

Lindenholt Leeft



Info-magazine voor alle inwoners van Lindenholt - 14e jaargang februari 2023 editie 1



Om en om geknot in Lindenholt

en ook:

**Biodiversiteit in
de wijken**

**Interview met
wethouder Jean-
Paul Broeren**

Vacatures BOL

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

Meine Veldman (redigeren)

Silvano Orvini

Kim van Rossum

Ellen Timmermans

Henk van der Heijden (fotograaf)

Drukwerk

Drukkerij Hendrix / Oplage: 6500 stuks

Bezorging

Op alle adressen in Lindenholt met

uitzondering van de brievenbussen met een NEE-NEE sticker.

Klachten over de bezorging: 06 17484394

Volgend nummer:

Kopijsluiting: **zondag 12 maart**

Verspreiding: **vanaf 3 april**

Afhaalpunten Lindenholt Leeft:

- Wijkatelier Lindenholt (WAL)
- Jumbo Leuvenbroek
- Spar St. Agnetenweg
- Agneskerk Lindenholt
- Vincentius Horstacker/Voorstenkamp
- Bibliotheek Dukenburg
- Brede school de Lindenhoeve
- Creatieve broedplaats De Broederij
- Sportvereniging SCE
- Tennisvereniging Lindenholt
- Wijkcentrum De Brack

De bladen op de afhaalpunten zijn verkrijgbaar rondom de verspreidingsdata.

Foto cover: Katia Vandamme

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 Wijkblad Lindenholt Leeft 2023 beknopt

Editie nr	Kopijsluiting/ deadline	Naar de drukker	Levering/ verspreiding v.a.
<u>let op: planning editie 2 is aangepast / vervroegd i.v.m. Paasweekend</u>			
2	Zondag 12 maart	Donderdag 23 maart	Maandag 3 april
3	Zondag 21 mei	Donderdag 1 juni	Maandag 12 juni
4	Zondag 23 juli	Donderdag 3 augustus	Maandag 14 augustus
5	Zondag 17 september	Donderdag 28 september	Maandag 9 oktober
6	Zondag 12 november	Donderdag 23 november	Maandag 4 december

Inhoud:

Colofon	2	Biodiversiteit en Waterschapsverkiezingen	18 - 19
100 jaar Maas - Waalkanaal	2	Grand Café Lindenholt biedt gratis buffet aan	19
Heel Lindenholt eet SOEP	3	Om en Om geknot	20
Aankondiging ONTMOETfestival	3	Opening hondenspeeltuin door wethouder	21
Oud = in	4	Nieuw Dierenvoedselbank in Lindenholt	21
Nieuws over bouw Woonzorgcentrum	5	Parochienieuws	22
Lindholt DOET	6 - 8	Gemeente Nijmegen helpt u de winter door	23
Broekstraat 108	9	Column Bettinele van der Werf	23
AED nieuws	9	STIP nieuws	24
Vacatures WAL en BOL	10	Sjaak Scheepers met pensioen	25
Jumbo :Leuvenbroek vernieuwd	11	Interview wethouder Jean-Paul Broeren	26 - 27
Nieuws BOL-werkgroep water	11	Barry Plakmeijer fysiotherapeut	29
Broederij; Broedplaats project	12	Column Linda van Aken	29
Groen Lindenholt	12 - 13	Lindholt Kookt	31
Buurtbudget Leuvenbroek	14	Column Victoria Lammerinks - Montis	31
Afscheid van de wijk	15	Een moment van Leven en hoop	31
Tennisvereniging Lindenholt	16	De Ondernemer	33
SCE 7 tegen 7	16	Lindholt maakt geschiedenis	34
Struinbulletin	17	Sparkcentre Lindenholt	35

Maas - Waalkanaal 100 jaar

Dit jaar is het precies 100 jaar geleden dat het deel van het Maas-Waalkanaal dat tussen Neerbosch-Oost en Lindenholt ligt, uitgegraven werd.

Het graven gebeurde namelijk in gedeelten en 'in den droogte' zodat de zeven bruggen gemakkelijker konden worden gebouwd.

De Dorpsstraat van Neerbosch werd hierdoor onderbroken - noem het ingekort - en de St. Agnetenweg werd de benaming voor het vervolg van de oude Dorpsstraat aan de overzijde van het nieuwe Maas-Waalkanaal. De oma van mijn vrouw stond enkele dagen vóór het water er stroomde, met haar echtgenote op de nog droge bedding, zo vertelde ze mij.

Tekst en foto: Johan Ruijs



PROJECTGROEP OOG VOOR ELKAAR
NODIGT JE UIT VOOR
**HEEL LINDENHOLT
EET SOEP!**



KOM ER GEZELLIG BIJ EN EET MEE OP 1 VAN DE VASTE SOEPMOMENTEN IN DE WIJK:

- **DINSDAG 14 FEBRUARI OM 12.00 UUR
BIJ DE BROEDERIJ**
- **WOENSDAG 15 FEBRUARI OM 12.30 UUR
BIJ HET WIJKATELIER EN BIJ DE BRACK**
- **DONDERDAG 16 FEBRUARI OM 12.00 UUR
BIJ VINCENTIUS (HORSTACKER)**



GRATIS
AANGEBODEN
DOOR:



**Of laat je op 1 van deze dagen verrassen door 1 van
de pop up soepmomenten op straat in de wijk!!
De uiteindelijke locaties kunt u vinden op
www.lindenholtleeft.nl (QR code)**



25 mei 2023

ONTMOETfestival Lindenholt

Noteer alvast maar in uw agenda; op die datum organiseert de projectgroep Oog voor elkaar voor de tweede jaar dit spectaculaire buurt-evenement in Lindenholt.

Vanwege Corona heeft het even moeten duren maar nu zijn de voorbereidingen in volle gang!

Wat we nodig hebben zijn enthousiaste vrijwilligers die mee willen helpen bij het organiseren en/of uitvoering. Geef je op!!!!!!!

**Voor alle informatie neem contact op met Jeanine Vermeulen, opbouwmedewerker
Bindkracht10: jeanine.vermeulen@bindkracht10.nl / 06 53202143**

GA VOOR ALLE ACTUELE INFORMATIE NAAR DE WIJKWEBSITE: WWW.LINDEHOLTLEEFT.NL



OUD = IN

Ik zal me even voorstellen. Ik ben Leo Venderbosch en heb de afgelopen 45 jaar o.a. gewoond in de Meyhorst, de Hoefkamp en in Beuningen en woon nu alweer 7 jaar in Hatert. Ik tennis in Lindenholt, ben al 10 jaar actief voor ANBO (Algemene Nederlandse bond voor ouderen); 120 jaar lang de bond voor gezond ouder worden.

Als vrijwilliger voor ANBO leden bezoek ik leden met een hulpvraag waar men bij ANBO aan de telefoon niet meer uitkomt. Met huisbezoeken en bijeenkomsten help ik onze 600 leden in Nijmegen om de weg te vinden in onze bureaucratische maatschappij. Onderwerpen als pensioenen, inkomen, wonen, gezondheid en veiligheid en veel meer.

Sinds dit jaar heb ik een speciaal katern voor ouderen in Wijkkrant Hatert, het wijkblad Heistal, De Dukenburger en nu ook in Lindenholt Leeft.

Als oudere mogen we trots zijn op onze generatie en daarom het motto: Oud=In.

Stuur alle ideeën en vragen aan mij op: mail lavenderbosch@kpnplanet.nl of bel 0651215055.

Babbeltrucs en Pfishing

Op 17 november heb ik een bijeenkomst gehouden voor ANBO leden en ook niet leden in het wijkcentrum van Dukenburg. Wethouder John Brom sprak over energiearmoede en Tanja de Ridder van de SNS-bank over babbeltrucs en pfishing.

Ik heb de aanwezigen de volgende vragen voorgelegd:

1) Wie heeft de €190 al ontvangen? Ruim 50% antwoorden hier positief op. Ook voor 2023 is de €1300 weer aan te vragen als uw inkomen lager is dan 130% boven het minimum. Velen weten niet hoe en durven het niet aan te vragen. Vraag anders hulp.

2) 8 van de 32 aanwezigen zijn de dupe van babbeltrucs geweest. Tanja gaf een zeer informatieve presentatie over alle gevaren. Het blijkt enorm te leven en we zijn nu meer dan ooit gewaarschuwd.

3) Wie heeft of kent een Testament bij leven. Als je ouder wordt, ga je je steeds meer zorgen maken of je alles wel goed geregeld hebt.

Moet ik niet aan mijn kinderen gaan schenken? Moet ik een ander testament maken? Wat gebeurt er als ik dement word? Wie regelt mijn uitvaart? Kunnen mijn kinderen mij straks uit mijn huis zetten?

En over kleiner gaan wonen.

Er is veel interesse in meer te weten over splitsen van woningen, kangoeroe woningen en 'knarrenhof'. Op een volgende bijeenkomst zullen we dit behandelen. Wilt u er bij zijn en meer informatie, mail dan naar mij.

Hulp met de belasting in te vullen?

Ziet u daar ieder jaar ook weer tegenop? Dan bent u niet alleen; Al is het alleen maar dat u het lastig vindt om met de computer uw aangifte te doen. 600 goed opgeleide vrijwilligers helpen elk jaar de ANBO leden thuis.

Geen lid?

Ook u kunt de hulp krijgen. Leden betalen nu slechts een onkostenvergoeding van €12,- aan de vrijwilliger. U bent dus veel voordeliger uit dan wanneer U de aangifte door een boekhouder zou laten doen

•Hulp bij het (digitaal) invullen, controleren en indienen van uw belastingaangifte

•Een gratis check van uw recht op zorg- en/of huurtoeslag

Mail of bel mij: lavenderbosch@kpnplanet.nl of bel 06 51215055

Tekst: Leo Venderbosch



TWEEDE
Paas/Familie
DAG
Bij Grand Café Lindenholt

EIEREN ZOEKEN
KLEURWEDSTRIJD
KINDER KARAOKE/DISCO
KNUTSELEN
EN NOG MEER ACTIVITEITEN

10 APRIL
VANAF 12:00

☎ (024) 785 09 29



GRAND CAFE
LINDENHOLT
RESTAURANT - FEESTZAAL

Nieuws over de bouw Woonzorgcentrum Lindenholt



Het was een feestelijk moment in Lindenholt op de bouwplaats aan de Sint Agnetenweg. Alle bouwpartners stonden samen stil bij de start van de bouw van het eerste woonzorgcentrum in Lindenholt. Wethouder Noël Vergunst was hierbij aanwezig.

Wat er vooraf aan ging

Tijdens het eerste bewonersoverleg Lindenholt (BOL) in 2015 kregen wij te horen dat van Swam zijn terrein te koop aanbood en dat daar mogelijk een zorgcentrum gebouwd kon worden. In eerdere onderzoeken was naar voren gekomen dat dit in Lindenholt hard nodig was. Helaas kreeg Gerard van Swam dit niet van de grond. Wij hebben toen als BOL dit opgepakt en tijdens een overleg met de gemeenteraad deze mogelijkheden onder de aandacht gebracht. De gemeente heeft ons voorstel geaccepteerd en heeft de verschillende partijen die nodig zijn voor de realisatie van een zorgcentrum vopor mensen met dementie bij elkaar gebracht. De betrokken partijen zijn Klok ontwikkeling, de bouwer, Woonwaarts die het pand in bezit neemt en Waalboog die het pand huurt van Woonwaarts. 7 jaar na de eerste ideeën is de bouw eindelijk gestart.



De huidige situatie, 3e laag casco in aanbouw.

Rita Arts van Waalboog en wethouder Noël Vergunst hebben de aanwezige toegesproken. Helaas waren bewoners uit Lindenholt niet uitgenodigd. De ontwikkeling van dit woonzorgcentrum is een mooie mijlpaal voor Lindenholt. Het draagt eraan bij dat de dementerende bewoners van Lindenholt straks in hun eigen wijk oud kunnen worden met de juiste zorg. Het woonzorgcentrum zal in het najaar 2023 in gebruik genomen worden.

Omdat dit woonzorgcentrum echt een wijkfunctie gaat vervullen wil de Waalboog volgend jaar graag regelmatig, via Lindenholt Leeft, bewoners informeren over de ontwikkelingen en wat zij van deze locatie mogen verwachten.

Zo wordt er een buurkamer ingericht voor buurtbewoners waar activiteiten en ontmoetingen centraal staan.



Van links naar rechts: Esther Lamers (bestuurder Woonwaarts), Rita Arts (bestuurder De Waalboog), Noël Vergunst (wethouder Ruimtelijke Ordening, Gemeente Nijmegen), Niek Gerritsen (directeur Bouw & Ontwikkeling, KlokGroep).

Tekst: Jan ten Dam redactie

Foto's: KLOK groep - Jan ten Dam

Samen leuker dan alleen?

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



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

www.langerthuisnijmegen.nl
088 - 00 17 121

Onderdeel van Sterker sociaal werk

Langer
Thuis
NIJMEGEN

“Lindenholt doet”

Overzicht van Activiteiten in Lindenholt 1e editie; 13 februari - 10 april 2023



Zellersacker 10-03

6546 HA Nijmegen

024-37 70 098

Email: welkom@wijkatelierlindenholt.nl

Groentetuin Wijkatelier

Op woensdagmiddag werken we met een kleine groep mensen van 13.30 tot 14.00 uur in de groentetuin. We kunnen nog wel wat hulp gebruiken. Groene vingers zijn niet nodig, enthousiasme wel!

Informatie: meineveldman@hotmail.com

Voor alle overige info:

www.wijkatelierlindenholt.nl



Overzicht activiteiten in de Brack

Maandag

Ochtend: Stretch en ontspanning 9.15 uur

Goede Dag 10.00 uur

Middag: Schilderen 13.00- 15.00 uur

50+ Kaarten 13.30 uur

Avond: Bewegen met Aya

Biljart 19.00- 22.00 uur

Dinsdag

Ochtend: Sporten, gym

Spaanse les

Middag: Teken en schilderen I

Schildersgroep II 13.00 uur

Avond: Carnisdion harmonie

Stop met roken 20.00 uur

Naailes 20.00 uur

Woensdag ochtend: Yoga I 9.15 uur

Lol met Wol 10.00 uur

Yoga II 10.45 uur

Middag: Soepje 12.30 uur

Donderdag

Ochtend: Kantklossen

1 keer per maand Bingo

Middag: Bridge

Biljart 19.00-22.00 uur

1 keer per maand Origami

Vrijdag

Ochtend 9.15 uur Yoga I

10.45 uur Yoga II



ONTMOETINGSACTIVITEITEN

De Broederij is als een warm nest waar zowel kinderen als volwassenen kunnen groeien, zich ontwikkelen en hun creativiteit ontdekken. Elke week hebben een tal van activiteiten waar je welkom bent om aan te sluiten. Voor de losse activiteiten zie de agenda op onze website www.debroederij.nl.

Maandag 19:00- 20:30 u

Bewegen 65 + Eijjesrapen en appeltjesplukken

Beweeg de arm-, heup-, bil-, buik- en lachspieren. In een ongedwongen sfeer doen we oefeningen en spellen om in beweging te komen.

Dinsdag 12:00 u Buurtsoep

Buurtbewoners koken samen met kinderen van Basisschool de Luithorst de heerlijkste recepten. Meestal komt de groente uit eigen tuin en iedereen mag aanschuiven. Een vrijwillige bijdrage is fijn.

12:30 u Samen Stoffig

Op dinsdagmiddag tussen 12.30 en 14.30 is het stofatelier geopend. We werken met verschillende technieken zoals wolviltten, naaien, haken, breien en verven met natuurlijke pigmenten. We werken aan gezamenlijke kunstwerken en je kunt ook met je eigen project aan de slag.

Kosten: Bijdrage in materiaalkosten

Donderdag 18:00 aanschuiven bij Van tuin tot Bord

Elke donderdagavond rond de klok van 18.00 uur wordt een gezonde driegangen-maaltijd geserveerd in Buurtrestaurant de Broederij. De biologische groenten komen zoveel mogelijk uit de eigen moestuin. Schuif gezellig aan en ontmoet andere buurtgenoten! Elke laatste donderdag van de maand is er een pizzaavond.

Prijs maaltijden: € 8,00. Voor kinderen tot 12 jaar € 4,00 (**i.v.m warmteplekken Lindenholt tot eind maart slechts € 5,00. Kinderen tot 12 jr slechts € 1,00 !!!**) We hanteren een aangepast tarief voor mensen met een kleine beurs. Reserveren voor het Buurtrestaurant is noodzakelijk. (reserveren t/m woensdag) via: E-mail: debroederij@vantuintotbord.nl

Di-, Do-, Vrijdag

Ontmoetingsactiviteiten voor volwassenen

Je kunt op dinsdag, donderdag en vrijdag gewoon binnenlopen voor een kopje koffie en een praatje. Vind je het leuk om mee te doen aan een activiteit, of heb je zin om buurtgenoten te ontmoeten? Kom dan naar een van de ontmoetingsactiviteiten.

Vrijdag 10:00- 11:30 u

KO-kracht: Inspiratieochtend voor vrouwen / Ontspanning en creativiteit

Bij KO-Kracht kun je samen met andere vrouwen opladen en onder begeleiding ontdekken waar je goed in bent en van kunt genieten. Hier kun je aandacht geven aan jezelf, tijdens creatieve en ontspannende activiteiten.

Kosten: bijdrage in materiaalkosten

Vrijdag 10:30 u

Klets en koffie

Weet jij hoe het met je buurvrouw gaat? Of wat je buurman zoal doet? Het is reuze gezellig en al kletsend ontstaan ook de leukste plannen voor gezellige avondjes, wandelingen of activiteiten. Met mooi weer zitten we heerlijk in onze grote tuin tussen de bloemen. Kom je ook?

Elke dinsdagavond
in onze zaal een
dartavond met
(gratis) inloop vanaf
19.00 u.



Ook welkom om gewoon een drankje doen en/of samenkomen.

Ook is er de mogelijkheid voor groepen (verenigingen) om de ruimte te gebruiken.



Op 24 maart 2023 een muziekevent, DISCOFY

Dit is een 70's, 80's en early 90's party. Van 21.00u – 02.00u wordt er lekkere muziek gedraaid met bijbehorende videoclips en verlichte dansvloer. Entreekaarten in de voorverkoop €14,00 Meer info en tickets: www.discofy.nl

Lindenholt beweegt – sportaanbieders

De buurtsportcoaches kunnen helpen als je vragen hebt over sporten of bewegen in de wijk.

Ook als je mee wilt doen bij een van de onderstaande sportaanbieders. Of als je juist op zoek bent naar een andere activiteit. Mail je vraag naar lindenholtsp@nijmegen.nl of bel/app Janneke: 06-50154104.

Voetbalclub S.C.E. - De Meeuwse Acker 2029

Voor jongens, meiden, heren en een 40+ groep op zaterdagmiddag.
www.sce-nijmegen.nl

Basketbalvereniging Wildcats – (vooral) Sporthal De Horstacker

Voor jongens, meiden en heren. Ook recreanten en een 'walking basketbal' groep.
www.wildcats-nijmegen.nl

Tennisvereniging Lindenholt De Wellenkamp 1150

Voor alle leeftijden, ook mogelijkheden voor tennises. Daarnaast vrijwel alle ochtenden gezellige seniorgroepen die vrij tennissen.
www.tvlindenholt.nl

Korfbalvereniging De Hazenkamp Driekensacker 1140

Voor jongens, meiden, dames en heren. In de winterperiode binnen in een sportzaal.
www.kvdehazenkamp.nl

Judovereniging Dukenburg Gymzaal Leuvenbroek

Voor jongens, meiden, dames en heren.
www.jvdukenburg.wixsite.com/jvdukenburg

Tafeltennisvereniging D.V.S. Sportzaal De Gildekamp

Voor dames en heren, speelavond op de vrijdag.
www.tftvds.nl

Roller derby Roadkill Rollers Sporthal De Horstacker

Voor iedereen boven de 18 jaar. Contactsport op rolschaatsen. www.roadkillrollers.nl

De Hazenkamp Gymsports Sportzaal De Gildekamp

Tumen voor kinderen (5-11 jr) en een sport-en-spel groep voor dames en heren.
www.hazenkamp.nl

Futsal Chabbab – Sportzaal De Gildekamp

Zaalvoetbal voor meisjes (8-12 jr) en jongens (8-15 jr) waarbij ook aandacht is voor gedrag

en schoolprestaties.

Mail naar lindenholt@futsalchabbab.nl

Factory Sports Horstacker 1451

Bootcamp en verschillende dansgroepen voor kinderen. Voor volwassenen boxing bootcamp, conditiefit 50+ en Zumba.
<https://factorysports.nl>

Exercise Body and Mind – Gildekamp 6018

Kleinschalig sport en yoga centrum. Mogelijkheden voor kracht- en cardio training. Diverse groepslessen, ook voor kinderen.
www.exercisebodyandmind.nl

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt Horstacker 1644

In de sportzaal in een kleine groep sporten onder deskundige begeleiding.
www.wgclindenholt.nl/fysiotherapie/groepen/conditie-fit

HEEL LINDENHOLT EET SOEP
BUURTISOEPIE DOEN?
februari week 2.

LAAT WETEN WANNEER BUURTGE-
NOTEN EVEN AAN KUNNEN KOMEN
WANNEER JIJ EEN HEERLIJKE PAN
SOEP KLAAR HEBT STAAN.
DOWNLOAD DE FLYER DIE JE KUNT
VERSPREIDEN/ VOOR HET RAAM
KUNT HANGEN.
GA HIERVOOR NAAR
WWW.LINDENHOLTLEEF.NL



27 april 2023 Koningsdag Lindenholt

Na het succes van vorig jaar willen een aantal bewoners van ons stadsdeel Lindenholt ook weer voor dit jaar een spectaculair en feestelijke dag organiseren. Op dit moment wordt er met de gemeente overlegd wat mogelijk is en waarvoor vergunningen nodig zijn en wellicht subsidie beschikbaar. Veel hangt af van voldoende vrijwilligers / buurtgenoten die hiervoor de schouders er onder willen zetten. Veel werk is het nooit maar de dingen moeten nu eenmaal wel worden geregeld en gedaan.

DOE MEE!!

Mail, bel of app naar Antoinette Noordermeer; netje81@hotmail.nl / 0621705141

De redactie rekent op uw medewerking en kijkt weer uit naar veel activiteiten en blijde mensen op het veld naast De Brack op genoemde datum.



Gratis cursus VOEL JE GOED

Wil je werken aan een gezonder leven?
Wil je lekkerder in je vel zitten?
Doe dan mee aan Voel je Goed!

- Eenvoudige uitleg en veel gezelligheid
- We werken in een klein groepje.
- Je leert wat je kunt doen om gezond te eten en meer te bewegen.
- We zorgen voor eenvoudige uitleg.
- Gewoon, in makkelijke taal.
- Je krijgt een map met oefeningen en informatie.
- Je helpt elkaar en het is heel gezellig.
- We komen elke donderdag bij elkaar.
- Dat is van 9.00 uur tot maximaal 12.00 uur.
- We nemen rustig de tijd.
- En er is natuurlijk tijd voor pauze.

Wanneer en waar is het?

Vanaf donderdag
2 maart 2023
van 9.00 – 12 uur

Wijkatelier Lindenholt
Zellersacker 10 – 03
6546 HA Nijmegen

Meedoen is **GRATIS!!**

Wil je je opgeven, of meer informatie?
Bel of app Babs Broeren: **06 50 62 12 14**
Je kunt ook een mailtje sturen naar:
babs.broeren@goedegewoonte.eu

Je bent van harte welkom!



Opwarmen in Lindenholt

Kom ook voor warmte en gezelligheid

Kijk ook op www.nijmegen.nl/dewinterdoor



Nijmegen

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Het Wijkatelier	Het Wijkatelier	Het Wijkatelier	Het Wijkatelier	Het Wijkatelier
 Gratis warme dranken Iedere maandag t/m vrijdag 9.00 – 11.00u				
Samen eten 17.00 – 19.00u Let op: eigen kosten €5. Vooraf aanmelden via 024-3770098	Creatieve middag 13.00 – 16.00u	Taalcafé 10.00 – 12.00u	Samen eten 17.00 – 19.00u Let op: eigen kosten €5. Vooraf aanmelden via 024-3770098	Spelletjesmiddag 14.00 – 16.00u
Wijkcentrum De Brack	Wijkcentrum De Brack	Wijkcentrum De Brack	Wijkcentrum De Brack	Wijkcentrum De Brack
 Gratis warme dranken Iedere maandag t/m vrijdag 9.00 – 11.00u				
Goedendag Gratis warme dranken 10.00 – 12.00u		Samen soep eten 12.30 – 13.30u		
	De Broederij		De Broederij	De Broederij
	Koffie 10.00 – 16.00u		Koffie 10.00 – 13.00u	Koffie 10.00 – 16.00u
	Samen soep eten 11.30 – 13.30u		Samen eten 18.00 – 19.30u Let op: eigen kosten €5. Vooraf aanmelden via debroederij@vantuintotbord.nl	
	Agneskerk		Agneskerk	
	Koffie 10.00 – 13.00u (alleen even weken)		Koffie 10.00 – 13.00u (alleen even weken)	

Hier vindt u ons:

Het Wijkatelier Zellersacker 10 – 03 | **Wijkcentrum De Brack** Leuvenbroek 1200
De Broederij Nieuwstadsweg 37 | **Agneskerk** St. Agnetenweg 90

nijmegen.nl/dewinterdoor

'Het kleine vrouwtje van de boerderij' is weer een beetje terug aan de Broekstraat 108

Sierlijke gietijzeren letters vormen de naam 'Annie', op de gevel van de boerderij aan de Broekstraat 108. Op 18 december 2022, precies vijf jaar na de overdracht van het huis aan nieuwe bewoners, werd deze naam onthuld. Het is een vernoeming naar 'Annie, het kleine vrouwtje van de boerderij', waarmee de huidige eigenaren hopen dat Annie, de eerste eigenaar, ook in de toekomst een begrip in de wijk zal blijven.



Eind jaren zeventig werd Broekstraat 108 aan Annie van Kempen-Kistemakers aangeboden door de gemeente. Het betrof een kavelruil met haar oorspronkelijke woning, die plaats moest maken vanwege de ontwikkeling van de wijk Lindenholt. Vanwege de slechte staat van de boerderij die op dat perceel stond, werd gekozen voor nieuwbouw.

Weduwe Annie en haar drie zoons Marcel, Walter en Ronald betrokken het pand in 1980. In december 2017 kochten Arjen en Alexandra het huis, Annie was klaar om een kleinere woning te betrekken. Het stel knapte het op en maakte er een fijn onderkomen van voor hun gezin.

Tijdens de verbouwing – die nog steeds in volle gang is – ging veel aandacht uit naar verduurzaming, met behoud van een aantal originele details. Een muur van schoon metselwerk met daarin een stalraampje is zo'n knipoog naar het verleden.

Ook in de tuin is rekening gehouden met de geschiedenis van het perceel.

Alexandra: "Zowel mijn man als ik dachten onafhankelijk van elkaar al een tijd: er moet een naam op deze boerderij prijken. Toen we dit naar elkaar uitspraken, wisten we meteen welke naam het moest worden..."

En zo werd op zondag 18 december in het bijzijn van Annie en haar zoons de naam onthuld die nu op de gevel staat te pronken. Annie: "Nooit eerder onthulde ik iets. Daar moet je 87 jaar voor worden om dat te mogen doen."

Voor veel bewoners in Lindenholt is 'Annie, het kleine vrouwtje van de boerderij' nog steeds een begrip.

Tekst en foto's: Alexandra Maris.



De cursussen zijn weer gestart



De cursussen reanimatie en gebruik van de AED zijn in januari weer gestart. De stichting AED Dukenburg wil na de moeilijke coronajaren weer een normaal cursusprogramma doorlopen.

In 2020 werden de cursussen abrupt afgebroken en waren daarna maar mondjesmaat mogelijk. Gelukkig kwamen er nog veel signalen van burgerhulpverleners in coronatijd die, wanneer het er op aankam, toch gereanimeerd hebben, zelfs met mond op mondbeademing. En van die inzetten bereikten diverse meldingen, soms maanden later, de stichting met goed nieuws.

Belang van (herhaal-)cursussen

Regelmatig oefenen is van groot belang bij alle hulpverlening. De handelingen op een oefenpop, het herhalen van de juiste protocollen helpen bij het levensreddend uitvoeren van



de reanimatie bij een slachtoffer. Het geeft de burgerhulpverlener vertrouwen om te beginnen, niet te twijfelen. Helaas zijn er wel minder aanmeldingen. Bewoners in Dukenburg en Lindenholt kunnen de cursussen, één avond per jaar, gratis volgen.

de 'Heimlich' greep
Aanmelden via de website; www.aeddukenburg.nl > cursussen > aanmelden.
Inschrijven is belangrijk want pas bij voldoende aanmeldingen gaan we cursussen organiseren. In Lindenholt vond de stichting bij sportclub SCE een nieuwe leslocatie.

Veel hulpverleners uitgeschreven bij HartslagNu

Na het volgen van een cursus mag de deelnemer de einddatum in zijn HartslagNu account twee jaar verderzetten. Deelnemers bij de stichting AED Dukenburg worden elk jaar opgeroepen. Begin januari kwam in het nieuws



dat veel burgerhulpverleners bij HartslagNu uitgeschreven werden omdat hun einddatum verlopen was. In coronatijd was men hier soepel mee omgegaan omdat het volgen van een cursus moeilijk en vaak niet mogelijk was.

Financiële ondersteuning

Er kwamen na de gemeenteraadverkiezingen goede berichten uit het stadhuis, vanaf dit jaar komt er structurele financiële ondersteuning voor de stichtingen. Bijvoorbeeld de kosten van de vervangdelen bij het onderhoud zijn hiermee verzekerd.

Sponsoring, giften en bewonersinitiatieven, om bijvoorbeeld nieuwe AED's aan te schaffen, blijven belangrijk.

Zo werd op donderdag 24 november de inhoud van de emballagebak van Jumbo Leuvenbroek aan de stichting AED Dukenburg overhandigd.



Contact: aeddukenburg@kpnmail.nl, informatie: www.aeddukenburg.nl.

Tekst en foto's: Peter Saras



Wijkatelier Lindenholt

De Beheerstichting Wijkatelier Lindenholt is dringend op zoek naar een (professionele) kok

In 2023 willen wij weer verder gaan met de **Kookclub Junior**.

De Kookclub Junior draait per jaar 4 blokken van 6 weken in het Wijkatelier. Per blok is 4 keer een kok aanwezig.

Dit houdt op jaarbasis in dat er 16 keer per jaar een activiteit verzorgt wordt door de kok, met in de uitvoering hulp van het team van Kinderwerk.



Concreet betekend dit op jaarbasis 16 keer aanwezig gemiddeld 3uur per activiteit, dat houdt in 48 uur begeleiding per jaar. De activiteit zal plaatsvinden op dinsdag middagen in het Wijkatelier van 14:00-17:00u, voor kinderen tussen de 7-9 jaar oud ongeveer.

Opzet activiteit

Kinderen uit de wijk Lindenholt die in groep 3, 4 & 5 op school zitten kunnen zich bij de kinderwerker in de wijk aanmelden om deel te nemen. De groep bestaat uit circa 15-20 kinderen per blok.

De aansluiting van een (professionele) kok is gewenst om kinderen goede snijkooktechnieken bij te brengen op een leuke speelse manier, kinderen enthousiast te maken voor gezonde voeding door creatieve goedkope recepten te maken die kinderen thuis ook kunnen maken. Het is een vereiste dat de kok passie heeft voor het werken met kinderen en op een positieve manier de kinderen weet te begeleiden in de keuken, uiteraard met begeleiding vanuit het Kinderwerk.

Lijkt het je wat om met kinderen te werken, stuur dan een mail, met daarin je ervaring en motivatie, naar Johan Joren.

Email: Johan.Joren@bindkracht10.nl

VACATURES

Bewonersoverleg Lindenholt

Het Bewoners Overleg Lindenholt (BOL) is een stichting die zich sinds de oprichting in 2015 inzet voor de leefbaarheid in brede zin in de wijk Lindenholt. Binnen het BOL zijn verschillende werkgroepen werkzaam met elk haar eigen aandachtsgebied; natuur, overlast van geluid en/of vuilnis, levensloopbestendig wonen, etc. Werkgroepen worden gevormd door geïnteresseerde bewoners die graag bijdragen aan de verbetering van de leefomgeving. Het BOL streeft ernaar om 4x per jaar een themabijeenkomst voor alle bewoners te beleggen. Het bestuur van het BOL ondersteunt desgewenst de werkgroepen en is (mede) de spreekbuis naar instanties zoals bijvoorbeeld de gemeente Nijmegen.

Het bestuur.

Het bestuur bestaat uit zes leden, waaronder een voorzitter, een secretaris en een penningmeester.

Vacature **VOORZITTER** m/v

De voorzitter, die al sinds de oprichting van de stichting in functie is, heeft deze functie om gezondheidsredenen neergelegd per 1 januari 2023.

Het bestuur is daarom op zoek naar een nieuwe voorzitter. Zij/hij leidt de bestuursvergaderingen, de vergaderingen van de gezamenlijke werkgroepen en de themabijeenkomsten.

Zij/hij ondersteunt desgewenst de verschillende werkgroepen, met name ook in hun contacten met de gemeente Nijmegen en andere instanties en woont in Lindenholt.

Gewenste capaciteiten.

De voorzitter gaat gemakkelijk om met mensen van diverse pluimage van zowel de bewoners van Lindenholt als van betrokken en te betrekken instanties. Zij/hij kan goed luisteren en weet begrip op te brengen voor de verschillende standpunten, maar is ook in staat en bereid om de eigen mening te verkondigen en zo nodig een beslissing te nemen die niet voor iedereen welgevallig is. Zij/hij is bij uitstek degene die het BOL vertegenwoordigt bij de gemeente Nijmegen.

Te verwachten tijdsinspanning.

De bestuursvergaderingen vinden 1x per kwartaal plaats. De vergaderingen van de gezamenlijke werkgroepen vinden 1x per 6 weken plaats.

Vergaderingen beslaan doorgaans 1,5 uur. De tijdsinvestering voor deze werkzaamheden, inclusief de benodigde tijd voor voorbereiding bedraagt gemiddeld 10 uren per maand.



Vacature **SECRETARIS** m/v

Per direct wegens ziekte van de huidige secretaris.

Tot de taken van de secretaris behoren:

- het archiveren van ingekomen stukken
- notuleren van het werkgroepenoverleg en 1 x per kwartaal bestuursoverleg
- brieven en (pers-) berichten schrijven
- contact met KvK.
- contact met werkgroepleden
- contacten met gemeentefunctionarissen

Zij/hij ondersteunt desgewenst de activiteiten van de verschillende werkgroepen, met name ook in hun contacten met de gemeente Nijmegen en andere instanties en woont in Lindenholt.

Te verwachten tijdsinspanning.

De bestuursvergaderingen vinden 1x per kwartaal plaats. De vergaderingen van de gezamenlijke werkgroepen vinden 1x per 6 weken plaats. Vergaderingen beslaan doorgaans 1,5 uur.

De tijdsinvestering voor deze werkzaamheden, inclusief de benodigde tijd voor voorbereiding bedraagt gemiddeld 2 uur per week.

Heeft u interesse en/of wilt u meer informatie hebben over beide vacatures, neem dan contact op.

Jan ten Dam
06-20442040
hjmtendam@gmail.com

JUMBO Leuvenbroek compleet vernieuwd!



Op 14 december gingen de deuren dicht voor een ingrijpende verbouwing om op 14 december om 09.00 uur in volle glorie de zaak weer te openen.

Interview Leonardo Montani; filiaalmanager Jumbo Leuvenbroek.

Leonardo: 'Er is lang gewacht op deze verbouwing. Steeds opnieuw hadden we te maken met uitstel om allerlei redenen terwijl alle collega supermarkten om ons heen de zaken rigoureuus aan de eisen van de moderne tijd aangepast hebben.

Uiteindelijk konden we aan de slag en is er onwijs hard gewerkt om de inhaalslag te maken, waarbij ook alle medewerkers hun steentje hebben bijgedragen. Het begon niet meteen helemaal vlekkeloos toen bleek dat de aangevraagde vergunningen nog niet waren verwerkt en dat zorgde voor enkele dagen vertraging. Ook moesten gedurende de verbouwing verschillende zaken nog worden aangepast. Maar uiteindelijk is alles toch goed gekomen. Zoals je kunt zien is er heel veel extra ruimte gecreëerd door middel van het beter benutten van de beschikbare ruimte zoals het verplaatsen van de servicebalie en het vers eiland. Ook is de broodafdeling verplaatst en hebben we achter in de zaak wat aanpassingen kunnen realiseren. We zijn er qua assortiment uiteindelijk maar twee meter op vooruitgegaan.

Iedereen is erg enthousiast over de nieuwe indeling en ook het afrekenen is helemaal van deze tijd met de mogelijkheid van zelf-scan.

Daarnaast biedt ook de 'Klets-kassa' de toegevoegde gelegenheid voor de klanten die graag even een praatje willen maken. Karin is hierbij de collega die van nature is uitgerust



met de juiste talenten hiervoor. Alle collega's waren vooraf uitvoerig geïnformeerd en konden zich al snel vinden in de nieuwe opzet van dit filiaal. Zij hebben ontzettend hard gewerkt en vele uren extra gedraaid. Er was aanvankelijk wel enige scepsis over het feit of het verstandig zou zijn zo vlak voor de Kerst met deze verbouwing te beginnen, maar ik wilde niet langer wachten en ben blij dat we dit hebben doorgezet. We kunnen nu verder bouwen aan onze nieuwe winkel en de frustratie van "de oudste winkel in Nijmegen" achter ons laten.

Zo vlak voor de Kerst kunnen we nu al vaststellen dat de te verwachte extra omzet ook dit jaar ruimschoots gehaald zal worden en dat geeft goede hoop dat alle bewoners van Lindenholt en daarbuiten hartstikke blij zijn met onze Jumbo Leuvenbroek "2023 nieuw stijl".



Tekst: Gerard van Bruggen
Foto's: Jumbo

Cees Van Vliet Operationeel Directeur. In het midden Nicole Wolters Sales & Operations Manager. Rechts Leonardo Montani Filiaalmanager.



BOL- nieuws werkgroep WATER

Eindelijk!!!!



biodiversiteit en de waterkwaliteit waar-

Al jaren zijn enkele bewoners, via Bewonersoverleg Lindenholt werkgroep water', bezig om de wateren in Lindenholt te verbeteren.

Met name de achteruitgang van de

door minder leven in en op het water is en de laatste jaren meer blauwalg en botulisme.

Na diverse overleggen met gemeente en waterschap is men in januari van dit jaar begonnen met het uitbaggeren van de A watergangen. In de 6e editie van afgelopen jaar heeft de werkgroep hierover uitgebreid geschreven. Dus ondanks dat er eindelijk gebaggerd wordt is de werkgroep nog lang niet uitgepraat over het verbeteren van de watergangen in Lindenholt.

Met dit bootje en de beide vangarmen wordt de bagger naar de opruimplek geduwd waar een kraan de bagger in een vrachtwagen stort. De verwachting is dat uit de watergang tussen de Johanneshof en de Kluijskamp 1000 m3 bagger wordt gehaald.

Tekst en foto's Jan ten Dam redactie





Broedplaatsproject

In de periode tussen november en februari zijn er bij de Broederij 10 kinderen hard aan het werk geweest. In samenwerking met de Lindenberg en Basisschool de Luithorst konden kinderen uit groep 6 en 7 zich aanmelden voor het Broedplaatsproject.

Samen met twee creatief begeleiders vanuit zowel de Broederij als de Lindenberg maakte de kinderen een plan: Wat zouden ze graag op creatief vlak willen leren? En op welke manier kunnen ze de geleerde vaardigheden, in een vorm van een tegenprestatie, teruggeven aan de samenleving? In de eerste bijeenkomsten tijdens schooltijd werd er gebrainstormd, overlegd, geluisterd en samengewerkt. De kinderen besloten democratisch dat zij dit willen gaan leren: graffiti, taarten bakken en fotografie. En dat allemaal mét een plan erbij waarin deze 3 dingen met elkaar worden gecombineerd.



Gedurende 8 weken vonden, buiten schooltijd, de kunstvak lessen plaats bij de Broederij. Van de fotograaf leerde de kinderen over perspectief en compositie. Ze trokken de wijk in om te oefenen met het perspectief van dieren; wat ziet een vogel eigenlijk en wat ziet een kikker? Dat waren belangrijke lessen voor het maken van het gezamenlijk kunstwerk. Van de graffiti kunstenaar leerde de kinderen de beste spuittechnieken. Het uiteindelijke resultaat is een feestelijk graffiti kunstwerk geworden voor de wijk. Het idee van de kinderen is dat mensen er vrolijk van worden wanneer ze er langs lopen. De teksten die de kinderen bij het kunstwerk verzonden zijn: "Straal, vier feest en geniet het allermeeest" en "Strooi een beetje sprinkel over je leven".

Op woensdag 1 februari organiseerde de kinderen een gezelschapfeestje voor buurtgenoten, ze maakten hiervoor zelf slingers, verzonden een spel en bakten heerlijke taarten (met sprinkels). Zo werd het graffiti kunstwerk feestelijk geopend. Het kunstwerk is te zien in de achtertuin van de Broederij. Een mooie plek die vanaf de straat te bewonderen is. Wanneer je goed kijkt zie je dansende dieren, een varken die zijn rokje verliest, twee vossen bij het kampvuur en een konijn bij de bloemenkraam.

Voorlezen peuters 2+

De voorleesochtenden die we in 2022 organiseerden in samenwerking met de bibliotheek waren een succes! Om de week mochten we een leuke groep peuters (en ouders) ontvangen voor wie in thema een verhaal werd voorgelezen. Ook bij de activiteit achteraf zagen we blije koppies in het publiek.

Om die reden zetten we de voorleesochtenden voort in 2023.

Waar: Nieuwstadweg 37

Kosten: deze activiteit is gratis

Voor wie: peuters van 2 jaar en ouder samen met een verzorger

Data: vrijdag 3 feb, 17 feb, 3 mrt, 17 mrt, 31 mrt, 14 apr. Tijdstip: 10:00-10:45 uur

Opgeven kan via: info@debroederij.nl

Anne Blaauw

www.debroederij.nl

De Broederij

Nieuwstadweg 37

6545 AM Nijmegen

024-6793232

Broedplaats voor peuters 2+

Verdwaal in een mooi verhaal. Beleef een boek met spel en knutselplezier.

Vrijdag van 10.00 - 10.45 uur op:
20 jan, 3 feb, 17 feb, 3 mrt, 17 mrt,
31 mrt en 14 apr.

De Broederij
Nieuwstadweg 37 in Nijmegen
www.debroederij.nl

In samenwerking met
De Broederij

de Bibliotheek
Gelderland Zuid

'Groen Lindenholt', pilot met

Rommel opruimen en de tuin onderhouden. Voor sommige bewoners is het een hele opgave, terwijl anderen het juist fijn vinden om lekker bezig te zijn en ondertussen een praatje te maken. In Lindenholt werkt het bewonersinitiatief de Broederij samen met een aantal corporaties en Bindkracht 10 om de tuinen in de buurt netjes te houden. Het gaat om tuinen van huurders van de woningcorporaties die dit zelf om wat voor reden dan ook niet kunnen.

Een succesverhaal

Meneer De Rooij woont sinds 1992 in een leuk hoekhuis met een grote tuin. Hij houdt van groen en tuinieren en hij heeft een goed contact met zijn burens. Totdat hij jaren geleden een dwarslaesie oploopt. Na een lang revalidatieproces kan meneer De Rooij gelukkig nog zelfstandig wonen, maar aan zijn tuin komt hij niet meer toe.*

Door zijn situatie voelt meneer De Rooij zich niet meer zo goed, drinkt meer dan gezond is en hij verwaarloost zijn huis en tuin. Het contact met zijn burens wordt slechter en na een aantal incidenten wil de buurt niets meer met hem te maken hebben. Hulpverlening wijst hij af en ook het contact met zijn kinderen is verbroken.

Zijn leven ligt (letterlijk) in puin. Zijn tuin ligt inmiddels vol met vuilniszakken, troep, lege winkelkarretjes en oude meubels.

Elke dag een stapje verder

Dat kan zo niet langer en gelukkig accepteert meneer De Rooij de praktische hulp die de beheerder van de woningbouwcorporatie aanbiedt.

De groengroep van de Broederij haalt 900 kilo puin uit de tuin. De begeleider van de groep twijfelde om te beginnen: 'Is dit niet een te grote klus voor vrijwilligers?' Maar juist de vrijwilligers vinden het mooi werk: 'Dan zie je tenminste echt verschil.'

Op klusdag 1 bleef meneer De Rooij binnen en dronken de mensen van de groengroep een kopje koffie samen met de burens. Die waren blij met de hulp voor meneer De Rooij en ook opgelucht dat de rotzooi werd opgeruimd.

Op klusdag 2 kwamen langzaam de planten tevoorschijn en ook liet meneer De Rooij zich zien. Hij dronk koffie en maakte een praatje met de vrijwilligers.

Hij bleek een goede klik te hebben met Kasper, een van de vrijwilligers.

potentie voor heel Nijmegen

"De Broederij is een plek waar iedereen terecht kan, het is een creatieve broedplaats en ontmoetingsplek midden in de wijk," vertelt Jorine de Bruin van de Broederij.

"We maken samen de buurt mooier.

Het bijhouden van tuinen is voor de vrijwilligers een zinvolle en mooie manier om je tijd aan te besteden."

al uit de praktijk

Beide houden van tuinieren, koken en van muziek.

Op klusdag 3 wordt de druivenstruik gered en is aan de plantjes die weer tevoorschijn komen te zien dat meneer De Rooij hier ooit met veel liefde aan het werk was. Meneer De Rooij blijft er de hele tijd bij en pakt zelfs een snoeischaar. Wanneer we hem vragen of hij iets terug zou willen doen voor de vrijwilligers, geeft hij aan een grote Indische rijsttafel te willen koken.

Meteen biedt Kasper aan te willen helpen met koken.

Tussen Kasper en meneer De Rooij ontstaat een vriendschap. Dat is fijn voor beide. Kasper voelt zich vaak eenzaam. Hij heeft het vooral moeilijk in het weekend, wanneer hij niet naar zijn vrijwilligerswerk kan. Kasper helpt nu meneer De Rooij in de tuin en andersom krijgt hij hulp bij zijn muziek.

Bij de ondertekening van het convenant bij de Broederij kookt meneer de Rooij samen met de vrijwilligers een heerlijke maaltijd voor 30 personen.

Hij ontmoet de andere buurtgenoten en is zichtbaar blij en tevreden. Een week later vindt hij zelf de weg naar de Broederij voor een praatje over planten.

De dag daarna komt hij zelf naar de koffieochtend.

*De naam van meneer de Rooij is om privacy redenen gefingeerd

Tekst; Woonwaarts



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 pianoconcert of een ander prachtig muziekstuk? Wanneer heeft u dit in het écht gehoord? Mocht u vragen hebben of twijfelen over de kwaliteit van uw gehoor, dan bent u van harte welkom voor een gratis gehoortest. Deze duurt nog geen twintig minuten waarna wij u vrijblijvend informeren en een professioneel advies geven. Voor een afspraak kunt u eenvoudig contact opnemen met een van onze audiciens. Zo hoort het...



Schippers
optiek

Opticien & Audicien

Julianaplein 142
6641 CT Beuningen
024-6751399
info@schippersoptiek.nl
www.schippersoptiek.nl

 gratis parkeren

Schildersbedrijf

Gebr. de Wit



duurzaamheid door kwaliteitswerk

De Geerkamp 1648 A
6545 HS Nijmegen
Telefoon: 06-81173970

Wij denken graag met u mee
voor een advies op maat

Voor al uw:

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

Belangstelling?
Bel gerust en wij bieden u
vrijblijvend de meest
scherpe offerteprijs

€ 10.000 extra gemeentelijk Buurtbudget 2023 Leuvenbroek 11^e tm 19^e straat

September 2022 heeft de gemeente Nijmegen alle bewoners van Leuvenbroek 11^e tot en met de 19^e straat uitgenodigd om eens na te denken over activiteiten en voorzieningen die bevorderend zijn voor de leefbaarheid en het welzijn in de wijk. Daarvoor is een bedrag vrijgemaakt van € 10.000 dat de bewoners zelf kunnen besteden aan het realiseren van de ideeën.



Onder begeleiding van Daniël van Hees en Laury Achten van het collectief WILTgroeï zijn alle bewoners van deze straten gevraagd om in wijkcentrum De Brack bijeen te komen om daarover van gedachte te wisselen.

De eerste avond werd matig bezocht; zo'n 16 bewoners waren om 19,00 uur aanwezig en werden voortvarend door Daniël en Laury geïnformeerd over het plan, de doelstellingen en de uitvoering ervan.

Na een rondje voorstellen werden de deelnemers in drie groepen opgesplitst om na te denken wat er nodig zou zijn om in dit specifieke deel van Lindenholt dit bedrag zinvol te besteden.

Wijkregisseur Koen Seuren voegde zich ook bij de groep en toonde zich uiterst betrokken bij het gehele proces die avond.

Samenvattend werden er door de bewoners drie ideeën benoemd waar het budget voor in aanmerking moest komen. Het ging hierbij om: Veiliger verkeer in Leuvenbroek.

Koken en ontmoeten in Wijkcentrum De Brack; bewoners geven aan dat er behoefte is aan uitbreiding van horecafaciliteiten voor kleine maaltijden en snacks.

Opfleurbest met fleurig groen en Jeu de Boules baan aan het park naast Wijkcentrum De Brack.

Gedurende een aantal bijeenkomsten in december en januari zijn de drie ideeën door de bewoners verder uitgewerkt waarbij er uiteraard stevig is gedebatteerd. Dat hoort ook zo bij dit soort bijeenkomsten. Door de professionele begeleiding van Daniël waren de discussies zeer constructief en kwamen er drie zeer bruikbare voorstellen uit de bus die ten goede komen aan de wijk en binnen het buurtbudget gerealiseerd kunnen worden.



Donderdag 19 januari hebben de bewoners van Leuvenbroek het beschikbare buurtbudget van 10.000 euro verdeeld over de drie uitgewerkte ideeën.

Hieronder een overzicht van de verdeling.

1) Veiliger verkeer Leuvenbroek: 0,- euro

Er worden een aantal zaken aangepakt om de verkeersveiligheid te verbeteren, namelijk:

- Reparatie van de lichtbakken aan de Ackerbroekweg en de 10e straat.
- Verzoek aan de busjes Talis en Avan om er anders te parkeren.
- Verzoek aan Kruidvat en New York Pizza om ergens anders te laden/lossen.
- Er wordt een bak, gevuld met zand, geplaatst nabij de brug aan de 12e straat en de Hegdambroek. Het is aan de bewoners om te zorgen dat het zand ook daadwerkelijk wordt gestrooid tegen gladheid.
- Aan de verkeerskundige wordt de suggestie voorgelegd om een spiegel te plaatsen op de T-splitsing van de Ackerbroekweg, de 18e en de 10e straat. Wanneer deze spiegel wordt geplaatst zal dat niet ten kosten gaan van het buurtbudget.

2) Koken en ontmoeten in de Brack: Investeren in een airfryer van +/- 200,- euro

- Er wordt een airfryer aangeschaft en geplaatst in de keuken van de Brack.
- Er kan door bewoners gebruik worden ge-



maakt van een 2-pits elektrische kookplaat, combimagnetron en airfryer in de Brack. De HACCP regels worden opgehangen in de keuken.

3) De opfleurbest: 9.800,- euro

Aanleg van een jeu de boulesbaan met twee bankjes. Rolstoelbestendige verharding rondom de baan en bijbehorend fleurig groen.

- Er wordt een brief gestuurd naar de direct omwonenden van het park waar we de opfleurbest willen realiseren. Dit om ze te informeren over het idee en ook om de optie te geven eventueel bezwaar te maken. Mochten er bezwaren zijn, dan betekent dat niet per se dat het idee niet doorgaat. We gaan dan wel in gesprek.
- We organiseren een samenzijn met de wijk regisseur en inhoudelijk adviseurs.
- In overleg met de bewoners worden keuzes gemaakt voor de soort vergroening en verharding. Dit voor de toegangspaden naar en rondom de jeu de boules baan.



Bij akkoord moet er een participatieovereenkomst worden ondertekend door drie bewoners. Hier staan de verantwoordelijkheden in beschreven van de gemeente en van de bewoners.

Alle waardering voor de professionele aanpak door het Collectief Wiltgroeï.

Wordt vervolgd.

Tekst en foto's: Gerard van Bruggen / WILTgroeï

Afscheid van de wijk



Herinneringen

Ik haal met Densil herinneringen op over zijn leven in Lindenholt waar hij, samen met zijn twee zoons, ruim 33 jaar heeft gewoond. In de Hillekensacker. Een plek waar het knus was en hij zich thuis voelde. Liggend in de hangmat in de woonkamer of in zijn tuin, waar hij 's zomers, onder een klamboe, buiten sliep.

Hij hield van de wildernis in zijn tuin. Zijn bushbush.

Densil kijkt met weemoed terug aan de tijd in de Hillekensacker. Zijn motto is altijd geweest: "I feel good in my neighbourhood".

Densil Panapala Kankanamalage was een markante verschijning in Lindenholt. Eigenlijk ben je geneigd te zeggen: Wie kent hem niet?

Tien jaar geleden heeft in Lindenholt Leef een artikel gestaan over Densil, in het kader van Colourful Lindenholt.

De man met de rood, geel en groen gehaakte muts.

De man met de vele gouden ringen en sieraden.

De man die altijd goedgemutst, vrolijk, vriendelijk, aanwezig was.

De man van de volledig gepimpte auto met Bob Marley op de motorkap. Wie kent hem niet!

Herseneninfarct

Veel mensen zullen zich waarschijnlijk afvragen hoe het komt dat Densil niet meer aanwezig is in de wijk. We zien hem niet meer door de wijk rijden of boodschappen doen in het winkelcentrum Leuvenbroek.

In maart 2022 is Densil ziek geworden, getroffen door een herseneninfarct. Na een ziekenhuisperiode is hij nu verhuist naar een appartement met zorg in verpleeghuis Nijveelt.

Samen met zijn zoon Chamin ben ik op bezoek geweest bij Densil.

We hebben in zijn appartementje gezellig aan de eettafel zitten praten. Zijn kamer is ingericht met een Boeddhistisch altaar met vele olifanten (het symbool van kracht) en verschillende muziekinstrumenten. Ik ben blij dat Chamin er ook bij is want, Densil is helaas slecht te verstaan en Chamin begrijpt wat hij zegt en kan aanvullen voor Densil.

Reggae

We hebben het over zijn gepimpte auto met Bob Marley. De eerste auto was bestickerd en samen met een vriend ontworpen. De tweede auto was gespoten met het ontwerp wat hij zelf heeft gemaakt. Bob Marley betekent veel voor Densil. Reggae muziek is muziek die je moet voelen, je moet raken. En hij klopt met zijn hand op zijn hart. Densil heeft zelf bijna 9 jaar in een reggae bandje gespeeld. Ze traden regelmatig op en speelden op reggae festivals.



In Nederland aangekomen heeft Densil taalles gehad. De boekjes kwamen ze op zolder nog tegen. Integratiecursussen waren er toen nog niet. De taal goed leren was belangrijk om hier een goed bestaan op te bouwen. Hij heeft verschillende werkzaamheden gehad. Tenten bouwen bij boeren. Werken in een koelcel bij een friet fabriek. De laatste jaren bij de Winkelsteeg. Eerst als muziek assistent. Daarna is hij chauffeur geweest van de cliënten. Na de grote verbouwing is het chauffeurs werk gestopt en is hij in de huishoudelijke dienst gaan werken. Op de Winkelsteeg was hij een graag geziene werknemer. Zijn verschijning maakte dat iedereen hem kende. De cliënten waren ook erg op hem gesteld. Hij werkte er altijd met veel plezier en nodigde collega's vaak thuis te eten uit.

Keuken



Lekker koken was zijn lust en zijn leven.

Sri Lankaans eten wel te verstaan want Nederlands eten is flauw. Densils broer stuurde altijd vanuit Sri Lanka huisgemaakte kruidenmixen naar hem op. Daarnaast ging Densil vaak naar een Sri Lankaanse winkel in de stad. Toen zijn zoons nog thuis woonden maakte hij ook regelmatig Hollandse pot. Maar de Sri Lankaanse keuken is toch wel het lekkerste.

Het blijft daarom enorm wennen aan het Nederlandse weekmenu in de verpleeghuis, zegt hij. Densil wil als boodschap aan iedereen nog het volgende meegeven. "Geniet van elk moment, van elke dag. Het leven is te kort. Wees lief voor elkaar!

Bedankt Densil voor dit gesprek, met een lach en een traan.

Heel veel sterkte gewenst met je herstel.

Een kaartje met een groet en mooie wens is welkom, adres :

Nijveelt Heyendaalseweg 117
6525 AH Nijmegen

Tekst: Inge van't Leven
Foto: Chamin Panapala

Tennis Vereniging Lindenholt over de Energiecrisis en Padel



Op 21 november verscheen er een artikel in de Gelderlander over Tennis Vereniging Lindenholt. De strekking was nogal negatief. Op sterven na dood werd er geschreven. Lindenholt Leeft ging polshoogte bij voorzitter Adri Veraart en Peter van Daelen de Vice Voorzitter en vernamen dat het verhaal totaal niet in verhouding stond tot de situatie.

“De Gelderlander heeft een verhaal geschreven en daarbij zaken totaal verkeerd weergegeven. We zijn kerngezond en ook tijdens deze energiecrisis. We hebben meteen na het verschijnen van het bewuste artikel, alle leden een mail verstuurd en uitgelegd dat er niets aan de hand is. We hebben de Corona crisis goed overleefd en staan er financieel goed voor. Wel moesten we maatregelen nemen zoals niet meer douchen na een training. Verder gaan we heel efficiënt om met de verlichting van de banen om elke kilowatt verspilling tegen te gaan. We hebben een vriezer kunnen wegdoen. Stroom is de grootste kostenpost. Gelukkig zijn we in 2021 al op LED verlichting overgegaan en dat scheelt nu al € 11.000 per jaar.

Is er een opvang vanuit de overheid?

‘Dat is de TEK ofwel Tegemoet Komen Energiekosten. Dar zijn voorwaarden aan verbonden die we nog moeten onderzoeken. Maar ook al zouden we er niet voor in aanmerking komen, het gaat ons goed.’

Hoe reageerde de Gelderlander?

‘Men wilde het verhaal niet rectificeren. Er is wel excuses aangeboden. Laten we het maar op een misverstand houden.’



Padel nu ook bij TV Lindenholt!!

‘Ja ook wij gaan Padellen! Op 11 januari hebben de leden op slechts één na, ingestemd om ook Padel te mogen beginnen bij ons. Er zullen dit jaar drie banen worden aangelegd. Een dure aangelegenheid als je weet dat een baan € 70.000 kost! Maar gelukkig is er de Stichting

Waarborg Sport opgericht die je plannen als ook de financiële situatie goed bekijkt. Zij staan garant voor een mooi bedrag. Boven de honderdduizend euro staat de gemeente ook bij qua garantie. Daardoor zal een bank ons zeker willen financieren. De investering halen we er op termijn uit. Men verwacht per baan 50 leden erbij. Dus dat zouden 150 x €175 lidmaatschap extra zijn. Met Padel blijft het lidmaatschap overigens zoals het was dus iemand wordt lid van de vereniging en kan tennissen of padellen.

Naast het financiële aspect speelt er ook de vergunning. We hadden vroeger betonbanen die nu ontmanteld zijn, die zijn geïnspecteerd en zouden als Padel baan verder kunnen gaan. We zitten ver genoeg, dat wil zeggen verder dan honderdzestig meter van de woningen van de Wellenkamp en bovendien wordt de geluidsoverlast beperkt door 12mm glas. We gaan de bewoners in de eerste ring rond de tennisbaan via een flyer uitnodigen voor een inloop avond. Kortom als het financieel in orde is, stappen we naar de gemeente voor de vergunning. Op zijn vroegst slaan we in juli het eerste balletje.

Op termijn is de planning om tot 5 ½ baan te komen waarbij die halve baan voor twee personen is en dat is uniek.

Buurtcoach van Lindenholt Janneke Verwoert juicht ons initiatief hartelijk toe. Met name omdat padel laagdrempelig is. Iedereen kan gaan Padellen zonder noemenswaardige lessen te hebben gehad.’

Waar kan je paddelen in Nijmegen?

‘Bij Tennis- en Padelvereniging Dukenburg Smash met zes en Peakssz padel met vijf banen. Bij de Oversteek waren er drie maar die moeten weer dicht doordat er veel is gebouwd en er overlast is. Ook in Beuningen zijn er klachten waardoor er na negen uur 's avonds niet meer mag worden gepadeld.’

Naschrift Lindenholt Leeft

Padel is niet meer te stoppen en weg te denken. De sport groeit heel hard. Padel heeft het in zich om de grootste sport van Nederland te worden. Het schijnt dat als je het een keer gespeeld hebt, iedereen zo enthousiast is dat je er mee door gaat. We gaan het zien!

Tekst: Silvano Orvini



Tijdens de Algemene Ledenvergadering van SCE is er voorgesteld om te onderzoeken of er belangstelling is voor het 7 tegen 7 voetbal.

De teams bestaan uit SCE 7-tallen die onderling hun wedstrijden spelen.

Wij zijn op zoek naar spelers en ex-spelers die graag nog op een recreatieve manier willen voetballen, maar niet meer die grote ruimtes willen of kunnen belopen of die niet in het weekend in competitieverband willen spelen.

Sportiviteit, respect en gezelligheid staan bovenaan met natuurlijk een derde helft om nog samen een drankje doen. De komende periode willen we op een drietal vrijdagavonden bij voldoende belangstelling gaan proefdraaien. Zodat we kunnen kijken of we hiermee na de zomervakantie bij SCE kunnen starten.

Opzet

Leeftijd 35 +

Vrijdagavond 20.00 uur.

Wedstijden van 2x 25 minuten en 5 minuten pauze.

Gespeeld op een half veld met kleinere doelen, zonder scheidsrechter.

Geen buitenspel, geen slidings.

Geen ingooi maar inpassen, onbeperkt wisselen.

Meedoen

De eerste drie keer zijn op proef. Als je het dan leuk vindt moet je je aanmelden als lid van SCE.

De contributie bedraagt € 60,00 voor een seizoen, je wordt geen lid van de KNVB.

Ben je geïnteresseerd of wil je meer informatie, neem dan even met mij contact op.

Informatie:

René Elmans 06-49720130

Email: Sce7tegen7@hotmail.com

Lindenholt vergroenen doe je zó...

Nieuw is de oproep niet meer om je huis, straat en wijk te vergroenen. Ook zijn er al veel woorden geschreven over de redenen daarvoor. Denk maar aan onze tropische zomerweken in juli en augustus: één reden om rond je huis te vergroenen. Maar hoe doe je dat, vergroenen? Daarover gaat deze tekst.



Zonnebloemhoekje

Vergroenen in hoofdlijn

Meer ruimte voor groen /natuur in de stad. Niet alleen tegen de hittestress of voor het vasthouden van regenwater, maar ook voor minder uitsterven van planten, insecten, vogels en zoogdierjes. Wat doe je daarvoor in je tuin of straat? TO DO: 1. Maak een wilde plantenhoek. 2. Maak een rommelhoek, met verwilderde planten en dor hout. 3. Zorg voor een waterhoek; 4. Zorg voor struiken en bomen (hoogte) 5. Zorg voor insectenhôtels, vogelnestjes en kale zandhoekjes.



Niet zonder Insectenhotel

Hoe doe je dat?

Gebruik in je wilde-planten-hoek alleen maar zaad van inheemse bloemenmeng-

sels. Deze bloemen zijn bekend bij de insecten, die in ons land wonen. Die kunnen er dus goed van leven. Let wel erop dat je alleen biologisch zaad koopt. Want genetisch gemanipuleerd zaad geeft bloemen, die hetzelfde werken als insectenbestrijdingsmiddelen. Want deze planten hebben inwendig een insectenafweer ingebouwd.



Bessen voor de vogels

Laat in je wilde tuin ook een stukje grond kaal omdat bepaalde insecten, zoals graafbijen, kale grond nodig hebben voor zonnen, nesten etc. Zorg ook voor kleine en of grotere hoopjes stenen (afhankelijk van de grootte van je tuin): daarin wonen, verbergen en beschutten zich insecten en reptielen. Hetzelfde geldt voor takken en stukjes boomstam/schors: maak ook daarvan stapeltjes in je tuin. Hierin kunnen vogels nestelen en insecten overwinteren.

Denk eens, in plaats van stenen om op te lopen, aan paden en plekken van onbewerkte houtsnippers.

Doe een dode boom niet weg. Laat hem staan als die geen gevaar geeft. Leg anders de stam, of stukken ervan, op de grond. Want oud hout is een bron van leven voor vogels en insecten.

Maai het liefst zo min mogelijk; bij voorkeur einde winter ver voordat het voorjaar begint. Zo kunnen vogels en insecten nog overwinteren in of eten van de verdorde of groene overblijvers. Heb je een grasvlakte, zaai daarin dan snelle bloeiers als madeliefjes, paardenbloemen, klavers etc. Als je maait, laat altijd een kwart overeind staan of maai om de tijd een nieuw stukje. Als er een deel kruiden

overblijft, is er altijd nog eten voor dieren. Ruige grasvlakten met veel wilde-bloemen maai je bij voorkeur niet of maar één keer. Laat een deel van het maaisel op de grond.



Inheemse wilde bloemen

Maak in je tuin hoogte door het aanplanten van inheemse bomen en struiken. Daarmee maak je een vogelhoek maar ook een paradijs voor insecten.

Zorg voor water: de bron van alle leven, voor mens, dier en plant. Koppel je waterpijp af en laat het water uitstromen in waterton en van daaruit naar een vijvertje of waterkanaal in je tuin. Bevloei met het opvangwater regelmatig je tuin. Zeker in tropische zomers zoals die van afgelopen jaar.

Gemeente: neem burgers mee in transitie

Gemeente doe zo ook met het openbaar groen. Maar neem je burgers mee in deze transitie: met bewonersbijeenkomsten, folders of publicaties. Want het idee gaat lijnrecht in tegen het ideaalbeeld van het burgertuintje, zoals we dat al sinds het eind van de 19^{de} eeuw kennen. Niet meer: keurig, opgeruimd, strak, recht en glad. Maar: wild, verwilderd met wilde planten die opeens géén onkruid meer zijn!!!! Ook deze overgang kost pijn, moeite en omdenken.....Bron: Puur Natuur, blz. 50, Natuurmonumenten, zomer 2018.

Reageren?

Heb je vragen of een boodschap? Geef die aan mij door op struinbulletin@outlook.com Hiermee vraag je ook de gratis wandelroutes aan van website Struinbulletin <http://bit.ly/struinbulletin>

Biodiversiteit en waterschapsverkiezingen

Op 11 januari van het nieuwe jaar bezocht een flinke delegatie van de BOL-werkgroepen Water, Biodiversiteit en Lindenholt Groen een pop-up watercafé van de partij Water Natuurlijk. Daarvan doet de afdeling Rivierenland mee aan de waterschapsverkiezingen voor het bestuur van waterschap Rivierenland, die voor 15 maart 2023 op de rol staan.

Met gespitste oortjes wachtten wij af wat er deze avond gezegd zou gaan worden over biodiversiteit en waterkwaliteit, en stilletjes hoopten we ook op wat tips die voor verbetering van ons water(eco)systeem in Lindenholt bruikbaar zouden kunnen zijn.



Voordracht Koos Biesmeijer

Koos Biesmeijer van museum Naturalis trapte de avond af en omschreef biodiversiteit als de verscheidenheid van het leven op aarde. De regio Nijmegen omvat in totaal zo'n 6000 levende soorten. Wereldwijd zijn er tot 20 miljoen, waarvan er 43.000 in ons land voorkomen; 53% daarvan is insecten, 22% schimmels, 9% algen, 9% ongewervelden, 5% planten, en nog 1% gewervelden als sluitstuk.

Nu is het zo dat een ecosysteem op de been wordt gehouden door de soorten die er deel van uitmaken. Hoe meer soorten, hoe beter het ecosysteem tegen veranderingen kan. Een watersysteem is ook een ecosysteem. Zeg dat er 5000 soorten in een watersysteem zitten, dan is het verlies van 1 soort gelijk aan 1/5000 en dat is maar 0,02%. Als er daarentegen nog maar 50 soorten in het systeem over zijn, betekent het verlies van 1 soort 1/50e deel, dus 2%.

En het vervelende is dat hoe minder soorten er over zijn, hoe slechter de achterblijvers de veranderingen in het systeem nog kunnen opvangen!

Koos deelde zijn zorgen met ons over de achteruitgang van de biodiversiteit, die met de tijd steeds harder gaat omdat klimaatverandering het proces van de achteruitgang versnelt, in samenwerking met kunstmest en residuen van bestrijdingsmiddelen die overal worden gebruikt. 'Exponentiële progressie' noemen we dat.

Voordracht Hans de Kroon

Hans de Kroon van de Radboud Universiteit Nijmegen liet zien dat het verlies van biodiversiteit bij de insecten volgens een bekend Duits onderzoek tussen 1994 en 2016 heel hard is gegaan: 76%. Dat betekent heel veel voor de bestuiving van gewassen en dus ook voor de opbrengsten. Verder lopen de vogels voedseltekort op en zo wordt de armoe weer doorgegeven aan de volgende generatie vogeltjes. Gelukkig kon Hans aan de hand van zijn onderzoek 'living lab' in de Ooijpolder laten zien dat er met slimme maatregelen heel veel te

winnen valt aan biodiversiteit. Belangrijk daarbij is dat er natuurlijke stroken in het landschap ontstaan die hij duurzame landschappen noemt. De stroken moeten wel op elkaar aansluiten en de natuur moet er zijn gang kunnen gaan. Waarom? Het sleutelwoord is humus.

Humus

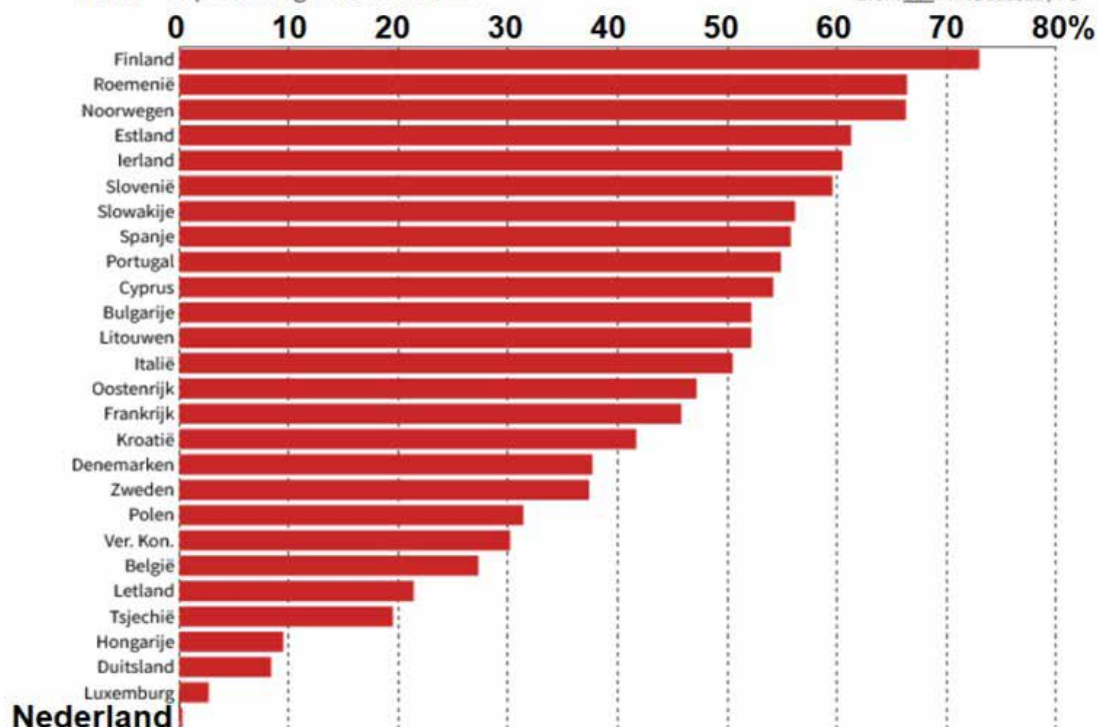
Met meer humus neemt de soortenrijkdom overal weer toe. Wie maakt er humus voor ons? Dat zijn de bacteriën, schimmels en bodemdierpjes in de bodem, tenminste als ze zich daar thuis voelen, want ze houden niet van te veel bestrijdingsmiddelen, stikstof en fosfaten! Door de humus houdt de grond weer veel beter vocht en voedingsstoffen vast en kunnen de planten en bomen ook veel langer door-groeien op dezelfde regenbui.

Sloten en plassen hoeven dus vlak na de regenbui ook veel minder water af te voeren, omdat de bodem veel meer water opzuigt. Dat geldt ook voor een stadsdeel als Lindenholt. Dus: meer stenen eruit en groen erin!

De Europese Kaderrichtlijn Water (KRW)

Europese waterkwaliteit met status goed volgens Kaderrichtlijn Water, 2019 in percentage waterlichamen

Bron: EEA • NRC 120322 / FG



en Lindenholt



Nederland is niet echt het knapste jongetje van de klas als het over het beheer van de waterkwaliteit gaat.

Al tientallen jaren bevat ons oppervlaktewater te veel afvalstoffen. Niet alleen nitraat, fosfaat en bestrijdingsmiddelen die direct de sloot in lekken vanuit de landbouw, maar ook de resten van medicijnen, fijne deeltjes plastic en zware metalen. Die komen uit rioolwater dat niet helemaal schoon is teruggepompt naar ons oppervlaktewater. Die vervuiling had er eigenlijk uitgefilterd moeten zijn door de zuiveringsinstallaties (RWZI's) van waterschappen, maar 1 op de 5 RWZI's functioneert niet zo goed en daarom komt een deel van de afvalstoffen gewoon weer terug in onze sloten.

Het resultaat zien we in de grafiek. Nu bungelt Nederland met 1% onderaan de lijst van wateren die volgens de KRW in 2019 al 'goed' scoorden. We hebben dus nog 4 jaren te gaan voordat Nederland in 2027 voor de Europese Kaderrichtlijn water moet rapporteren.

Wat?

Dat het goed gaat met de nationale waterkwaliteit?

Waterschapsverkiezingen in Lindenholt

Na het verhaal dat we hierboven hebben afge-stoken hopen we duidelijk gemaakt te hebben dat de waterschapsverkiezingen van 15 maart voor Lindenholt heel veel kunnen betekenen. Het weinig slagvaardige beleid dat het waterschap Rivierenland al jaren voert op het vlak van stedelijk waterkwaliteitsbeheer moet fundamenteel veranderen.

Het Algemeen Bestuur dat we op 15 maart gaan kiezen, moet niet meer in een bubble opereren. Met de mond belijdt het huidige bestuur dat burgerparticipatie hoog in het vaandel staat, maar als er burgers zienswijzen indienen met onderbouwde aanpassingen van een peilbesluit worden ze met een kluitje in het riet gestuurd. Vervolgens wordt het peilbesluit weer zonder plichtplegingen vastgesteld voor 10 (tien!) jaar.

Al te gemakkelijk wordt het dagelijks bestuur en ambtenaren de vrije hand gelaten.

Het Algemeen Bestuur moet weer zijn controlerende functie gaan uitvoeren!

Ga dus kiezen!

Tekst en foto's BOL werkgroep Water

Grand Café Lindenholt biedt gratis buffet aan



Op 21 en 22 december j.l. kregen 250 mensen uit Lindenholt een gratis buffet aangeboden in Grand Café Lindenholt.

Uitbaters Daan Wichgers en Ronald Gerrits vertellen er over.

Er waren verschillende redenen om dit buffet belangeloos te organiseren.

Naast dat het Grand Café hun werk is, is het hun visie dat zij als ondernemers ook een sociaal maatschappelijk verantwoorde functie hebben.



Kijkend naar de ontwikkelingen in de wijk, is het jammer te moeten constateren dat het verenigingsleven steeds minder wordt, ook al zijn er nog steeds mensen die hiervoor hun stinkende best doen. Wijkcentrum 'de Kampenaar' is voor bewoners van Lindenholt niet meer beschikbaar. En zeg nou zelf waar moet dan bv. de jeugd naar toe?

Daan heeft al eens in Lathum bij Duiven eenzelfde evenement georganiseerd, wat toentertijd erg gewaardeerd werd.

Met Jan Berkhoff van de voedselbank en Linda van Aken van de Vincentius Vereniging werden voor deze gelegenheid de handen ineen geslagen.

Per dag konden er maximaal 150 gasten deelnemen. Omliggende ondernemers werden ge-

vraagd een nuttige schenking te geven, zodat er ook een kerstloterij kon plaats vinden. En uiteraard kwam ook de kerstman nog even langs.



Terugkijkend op het evenement zijn ze super blij dat ze het hebben georganiseerd en is hun missie geslaagd. Niet in de laatste plaats door de medewerkers van het Grand Café, die belangeloos een aantal uren kwamen werken om alles doorgang te laten vinden!

Het uitgebreide buffet kreeg van iedereen veel waardering en er werd gesmuld!

Onder andere de macrons op de feestelijke etagères waren, dank zij de kinderen, niet aan te slepen!



Voor veel kinderen was het de eerste keer dat zij in een restaurant gingen eten, maar zij mochten en konden hier heerlijk zichzelf zijn. En dat het voor hen een feest was, blijkt wel uit de opmerking 'Het is échte Cola en échte Fristie'.

Een van de deelnemende gasten vertelde mij later dat het voor haar kinderen een hele spannende ervaring is geweest. Maar doordat er een gastvrije sfeer heerste, waren ze snel op hun gemak gesteld. Zij hebben als gezin genoten van alle heerlijke warme en koude gerechten en niet vergeten de heerlijke toetjes. Een andere gast, die zich erg had verheugd op het buffet, kon om gezondheidsredenen niet deelnemen. Niet getreurd, een paar bakjes met eten van het buffet werden naar deze mevrouw gebracht.

Kortom alle gasten waren unaniem vol lof en heel tevreden over hetgeen werd aangeboden.

Daarom Grand Café Lindenholt en lokale ondernemers, bedankt voor dit geweldige initiatief!

Tekst en foto's: Ellen Timmermans

OM EN OM GEKNOT



Zaterdag 5 november 2022, de landelijke Natuurwerkdag:

11 wijkbewoners waaronder leden van de Werkgroep Lindenholt Groen verzamelden zich om een rij wilgen te knotten.

De wilgen staan bij het voetpad dat langs de paintballbaan naar de Weteringweg loopt.



In overleg met de gemeente hebben we de wilgen geknot om te voorkomen dat de takken te zwaar worden en de wilgen inscheuren of omvallen. Daarbij zijn niet alle wilgen onder handen genomen: om en om zijn ze geknot. Daardoor kunnen hommels, wilde bijen en andere insecten die hoofdzakelijk leven op bloeiende wilgen het volgende voorjaar voor hun voedsel weer terecht op de katjes van de niet-geknotte bomen. De wilg biedt ook een goede broedplek voor vogels.

Na het knotten hebben we, ook in overleg met de gemeente, een groot deel van de takken aan de andere kant van het pad tussen de bomen op langwerpige stapels (takkenrillen) gelegd. Daar vormen ze een schuilplaats voor insecten, zoogdieren en vogels. Het was een gezellige activiteit met lekkere koffie en koek in de pauze!

Begin december heeft de gemeente achterstallig onderhoud aan de sloot achter de wilgen laten uitvoeren. De sloot is over de gehele lengte aan één kant schoongemaakt. Ter bescherming van de in de sloot en tussen het riet levende dieren is de andere kant volgend jaar aan de beurt.

Op 9 december knotten we een andere rij langs het fietspad tussen SCE en paintballbaan.

De Werkgroep Lindenholt Groen is opgericht om de biodiversiteit en daarmee ook de leefbaarheid in de wijk te versterken.

Projecten van de werkgroep zijn o.a.:

- de inrichting van poelen in het park langs de Neerbosscheweg
- Het realiseren van een natuurwandelpad door de wijk
- Het herstellen van een gedeelte van het rabat tenbos, een oud stuk cultuurlandschap
- Het maaibeleid
- De aanleg van natuurvriendelijke oevers langs de vijvers in Wellenkamp en Hoefkamp
- Aanplant van bomen en struiken
- Vergroening en verduurzaming van de eigen woonomgeving, zoals Operatie Steenbreek
- We hebben regelmatig overleg met o.a. Gemeente, Bewonersoverleg Lindenholt, opbouwwerker, wijkregisseur en Werkgroep Water.

Als u vragen of belangstelling heeft voor de werkgroep of ons wilt helpen, dan kunt u contact opnemen met Henk Voskuilen: henkencobivoskuilen@kpnmail.nl

**Tekst en foto's: Harry Sanderink
Werkgroep Lindenholt Groen**



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



Nieuw in Lindenholt

Dierenvoedselbank Happy Feet

Wij zijn een dierenvoedselbank voor de mensen die onder armoede grens leven om toch hun dieren te kunnen behouden.



Diana en Brenda

De voedselbank geeft voedsel en lekkere snoepjes ect mee voor de diertjes. De cliënten kunnen bij ons ook non food aanvragen zonder extra kosten. Mensen kunnen bij ons aanmelden en inlopen op maandag, dinsdag en donderdag van 11:00 uur tot 16:00 uur

De officiële opening wordt nog gedaan door de wethouder van Nijmegen op 9 maart van 14:00 uur en 15:30 uur. Wij zitten in de wijk-gebouw De Brack in Leuvenbroek 1200.

Team Happy Feet



Zaterdag 10 december; opening nieuwe hondenspeeltuin aan het Kees Pellenaarspad

Dit werd een feestelijk gebeuren zeker vanwege aanwezigheid van onze Nijmeegse wethouder Jean Paul Broeren (openbare ruimte, wijken, participatie, vastgoed, sport en accommodaties, dierenwelzijn, faciliteiten) en Sara Boumghait, Projectmedewerker Lindenholt & Nieuw-West. Het was al vroeg in de ochtend en de temperatuur was even boven vriespunt toen een aantal inwoners met hun viervoeter(s) de plek achter het tennispark aan het Kees Pellenaarspad hadden gevonden.

Het hele idee is ontstaan op initiatief van Leila van der Schaaff. Op de gemeentelijke website Mijnuwplan.nl postte zij het plan waar een flink aantal bewoners positief op hebben gereageerd.

Daarop reageerde de gemeente Nijmegen enthousiast met als gevolg een heerlijk vrije losloop ruimte voor de honden en hun begeleiders met verschillende speeltuigen en behendigheidsstoelstenen om hond en baasje een tijdje bezig te houden.

Er waren zaterdag veel enthousiaste honden (met hun baasjes) aanwezig.

Tuincentrum Lindenholt had voor iedere aanwezige hond een attentie (mede mogelijk gemaakt door FarmFood natuurlijke hondenvoeding). Hondenschool Dogs2School was aanwezig om vragen te beantwoorden en tips



te geven over hoe je ervoor zorgt dat zo'n hondenspeeltuin voor alle honden een leuke plek en ervaring is.



Wethouder Jean Paul Broeren hield een heuse speech en verklaarde bij het weghalen van een doek over een speelbrug de hondenspeeltuin voor geopend.



Daarna konden alle honden en ook hun baasjes met groot enthousiasme bezit nemen van het terrein. Laten we er dan ook wel met z'n allen voor zorgen dat deze speeltuin een schone en nette plek in de buurt blijft.

Opnieuw een mooi resultaat van een bewonersinitiatief door middel van Mijnuwplan.nl.



Nijmegen

Wordt vervolgd.

Tekst en foto's: Gerard van Bruggen



Vieringen in de Agneskerk

Zondag 10.00 uur
Eucharistieviering
(deze viering is via
de livestreaming te
volgen)

Donderdag 8.15 uur Meditatief Morgengebed
(met teksten van h. Augustinus)

Alle zondagen is er in principe om 10.00 uur
een eucharistieviering.

Elke tweede zondag van de maand 17.00 uur
Poolse viering

Kindernevendienst

In de coronatijd heeft de kindernevendienst een
tijdlang stil gelegen. we hebben ons daarin ge-
houden aan de maatregelen van het RIVM.
maar nu mogen we weer, en kunnen we weer,
omdat er mensen zijn die mee willen helpen bij
de organisatie van een kindernevendienst. Van-
af nu is er in ieder geval tot de grote vakantie
elke tweede zondag van de maand (weer) een
kindernevendienst. We hopen dat er ook weer
ouders met kinderen gaan komen.

De Voedselbank.

Op vrijdagmorgen is het parochiecentrum van de
Agneskerk uitgiftepunt voor de Voedselbank.

De voedselbankmedewerkers zeggen zuchtend
tegen elkaar: er zijn echt veel meer hulpvragen.
De energieprijzen laten veel mensen over de
rand van het bestaansminimum duikelen. En
we krijgen minder binnen... Elke weekdag kunt
u in het parochiecentrum tussen 11.00uur en
12.00uur (houdbare) levensmiddelen afgeven
voor de Voedselbank. Dat kan ook elke zondag
na de viering tot ongeveer een half uur na de
viering.

Hier kunnen we allemaal aan meehelpen! U
hoeft er niet ver voor te reizen...

Bereikbaarheid

Het parochiecentrum, en dus ook de kerk en het
Stiltecentrum is elke werkdag open van 11.00
uur tot 12.00 uur.

Tijdens deze uren is er een gastvrouw of gast-
heer aanwezig. Let op: In de vakantietijd is er
alleen op woensdag een gastvrouw/gastheer
aanwezig. Wanneer u op andere uren ons nodig
hebt belt u 024 3777778 en krijgt u een telefoon-
nummer via het antwoordapparaat waarmee u
in een noodgeval iemand van de parochie kunt
bereiken. In andere gevallen kunt u een mailtje
sturen naar info@agneskerklindholt.nl

Diaconiezondag: elke eerste zondag van
de maand.

Er is inzameling voor de Voedselbank. We ne-
men van huis langer houdbare levensmiddelen
mee, die naar het depot van de Voedselbank
Nijmegen gaan. Er is loempiaverkoop voor de
oorlogsslachtoffers in Vietnam (meer info; www.lavang.nl)

en sieradenverkoop voor een ge-
meenschap op Bali (meer info: www.stichtings-vvk.nl)

Dopen

Om uw kind aan te melden voor zijn of haar doop
kunt u contact opnemen met ons parochiecen-
trum. Dit is 's morgens bereikbaar tussen 11:00
uur en 12:00 uur (tel: 024-3777778). U kunt ook
een mail met de doopvraag sturen naar info@agneskerklindholt.nl



Houdt u er svp rekening mee dat er vóór de doop
twee voorbereidingsbij-
eenkomsten zijn? Voor
volwassenen die ge-
doopt willen worden is er
een apart traject. U kunt hiervoor contact opne-
men met pastoor Kimman.

Website

Omdat we in de
Agneskerk werken met gastvoorgangers wil het
soms wel eens gebeu-
ren dat er een viering
van voorganger 'wis-
selt'. De meest actuele
info vindt u op de web-
site www.agneskerklindholt.nl of www.stefanus.nl/Agnes



Met de QRcode komt u
snel op de pagina waar de vieringen staan.
Vanuit onze kerk hebben we ook een livestream
van de (zondags)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.agneskerklindholt.nl/livestream>
Met de QRcode komt u snel op de pagina waar
de vieringen staan.

Datum Pasen

De datum van Pasen valt op de eerste zon-
dag na de eerste volle maan in de lente. Voor
dit jaar betekent dit dat we Pasen vieren op
zondag 9 april.

Daardoor valt
Carnavalszondag op
19 februari en begint
de Veertigdagen- of
Vastentijd op woens-
dag 22 februari. We
noemen deze dag
Aswoensdag.



Aswoensdag

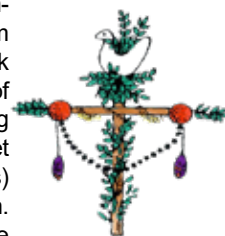
Om 19.30 uur is er een viering waarin we met het
askruisje de Veertigdagentijd beginnen.

De Veertigdagentijd

In de Veertigdagentijd, de voorbereidingstijd op
het feest van Pasen is er na elke viering een
speciale deurcollecte voor de Voedselbank en
de Vincentiusbeweging.

Palmpaasstok

Kent u hem nog, de palm-
paasstok? Hebt u hem
vroeger als kind zelf ook
gemaakt, voor uzelf of
voor een zieke om weg
te geven? We gaan met
kinderen (en hun ouders)
een palmpaasstok maken.
Gewoon om deze traditie
weer eens onder de aandacht te brengen. We
beginnen op de zaterdag voor Palmpasen, dus
op 1 april, om 10.00uur. Met een uurtje werken
denken we een heel eind te kunnen komen. We
sluiten de bijeenkomst af met een korte viering
en een kleine optocht met alle palmpaasstokken.
U bent van harte welkom met uw kind(eren).
Neemt u zelf een houten kruis mee waar een
palmpaasstok van gemaakt kan worden?



De kinderen zijn van harte welkom om tijdens de
viering van Palmpasen, zondag 2 april, hun stok
aan iedereen in de kerk laten zien!

Zondag 2 april Palmpasen

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

Conditie-Fit

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

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

maandag 19.00 - 20.00 uur	In de sportzaal van Wijkgezondheids- centrum Lindenholt kunt u in een kleine groep sporten onder leiding van Patty Krahmer, een bevoegd sport- docente. De doelstelling is om algemene conditie te verbeteren en om u beter te laten functioneren in het dagelijkse leven.
donderdag 19.00 - 20.00 uur & 20.15 - 21.15 uur	
1 x per week € 35,- 2 x per week € 63,-	

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

Wijkgezondheidscentrum
Lindholt

Gemeente Nijmegen helpt u de winter door



Nijmegen

Heeft u geldzorgen door de hoge energiekosten? Deze winter biedt de gemeente Nijmegen extra hulp aan inwoners, ondernemers, verenigingen en instellingen die in geldnood komen door de hoge energieprijzen. U kunt gebruik maken van deze extra ondersteuning tot 31 maart 2023.

Bent u inwoner en heeft u geldzorgen?

Voor de winterperiode heeft de gemeente een tijdelijk noodfonds. Komt u door de hoge energiekosten in financiële nood? Lukt het u niet meer om al uw uitgaven te betalen? Meld u online aan via Bindkracht 10 www.bindkracht10.nl/geldzorgen. Samen met u wordt gekeken wat de beste hulp is bij uw persoonlijke situatie. Hoeveel inkomen u heeft maakt niet uit. U kunt ook bellen met de Stips steunpunt in de wijk) 024 - 350 20 00. Of langskomen bij één van de Stips in Nijmegen.

Bent u ondernemer en heeft u hulp bij geldzaken nodig?

Bent u ondernemer in Nijmegen en heeft u geldzorgen of financiële vragen? Maak een afspraak met het OndernemersPunt Geldzorgen. De medewerkers helpen u om weer grip te krijgen op uw geldzaken of financiële vragen. Zij bieden advies en administratieve hulp aan. Mail naar ondernemersengeldzorgen@nijmegen.nl of bel 024 - 329 20 29. Kijk ook op: nijmegen.nl/geldzorgenondernemers

Maatschappelijke instelling of vereniging en hulp bij geldzaken nodig?

Wordt u als maatschappelijke instelling of vereniging direct getroffen door de hoge energiekosten? Wij helpen graag en denken met u mee. Wij kijken wat u zelf kunt doen en kunnen u financiële hulp bieden vanuit een speciaal noodfonds. Meld u aan bij uw vaste contactpersoon van de gemeente of vraag de subsidie aan via de website nijmegen.nl/dewinterdoor.

Besparen op uw energierekening?

Op nijmegen.nl/energieloket vindt u tips om energie te besparen en informatie over het verduurzamen van uw woning. Ook vindt u hier meer informatie over energiecoaches of EnergieFixers die u hiermee kunnen helpen. Met kleine aanpassingen kunt u al energie besparen.

Opwarmen in openbare gebouwen

Zit u thuis in de kou? U kunt terecht bij wijkcentra en ontmoetingsplekken voor een warme ontmoeting in de wijk. Zo hoeft u thuis minder te stoken, zit u niet in de kou en kunt u mensen ontmoeten. Alle wijkcentra zijn maandag tot en met vrijdag open. Tussen 9.00 en 11.00 uur zijn de warme dranken gratis. Daarnaast organiseren we per stadsdeel of wijk verschillende activiteiten.

Openbare gebouwen waar u warm kunt worden:

Gebouw	Adres
Het Wijkatelier	Zellersacker 1003
Wijkcentrum	De Brack Leuvenbroek 1200
Wijkcentrum	De Inloop Kolpingstraat 2a
Wijkcentrum	De Klif Pijlpuntstraat 1
Wijkcentrum	De Ark van Oost Cipresstraat 154
Wijkcentrum	De Burghardt (oneven weken) Burghardt van den Berghstraat 114
Wijkcentrum	De Schakel Archimedesstraat 9
Wijkcentrum	Villa Nova Derde van Hezewijkstraat 2
Wijkcentrum	De Schalmey Symfoniestraat 204
Wijkcentrum	De Heseweide Daniëlsplein 3
Wijkcentrum	Dukenburg Meijhorst 7039
Wijkcentrum	Hatert Couwenbergstraat 22
Wijkcentrum	't Hert Thijmstraat 40
Wijkcentrum	Titus Brandsma Tweede Oude Heselaan 386
Wijkcentrum	Daalsehof Daalsehof 2
Wijkcentrum	De Ster Queenstraat 37-B, Lent
Wijkcentrum	't Oude Weeshuis Papengas 8
Wijkcentrum	De Biezantijn Waterstraat 146

Op www.nijmegen.nl/dewinterdoor vindt u meer informatie over welke hulp of begeleiding u kunt krijgen. Of u nu inwoner, ondernemer of instelling bent.

Ook vindt u daar tips over energie besparen. Scan de qr-code om op deze site te komen



Bettineke van der Werf

Column

Verplichtende liefde

Februari is de maand van de liefde. Met Valentijnsdag aan boord, kun je daar niet onderuit. Maar ook mei en juni met Moederdag en Vaderdag gooien hoge ogen als maand van de liefde. Er is over weinig onderwerpen zoveel geschreven als over liefde. En er gaat ook bij weinig zoveel mis als met diezelfde liefde. Augustinus schreef er ook al over:

Liefde is het enige dat groter wordt als je ervan geeft. Nu is dat laatste niet helemaal waar. Hulpverleners zijn vaak lang bezig om daar waar er problemen waren, of zijn, in relaties, helend te zijn voor de eigen gekwetstheid van mensen en openingen te maken naar oplossingen. Liefde heeft met kwetsbaarheid te maken. Die van jezelf en van de ander.

Maar het is ook de meest sterke band tussen mensen (en dieren). Liefde geeft draagkracht, ziet mogelijkheden, geeft creativiteit en is de verbindende factor in onze samenleving. Liefde is je hart toestaan je hoofd te regeren.

Ik vond deze spreuk bij 'Loesje', een samenwerkingsverband van creatievelingen, ergens in de zeventiger jaren.

De spreuk hangt nog steeds in mijn gezichtsveld. Misschien is dit ook wel de kern van liefde. Je kunt liefde niet beredeneren, maar wel ervaren met je hart.

En harts-zaken maken je altijd fragiel, terwijl je ook weet én ervaart dat je niet zonder kunt. Het zoeken naar deze balans houdt een mens zijn leven lang bezig. Of, om weer met Augustinus te spreken:

Altijd ben ik verplicht tot liefde.

Zij is de enige die mij als schuldenaar blijft opeisen, ook als ik ze al gaf.

Augustinus Brief 192,1

Verplicht? Ja, een volmondig ja, omdat we zonder liefde als samenleving niet kunnen overleven. Maar ook een opdracht. Heb God lief en je naaste als jezelf, vraagt Jezus ons. Over het eerste hoeven we het niet altijd eens te zijn, maar het laatste is wel de spiegel die we onszelf altijd voor kunnen houden bij de keuzes die we maken.

Bettineke van der Werf, Agneskerk Lindenholt



Mensen met een laag inkomen kunnen energietoeslag aanvragen. Met het extra geld kunnen ze hun energierekening makkelijker betalen. U kunt tot 30 juni 2023 een aanvraag energietoeslag 2022 indienen. Ook voor 2023 kunt u een voorschot aanvragen van €500,-.

Studenten

Als student mag u ook energietoeslag aanvragen. Dit heeft de rechtbank Gelderland bepaald op 5 augustus 2022. Per adres kan per kalenderjaar 1 keer energietoeslag aangevraagd worden. Als u met andere studenten op hetzelfde adres woont, moet een van u aanvragen. U verdeelt de toeslag dan onder elkaar.

U kunt geen energietoeslag aanvragen als u als student bij uw ouders woont. Uw ouders zijn dan verantwoordelijk voor de energiekosten en kunnen mogelijk de toeslag aanvragen.

Lukt het aanvragen van de energietoeslag niet of heeft u er hulp bij nodig? Kom dan naar de Stip in Lindenholt. Zij helpen u graag met het aanvragen hiervan.

Adres Stip Lindenholt Wijkatelier Lindenholt Zellersacker 1003

Maandag-, woensdag- en donderdagmiddag van 13:30 uur t/m 16:00 uur

U kunt gewoon binnenlopen, de koffie staat klaar.

A vertical advertisement for Anita Hair Beauty Fashion. The top half has an orange background with the word 'Anita' in a white, handwritten-style font. The bottom half has a dark grey background with white text. The text lists services: 'KAPSALON', 'HOOFDHUID PROBLEMEN', 'HAARWERKEN / PRUIKEN', 'CONTRACTEN MET ALLE ZORGVERZEKERAARS', 'EXTENSIONS', 'BRUIDKAPSELS', 'VISAGIE', and 'HONDENTRIMSALON'. At the bottom, there is a phone icon followed by the number '024-378 31 37' and a Wi-Fi icon followed by the website 'ANITA-HAIR-BEAUTY-FASHION.NL'.

December 2022; Sjaak Scheepers stopt als eigenaar 'Scheepers Rijwiel Specialist' in Dukenburg



Sjaak en Sophie zijn overdonderd door het grote aantal cadeaus dat zij op de laatste dag hebben mogen ontvangen van vele vaste klanten. Sjaak: 'Werkelijk ongelooflijk; vele flessen wijn, 103, ik heb ze geteld, dozen Merci chocolade en vele bossen bloemen! Dit hadden we echt niet verwacht, het was echt een gekkenhuis. In al die 37 jaar hebben we ook wel moeilijke momenten gehad, gelukkig ook heel veel mooie en dit was er een van!'

Sjaak: 'Tot kort geleden was het niet zeker of er iemand interesse zou hebben om de zaak over te nemen. Maar het goede nieuws is nu dat er zich onlangs iemand heeft aangemeld die serieuze belangstelling heeft om deze onderneming voort te zetten. Het zou gaan om de reparatiewerkplaats inclusief de winkel. De nieuwe ondernemer moet de zaak wel helemaal opnieuw opbouwen.

Alle vaste klanten zijn inmiddels met toestemming overgenomen door Toonen Rijwielen aan de Dennenstraat. 'Maar', zoals Sjaak nuchter opmerkt, 'Zo ben ik ook begonnen.'

Hij is in ieder geval tevreden met de manier waarop de eventuele nieuwe eigenaar delen van inventaris en materieel wil overnemen. Hij heeft goede hoop dat dit doorgaat want dat zou vooral voor de klanten heel prettig zijn. 'En voor de rest zie ik het wel. Met een collega heb ik al afgesproken, dat wanneer het echt nodig is, ik graag even bij kom springen. Zo blijf ik nog een beetje betrokken bij de business. Ik heb het jarenlang met heel veel plezier gedaan, maar ik ben nu 66. Ik heb mijn eerste

AOW mogen ontvangen en ik moet zeggen, dit voelt ook uitstekend!'

China

Lachend vertelt Sjaak over bijzondere en ook over verre klanten. Zoals een eigenaar van het hotel waar hij samen met Sofie al jaren komen in Teuven net over de grens. 'Het heet de 'King's Head Inn en is echt een heel leuk hotel waar ook heel lekker wordt gekookt. Daar hebben wij een aantal leenfietsen mogen leveren. Maar het verste is China. Dat waren oude klanten van mij die speciale belangstelling hadden voor de ouderwetse Gazelle met trommelremmen met trekstangen zoals die er vroeger waren. En die hebben we naar China verscheept.'

Elektrisch

De transitie naar elektrische fietsen is heel erg snel gegaan. 'De oud directeur van Gazelle zag daar aanvankelijk niks in. Hij zei letterlijk: Daar beginnen we niet aan want dat gaat helemaal niks worden. Hij heeft duidelijk ongelijk gekregen want die ontwikkeling ging snoei-hard! Op dit moment worden er meer E-bikes verkocht dan gewone fietsen.' Sjaak ziet wel grote verschillen in kwaliteit van fietsen van vroeger en hoe die tegenwoordig worden geleverd. 'Dat is niet meer te vergelijken. Er rijden nu nog steeds fietsen van Gazelle; 3 versnellingen stalen frame en stalen velgen. Niet kapot te krijgen. En nu moet je na twee jaar kettingen en tandwielen vervangen en dat is normaal.' In de loop der jaren heeft Sjaak zo'n 20 monteurs opgeleid.

Met sommigen heeft hij nog steeds contact. Van zijn laatste twee monteurs is er één de zorg in gegaan en de andere heeft in elders werk gevonden.

Veranderingen

'Grootste verandering de afgelopen jaren was wel de uitbreiding met het pand naast ons, de buurman stopte er mee en gunde ons de gelegenheid om tegen aantrekkelijk voorwaarden onze zaak tot het huidige vloeroppervlak te vergroten.'

Sjaak heeft het zo veel besproken 'zwarte gat' die veel nieuwe pensionado's ervaren, nog niet mogen ontdekken. Er is nog veel te doen rondom de afronding van het bedrijf en onze stacaravan in Zeeland is ook een prachtig en aantrekkelijk alternatief. Daar voelen zij zich heel goed thuis en komen er daar heel graag. Sjaak en Sophie wonen nu 35 jaar in Dukenburg en hebben dit stadsdeel flink zien veranderen. Samen hebben zij hele generaties op zien groeien in Dukenburg en ook veel zien veranderen in de buurten. 'Er wonen veel ouderen hier in de laagbouw en in de huurhuizen komen vaak doorstarters die er maar kort wonen om dan elders een woning te kopen. Dat geeft wel een beetje onrust ik de wijken. Bewoners hebben minder oog voor het schoonhouden van de wijken en zie je meer dan vroeger allerlei rotzooi in de straten. Gelukkig valt dat hier in de buurt nogal mee en wonen wij hier helemaal naar ons zin.

Misschien wanneer we het met de burens minder goed treffen dat we besluiten om naar Zeeland te verhuizen, maar zo niet, zitten we hier prima! Wat ons wel opvalt is dat de luchtkwaliteit in Zeeland beduidend beter is dan hier, we merken dat we daar veel minder last hebben van verkoudheid, het gebruik van neusdruppels is daar nog niet nodig gebleken.'

Wens voor Dukenburg; 'Dat het zo mooi groen mag blijven, zoals het nu is.'

**Tekst Gerard van Bruggen / René van Berlo
Foto's: Peter Saras / Gerard van Bruggen**



Wethouder Jean-Paul Broeren: 'Iedereen

Sinds 22 juni 2022 heeft Nijmegen een nieuw college van B en W. Dit jaar stellen we alle wethouders voor. In dit nummer beginnen we met Jean-Paul Broeren van Stadspartij Nijmegen. 'Ik wil in iedere wijk ontmoetingsplekken in de openbare ruimte.'

Jean-Paul Broeren is geboren en getogen in Grootstal. Hij heeft 37 jaar als isolatiemoniteur aan verduurzaming gewerkt. Hij is groot N.E.C.-fan. Bij de thuiswedstrijden was hij jarenlang clubmascotte *Bikkel*. Hij was sportverslaggever bij TV Nijmegen. Jean-Paul was actief in de wijkraad van Grootstal. Dat bleef hij ook toen hij zes jaar geleden naar Brakkenstein verhuisde.

Waarom bent u de politiek ingegaan?

Omdat ik echt iets wil betekenen voor de stad. Ik wil dingen voor elkaar krijgen. Daarvoor nuilde ik overal over. Mijn vrouw kreeg daar genoeg van en zei: ga zelf actie ondernemen! Ik ben naar Ben van Hees gegaan, voor mij het toonbeeld van lokale politiek. Samen met John Brom, Leon Busschops en de onlangs overleden Albaer Hillen had hij De Nijmeegse Fractie opgericht, de voorloper van Stadspartij Nijmegen. Ik werd fractievoerder. Ik heb me kunnen profileren. Na zes jaar werd ik raadslid.

'Bij de gemeenteraadsverkiezingen van 16 maart 2022 steeg de stadspartij van drie naar zeven zetels. Ze werd in grootte de tweede partij van Nijmegen en kwam in het college van B en W. Broeren werd wethouder, net als zijn partijgenoot John Brom. Het is een hele mond vol, de portefeuille van Jean-Paul Broeren. Hij is wethouder van 'sport, accommodaties, wijken, participatie, openbare ruimtes, dierenwelzijn en faciliteiten'.

Het was een mooie kans iets te gaan doen voor de stad', vindt Broeren. 'Deze portefeuilles passen mij. Zo was bijvoorbeeld dierenwelzijn een ondergeschoven kind. Daar maak ik me zorgen over. Een hond is onderdeel van het gezin. Op ons initiatief wordt dan ook de hondenbelasting afgeschaft.'

Wijken

Anderhalf jaar geleden hief B en W de afdeling Wijkmanagement op. Dit tot verrassing – en deels ergernis – van actieve burgers en de volledige gemeenteraad. Wat vindt Broeren hiervan?

'De wijkraad Grootstal had hele korte lijntjes met de wijkmanager. Die was 24 uur per dag bereikbaar. Dat waren we ineens kwijt. Wat er



voor in de plaats kwam, was in het begin onduidelijk. Waar kon je terecht? Er zijn nu drie wijkregisseurs. Je moet wel weten bij wie je moet zijn.

We moeten het positief zien en omarmen. Op 1 november was er een bijeenkomst met de wijkraden. Volgens mij heeft deze goed uitgespeeld. Iedereen is betrokken bij het proces. Er

is wel een klacht: er is veel verloop onder de wijkregisseurs. Dat vind ik ook jammer, maar mensen kun je niet tegenhouden.'

Wat vindt u van de wijkbladen?

'Die hebben een groot bereik. Ze worden heel goed gelezen. Daarom kunnen we twee gemeentelijke pagina's in elk nummer hebben,

moet trots op Nijmegen kunnen zijn'

zodat we de inwoners bereiken.'Broeren gaat de wijken af. 'Sinds januari heb ik wijkspreekuren', meldt hij. 'Een keer in de zes weken in een van de wijkcentra. Op 17 januari ben ik begonnen in 't Hert.'

Broeren verbaast zich soms over verhalen die rondgaan, bijvoorbeeld over de Lindenberg in Aldenhof en wijkcentrum Titus Brandsma in Wolfskuil. 'Er is geen plan dat Lindenberg Aldenhof gaat sluiten. Sloop van wijkcentrum Titus Brandsma is niet aan de orde', meldt hij.

Nieuwe initiatieven

Wat wel verandert is de Jan Massinkhal aan de Nieuwe Dukenburgseweg. De gemeenteraad heeft vlak voor Kerst besloten op deze plek een nieuw zwembad én een nieuwe sporthal te bouwen. Het nieuwe zwembad gaat de huidige zwembaden Dukenburg en West vervangen. Wat er met de plekken van die oude zwembaden gaat gebeuren, is nog niet bekend.

Ook komt er een 'vervangingsgolf in de openbare ruimte', meldt Broeren. Hiervoor is geld gereserveerd. Straten worden opgeknapt. Er komen zonnepanelen op panden van de gemeente. In Wolfskuil maken bewoners zich zorgen over het spooreplacement. ProRail wil het gebruik hiervan veranderen. Daardoor zou het geluid in de nachtelijke uren kunnen verhogen naar 45 decibel, terwijl nu 33 decibel is toegestaan. Ook is men bang voor extra fijnstof en lichtvervuiling.

Broeren benadrukt dat ProRail hierover gaat: 'De gemeente heeft een toetsende rol als omgevingsvergunningen worden aangevraagd. Wel kan ik zeggen dat het stationsgebied de komende jaren wordt aangepakt en we voor een mooi station gaan. Openbare ruimte valt wel binnen mijn portefeuille. Zo komt er ook een groene zone langs het spoor van Graafseweg tot Waalhaven. Dat wordt samen met de wijk ontwikkeld.

Ik ben erg voor een groen lint door de stad van Brakkenstein naar de Waalhaven. Zo'n mooie route nodigt uit om te gaan wandelen.'

Pumptrack

Op woensdag 16 november heeft Broeren een *pumptrack* in **Lindholt** geopend. Dat is een aaneengesloten circuit met bulten en kombochten die elkaar ritmisch opvolgen. Het is een kruising tussen een BMX-baan en een skatepark. Daardoor is het geschikt voor crosfietsen (BMX), mountainbikes, stuntstepjes, loopfietsen, inline skates, longboards en skateboards.



Broeren: 'De mooie pumptrack in Lindenholt is een echt succes.

Een moeder uit Lindenholt vertelde me dat haar zoon eerst altijd op zijn PlayStation speelde. Nu gaat hij naar de pumptrack. Hij heeft zijn spelcomputer verkocht! We leven in een grote digitale wereld. Hoe mooi is het dan om jongeren naar buiten te krijgen. Er is wel veel vandalisme. Dat is gewoon jammer. Ouders moeten kinderen erop wijzen dat ze het mooi houden.'

Clubs ondersteunen

Veel clubs hebben het moeilijk. Er zijn minder leden en de energiekosten rijzen de pan uit. Broeren: 'Natuurlijk zet iedereen de thermostaat een paar graden lager. We kunnen niet voor extra leden zorgen, maar clubs die echt in de problemen komen kunnen zich melden. De gemeente wil hen ondersteunen. Er is een pot voor energie-armoede.'

Afsluitend: 'Ik ben makkelijk benaderbaar. Een man een man, een woord een woord. Als ik fouten maak zal ik dat ook erkennen. De mensen kunnen langskomen, ook in de wijken. Niet alleen voor vervelende, ook voor leuke dingen. Ik wil in iedere wijk ontmoetingsplekken in de openbare ruimte zodat mensen elkaar kunnen treffen. De sociale cohesie versterken.'

Hij is positief over de Nijmeegse gemeenteraad. 'Wij praten in het stadsbelang. Da's echt zo in Nijmegen. Na afloop zitten we bij elkaar. We weten dat we het samen moeten doen. Hoe krijgen we de stad naar een nog hoger niveau? Iedereen moet trots op Nijmegen kunnen zijn.'

Tekst: René van Berlo en Gerard van Bruggen
Foto's: Jacqueline van den Boom

Dar®

Download ook de Dar app!

Dan weet je wanneer Dar in 2023 jouw afval ophaalt!



Te huur aangeboden in Wijkgezondheidscentrum Lindenholt:

- **Fraaie, functionele oefenruimte met fitnessapparatuur (60m² in de avonduren en in het weekend)**
- **Grote vergaderruimte (60m² maandag tot en met vrijdag tijdens kantooruren)**
- **Kleine vergaderruimte (22m² maandag tot en met vrijdag tijdens kantooruren)**

Voor informatie: Liede Lukkezen, 024-3781818



Barry Plakmeijer is de nieuwe collega in het team Fysiotherapie Wijkgezondheidscentrum Lindenholt



Mijn naam is Barry Plakmeijer en ik ben sinds april 2022 werkzaam in het Wijkgezondheidscentrum Lindenholt.

Vanaf jongs af aan had ik altijd al interesse in mensen om mij heen. Die mensen wisten mij ook altijd te vinden voor een gesprek of wanneer er iets dwars zat.

Van nature zat het ondersteunen van andere mensen er al vroeg in en ik vond dat ook prettig wanneer ik mensen kon ondersteunen. Dit was de basis die gelegd werd voor mijn toekomst als fysiotherapeut.

Ik ben van nature sportief aangelegd en het sporten geeft voor mij een vorm van balans met de hectiek van werk, gezin en het zorgen voor jezelf. Ik ben getrouwd en heb een tweeling van 7 jaar en woon heerlijk in het kindvriendelijke Lent.

Ik ben werkzaam bij Wijkgezondheidscentrum Lindenholt als fysiotherapeut met aandacht voor de psychosomatische kant van ons vak. Ik begeleid mensen graag bij mentale als fysieke klachten. Dit doe ik om hen weer in hun kracht te zetten, regie te pakken over hun eigen leven ondanks hobbels en valkuilen die elk mens heeft en ervaart.

Hierbij maak ik gebruik van mijn kennis maar ook gebruik ik mijn eigen ervaringen. Ook al zit ik in dit vak, ik ben ook door vallen en weer opstaan wijzer geworden. Deze ervaringen en inzichten hebben er voor gezorgd dat in toekomstige uitdagingen andere keuzes maak. Dat geeft mij meer balans in mijn leven.

Ik ben ervan overtuigd dat ons lichaam altijd probeert om balans te creëren. Dat neemt niet weg dat we klachten kunnen krijgen of ervaren



tijdens ons leven. Door te kijken naar het ontstaan van de klacht en naar de persoon die ik voor me heb, wil ik samen met jou een goede basis creëren op weg naar een duurzame oplossing voor het probleem.

Wat zijn je beweegredenen, je overtuigingen over de klacht, je motivatie om er iets aan te doen. Hoe zie je dat voor je? Dat zijn onder andere belangrijke items die ik duidelijk wil krijgen samen met jou in een eerste gesprek. Daarna starten we het traject waarbij we samen aan het werk gaan.

Waar nodig gebruik ik mijn fysiotherapeutische handelingen. Daarnaast gaan we ook bekijken hoe jij weer grip kan krijgen op het probleem. Dit doen we door meer inzicht te krijgen maar ook door veranderingen toe te passen in jouw dagelijkse leven voor een duurzame oplossing.

Ik ben er dan ook van overtuigd dat ik niet degene ben die jou beter maakt! Doordat jij zelf beter weet te ervaren wat je lichaam aangeeft, ben je in staat om de regie te nemen in jouw eigen herstel!

Hartelijke groet, Barry Plakmeijer

Foto's: WGCL



Linda van Aken
Voorzitter stichting
Vincentius
Nijmegen



Column

Goede voornemens een vast begrip in januari.

Maar wanneer zijn het goede voornemens?

Als je ze bedenkt?

Als het lukt om ze uit te voeren?

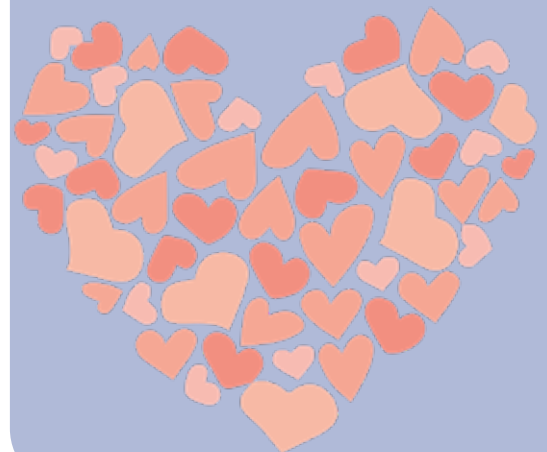
Zo heeft ook de Vincentius vereniging goede voornemens aan het begin van het jaar.

- Nog meer mensen helpen maar wel dicht bij onszelf blijven.
- Zorgen dat onze focus blijft liggen waar wij goed in zijn, direct contact met mensen die onze hulp nodig hebben.
- Vanuit ons 'hart' uniek en authentiek zijn en blijven in Nijmegen waar zoveel mooie andere organisaties de zelfde doelgroep bedienen, waar ook veel overlap is.

Voor ons betekent dat 2023 een jaar wordt van terug naar onze roots, noodhulp en de hand reiken aan wie ons nodig heeft.

- Verschil maken in het leven van anderen.
- Groeien via het pay it forward principe, als wij iets doen voor mensen dat mensen dat door geven aan anderen.

De wereld een stukje mooier maken door mensen te raken met onze veel te grote harten



NIEUW



Kindermondzorg Nijmegen



→ Opgroeien zonder gaatjes.
Dat is ons doel.

Kindermondzorg Nijmegen is gespecialiseerd in preventieve mondzorg voor kinderen. We helpen kinderen van 0 tot 18 jaar én hun ouders met het voorkomen van gaatjes. Ons team bestaat uit professionals met jarenlange ervaring in de kindermondzorg. Kindermondzorg Nijmegen is onderdeel van Mondzorg024.

www.kindermondzorgnijmegen.nl



**HET WINKELCENTRUM VOOR UW DAGELIJKSE BOODSCHAPPEN EN MEER
IN ÉÉN KEER ALLE BOODSCHAPPEN GEDAAN**

LIDL, COOP, TREKPLEISTER, ROBBERT DE ECHTE BAKKER, BLOEM EN PLANT, EASY MARKET,
DIERENSPECIAALZAAK 'T HONK, KAPSALON PETIT, BENU APOTHEEK, KAPSALON BUSSCHRA,
CAFETARIA NEERBOSCH, DE HAAS DE MODE, KAPSALON ALI,
CAFETARIA UGALA III, INT. MARKET NIJMEGEN, STIP.

SYMFONIESTRAAT 6544 TM NIJMEGEN, HARTJE NEERBOSCH-OOST

GRATIS PARKEREN.

www.winkelcentrumdenotenhout.nl



Lindenholt KOOKT

Zoals altijd is de redactie op zoek gegaan naar iemand die zijn/haar recept wilt delen met ons. Deze keer heeft Sjaan Jansen haar snelle gezonde kippensoep gedeeld. Wilt u ook een recept met ons delen dan kunt u een mail sturen naar de redactie ovv Lindenholt Kookt t.a.v. Victoria Lammerinks-Montis, zij neemt dan contact met u op.

KIPPENSOEP

Ingrediënten:

- 3 liter water
- 6 groenten bouillonblokjes
- 2 bakjes kastanjechampignons gesneden in plakjes
- 1 courgette in blokjes gesneden
- 2 rode uien in halve ringen gesneden
- 2 preien in ringen gesneden
- 1 bosje peterselie klein gesneden houd de steeltjes apart
- 400 gram gesneden gerookte kipreepjes

Breng het water met de bouillonblokjes aan de kook. Doe de kip erbij en schep het schuim dat komt weg uit de pan. Doe dan alle groenten behalve de peterselieblaadjes erbij en laat dit 30 minuten zachtjes doorkoken. Serveer de soep en strooi de peterselie over de soep. Ik vind dit een heerlijke soep en maak altijd meer, dit vries ik dan in. Gemakkelijk, gezond en snel.

Eet smakelijk, Sjaan Jansen



Victoria Lammerinks-Montis

Column

Vergrootglas

Het lijkt wel of iedereen tegenwoordig een loep voor zijn ogen heeft. Als je iemand te lang aankijkt kun je al een opmerking naar je toegeschreeuwd krijgen. Op televisie en vooral social media wordt alles nog meer uitgegroot.

Keken we vroeger naar een Tirolerfilm waar we om lachten omdat het bijna te belachelijk voor woorden was, tegenwoordig kunnen we niet meer met een goed gevoel kijken naar één van mijn lievelingsfilms: Notting Hill (met Hugh Grant) omdat het "me too-gehalte" volgens critici te hoog is.

Ik kijk naar onze film- en boekencollectie en realiseer me dat we dan weinig meer overhouden wat in deze tijd nog wel zonder schaamte mag. Waarom draaien we zo door?

Mensen worden vaak door geruchten al op staande voet ontslagen terwijl nog niet bewezen is of de persoon in kwestie schuldig is of niet. Even voor de duidelijkheid: hiermee wil ik niet zeggen dat ik het goedkeur om iemand ongewenst aan te raken, integendeel.

Ik vraag me dan ook serieus af of al die social media wel goed voor ons is. Moeten en willen we echt alles weten?

Ja natuurlijk heb ik de vrije keus om er niet aan mee te doen. En dat zeg ik dan wel maar is dat ook zo..

Zonder mobiel mis je soms ook veel info, want wie zit er niet in een appgroep van het werk? Of wellicht wordt er van je verwacht dat je een werkmobiel hebt met social media om alles te kunnen delen.

Mijn voornemen voor het nieuwe jaar is dus niet om minder te eten of drinken maar om minder aan social talk te doen!

Ik wens u allen een gelukkig, rustig en vooral gezond 2023 toe.

Een Moment van Leven en van Hoop op dinsdag 21 februari in Nijmegen

Weer stilstaan bij de verwoeste dromen van de bombardementslachtoffers



Een kleine 300 zangers, muzikanten, vertellers en dichters creëren samen op de avond van 21 februari vanaf 19 uur in de Molenstrataatskerk en de Stevenskerk in Nijmegen twee uur lang opnieuw een moment van leven, een moment van hoop op een mooie toekomst. Zij staan aan de vooravond van de herdenking van het bombardement op Nijmegen van 22 februari 1944 met hun muziek en woorden stil bij de verwoeste dromen van de vele slachtoffers van deze oorlogsramp. Dromen die we nooit moeten vergeten.

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 een andere zorg behoefte?

Wilt u hierbij zolang mogelijk thuis blijven wonen, met behoud van eigen regie?

Wij bieden ondersteuning zoals: verpleging, persoonlijke verzorging, huishoudelijk hulp en Individuele begeleiding.

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

Email: info@thuiszorgmoc.nl

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

Kleine zelfstandige ondernemers in Lindenholt onder de aandacht

De Ondernemer



Dit maal viel de keuze op een vertrouwd gezicht op de dinsdagse markt in Leuvenbroek.

Johnny's Groenten en Fruit

Johnny van Dijk reikt mij deze dinsdag enthousiast de hand als hij me ziet komen met mijn notitieboekje. Wat meteen opvalt is zijn Feijenoord pet. "Ik houd van deze club (en van NEC!) omdat zij een werkersmentaliteit hebben, en die heb ik ook," zegt hij.

Hoe lang doe je dit werk al?

"Al zesenvertig jaar zit ik in het vak. Mijn vader zat ook in het vak. Tot een jaar of zes geleden had ik een kraampje, maar toen kocht ik deze tweede hands vrachtauto die ik in vijftien minuten in en uitklap. Heel handig.

Ik kom al een jaar dertig elke dinsdag naar Lindenholt. De eerste jaren was er nog een echte markt in Horstacker maar dat werd daarna Leuvenbroek. Eigenlijk is er geen sprake meer van een markt want samen met mij is er alleen een Kaasboer en een Visboer. Dat is de tijd van nu. Ik heb gelukkig mijn vaste klanten die voor de hele week inkopen. De markt lijkt een beetje een aflopend iets. Ik weet niet hoe we dat kunnen promoten terwijl alles zoveel lekkerder en verser is dan bij de supermarkt.'

Hoe ziet jouw week eruit?

"Op maandag tegen 8 uur sta ik op de veiling in Zaltbommel of soms Geldermalsen waar ik voor de hele week groenten en fruit inkoop. Het is geen handjeklap zoals mensen wel eens denken, maar gewoon betalen wat de prijs is. Ik weet uit ervaring hoeveel ik nodig heb. Het komt wel eens voor dat er fruit over dreigt te blijven, dus dan zakt de prijs zaterdagmiddag. Ik sta dinsdag in Leuvenbroek van ongeveer van acht tot twee uur, in Hatert op woensdag, dan Malden, Meijhorst op vrijdag en op zaterdag in de stad.

Wat verkoopt nu het best?

"De mandarijnen in de winter blijven veel gevraagd. Ook de winteraardbeien uit Portugal doen het goed. In de zomer bijna alles. Dat is het jaargetijde dat er meest verkocht wordt. Ouderwetse groente niet meer zoveel. De mensen zijn wel wat verwend tegenwoordig. Ik zeg altijd; Ze hebben dure keukens maar staan er weinig in. Alles moet vlug vlug tegenwoordig dus kant en klaar maaltijden doen



het goed. Jonge mensen gaan niet meer een verse rode kool snijden en koken terwijl dat zo veel lekkerder is."

Hoe lang ga je nog door?

"Eerst dacht ik tot aan mijn pensioen, maar nu zeg ik dat zolang ik gezond ben en er plezier aan beleef ik doorga. Ik word volgende week 63 jaar overigens.'

Vacature; Assistent

Vroeger deed Johnny dit werk samen met een assistente maar die is gestopt. Hij staat open voor een collega voor bijvoorbeeld deze dinsdag. Je hoeft geen groenten en of fruitkennis te hebben. Alles is te leren. Een ouder iemand is ook welkom.

Tekst en foto's: Silvano Orvini

www.lindenholtleeft.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. Als betrokken inwoner ken jij Lindenholt als geen ander. Je weet al veel van welke mooie dingen er gebeuren en wat Lindenholt allemaal te bieden heeft aan voorzieningen, activiteiten, mensen, verhalen, nieuwtjes, oproepjes, plekjes, ideeën, initiatieven en talenten. Helaas is deze informatie vaak moeilijk vindbaar voor anderen.

Maar gelukkig hebben wij lindenholtleeft.nl, één handige plek waar al deze informatie wel te vinden is! Deze digitale ontmoetingsplaats is opgezet om inwoners, verenigingen, organisaties en gemeente dichterbij elkaar te brengen en elkaar nóg beter te kunnen vinden. Op lindenholtleeft.nl kan iedereen nu deel uitmaken van een netwerk aan enthousiaste inwoners, verenigingen, initiatieven en organisaties uit Lindenholt. Buurtbewoners zelf, in de rol van buurtverbinder, zorgen voor meer samenhang in hun eigen buurt of wijk.



Lindenholt maakt *Geschiedenis*

HET GRIJZE BOERDERIJTJE AAN DE BROEKSTRAAT

In de Broekstraat stond op nummer 115 een bijna mythisch huisje. Menigeen kent het grijze boerderijtje en zal wel eens gedacht hebben: Hoe oud is het huis? Wie wonen er toch? Waarom stond het huis zo lang te koop? Waarom stond het in een gat? En wat wordt er nu gebouwd, wie komen er te wonen?



Al onderzoekend blijkt dat het boerderijtje in het jaar 1832 voor het eerst in de kadastrale overzichten zichtbaar is.

Oorspronkelijk was de inwonende familie –zoals destijds zoveel andere gezinnen- zelfvoorzienend. Met een varken, een koe, wat kippen en een moestuin kon het gezin rondkomen. Deze familie bijna tot het jaar 2020. Voor zover we kunnen nagaan werd het boerderijtje door drie generaties bewoond; Oma en opa Albers, vader en moeder de Wild en Wilma, hun dochter.

Na het overlijden van oma ('64) en opa ('76) overleed ook vader (2005). Moeder en dochter woonden nog jaren samen in het boerderijtje. Toen ook moeder in 2017 overleed heeft Wilma besloten om het huis te verkopen en op een andere plek te gaan wonen.



Uit verhalen van oud-Neerbosschenaren komt naar voren dat de familie van oudsher nauwelijks contact had met de andere bewoners uit Neerbosch. Het was een klein gezin dat niet alleen zelfvoorzienend maar ook sterk op zichzelf georiënteerd was. Het was dan ook voor de Gemeente Nijmegen bij de ontwikkeling van Lindenholt nauwelijks mogelijk om in contact met hen te komen. Wellicht was dat een belangrijke reden dat het huis -met bewoners- tot februari 2020 gewoon kon blijven staan.



Daar waar in Neerbosch-Lindenholt slechts enkele woningen bleven staan, bleef deze boerderij staan.

Ook de tuin werd –in tegenstelling tot de rest van Lindenholt- niet met klei opgehoogd en zo bleef dit huis verdiept liggen.

Wel een Gemeentelijk monument

Het huis heeft in 2007 de gemeentelijke monumentenstatus gekregen. Aanvankelijk hechtte Gemeente Nijmegen er aan om het huis te restaureren.

De belangrijkste argumenten: het is een hal-lehuisboerderij, enkel steens! Het heeft een afgewolfd zadeldak, gedekt met gesmoorde muldenpannen. Het huis bevat nog waardevolle interieur-elementen. De boerderij heeft zowel exterieur als interieur architectuur- en cultuurhistorische waarde en kan worden gezien als beeld van het oude agrarische verleden in de regio.

In 1934 is het opkamertje verhoogd, de kelder ingevuld en het dak verhoogd aan die zijde. Mogelijk is toen de voorgevel van grijze stuc voorzien, maar nog niet de rest van het huis. Vermoedelijk is toen ook de oorspronkelijke draagconstructie uit het achterhuis verdwenen.

In de jaren 60 zijn dan verdere constructieve aanpassingen gemaakt waarbij de voor- en achtergevel vervangen zijn door betonstenen en toen is de betonstuc gebruikt om alles 1 kleur te geven, want de oude baksteen met de nieuwe grijze betonsteen oogde niet.

Wordt vervolgd.....

Tekst en foto's: Wim Zegers

HAN_

Wat leeft er in Sparkcentre Lindenholt?

HAN_

Graag willen wij jullie weer even meenemen in wat er leeft in Sparkcentre Lindenholt. Sparkcentre Lindenholt is een leerwerkplaats van de HAN (Hogeschool Arnhem en Nijmegen), waar, elk half jaar, een groep van ongeveer 30 tweedejaarsstudenten werken aan verschillende projecten en onderzoeken in de wijk. Deze studenten zijn van verschillende opleidingen, zoals bijvoorbeeld Verpleegkunde, Fysiotherapie, Logopedie, Voeding en Diëtetiek en Social Work.

Zij werken in interprofessionele groepen, samengesteld uit studenten die afkomstig zijn van verschillende opleidingen. Een wijkbewoner of professional uit de wijk is de opdrachtgever. Over de voortgang van het project houden de studenten contact met hun opdrachtgever. Ze krijgen begeleiding bij het project van wijkdocenten: Vanessa Heijmen en Suzan de Bruijn.

Betekenisvolle Plekken



De afgelopen maanden hebben twee groepen studenten onderzoek gedaan naar wat de betekenisvolle plekken zijn in zowel de Akerwijken en de Broekwijken. Jeanine Vermeulen van Bindkracht 10 was hun opdrachtgever. De studenten hebben veel mensen in de wijk gesproken en geobserveerd. Er kwamen verschillende plekken naar voren die betekenisvol blijken te zijn, zoals de kinderboerderij, het Johan Cruijff veldje, de Jumbo en het grote park

Armoede bespreekbaar maken



Een groepje studenten van de HAN is door de werkgroep 'Armoede' gevraagd om onderzoek te doen naar een passende manier om armoede beter bespreekbaar te maken. Zij zijn bij organisaties geweest waardoor ze veel informatie en kennis hebben gekregen over wat armoede is en wat het betekent voor Lindenholt. Zij hebben daar twee uitgebreide analyses van gemaakt (één over de wijk en één armoede) waar de werkgroep kan gebruiken.

Een wens die uit de gesprekken naar voren kwam is dat de placemat (die door een andere groep studenten ontwikkeld is met praktische info) vertaald wordt naar het Arabisch. De studenten hebben daarover contact gehad met de vrouwengroep en zij gaan die vertalen, zodat meer mensen kunnen profiteren van de placemat

Het gebruik van de app: 'Mijn Huisarts'



Louky van Orsouw (huisarts) en Janet Kleis (directeur WGCL) en Stephanie Christ (dokter-assistent) van het Wijkgezondheidscentrum waren de opdrachtgevers van het project: het gebruik van de app: 'Mijn Huisarts'. De 'Mijn Huisarts' app kunnen mensen gebruiken om herhaalmedicatie aan te vragen, het eigen dossier in te zien en een E-consult aan te vragen met de huisarts. Deze app werd echter nog niet zoveel gebruik door mensen in Lindenholt. De groep studenten heeft geholpen om meer bekendheid aan de app te geven. Daarnaast hebben ze mensen gestimuleerd en geholpen om de app te installeren.

Stichting MOVE bij Basisschool De Wingerd



Een projectgroep heeft samen met de stichting MOVE kinderen van basisschool De Wingerd

laten ervaren hoe het is om hun talenten in te zetten voor inwoners van Lindenholt. Op 20 december ging het gebeuren; na maanden aan voorbereiding, heeft groep 8b van basisschool de Wingerd het 'tunneltje' bij het Winkelhart Lindenholt een nieuw uiterlijk gegeven. Wat voorheen een saaie witte muur was, is veranderd in een kleurrijk kunstwerk met bloemen, handjes en andere tekeningen van de kinderen. Dit alles hebben zij niet alleen gedaan; ze werden hierbij ondersteund en begeleid door 5 studenten van de HAN, in samenwerking met stichting MOVE.

Het basisschoolproject MOVE JE BUURT laat kinderen in 4 tot 6 maanden ervaren hoe zij hun eigen buurt kunnen verbeteren. Studenten helpen deze plannen te realiseren en geven zo samen met de kinderen hun buurt een boost. De kinderen ontdekken hun talenten en leren trots te zijn op zichzelf, en het resultaat en de wijk.

Het idee van de samenwerking tussen studenten en basisschoolkinderen is dat ze elkaars leefwereld leren kennen. Tijdens het zogenoemde 'studentenuitje' zijn de kinderen met de studenten meegegaan naar de hogeschool om hier te ervaren hoe een dag van een student eruit ziet. Dit is voor hen een bijzondere ervaring geweest, vooral de roltrappen in de



school stalen de show. De studenten hebben diverse activiteiten omtrent hun verschillende studies voorbereid, waarmee de kinderen een aantal uren zoet geweest zijn.

Na vijf maanden met veel plezier samenwerken, is dit avontuur tot een eind gekomen. Zowel voor de kinderen als de studenten gaat dit gepaard met een lach en een traan. Samen hebben ze Lindenholt een stukje mooier gemaakt.

We hopen dat dit jullie een indruk heeft gegeven van waar we ons in het Sparkcentre mee bezig houden. Heb je na het lezen hiervan vragen of zou je met ons in contact willen komen. Mail dan naar Vanessa.Heijmen-boode@han.nl of suzan.debruijn@han.nl

Tekst: Milan van Beek / Vanessa Heijmen-Boode (HAN) / Suzan de Bruijn (HAN) / Gerard van Bruggen

Foto's: HAN / redactie



Woning verkopen?

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

024 - 3448 497

homanmakelaardij.nl

DE INFRAROODVERWARMING MET HET MEESTE COMFORT EN HOOGSTE EFFICIËNTIE

- Gezond & behaaglijk
- Constante luchtvochtigheid
- Unieke lange golf technologie
- Tot 87% zuiniger door een
langer bereik en grotere hoek
- Eenvoudig te installeren



*Daar
word je blij
van!*

www.infrarood-warmtepaneel.nl



Meer
informatie:



Kom het zelf ervaren:
+31 (0)412 69 19 52