van bijvoorbeeld Talis.
inig. Het huidige systeem werkt prima. Mensen die nu geen sticker n.	Wij zijn tegen de invoering van de ja-ja sticker maar een meerderheid van de raad heeft dit al lang geleden aangenomen. Dat besluit is genomen en valt niks meer aan te doen.
s verdubbelen. Die moeten dan 24 uur per dag bereikbaar zijn. meer aandacht heeft voor buurtgroepen op Nextdoor, om zo	Wat GewoonNijmegen.Nu betreft is handhaving een voorwaarde om een maatregel door te kunnen voeren. Veiligheid is een essentieel onderdeel van een fijne stad om in te wonen. De keuzes die GewoonNijmegen.Nu wil maken zijn dan ook logisch en sluiten aan bij hetgeen er de afgelopen jaren als is aangekaart door de partij op het bestaande beleid.
n op het Takenhofplein meestal kapot is. Liever maken we daar een Lindenholt moet verder versterkt worden. Er moet meer ruimte zijn g houden. In Lindenholt moeten we ruimte gaan maken voor meer oor jong en oud.	Lindenholt is voor ons meer dan "die wijk aan de andere kant van het kanaal" zoals dat nu misschien wel terecht wordt gevoeld door de Nijmegenaren die aan die "andere kant van het kanaal" wonen. Wij staan voor Lindenholt en Dukenburg zoals voor alle andere wijken.

vragen	 PvdA	 SP
Burgerparticipatie	Bij de PvdA staat de participatie van inwoners voorop. Wij spreken met bewonersgroepen, wijkraden, wijkteams, jongeren en houden straatinterviews om meningen te verzamelen en mee te nemen in onze afwegingen. Dit doen wij actief, en zullen we blijven doen. We willen ook graag met de stad kijken hoe we de participatieprocessen bij bestemmingsplannen beter inhoud kunnen geven. Daar zijn nieuwe methoden voor nodig. Participatie zal voor een nieuw stadsbestuur een speerpunt voor de komende periode moeten worden. <u>De inwoner centraal, daar gaan we voor.</u>	Bewoners moeten veel meer dan nu kunnen meepraten, meedenken en meebeslissen over zaken die hun woonomgeving aangaan. Er moet meer geld naar de wijken, en bewoners bepalen zelf de besteding van dit geld. Elke wijk heeft een duidelijk aanspreekpunt van de gemeente voor wijkbewoners.
Passende woonomgeving	De PvdA wil de komende jaren fors investeren in Lindenholt. Een goede doorstroming is daarvoor een belangrijk middel. Wij hebben geregeld dat er doorstroommakelaars komen die ouderen helpen om door te kunnen stromen als zij dit willen naar een passende betaalbare levensloopbestendige woning. We willen dat inwoners in hun eigen wijk oud kunnen worden. Dat betekent passende woningbouw in de wijk, <u>ouderenwoningen dichtbij winkelcentra en bushaltes.</u>	Ouderen krijgen voorrang om in hun eigen wijk te blijven wonen en kunnen verhuizen naar een kleinere woning zonder huurverhoging. Voormalige seniorencomplexen krijgen weer het label seniorenwoning als bewoners hierom vragen.
24-uurs opvang, dagopvang	We onderzoeken of er in Nijmegen een plek kan komen voor kwetsbare mensen die op adem willen komen, een luisterend oor zoeken of afleiding zoeken. Hulpverleners en ervaringsdeskundigen kunnen er daar 24 uur per dag voor deze mensen zijn. Dat kan ook in Lindenholt zijn maar ook hiervoor geldt dat we <u>dat altijd eerst samen met de buurt onderzoeken.</u>	Onze ouderen verdienen een waardige oude dag en we bieden hen daarom de keuze: goede zorg thuis of een fijne plek in een kleinschalig zorgbuurthuis. Dat is een kleinschalige woonzorgvoorziening.
Speelplaatsen voor kinderen tot een jaar of 10	De wens van de jongeren is voor de PvdA leidend. We gaan actief in gesprek met jongeren uit Lindenholt onder andere in de vorm van een Jongerenraad. Realistische en betaalbare voorstellen worden meteen door ons opgepakt. Dus ook meer activiteiten en faciliteiten voor jongeren ouder dan tien jaar.	In alle wijken wil de SP voldoende speeltuintjes, trap- en basketbalvelden, skatebaantjes, fitnessstoestellen en beweegparcoursen. Zeker voor jongeren moeten er meer voorzieningen komen. Wensen van de wijk moet de gemeente uitvoeren.
Mensen met psychische problemen	De PvdA vindt dat mensen met psychische problemen de begeleiding moeten krijgen die ze nodig hebben. Kijk bijvoorbeeld naar een plek als De Paladijn in West waar mensen met psychiatrische problemen, dementie, lichamelijk of verstandelijke beperkingen hulp en ondersteuning krijgen. Ook moeten de buurtteams hun werk goed kunnen doen.	De begeleiding van GGZ-bewoners moet echt beter, en de verantwoordelijke zorginstellingen dienen daarop aangesproken te worden. Verder moet er een meer evenwichtige spreiding over de stad komen van begeleid wonen.
(Markt)ondernemers	We hebben gemerkt dat in delen van de stad steeds meer voorzieningen verdwijnen. Daarom investeert de PvdA echt in onze wijken en zorgt voor een goed voorzieningenniveau. Zo willen wij dat er een investeringsfonds voor praktisch geschoolde, startende ondernemers, komt. Ook horeca en winkelaanbod verdienen een plek. Dat stimuleert ondernemers, vergroot het aanbod en voorkomt leegstand.	Er moet meer aandacht komen voor wijkmarkten. Ondernemers die op wijkmarkten staan verdienen wat de SP betreft een standplaats op de centrummarkt.
Openbaar vervoer	De PvdA is het hiermee eens en vindt dit schandalig. We moeten juist zorgen dat de diverse wijken goed bereikbaar zijn met de bus. Daarom willen we meer en betere busverbindingen om Lindenholt en Dukenburg meer bij het centrum te betrekken. Dat doen we door onder andere nieuwe vormen van betaalbaar OV in te voeren. Een gratis buslijn en voordeel in daluren bij bestaande lijnen.	De SP verzet zich al jaren tegen het snijden in buslijnen, ook in Lindenholt. Op initiatief van de SP is de gratis bus voor 65+ ingevoerd en inmiddels is die uitgebreid naar minima. De SP lanceert nu voor iedereen vrij reizen met de bus voor 1 euro per week.
Groot parkeerterrein	De PvdA is op de hoogte van het slechte gebruik van het transferium. Daarom willen we inzetten op aantrekkelijke overstapplaatsen bij invalswegen waardoor er goede busverbindingen komen naar centrale locaties als het centrum, het ziekenhuis en de universiteit. De gemeente moet het gebruik hiervan actief stimuleren.	Een P+R terrein dat nauwelijks wordt gebruikt kan beter een wijkfunctie krijgen. Daarom moet de gemeente samen met de buurt een plan maken voor een betere invulling van dit gebied
Verloederen door slecht onderhoud	Dukenburg en Lindenholt hebben te lang, te weinig aandacht gehad. De PvdA wil extra stappen zetten in deze stadsdelen. Aandacht voor onderhoud en uiterlijk van ons mooie groene stadsdeel. Met een goede en duurzame inrichting van de openbare ruimte, met goed onderhouden groen, schone straten en pleinen. Leegstand gaan we tegen om wijken leefbaar te houden.	Verloederen moet aangepakt worden, om te beginnen door als gemeente de openbare ruimte goed te onderhouden. Met extra buurtconciërges en wijktoezichthouders spreken we eigenaren en bewoners aan en helpen zo de verloederen aan te pakken.
JA-JA sticker	De PvdA heeft zich sterk gemaakt voor invoering van de ja-ja sticker. Zonder een sticker mag er geen ongeadresseerd drukwerk in de brievenbus worden gestopt. Het is aan elke bewoner zelf of hij wel of geen sticker op zijn brievenbus wil. Nijmegen wil juist voor huis-aan-huisbladen een uitzondering maken zodat iedereen die dat wil, ze kan blijven ontvangen.	Verspilling van papier en bergen reclamefolders tegengaan is goed. Er moet een uitzondering komen voor wijkbladen, reclame van kleine winkeliers in de buurt en niet commerciële informatie. Daar is nu onvoldoende over nagedacht.
Bureau Toezicht	Ieder mens moet zich veilig voelen in zijn of haar buurt. We zetten in op preventie om overlast en problemen te voorkomen. Dit doen we samen met de bewoners, zij weten vaak het beste wat er speelt in hun wijk, en verantwoordelijke instanties. Hierdoor kunnen we problemen snel signaleren, en tijdig en preventief ingrijpen. Professionals moeten betere middelen krijgen om te handhaven. En inwoners moeten weten waar ze met hun klachten terecht kunnen.	De SP wil in Nijmegen 100 extra wijktoezichthouders en buurtconciërges aanstellen om overlast aan te pakken en extra toezicht te houden waar dat nodig is.
Meer onderwerpen in Lindenholt	De stem van de inwoner moet centraal staan, altijd. Willen we meer bedrijvigheid? Dan gaan we samen op zoek naar een locatie voor bijvoorbeeld een nieuw restaurant of winkel. Willen jongeren een eigen plek? Dan bekijken we samen de mogelijkheden. Zodat Lindenholt dat groene en krachtige stadsdeel blijft, voor iedereen	In elke wijk is er minstens een (wijk)accommodatie beschikbaar op loopafstand waar volwassenen, kinderen en jongeren terecht kunnen. Dat is in Lindenholt nu niet het geval. In elk stadsdeel moet een volwaardige bibliotheek komen, dus ook in Lindenholt.

Netwerk Kwetsbare Ouderen Lindenholt

Valpreventie



mige ouderen bewegen steeds minder en zitten door deze angst vaker binnen. Ouderen in Lindenholt vinden het om die reden fijn dat hun valangst serieus wordt genomen.

Hebt u een valrisico of bent u de laatste 12 maanden gevallen?

Dan kan dat een reden zijn om met uw huisarts hierover in gesprek te gaan. Het kan ook zijn dat de huisarts tijdens een afspraak hier zelf naar vraagt.

Iedere dag nog komen er honderden ouderen op de spoedeisende hulp terecht, als gevolg van een valpartij. Per jaar zijn dit er 109.000. Een valpartij kan leiden tot botbreuken, hersenletsel of valangst. Er wordt daarom ook steeds meer aandacht besteedt aan het voorkomen van een val, zo ook in Lindenholt.

In het Wijkgezondheidscentrum Lindenholt is door praktijkondersteuner, Nora Aalbers en huisarts Kari Scholten een netwerk opgezet waarbij verschillende zorgverleners samenwerken om een verhoogd valrisico bij kwetsbare ouderen te signaleren en in kaart te brengen.

In de afgelopen 12 maanden is er een samenwerkingsnetwerk op gang gekomen en toegepast in Lindenholt bij kwetsbare ouderen met een verhoogd valrisico.

Studenten van de hogeschool Arnhem en Nijmegen hebben 5 mensen geïnterviewd die waren aangemeld voor een valscreening. Het blijkt dat de ouderen veel waarde hechten aan valpreventie en de ondersteuning die ze hierbij hebben gekregen.

Enkele reacties van deze mensen:

'De ergotherapeut heeft ontzettend veel tijd erin gestoken, in totaal was hij drie uur bezig bij mij thuis. En heeft veel vragen gesteld.'

'Ik voelde me gerustgesteld en dat er iets mee gedaan werd en ja weet je, ik ben gewoon heel bang om te vallen en nu heb ik het idee dat ik serieus word genomen.'

'Ja meer zekerheid! Ik heb fysiotherapie, ik maak gebruik van de toilet verhoging, rustiger lopen. Dat gaat eigenlijk allemaal wel goed. Ik kan nu met de rollator een rondje lopen. Makkelijker naar het toilet, minder angst door de fysiotherapeut.'

Naast het voorkomen van lichamelijk letsel door een val, heeft het project ook als doel om valangst onder ouderen te verminderen. Som-

Wij nodigen u uit om ook zelf actief het onderwerp 'vallen' te bespreken met uw huisarts, de praktijkondersteuner, de dokters-assistente, fysiotherapeut, thuiszorg of andere hulpverleners.

De huisarts kan dan met u bespreken of het zinvol is om de ergotherapeut of fysiotherapeut bij u thuis te laten komen, om thuis de mogelijke oorzaken voor een valrisico of het vallen te bekijken en te bespreken.

Hierbij wordt aandacht besteedt aan de volgende vragen:

- Bent u vaak duizelig en heeft u moeite met uw evenwicht?
- Kunt u slechter zien?
- Is uw handfunctie wat minder?
- Hoe is uw bloeddruk?
- Hoeveel en welke medicijnen gebruikt u?
- Hoe is uw spierkracht?
- Is uw huis veilig genoeg?



Daarna worden er adviezen gegeven en wordt er samen met u een plan gemaakt om het valrisico te verlagen. Denk hierbij aan simpele adviezen of tips zoals:

- Adviezen over veilig handelen in en om huis, onder andere over het traplopen, tuinwerk en boodschappen doen.
- Het toepassen van hulpmiddelen of aanpassen.
- Valtraining en spierversterkende oefeningen.

BLIJF OVEREIND VOORKOM VALLLEN!

- Nora Aalbers, praktijkondersteuner Wijkgezondheidscentrum Lindenholt
- Kari Scholten, huisarts Wijkgezondheidscentrum Lindenholt
- Thijs Gieben, ergotherapeut, Ergotherapie Willems

Voor meer informatie:

www.langerthuisnijmegen.nl/valwijzer
www.veiligheid.nl/valpreventie/voorlichtingsmateriaal/checklist-blijf-overeind--voorkom-vallen
www.seniorenwijzer.nl/blijf-overeind-voorkom-vallen-en-blijf-gezond

Aanbod trainingsprogramma's voor ouderen: Balans Verleden Tijd

De cursus In Balans voor ouderen bestaat uit voorlichting en een beweegprogramma. Verbetering van balans en mobiliteit en toename van zelfvertrouwen en ontspanning. De cursus In Balans voor ouderen bestaat uit voorlichting en een beweegprogramma.

In Balans (de Brack en Wijkatelier)

Het beweegprogramma is gebaseerd op Tai Chi en is gericht op het verbeteren van de algehele fitheid, spierkracht en balans en biedt gerichte training voor opstaan en lopen. Informatie bij Vincent Ruikes fysiotherapeut Onder de Linde fysiotherapie@mc-onderdelinde.nl 024-3780991

Tekst: Thijs Gieben, Nora Aalbers

Conditie-Fit

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

U weet dat bewegen gezond is, maar u wilt niet op eigen houtje starten? U wilt onder deskundige leiding sporten?

Trainingstijden:	17.45 - 18.45 u
DONDERDAG	19.00 - 20.00 u
	20.15 - 21.15 u
Kosten:	€ 35,00 per maand

In de sportzaal van Wijkgezondheidscentrum Lindenholt kunt u in een kleine groep sporten onder leiding van Patty Krahmer, een bevoegd sportdocente. De doelstelling is om algemene conditie te verbeteren en om u beter te laten functioneren in het dagelijkse leven.

Is uw interesse gewekt, bel dan naar 024-3781818 Of mail naar fysio@wgclindholt.nl

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

Mondzorg024 is een moderne tandartspraktijk in Nijmegen.
We bieden complete tandheelkundige zorg voor het hele gezin.
Persoonlijk en dichtbij. Ons team staat graag voor u klaar!

VEILIGHEID VOOROP!

We werken strikt volgens de richtlijnen van de *Commissie Leidraad Mondzorg Corona*.



OOK
OP ZATERDAG
& 3 AVONDEN
PER WEEK
GEOPEND!

Uw Mond, Onze Zorg!
MONDZORG024

Locatie Lindenholt

St. Agnetenweg 73 a
6545 AT Nijmegen
024 - 344 09 29
info@mondzorg024.nl
mondzorg024.nl

Locatie Hengstdal

Hengstdalseweg 97
6523 ED Nijmegen
024 - 322 22 43
hengstdal@mondzorg024.nl
mondzorg024.nl

**de Notenhout
WINKELCENTRUM**

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

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

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

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

Nieuwe website AED-stichting



Met de start van het nieuwe jaar heeft de stichting AED Dukenburg een nieuwe website in gebruik genomen. Nog steeds is de website de basis voor het aanmelden bij de stichting om een cursus te volgen. Onder de kop cursussen vind je het digitaal aanmeldformulier.

Vragen en antwoorden

Op de website kun je veel antwoorden en op vragen vinden. Zo is er uitleg over de alarmmelding via het landelijk oproepsysteem HartslagNu. En is er te zien hoe

de oproepen eruit zien en geven we aan waar de door de stichting AED Dukenburg geplaatste en beheerde AED-apparaten te vinden zijn in Dukenburg en Lindenholt.



Uitleg beheer en onderhoud

In Dukenburg en Lindenholt beheert de AED-stichting 59 AED's, 50 hiervan zijn aangemeld bij het landelijk oproepsysteem HartslagNu en kunnen bij een alarm aangestuurd worden naar vrijwilligers, 'burgerhulpverleners' die via een sms en/of app naar een slachtoffer en AED-apparaat moeten gaan. Het is aan de stichting dat deze apparaten betrouwbaar aangestuurd kunnen worden. De 50 AED's aangemeld bij HartslagNu worden minimaal eens per maand gecontroleerd, daarnaast vindt controle ook plaats na een oproep waarbij mogelijk een of meer apparaten zijn aangestuurd. Verdere activiteiten en mogelijkheden in Nijmegen zijn te lezen op de website.

Gratis cursussen

Ook in 2022 is de opzet de 'reanimatie en gebruik van de AED-cursus' gratis te geven aan bewoners van Dukenburg en Lindenholt. Wanneer je onder de kop cursussen doorklikt is er uitleg over de basis- en herhaalcursussen. Hier ook wat de kosten zijn wanneer je

'buiten' Dukenburg en Lindenholt woont. Helaas is nog erg onzeker hoe en vooral wanneer de stichting weer cursussen kan gaan geven. Iets wat niet alleen afhankelijk is van allerlei maatregelen in verband met de Covid-pandemie, maar ook met het zich veilig voelen een cursus te volgen door de cursisten.

Is de AED gebruikt?

Is een AED daadwerkelijk gebruikt bij een slachtoffer dan zorgt de stichting voor het weer gebruiksklaar maken van het apparaat en de juiste aanmelding bij HartslagNu. Neem wanneer een AED is gebruikt altijd contact op met de AED-stichting door te bellen met 06-3089 4688 of te mailen naar bestuur@aed-dukenburg.nl. Zet de AED wanneer hij is gebruikt nooit terug in de kast! Neem de AED mee naar huis wanneer je niet direct contact kunt krijgen met de stichting.

Steun de stichting

Het is nog steeds zo dat de AED-stichting afhankelijk is van giften en donaties. Mocht je een donatie willen doen dan kun je deze overmaken naar ons bankrekeningnummer IBAN: NL54RABO 0336 8563 18 t.n.v. Stichting AED Dukenburg onder vermelding van 'donatie'. De Stichting AED Dukenburg heeft de ANBI-status en ontvangt geen structurele overheidssubsidie!

Nieuwe app van HartslagNu

De app van HartslagNu is vernieuwd en is in de store te downloaden onder de naam 'Mijn HartslagNu'. Wanneer men de app van HartslagNu al gebruikte moet men eerst de oude app verwijderen van de telefoon en bij gekoppelde apparaten in het dashboard van 'Mijn HartslagNu'.

Meer op: www.hartslagnu.nl > menu > burgerhulpverlening > HartslagNu app.

Tekst en foto: stichting AED Dukenburg

Aandacht voor Lindenholt in Nijmeegse politiek

Op 14, 15 en 16 maart hebben alle Nijmegenaren weer de mogelijkheid om de volksvertegenwoordigers te kiezen voor de Nijmeegse politiek. Dit jaar kan je stemmen op Amar Hemai. Als geboren Nijmegenaar in de wijk Lindenholt, vertelt hij waarom hij deze stap maakt.

Wie is Amar Hemai?



35 jaar geleden ben ik geboren in het prachtige Nijmegen en opgegroeid in Lindenholt, Heeskesacker. Momenteel woon ik mijn vrouw

en twee zoontjes in Nijmegen Noord.

Welke binding heb je met Lindenholt?

Mijn sociale leven heb ik opgebouwd in Lindenholt. Ondanks dat ik in Noord woon, ben ik wekelijks in Lindenholt waar mijn ouders nog wonen. Al vanaf mijn 16e heb ik mij ingezet om van Lindenholt een fijnere leefomgeving te maken, voor jong en oud. Meer jongerenvoorzieningen (zoals De Sprok) en mogelijkheden om elkaar te ontmoeten.

Ik vind het belangrijk ervoor te zorgen dat de woon- en werkomgeving prettig is. En om problemen waar wij allemaal mee te maken hebben of krijgen, aan te pakken.



Wat wil je voor Lindenholt betekenen?

Politiek moet toegankelijk zijn. Ook voor Lindenholters, mensen met een migratieachtergrond en voor mensen die eigenlijk niet veel met politiek hebben. Daar worden namelijk keuzes gemaakt die iedereen raken. En laten we als politiek de verbinding maken met alle Nijmegenaren.

Lindenholt moet daarom goed vertegenwoordigd worden in de Nijmeegse politiek. Want iedereen doet mee. En verdient een eerlijke kans. Of het nou gaat in het onderwijs, om een stageplaats, in het uitgaansleven of om een woonwagendplaats. Aanpak van discriminatie staat ook hoog op mijn agenda.

Lindenholt is een heel mooi stadsdeel, met veel groen. Dat moet zo blijven. Met meer ruimte om te ontmoeten, ontspannen en bewegen. En met voldoende horeca, sportgelegenheden en zelfbouwprojecten. Een bruisend Lindenholt, dat gun ik alle Lindenholters en Nijmegenaren.

Breng je stem uit!

Hier zet ik mij de komende vier jaar keihard voor in. Stem daarom op 14, 15 en 16 maart op nummer 12 van D66 Nijmegen, Amar Hemai.

GFT DAAR WINNEN WE MEE!

De winst van 2021: Nóg beter gescheiden gft-afval

In verschillende wijken hielden we acties om de kwaliteit van het gft-afval samen te verbeteren. Dit had succes! We winnen steeds meer kwalitatief goed gescheiden gft-afval. En daar winnen we compost en groen gas mee. Bedankt voor jouw inzet!

Acties gemeente Nijmegen



START WIJKACTIES

Resultaten gemeente Nijmegen



91%
SCHONE CONTAINERS
Bij de start was dit 74%

TOP 5

CONTAINER MISSERS



Blik en plastic verpakkingen = plastic+



Luiers = luiers en incontinentiemateriaal



Uitwerpselen = restafval



Kattengrit = restafval



Bewerkt hout = grof afval



28.356
CONTAINERS GECONTROLEERD
TIJDENS MEERDERE
OPHAALDAGEN

Gestickerd met tips voor het scheiden van gft-afval



61.900
COMPOSTZAKKEN
Mede door deze aanpak



3.599
VERVUILDE
CONTAINERS
(13%)

24.757
SCHONE
CONTAINERS
(87%)



OP NAAR
NOG MEER WINST IN 2022

Mondzorgcentrum Takenhofplein



DE TANDARTS IN NIJMEGEN

In 1996 studeerde tandarts en praktijkeigenaar Stephan Auw af aan de Radboud Universiteit in Nijmegen. Na 15 jaar een grote praktijk te hebben gehad heeft hij in 2016 zijn nieuwe, eigentijdse, moderne tandartspraktijk, Mondzorgcentrum Takenhofplein geopend, waar alle disciplines op het gebied van mondzorg onder één dak worden aangeboden zoals; algemene en cosmetische tandheelkunde, mondhygiëne, klikgebitten, kronen, bruggen, implantaten, facings, bleken en orthodontie.



Stephan wordt ondersteund door twee meewerkend tandartsen, een klinisch tandtechnicus (voor kunstgebitten), drie mondhygiënistes en een fijn team van ervaren (preventie)assistentes. Een deel van het voorbereidende werk van de behandeling wordt uitgevoerd door onze assistentes waardoor de tandartsen zich beter kunnen richten op de specifieke tandheelkundige handelingen.

Voor u als patiënt is het belangrijk om vertrouwde gezichten te zien zowel aan de stoel als aan de balie. Wij plannen uw afspraken daarom zoveel mogelijk bij dezelfde behandelaar. Ons team is een stabiele factor, een persoonlijke benadering staat bij ons centraal.

OOK ORTHODONTIE

Naast tandheelkunde heeft Mondzorgcentrum Takenhofplein ook een volledige afdeling orthodontie. Er wordt gewerkt onder leiding van een ervaren orthodontist (BIG geregistreerd). Anders dan bij de meeste orthodontiepraktijken werken we niet op een zaal met een aantal behandelstoelen maar bieden we de patiënten privacy door te werken in behandelkamers. Het is mogelijk om alleen voor orthodontie aan te melden. Bij Mondzorgcentrum Takenhofplein is er momenteel geen wachtlijst. Als u nu belt kunt u volgende maand terecht.





Toespraak vanuit de boom....
Carola Koper



Callicarpa's ("Schoonvrucht") in volle
bloei. Foto: Roel van Es



Tijdens mijn dagelijkse wandelingen door de wijk Lindenholt geniet ik van de natuur en sinds vorig jaar heb ik een camera en maak ik foto's van wat ik tijdens mijn wandelingen tegen kom..
Op deze manier geniet je steeds meer van de natuur en let je op dingen, die je voorheen niet eens opvielen...
Vogels, bloemen, insecten, etc..
Al het moois is hier in de wijk te zien!

Brenda Roijendijk-Beenhakker

