



Wijkblad voor alle inwoners van Lindenholt • Jaargang 15 / Editie 6 • December 2024

LINDENHOLT LEEFT

Voedselbank opent gratis supermarkt in Dukenburg • Uitbreiding kinderboerderij
• Schoenendoosactie • Kinderdorp Neerbosch • Heb jij de mooiste kerstfoto?

Fysiotherapie houdt u in beweging!



024-3780991

Ook 's avonds geopend

Fysiotherapie Lindenholt - Ruikes & de Muijn

- **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 Muijn**
www.fysiotherapielindholt.nl
fysiotherapie@mc-onderdelinde.nl

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



**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

Colofon

Zondag 1 december 2024
Jaargang 15
Editie 6 2024

Adres

Lindenholt Leeft
Hegdambroek 1314
6546 VK Nijmegen
redactielindholtleeft@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 (lay-out)
Dick Romkema
Jan ten Dam
Victoria Lammerinks-Montis
Silvano Orvini
Kim van Rossum
Ellen Timmermans
Henk van der Heijden (fotograaf)

Coverfoto

Hert Niks, Creative Commons

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 06-17484394.

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/Vorstenkamp
Bibliotheek Dukenburg
Brede school de Lindenhoeve
Sportvereniging SCE
Tennisvereniging Lindenholt
Wijkcentrum De Brack

Volgende editie

Deadline inlevering kopij: 19 januari
Verspreiding vanaf begin februari

Zelf een artikel aanleveren? Mail naar redactielindholtleeft@gmail.com.
Ook is het mogelijk het artikel te uploaden via de website www.lindholtleeft.nl of te versturen naar het redactieadres (zie boven).

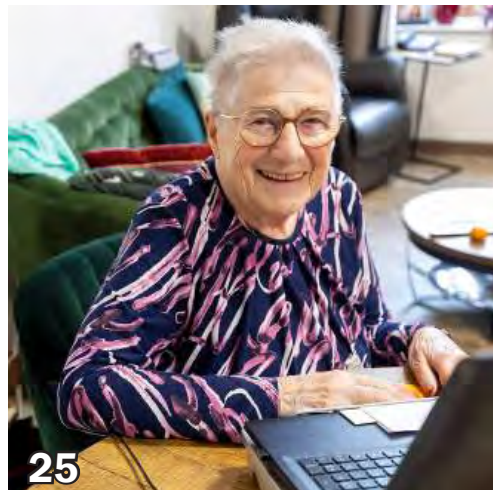
Aanleverspecificaties: 150 woorden per kolom. Foto's dienen als onbewerkt .jpg- of .png-bestand van maximaal 1 MB te worden bijgeleverd, inclusief vermelding van de naam van de fotograaf. De redactie behoudt zich het recht voor kopij aan te passen of in te korten of zonder opgave van reden te weigeren.

Inhoud



8

- 4 Voedselbank opent gratis supermarkt in Dukenburg
- 4 Column: Kees de Ruwe
- 5 De Blauwe Tomaat
- 5 Geldzorgen: op tijd hulp zoeken geeft rust
- 6 Bewonerscomité de Wellenkamp
- 7 Oproep van BOL
- 7 Kinderboerderij Lindenholt
- 10 Feestelijke opening Museum Kinderdorp Neerbosch
- 12 Halloween in Lindenholt
- 13 Horrorteam uit de Gildenkamp
- 14 Een groene boost voor Lindenholt
- 15 Samen begint met ontmoeten!



25

- 16 Schoenendoosactie
- 17 Lindenholt Kookt
- 17 Column Victoria Montis
- 18 Lindenholt Doet
- 23 Walking Dinner
- 25 Ouder worden in eigen wijk
- 26 Berry Alder - Mr. SCE - weer op de been
- 27 SCE Girls cup 2025
- 28 Vieringen in de Agneskerk
- 29 Vrijwilligersfeest Grand Café
- 30 Kinderfysiotherapie Wijkgezondheidscentrum

Van de redactie

Lindenholt Leeft heeft een rumoerig jaar achter de rug. Veel wisselingen, nieuwe gezichten en een compleet andere gang van zaken. Hopelijk komt dat het wijkblad ten goede. Zowel voor, als achter de schermen ziet het oude, vertrouwde Lindenholt Leeft er compleet anders uit. Een nieuw begin. Iets waar door de redactie en het bestuur van Lindenholt Leeft begin 2025 op wordt geproost. Een feestelijk samenkomen om de nieuwe frisse wind door het blad te vieren. Maar goed: eerst maar eens het jaar op een goede manier afsluiten. Een editie bomvol feestelijke activiteiten in Lindenholt. Er is meer dan genoeg gebeurd de laatste maanden in ons stadsdeel. Dit vind je allemaal terug in de komende 30 pagina's. Veel leesplezier en een fijne feestdagen gewenst!

P.S. De vorige editie van Lindenholt Leeft viel later in de bus dan was gepland, waardoor sommige activiteiten kortdag en één activiteit te laat aangekondigd was. Hiervoor onze welgemeende excuses en de toezegging dat we er alles aan zullen doen om dit in het vervolg te voorkomen.



Meepraten? Kijk op:

www.lindholtleeft.nl

Redactie Lindenholt Leeft

Column Kees de Ruwe

Overpeinzin- gen van een voorzitter



Wat gebeuren er veel mooie dingen in Lindenholt! En ik word helemaal blij van alles wat er de afgelopen maanden op touw is gezet. Denk bijvoorbeeld aan een mooi initiatief van twee vrouwen om een 'Walking Dinner' te organiseren in de Gildekamp en de Geerkamp. Dat zijn ook de wijken waar ze wonen. Zie elders in dit nummer. En dan de Blauwe Tomaat. Een oude SRV-wagen komt sinds eind oktober tweemaal per week in Lindenholt, vol met groente en fruit met een schoonheidsfoutje, producten die anders weggegooid worden en dat tegen zeer betaalbare prijzen. Op dinsdag staat hij vanaf 1 uur 's middags twee uur lang in de Voorstencamp bij het speelpleintje en op donderdag vanaf half 11 's ochtends, ook twee uur lang, in de Gildekamp bij de Broederij. En er komen veel mensen op af. Ze doen hun boodschappen, maar maken ook een praatje met elkaar. Een schot in de roos!

Intussen is er bij de IJpenbroekweg een meetpunt geplaatst om de stikstofuitstoot te meten. De gemeente maakt er werk van! Wethouder Tobias van Elferen kwam het meetpunt persoonlijk aan een lantaarnpaal schroeven. Ik moest meeschroeven. Er is ook een filmpje van gemaakt. Even kijken op 'nieuwsbrief Nijmegen, west en Weurt'.

Maar waar ik het meest trots op ben, is de landelijke natuurwerkdag op zaterdag 2 november. Heel veel vrijwilligers kwamen erop af. Zowel leden van de Werkgroep Groen als verkenneren en gewoon maar mensen uit de wijk. Om een dagje de handen uit de mouwen te steken. Aan het eind van de ochtend werd er gezamenlijk soep gegeten. Het was een drukte van belang. En het was vooral heel gezellig. Het gaat goed met Lindenholt!

Kees de Ruwe,
Voorzitter bewonersoverleg Lindenholt



VOEDSELBANK

Voedselbank opent gratis supermarkt in Dukenburg

De voedselbank in Nijmegen opent een gratis supermarkt in winkelcentrum Dukenburg voor mensen die niet rond kunnen komen. Vanaf dinsdag 5 november kunnen geaccepteerde klanten er eens per week boodschappen doen. Er is meer te kiezen dan bij de bestaande uitdeelpunten. De officiële opening is op 2 december.

De supermarkt is de eerste tijd alleen voor klanten van de voedselbank uit Goffert, Hatert, Dukenburg en Lindenholt. De uitdeelpunten sluiten hier. Op woensdag 30 oktober kunnen mensen voor het laatst terecht in De Inloop in Goffert, en op vrijdag 1 november voor een laatste voedselpakket in wijkcentrum Hatert, de Ontmoetingskerk in Dukenburg en de Agneskerk in Lindenholt. De week daarop kunnen al deze klanten de supermarkt in Dukenburg bezoeken. Je schrijft je in voor een vaste dag en tijd in de week. Op donderdag is de winkel tot 20.00 uur open.

Van voedselkrat naar winkelwagen Andere uitdeelpunten blijven wél bestaan: in Nijmegen noord, west, oost, Elst en Zetten. Mensen halen er elke week een krat voedsel op. De inhoud is gelijkwaardig aan wat winkelklanten

straks meenemen, maar er valt minder te kiezen buiten de verse producten. Begin 2025 krijgen deze klanten de keuze: een voedselpakket blijven ophalen in de buurt of voortaan ook naar de supermarkt van de voedselbank. Daar mag je een aangegeven aantal stuks per soort product meenemen. Hoeveel hangt af van de grootte van je huishouden.

Meer eigenwaarde, minder verspilling

De voedselbank wil mensen met weinig geld menswaardig voorzien van goed voedsel en dat niet verspillen. 'Zelf bepalen wat je op tafel zet, versterkt je eigenwaarde,' zegt bestuurslid Marjan Hendriks. 'En als je alleen meeneemt wat je kunt gebruiken, verdwijnt er minder in de vuilnisbak.'

De voedselbank hoopt dat de supermarkt het ook makkelijker maakt om voedselhulp te vragen. Niemand loopt te koop met armoede, maar iedereen kan erin vastlopen. Ook als je een baan hebt. Hoe eerder er hulp komt, hoe minder schade, zeker voor kinderen. Om je aan te melden of voor meer informatie, mail naar klanten@voedselbanknijmegen.nl.

De Blauwe Tomaat

De Blauwe Tomaat staat ook in jouw wijk! Vanaf 29 oktober staat iedere dinsdagmiddag en donderdagmiddag (13.00 tot 15.00) een grote SRV wagen bij jullie in de wijk. Veel mensen herkennen de wagen al als De Blauwe Tomaat, maar het is nog niet voor iedereen duidelijk wat we daar eigenlijk doen.

SRV wagen De Blauwe Tomaat verkoopt groente en fruit voor een klein prijsje. Wij vinden namelijk belangrijk dat iedereen toegang heeft tot gezond eten. Onze prijzen blijven altijd hetzelfde, waardoor we echt een stuk goedkoper zijn dan de supermarkt.

De lage prijzen en het terrasje buiten zijn een goede combinatie. Het is voor veel mensen een plek waar ze even gezellig een praatje kunnen maken en buurtbewoners kunnen ontmoeten.

Kom je binnenkort ook gezellig langs? Wij zijn iedere dinsdag van 13.00 tot 15.00 bij het basketbalveldje (Voorstenkamp) en donderdag van 13.00 tot 15.00 voor De Broederij.



Geldzorgen: op tijd hulp zoeken geeft rust

Heeft u geldzorgen? Op tijd hulp zoeken geeft rust. Tijdens een afspraak met een Financieel Expert kunt u uw geldzorgen bespreken. Samen bekijkt u de verschillende mogelijkheden zodat u uw schulden kan aflossen of schulden kan voorkomen. Ook krijgt u informatie over vergoedingen of inkomensregelingen waar u mogelijk recht op heeft. Samen bepaalt u wat de volgende stap is.

Voor een afspraak belt u met 024 - 329 80 01 of stuur een e-mail naar geldzorgen@nijmegen.nl. Wij kunnen ook contact met u opnemen. Laat dan uw gegevens achter via de knop 'contact'. Onze Financieel Experts zitten verspreid over Nijmegen.

Wees niet bang om hulp te vragen, een afspraak is gratis en verplicht u tot niets. Kijk op nijmegen.nl/geldzorgen



Bewonerscomité de Wellenkamp

Als Bewonerscomité de Wellenkamp hebben we na de coronaperiode de draad weer opgepakt.

Ons doel is de saamhorigheid binnen de wijk te vergroten en eraan bij te dragen dat iedereen op een gezonde, veilige en prettige manier in de wijk kan wonen. We vergaderen om de zes weken en sinds kort doen we dat in de buurtkamer van de Waalboog. Als er een activiteit is die de hele wijk aangaat, zoals een wijkfeest of een algemeen bewonersoverleg, laten we dit via flyers en/ of facebook (@Wellenkampers) weten. Communiceren met ons kan via email, dewellenkamp@gmail.com.

Afgelopen jaar is er een gezellig wijkfeest georganiseerd. Ook is er, om op de hoogte te blijven van wat er onder de bewoners leeft, op 6 november 2023 in Grand Cafe Lindenholt een Algemeen Bewonersoverleg geweest. De opkomst was goed



Uitkomst van de wijk-schouw

Tijdens de wijk-schouw hebben we met circa tien wijkbewoners een rondgang gemaakt, samen met Peter van Zanten (wijkregisseur Fysiek), en gekeken naar de aandachtspunten. Met name wat betreft de bestrating, de verkeerssituaties en het groen. De verbeterpunten zijn door de wijkregisseur serieus opgepakt en met interne collega's afgestemd. Op 15 april zijn de uitkomsten van deze afstemming door de Wijkregisseur Fysiek met het Bewonerscomité besproken. De voortgang bewaken we middels een lijst die we steeds actueel houden, de zogenoemde Risico Inventarisatie & Evaluatie.

Wat tot nu toe bereikt

Er zijn zeker verbeterpunten die inmiddels tot verandering hebben geleid, zoals:

- De bestrating in de 11e en recent de 15e straat, door een aantal bewoners als risicovol aangegeven, is aangepakt.
- De overlast van dealers op de parkeer-

plaats Tennis & Padel Vereniging Lindenholt (TPVL)

lijkt na extra controle te zijn afgenomen en inmiddels is de locatie 'afgeschaald'.

- De parkeerdruk in de wijk bij toernooien van TVPL is opgepakt.

- De slechte schuttingen in het begin van de wijk zijn vernieuwd.

Punten als: stoep/bestrating tgv worteldruk 14e straat, slechte bomen bij sluisje, onderhoud grachten, punten uit 'mijn wijkplan' en ophangen gierzwaluw-nestkasten hebben de aandacht en lopen nog.

Vervolg

We willen de voortgang van de actiepunten blijven(d) volgen en goede ideeën door en voor de wijk ondersteunen. Dus: heb je ideeën, laat het weten!

Eerste kwartaal 2025 zullen we opnieuw een algemeen bewonersoverleg de Wellenkamp organiseren. Zaken betreffende IJpenbroekweg/mobiliteit, luchtkwaliteit en watering en willen we via een contactpersoon bij het BOL volgen.

Op deze manier verwachten we op een prettige manier in onze mooie, groene wijk te kunnen blijven wonen.

*Tekst: Bewonerscomité de Wellenkamp
Ronald Gerrits (Voorzitter), Stefan le Blanc, Henk van der Heijden, Raymond Hofs, Cary Zuidema, Anja Steenbergen (notulist) Hans Dekkers (secretaris)*

en er zijn de nodige verbeter-/aandachtspunten naar voren gekomen. Vervolgens zijn er gesprekken gevoerd met Handhaving, Talis en de wijkregisseurs van Veiligheid en Fysiek. Op 1 maart van dit jaar is een wijk-schouw gehouden.

Oproep van Bewonersoverleg Lindenholt

Beste inwoners van Lindenholt,

Het BOL wil werken aan goede buurten, waar mensen elkaar weten te vinden, waar met elkaar koffie wordt gedronken, waar samen feest wordt gevierd, waar naar elkaar wordt omgekeken.

In Twente noemen ze dat 'noaberschap'.

Daarom is het BOL op zoek naar 'buurtwortels', plekken waar al zoiets bestaat in Lindenholt. Misschien hebben jullie al een bewonersgroep, een wijk- of buurtcomité, een gezamenlijke WhatsApp-groep. Als dat zo is, dan willen we graag contact leggen. Om te horen wat jullie hebben gedaan en hoe jullie met elkaar omgaan. Daarvan kunnen we leren, om ook anderen te helpen zoiets op te zetten.

Laat het ons weten!

Stuur een mailbericht naar bewonersoverleglindenholt@gmail.com.

Wij nemen daarna contact op om een afspraak te maken.



Bewonersoverleg
Lindenholt



Kinderboerderij Lindenholt

Kinderboerderij Lindenholt wordt opgeknapt

De buitenkant van de boerderij is geschilderd en er zijn houten planken aan de achterkant van de gevel bevestigd.

De pony's hebben buiten een grotere leefruimte gekregen en er staan nieuwe picknicktafels. Volgend jaar wordt het kippenhok en de volières vernieuwd.

Nieuwe bewoners

Misschien is het u opgevallen dat er vier geiten op de kinderboerderij zijn komen wonen. Zij lopen tussen 10.00 en 17.00 uur samen met de schapen in de weide achter de kinderboerderij. Daarna gaan ze terug naar hun hok.

Uitbreiding van de weide

De weide achter de kinderboerderij wordt vergroot en het hek wordt naar achteren verplaatst. Hierdoor krijgen de geiten en schapen meer leefruimte en is er extra speelruimte voor kinderen. We plaatsen

drie speeltoestellen in de weides. Kinderen kunnen dan tussen de dieren spelen en de dieren aaien. Dit zal in november 2024 gebeuren.

Kinderboerderijen zijn belangrijk voor de wijk

(Groot)ouders en verzorgers komen samen met hun (klein)kinderen om te spelen, dieren te bekijken en om iets te leren. Kinderboerderijen zijn belangrijk voor sociale activiteiten en voor het begrijpen van de natuur. Er is steeds meer maatschappelijke aandacht voor dieren en hun welzijn. We investeren graag in een diervriendelijker Nijmegen. In de weide is straks extra ruimte voor natuurlijk gedrag van de geiten en schapen. Dit bevordert hun welzijn.

Op naar een nog mooiere en vernieuwde kinderboerderij!

Mocht u nog een vraag hebben of willen reageren hierop, dan kunt u mailen naar m.zekhuis@nijmegen.nl.

Lindenholt Leeft zoekt de mooiste kerstfoto!

De mooiste tijd van het jaar is in aantocht. Tijdens de donkere, koude dagen elkaar thuis, lekker knus opzoeken! Lindenholt Leeft is op zoek naar foto's die dit kerstgevoel het beste omschrijven. Pak deze feestdagen dus de camera erbij en breng het échte kerstgevoel in beeld. Stuur jouw ideale kerstfoto naar redactielindenholtleeft@gmail.com en wie weet zie je 'm terug in de volgende editie!



Nieuwe uitbaters Grand Café Lindenholt

Daan en Mirjam Wichgers; sinds 1 april 2024 uitbaters Grand Café Lindenholt

De redactie sprak hen over de verandering vanaf die datum. Daan: "Samen met Ronald Gerrits had ik al heel lang een oogje op dit pand; voormalig restaurant en feestzaal 't Zwaantje aan de St. Agnetenweg. Toen de gelegenheid zich voordeed om het over te nemen, was de beslissing snel genomen."

Daan heeft al een aardig CV op het gebied van horeca en toerisme opgebouwd. Zelfs bij de familie Gillis (Massa is Kassa) heeft hij de nodige ervaring opgedaan op dat gebied. Wanneer hij dat vertelt komt er een veelzeggende glimlach op zijn gezicht. "Ook negatieve ervaringen zijn leerzaam", is zijn samenvatting van die periode. De samenwerking met Ronald Gerrits is in goede harmonie beëindigd. "We hadden nogal verschillende ideeën over de bedrijfsvoering en dan is het verstandig om daar een definitief besluit over te nemen. Ik doe het nu samen met mijn vrouw Mirjam en onze zoon Brian, zo is het nu een echt een familiebedrijf geworden. Daan is hier vooral de drijvende kracht in de keuken en Mirjam vooral de gastvrouw aan de



'voorkant' in het restaurant. Uiteraard is er ook alle ondersteuning van een grote groep collega-medewerkers die allemaal de nodige enthousiasme en gastgerichtheid laten zien."

Daan heeft een uitgesproken visie over de identiteit van Het Grand Café in Lindenholt. "Ik vind het belangrijk om in dit stadsdeel vooral een plek van ontmoeten te zijn. En dan is het goed om ook in de prijsstelling de drempel zo laag mogelijk te houden. Uiteraard doen wij onze uiterste best om de beste kwaliteit te leveren, maar de ambitie om een sterrenrestaurant te zijn, is er bij ons zeker niet!", zegt hij met een lach. "Natuurlijk moet er ook geld worden verdiend, maar voorlopig zal er ook gespaard moeten worden om in de toekomst verder te kunnen inves-

teren. We houden niet zo van 'lenen bij de bank', dus wanneer wij volgend jaar ons winterterras willen realiseren, moeten we nu al de nodige financiële middelen reserveren."

Mirjam voegt hier aan toe: "Ja, het zijn leuke stappen die we aan het zetten zijn. Gelukkig kunnen we rekenen op een sterk team in al deze processen. Dat is al vanaf het begin. Weinig wisselingen van personeel maken dat vaste gasten deze medewerkers kennen en zich thuis voelen." Op de vraag of zij ook uit de horeca komt, reageert zij met een luide lach: "Oh nee, ik ben typisch het voorbeeld hoe iemand besmet is geraakt met het 'horecavirus'! Ik kom zelf uit de modeverkoop maar heb daarnaast 's avonds en in het weekend wel altijd meegewerkt in het restaurant. Ik weet het nog goed, de eerste keer dat ik een glas wijn moest uitserveren. Ik stond te rillen als een rietje. Maar ik heb doorgezet en veel geleerd."

Daan is tot nu toe heel blij met de belangstelling van het publiek voor hun restaurant en over de boekingen van feesten en partijen in het zalencentrum is hij meer dan tevreden. "Hopelijk tot snel!"

*Tekst: Gerard van Bruggen
Fotografie: Grand Café Lindenholt*



Anita

KAPSALON

HOOFDHUID PROBLEMEN

HAARWERKEN / PRUIKEN

CONTRACTEN MET ALLE ZORGVERZEKERAARS

EXTENSIONS

BRUIDKAPSELS

VISAGIE

 ANITA-HAIR-BEAUTY-FASHION.NL

 ANITAHAAWERKEN.NL

 024-378 31 37

HAPPY DOGS HONDENTRIMSALON

 06 218 13 196

Sint Agnetenweg 62, 6545 AW Nijmegen

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

Zwanenstraat 1a 6545 AX

Nijmegen

024-6756760

Info:

www.thuiszorgmoc.nl



Feestelijke opening Museum Kinderdorp Neerbosch

Op 11 oktober werd Museum Kinderdorp Neerbosch, gesitueerd in de Wezenkapel op het terrein van Kinderdorp Neerbosch, na een ingrijpende metamorfose geopend.

De opdracht aan Studio Ilona Laurijse was dat er een actuele, uitdagende tentoonstelling moest worden ontwikkeld, waarin de persoonlijke verhalen van de bewoners van Kinderdorp Neerbosch tot leven moesten komen. Een verslag van de feestelijke gebeurtenis.

Burgemeester Bruls verricht de officiële opening, maar zoals dat vaak gaat, komen er nog allerlei betrokken mensen het een en ander vertellen. En dat kan soms lang duren.

Echter niet in dit geval, want in het verlengde van de opdracht, te weten actueel, uitdagend en persoonlijke verhalen, is deze opening een lust voor oog en oren.

Tijdens het welkom heten van de gasten wordt bestuurder Jan Brauer onderbroken door

Pietje Velders, de eerste wees in het kinderdorp. Zij vertelt wat voor haar het leven en wonen in het kinderdorp heeft betekend.

En zo worden speeches van diverse sprekers op ludieke wijze onderbroken door: Hendrik, Lodewijk van der Horst, leerling op de timmervakschool, die emigreert naar Kalamazoo in Amerika, waar hij als Henry. L. Vanderhorst verantwoor-



delijk is voor een groot aantal gebouwen die vandaag de dag de skyline van deze stad nog steeds bepaalt. Of dan Marie, met haar mooie zangstem, die de nachtegaal van Neerbosch wordt genoemd. Ze heeft deze met veel plezier laat horen wanneer het koor in de omgeving optrad. Ook Peter Heyblom is van de partij, een goede verteller met humor, die van zijn passie voor muziek in Canada, waar hij naar toe emigreerde, zijn werk heeft kunnen maken.

De officiële opening wordt door burge-

meester Bruls verricht, waarbij hij een prachtig magazine overhandigt aan mijnheer Shane, een oud bewoner en de dochter van Peter Heyblom, die speciaal uit Canada is overgekomen.

Hoe sluit je zo'n geweldige, gezellige opening nu af?

Gewoon door met alle aanwezige gasten onder leiding van de 'Dames Helderder' gezamenlijk het lied Museum Kinderdorp Neerbosch te zingen. En het klonk nog goed ook.

Wat een leuke, inspirerende middag!



Jouw ophaaldagen van 2025?

Check ook de Dar-app!



www.dar.nl/dar-app



- LH -
LINDENHOLT
GRAND CAFÉ

**GRAND CAFÉ LINDENHOLT WENST
IEDEREEN GEZELLIGE FEESTDAGEN EN
EEN MOOIE JAARWISSELING**

Ook in 2025 kan je al genieten van een drie
gangen menu voor € 19,95!

Halloween in Lindenholt

Dat Halloween in Lindenholt leeft, is zeker. Dit is te danken aan de organisatoren, sponsoren en de vele vrijwilligers die het mogelijk hebben gemaakt. Samen met mijn zoon neem ik u mee op onze reis door een reeks gedenkwaardige Halloween-avonturen.

Hegdambroek

Het garageplein bij de 24e straat stroomt vol met mensen die wachten op wat gaat komen, ondertussen genietend van een drankje. Waar je ook kijkt zie je kinderen en volwassenen in prachtige kostuums rondlopen. En dan wordt het startsein gegeven. De kinderen zwermen in groepjes uiteen. Halloween is al een aantal jaar een vast onderdeel voor de bewoners van Hegdambroek. Wandelend door de wijk trekken de griezelig versierde huizen mijn aandacht. Je kunt zien dat ze enorm hun best gedaan hebben om hun huis helemaal in Halloweensfeer te brengen. Terwijl ik verder de wijk in loop zie ik kinderen vrolijk rondrennen met goedgevulde zakjes of emmertjes snoep op weg naar het volgende huis waar een nieuwe lekkernij op hen wacht.

“Samen met mijn vader zaten we buiten om snoep uit te delen aan de kinderen met Halloween. Iedere keer als er een kind een snoepje wilde pakken liet ik ze schrikken. Het leukste waren de kinderen



die dachten dat ik een pop was, omdat ik heel stil zat. Op het moment dat ze het niet verwachtten sloeg ik toe, wat zorgde voor ijselijk gegil. Later moesten ze toch wel lachen en liepen weg. Wat ze niet wisten was dat ik nog een verrassing had: Ik rende hun achterna met een schep waarmee ik over de grond schraapte. Er kwamen vonkjes vanaf, wat een extra effect gaf en opnieuw voor gegil zorgde, omdat ze niet door hadden dat ik net ach-

ter ze liep. En terwijl ze wegrendelen liep ik grijnzend terug in de duisternis om mijn nieuwe slachtoffer te verrassen.”

Geerkamp, Kluis Kamp & Zwanenstraat

Het was vrijdag avond 20:00 uur op 1 november '24. Samen met mijn broertje was ik onderweg naar het startpunt, de Zwanenstraat waar we voor Halloween langs de deuren gingen om snoep op te halen. Het viel ons op dat een aantal huizen super mooi versierd waren. Bij één huis leek het alsof er iemand werd opgehangen in een zak. Daar stond een vrouw die heel eng naar ons aan het lachen was. Hoewel wij eerst dachten dat we met haar mee wilden doen was het haar uiteindelijk gelukt om ons bang te maken want ze lachte écht heel erg eng. We kwamen ook langs een huis waar twee bakken snoep stonden en ik van die meneer ook snoep voor mijn andere broertje kreeg die er helaas niet bij kon zijn. Hij pakte zelfs drie handjes snoep waar ik natuurlijk geen nee tegen zei en blij mee was. Onderweg kwamen we personages tegen die ons bang probeerden te maken en dat lukte best goed! Terug in de Zwanenstraat kwam de muziek van de DJ ons tegemoet wat voor een vrolijke sfeer zorgde. We deden ons te goed aan de limonade en al het lekkers wat klaar op de tafels stond. Het was een leuke avond met een en al gezelligheid waar we volop van genoten hebben.



Horrorteam uit de Gildekamp

Vincentius Horrorhuis – Durf jij het aan? Als we aankomen bij het horrorhuis, staat er al een lange rij kinderen en volwassenen vol spanning te wachten op wat er zal gebeuren zodra ze naar binnen gaan. Uit het huis horen we angstaanjagend gegil en spannende dreigende muziek. We worden verwelkomd door Penny Wise en zien in de verte iemand bungelen aan een strop. Dit belooft wat! Achter ons in de rij sluit een vader met twee kinderen aan. Als ik de opmerking maak of ze ook met z'n drieën het horrorhuis verlaten blijft het stil... Wie zal het zeggen wat ons te wachten staat?

Hoe dichterbij de ingang des te meer de spanning stijgt. Voor de poort staat een heks met haar vriend Harry waarvan alleen nog een hoofd over is. En dan is het zover; We mogen naar binnen en komen op een begraafplaats waar een angstige non met een kruis voor haar borst roept: Het wordt nog veel erger! Tegelijkertijd zien we een vrouw in een grafkist die haar arm uitstrekt en roept: "Help me a.u.b., ik wil nog niet dood". Wat er daarna allemaal in het huis gebeurde, is bijna niet te beschrijven. Zo leidde een clown ons door een donkere gang waar we achtergelaten werden bij een schavot. We komen langs een gedekte tafel waar verschillende onderdelen van het menselijk lichaam geserveerd werden en een aap ons liet schrikken, we werden achtervolgd door iemand met een kettingzaag, schuifelden door een heel donker gangetje en zagen een vrouw uit een donkere put verschijnen...

En dan is het voorbij en staan we buiten waar we de koele avondlucht inademen. Over een ding zijn we het allemaal over eens. Het was zoals de Amerikanen het zo mooi weten te zeggen: It's Amazing! Genietend van de warme chocolademelk met slagroom en een heerlijk broodje knakworst praten we na over wat ons is overkomen. Met een glimlach loop ik de mensen die nog in de rij staan tegemoet en blik terug op dit gedenkwaardige avontuur.

Tekst: Senna Qiom Hartogs en Kim van Rossum

Foto's: Kim van Rossum



Ik heb een uitnodiging gekregen van het Horrorteam om langs te komen, want ze willen een mededeling doen. Ik moet naar een geheime locatie en als ik daar kom aanlopen, wuift een onherkenbaar persoon mij toe. "Je bent mooi op tijd, hier gaan we naar binnen." Zenuwachtig lach ik want ik heb geen idee wat mij te wachten staat. Ze vertellen gelijk voluit over de plannen van Halloween dit jaar. In de kamer waar wij zitten liggen hoofden met bloed doorlopen ogen. Ik weet niet waar ik moet kijken, overal hangt de sfeer van Halloween.

De leidster van het Horrorteam zoals ik haar nu maar voor het gemak noem, vertelt dat ze dit al sinds 2016 organiseren. Let wel zonder subsidie van de gemeente. Op mijn vraag waarom ze geen subsidie hebben aangevraagd, kijken ze mij vreemd aan en zeggen dat Halloween uit het hart komt. Ze leven hier elk jaar al maanden van te voren naar toe. "We knutselen zelf alles in elkaar en willen de kinderen een geweldige avond bezorgen. Daar hoeven we geen subsidie voor. Het is ooit begonnen op het pleintje aan de 32e straat en langzaam als een olievlek verspreidt het zich nu door onze wijk. We vinden het super dat het in Lindenholt ook groeit en meer wijken iets organiseren, dat kan prima naast elkaar." "Wij noemen onszelf het Horrorteam en willen anoniem blijven." Ze kijken mij allemaal aan.

"We krijgen vaak de vraag waarom we om 18.30 uur beginnen: omdat een aantal deelnemers ook nog werkt overdag en zij pas daarna kunnen opbouwen, maar daarnaast proberen we toch vroeg te beginnen voor de jonge kinderen. Ook krijgen we de vraag of er een vaste route is. Nee je mag zelf een route lopen. Wel maken we een plattegrond die op onze Facebook site te vinden is." En dan de laatste vraag: waarom op 31 oktober als het doordeweeks is? Ze roepen in koor: "Omdat Halloween altijd op 31 oktober is!"

Het Horrorteam gaf als laatste boodschap mee: "Wij zijn trots op onze wijk, de bewoners die meedoen en degenen die langskomen. Tot volgend jaar!"

Tekst: Victoria Lammerinks-Montis

Foto's: Heinz Voorzaat

Een groene boost voor Lindenholt tijdens de Nationale Natuurwerkdag 2024



Een groene boost voor Lindenholt tijdens de Nationale Natuurwerkdag 2024

Op zaterdag 2 november was het weer zover: de jaarlijkse Nationale Natuurwerkdag. En Lindenholt deed, zoals altijd, massaal mee! Meer dan vijftig enthousiaste buurtbewoners, jong en oud, hebben hun handen uit de mouwen gestoken om onze groene omgeving nog mooier te maken.

Onder leiding van de werkgroep Lindenholt Groen en de Groente- en Fruittuin Lindenholt werd er hard gewerkt.

Langs de Omloop aan de noordkant van Lindenholt werden wilgen geknot en uit de Steekse Ackerpoel werd opslag van jonge boompjes verwijderd. Ook de scouts van Amalgama waren van de partij en leverden een geweldige bijdrage. Het mooie weer maakte het werken extra aangenaam. Tijdens de pauze werd er genoten van koffie, thee en natuurlijk de beroemde roze koeken.

Op de akker van de Groente- en Fruittuin Lindenholt werd hard gewerkt door zowel ervaren als nieuwe vrijwilligers. Een deel van de nieuwe vrijwilligers hebben we te danken aan een succesvolle en levendige bewonersavond op donderdag 17 oktober 2024.

In oktober was het een drukte van jewelste in de Groente- en Fruittuin. Veel werk werd verzet op 10 oktober toen met behulp van medewerkers van Bindkracht10 werd begonnen met het aanplanten van de eerste van in totaal 120 fruitbomen.

Op 28, 29 en 30 oktober kregen we hulp van leerlingen uit de derde klassen van het Kandinsky College uit Nijmegen. In het kader van een themaweek over voeding hebben de leerlingen, onder deskundige leiding, fruitboompjes geplant en een grote hoeveelheid compost uitgespreid op twee nieuwe percelen in het groente-deel van de akker. Dankzij hun inzet kunnen we volgend jaar nog meer groenten verbouwen voor de Voedselbank en de

Vincentiusvereniging.

Op de Nationale Natuurwerkdag zelf werden op de akker de laatste van de 120 fruitbomen geplant en werden daarnaast zeventig fruitstruiken geplaatst. De vrijwilligers hebben met veel plezier en toewijding gewerkt. Daarnaast was er volop gelegenheid om elkaar te ontmoeten en kennis te maken. De ochtend werd afgesloten met een soep van verse ingrediënten uit de akker. Al met al was het een heel succesvolle Nationale Natuurwerkdag 2024!

Ben jij geïnspireerd door al dit vrijwilligerswerk? Wil je ook een steentje bijdragen aan een groen en gezond Lindenholt? Meld je dan aan als vrijwilliger bij de werkgroep Lindenholt Groen (info@lindenholtgroen.nl) of bij de Groente- en Fruittuin Lindenholt 'op de Acker' (info@groentefruittuinlindenholt.nl). Kijk ook eens op onze Facebookpagina of [groentefruittuinlindenholt.nl](https://www.groentefruittuinlindenholt.nl) voor meer informatie.

Samen begint met ontmoeten!

Op vrijdag 11 oktober vond in Lindenholt de Challenge (uitdaging) 'samen begint met ontmoeten' plaats. Dertig deelnemers kwamen samen om in één dag oplossingen te bedenken op de vraag: 'Hoe zorgen we ervoor dat bewoners van Lindenholt elkaar beter leren kennen en met elkaar in contact blijven?'

Unieke Challenge

De Challenge was uniek omdat studenten van maar liefst vier verschillende onderwijsinstellingen (Radboud Universiteit, HAN, ROC Nijmegen en Yuverta mbo) voor het eerst samen aan de slag gingen met wijkbewoners en professionals.

Persoonlijke verhalen

De dag startte met een fietstocht door de wijk, waarbij deelnemers verschillende ontmoetingslocaties bezochten en wijk-

bewoners hun persoonlijke verhalen deden. Wijkbewoners in Lindenholt hebben te maken met verschillende uitdagingen zoals eenzaamheid, toenemende vergrijzing en gezondheidsproblemen. Zo hoorden de deelnemers een indringend verhaal van een wijkbewoner die eenzaamheid ervaart na de coronapandemie. Doordat wijkbewoners zelf hun verhaal deelden kregen deelnemers van de Challenge inzicht in de uitdagingen en de behoeften van de wijkbewoners.

Aan de slag

Na de lunch gingen de deelnemers in vier groepen aan de slag met de 'Design Thinking-methode' om te komen tot concrete oplossingen. Er werden prototypes ontworpen voor oplossingen die verbinding en ontmoeting tussen wijkbewoners kunnen stimuleren. Alle deelnemers

brachten inzichten en ervaringen mee die hielpen om te komen tot nieuwe, creatieve ideeën. In totaal werden vier concrete ideeën gepresenteerd in een pitch.

Meerzaam-koekjes

Het winnende idee 'Meerzaam-koekjes' gaat in Lindenholt geïmplementeerd worden. De Meerzaam-koekjes worden deur aan deur uitgedeeld en bewoners worden uitgenodigd om koffie te komen drinken of om in een foodtruck mee te bakken aan de Meerzaam-koekjes. De gemeente Nijmegen heeft een faciliterende rol bij het uitwerken van dit idee en stelt 1000 euro ter beschikking om tot uitvoering van het plan te komen. Het eigenaarschap ligt bij de bewoners.



Schoenendoosactie Moldavië en Oekraïne



Doet u dit jaar (weer) mee met de grootste schoenendoosactie ter wereld?

Versier een schoenendoos en vul deze met schoolspullen, speelgoed, een knuffel en toiletartikelen. Maak een kind in een sloppenwijk, weeshuis, oorlogsgebied of vluchtelingenkamp blij.

GEEF EEN SCHAT !!

Coline en Roel van Es uit de Hegdambroek zijn vrijwilligers van de Stichting GaiN Nederland. Dit jaar voor de 22e

keer kunt u bij hen thuis uw versierde en gevulde schoenendoos inleveren.

Kijk voor meer informatie op www.schoenendoosactie.nl.

Wilt u meedoen met deze mooie actie maar bent u zelf niet in de gelegenheid om een schoenendoos te versieren en te vullen? Voor € 12,50 kunnen zij dat namens u doen. Het rekeningnummer is: NL66 INGB 000 3060831 tnv R van Es en JC van Es van de Weerd Nijmegen.

U kunt de doos / dozen inleveren op zaterdag 7 januari 2025 tussen 10.00 – 21.00 uur bij Coline en Roel van Es, Hegdambroek 1614 6546 VT Nijmegen. Tel: 06 10586655 of 06 21310483.

De schoenendozen die bij hen thuis worden ingeleverd gaan ook dit jaar naar kansarme kinderen in Moldavië en Oekraïne. Zie ook hun eigen website www.minakupenda.nl.

Uitnodiging Successenmarkt 14 januari 2025

Uitnodiging Successenmarkt op dinsdag 14 januari 2025

Op 17 september 2024 zijn er weer een groep studenten gestart in Lab&werkplaats Lindenholt in de Sprok. Dit jaar werken voor het eerst ook studenten van het ROC mee aan de projecten. De studentengroep bestaat uit studenten van verschillende zorg en welzijn opleidingen van het ROC en de HAN, zij gaan samen aan de slag met zes projecten in en voor de wijk. De studenten worden daarbij

begeleid door Ina van Leeuwen, wijkdocent ROC Nijmegen en Suzan de Bruijn, wijkdocent HAN.

We hebben projecten met opdrachtgevers van: de Vrouwengroep, de Broederij, Bewoners Overleg Lindenholt (BOL), de Waalboog en Lindenholt leeft. De studenten werken samen met hun opdrachtgevers en wijkbewoners aan het project. Bij de successenmarkt op 14 januari 2025 zullen ze de resultaten van hun projecten laten zien. Wees welkom om te kijken en

in gesprek te gaan met de studenten over hun projecten.

Dinsdag 14 januari van 10.30 – 12.00u in het Wijkatelier

Heeft u vragen of ideeën om samen te werken met ons en de studenten van het ROC en de HAN, neem dan contact op met ons: suzan.debruijn@han.nl

Tekst: Ina van Leeuwen en Suzan de Bruijn

Lindenholt Kookt: Bloemkoolsoep



Dit keer een simpel maar wel heerlijk soepje dat echt culinair oogt en een aanrader als voorgerecht bijvoorbeeld met Kerstmis. Ik dank Angela voor het idee. Deze keer heb ik zelf gekookt en de reacties van de gasten waren geweldig. Maar mocht u in het nieuwe jaar een recept met alle bewoners willen delen dan neem ik graag contact met u op. Ons mailadres is redactielindenholtleeft@gmail.com graag tav Lindenholt kookt Victoria Lammerinks-Montis.

Ingrediënten:

- Een halve bloemkool in stukjes gesneden
- 1 groente bouillonblokje
- Witte wijnazijn
- 500 ml water
- Turks brood
- 125 gram spekblokjes
- Peper en zout
- Olijfolie
- 1 rode ui
- Suiker

Bereiding:

Zet het water met het bouillonblokje en de bloemkool aan en kook dit beetgaar, voeg 1 eetlepel wijnazijn bij.

Bak intussen de spekblokjes lekker knapperig.

Als de bloemkool klaar is laat je het even afkoelen en met een staafmixer maak je er een papje van. Als het te dik is wat water toevoegen en als het te dun is even

terug in de pan een doorkoken tot het een dikke soep is. Breng op smaak met zout en peper.

De spekjes aflat en koelen en daarna met een hakmolen of staafmixer malen.

Dit kunt u allemaal bewaren in de koelkast max 2 dagen, handig voor de feestdagen.

Als u het gelijk wilt serveren dan kan dat ook maar de ingelegde rode ui heeft wel minimaal 1 dag nodig.

U snijdt de ui in ringen en doe deze in een bakje, giet er witte wijnazijn over, doe er een koffielepeltje zout en suiker bij en laat dit minimaal 24 uur staan.

Serveren:

U warmt de soep op. Leg in een bord met een hoge rand een hoopje spek en in een rondje de rode ui.

Intussen snijdt u repen turks brood en smeert deze in met olijfolie. Deze legt u 8 minuten op een paninigrill of in de oven of in een pan. Let op: het brood moet op maat zijn: vanaf het hoopje spek tot aan de rand van het bord. Zie foto.

Wat ik leuk vind is dan de borden op tafel zetten en de soep uit een theepot/kan serveren rondom het spekhoopje.

Eet smakelijk!

Tekst: Victoria Lammerinks-Montis

Foto: Pim Lammerinks

Column Victoria
Montis
Beslagen ramen



Terwijl de wereld lijkt te vergaan en iedereen alleen nog maar nare dingen zegt over en tegen elkaar, is het tijd voor mijn kerstcolumn. Als ik dit aan tafel bespreek met manlief en de jongens, zeggen ze dat ik vooral een vrolijk kerstverhaal moet schrijven. 'Dat heeft iedereen nu echt nodig,' zegt de oudste.

Dus terwijl ik de kerstversieringen te voorschijn haal, probeer ik het vrolijke kerstgevoel op te roepen.

Manlief is druk in de weer met zijn kerstdorp. 'Dit jaar maak ik een heel nieuw landschap, Vic'

Wekenlang is mijn huiskamer zijn bouwplaats. Dus terwijl ik achter mijn laptop probeer te werken, ruik ik verf en hoor ik af en toe een zucht omdat het soms niet lukt. Plotseling hoor ik een gil: 'Help, de berg dreigt om te vallen.' Ik moet mijn lach inhouden. Mijn man, hij bouwt het kerstdorp waar ik vroeger van droomde. Kerst was altijd een hele happening bij ons thuis. Mijn moeder toverde het huis om in een kerstparadijs en dat doet ze gelukkig nog elk jaar.

Mijn moeder en ik gingen vaak wandelen om de kerstversieringen van anderen te bekijken.

Zo ook die ene keer in de benedenstad. We waren de prachtige etalages aan het bekijken. Tot we bij een raam aankwamen dat beslagen was. We drukten onze neuzen bijna plat tegen het raam om goed naar binnen te kunnen kijken. Toen bleek dat het geen etalage was maar een woning, waar men aan het koken was. Opgelaten liepen mijn moeder en ik door en we kwamen niet bij van het lachen. We hebben het er nog vaak over. Samen herinneringen ophalen en lachen met elkaar; dat is voor mij het ultieme kerstgevoel!

Ik wens iedereen een fijn maar ook vooral een gelukkig kerstfeest toe, met familie, vrienden en al uw geliefden om u heen.

“Lindenholt doet”

Overzicht van Activiteiten in Lindenholt 6e editie; 2 december tot 9 februari 2025



Wijkatelier Lindenholt

Zellersacker 10-03 6546 HA Nijmegen
Telefoon 024-3788597
Voor alle overige info:
www.wijkatelierlindenholt.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 u

Aanmelden via email: lindenholt@deelledag.nl of 06-20667174

Meer info www.langerthuisnijmegen.nl of 088-0017121

Maandag

Heel Lindenholt beweegt; Samen in beweging in de ontmoetingsruimte. om 10.00 uur. Aanmelden niet nodig.

Wandelen in Lindenholt: Een rondje wandelen door Lindenholt. Ook leuk om Lindenholt te leren kennen.

Elke maandag van 13.00 – 15.00 uur.
Vertrek vanuit Wijkatelier Lindenholt.

Kinderwerk Groep 1-2:

Naschoolse activiteit groep 1-2 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 06-12282015

Lindenholt Muziekcafé.

Samen muziek maken, samen zingen & samen ontmoeten.

Laatste maandag van de maand behalve december, 30 sept, 28 okt en 25

nov.

In het Wijkatelier Lindenholt, Zellersacker 1003.

(zie ook de flyer elders in dit blad)

Dinsdag

Ontmoetingsochtend Vrouwen;

van 9.00 – 11.30 uur

De Samen creatief groep: van 13.00 -16.00 uur. Neem je eigenspullen mee. Aanmelden is niet nodig.

Kinderwerk Groep 3-4-5: Naschoolse activiteit groep 3-4-5. 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: 06-82159730

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

Ouder Kind Centrum;

Open inloop Voor ouders / verzorgers / bewoners, samen lekker kletsen, elkaar leren kennen of iets leuks doen. Kinderen zijn altijd welkom.

Aanmelden niet nodig.
Info: Mail naar okclindenholt@bindkracht10.nl of app naar Lianne 06-12282015

Taalcafé: 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 pp. Reserveren niet nodig. Op=Op

Schilderen: van 13.00 - 17.00 uur. Aanmelden via Hilly 06-23110284

Kinderwerk met Jongerenwerk: Elke woensdagmiddag na school worden er gratis activiteiten georganiseerd voor kinderen uit groep 6-7-8. 14:00-15:30u Open inloop, maar eenmalig aanmelden.

Om je kind aan te melden of voor meer informatie kun je contact opnemen met de kinderwerker, Lianne 06-12282015

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, Anneke Peters: 06-82159730

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

Donderdag

Digitale vaardigheden en taal ROC:

Aanmelden via Gertie Brandts 06-40960865. Van 9.00-12.00 uur.

Eet mee in het Wijkatelier: Iedere Donderdag van 18.00 uur (Vooraf reserveren uiterlijk t/m woensdag 14.00 uur) Alleen hoofdgerecht voor €3,50 Reserveren: tel: 024 3788597

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 3788597

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 19.00 uur tot 21.00 uur. Kaarten 5€ per stuk. Koffie, thee en limonade gratis.

Vrijdag

Wereldvrouwengroep: Vrijdag van 9.00 tot 11.30 uur. Ondersteuning Nederlandse taal. Aanmelden tel: 024

3788597

Spelletjesmiddag: vanaf 14 uur. Open inloop

Schilderen: van 13.00 - 17.00 Aanmelden via Hilly 06-23110284

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. **17 december VERVALT**

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

DE BRACK

Wijkcentrum de Brack

Leuvenbroek 1200 tel: 024-3775784

Maandag

9:15-10:15 Zaal 1: Stretchen en ontspannen
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 1: Bridgeclub Rijk van Nijmegen
19:00-20:00 Zaal 2: Gym club
20:00-21:00 Zaal 2: 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
19:30-22:15: Canisius Harmonie band
19:30-21:30: St de Inloop Naailes

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 Kampenaar

13:00-16:00 Zaal 3: Dieren voedselbank Happy

13:00-17:00 Zaal 1: KBO, Bingo iedere 3e donderdag van de maand. Kaarten

13:00-17:00 zaal 1: Zonnebloem, Bingo iedere 2e donderdag van de maand

19:30-22:00 zaal 4: Origami, ieder 2e donderdag van de maand

19:00-22:30 Ontmoetingsruimte: Biljartclub de Brack

Vrijdag

9:00-12:00 Zaal 1: Yoga

9:00-12:00 Zaal 2: St de inloop bewegen op muziek



Vincentius Vereniging

Horstacker 14-51, 6546 EK Nijmegen
telefoon: 024-844 0095 voor WhatsApp:
06-24663330

Mail: info@vincentiusnijmegen.nl
Info: www.vincentiusnijmegen.nl

Locatie Horstacker 1451

Maandag

Gesloten

Dinsdag

Van 10 - 12 en van 13 - 15 uur
50-centswinkeltje open en gelegenheid voor koffie en thee.
Van 15 - 20 uur Jongerenrestaurant voor de leeftijdsgroep 12 - 17 jaar. Leer van alles over koken en laat je familie en anderen er lekker van smullen.

Woensdag

Van 10 - 12 en van 13 -15 50-centswinkeltje open en gelegenheid voor koffie en thee. Vanaf 10 uur kapsalon en massagesalon open.
Om 12 uur is er een warme lunch. Graag vooraf aanmelden; kosten € 2,50.
16.30 uur Urban dance voor 6-11-jarigen bij studio Boyé.
Van 15 - 20 uur Kinderrestaurant voor de leeftijdsgroep 4 - 11 jaar. De deelnemers doen mee aan het hele proces van het uitkiezen van de gerechten tot aan het opeten samen met hun gezinsleden

Donderdag

Van 10 - 12 en van 13 -15 50-centswin-

keltje open en gelegenheid voor koffie en thee.

Vanaf 19.30 uur repetitie van het Nieuw Nijmeegs Theater.

Vrijdag

Open voor het 50-centswinkeltje en koffie van 10 - 12

Iedere 2e vrijdag van de maand vanaf 18 uur Eat en Meet. Een 3-gangenmenu in het gezellige restaurant van ons gebouw in je eigen wijk. Deze activiteit gaat op uitnodiging.

Locatie Voorstenkamp 1919

Woensdag

Van 13 - 15 uur 50-centswinkeltje open en gelegenheid voor koffie en thee.

Donderdag

Van 13 - 15 uur 50-centswinkeltje open en gelegenheid voor koffie en thee.

2e Donderdag van de maand

van 13 - 15 uur BINGO.

Locatie Meijhorst 1400

Dinsdag, woensdag en donderdag van 12 -15 uur open voor het winkeltje en om koffie/thee te drinken.

Locatie Lankforst 5494

Dinsdag

Van 13 - 15 uur open om koffie te drinken

Woensdag

Van 13 - 15 uur open om koffie te drinken of soep te eten



De Broederij

info@debroederij.nl
Nieuwstadweg 37

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 welkom, ook mensen die niet (lang) kunnen staan. Meedoen is gratis. Aanmelden tot maandag 18.00 uur op 024-6793232 (op dinsdag, donderdag en vrijdag) of info@debroederij.nl.

Breicafé

Dinsdag 10:00 tot 12:00

Breng je eigen breiwerk (of ander handwerk) mee, en schuif gezellig aan in de theekamer.

Sjuul van atelier Roodkapje is aanwezig om je te helpen met je breiwerk, als je dat wilt.

Ze kan je adviseren of verder op weg helpen bij het zoeken naar een geschikt patroon en de benodigde materialen. Op verzoek kan ze haar wolwikkelaar en een parapluhaspel

meenemen, zodat je ter plekke bollen kunt maken van je strengen.

Kosten: vrijwillige bijdrage

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: materiaal kosten bij eigen projecten

Woensdag

Jongerengroep Woensdag 16:00 - 19:00 ontmoeting 16-24 jaar

Ben jij een jongeren (16 tot 24 jaar) en vind jij het leuk om nieuwe mensen te leren kennen? help mee in de keuken, schuif aan om 18:00 of blijf nog even hangen voor een gezellige activiteit. Bijdrage 4 euro Aanmelden voor maandag bij Anne: 0625227954

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

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 materiaalkosten

Wijkkoor

Door samen muziek te maken leer je elkaar op een andere manier kennen. Volwassenen van alle leeftijden zijn welkom. Met en zonder zangervaring. De muziekstukken worden samen gekozen. Ook als je nog nooit in een koor gezongen hebt, ben je van harte welkom om een keer te komen kennismaken en uit te proberen of het iets voor je is. Onder leiding van dirigent en wijkbewoner Leo Quaijtaal.

Voor wie: Iedereen die van samen zingen houdt

Wanneer: om de week op vrijdagochtend van 10.00 u tot 11.30 u

Kosten: 2,50 per ochtend

Aanmelden via: info@debroederij.nl

Klets en koffie: Vanaf 10:30 uur. 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?

Woonzorghuis Agnetenhof.

Sint Agnetenweg 25, 6545 AS Nijmegen

Maandag

Koffieochtend: in de buurtkamer van Agnetenhof Van 10.30 – 12.00 uur

Lindenholt Loopt:

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. .

Stip



Agenda STIP

Wijkatelier Lindenholt
Zellersacker 1003

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

Cursus 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 op

de Horstacker 1644.

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 aandachtstraining, 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@wgclindholt.nl

Deze cursus is volledig gesubsidieerd en kan daardoor kosteloos worden aangeboden door het wijkgezondheidscentrum.

Anne Hockley
Getuigd/gediplomeerd (sport)massagetherapeut

- Voor de individuele- en groepssporter
- Blessurepreventie- en -behandeling
- Massage
- Manuele Lymfedrainage/Oedeemtherapie
- Ont- en ontspanningsoefeningen - informeren naar de mogelijkheden en prijzen

Tel: 06 13 16 21 40 - E-mail: info@massagepraktijkhees.nl
www.massagepraktijkhees.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 19.00 - 20.00 uur	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.
donderdag 19.00 - 20.00 uur & 20.15 - 21.15 uur	

Maandbedrag:

- 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 Lindenholt

sterker Ouderenwerk

Een Gedeelte Dag is een Goede Dag.

Deel de Dag

Voor ouderen van 65+ in Nijmegen
U bent van harte welkom om te horen hoe wij de dag samen delen.
Neem contact op:

☎ 088 - 00 171 21
✉ ouderenwerk@sterker.nl
🌐 www.sterkerouderenwerk.nl
📍 Zellersacker 1003, 6546 HA Nijmegen

Bouwtotaal **de Wit**

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



duurzaamheid door kwaliteit

Voor al uw:

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



**ZO
HOORT
HET**
EEN GEHOORTEST VERTELT U MEER

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



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

Verslag van het Walking Dinner

Een leuke manier om je buurtgenoten in de Gildekamp en de Geerkamp te leren kennen.

Tijdens een Walking dinner koken deelnemers een voor- en een hoofdgerecht voor een paar buurtgenoten.

Zaterdag 26 oktober 17.45 uur was het zover!

Initiatiefnemer van het Walking Dinner, Hella Meens, heeft een match gemaakt tussen koks en gasten, zodat iedereen weet waar hij moet zijn voor het voorgerecht en het hoofdgerecht.

Ik, Marja, loop naar mijn eerste buurtgenotenadres om het voorgerecht te gaan eten. Na even zoeken in de Gildekamp, word ik vriendelijk ontvangen door de gastvrouw en gastheer. De eerste gast is er al. Spoedig zijn we compleet met nog twee gasten. De tafel is gedekt en we genieten van een heerlijke soep. Bijzonder, dat je al een tijdje in de wijk woont en elkaar toch niet kent. Het is meteen gezellig en er wordt over de wijk en onze ervaringen gesproken. De tijd vliegt voorbij en na een half uur



vertrekken wij als gasten naar het volgende adres voor het hoofdgerecht. Voor mij een adres in de Geerkamp. Ook hier een hartelijke ontvangst en een heerlijk hoofdgerecht van de koks.

En er ontstaan enerverende gesprekken hoe gezellig Lindenholt eigenlijk is. En hoe belangrijk het is buurtcontacten te onderhouden en nieuwe contacten op te doen.

Zoals het spreekwoord zegt: 'Beter een goede buur dan een verre vriend'.

Voor het dessert gaan alle deelnemers, koks en gasten, naar De Broederij,

Nieuwstadweg 37. Hella en Marja hebben de ruimte vooraf ingericht en bij aankomst is de koffie al klaar.

Bij het dessert werd unaniem besloten om dit initiatief voor een Walking Dinner een vervolg te geven. Er werd zelfs voorgesteld dit 1 x per 2 maanden te doen, maar Hella en ik denken nu aan 2 x per jaar.

Deze keer hadden zich zeventien deelnemers aangemeld. Wij denken dat meer buurtgenoten geïnteresseerd zijn, als zij via het wijkblad Lindenholt Leeft op tijd worden geïnformeerd.

En er heeft zich zelfs iemand aangemeld om een volgend Walking Dinner mee te helpen organiseren.

Volg de uitnodiging in Lindenholt Leeft. Of vraag informatie bij:

Hella Meens

hellameens@xs4all.nl

Marja Elderhorst

marja.elderhorst@gmail.com

Tekst: Marja Elderhorst

Tuinieren aan de Valerialaan

Ben je een bewoner van de Kluijskamp of de omliggende kampwijken en houd je van tuinieren?

Goed nieuws! Volkstuin De Valeriaan, gelegen langs het Maas-Waalkanaal, heeft binnenkort enkele percelen vrij. Dit is je kans om de beschikking te krijgen over 80 vierkante meter grond waar je jouw eigen groenten, fruit en bloemen kunt kweken! Onze volkstuin is meer dan alleen een plek om te tuinieren. Het is

een bruisende ontmoetingsplaats waar burens elkaar leren kennen, samenwerken en samen bijdragen aan een groene en duurzame wijk. Hier delen we niet alleen oogsten, maar ook kennis en vaardigheden.

Iedereen is welkom, ongeacht ervaring of achtergrond. Bij De Valeriaan draait alles om verbondenheid, duurzaamheid en plezier. We willen samen met jou onze wijk groener maken en bijdragen aan een

gezonde leefomgeving voor iedereen. Of je nu jong of oud bent, iedereen kan meedoen! Geïnteresseerd? Schrijf je in en word deel van onze gemeenschap! Samen maken we van de wijk een nog mooiere plek om te wonen. Kom gerust eens langs en ontdek hoe het is om deel uit te maken van deze prachtige groene oase! Doe mee, tuinier mee!

Voor meer informatie kun je contact opnemen via de mail:

DeValeriaan@outlook.com





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.



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

Fysiotherapie

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

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

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



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



Wijkgezondheidscentrum
Lindholt

Ouder worden in eigen wijk - het leven van bewoners houdt niet op zodra ze binnenstappen op Agnetenhof



Wonen, zo thuis als maar kan, dat is wat woonzorghuis Agnetenhof, onderdeel van ouderenzorgorganisatie De Waalboog, nastreeft. Wat dat betekent? Dat je als bewoner zoveel mogelijk je leven kunt voortzetten zoals je dat gewend bent en fijn vindt. En dat je onderdeel bent en blijft van de wijk waarin je woont. Chantal van Sonderen en Myrthe de Beer, medewerkers dagbesteding op Agnetenhof, interviewden bewoonster Riet de Haan, ook wel Haantje genoemd. Riet vertelt over haar dagelijks leven op Agnetenhof en wat er is veranderd sinds ze daar woont.

“Er is heel veel, positief, veranderd. Ik zit juist nu tussen de mensen. Daar waar ik eerste woonde, ook in Lindenholt, was dat niet, daar woonde ik zes hoog. Ik had dan wel vriendinnen, maar daar kun je ook niet altijd maar op rekenen. Mijn vriendinnengroepje bestaat nog steeds hoor, zij komen nu hier langs. Ik doe veel leuke dingen met hen. Samen kaarten, maar we gaan ook dagjes weg. Of we gaan even naar de Spar, halen daar een heerlijk taartje en dan eten wij

dat dan samen op. Deze zomer hadden we een vakantieweek op Agnetenhof. Toen kwamen mijn vriendinnen ook langs en hebben zij heerlijk meegegeten van de high tea lunch die er was georganiseerd. Sinds ik op Agnetenhof woon, is er veel teruggekomen van het leven dat ik had, meer leven in de brouwerij. Ook mijn dochter woont in de buurt en komt regelmatig langs, of ik ga naar haar toe. Maar ik vermaak me ook prima alleen hoor. Ik houd van diamond painting, borduren en doe spelletjes op de laptop.”

Tijdens ons gesprek valt ons op dat Riet prachtige gelnagels heeft. “Ja, mijn nagels zijn nog steeds op en top. Ik verzorg mij zelf goed hoor van binnen en van buiten, dat vind ik belangrijk. Een

van mijn vriendinnen haalt mij regelmatig op. Dan gaan we samen naar Lent, daar worden mijn nagels heerlijk verzorgd en dan gaan wij daarna meteen samen een hapje eten.”

“Ik ben al dertig jaar lid van de katholieke ouderenbond. Als zij iets organiseren, dan ga ik daar nog steeds naartoe. De ene donderdag ga ik naar een activiteit van de kbo (zoals de bingo), de andere donderdag naar De Zonnebloem. Dus, ik heb een druk leven.”

Fotobijschrift: Riet de Haan woont sinds een half jaar op Agnetenhof: “Ik vind het hier fijn en had hier al wel veel eerder naartoe gewild.”

zo thuis als
maar kan | de waalboog

Berry Aalders - Mr. SCE - weer op de been

Onze penningmeester en een van de drijvende krachten binnen SCE is verleden jaar getroffen door een hersenbloeding. Eind oktober sprak Berry Aalders (74) openhartig met Lindenholt Leeft. Hij blikt terug op de afgelopen periode. "Het is de wilskracht die je door moeilijke tijden leidt."

Op 27 december 2023 zat Berry in de auto op weg naar huis. Het was een gewone dag en hij voelde zich niet anders dan normaal. Opeens zei hij tegen zijn vrouw: "Ik voel mijn linkerarm niet meer." Alleen met de rechterhand reed hij verder naar huis. Daar aangekomen kon hij niet meer uitstappen; zijn linkerbeen deed ook niets meer. Meteen 112 gebeld en vervolgens met de sirene naar het ziekenhuis om verdere schade te voorkomen. De MRI-scan wees op een zware hersenbloeding, waarbij gelukkig het spraak- en geheugengedeelte niet waren beschadigd. Omdat een operatie te veel risico had, kreeg Berry medicijnen en bloedverdunners.

Een lang herstel volgde. Eerst twee weken in het Radboud ziekenhuis met elke dag therapie. "Ik kon helemaal niet lopen en was er best slecht aan toe. De prognose is dan vrij vaag. Enkel dat bepaalde functies kunnen terugkomen, maar wanneer en in welke mate is niet te zeggen. Tot twee jaar na een hersenbloeding kun je herstellen. Daar houd ik mij nog steeds aan vast."

Toen hij goed genoeg was hersteld, volgde een vier maanden lange revalidatie in de Sint Maartenskliniek... dag en nacht. "Ik kon niet naar huis want met alles had ik verpleegkundige hulp en begeleiding nodig. Hier volgde ik elke dag drie tot vier soorten therapieën. Dat is niet een dagvullend programma. Hoe klein de oefening ook is, je bent al na een uur totaal kapot, je hebt weinig energie en alles wat je doet is zeer vermoeiend. Ook al heb je wel nog een goede arm en hand, je kan zoveel niet. Denk maar aan knoopjes losmaken of een pak openmaken en ook naar het toilet gaan. Je bent zeer afhankelijk. Gelukkig kon ik mezelf na een paar maanden helemaal zelf weer verzorgen."

"Na mijn vertrek bij de Maartenskliniek

in mei 2024 kreeg ik het aanbod om nog een intensief programma voor een week of zes te volgen. Ze vonden dat mijn hand/arm meer functioneel werd en ze wilden mij hierin begeleiden. Dit motiveert mij ontzettend want er is dus nog ruimte tot verbetering. Dit betekent twee tot drie keer per week naar de kliniek om daar drie-en-half uur per dag te trainen en met name om mijn fijne motoriek te oefenen. Bij goed weer ga ik op mijn Scootmobiel naar de SMK. Daarnaast oefen ik thuis heel intensief en ja de kracht komt terug. Verder ga ik twee keer in de week naar Fysiotherapie Lankforst voor mijn linkerbeen. Daar volg ik veel krachttraining om mijn balans terug te vinden. Ik durf inmiddels weer een beetje op het been te vertrouwen. Ik loop wel met een stok. Ik ben ook al paar keer gevallen. Maar het lopen gaat steeds beter. Ik zeg maar zo: met kleine stapjes kom je ook thuis."

Hoe was je moraal vanaf de eerste dag?

"Mijn eerste gedachte was: hoe nu verder? Wat kan ik straks nog als ik hier uitkom? Allereerst was ik blij dat ik er nog was. Het had ook anders kunnen aflopen. Ik zie het als een tweede kans. Ik heb altijd geloof gehad dat ik er goed zou uitkomen en was blij dat mijn spraak en geheugen niet waren aangetast. Ik ben heel fanatiek in het doen van mijn therapie, want ik heb nog altijd hoop op verbetering. Hoop moet je blijven houden. Ook ik heb natuurlijk ook zwakkere momenten, maar houd mezelf steeds voor:

kijk naar wat je allemaal nog wél kunt en wat er nog wél mogelijk is."

"Zo'n hersenbloeding overkomt je gewoon, al had ik wel eerder (1998) een Tia gehad. Er waren in de kliniek ook mensen van in de veertig die hersenletsel hadden opgelopen."

"Op 5 november had ik een belangrijke dag. Toen moest ik voor de tweede keer een medische rijtest afleggen bij het CBR. Ik heb speciaal lessen gekregen voor het sturen van een auto met één hand. En die rijtest heb ik gehaald, dus ik mag ook weer autorijden. Weer een stap vooruit."

Wie heeft jouw taken bij SCE overgenomen?

"In eerste instantie mijn zoon. Gelukkig stond Richard Schür snel op om definitief penningmeester te worden. Officieel vanaf de Algemene Ledenvergadering op 18 november. Tot 18 november neemt hij mij waar."



Wat is er gebeurd in de tussentijd bij de club en heb je dat allemaal meegekregen toen je in de Maartenskliniek lag?

"Het bestuur is regelmatig op bezoek geweest en ik heb wel een paar dingen meegekregen al zullen ze niet alles tot in de kleinste details hebben laten zien. Het artikel destijds in Lindenholt Leeft heeft de vereniging goed wakker geschud. Er is nieuwe energie en mensen uit Lindenholt zetten zich opnieuw in voor de club. Als de leden op 18 november akkoord zijn gegaan, krijgen we een nieuwe voorzitter in de persoon van Arthur Andringa, een nieuwe secretaris Guus Versteegen en dus Richard Schür als penningmeester. Jarno Herfkens is ook toegetreden tot het bestuur als senioren coördinator. Persoonlijk vind ik deze scheiding van de functies soms een beetje onhandig. Ik zie het meer als een 'bestuursteam' dat de vereniging bestuurt. De een is handiger in bepaalde zaken en voor de ander ligt

zijn kracht op een ander vlak. Zo was ik als penningmeester steeds bij het voorzittersoverleg van de Nijmeegse voetbalverenigingen betrokken. Je kunt zo wel als team werken, maar voor de KNVB en de Kamer van Koophandel geldt nog steeds de traditionele bestuursvorm: voorzitter, secretaris en penningmeester."

Ook bij de jeugd zijn er een aantal mensen opgestaan. Theo van den Braak, Gijs Mulders, Silverster Gilles en Richard van Thiel gaan het (technisch) jeugdbeleid formaliseren en krijgen daarbij steun van de gemeente en de KNVB. En er volgen nog meer enthousiaste vrijwilligers/ouders die wat voor de vereniging gaan doen. Fantastisch. Met de NEC voetbalacademie is onlangs nog een samenwerkingsovereenkomst aangegaan. We zijn nu officieel partnerclub van NEC voetbalacademie."

Wat doe je nu bij SCE?

"Sinds mei ben ik zelf ook weer op de achtergrond actief bij SCE. Ik wil geen

druk meer voelen en ook geen verantwoordelijkheid meer hebben. Ik verzorg nu samen met Karel de website. Ik ben nog in gesprek met een jeugdlid. Voorts ondersteun ik de penningmeester. Verder ben ik de beheerder van de inkomende mails en adviseer ik desgevraagd het bestuur. "

Kerstboodschap

Met de feestdagen in het vooruitzicht, heeft Berry een krachtige kerstboodschap. "Blijf geloven in de vooruitgang, hoe klein ook. Dingen zullen niet altijd perfect zijn, maar zolang er verbetering is, moet je gemotiveerd blijven. Het is de wilskracht die je door moeilijke tijden leidt. Ik wens iedereen hele fijne feestdagen."

Berry is tijdens de Algemene Ledenvergadering op 18 november door de leden tot erelid van SCE benoemd.

Tekst: Silvano Orvini

Fotografie: Silvano Orvini

SCE Girls cup 2025 - Het voetbalevenement voor meidenteams in Nijmegen

14 juni 2025

- U11 2e klasse
- U13 2e klasse
- U15 1e & 2e klasse
- U17 2e klasse

(Inschrijven kan via Tournify)



B3

S.C.E. Nijmegen organiseert op 14 juni 2025 de SCE Girls Cup, hét toernooi voor enthousiaste, fanatieke meiden-teams!

SCE is razendsnel uitgegroeid met meerdere meidenteams. Een aantal enthousiaste ouders hebben samen met het bestuur een toernooi georganiseerd. Om het een onvergetelijke dag te maken voor de bezoekende clubs en voor onze eigen meiden, zijn we nog op zoek naar bedrijven/particulieren die hun steentje willen bijdragen.

Heb je een bedrijf en wil je graag je bedrijf promoten op ons toernooi, grijp je kans en word Supersponsor!

Als supersponsor wordt de website van het bedrijf vermeld in de Tournify app (dit is de app waar alle teams moeten inschrijven en het speelschema in zien staan). Op de dag van het toernooi, mag je natuurlijk je bedrijf promoten met een mooie vlag op onze steigerboog samen met alle andere sponsors.

Wil je als particulier graag iets doen? Word dan vriend van het toernooi voor slechts €10.-.

Het toernooi vindt plaats op 14 juni van 10:00 tot 18:00 uur op het sportcomplex De Meeuwse Acker 2029, 6546 DZ Nijmegen.

Tot ziens.



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
Elke vierde zaterdag van de maand 19.00 uur Spaanse eucharistieviering
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

Omdat we in de Agneskerk werken met verschillende voorgangers wil het soms wel eens gebeuren dat er een viering 'wisselt' van voorganger of van eucharistie naar Woord en Communie. De meest actuele info vindt u op de website www.stefanus.nl/agneskerk of www.agneskerklindenholt.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/@Agneskerk-Lindenholt/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. Wanneer u op andere uren ons nodig hebt belt u 024 3777778 en krijgt u een telefoonnummer via het antwoordapparaat waarmee u in noodgevallen iemand van de parochie kunt bereiken. Tijdens de vakanties is het parochiecentrum op maandag en woensdag open ook van 11.00 uur tot 12.00 uur. U kunt altijd contact opnemen via info@agneskerklindenholt.nl of bij noodgevallen via het nummer op het antwoordapparaat.

Diaconiezondag: elke eerste zondag van de maand. Er is inzameling voor de Voedselbank. We nemen van huis langer houdbare levensmiddelen mee, die naar het depot van de Voedselbank Nijmegen gaan. 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: 024-3777778). 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@agneskerklindenholt.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, of pastoor Kimman.

Communie Thuis

Wanneer mensen thuis graag de communie willen ontvangen, regelen we dat dit kan. Geeft u via de gastvrouw of heer 's morgens (024 3777778) of via secretariaat@agneskerklindenholt.nl een berichtje door?

Eerste Communie

Ook dit jaar willen we u graag helpen bij de voorbereiding op de Eerste Communie van uw kind. Wanneer er kinderen zijn die voorbereid willen worden op hun Eerste Communie vragen we hun ouders hen, uiterlijk in de eerste week van december aan te melden via eerstecommunie@agneskerklindenholt.nl

De voorbereiding gaat net als afgelopen jaar, in samenwerking met H. de AntoniusAbtkerk aan de Dennenstraat. De eerstecomunieviering zelf zal in de 'eigen' kerk zijn.

Meditatieve boeteviering

Ter voorbereiding op het kerstfeest is er op dinsdag 17 december 's avonds om 19.30 uur een meditatieve boeteviering.

de Herdertjesviering

Binnenkort is het weer zover: dan vieren we weer Kerstmis. De geboorte van Jezus vieren we dan. En op kerstavond (dinsdag 24 december dus) om 16.30u vieren we dit in de Herdertjesviering, speciaal voor de kleine kinderen. Uiteraard is iedereen welkom, maar we lezen het verhaal speciaal voor kleine kinderen voor. En we gaan liedjes zingen.

Een klein feestje dus, om de geboorte van Jezus te vieren. Neem je ook een trommeltje of ander instrumentje mee? Dan worden de liedjes die we zingen nog leuker!!

Kerstmis

de Herdertjesviering om 16.30 uur.
De eucharistievieringen zijn:
Kerstavond 24 december 19.00 uur (projectkoor) en 22.00 uur (koor: Sub Tilia)
(de tijden van de avondvieringen zijn onder voorbehoud)
Kerstmis 25 december 10.30 uur (koor: Sub Tilia).
Tweede Kerstdag zondag 26 december 10.00 uur
zondag 29 december 10.00 uur
Nieuwjaar, woensdag 1 januari, 11.00 uur
Driekoningen zondag 5 januari 10.00 uur (koor: Sub Tilia)

Bijzondere vieringen:

Agnesfeest
zondag 19 januari, feest van de patroonheilige van de Agneskerk

Kerststal kijken:

Ook dit jaar zullen er weer veel vrijwilligers druk bezig zijn om een mooie kerststal en mooi versierde kerk mogelijk te maken. U bent van harte welkom in de vieringen, maar ook om (op werkdagen) in de week tussen Kerstmis en Nieuwjaar van 11.00 uur tot 12.00 uur te komen kijken en kerstfoto's te maken.

Kerstactiviteiten

De kerk H Antonius Abt (aan de Dennenstraat) is ook dit jaar onderdeel van de Kribjesroute die in Hees gehouden wordt, meer info: www.kribjesroute.nl

Kerkbalans

In januari vragen we uw aandacht voor de actie Kerkbalans. Dit is een landelijk gecoördineerde actie voor de kerken ter plekke. De katholieke Agneskerk is net als alle andere kerken volledig afhankelijk van de financiële steun van de parochianen. Alleen door de gezamenlijke financiële ondersteuning van de mensen kunnen wij als kerk bestaan! Ofwel wanneer het u ter harte gaat dat er een kerk is in Lindenholt, vragen wij u dringend om dat ook financieel te laten merken en onze gemeenschap (maandelijks of 1 keer per jaar) financieel te ondersteunen.

Vrijwilligersfeest Grand Café 8 november



Op 8 november hebben Willem en Marja van Meegen wederom een vrijwilligersfeest georganiseerd voor alle actieve vrijwilligers in Lindenholt. Elke vrijwilliger kon zich aanmelden om aanwezig te zijn. Ook dit jaar was het weer in het Grand Café Lindenholt. De avond werd met live muziek opgeluisterd en er was ook een tombola. Elk jaar zorgen Marja en Willem dat het weer een lekker feestje wordt. Vorig jaar ging het helaas niet door omdat Willem een ongeluk had op vakantie en niet bij machte was om het te laten doorgaan.

Helaas was het dit jaar voor het laatst dat zij dit feest organiseren. De leeftijd begint toch een rol te spelen. Voor mij de gelegenheid om tijdens het feest Willem en Marja toe te spreken en als bedankje een bos bloemen te overhandigen. Of het komend jaar door anderen wordt opgepakt, is tot nu toe niet bekend. Het zou jammer zijn als niet wordt overgenomen door andere vrijwilligers.

Willem en Marja ken ik al jaren, niet alleen als buurtgenoten maar ook als twee mensen die altijd bereid waren om zich in te zetten voor de wijk de Kluiskamp maar ook voor Lindenholt. Ik kan mij nog herinneren dat zij beiden op de stoep stonden en bezig waren een wijkcommissie op te zetten. Willem en Marja waren ook betrokken in de beginfase van de Dag

van Lindenholt. Door hun inzet is ons stadsdeel een evenement rijker. Ik heb later zijn rol als voorzitter mogen overnemen.

Marja en Willem waren met veel activiteiten bezig of betrokken, een kleine opsomming:

Activiteiten in toenmalige wijkaccommodatie de Kampenaar, zelfs een tijdje beheerders omdat de gemeente zich begon terug te trekken, kinderactiviteiten zoals speeldag, Halloween en bloembollen poten in de wijk. Sinterklaas, Ontmoetingsfestival, Sportroute langs het kanaal, de betrokkenheid bij het realiseren van onze moestuin de Valeriaan en waarschijnlijk nog veel meer.

Willem en Marja, ik denk namens alle vrijwilligers van Lindenholt te spreken, ontzettend bedankt.

Tekst: Jan ten Dam

Fotografie: Jan ten Dam

An infographic for STIP Lindenholt. It features a blue background with white circles containing icons and text. The icons represent: 'Mensen helpen?' (hands holding a heart), 'Mensen ontmoeten?' (a cup of coffee), 'Zorg of hulp nodig?' (a bandage), 'Een idee voor de buurt?' (a lightbulb), and 'Vragen over regels en papieren?' (a document). The central text reads 'STIP LINDENHOLT', 'Wijkatelier Lindenholt', 'Zellersacker 1003', and 'ma, wo en do 13.30-16.00'. At the bottom, there is the STIP logo, the website 'WWW.STIPNIJMEGEN.NL/LINDENHOLT', and the social media handle '@StipNijmegenLindholt'.

Column Bettineke van der Werf Op weg gaan

In het verhaal van de drie wijzen die de stal van Jezus bezoeken komt een kameel voor. Hij is het lastdier dat de zaken voor onderweg en de geschenken voor de nieuwe koning draagt. Een kameel is een van de grootste zoogdieren in de woestijn. Dit komt door zijn vacht, waardoor hij tegen extreme kou en extreme hitte kan. De koningen waren dus voorbereid op extreme omstandigheden. Ze wisten ook niet wat er aan de hand was, of waar ze terecht zouden komen. Jozef en Maria waren ook op weg gegaan. Ze moesten wel, want er was een bevel van de keizer. Zij hadden ook een lastdier bij zich, een ezel. Ook zij wisten niet wat ze onderweg tegen zouden komen. Wat zouden zij meegenomen hebben? Kleertjes voor het kindje dat komen ging? Leeftocht voor onderweg? We zullen het nooit weten. Maar in een uithoek van het Romeinse rijk wordt een kind geboren, een ogenschijnlijk onbelangrijke gebeurtenis. Hoeveel kinderen worden er niet onderweg geboren? Waarom staat de schijnwerper juist op dit kind? Met Kerstmis vieren we in de kerk dat God mens is geworden in een kwetsbaar kind. De mensen die op bezoek kwamen, hebben allemaal een bijzondere ervaring. Engelen, een ster die je de weg wijst, onrust midden in de nacht in je kudde. Allemaal op weg naar dit bijzondere kind. Dit kind dat vraagt ook ons om op weg te gaan. Om oog te hebben voor de mens naast ons, maar ook voor de mens die niet zo dicht in onze buurt woont. En nee, we hoeven ons geen zorgen te maken. We hoeven niets mee te nemen voor extreme omstandigheden, een stukje van ons hart is genoeg om als geschenk te geven. Het mooie van dit verhaal is, dat of we nu religieus zijn of niet, we ons leven rijker maken door om te zien naar elkaar.

Zalig Kerstfeest en
zalig Nieuwjaar
Bettineke van der
Werf, Agneskerk
Lindenholt



Kinderfysiotherapie in Wijkgezondheidscentrum Lindenholt



Graag willen wij onszelf even voorstellen, het team kinderfysiotherapeuten in Wijkgezondheidscentrum Lindenholt: Carina, Annegien, Eva en Judith.

Een kinderfysiotherapeut richt zich op problemen rondom het bewegen en het bewegingssysteem van kinderen en jongeren (0-18 jaar). Kinderen kunnen een motorische ontwikkelingsachterstand hebben, waardoor zij bijvoorbeeld later gaan kruipen, lopen of fietsen.

Baby's hebben soms een voorkeurshouding, maar ook voor onrust en veel huilen kunnen wij helpen. Er kunnen pijnklachten zijn, of een blessure. Sommige kinderen hebben moeite met de ademhaling tijdens sporten of er zijn onverklaarbare (vermoeidheids)klachten. Leesbaar leren schrijven kunnen wij ook bij ondersteu-

nen. Wij zijn tevens werkzaam op alle scholen in de wijk Lindenholt. Daarnaast hebben wij een intensieve samenwerking met consultatiebureau, buurtsportcoaches, huisartsen en andere (para)medische disciplines.

Werken met kinderen is voor ons alle vier een passie. We stemmen in de behandeling af op het kind, waarbij we op een prettige manier werken aan de hulpvraag van ouder en kind. Voor vragen over kinderfysiotherapie, neem gerust contact met ons op via fysio@wgclindholt.nl.



Wijkgezondheidscentrum
Lindholt



ontdek,
beleef
en laat je
inspireren

check
al onze
acties

**WOONBOULEVARD
NIJMEGEN**

DECEMBER VOORDEEL

Alle woonwinkels op één plek!


















WOONBOULEVARDNIJMEGEN.NL

Het gezicht in de thuiszorg

Gelder Thuiszorg

Wij zoeken voor ons verzorgend team in Nijmegen een coördinerende, coachende en meewerkende verpleegkundige.
Een echte spin in het totale web!
MOC onder de hoed van Gelder Thuiszorg is een kleine organisatie in Nijmegen, die graag samen met cliënten de zorg thuis zo goed mogelijk willen organiseren.
In overleg met de cliënt een maatwerk pakket!

Wie ziet het als een uitdaging om samen met het team volgens eigen wijze het Gelder DNA verder op te zetten?

Mail of bel met Jacqueline van Geel
Recruiter Gelder Thuiszorg
jacqueline@gelderthuiszorg.nl
06 48148902

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

