

# LINDENHOLT LEEFT



De Dag van Lindenholt • Buurtgezinnen • Engin Dag • Zelfregiecentrum •  
Tuincentrum Lindenholt • Cycling dinner

BEN JU 15 JAAR OF OUDER,  
ZOEK JE EEN BUBAANTJE,  
EXTRA ZAKCENTJE....

WORDT BEZORGER VAN  
LINDENHOLT LEEFT

- Voor de bezorging van het wijkblad Lindenholt Leeft zijn we op zoek naar bezorgers. Het blad verschijnt 6x per jaar, de jaarplanning voor de verspreiding is bekend, dus prima te combineren naast een andere baan.
- **Prima verdienste!**  
Afhankelijk van de grootte van je (vaste) wijk krijg je € 7,50 per 100 bladen die moeten worden bezorgd. De afronding is naar boven.
- **Meer informatie:**  
Bel coördinator Dennis Hermesen  
06-174 84 394



**Lindenholt Leeft**  
mail: redactielindenholtleeft@gmail.com

Lindenholt Leeft is een onafhankelijk magazine voor het stadsdeel Lindenholt. Het verschijnt zes keer per jaar en wordt gratis verspreid. Lindenholt Leeft is mede mogelijk gemaakt door de gemeente Nijmegen. Voor het blad wordt een bijdrage verkregen uit het 'Budget wijkactiviteiten/bewonersinitiatieven van de gemeente Nijmegen en het Rijk'.

**Redactie**  
Mike Bogaard (hoofdredacteur)  
Bas Steeg  
Dick Romkema  
Jan ten Dam  
Victoria Lammerinks-Montis  
Silvano Orvini  
Kim van Rossum  
Ellen Timmermans  
Henk van der Heijden (fotograaf)

**Vormgeving**  
Aleta van Luijpen-Schuurman  
Dick Romkema

**Vaste medewerkers**  
Kees de Ruwe  
Bettineke van der Werf

**Drukwerk**  
Drukkerij Hendrix  
Oplage: 6500 stuks

**Bezorging**  
Lindenholt Leeft wordt bezorgd op alle adressen in de wijk Lindenholt met uitzondering van de brievenbussen met een NEE-NEE sticker. Heeft u een klacht over de bezorging? Bel: 06-174 84 394.

**Volgende editie**  
**Kopijsluiting:** zondag 14 september  
**Verspreiding:** vanaf maandag 6 oktober

**Zelf een artikel aanleveren?**  
Mail naar: redactielindenholtleeft@gmail.com.

**Aanleverspecificaties:**  
150 woorden per kolom. Foto's dienen als onbewerkt .jpg- of .png-bestand van minimaal 1 MB te worden bijgeleverd, inclusief vermelding van de naam van de fotograaf. De redactie behoudt zich het recht voor kopij aan te passen of in te korten of zonder opgave van reden te weigeren.

**Afhaalpunten Lindenholt Leeft**  
Het blad is verkrijgbaar rond de verspreidingsdatum op de volgende locaties:  
• Wijkatelier Lindenholt (WAL)  
• Jumbo Leuvenbroek  
• Spar St. Agnetenweg  
• Agneskerk Lindenholt  
• Vincentius Horstacker/Voorstenkamp  
• Bibliotheek Dukenburg  
• Brede school de Lindenhoeve  
• Sportvereniging SCE  
• Tennisvereniging Lindenholt  
• Wijkcentrum De Brack  
• Gezondheid centrum Lindenholt

**Coverfoto**  
Vijverpop - dag van Lindenholt  
(Foto: Dick Romkema)

# INHOUD



|    |                                     |
|----|-------------------------------------|
| 6  | Koester                             |
| 7  | Buurtgezinnen                       |
| 8  | Zomervakantie op de Agnetenhof      |
| 8  | Walking dinner                      |
| 9  | Zomerafsluiting Lindenholt          |
| 10 | SCE - Engin Dag                     |
| 11 | Zelfregiecentrum Nijmegen           |
| 12 | Zonnenbloem wedstrijd verlengd      |
| 14 | Column Bettineke van der Werf       |
| 14 | Vieringen Agneskerk                 |
| 15 | Lindenholt kookt                    |
| 16 | Lindenholt Doet                     |
| 20 | De ondernemer - 't Lindenholtje     |
| 21 | Jaarmarkt Agneskerk                 |
| 22 | Column Victoria Lammerinks-Montis   |
| 23 | September activiteiten de Broederij |
| 26 | Wellenkamp                          |
| 27 | Op safari in 't Broek               |
| 28 | Column Kees de Ruwe                 |

| Planning Lindenholt Leeft 2025 |                  |                 |   |
|--------------------------------|------------------|-----------------|---|
|                                | Kopijsluiting    | Verspreiding    |   |
| 1.                             | zo. 19 januari   | ma. 10 februari | ✓ |
| 2.                             | zo. 9 maart      | ma. 31 maart    | ✓ |
| 3.                             | zo. 18 mei       | ma. 9 juni      | ✓ |
| 4.                             | zo. 13 juli      | ma. 11 augustus | ✓ |
| 5.                             | zo. 14 september | ma. 6 oktober   |   |
| 6.                             | zo. 9 november   | ma. 1 december  |   |

# Vijverpop en Dag van Lindenholt



## Terugblik op een geslaagd weekend

Wat hebben we genoten! Inmiddels zijn er alweer een paar weken voorbij, maar als organisatie kijken we met veel trots terug op een fantastisch, drukbezocht weekend op 14 en 15 juni tijdens de Dag van Lindenholt.

## Vijverpop: Muziek, gezelligheid en mooi weer

De zaterdagavond stond in het teken van Vijverpop. Met optredens van onder andere Astrid, Stefan Remmers, Sher en natuurlijk de karaoke met Serge, zat de sfeer er goed in. Het publiek genoot zichtbaar van de muziek, de lekkere hapjes en een drankje. Het weer werkte gelukkig ook mee: droog, niet te warm en zeker niet te koud – precies goed voor een avondje buitenplezier.

## Zondag: Een dag vol activiteiten voor jong en oud

Op zondag barstte het feest al vroeg los. Terwijl de eerste kramen rond tien uur werden ingericht, vulde het horecaplein zich met allerlei lekkernijen. Het veld liep snel vol met bezoekers, jong en oud, die zich vermaakten met activiteiten van springkussens en de rodeostier tot de altijd vertrouwde draaimolens.

De brandweer was dit jaar extra goed vertegenwoordigd met maar liefst drie voertuigen, tot groot plezier van de kinderen die even achter het stuur mochten kruipen. Ook waren er volop fotomomenten met Stitch en Mario. Helaas moest de politie door de voorbereidingen op de NAVO-top op het laatste moment verstek laten gaan, maar hopelijk zijn ze er volgend jaar weer bij.

## Dank aan iedereen!

Na een dag vol gezelligheid sloten we af met een spetterend optreden van Dave van Well. Helaas moesten we het optreden iets inkorten om te voorkomen dat we buiten de regels van de vergunning zouden gaan. We hadden er graag – net als vele bezoekers – langer van willen genieten, maar wie weet: volgend jaar weer nieuwe kansen.

We hebben veel positieve reacties ontvangen en ook een paar verbeterpunten, bedankt daarvoor! We nemen alle feedback mee om de volgende editie nóg beter te maken.



## Nieuw dit jaar: Lindenholt on Stage

Een hoogtepunt dit jaar was het nieuwe evenement 'Lindenholt on Stage', waar lokale talenten hun kunsten vertoonden op het gebied van dans, muziek, rap en zang.

Dit smaakt naar meer! Wil jij volgend jaar ook op het podium staan? Houd dan onze website en Facebookpagina in de gaten voor de aanmeldingen in 2026.



## Benieuwd naar de foto's van het weekend?

Kijk dan snel op [www.dagvanlindenholt.nl](http://www.dagvanlindenholt.nl). Tot slot willen we alle bezoekers bedanken voor hun komst. In het bijzonder danken we de vrijwilligers van de Dag van Lindenholt én Wijkatelier Lindenholt voor hun inzet en enthousiasme. Zonder jullie was dit niet mogelijk geweest!



#### **Help je volgend jaar mee?**

Wil je volgend jaar ook vrijwilliger zijn of helpen bij de organisatie? Meld je gerust aan via het contactformulier op de website. Alle hulp is welkom!

Hopelijk tot volgend jaar bij de 17e editie van Dag van Lindenholt!

*Tekst: De Dag van Lindenholt*

*Foto's: De Dag van Lindenholt en Dick Romkema*

# Start jouw tussenjaar met een inspirerend avontuur!



**Ben je net geslaagd en heb je een tussenjaar voor de boeg? Koester helpt je om met frisse energie en richting aan dit nieuwe hoofdstuk te beginnen.**

Soms zijn er momenten waarop je voelt dat er iets mag verschuiven. Misschien weet je niet precies waar je heen wilt, of hoe, maar wil je wel ruimte om te gaan onderzoeken wat je beweegt. Schrijf je dan in voor Koester, een MDT weekend vol creatie, gevolgd door drie verdiepende woensdagavonden. Het wordt een inspirerende ervaring vol persoonlijke groei, ontmoetingen en creatieve werkvormen. Het zal plaatsvinden op de levendige locatie de Broederij: een creatieve, groene broedplaats in Nijmegen.

Koester is voor mensen in de leeftijd van 18 - 26 jaar en deelname is gratis.

We gaan jouw eigen kwaliteiten en waarden ontdekken: Wie ben jij? Waar word je warm van? En wat wil jij bijdragen? Vanuit die vragen zijn we ook bij elkaar betrokken: Wat is ons gezamenlijke verhaal? En wat kunnen wij samen betekenen? Dit onderzoeken we op creatieve, vrolijke en diepgaande manieren. Vanuit daar gaan we op de woensdagen een activiteit vormgeven. Dit kan van alles zijn!

#### **Wat staat je te wachten?**

- Een weekend vol zelfontwikkeling en reflectie
- Ontdekken waar jouw kwaliteiten en waarden liggen in een relaxte en gezellige setting
- Samen met anderen groeien en ervaren hoe jij kan bijdragen

Wil jij een plek waar je gezien wordt, jezelf kunt ontwikkelen en iets kunt bijdragen? Meld je aan en maak er een ervaring van die je niet zal vergeten!

**Weekend:** 27 en 28 september 11:00 - 17:00 uur

**Woensdagen:** 1, 8 en 9 oktober 17:00 – 21:00 uur

**Locatie:** De Broederij, Nieuwstadweg 37, 6545 AM, Nijmegen

**Meer info en aanmelden:** [www.debroederij.nl](http://www.debroederij.nl) - Tel. 024 679 32 32



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



**TREKPLEISTER,  
ROBERT DE ECHTE BAKKER,  
BLOEM EN PLANT  
EASY MARKET  
DIERENSPECIAALZAAK 'T HONK  
KAPSALON PETIT  
STIP**

**BENU APOTHEEK  
KAPSLAON BUSSCHRA  
CAFETRARIA NEERBOSCH  
DE HAAS, DE MODE  
KAPSLAON ALI  
CAFETARIA UGALA 3  
INT. MARKET**

SYMPONIESTRAAT 6544 TM NIJMEGEN, HARTJE NEERBOSCH-OOST

**GRATIS PARKEREN.**

**[www.winkelcentrumdenotenhout.nl](http://www.winkelcentrumdenotenhout.nl)**



## Wat doet Buurtgezinnen?



In ieder gezin zit het weleens tegen en soms stapelen problemen zich op. Door een echtscheiding, door ziekte van één van de ouders of door een kind dat extra zorg nodig heeft. Dat vraagt veel van ouders. Met tijdig een steuntje in de rug van een 'steungezin' wordt de last van ouders in het 'vraaggezin' wat verlicht worden en krijgen de kinderen wat extra aandacht. Dat is de kern van Buurtgezinnen!

Onder het motto 'Opvoeden doen we samen', koppelt Buurtgezinnen gezinnen die steun kunnen gebruiken aan een stabiel gezin in de buurt. Zo krijgen kinderen wat extra liefde, aandacht en een veilige warme plek, en worden ouders eventjes ontlast. In de praktijk kan de steun variëren. Van een kind dat een dagdeel per week gezellig komt spelen, geholpen wordt bij het huiswerk tot af en toe in het weekend komen logeren.

De behoefte aan steun is groot. Ook in Lindenholt!

Zo zoeken we voor een jong gezin een steungezin. Een lieve moeder wil haar Nederlands oefenen en meer mensen ontmoeten. Haar zoontje van 3 speelt graag met water en helpt in de keuken. Zijn zusje van 2 is een vrolijk meisje dat graag contact zoekt. Wie vangt deze kinderen een dag(-deel) op? Zo krijgt de moeder tijd om te leren en voelen ze zich meer thuis. Heb jij een plek in je hart en huis? Laat het ons weten!

Hiernaast zijn er nog meer gezinnen die steun kunnen gebruiken. Zijn jullie een gezin dat een steuntje in de rug zou kunnen gebruiken of juist zou willen bieden? Wil je meer informatie over wat het allemaal inhoudt en hoe het werkt? Dan bel ik je graag, geheel vrijblijvend, een keer op of kom langs voor een kopje koffie.

### Meer info:

[www.buurtgezinnen.nl](http://www.buurtgezinnen.nl) of bel/mail naar: 06-241 95 024, [loes@buurtgezinnen.nl](mailto:loes@buurtgezinnen.nl)

*Tekst: Loes van Maanen – Veltman - Coördinator Buurtgezinnen Nijmegen*



**Op vakantie gaan is niet voor iedereen een vanzelfsprekendheid. Ook niet voor mensen die hulpbehoevend zijn. Dat geldt ook voor bewoners van Agnetenhof, de meesten van hen gaan niet op vakantie. Voor de bewoners die niet op vakantie kunnen gaan, hebben medewerkers en vrijwilligers de vakantie naar Agnetenhof gebracht.**

Twee weken lang (van 16 t/m 27 juni) is de

tuin getransformeerd tot een heuse camping. De tuin stond vol met tenten, zwembadjes en zomerdecoratie.

Alles om een gezellige campingsfeer te creëren en iedereen een vakantiegevoel te geven. In deze periode hebben we diverse zomerse activiteiten georganiseerd: van yoga, bezoek van een Italiaanse ijskar en diverse muziekoptredens tot en een jeu de boules toernooi en bbq-avond. In de eerste week was het

prachtig weer, waardoor we de activiteiten in de tuin konden laten plaatsvinden. Helaas in de tweede week wat slechter weer, maar dat heeft de pret niet mogen drukken. Op momenten dat het regende, hebben we de activiteiten naar binnen verplaatst.

### **Dankzij de hulp van vrijwilligers en naasten**

Mede dankzij fijne vrijwilligers en familieleden hebben we deze zomercamping waar kunnen maken en waren het twee geslaagde weken. Het hele jaar door komen vrijwilligers (wekelijks) naar Agnetenhof om de dag voor de bewoners mooier en zinvoller te maken. Zij zetten zich in voor groepsactiviteiten zoals bingo, yoga en gym. Ook zijn velen van hen wandel- of bezoekmaatje. En er zijn vrijwilligers die de moestuin onderhouden en daar regelmatig groenten en fruit oogsten waar de bewoners heerlijk van smullen. Ook het helpen met huishoudelijke taken is mogelijk en zeer welkom. Voor deze ondersteuning zijn wij hen enorm dankbaar.

*Tekst: Agnetenhof*

*Fotografie Agnetenhof*

## WALKING DINNER



**Op 26 oktober 2024 hebben wij ons eerste walking dinner gehouden. Dit was een groot succes en voor herhaling vatbaar. Op 8 november is er daarom opnieuw een walking dinner. Woon je in de Gildekamp of in de Geerkamp en wil je meer buurtgenoten leren kennen?**

Schrijf je dan in voor het **walking dinner op 8 november 2025**.

Tijdens een walking dinner koken deelnemers

een voor- en/of een hoofdgerecht voor een paar buurtgenoten. De buurtgenoten lopen (of fietsen) van huis tot huis om wat de gastheer of -vrouw gemaakt heeft op te eten. Op het eerste adres eet je het voorgerecht, op het tweede het hoofdgerecht. We eindigen de avond met gasten en koks gezamenlijk bij de Broederij met een dessert.

### **Mee-eten?**

Als gast betaal je vooraf € 10,00, waarvan het voor-, hoofdgerecht en het dessert worden betaald. Ongeveer 4 dagen van tevoren krijg je van ons de tijden en adressen door waar je mag aanschuiven.

### **Koken?**

Als je het leuk vindt om te koken en om buurtgenoten in je huis te ontvangen, meld je dan aan als kok. Natuurlijk hoeven de gerechten geen culinaire hoogstandjes te zijn, het gaat om de ontmoeting. De koks ontvangen per gast een onkostenvergoeding van € 3,00 voor het voorgerecht en € 5,00 voor het hoofdgerecht. Je betaalt € 2,00 voor het dessert.

Als je bij je aanmelding laat weten hoeveel gasten je wilt ontvangen zullen we daar bij de indeling rekening mee houden. Ongeveer 4 dagen van tevoren krijg je van ons te horen wie er bij je komen eten.

### **Extra donatie?**

We zouden het graag voor buurtgenoten met een kleine beurs mogelijk maken om ook deel te nemen. Daarbij willen we de organisatie Quiet betrekken. Als je bereid bent om financieel bij te dragen geef dan s.v.p. op het inschrijfformulier aan hoeveel je zou willen doneren.

Stuur uiterlijk 15 september een mail naar [walkingdinner.gkamp@gmail.com](mailto:walkingdinner.gkamp@gmail.com).

Je ontvangt dan een inschrijfformulier. Daar kun je desgewenst ook meer informatie krijgen.

Wij hopen op veel aanmeldingen!

*Een hartelijke buurtgroet van de organisatoren  
Irmgard, Karen, Marja en Hella*



# Save the date!!

van 13:00 tot 17:00 uur  
Cruyff Court Lindenholt

met o.a.

Fietsen - voetbal - bingo - muziek - eten - springkussens

## ZOMERAFTSLUITING LINDENHOLT VRIJDAG 15 AUGUSTUS





Het eerste seizoen van hoofdtrainer Engin Dag bij SCE zit erop. Lindenholt Leeft blikt terug en kijkt vooruit.

### Hoe kijk je terug op het afgelopen seizoen?

'Al met al kijk ik er positief op terug. We zijn als zevende geëindigd. In de eerste periode stonden we nog in de middenmoot, maar in de tweede periode draaiden we tot het einde mee in de bovenste regionen. Toen speelden we ook echt sterk: we waren comfortabel aan de bal en verdedigend stonden we als een huis. We hoefden vaak maar één doelpunt te maken om zeker te zijn van minimaal een gelijkspel. Helaas viel halverwege het seizoen een aantal jongens weg, door blessures of omdat ze stopten met voetballen. Eén speler

moest zelfs terug naar Engeland. Met een selectie van vijftien man, waarvan elf basisspelers, is dat simpelweg te smal.'

'Toch kunnen we stellen dat we organisatorisch uitstekend voor de dag kwamen en nauwelijks iets weggaven. Tegenstanders prezen onze taaiheid en sterke organisatie. Vaak hoorden we: 'Jullie zijn een lastige ploeg om tegen te spelen.' De conclusie is dat we met recht mogen spreken van een geslaagd seizoen.'

### Wat zijn de verwachtingen voor komend jaar? Blijft de selectie intact?

'Er zijn drie jongens van de Onder 19 doorgebroken. Bram Mulders speelde al vier á vijf wedstrijden in de basis, en Vince van Dijk viel zeker vier á vijf keer in. Thomas Klomp sloot aan het einde aan en startte tweemaal in de basis. Stuk voor stuk talentvolle spelers, net als Sven. Daarnaast komen er enkele versterkingen van buitenaf, met name spelers die sterk aan de bal zijn. Dat geeft ons meer mogelijkheden.'

### Waar liggen de verbeterpunten?

'Op voetbaltechnisch vlak is er altijd ruimte voor groei. Voorbij het middenveld ontbrak het ons soms aan creativiteit. Daar moeten we komend seizoen scherper en inventiever zijn.'

### Je beschikt straks over zeventien man, terwijl er maar elf kunnen spelen. Hoe houd je iedereen tevreden?

'Het draait om scherpheid en motivatie, óók als iemand even niet in de basis staat. Gelukkig is er weer een Onder 23-team, onder leiding van Marzouk, waarin jongens minuten kunnen maken. Marzouk is er later bij gekomen als mijn assistent bij het eerste elftal. Onze samenwerking verloopt prima. De concurrentiestrijd moet ervoor zorgen dat elke speler blijft knokken voor zijn plek. Wie het goed doet, verdient een plek in de basis. Ik leg altijd uit waarom een speler niet speelt en neem de tijd om dat individueel te bespreken. Op trainingsavonden ben ik er al vanaf 19.00 uur om één-op-één het gesprek aan te gaan en te laten zien waar iemand kan groeien.'

### Hoe staat het met de conditie?

'Wij trainen stevig. Vaak duren de trainingen langer dan anderhalf uur, maar niemand klaagt daarover. Dat extra kwartier heeft ons conditioneel en fysiek sterker gemaakt. Ik let wel goed op de balans tussen arbeid en rust. De laatste training voor de wedstrijd ligt de nadruk op tactiek, terwijl de eerste training van de week meer op het conditionele vlak zit.'

### Welke clubs komen er volgend seizoen bij?

'We krijgen een prachtige competitie. FC Kunde en Germania zijn gepromoveerd, terwijl Leones, Union en Woezik zijn gedegradeerd. Dat betekent dat we straks een mooie derde klasse hebben met twaalf regioploegen. Eén ploeg degradeert rechtstreeks, twee via de nacompetitie. Het belooft een spannend jaar te worden.'

### Wat is de doelstelling voor het komende seizoen?

'We willen beter presteren dan afgelopen seizoen, dus hoger eindigen dan die zevende plek. Met een bredere selectie en meer onderlinge concurrentie hebben we daar ook alle mogelijkheden voor.'

### Hoe is SCE je bevallen als club?

'Zeer goed. De organisatie is zelfs beter dan ik vooraf had verwacht. Er wordt veel werk uit handen genomen, vooral door technisch directeur Paul van Cleef en door onze geweldige leiders. Als ik iets nodig heb, wordt het direct geregeld. Spelers die van buitenaf komen, merken meteen dat hier alles uitstekend is georganiseerd.'

### Had je een jaarcontract?

'Ja, ik werk graag met een jaarcontract. Zo kunnen beide partijen goed evalueren. In december zijn we samen om tafel gegaan, beide partijen waren tevreden we kwamen snel uit tot weer een jaarcontract.'

### De hamvraag: zaterdagvoetbal of niet? Hoe sta je daarin?

'Ik zie zaterdagvoetbal zeker als een positieve ontwikkeling. Ik begrijp heel goed dat jonge spelers graag hun zondag vrij hebben, om tijd met het gezin door te brengen of op zaterdagavond op stap te kunnen. Vanaf het seizoen 2026-2027 krijgen we tot en met de derde klasse een gemengde indeling. Ik verwacht dat we dan al twee zaterdagteams in de competitie zullen hebben.'

'Ik juich het alleen maar toe. De zaterdag leeft veel meer; de club zou er een enorme impuls door kunnen krijgen. Stel je voor dat we om 16.00 of 17.00 uur spelen, met een DJ erbij na afloop. Dat betekent een volle kantine en een mooie omzet. Voorlopig spelen we nog op zondag. Op 13 augustus staat de eerste wedstrijd op het programma.'

*Tekst: Silvano Orvini*

*Fotografie: Silvano Orvini*

# Zelfregiecentrum Nijmegen

## Voor iedereen die meer grip op het leven wenst

In Lindenholt Leeft staan altijd informatieve en interessante artikelen over onderwerpen die de ontwikkeling van onze fijne wijk weergeven, zaken die inwoners bezighouden of uit het leven zijn gegrepen. Deze keer een artikel over het Zelfregiecentrum voor mensen die hun leven meer in eigen hand willen nemen.

Vooraf bestemd voor mensen die een beetje hulp kunnen gebruiken omdat ze het soms moeilijk hebben. Mensen die zich regelmatig somber voelen, kampen met spanningen thuis of op het werk, verlies, schulden of worstelen met vragen over wie ze zijn en wat ze willen. Voor mensen die (weer) grip willen krijgen op hun leven, maar dat liever doen in hun eigen tempo en op een manier die bij hen past.

### Waardevolle plek

Soms zoek je hulp en ga je naar een hulpverlener, zoals een huisarts, psycholoog of maatschappelijk werker. Soms is dat echt nodig. Maar soms ben je hier nog niet aan toe, is de drempel te hoog, of wil je liever op een eigen manier aan je ontwikkeling of herstel werken. Dus wat als je geen formele zorg wenst of nodig hebt, maar wel 'iets' zou willen doen om te voorkomen dat je straks die professionele hulp wel nodig hebt? Dan kan het Zelfregiecentrum een waardevolle plek zijn. Je kunt er terecht zonder verwijzing of verplichting. Je wordt er niet beoordeeld, maar gezien als mens. Dit gebeurt met oprechte aandacht, vanuit gelijkwaardigheid, in een veilige omgeving. Je kunt er kennis over jezelf opdoen, aan zelfvertrouwen en aan je eigen herstel werken. Daarnaast neemt het aanleren van nieuwe vaardigheden een belangrijke plek in. Om grip te ervaren, is het belangrijk dat je kunt meedoen in de maatschappij. Dit is niet voor iedereen vanzelfsprekend. Daarom behartigen zij de belangen van mensen op het terrein van de WMO, wonen, toegankelijkheid en vervoer.

### Keuzevrijheid

Je kiest zélf of je naar het Zelfregiecentrum komt, wat je daar doet en hoe vaak, of je wilt praten, leren, oefenen of juist iets voor anderen wilt betekenen. Je kunt meedoen aan een training, een creatieve activiteit, een zelfhulpgroep of een coachend gesprek. Er zijn ook veel activiteiten op het gebied van ontmoeting. Ze hebben te maken met bewegen, samen



koken, samen eten en met creatief zijn. Je kunt ook gewoon langskomen voor een kop koffie en een spelletje bij de inloop. De inloop is er elke werkdag van 9.00 – 12.00 uur. Aan het einde is er vaak een gratis kop soep.

### Aanvulling

Veel begeleiders en vrijwilligers zijn ervaringsdeskundig, ze weten dus uit eigen ervaring hoe het is om met lastige situaties te leven én hoe je daar weer uit kunt komen. Het is geen vervanging van professionele hulp, maar een aanvulling daarop, een andere manier van ondersteunen. Kortom, bij het Zelfregiecentrum kun je groeien, nieuwe stappen zetten of actief worden als vrijwilliger of maatje voor anderen. Je doet zelfkennis

op, werkt aan je zelfvertrouwen en je eigen herstel.

### Ben je benieuwd of nieuwsgierig geworden?

Ga dan op donderdag 11 september tussen 14.00 – 18.00 uur naar de open dag op de St. Jorisstraat 72 (aan de rand van het stadscentrum) en ervaar wat het Zelfregiecentrum voor jou kan betekenen. Er zijn veel activiteiten waaronder de informatiemarkt 'Groeien en bloeien'. Voor meer informatie over deze middag kijk op [www.zrcn.nl/nieuws](http://www.zrcn.nl/nieuws)

**Tekst:** Ellen Timmermans

**Fotografie:** Zelfregiecentrum Nijmegen

# VOORKOM VERSPILLING – REGEL JE BRIEVENBUS EN ONTVANG LINDENHOLT LEEFT OF NIET

Hebt u Lindenholt Leeft in uw brievenbus ontvangen terwijl u deze normaal nooit ontving?

Dan heeft dat vast te maken met het ontbreken van een brievenbus-sticker.

Tot op heden werd, door de bezorgers van Lindenholt Leeft, het ontbreken van een postbussticker niet goed begrepen. Daar komt nu verandering in.

Sinds 1 februari 2024 hanteert de gemeente Nijmegen een **stickersysteem** voor ongeadresseerd drukwerk (folders).

Dit systeem is specifiek ontworpen om afval te verminderen en verspilling tegen te gaan. Ongeveer 26 kilo folders per huishouden per jaar belandt ongebruikt bij het oud papier.

Je krijgt alleen nog reclamefolders in je brievenbus als je een **ja/ja-sticker** plaatst.

Voor huis-aan-huisbladen (zoals wijkkranten en Lindenholt Leeft) geldt een uitzondering: deze worden altijd bezorgd, tenzij je een **nee/nee-sticker** op je bus plakt.

Met die sticker geef je aan dat je én geen reclamefolders én geen huis-aan-huisbladen én geen ongeadresseerde post (m.u.v. gemeente

post) wilt ontvangen. Je kunt deze stickers gratis aanvragen of ophalen bij gemeentelijke locaties, zoals het stadhuis en wijkcentra.

Mocht u bewust kiezen voor een nee/nee sticker en toch Lindenholt Leeft willen ontvangen, dan is Lindenholt Leeft is ook te krijgen op diverse vaste afhaalpunten, zoals Jumbo, Spar, diverse wijkcentra en bibliotheek. Zie de colofon op blz 2.

Met dit beleid zorgt de gemeente Nijmegen voor minder afval, bewuste keuzevrijheid en betere bescherming van lokaal nieuws, door huis-aan-huisbladen niet te blokkeren tenzij expliciet gewenst

Je postbussticker bepaalt dus wat je ontvangt!

| Sticker         | Reclamefolders | Huis-aan-huisbladen Lindenholt Leeft |
|-----------------|----------------|--------------------------------------|
| Geen sticker    | ✗ Nee          | ✓ Ja                                 |
| Ja/ja-sticker   | ✓ Ja           | ✓ Ja                                 |
| Nee/nee-sticker | ✗ Nee          | ✗ Nee                                |

## ZONNEBLOEMWEDSTRIJD IS VERLENGD!



Goed nieuws: de zonnebloemwedstrijd is verlengd! De mooiste, grootste en gekste zonnebloemen kunnen worden ingezonden tot en met vrijdag 31 oktober!

Stuur jouw zonnebloem naar: [redactielindholtleeft@gmail.com](mailto:redactielindholtleeft@gmail.com)

Veel soorten bloemen groeien namelijk nog in september en oktober. De prijswinnaar worden in de Lindenholt Leeft in oktober bekendgemaakt!

Succes allemaal!

**Tekst: Roel van Es**

**Fotografie: Pexels**

## ONDERNEMER EN FINANCIËLE UITDAGINGEN?

Loopt u achter met uw boekhouding? Kunt u niet meer al uw rekeningen of facturen betalen? Heeft u moeite om nieuwe opdrachten binnen te halen, waardoor uw omzet achterblijft? Of maakt u zich zorgen over de toekomst van uw onderneming?

Blijf er niet te lang mee rondlopen. Praat erover. Het Ondernemerspunt Geldzorgen (OPG) van de gemeente Nijmegen helpt ondernemers met financiële uitdagingen. Gratis en vrijblijvend. Onze consultants denken met u mee over uw financiële situatie. Ze geven advies over waar u recht op hebt, en bieden begeleiding om uw geldzaken weer op orde te krijgen. Ook is er gratis coaching en begeleiding mogelijk. We helpen u graag een stap vooruit. Meer weten? Kijk op [nijmegen.nl/geldzorgenondernemers](http://nijmegen.nl/geldzorgenondernemers) voor meer informatie.



**Nijmegen**

**Tekst: Gemeente Nijmegen**

# Moeite met het betalen van kosten voor de kinderen?

**Leergeld Nijmegen is er voor gezinnen met een laag inkomen.**

Heb je te weinig geld om voor je kind kosten voor school, sport, zwemles, andere activiteiten of bijvoorbeeld een bezoek aan de speeltuin te betalen? Leergeld Nijmegen betaalt deze kosten. Bij Leergeld hoef je nooit terug te betalen.



**Je kunt een beroep doen op Leergeld Nijmegen als:**

- je één of meer kinderen hebt van 0 t/m 17 jaar;
  - je in de gemeente Nijmegen woont;
  - je kinderen staan ingeschreven op jouw woonadres;
  - het netto maandinkomen niet hoger is dan:  
€ 2310,- voor 1-oudergezin  
€ 2560,- voor 2-oudergezin
- Het maakt niet uit of je loon ontvangt of een uitkering hebt.

## **Heb je vragen?**

Kijk op de website, mail ons of bel tijdens het spreekuur.

✉ [info@leergeldnijmegen.nl](mailto:info@leergeldnijmegen.nl)

📞 (024) 323 76 44

*Bereikbaar op maandag, woensdag en vrijdag van 10.00 - 12.00 uur*



[www.leergeldnijmegen.nl](http://www.leergeldnijmegen.nl)



## Weet je het zeker?

Een aantal jaar geleden, met z'n tweeën thuis verdwenen er ineens nootjes van de zandtaartkoekjes. Ik kon het niet zijn, want ik kan niet tegen het eten van noten. De andere in huis ontkende ten stelligste de dader te zijn. Hallo! ik had toch ogen in mijn hoofd! Die nootjes waren echt weg, en wij waren de enigen in huis. Dus het moest.... tot ik op een gegeven moment een andere 'dader' zag. De koekjes stonden op de tuintafel en een koolmeesje pikte er zeer zorgvuldig alléén het nootje af.

Afgelopen jaar wisten we het zeker! Een van de katten die onze tuin doorkruiste moest wel de dader zijn van het omgetrokken vogelhuisje. We hadden met veel plezier het voederen van de jongen gevolgd. Op het dak van de veranda kon de poes vast nét bij het vogelhuisje. Het nestje was tot onze spijt verstoord en de jonge vogeltjes hadden het niet overleefd. Dus met een flinke tiwrap het huisje op het gaas vastgezet. Dat zou niet meer omver kunnen! Maar ook hier zaten we mis... een valkje kwam opeens uit de lucht 'vallen' en probeerde het koolmeesje te pakken te krijgen op het moment dat het uit het nestkastje kwam. Dat lukte niet omdat hij van mij schrok.

En zo zijn er vast meer momenten te noemen waarop we absoluut zeker zijn dat we het goed gezien hebben, goed gedacht hebben, zeker weten dat wij het goed hebben! En later toe moeten geven dat we het toch niet goed hadden. Er worden zoveel 'zekerheden' over onze hoofden uitgestort, met name via sociale media, of door meningen van mensen die luidkeels met iedereen gedeeld moeten worden, dat je bijna niet meer goed of fout van elkaar kunt onderscheiden. Maar we kunnen in ieder geval proberen om niet meteen te oordelen, het goede in mensen te zoeken, niet meteen aan de kant schuiven wat we niet kennen, maar wat ons veel kan brengen.

De Vierdaagse is het feest van verbroedering. Laten we die waarden ook de rest van het jaar eerbiedigen en niet meteen met ons oordeel klaar staan!

**Bettineke van der Werf, Agneskerk Lindenholt**

# VIERINGEN IN DE AGNESKERK

**Zondag 10.00 uur Eucharistieviering**

**Donderdag 8.45 uur Meditatief Morgengebed**

**Elke tweede zondag van de maand 17.00 uur Poolse eucharistieviering**  
**Op de 4e zaterdag** Spaanse eucharistieviering: in overleg met pater Jesús Baena Valbuena s.c.j. in de kapel van de paters s.c.j aan de Graafseweg. Alle zondagen is er in principe om 10.00 uur een eucharistieviering. Omdat soms op het laatst een priester uit kan vallen, kiezen we dan voor een viering van Woord en Communie. Er is dus elke zondag een viering!

### De zondagsviering

De meest actuele info vindt u op de website [www.stefanus.nl/agneskerk](http://www.stefanus.nl/agneskerk) of [www.agneskerklindholt.nl](http://www.agneskerklindholt.nl)

Met de QR-code komt u snel op de pagina waar de vieringen staan.



### Livestream

Vanuit onze kerk hebben we tijdens de vieringen een livestream. Zo kunt u op afstand, op het moment van de viering, toch meevieren. De link naar de livestream is: [www.youtube.com/@AgneskerkLindholt/streams](https://www.youtube.com/@AgneskerkLindholt/streams)

### 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 gastheer aanwezig. Tijdens de vakanties is het parochiecentrum op

maandag en woensdag open ook van 11.00 uur tot 12.00 uur. Wanneer u op andere uren ons nodig hebt belt u 024 377 77 78 en krijgt u een telefoonnummer via het antwoordapparaat waarmee u in noodgevallen iemand van de parochie kunt bereiken. U kunt altijd contact opnemen via [info@agneskerklindholt.nl](mailto:info@agneskerklindholt.nl) of bij noodgevallen via het nummer op het antwoordapparaat.

**Diaconiezondag:** elke eerste zondag van de maand.

### Inzameling voedselbank

Er is inzameling voor de Voedselbank. We nemen van huis langer houdbare levensmiddelen mee, die naar het depot van de Voedselbank Nijmegen gaan. We kunnen loempia's kopen ter ondersteuning van oorlogsslachtoffers in Vietnam en er is de verkoop van sieraden en kleding vanuit de gemeenschap in Bali.

### Dopen

Om uw kind aan te melden voor zijn of haar doop kunt u contact opnemen met ons parochiecentrum. Dit is 's morgens bereikbaar tussen 11.00 uur en 12.00 uur (tel: 024 377 77 78). De aanwezige gastvrouw of gastheer zal dan uw gegevens noteren waarna u door iemand van de werkgroep doopvoorbereiding wordt teruggebeld voor verdere informatie en eventuele afspraken.

U kunt ook een mail met de doopvraag sturen naar [info@agneskerklindholt.nl](mailto:info@agneskerklindholt.nl). Houdt u er svp rekening mee dat vóór de doop zelf, twee voorbereidingsbijeenkomsten zijn? Voor volwassenen die gedoopt willen worden is er een traject voor volwassenen. U kunt hiervoor contact opnemen met pater J. Baena Valbuena s.c.j., of met pastoor Steylaart.

### Communie Thuis

Wanneer mensen thuis graag de communie willen ontvangen, regelen we dat graag voor u. Geeft u via de gastvrouw of heer 's morgens (024 377 77 78) of via [secretariaat@agneskerklindholt.nl](mailto:secretariaat@agneskerklindholt.nl) een berichtje door?

### Bijzondere vieringen

**Mariatenhemelopneming**, zondag 17 augustus

Het feest van Mariatenhemelopneming (15 augustus) vieren we op de dichtstbijzijnde zondag. Dat is dit jaar zondag 17 augustus.

# LINDENHOLT KOOKT

**Augustinusfeest**, zondag 31 augustus  
De feestdag van de heilige Augustinus (354-421) is op 28 augustus. Dat ligt erg dicht bij 1 september. Vandaar dat we dit jaar beide feesten combineren. Tijdens deze viering wordt dus aandacht besteed aan het gedachtegoed van de heilige Augustinus. De Augustijnse Familiagroep in onze parochie komt maandelijks bij elkaar op elke eerste woensdagavond van de maand om 20.00 uur. Natuurlijk bent u van harte welkom op een van de bijeenkomsten van de Familia Augustiniana.

## Opening van het werkjaar

Het koor Sub Tilia, zingt tijdens deze viering.

Vanaf deze zondag zingt Sub Tilia weer op de eerste zondag van de maand.

## Zondag 14 september

Jaarmarkt (de markt begint na de viering van 10.00 uur)

U bent van harte uitgenodigd voor de viering én voor de Jaarmarkt. (entree jaarmarkt € 1,50)

## Kerstboom haken



Kerstmis? het is toch volop zomer!  
Jawel, maar..... Sommige ideeën hebben tijd nodig om op tijd klaar te zijn. Wat is het idee? We haken **groene** lapjes van ongeveer 14 bij 14cm tot 15 bij 15 cm. (voor een haaknaalddikte van 2,5 of 3,0 of 3,5). De vierkantjes worden aan twee hoekpunten aan elkaar gemaakt zodat er één (of meer) kerstslingers gemaakt kunnen worden. Hoe de vierkantjes gehaakt gaan worden maakt niet uit. Het gaat erom dat ze enigszins de goede 'maat' hebben.

**De volgende bijeenkomst is op woensdagmiddag 13 augustus van 14.00 tot 16.00** op het parochiecentrum. Natuurlijk kunt u ook thuis verder haken. U bent van harte welkom! Bent u het haken een beetje verleerd? Geen probleem. We helpen u wel weer op weg!

Deze keer een heerlijk recept uit eigen doos, vis met tikka masala curry.

## Ingrediënten voor 4 personen:

- 250 gram basmatirijst
- 2 grote tomaten
- 2 teentjes knoflook in plakjes
- 1 ui gesnipperd
- Koriander vers
- Rode peper in plakjes
- Een klein stukje gember in blokjes
- Een kleine bloemkool in kleine stukjes
- Een kleine pompoen in blokjes
- Pataks tikka masala curry pasta
- Pataks naanbrood
- 4 stukjes koolvis
- Crème fraîche 150 ml
- olie



## Bereiding:

Smeer de koolvis in met de curry pasta.

Verwarm intussen de olie in de pan. Fruit de ui, knoflook en gember en voeg 3 eetlepels curry pasta toe. Bak de bloemkool en de pompoen zachtjes en laat deze 15 minuten stoven met een deksel op de pan. Ondertussen bak je de koolvis in een andere pan gaar. En kook de rijst in 8 minuten gaar.

Dan voeg je de tomaten en de peper toe. Laat dit ook 10 minuten stoven. Giet 100 ml water toe en meng de crème fraîche erbij. Laat dit 5 minuten sudderen en warm dan het naanbrood op.

Serveer de vis bij de rijst en de curry. Bestrooi met de korianderblaadjes

Eet smakelijk!



Mocht u ook een recept willen delen dan graag een mail naar:  
[redactielindholtleeft@gmail.com](mailto:redactielindholtleeft@gmail.com) t.a.v. Victoria Lammerinks-Montis.  
Zij neemt dan contact met u op.

# 'LINDENHOLT DOET'

Overzicht van Activiteiten in Lindenholt 4e editie; begin augustus tot 6 oktober 2025



## Wijkatelier Lindenholt

Zellersacker 10-03 6546 HA Nijmegen

Telefoon 024-378 85 97

Overige info: [www.wijkatelierlindholt.nl](http://www.wijkatelierlindholt.nl)

### Algemeen

**Open Inloop:** Maandag tot en met vrijdag van 9.00 - 17.00 uur.

**Deel de dag Lindenholt:** Dagactiviteit voor ouderen, ma t/m vr van 10.00 u - 16.00 uur. Aanmelden via email:

[lindholt@deeldedag.nl](mailto:lindholt@deeldedag.nl) of 06-206 67 174

Meer info [www.langerthuisnijmegen.nl](http://www.langerthuisnijmegen.nl) of 088-001 71 21.

### Maandag

**Kinderwerk Groep 1-2:** Naschoolse activiteit groep 1-2 van 14:30 - 16:00 uur. Om je kind aan te melden of voor meer informatie kan je contact opnemen met de kinderwerkers in de wijk, Lianne 06-122 82 015.

**Lindholt Muziekcafé:** Samen muziek maken, samen zingen & samen ontmoeten. Laatste maandag van de maand van 20.00 tot 21.30 uur. In het Wijkatelier Lindenholt, Zellersacker 10-03. Bijdrage 2,50 € incl koffie of thee.

### Dinsdag

**Ontmoetingsochtend Vrouwen:** van 9.00 - 11.30 uur

**De Samen creatief groep:** van 13.30 - 16.00 uur. Neem je eigenspullen mee. Aanmelden is niet nodig.

**Kinderwerk Groep 3-4-5:** Naschoolse activiteit groep 3-4-5. van 15:00 - 16:30 uur. Om je kind aan te melden of voor meer informatie kan je contact opnemen met de kinderwerker in de wijk, Anneke: 06-821 59 730

**Wandelen in Lindenholt:** Wandel met een gezellige groep ongeveer een uurtje door de wijk. Goed voor de beweging, de gezelligheid of om de wijk beter te leren kennen. 3 of 5 km. Vertrek om 18.30 uur vanaf Wijkatelier Lindenholt.

### Woensdag

**Taalcafé:** Van 10.00 tot 12.00 uur. Open inloop. Verbeteren spreekvaardigheid Nederlandse taal.

**Soepie doen:** Van 12:30 tot 13:30 uur. De kosten zijn € 1,50 p.p. Reserveren niet nodig. Op=Op.

**Schilderen:** Van 13.00 - 17.00 uur. Aanmelden telefoon: 024- 378 85 97.

**Kinderwerk met Jongerenwerk:** Elke woensdagmiddag na school worden er gratis activiteiten georganiseerd voor kinderen uit groep 6-7-8. 14:00 - 15:30 uur. Open inloop, maar eenmalig aanmelden. Om je kind aan te melden of voor meer informatie kun je contact opnemen met de kinderwerker, Lianne 06-122 82 015.

**Meidenclub groep 4-5-6** Elke woensdagmiddag na school worden er gratis activiteiten georganiseerd voor meiden uit groep 4-5-6. Open inloop, met eenmalig aanmelden. Om je kind aan te melden of voor informatie kan je een berichtje sturen naar kinderwerker Anneke Peters: 06-821 59 730.

**Groente tuin:** Elke woensdagmiddag werken we met een kleine groep mensen van 13.30 tot 16.00 uur in onze groente en fruittuin. Wilt u mee helpen? Groene vingers zijn niet nodig, enthousiasme wel. Informatie: [meineveldman@hotmail.com](mailto:meineveldman@hotmail.com).

### Donderdag

**Digitale vaardigheden en taal ROC:** Aanmelden via Gertie Brandts 06-409 60 865. Van 9.00-12.00 uur.

**Schilderen:** Van 13.00 - 17.00 uur. Aanmelden tel: 024-378 85 97.

**Eet mee in het Wijkatelier:** Iedere donderdag van 17.00 uur (Vooraf reserveren uiterlijk t/m woensdag 14.00 uur). Menu voor € 5,00. Reserveren: 024-378 85 97.

**Afhaal Maaltijd:** Iedere donderdag om 18.00 uur. Alleen het hoofdgerecht voor € 3,50 Vooraf reserveren uiterlijk t/m woensdag 14.00 uur). Reserveren: 024-378 85 97.

**Wandelen in Lindenholt:** Wandel met een gezellige groep ongeveer een uurtje door de wijk. Goed voor de beweging, de gezelligheid of om de wijk beter te leren kennen. 5 km. Vertrek om

18.30 uur vanaf Wijkatelier Lindenholt.

**Bingo:** Laatste donderdag van de maand van 19.30 uur tot 21.30 uur. Kaarten € 5 per stuk. Koffie en thee gratis.

### Vrijdag

#### Wereldvrouwengroep:

Vrijdag van 9.30 tot 12.00 uur. Ondersteuning Nederlandse taal. Aanmelden telefoon: 024-378 85 97.

**Mannengroep:** Vanaf 15.00 tot 17.00 uur. Open inloop. Iedere man is welkom.

### Zaterdag

#### Repaircafé Lindenholt:

Elke 2e zaterdag van de maand van 11.00 tot 14.00 uur. Wij verzorgen kleine reparaties aan huishoudelijke apparaten, computers en fietsen. Kosten: Kleine vergoeding.

#### Kledingherstel:

2e zaterdag van de maand vanaf september 11.00 tot 14.00 uur. Kosten: Kleine vergoeding.

## DE BRACK

### Wijkcentrum de Brack

Leuvenbroek 1200 6546 XS NIJMEGEN

Telefoon: 024-377 57 84

### Maandag

9:15 - 10:15 Zaal 1: Stretchen en ontspannen  
10:30 - 11:30 Zaal 1: Line Dance  
13:00 - 16:00 Zaal 3: Dieren voedselbank Happy Feet  
13:00 - 15:30 Zaal 4: Tekenen & Schilderen  
13:30 - 17:00 zaal 2: 50+ kaarten  
18:30 - 22:30 Zaal 2: Bridgeclub Rijk van Nijmegen  
19:00 - 20:00 Zaal 1: Gym club  
20:00 - 21:00 Zaal 1: Bewegen op muziek  
18:30 - 22:00 Ontmoetingsruimte: Biljartclub de Brackers

### Dinsdag

11:00 - 12:00 Zaal 1: Bewegen voor Senioren  
13:30 - 15:00 Zaal 1: Bewegen op muziek  
13:30 - 16:00 zaal 4: Schilderen  
19:30 - 21:30 Zaal 2: St de Inloop Naalies

### Woensdag

8:30 - 12:00 zaal 1: St de inloop Yoga

**Donderdag**

9:00 - 12:00 Zaal1: Kantklossen  
13:00 - 17:00 Zaal 2: Bridgeclub de Kampe-  
naar  
13:00 - 16:00 Zaal 3: Dieren voedselbank  
Happy Feet  
13:00 - 17:00 Zaal 1: KBO, Bingo iedere 3e  
donderdag van de maand. Kaarten  
13:00 - 17:00 zaal 1: Zonnebloem, Bingo iede-  
re 2e donderdag van de maand  
15.30 - 17.00 Zaal 4: Kinderwerk elke even  
week  
19:30 - 22:00 zaal 4: Origami, ieder 2e donder-  
dag van de maand  
19:00 - 22:30 Ontmoetingsruimte: Biljartclub  
de Brack

**Vrijdag**

9:00 - 12:00 Zaal 1: Yoga  
10.30 - 11.30 Zaal 2: St de inloop bewegen op  
muziek



**Vincentius Vereniging**

Horstacker 14-51, 6546 EK Nijmegen  
telefoon: 024-844 00 95  
WhatsApp: 06-246 63 330  
Mail: [info@vincentiusnijmegen.nl](mailto:info@vincentiusnijmegen.nl)  
Info: [www.vincentiusnijmegen.nl](http://www.vincentiusnijmegen.nl)

**Locatie Horstacker 1451**

**Maandag**

Gesloten

**Dinsdag**

Van 13 - 15 uur Winkeltje open en gelegenheid  
voor koffie/thee  
Goederen brengen? Mail: [Renate@Vincentiusnijmegen.nl](mailto:Renate@Vincentiusnijmegen.nl)  
Van 15 - 20 uur Koken voor jongeren van 13 -  
17 jaar. Aanmelden via:  
[info@vincentiusnijmegen.nl](mailto:info@vincentiusnijmegen.nl) o.v.v. naam  
+leeftijd

**Woensdag**

Van 13 - 15 uur Winkeltje open en gelegenheid  
voor koffie/thee  
Vanaf 13.30 uur Koken voor kinderen. Voor  
kids van 6 tot 12 jaar.  
Maak met hulp een 3-gangen maaltijd voor  
jezelf en je familieleden.  
Aanmelden via: [aanmelden@kinderrestaurant.nl](mailto:aanmelden@kinderrestaurant.nl)  
Het gaat door bij voldoende aanmeldingen.

**Donderdag**

Van 13 - 15 uur Winkeltje open en gelegenheid  
voor koffie/thee  
Tussen 13 - 15 uur Afhalen vers bereide maaltij-  
den à € 2,50  
Locatie open van 18.30 - 20.30 uur.

**Vrijdag**

50-cent winkeltje gesloten  
1 keer in de maand op wisselende vrijdagen  
vanaf 18 uur Eat en Meet. Een 3-gangenmenu  
in het gezellige restaurant van ons gebouw in je  
eigen wijk. U kunt zich hiervoor aanmelden via  
[aanmelden@eatenmeet.nl](mailto:aanmelden@eatenmeet.nl).  
Er wordt hier een bijdrage van € 3,50 voor  
gevraagd

**Locatie Voorstenkamp 1919**

**Woensdag en donderdag**

Van 13 - 15 uur 50-cent winkeltje open en  
tevens gelegenheid om een kopje koffie te  
drinken.

**Locatie Meijhorst 1400**

**Dinsdag, woensdag en donderdag**

Van 12 - 15 uur weggeefwinkel open en er is  
koffie met wat lekkers.  
Op woensdag kunt u hier ook een lunch gebrui-  
ken, hier moet u zich wel even voor opgeven via  
[info@vincentiusnijmegen.nl](mailto:info@vincentiusnijmegen.nl).

**Locatie Lankforst 5494**

**Voor deze locatie worden nog nieuwe vrijwil-  
ligers gezocht!**

**Dinsdag**

Vanaf april van 13 - 15 uur open voor ontmoe-  
ting met een kopje koffie of een bakje soep.

**Woensdag**

Vanaf april van 13 - 15 uur open voor ontmoe-  
ting met een kopje koffie of een bakje soep.

**Algemeen:**

**Regelmatig liggen er producten op de pick-  
nicktafel bij de ingang tussen het Vincenti-  
ushuis en het gezondheidscentrum.**

*Het is wel de bedoeling dat iedereen die het  
echt nodig heeft één portie voor zichzelf mee  
neemt zodat er ook nog wat voor anderen over-  
blijft. Dit wordt aangekondigd op Facebook.  
Er zijn bij Vincentius diverse sportactiviteiten die  
worden georganiseerd door individuele aanbie-  
ders.*

Zie <https://vincentiusnijmegen.nl/sporten/>

**Voor wie, om wat voor reden ook, in acute  
nood verkeert, kan een noodhulp pakket  
worden verzorgd.**

Zie: [https://vincentiusnijmegen.nl/noodpak-  
ket-boodschappen/](https://vincentiusnijmegen.nl/noodpak-<br/>ket-boodschappen/) en voor overige hulp kijk op:

<https://vincentiusnijmegen.nl/overige-noodhulp/>  
. Telefonisch aanvragen is mogelijk op 06-243  
69 727 (na 16.00 uur en in het weekend via  
whats app).



**De Broederij**

**Nieuwstadweg 37 6545 AM Nijmegen**

**[info@debroederij.nl](mailto:info@debroederij.nl)**

**Maandag**

**Junior kookclub 8-11 jaar:**

Maandag 25 augustus, 1, 8, 22, 29 september  
en 6, 20 en 27 oktober 2025. Je leert veel nieuws  
over groente én koken. Jullie gaan koken met  
de groente en kruiden uit de moestuin. Je gaat  
aan de slag met verschillende recepten én gaat  
ook de moestuin in! 15.30 – 17.30 uur, vrijwillige  
bijdrage. Bericht Gidy: 06-371 92 664

**Dinsdag**

**Buurtsoep:**

Iedere dinsdag om 12.00 uur staat er lekkere  
dampende soep op tafel.

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.

**Sport en spel**

Elke dinsdagochtend vanaf 10.30 uur een  
uurtje sport en spel in de tuin van De Broederij.  
De inhoud en de intensiteit hangen af van de  
deelnemers. Iedereen is dus van harte wel-  
kom, ook mensen die niet (lang) kunnen staan.  
Meedoen is gratis. Aanmelden tot maandag  
18.00 uur op 024-679 32 32 (op dinsdag, don-  
derdag en vrijdag) of  
[info@debroederij.nl](mailto:info@debroederij.nl).

**Bewegen 65+:**

Van 9.45 tot 10.45 uur. Ben jij klaar voor een  
actieve ochtend? Elke dinsdagochtend kun je  
meedoen aan een uurtje sport en spel in de  
prachtige tuin van De Broederij. In een onge-  
dwongen sfeer doen we oefeningen en spellen  
om in beweging te komen. De lat ligt laag en  
de verbinding hoog. Meedoen is gratis.

**KreAktief:**

Tussen 14.00 en 16.00 uur komt KreAktief bij  
elkaar om dingen op handwerkgebied voor de  
Broederij te maken. Verschillende technieken

komen aan bod zoals naaien, haken en breien. Ook proberen we samen nieuwe technieken uit. Kosten: materiaalkosten bij eigen projecten

### Woensdag

#### Open atelier 18-24 jaar:

16:30 - 20:30 uur. Ben jij een jongeren (18 tot 24 jaar) en vind jij het leuk om nieuwe mensen te leren kennen? Werk aan eigen projecten, help mee bij gezamenlijke creatieve projecten of maak samen muziek. Er wordt ook soep gemaakt. Bijdrage € 3. Aanmelden voor maandag bij Anne: 06 252 27 954

#### Tuincafé:

1ste woensdag van de maand. Heb je vragen over je tuin, behoefte aan tips, wil je misschien gereedschap lenen of leuke tuinvahalen delen? De vrijwilligers van De Tuinbrigade staan woensdag voor je klaar.

#### Groenexpeditie 4-7 jaar:

1ste woensdag van de maand. Kinderen kunnen elke 1ste woensdag van de maand op onderzoek in de natuur. De activiteit wisselt per maand. Gratis. Tijd: 15:00 - 16:00 uur.

#### Bordspellen avond:

Elke 3de woensdag van de maand. Zin in een spelletje? Maar niemand om met/tegen te spelen? De bordspellen op tafel gelegd. Neem jou lievelingsspel natuurlijk ook mee! Kosten: € 2,50. Tijd: 19:30 - 22:00 uur. Aanmelden: lizetemoorman@hotmail.nl.

### Donderdag:

#### Van tuin tot Bord:

Elke donderdagavond rond de klok van 18.00 uur wordt een gezonde driegangenmaaltijd geserveerd in Buurtrestaurant de Broederij. De biologische groenten komen zoveel mogelijk uit de eigen moestuin. Schuif gezellig aan en ontmoet andere buurtgenoten! Prijs maaltijden: € 8,00. Voor kinderen tot 12 jaar € 4,00. We hanteren een aangepast tarief voor mensen met een kleine beurs. Reserveren voor het Buurtrestaurant is noodzakelijk. E-mail: debroederij@vantuintotbord.nl

#### Muziekcafé:

Laatste donderdag v.d. maand 19:30 - 21:00 uur. Een ontspannen avond om elkaar te ontmoeten en te verbinden door muziek. Samen zingen we de leukste liedjes, van klassiekers tot hedendaagse hits. Neem je instrument mee!

### Vrijdag

#### KO-kracht:

Inspiratieochtend voor vrouwen 10:00 - 11:30

uur. 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 materiaal-kosten.

#### Klets en koffie:

Vanaf 10:30 uur. Weet jij hoe het met je buur-vrouw 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?

#### Wijkleerorkest 8-12 jaar:

Van 15:00 tot 16:30 uur repeteert het wijkleerorkest bij de Broederij. Kinderen van 8 tot 12 jaar krijgen in groepjes les op klarinet, cello, viool of trombone. Daarna volgt orkest les met de hele groep. Kosten: Eerste half jaar is € 20. Daarna € 80 per jaar.



## Agenda STIP

Wijkatelier Lindenholt, Zellersacker 10-03

### Maandag

Stip inloop 13:30 - 16 uur. Wijkatelier Lindenholt.

### Woensdag

Stip inloop 13:30 - 16 uur. Wijkatelier Lindenholt

### Donderdag

Stip inloop 13:30 - 16 uur. Wijkatelier Lindenholt



## Wijkgezondheids-centrum Lindenholt

Horstacker 1644 6546 EX Nijmegen

#### Beter in balans voor mannen:

Begin september 2024 is er een start gemaakt met de cursus Beter in Balans voor mannen. Deze bestaat uit 8 bijeenkomsten van 1,5 uur en wordt gegeven in het WGC Lindenholt. De

cursus is bedoeld voor mannen die niet meer in balans zijn door:

- Stress of overbelasting
- Vermoeidheid
- Niet de juiste keuzes maken voor jezelf
- Vastlopen in je leven op diverse vlakken

De cursus geeft je inzicht in welke patronen je laten vastlopen, hoe je daar op een andere manier mee om kan gaan om weer beter in balans te komen. Hierbij wordt gebruik gemaakt van mindfulness of aandacht training, cognitieve gedragstherapie waarbij je ander gedrag gaat aanleren.

Belangrijk is ook de interactie met de deelnemers zodat je ervaringen kan delen en zo beter inzicht krijgt wat voor je werkt maar wat ook niet meer werkt voor jou op dit moment.

#### De cursus die gestart is zit helaas al vol maar er komt nog een 2e cursus aan.

Heb je interesse om deel te nemen of wil je nog meer informatie dan kan je mailen naar Barry Plakmeijer, fysiotherapeut en mindfulness trainer: bplakmeijer@wgclindenholt.nl Deze cursus is volledig gesubsidieerd en kan daardoor kosteloos worden aangeboden door het wijkgezondheidscentrum.

## Diverse activiteiten

### in Lindenholt

### Dinsdag

#### Lindenholt Loopt:

**Wanneer:** iedere dinsdag 20:00 - 21:00 uur

**Waar:** bij het waterkraantje bij het Cruyff-court (Zellersacker)

**Hoeveel:** +/- 5 km

**Kosten:** Gratis

Contactpersoon: Agnes van Swaay  
T. 024-3786456 / 06-44656206

### Donderdag

**Samen hardlopen** is een prima stimulans om het ook werkelijk te gaan doen! We starten om 20.00u. (verzamelen vanaf 19.45 in het Wijkatelier) en zijn daar gewoonlijk weer terug, uiterlijk tussen 21.00 en 21.30u. om nog even na te praten en wat te drinken. Gezamenlijk beslissen we over afstand en route. Ieder kan in eigen tempo lopen en als we te ver uit elkaar raken, wordt er gelust.

# NIEUW!

## DE IJSBURGER

Een warme brioche, gevuld met ambachtelijk ijs en fruit, met daaroverheen saus en een krokante topping.

Kies uit 3 smaakcombinaties:

- aardbei pistache
- appel kruimel
- Nutella cookies



Kom de ijsburger proeven bij  
Clevers ijsbar Nijmegen-Lindenholt!



## TUINCENTRUM LINDENHOLT

De beurt valt dit maal op Tuincentrum Lindenholt in de St. Agnetenweg in de wijk de Gildenkamp. Ze zijn in de volksmond beter bekend als **'t Lindenholtje**.

Lindenholt Leeft sprak met Oswald Peters, 41 jaar die, samen met zijn neef Stefan Peters, de derde generatie in zijn familie vertegenwoordigt.

### Geschiedenis

'Mijn opa is in 1965 ooit begonnen. Hier aan de overkant in het huisje waar nu de fietssmaker Wouter en kapper Esther zitten. Nadat mijn opa op een slinkse manier uit de voormalige Boerenbond was uitgewerkt, is hij voor zichzelf begonnen. Hij beschikte over een enorm netwerk van boeren die hij bediende in hun behoefte. Iedereen gunde hem zijn handel.'

'Ik heb mijn opa helaas nooit gekend. Mijn vader heeft na zijn dood de zaak overgenomen samen met oma en haar broer. Op een gegeven moment zijn ze naar de overkant ver-

kast net toen Lindenholt een beetje tot stand kwam begin jaren tachtig. Het was natuurlijk een *booming* tijd, want al die nieuwe bewoners hadden van alles nodig, zoals schroeven en verf en dat soort dingen. Er waren toen nog geen bouwmarkten als Gamma en dergelijke. Later ben ik er ook bijgekomen na mijn studie aan de Hogere Agrarische School met afstudeerrichting tuincentrummanagement.'

### Heden

'We willen ons afficheren als een kleinschalig bedrijf waar we met onze elf medewerkers ook tijd hebben voor een praatje met onze vaste klanten uit Lindenholt en Dukenburg en uiteraard met onze expertise als basis. Ik zeg soms wel eens: het is hier net de wachtkamer van de dokter. Mensen moeten hun verhaal kwijt en dat vind ik ook gewoon heel leuk. Je kent de meeste klanten van gezicht en sommigen van naam. Dat is gewoon top toch?'

### Vuurwerk

'De verkoop hiervan is al in 1970 begonnen. Het zal dit jaar voor het laatst zijn. Dat stel ik

vast met een lach en met een traan. Het gaat mij niet om het financiële verlies, maar ik ga de vaste klanten missen die zelfs uit Den Haag en Amsterdam komen. Ik heb daar vrienden aan overgehouden. Die gasten komen dan hier langs en dan is het een feestje gewoon. Dat is een gemis. Vuurwerk is zo'n aparte handel. Het zijn drie dolle dagen, maar je bent er wel het hele jaar mee bezig. Ik ben er zelfs ooit voor in China geweest.'

'We wisten vijf jaar geleden al dat het niet lang meer zou duren. Ik ben een vuurwerk-liefhebber, maar wat de laatste jaren gebeurt, kan natuurlijk niet. Ik vind dat heel schrijnend, want er wordt veel te zwaar en gevaarlijk vuurwerk afgestoken. Dat vuurwerk zouden wij nooit verkopen.'

### Waar komt de naam 't Lindenholtje vandaan?

'Ik heb weleens nagedacht om onze naam daarin te veranderen. Het is een begrip geworden en iedereen weet wat je bedoelt. Het dekt ook een beetje dat kleinschalige gevoel

waar we voor staan. Het is een leuke naam en ik vind het prima om zo genoemd te worden.'

#### **Jullie zijn meer dan een tuincentrum**

'Ja als we kansen en of behoeften zien die aansluiten bij onze visie over duurzaam ondernemen, dan duiken we er in. Zonnepanelen was een paar jaar geleden heel lucratief, maar helaas is die sector als gevolg van de salderingsregeling helemaal in elkaar gestort.'

'Maar goed, als je nooit iets probeert, gebeurt er nooit iets. Zo handelen we ook in laadpalen en in thuisbatterijen. Mijn visie over duurzaamheid is dat we in Nederland groener moeten worden. Lindenholt is een mooi voorbeeld; we zijn aardig groen, maar er zijn nog te veel woningen met betegelde tuintjes. Ik vind het heel naar om te zien dat er zoveel stenen liggen.'

'Wij proberen mee te denken en helpen de mensen als ze vragen hebben over hoe ze hun tuin kunnen *vergroenen*. We werken samen met Woontotaal Concept waarmee we mensen kunnen helpen met alles op het gebied van wonen tot isolatie en tuinaanleg.'

'Ik leer altijd iedere dag bij. Enerzijds door productinformatie, maar ook door het bijwonen van Webinars. De laatste was over Artificial Intelligence (AI) en ChatGPT. Daarmee kunnen we bijvoorbeeld een tuinplan maken of een plan schrijven voor een schaduwrijke tuin; echt een heel nuttige tool.'

#### **Er is veel te doen over dat bloemen, als gevolg van het gebruik van pesticiden, schadelijk voor de gezondheid zouden zijn**

'We zullen als branche echt gaan proberen om te minderen, maar het is nu nog heel moeilijk

om een biologisch product te ontwikkelen en om een biologisch assortiment te maken. We halen in Nederland te veel bloemen uit het buitenland. Er zullen snel keurmerken komen ten aanzien van pesticidevrije bloemen. Daar zit een prijskaartje aan; biologische bloemen zijn anderhalf keer duurder.'

#### **Sinds een jaar of twee heeft de voorkant van 't Lindenholtje een metamorfose ondergaan. Het pand van de burens, dat rijp was voor de sloop, werd gekocht**

'We wilden er in het begin een parkeerplaats van maken. Maar toen bleek dat we de gevel van het oude huis konden redden en er een grote buitenruimte zou ontstaan, begon het bij ons te leven. In samenwerking met architecten, advocaten, de bank en vooral samen met de gemeente Nijmegen zijn we eruit gekomen. Het heeft uiteindelijk heel goed uitgepakt. Het dak is eraf gehaald en er stonden alleen nog maar buitenmuren. Verder is er voor 45.000 euro aan asbest verwijderd. We zijn allemaal heel tevreden over hoe het geworden is.'

#### **Ondernemers in Lindenholt**

'We willen mensen aansporen om in de Agnetenweg meer ondernemers te laten komen. Het is jammer dat er op de hoek, waar vroeger Slager Milder en heel vroeger een bakker zat, geen ondernemer komt, maar kleine appartementjes. Als ik naar Nijmegen Oost ga, dan zie ik op iedere hoek van de straat een koffietentje zitten. Waarom zou dat in Lindenholt niet kunnen? Helaas is er geen ondernemerscomité. Misschien bij deze een oproep om ons te verenigen.'

*Tekst: Silvano Orvini*

*Fotografie: 't Lindenholtje*



# JAARMARKT AGNESKERK LINDENHOLT



## ZONDAG 14 SEPTEMBER

- Leuke 2e hands- en nieuwe (creatieve) spullen
- Groot terras met vele soorten versnaperingen
- Live muziek
- Spelletjes voor de kinderen
- Loterij met heel veel kleinere prijzen en één SUPER HOOFDPRIJS!

## INZAMELDAGEN

- zaterdag 23 augustus
- zaterdag 30 augustus
- zaterdag 6 september

van 09.00 tot 12.00 uur bij de Agneskerk aan de St. Agnetenweg 90.

Ook dit jaar zullen we bij de inname van spullen selectief moeten zijn. Dat betekent dat we bijvoorbeeld geen beeldbustelevies, geen grote meubels en uiteraard geen vuile en defecte spullen aannemen.

## KRAAM HUREN

Wilt u een kraam huren om zelf uw spullen te verkopen? Dat kan voor € 27,50 per kraam, met elektra is dat € 32,50. Neem hiervoor contact op met Hans Dekkers via telefoonnummer 06 292 278 84. Let op: Een kraam is pas definitief gehuurd als wij de betaling en het ondertekende huurcontract hebben ontvangen.

Wij zien u graag op zondag 14 september  
**TOT DAN!**

Entreprijs is € 2,00

Kinderen tot 12 jaar gratis toegang



## HOOP

We gaan vandaag naar Omaha beach. Klinkt voor de meesten onder u misschien tropisch, maar het ligt aan de kust van Normandië in Frankrijk. We zijn hier niet om te zonnen of te zwemmen. Al zou je dat hier best kunnen doen. Nu ik hier sta, weet ik dat wij dat niet zouden doen. Dit is een plek waar veel soldaten, die voor de vrijheid van Europa gevochten hebben, zijn gestorven. Vaak nog heel jonge mannen, begin 20. Zo oud als mijn kinderen nu ook zijn.

Zij zijn gestorven voor onze vrijheid. Ze hebben gevochten omdat Europa bezet werd en onschuldige mensen vermoord werden.

Dit is niet Saint Tropez en dus zeker geen plek om te flaneren, drankjes te drinken of te dansen. Dit is een plek waar je je realiseert dat wij in vrijheid leven, dankzij de mensen die voor ons gevochten hebben. Ik kijk nog een keer naar de zee en ben dankbaar dat ik hier kan staan, dat ik leef.

Om ons heen staan nog meer mensen die duidelijk hetzelfde voelen.

Hier zijn wij allemaal één.

Wat toen in ons Europa gebeurd speelt nu nog dagelijks op meerdere plekken van onze wereld. Hoe kan dat nog steeds?!

Ik kijk naar de lucht, zie een zonnestraal. Misschien is er toch nog hoop.

*Victoria Lammerinks-Montis*

## Ervaar een online sollicitatiegesprek en ontvang een Bol-cadeaubon van €10,-!

Doe mee met een studie van het Centre for Language Studies in Nijmegen waarin we onderzoeken we hoe mensen een online sollicitatiegesprek ervaren.

We zoeken deelnemers:

- van 18 jaar of ouder;
- die Nederlands spreken;
- die in Nederland wonen;
- die de tijd hebben (30 tot 50 minuten) om aan deze studie deel te nemen;
- die toegang hebben tot een rustige ruimte, een stabiele internetverbinding en speakers of een koptelefoon.



Ga op een laptop of vaste computer naar [bit.ly/sollicitatie-studie](https://bit.ly/sollicitatie-studie) om deel te nemen. De studie werkt het best via Google Chrome.

Meer weten over deze studie? Neem dan per e-mail contact op met de onderzoeker, Maria den Hartog ([maria.denhartog@ru.nl](mailto:maria.denhartog@ru.nl)).



## 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   | 17.45-18.45 |
|           | 19.00-20.00 |
| Donderdag | 17.45-18.45 |
|           | 19.00-20.00 |
|           | 20.15-21.15 |

**Maandbedrag:**  
1x per week €35,-  
2x per week €63,-

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

Is uw interesse gewekt, bel dan naar 024-3781818  
Of mail naar [fysio@wgclindenholt.nl](mailto:fysio@wgclindenholt.nl)



Wijkgezondheidscentrum  
**Lindholt**



Bij HoorPartners weten we hoe belangrijk uw gehoor is. Hoe het van betekenis is om uw kleinkinderen goed te verstaan of gesprekken op kantoor te volgen. Om normaal uw boodschappen te doen of van een muziekstuk te genieten.

Wat uw hoorbehoefte en -wens precies is, horen wij graag. We vinden het belangrijk om u op een persoonlijke manier te benaderen en echt naar u te luisteren. Op die manier zijn we u het beste tot dienst en vinden we samen een passende hooroplossing voor u.

De audiciens van HoorPartners doen hun werk met passie en liefde. Onze dag is geslaagd wanneer u zich gehoord heeft gevoeld.

Bent u op zoek naar een audicien die echt naar u luistert en met u een persoonlijke hooroplossing zoekt? Dan bent u bij HoorPartners aan het goede adres.

# Activiteiten September

Vind je het leuk om mee te doen? Kom langs of bericht naar:  
[info@debroederij.nl](mailto:info@debroederij.nl) / 0625227954

**Woensdag 3 sep**  
**15:00 – 16:00 uur**

## **Tuinbrigade: Groenexpeditie | 4 -7 jaar**

Kinderen kunnen elke eerste woensdag van de maand op onderzoek in de natuur. De activiteit wisselt per maand.

**Donderdag 4 sep**  
**19:30- 20:00**

**Opening expositie Vincent van Delft |** Bij Vincent ontstaat kunst vanuit toevallige vondsten en visuele verwondering. Bewoner als eerst zijn werken tijdens de opening op 4 september.

**Week van 8 - 12 sep**

## **Workshops geïnspireerd op Vincent van Delft |**

Laat je inspireren door de kunstwerken van Vincent van Delft in de Broederij. We verkennen hoe alledaagse objecten een verhaal kunnen vertellen en gaan daarna zelf creatief aan de slag.

**Vrijdag 26 sep**  
**19:30 tot 21:30**

## **Social Friday | 18 tot 25 jaar**

Vind jij het leuk om nieuwe mensen te leren kennen en vind je spelletjes leuk? We spelen de Alleskunnens. In verschillende spelrondes gaan teams de strijd met elkaar aan.

**Zat 27 en zon 28 sep**  
**11:00 tot 17:00**

## **Jongeren weekend Koester | 18 tot 26 jaar**

Samen ontdekken we op creatieve en verdiepende manieren wie je bent, waar je warm van wordt en wat jij wilt bijdragen. Vanuit die inzichten geven we op woensdagen samen betekenis aan een activiteit.

**Vrijdag 3 oktober**  
**15:00 tot 16:45**

## **Instrumententuin wijkleerorkest | 7 tot 12 jaar**

Wil je ontdekken hoe het is om een instrument te bespelen en hoe leuk en magisch het is om samen muziek te maken. Probeer instrumenten uit en maak kennis met onze docenten.

## **Uitgelicht**

### **Nacht van de ommetjes**

Ontdek je wijk op een nieuwe manier tijdens de nacht van de ommetjes op **zat 4 okt.** Inloop **vanaf 19:00** bij het wijkatelier. 19:30 vertrekken we. Via op de Acker eindigen we rond 21:00 bij de Broederij. Op elke locatie beleef je iets rondom het thema vuur. Laat je onderweg verrassen door wereldmuziek, vuur en het verhaal van Prometheus, de god van het vuur.



# GESLAAGD CYCLING DINNER



**Op 4 juli jl. was er voor het eerst een zgn. Cycling Dinner in Lindenholt voor kinderen met hun ouders. Het werd een onvergetelijk evenement met zo'n 35 mensen.**

Iedereen verzamelde zich om 17.00 uur bij De Broederij. Daar stond een lange, gedekte tafel klaar in de tuin. Iedereen werd persoonlijk verwelkomd door leden van het organiserend comité. Daarna vertelde Gidi van Gaans iets over 'van tuin tot bord', gelieerd aan De Broederij, waar hij met vrijwilligers iedere donderdag om 18.00 uur een vegetarische maaltijd op tafel zet voor iedereen die zich aanmeldt. Voor deze avond had hij samen met een paar kinderen een courgettesoep klaargemaakt met stokbrood en kruidenboter.

Het was direct al een drukte van belang. Mensen die elkaar voor het eerst ontmoetten, raakten met elkaar in gesprek over van alles en nog wat en ook de kinderen vermaakten zich opperbest. Na een dik half uur werd iedereen opgetrommeld om op de fiets te stappen naar de volgende halteplaats voor het hoofdgerecht. Dat werd opgediend in het gebouw van Vincentius naast het Wijkgezondheidscentrum. Daar werden we welkom geheten door directeur Linda van Aken. Ze vertelde waarom Vincentius bestaat. Om armoede en eenzaamheid te verzachten. Dat doen ze onder meer door gratis maaltijden te verzorgen. En wij kregen een vlees- of vegaburger met een heerlijke salade voorgeschoteld. We za-

ten nu niet buiten, maar in het restaurant van Vincentius. Ook nu had iedereen het zichtbaar naar hun zin.

Tegen 18.45 uur fietsten we met z'n allen naar het Wijkatelier Lindenholt (WAL), waar we buiten op het terras werden geïnstalleerd. Binnen was het nog veel te warm door de hittegolf van de dagen ervoor. We werden welkom geheten door coördinator Dirk Karremans en vervolgens werden we getrakteerd op een heerlijk toetje, appeltaart met een bol vanille-ijs. Het organisatiecomité had vooraf gezorgd voor een muzikaal intermezzo door Theo Dahm (gitaar en zang), maar Theo was plotseling verhinderd vanwege een uitvaart. Dus gingen enkele kinderen zelf maar spontaan zingen. De sfeer was ernaar en iedereen vond het prachtig.

Na een klein uur op pad naar Wijkcentrum De Brack voor een afsluitende kop koffie en een praatje van de BOL-voorzitter Kees over wat er allemaal te doen is binnen het Bewonersoverleg Lindenholt. Om 20.00 uur sloot hij af met een korte terugblik op een geslaagd Cycling Dinner. Alle deelnemers lieten enthousiast weten een volgende keer weer aan te sluiten en buurtgenoten op te porren om ook mee te doen.

*Tekst: Kim (BOL), Anneke (Broederij), Mike (Bindkracht 10), Kees (BOL)*  
*Fotografie: Cycling Dinner*





# Cursus Beter in balans voor mannen

In het wijkgezondheidscentrum is in de afgelopen periode tweemaal een cursus gegeven met als titel: *Beter in Balans voor mannen*. Deze cursus is bedoeld voor mannen met stress gerelateerde klachten zoals moeheid, pijn of gespannenheid. De reden om een cursus speciaal voor mannen te ontwikkelen was dat de bestaande cursussen veelal bezocht worden door vrouwen. Deze bestaande cursussen voldoen vaak onvoldoende aan de behoeften van mannen, waardoor zij afhaken of helemaal niet deelnemen.

De cursus bestond uit acht groepsbijeenkomsten waarbij door een ervaren fysiotherapeut een mix van onderwijs, oefeningen en het delen van ervaringen werd geboden. Het doel van deze cursus is het voorkomen van langdurige uitval, maken van keuzes met bewuste aandacht en krijgen van inzicht in de eigen energiebalans.

De cursus is binnen en buiten het centrum goed ontvangen. De deelnemers waren allen zeer trouw in deelname en van de zeventien deelnemers is er slechts eentje afgehaakt.

De cursus is ontwikkeld met behulp van een subsidie. We zijn van plan, bij voldoende interesse, deze te blijven aanbieden aan mannen

in de wijk Lindenholt. Mocht je interesse hebben laat het dan vooral alvast weten dan plaatsen we je op de lijst. Bij voldoende deelname starten we de cursus zo snel mogelijk in het najaar. Wil je meer informatie of je alvast aanmelden neem dan contact op met de begeleidend fysiotherapeut Barry Plakmeijer: Bplakmeijer@wgclindholt.nl.

**Tekst:** Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

## Feedback van deelnemers

- 'Lange tijd liep ik vast in patronen die achteraf mij totaal niet meer hielpen. Door hier inzicht in te krijgen, en nu ik weet wat ik kan doen zit ik weer op het juiste spoor. Nee ik ben niet van alles af, maar ik weet tenminste weer hoe ik daaraan kan werken en dat schept vertrouwen.'
- 'Mede door de eigen inbreng van de begeleider en de andere mannen van de cursus ben ik in gaan zien dat ik niet de enige ben die soms vastloopt in dingen/mijn leven. Het voelt fijn om weer te weten waar ik blij van word.'
- 'De begeleider was prettig in de omgang met alle cursisten, er was ruimte voor diepgang, maar ook ruimte voor een grap of een schuine opmerking. Dat maakt de cursus leerzaam, leuk en luchtig, in combinatie met diepgang.'

## BEZOEK BURGEMEESTER BRULS AAN DE WELLENKAMP

Ernstige overlast in de Wellenkamp is adequaat aangepakt. De overlast in de wijk was vooral afkomstig van mensen met auto's op de parkeerplaats van de Tennis en Padel Vereniging Lindenholt. "Het was een ontmoetingsplek voor ongewenste gasten, maar de laatste maanden liep het de spuigaten uit. Er was zelfs sprake van intimidatie en bedreiging." Aldus een bewoner.

Na intensief contact van de direct aanwonenden met diverse gemeentelijke disciplines (wijkregisseurs, handhaving en politie), bewo-

nerscomité de Wellenkamp en de Tennis en Padel vereniging is er een afsluitbaar rolhek geplaatst en is de parkeerplaats verboden gebied geworden tussen 23.30 uur 's avonds en 07.30 uur 's morgens. Auto's kunnen tussen die tijd niet meer het parkeerterrein op of af. In geval van nood kan men altijd parkeren op het terrein voor het Mondial college.

Een paar dagen na plaatsen van het hek, ervaren de direct aanwonenden al een hele verbetering en is het er sindsdien rustig. Op 8 juli jl. kwam de burgemeester langs om zich per-

soonlijk op de hoogte te stellen en de boel te inspecteren. Dit snelle handelen is te danken aan actieve bewoners. Meerdere bewoners samen staan sterker en dankzij warme contacten met diverse gemeentelijke afdelingen kan er snel gehandeld worden.

de Wellenkamp wenst iedereen een fijne zomer!

**Tekst:** Ronald Gerrits

**Fotografie:** Ronald Gerrits



Nieuwe situatie met het rolhek



Bezoek van burgemeester Bruls

# Ga mee op safari door 't Broek!

De stad zit vol verborgen leven. Wil je ontdekken welke dieren en planten in de buurt leven? Op woensdag 24 september kun je gratis mee op wijksafari door 't Broek.

Tijdens de wijksafari maak je een wandeling langs natuurplekken in de buurt. Onder leiding van een gids ga je op ontdekkingstocht in de wereld van de biodiversiteit. Want wat leeft er allemaal op straat, rondom bomen, en in de tuinen? En wat kun je doen om de natuur in de stad een handje te helpen?

De wijksafari start om 19:00 uur en duurt ongeveer 1,5 uur. Deelname is gratis en voor iedereen. Wil je meedoen? Meld je aan! Er zijn een beperkt aantal plekken beschikbaar, dus wees er snel bij.

Kijk voor meer informatie en aanmelden op [www.debastei.nl/wijksafari](http://www.debastei.nl/wijksafari).

De wandelingen worden mede mogelijk gemaakt door: gemeente Nijmegen, Lentekracht, Soortenrijk en de Bastei.

Tekst: Gemeente Nijmegen / De Bastei

## Fysiotherapie Lindenholt - Ruikes & de Muijnck

Onze therapeuten met een passie voor hun vak, bieden u laagdrempelige en kwalitatief hoogwaardige zorg aan. U bent van harte welkom!



Fysiotherapie Lindenholt - Ruikes & de Muijnck



**Locatie Lindenholt**  
Medisch Centrum Onder de Linde  
St. Agnetenweg 75  
6545 AT Nijmegen  
024-3780991



**Locatie Neerbosch-Oost**  
Woonzorgcentrum de Honinghoeve  
Fanfarestraat 77  
6544 NV Nijmegen  
024-3711433

Wilt u graag meer informatie of wilt u zich inschrijven? Hiervoor kunt u terecht op onze websites: [www.fysiotherapielindholt.nl](http://www.fysiotherapielindholt.nl) of [www.fysiotherapie-neerbosch.nl](http://www.fysiotherapie-neerbosch.nl)



## Overpeinzingen van een voorzitter

Goed nieuws mensen! Onlangs is er een gids verschenen met als titel 'Samen werken aan een gezonde leefomgeving in Nijmegen'. Het is het resultaat van anderhalf jaar studie in de wijken Hatert en Grootstal en in het stadsdeel Lindenholt.

Ik zal me op deze plaats beperken tot Lindenholt. Wat vinden bewoners belangrijk? Wat missen ze? Waaraan storen ze zich? Wel, bewoners willen elkaar kunnen ontmoeten. Verder vinden ze wandelen belangrijk, maar ook de nabijheid van voorzieningen. En de wijk moet schoon en veilig zijn. Ten slotte is beheersing van het Nederlands voor de bewoners erg belangrijk. Want kletsen is belangrijk voor de gezondheid! En wat zou het fijn zijn, als er een soort cafeetje is waar vrouwen elkaar kunnen ontmoeten. Bovendien kan het openbaar vervoer beter. Vooral ouderen wonen vaak te ver af van bushaltes. Bovendien ervaren veel bewoners de IJpenbroekweg als een barrière. Daar wordt veel te hard gereden!

Wat kunnen we daar nu aan doen? Twee thema's springen eruit.

### Ontmoeten en voorzieningen:

- Extra bankjes plaatsen langs wandelroutes en in groengebieden.
- Ontmoetingsplekken toevoegen en aantrekkelijker maken, b.v. door horeca.

### Bewegen en mobiliteit:

- Betere looproutes oost-west.
- Aantal en bereikbaarheid bushaltes moet omhoog.
- Doortrekking van fietsroutes in Lindenholt-oost.
- Aanbrengen van drempels en wegversmallingen.

Dit zijn maar een paar maatregelen, want de gids heeft nog meer in petto. In samenspraak met ons, bewoners van Lindenholt, gaan de maatregelen worden uitgewerkt. Het is de gemeente menens, want de gezondheid van haar mensen staat hoog in het vaandel. Lindenholt staat op de kaart!

**Kees de Ruwe,**  
**Voorzitter Bewonersoverleg Lindenholt**

## Komt u ook op de koffie?

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 zorgbehoefte?**

**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](mailto:info@thuiszorgmoc.nl)

Zwanenstraat 1a 6545 AX

Nijmegen

024-6756760

Info:

[www.thuiszorgmoc.nl](http://www.thuiszorgmoc.nl)





SOLAR POWERED BY  
**somfy®**



BIJ DE AANKOOP  
VAN EEN ROLLUIK OF  
ZIPSCREEN UIT ONS  
SOLARPROGRAMMA  
ONTVANG JE **GRATIS**  
DE SOMFY TAHOMA  
SWITCH TER WAARDE  
VAN € 375,-. HIERMEE  
KUN JE ALLES SLIM  
BEDIENEN.

- 7 JAAR GARANTIE,  
OMDAT KWALITEIT  
VOOROP STAAT!

- BEL ONS VOOR EEN AFSpraak OP  
+31623808570. WE KIJKEN ERNAAR UIT OM JE  
TE VERWELKOMEN IN ONZE SHOWROOM!
- LAAT JE INSPIREREN IN ONZE SHOWROOM!  
JE BENT VAN HARTE WELKOM OP ONS ADRES:  
HOGELANDSEWEG 101, NIJMEGEN.
- ONTDEK ONS VOLLEDIGE ASSORTIMENT EN MEER  
INFORMATIE OP ONZE WEBSITE: [WWHS.NL](http://WWHS.NL).



- SNELLE EN BETROUW-  
BARE LEVERING  
GEGARANDEERD!  
DE MEEST GANGBARE  
KLEUREN WORDEN  
BINNEN 15 WERKDAGEN  
GELEVERD.

### Jaarlijkse inschrijfdag StAAD

Vrijdag 29 augustus 2025, 10.00-13.00 uur  
in Wijkcentrum Dukenburg, Meijhorst 7039

Op onze website staat meer informatie: [www.staad.nl](http://www.staad.nl)



**StAAD**  
Leerzaam, gezellig  
en voor iedereen

#### Enkele voorbeelden uit ons aanbod zijn:

Android Telefoon Beginners - R. v.d. Logt  
Android Telefoon Gevorderden - R. v.d. Logt  
Bridge Beginners - Marleen Janssen  
Chinese cultuur - Ju Yang  
De kunst v.h. vertellen - Jacques de Vroomen  
Engels voor Beginners - Peter Eissing  
Filosofie Leesgroep - Jan van Alem  
Hatha Yoga - Moniek Schotanus  
Hatha Yoga (2 groepen!) - Peter Willems  
Kledingadvies - Marijke Minnema  
Populaire muziek - Ronald v.d. Logt  
Qigong - Carlijn Bloemhart  
Rolstoel/rollatordansen - Wiepy v. Kuppeveld  
Schaken voor Beginners - Johan Cuppen  
Slim & Shape Yoga - Moniek Schotanus  
Spaans voor Beginners - Benito Sanchez  
Van Darwin tot DNA - Norbert Groot  
Windows 11 - Ronald v.d. Logt

Woensdag, 11.00-13.00 uur. Workshop, 9 lessen, start: 22-10.  
Dinsdag, 11.00-13.00 uur. Workshop, 9 lessen, start: 30-09.  
Vrijdag, 14.00-16.00 uur. Cursus, 22 lessen, start: 03-10.  
Maandag, 10.00-12.00 uur. Workshop, 8 lessen, start: 28-10.  
Woensdag, 10.30-12.30 uur. Workshop, 5 lessen, start: 24-09.  
Donderdag, 10.00-12.00 uur. Cursus, start: 25-09.  
Dinsdag, 13.30-15.30 uur. Cursus, start: 24-09.  
Woensdag, 09.30-10.30 uur. Cursus, start: 24-09.  
Maandag, 13.00-14.00 uur of 14.30-15.30 uur. Cursus, start: 06-10.  
Woensdag, 10.00-12.00 uur. Workshop, 6 lessen, start: 08-10.  
Vrijdag, 11.00-13.00 uur. Workshop, 9 lessen, start: 24-10.  
Dinsdag, 09.30-10.30 uur. Cursus, start: 23-09.  
Donderdag, 19.30-21.30 uur. Cursus, start: 25-09.  
Dinsdag, 10.00-12.00 uur. Workshop, 8 lessen, start: 21-10.  
Woensdag, 11.00-12.00 uur. Cursus, start: 24-09.  
Donderdag, 10.00-12.00 uur. Cursus, start: 25-09.  
Woensdag, 13.00-15.00 uur. Workshop, 7 lessen, start: 24-09.  
Maandag, 11.00-13.00 uur. Workshop, 9 lessen, start: 20-10.

De **kosten** voor een (jaar-)cursus (minimaal 11 lessen) bedragen tussen de € 72,00 en € 121,00. De **kosten** voor een workshop (maximaal 10 lessen) bedragen tussen de € 6,50 en € 9,50 per les. U kunt bij ons alleen met pin betalen. Wij zijn op zoek naar cursusleiders voor Creatieve cursussen, Cultuur, Hatha Yoga (evt. voor 55+), Tai Chi en Talen.



**Mensen helpen?**

**Mensen ontmoeten?**

**Zorg of hulp nodig?**

**Een idee voor de buurt?**

**Vragen over regels en papieren?**

**STIP LINDENHOLT**  
Wijkatelier Lindenholt  
Zellersacker 1003  
ma, wo en do  
13.30-16.00

**stip**

**WWW.STIPNIJMEGEN.NL/LINDENHOLT**  
@StipNijmegenLindholt



**sterker Ouderenwerk**  
**Deel de Dag**

**Een Gedeelte Dag is een Goede Dag.**

Voor 65-plussers in Nijmegen

U bent van harte welkom om te horen hoe wij de dag samen delen.

Neem gerust contact op:

Telefoon: 088 - 00 171 21  
E-mail: [ouderenwerk@sterker.nl](mailto:ouderenwerk@sterker.nl)  
Website: [www.sterkerouderenwerk.nl](http://www.sterkerouderenwerk.nl)

Samen staan we Sterker



**Fysiotherapie**  
Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

**Algemene fysiotherapie | Manuele technieken | Kinderfysiotherapie  
| Met speciale aandacht voor psychosomatiek |  
Bekkenfysiotherapie kinderen | Bekkenfysiotherapie volwassenen**

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

Horstacker 1644 Nijmegen | 024-3781818  
[Fysio@wgclindholt.nl](mailto:Fysio@wgclindholt.nl)  
[www.wgclindholt.nl/fysiotherapie](http://www.wgclindholt.nl/fysiotherapie)

**Wijkgezondheidscentrum Lindenholt**

# BORDUURWINKEL *Nijmegen*



complete borduurpakketten,  
garens, stoffen, patronen,  
boeken en nog véél meer!



## OPENINGSTIJDEN

10.00 - 15.00 UUR  
WOENSDAG, DONDERDAG  
EN VRIJDAG

Bezoekadres

**Kerkenbos 1079KK  
6546 BB Nijmegen**

bereikbaar met de trap, geen lift



[www.borduurwinkel-nijmegen.nl](http://www.borduurwinkel-nijmegen.nl)



bekijk hier  
onze acties:



## WOONZINNIGE TOPDEALS

maak van jouw huis, jouw thuis!



[WOONBOULEVARDNIJMEGEN.NL](http://WOONBOULEVARDNIJMEGEN.NL)

## Lekkere barbecue?

Scheid na afloop ook jouw afval!



etensresten



gft-afval

houten  
prikkers



restafval

leeg  
aluminium  
bakje



plastic+

[www.dar.nl/afvalwijzer](http://www.dar.nl/afvalwijzer)



Homan Makelaardij

# Woning verkopen?

Maak een **goede** start  
met **dé makelaar** uit  
uw **eigen** buurt!



U vindt ons tussen  
het busstation en  
winkelcentrum Dukenburg

**024 – 344 84 97**

