

Lindenholt Leeft



Info-magazine voor alle inwoners van Lindenholt - 14e jaargang april 2023 editie 2



INTERNATIONALE VROUWENDAG
uitbundig gevierd door vrouwengroep

en ook:

oud = in

pag. 6

Ontmoetfestival
donderdag 25 mei
pag. 9

BOL werkgroep
Water
pag. 16 - 17

Colofon

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.

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

Adres

Hegdambroek 2524 6546 WP Nijmegen

Telefoon: 06 51 17 12 17

E-mail: redactielindenholtleeft@gmail.com

Redactie:

Gerard van Bruggen

(hoofdredacteur en lay-out)

Jan ten Dam (lay-out)

Victoria Lammerinks-Montis

Meine Veldman (redigeren)

Silvano Orvini

Kim van Rossum

Ellen Timmermans

Henk van der Heijden (fotograaf)

Drukwerk

Drukkerij Hendrix / Oplage: 6500 stuks

Bezorging

Op alle adressen in Lindenholt met uitzondering van de brievenbussen met een NEE-NEE sticker.

Klachten over de bezorging: 06 17484394

Volgend nummer:

Kopijsluiting: **zondag 21 mei**

Verspreiding: **vanaf 12 juni**

Afhaalpunten Lindenholt Leeft:

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

De bladen op de afhaalpunten zijn verkrijgbaar rondom de verspreidingsdata.

Foto cover: **Samira Et-Toukoui**

Lindenholt Leeft

Lindenholt Leeft is het wijkblad voor de inwoners van Lindenholt.

Het wijkblad wordt huis-aan-huis bezorgd bij ca. 6000 huishoudens. (ca. 16000 lezers!) Zelf een artikel aanleveren? Heel eenvoudig: mail naar redactielindenholtleeft@gmail.com

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

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

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

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

Uitgave v.a.	Editie nr	Kopijsluiting/ deadline	Naar de drukker	Levering/ verspreiding
3	Zondag 21 mei	Donderdag 1 juni	Maandag 12 juni	
4	Zondag 23 juli	Donderdag 3 augustus	Maandag 14 augustus	
5	Zondag 17 september	Donderdag 28 september	Maandag 9 oktober	
6	Zondag 12 november	Donderdag 23 november	Maandag 4 december	

Inhoud:

Colofon	2	NL doet en de Broederij	20
Planning 2023 wijkblad	2	Interview scheidend en komend voorzitter Dag	
Internationale vrouwendag	3	van Lindenholt	22 - 23
Gratis Vrouwen rechtswinkel Nijmegen	3	Column huisarts Louky van Orsouw	23
Operatie Steenbreek	4	Parochienieuws	24
Column wijkregisseur Koen Seuren	4	Vooraankondiging Jaarmarkt	25
Nieuws Van Tuin tot Bord	5	Column Bettineke van der Werf	25
Jongerenrestaurant Vincentius	5	Buurtbewoners Leuvenbroek acties	
Oud = I N	6	buurtbudget	27
Dringende oproep vacature BOL	6	Gezocht; piloten Riksja	29
Koningsmarkt 2023	7	Recycled	29
Ontmoetfestival 2023	7	Column Linda van Aken	29
Oproep; teken leefbaarheidspetitie Lindenholt	9	Lindenholt kookt	31
Dag van Lindenholt 2023	9	Column Victoria Lammerinks - Montis	31
Lindenholt Doet	10-12	De Ondernemer	32
Basisschool de Wingerd viert groots Carnaval	13	Davy op de Dijk is BOA	33
SCE nieuws	14	Lindenholt maakt geschiedenis	34
Roadkill Lindenholt	15	Besiederhuis foto actie	35
Waterwerkgroep BOL; verslag	16 - 17	Wethouder Jean - Paul Broeren opent	
Heel Lindenholt eet SOEP is groot succes	18	Dierenvoedselbank	35
Struinbuletin	19		
Nieuw woonzorghuis Lindenholt; hoogste punt bereikt	19 - 20		

www.lindenholtleeft.nl

Dé wijkwebsite voor alle bewoners in Lindenholt en de digitale ontmoetingsplaats in Lindenholt. Voor al uw informatie over de wijk en de bewoners is het slechts éénmaal

nodig u aan te melden waarna u zelfstandig berichten kunt plaatsen.

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

Maar gelukkig hebben wij lindenholtleeft.nl, één handige plek waar al deze informatie wel te vinden is! Deze digitale ontmoetingsplaats is opgezet om inwoners, verenigingen, organisaties en gemeente dichterbij elkaar te brengen en elkaar nog beter te kunnen vinden.

Op lindenholtleeft.nl kan iedereen nu deel uitmaken van een netwerk aan enthousiaste inwoners, verenigingen, initiatieven en organisaties uit Lindenholt. Buurtbewoners zelf, in de rol van buurtverbinder, zorgen voor meer samenhang in hun eigen buurt of wijk.



Dit jaar heeft de vrouwengroep Lindenholt in Nijmegen op 11 maart 2023 weer een feestelijke Internationale Vrouwendag georganiseerd in het Wijkatelier Lindenholt.

Deze groep bestaat uit vrouwen met diverse verschillende etnische en culturele achtergronden. Er was een vol programma, diverse activiteiten zoals een kook- en dansworkshop. Ook was er gelegenheid om de oogwimpers te laten epilieren. Voor de kinderen was er eveneens van alles te doen. Maar vooral heel veel muziek met dans. Het was heel erg leuk met veel plezier onder elkaar.



Velen waren traditioneel gekleed vanuit hun land van herkomst. Dat alles heeft er voor gezorgd dat iedereen zich prima heeft vermaakt. Wat een gezelligheid.

De viering van Internationale Vrouwendag is het moment bij uitstek om een afwisselend programma aan te bieden, waarbij de ontmoeting tussen vrouwen, jong en oud, van al deze verschillende achtergronden, centraal staat.

De opkomst was groot en veel vrouwen uit Lindenholt en omgeving waren aanwezig op het feest ook samen met de kinderen. Iedereen heeft ervan genoten.

Internationale vrouwendag is daarom ook een begrip geworden waar vrouwen ieder jaar naar uitkijken.



Veel dank aan de gemeente Nijmegen, Bindkracht10 en het Wijkatelier Lindenholt voor hun steun en hulp.

Zonder dit was het feest niet mogelijk geweest.

Tekst: Nadia Khanfoury .

Foto's: Samira Et-Toukoui



Wijkatelier Lindenholt
Samen zijn



BINDKRACHT10



Nijmegen



Vrouwenrechtswinkel Nijmegen geeft gratis advies aan vrouwen

Cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) laten zien dat een groot aantal vrouwen nog altijd minder verdienen dan mannen en dat veel vrouwen nog steeds financieel afhankelijk zijn van hun man. Niet alleen op financieel vlak is er sprake van een achterstand van de vrouw ten opzichte van de man.

Ook hebben vrouwen vaker dan mannen te maken met seksueel geweld of mishandeling.

Wellicht bent u reeds bekend met het fenomeen 'rechtswinkel'. Stichting Vrouwenrechtswinkel Nijmegen (opgericht in 1986) is een door vrouwelijke rechtenstudenten gerunde organisatie.

Wij zijn enthousiaste en maatschappelijk betrokken rechtenstudentes, die zich op vrijwillige basis inzetten voor vrouwen in Nijmegen en omstreken. Al sinds 1986 lossen wij juridische vraagstukken voor vrouwen op en adviseren wij hen over hun rechtspositie.

'Voor vrouwen, door vrouwen'. Zo luidt ons motto. Onze juridisch adviseurs zijn gespeci-

aliseerd in het geven van advies en informatie rondom de rechtspositie van de vrouw, omdat wij ons zeer bewust zijn van de (nog immer) bijzondere maatschappelijke positie van de vrouw.

Veel vrouwen die bij ons komen leggen hun kwestie liever voor aan een andere vrouw. Het gaat immers vaak om gevoelige onderwerpen zoals huiselijk geweld, echtscheiding, stalking en alimentatie. Vrouwen kunnen echter met alle juridische vraagstukken bij ons terecht.

Wij houden driemaal per week spreekuur in ons pand aan de Pontanusstraat 20 te Nijmegen, waarbij vrouwen uit Nijmegen en omstreken met allerhande juridische vragen langskomen. Kleine vragen beantwoorden we direct, maar vaak moet een en ander worden uitgezocht. Na uiterlijk 10 dagen ontvangt u schriftelijk vrijblijvend en gratis juridisch advies.

Wij staan in nauw contact met een aantal advocaten- en mediationkantoren. Mocht een juridische kwestie ons qua moeilijkheid de pet te boven gaan, dan zorgen wij voor een 'warme' overdracht als een zaak wordt overgedragen aan een advocaat of mediator.



Bestuur Stichting Vrouwenrechtswinkel Nijmegen (v.l.n.r.): Sylke de Koning (penningmeester)'Lotte Banken (voorzitter), Ellis Arts (secretaris)'Rowan Voorhamm (algemeen bestuurslid)

Wij als vrouwelijke rechtenstudenten willen graag vrouwen helpen die dat nodig hebben. Wilt u advies inwinnen over een juridische kwestie? Neem dan contact met ons op. Uiteraard kunt u ook bij ons binnen komen lopen tijdens een spreekuur.

Website: www.vrouwenrechtswinkelnijmegen.nl
E-mail: vrouwenrechtswinkelnijmegen@gmail.com

Telefoonnummer (let op: alleen tijdens spreekuren bereikbaar): 024-3240855

Tekst en foto: Vrouwenrechtswinkel

de bastei operatie Steenbreek Nijmegen

Stenen eruit, groen erin!

Tuinadviesweken Operatie Steenbreek

Nijmegen, 2 maart 2023 – Het is voorjaar! Een goed moment om aan de slag te gaan in de tuin. De tuinontwerpers van Operatie Steenbreek kunnen je daarbij helpen. Samen met jou bedenken ze een plan hoe je tegels in je tuin kunt vervangen door groen. Daarna kun je zelf aan de slag. De eerste tuinadviesweken zijn half april. Meld je snel aan!



Steenbreek tuinontwerper Ine Voets (l) geeft tuinadvies in Lent

Wil je meer vogels en vlinders in je tuin? Of vind je het belangrijk dat je tuin 's zomers minder heet is en na een hoosbui minder nat? Of lijkt het je gewoon gezelliger, een tuin met bomen, struiken en planten in plaats van steen? Hoe dan ook: kijk eens goed in je tuin waar je tegels kunt vervangen door groen. Heb je daar wat hulp bij nodig? Schakel dan de hulp in van de Steenbreek tuinontwerpers!



ervoor

Tuinadviezen en tegeltaxi

In totaal kunnen dertig Nijmeegse huishoudens gebruikmaken van het gratis tuinadvies. Er zijn drie rondes, twee in het voorjaar en één in het najaar. De eerste tuinadviesweken zijn van 17 tot en met 28 april. Professioneel tuinontwerpers Sytske van der Kooi van ontwerp bureau StaLa en Ine Voets van advies- en tuinontwerpbureau INVO geven dan gratis tuinadvies. De tegels die je uit je tuin haalt en die je vervangt door groen, kun je gratis op laten halen door de tegeltaxi van Operatie Steenbreek.



erna

Voorwaarden

Aan het Steenbreek tuinadvies zijn wel een paar voorwaarden verbonden. Zo ga je binnen een jaar na het advies aan de slag met je tuin. Minimaal 60 procent van de tuin wordt groen, ook als het om een nieuwe tuin gaat. Bij een heel kleine tuin kan daarvan worden afgeweken. En maak een foto van de tuin vóórdat de stenen eruit zijn en één als het nieuwe groen is aangeplant.

Info en aanmelden: www.debastei.nl/tuinadvies

Tekst: De Bastei

Foto's: David van Haren

Koen Seuren
Wijkregisseur
Lindholt



Column

Stadsdeel programmeren

De gemeente en de professionals in de wijk werken aan een sterke sociale basis.

Want fijn samenleven en kunnen meedoen is belangrijk. Net als jezelf kunnen redden en steun vinden als dat nodig is. Een sterke sociale basis zorgt ervoor dat inwoners zichzelf kunnen redden en elkaar kunnen ontmoeten. En dat mensen talenten ontwikkelen en iedereen in de stad mee kan doen. Om dit voor elkaar te krijgen, hebben we allerlei activiteiten en aanbod in de wijk. Bijvoorbeeld voor ontmoeting, sport, gezondheid en cultuur. Veel hiervan wordt door bewoners zelf georganiseerd en dit is natuurlijk super!

De komende jaren werken we met elkaar samen om de aansluiting van deze activiteiten bij de inwoners en de wijk nog beter te maken. Zodat activiteiten beter vindbaar zijn en passen bij de behoefte van inwoners. We werken hier samen met organisaties én inwoners aan. We doen dat met de werkwijze van het stadsdeel programmeren. Met elkaar hebben we al mooie stappen gezet.

Er is met veel partners gesproken over de aanpak (met bestuurders, directeuren en managers) en er is veel voorwerk gedaan door te bekijken wat er bekend is aan cijfers en data over de wijk. Na de zomer zijn we met een club van professionals uit Lindholt gestart om deze informatie te bekijken en daarnaast te leggen welke signalen we zelf zien in de wijk. Daaruit hebben we een aantal thema's gehaald. Deze thema's gaan we de komende periode voorleggen aan de inwoners van Lindholt. Jullie inbreng is namelijk onmisbaar als we een goeie aanpak willen opzetten!

De periode tot de zomer gaan we dus de wijk in, om jullie verhalen te horen en te horen welke thema's jullie belangrijk vinden. Vanuit jullie antwoorden stellen we dan een overzicht op van welke thema's belangrijk zijn om aan te pakken in de sociale basis. Daarmee gaan we aan de slag om een programma met activiteiten samen te gaan stellen. We kijken naar het bestaande aanbod en welk aanbod extra nodig is. Ook deze stap doen we graag samen met inwoners. We vragen dan ook of jullie mee willen praten over wat er nodig is.

Mocht je vragen hebben over de aanpak van het stadsdeel programmeren of heb je goede ideeën voor de wijk dan horen wij deze altijd graag. Je kan makkelijk contact opnemen via wijkregisseurlindholt@nijmegen.nl en dan neem ik contact met je op.

NIEUWS VAN



Elke donderdagavond is er Van Tuin tot Bord in het knusse onderkomen aan de St Agnetenweg.

Iedereen is welkom om te komen eten uit de eigen moestuin van de Broederij. Lindenholt Leeft reserveerde een tafeltje en ging eens kijken.

Als laatste die avond liep ik binnen. In een knusse ruimte met oog op de keuken stond een lange houten tafel waar al tien mensen zaten. Ik schoof aan en toen men hoorde dat ik van de pers was, werd ik hartelijk verwelkomd. De meeste mensen komen alleen, soms zijn er stelletjes. Velen komen regelmatig, ze kennen elkaar eerst niet maar inmiddels is erg vertrouwd. Het is absoluut laagdrempelig.

Gidy van Gaans de organisator en kok legde uit dat er een driegangen menu zou worden aangeboden. En dat viel niet tegen. Normaal betaal je 8 euro maar in de maanden februari en maart geeft de gemeente nog eens 3 euro subsidie. Dus ik telde 5 euro neer en werd culinair verrast. Eerst een pastinaaksoep met pastinaken drie keer zo groot als die van de super-

markt. Heerlijk pittig. Daarna een zoete aardappel op een bedje van rauwe postelein gemixt met granaatappel en geitenkaas. Wederom lekker. Vlak voor zeven uur een dessert van Griekse yoghurt en honing met warme pruimen. Jammie!

De staf bestaat naast Gidy uit twee stagiaires en twee vrijwilligers die al vanaf drie uur in de weer zijn. Het concept bestaat al drie jaar. Ook in de Schakel en het Hert in Willemskwartier is een dergelijk initiatief.

Naast avondeten is er dinsdag om 12 uur Buurtsoep en op vrijdagochtend om half 11 Klefs en Koffie.

Grand Restaurant Lindenholt

Beste mensen van Lindenholt, dit driegangen-menu zou in de stad al gauw in de stad 20 euro kosten en er twee Michelinsterren op plakken. Goed, er is alleen water verkrijgbaar, je weet nooit te voor wat je krijgt en het is altijd zonder



vlees of vis.....maar wel vers....en lekker. In de zomer eten ze buiten in de tuin.....

Kom gewoon eens langs met iemand of alleen, je hebt zo contact. Je hoeft je alleen via de site aan te melden. Contant betalen graag. Meer informatie; www.debroederij.nl

Tekst en foto's Silvano Orvini



Thema was : 'jong kookt voor oud' waarmee wordt bedoeld dat leerlingen van het Citadel college een compleet driegangen menu verzorgen voor een groep senioren bewoners uit Lindenholt. Locatie Vincentius Horstacker Datum woensdag 8 maart, tijd: half zes.

Zo'n 12 bewoners hadden zich aangemeld zaten met gespannen verwachtingen aan tafel. Naast lekker eten was het de bedoeling om tijdens de maaltijd vooral de aansluiting te vinden tussen jongeren en senioren in de wijk.

Een achttal leerlingen van het

Jongeren restaurant

college hadden geheel zelfstandig het menu vastgesteld, met het gestelde budget alle in-kopen gedaan, taken in de keuken en bediening verdeeld en is uiteindelijk volgens de regelen der kunsten aan de slag gegaan.

Met Laura (Vincentius) op de achtergrond als chef meekijkend, werd de eerste gang geserveerd: een geheel verse tomatensoep met 3 bruschetta's; zalm met roomkaas, tomatenbasilicum en Italiaanse kaas met pesto. Verrukkelijk! Daarna werden er schalen met verse salademixen uitgeserveerd met aparte Mozzarella en heerlijke gekruide Roseval aardappeltjes en smakelijke Italiaanse gehaktballen.

Als dessert de gevulde wafels met roomijs



en banaan afgemaakt met chocoladestrepen. Wat een afsluiting, heeeerlijk!!!



Het was een geanimeerde bijeenkomst waarbij alle verhalen aan tafel werden gedeeld en de leerlingen en senioren over en weer ook met elkaar van gedachten konden wisselen.

Veel waardering voor al het werk van de leerlingen die op professioneel niveau deze maaltijd hebben bereid en uitgeserveerd. Hoe het uiteindelijk met de afwas is gegaan heeft de redactie niet meegeregend maar dat zal ook wel goed zijn afgelopen.....

Voor herhaling vatbaar zou ik zeggen.

Tekst en foto's: Gerard van Bruggen





0UD = IN

Energietoeslag?

Bijna 1 miljoen personen hadden in 2021 nog nooit internet gebruikt, ofwel 6 procent van de personen van 12 jaar of ouder. Vooral ouderen zijn veelal niet actief op internet. Vooral de laatste maanden heb ik als ANBO-vrijwilliger veel mensen moeten helpen voor aanvragen van de energietoeslag. Vooral aanvragen via DigiD eist echt veel kennis. Via de Advieslijn van ANBO komen dagelijks veel verzoeken voor hulp. Vanaf 30 januari 2023 kunt u bij Mijn Overheid alleen nog inloggen met digid app of sms-controle. Dus nu altijd de telefoon bij de hand. Nog meer nieuwe regels, die niet iedereen zo maar weet en uit kan voeren.

Bij de 75-plussers zijn er nog heel veel niet-internetgebruikers, al wordt deze groep geleidelijk kleiner. Daarnaast hebben we ook nog de grote groep van ca. 4.000 slechtzienden en analfabeten in onze stad. Dat gemeente en andere instanties en ook bedrijven gewoon eisen dat iedereen de informatie maar via de website kunnen halen is al vaak bekritiseerd.

Iedereen kan gelukkig wel in Nijmegen naar de STIP in elke wijk. Die iedereen kan helpen op alle gebied. **Maak er gebruik en laat geen subsidie voorbijgaan.** Mensen met een laag inkomen kunnen energietoeslag aanvragen. In totaal kreeg u in 2022 € 1.300,- energietoeslag. Voor 2023 krijgt u een vooruitbetaling van € 500,-. Het is nog niet bekend wat het totale bedrag aan energietoeslag wordt in 2023. U kunt tot en met 30 juni 2023 een aanvraag energietoeslag 2023 indienen. Energietoeslag heeft geen gevolgen voor toeslagen of uitkering.

Vraag het mantelzorgcompliment van €200 aan voor 1 juli!

In Nijmegen zijn ruim 35.000 mantelzorgers en daarvan voelen zich 2000 zeer zwaar belast en vaak overbelast. Vaak 24 uur per dag zorg geven aan een dementerende man of vrouw, of aan iemand met MS of een gehandicapt kind.

Liefde en/of vanzelfsprekendheid zijn de belangrijkste drijfveren voor de meeste mantelzorgers om zorg te verlenen. Ook in Dukenburg zullen we allemaal wel iemand kennen die mantelzorg geeft.

Van de mantelzorgers zorgt: 15% voor hun partner / 39% voor hun (schoon) ouder / 9% voor hun (stief of pleeg) kind / 17% voor een ander familielid / 19% voor een kennis, vriend, buurman/vrouw / 1% anders.

In Nijmegen kunt u voor uw mantelzorger weer het mantelzorgcompliment van € 200 aanvragen. Op de site van de gemeente Nijmegen of ga even naar de Stip in het wijkcentrum.

Sparen loont?!

Mijn vrouw behoorde ook tot het leger van zegeltjes spaarders en -plakkers. Er is volgens mij geen ander land waar deze aankoopstimulering in deze vorm zo goed werkt. Ook zij gooide geen korting bon weg, want dat is toch gewoon echt geld?

Dus gingen we op pad om onze "koffiepunten" te gaan inwisselen in Arnhem. Daar was toen nog de cadeauwinkel.

De buit van tien jaar sparen was maar liefst 5500 punten. Ik had uitgerekend dat uitknippen die tien jaar totaal zo'n 5 uur in beslag had genomen. Het tellen van al die punten duurde een uur inclusief bundels maken van 1000 punten. Dat moest ook precies.

Maar voor al die moeite mochten we nu gratis wat uitzoeken!

Mijn vrouw wilde de verzilverde vorkjes en we moesten dan 1100 punten per vorkje inleveren. Prachtig toch. We hebben nu 5 echte zilveren vorkjes toch maar mooi gratis. Sparen loont. De rit naar Arnhem kostte. €7.50. Het parkeren € 4.50. Natuurlijk even een kopje koffie met wat lekkers € 11.50. We kochten ook een taart van € 6.50 om de nieuwe vorkjes uit te proberen. Hierna nog even gezellig gewinkeld en een (nep)bontkraagje gescoord voor € 18.50. Ik vroeg nog tussendoor hoe duur zijn nu zulke zilveren vorkjes zijn als je ze koopt. "Dat weet ik niet precies, maar ik denk ongeveer €15.00" Ach dacht ik toen je moet het maar zo bekijken: "Het was toch een gezellig uitje".

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

Tekst: Leo Venderbosch



Dringende oproep: het voortbestaan van het

bewonersoverleg is in gevaar VACATURE



Bewonersoverleg Lindenholth

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

Vacature **VOORZITTER** m/v

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

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

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

Gewenste capaciteiten.

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

Te verwachten tijdsinspanning.

De bestuursvergaderingen vinden 1x per kwartaal plaats. De vergaderingen van de gezamenlijke werkgroepen vinden 1x per 6 weken plaats. Vergaderingen beslaan doorgaans 1,5 uur. De tijdsinvestering voor deze werkzaamheden, inclusief de benodigde tijd voor voorbereiding bedraagt gemiddeld 10 uren per maand.

Heeft u interesse en/of wilt u meer informatie, neem dan contact op.

Jan ten Dam

06-20442040 / hjmtendam@gmail.com.



KONINGS- MARKT LINDENHOLT

DONDERDAG 27 APRIL 2023

locatie: grasveld naast wijkcentrum De Brack
aanvang 11.00 uur sluiting 16.00 uur



THEMA: MUZIEKMAKEN

Kleedjesmarkt geen aanmelding / voor kramen:
www.lindenholtleeft.nl (QR code)



Deze activiteit is een buurtinitiatief en wordt mede
mogelijk gemaakt door:



Voor alle overige informatie www.lindenholtleeft.nl

Donderdag 25 mei 2023 **ONTMOETFESTIVAL** in Lindenholt

Ik
zou
graag willen
dat...

In 2019 had Lindenholt het 1e ontmoetfestival.

Dit was een groot succes! Iedereen wilde graag een 2e festival organiseren. Door Corona heeft het
wat langer geduurd.

Maar nu is het zover.....

Ik
zou
graag dat er
iemand eens
koffie kwam
drinken

Op donderdag 25 mei 2023 vanaf 19.00 uur in en rondom wijkcentrum Het Wijkatelier
(Zellersacker 1003)

Wat
meer
gezelligheid...

JE BENT VAN HARTE WELKOM!

Een mooie avond in het teken van ontmoeten met gezelligheid, allerlei workshops, optredens, informatie,
maar vooral contact maken met andere bewoners uit ons stadsdeel.

Dit festival wordt georganiseerd door projectgroep Oog voor elkaar met ondersteu-
ning van heel veel bewoners en organisaties uit Lindenholt.



Ik zou graag wel
eens naar de film
willen

Wat
meer aandacht
voor elkaar

Tijdens de avond geven we je ook de kans om wensen op te schrijven, die je hebt
rondom ontmoeting in Lindenholt. Na het festival gaan we met alle partners samen
kijken hoe deze wensen in vervulling kunnen gaan. Dit wil je toch niet missen?
Wij hopen dat je erbij bent, tot dan!

**Het ziet er naar uit dat dit tweede Ontmoet Festival weer een heel bijzondere zal
worden die u zeker niet mag missen.**

Noteer in uw agenda; **25 mei aanvang 19.00 uur**
Wijkatelier Lindenholt, Zellersacker 10-03.

We brengt mij naar
het ziekenhuis
???



Kindermondzorg Nijmegen

NIEUW



→ Opgroeien zonder gaatjes.
Dat is ons doel.

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

www.kindermondzorgnijmegen.nl



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

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

SYMFONIESTRAAT 6544 TM NIJMEGEN, HARTJE NEERBOSCH-OOST

GRATIS PARKEREN.

www.winkelcentrumdenotenhout.nl

OPROEP: TEKEN DE PETITIE OM LEEFBAARHEID LINDENHOLT TE VERBETEREN.

Wij constateren dat de verkeersdruk-
te op de IJpenbroekweg steeds meer
toeneemt. Dit veroorzaakt op meerdere
fronten overlast voor bewoners van Lin-
denholt. Buiten de geluidsoverlast en
afnemende verkeersveiligheid maken
wij ons grote zorgen over de luchtkwa-
liteit. Stadsdeel Lindenholt wordt inge-
sloten door het Maas-Waalkanaal en de
A73.

De industrieën in de nabijheid o.a. de vuil-
stort in Weurt, de asfaltfabriek in Nijmegen
en het havengebied zorgen, samen met
het toenemende verkeer, voor een slechte
luchtkwaliteit. Daarnaast zorgt het verkeer
voor een slechtere nachtrust en geluids-
overlast. Dit alles geeft gezondheidsrisi-
co's voor de bewoners en verslechtert het
leefklimaat en woongenot.

Wij willen middels een petitie de gemeente
Nijmegen vragen om passende verkeers-
remmende maatregelen te nemen en zorg
te dragen voor meer groen in stads-
deel Lindenholt zodat een gezondere leefsi-
tuatie gecreëerd wordt.

Hiervoor hebben we brede steun vanuit
bewoners nodig, daarom vragen we om de
petitie, Verbeter het leefklimaat in stads-
deel Lindenholt, te tekenen. Dit kan via de
website www.petities.nl.

Of via de QR-code.

Daarnaast zijn er misschien al bewoners/
organisaties/wijkverenigingen/comités be-
zig met deze problematieken. We zouden
dan graag in contact komen om geza-
menlijk met dit probleem aan de slag te
gaan. In dit geval kan er contact met ons
opgenomen worden via wijkvereniging@demeeuwseacker.nl.

Tekst: wijkvereniging Meeuwse Acker



Conditie-Fit

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

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

Trainingssteden

maandag 19.00 - 20.00 uur
donderdag 19.00 - 20.00 uur
& 20.15 - 21.15 uur

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

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

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

**Wijkgezondheidscentrum
Lindholt**

zaterdag 17 en zondag 18 juni 2023

Dag van LINDENHOLT

Op zaterdag 17 en zondag 18 juni 2023 vindt er voor de
14e keer Dag van Lindenholt plaats!

Dit jaarlijks terugkerend evenement in stadsdeel Linden-
holt begint op zaterdagavond met muzikale optredens
tijdens **VIJVERPOP**. Op zondag is er een markt en is er een
veelheid aan activiteiten en spectaculaire
optredens voor alle leeftijden.

Gedurende dit evenement kun jij jezelf en
jouw organisatie promoten bij het grote
publiek!

Scan deze QR code of ga naar:
www.dagvanlindholt.nl om alle

mogelijkheden te bekijken en je aan te
melden als deelnemer van de markt of braderie.

Ook commerciële organisaties en horecabedrijven zijn
hierbij van harte welkom!



DAG VAN LINDENHOLT, DAAR GEBEURT HET!



“Lindenholt doet”

Overzicht van Activiteiten in Lindenholt 2e editie; 3 april - 12 juni 2023

Zellersacker 10-03
6546 HA Nijmegen
024-37 70 098



Email: welkom@wijkatelierlindholt.nl

Algemeen

Open Inloop

van maandag tot en met vrijdag van 9.00 – 17.00 uur

Deel de dag Lindenholt:

Dagactiviteit voor ouderen, ma t/m vr van 10.00 u - 16.00 u

Aanmelden via email: lindholt@deelde-dag.nl of 06-20667174

Meer info www.langerthuisnijmegen.nl of 088-0017121

Maandag

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 het Wijkatelier Lindenholt

Eet mee in het Wijkatelier:

Diner 17.00 tot 19.00 uur voor € 5,00

Afhaal Maaltijd: Alleen het hoofdgerecht voor € 3,50. Afhalen om 18.00 uur
Vooraf reserveren uiterlijk maandag voor 10 uur: welkom@wijkatelierlindholt.nl of tel: 024 3770098

Dinsdag

Ontmoetingsochtend Vrouwen;

iedere dinsdag 9.00 – 11.30 uur

De Samen creatief groep

elke dinsdagmiddag van 13.00 -16.00 uur. Aanmelden niet nodig

Woensdag

Taalcafé 10.00 tot 12.00 uur Open inloop Verbeteren spreekvaardigheid Nederlandse taal

Soepie doen: Elke woensdag van 12:30 tot 13:30 uur. De kosten zijn €1,50 pp. Reserveren niet nodig. Op=Op

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

Meidengroep woensdag 17 tot 19 uur aanmelden bij Lieke Peeters
Groentetuin sciviteit 's middag van 13.30 uur tot 16.00 uur

Donderdag

Ontmoetingsgroep vrouwen

Van 9.00 tot 11.30 uur. Ondersteuning Ne-

derlandse taal.

Aanmelden welkom@wijkatelierlindholt.nl of tel: 024 3770098

Digitale vaardigheden en taal ROC

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

Eet mee in het Wijkatelier; Iedere Donderdag van 17.00 – 19.00 uur (Vooraf reserveren uiterlijk t/m woensdag 14.00 uur) Driegangen diner voor € 5,00

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

Afhaal Maaltijd; Iedere Donderdag afhalen om 18.00 uur (Vooraf reserveren uiterlijk t/m woensdag 14.00 uur) Hoofdgerecht diner voor € 3,50

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

Vrijdag

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

Spelletjesmiddag in het Wijkatelier

van 14.00 uur tot 16.00 uur.

Er zijn verschillende bordspellen aanwezig. Natuurlijk mag je ook zelf een spel meenemen om er met anderen mee te kunnen gaan spelen.

Zaterdag

Repaircafé Lindenholt; Wij verzorgen kleine reparaties aan huishoudelijke apparaten, computers en fietsen. Elke 2e zaterdag van de maand van 11.00 tot 15.00 uur. Kosten: Kleine vergoeding.

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



Elke maandag van 13.30 – 16.30 uur
Elke Woensdag van 13.30 - 16.30 uur
Elke donderdag van 13.30 – 16.30 uur
In het Wijkatelier Lindenholt



Cursussen in Dukenburg en Lindenholt

In maart zijn de laatste vier herhaalcur-
sussen van de stichting AED Dukenburg
in 2023. Na de zomervakantie starten we
met basiscursussen. Aanmelden via www.aeddukenburg.nl

Groentetuin Wijkatelier

Op woensdagmiddag werken we met een kleine groep mensen van 13.30 tot 16.00 uur in de groentetuin. We kunnen nog wel wat hulp gebruiken. Groene vingers zijn niet nodig, enthousiasme wel!

Informatie: meineveldman@hotmail.com

Voor alle overige info:

www.wijkatelierlindholt.nl



Overzicht activiteiten in de Brack

Maandag

Ochtend: Stretch en ontspanning 9.15 uur
Goede Dag 10.00 uur
Middag: Schilderen 13.00- 15.00 uur
50+ Kaarten 13.30 uur
Avond: Bewegen met Aya
Bijart 19.00- 22.00 uur

Dinsdag

Ochtend: Sporten, gym
Spaanse les
Middag: Teken en schilderen I
Schildersgroep II 13.00 uur
Avond: Carnisdion harmonie
Stop met roken 20.00 uur
Naailes 20.00 uur

Woensdag

ochtend: Yoga I 9.15 uur
Lol met Wol 10.00 uur
Yoga II 10.45 uur
Middag: Soepje 12.30 uur

Donderdag

Ochtend: Kantklossen
1 keer per maand Bingo
Middag: Bridge
Bijart 19.00-22.00 uur
1 keer per maand Origami

Vrijdag

Ochtend 9.15 uur Yoga I
10.45 uur Yoga II



ONTMOETINGSACTIVITEITEN

De Broederij is als een warm nest waar zowel kinderen als volwassenen kunnen groeien, zich ontwikkelen en hun creativiteit ontdekken. Elke week hebben een tal van activitei-

ten waar je welkom bent om aan te sluiten. Voor de losse activiteiten zie de agenda op onze website www.debroederij.nl.

Maandag 19:00- 20:30 u

Bewegen 65 + Eitjesrapen en appeltjesplukken
Beweeg de arm-, heup-, bil-, buik- en lachspieren. In een ongedwongen sfeer doen we oefeningen en spellen om in beweging te komen.

Dinsdag 12:00 u Buurtsoep

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

12:30 u Samen Stoffig

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

Donderdag 18:00 aanschuiven bij Van tuin tot Bord

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

Prijs maaltijden: € 8,00. Voor kinderen tot 12 jaar € 4.00 (i.v.m warmteplekken Lindenholt tot eind maart slechts € 5.00. Kinderen tot 12 jr slechts € 1.00 !!!) We hanteren een aangepast tarief voor mensen met een kleine beurs. Reserveren voor het Buurtrestaurant is noodzakelijk. (reserveren t/m woensdag) via: E-mail: debroederij@vantuintotbord.nl

Di-, Do-, Vrijdag

Ontmoetingsactiviteiten voor volwassenen

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

Vrijdag 10:00- 11:30 u

KO-kracht: Inspiratieochtend voor vrouwen / Ontspanning en creativiteit

Bij KO-Kracht kun je samen met andere vrouwen opladen en onder begeleiding ontdekken waar je goed in bent en van

kunt genieten. Hier kun je aandacht geven aan jezelf, tijdens creatieve en ontspannen de activiteiten.

Kosten: bijdrage in materiaalkosten

Vrijdag 10:30 u

Klets en koffie

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

BROEDERIJ KOOR

Mogen we ons voorstellen?

Wij zijn enthousiaste koorleden van het Broederijkoor. Na een pauze vanwege de Coronatijd zijn we weer gestart. We hebben ruimte voor meer alt en sopranen. Tenoren en bassen komen tijdelijk op een wachtlijst, maar meldt je wél aan! Noten kunnen lezen is niet nodig, we zingen voor ons plezier! Meerstemmige, meestal vrolijke muziek lukt ons prima.

Leo Quaijtaal onze bijzonder muzikale en inspirerende dirigent begeleidt ons. Om de 14 dagen op vrijdag van 10 tot 11.30 in de zaal van de Broederij, Nieuwstadweg 37, Lindenholt.

Info: Hannah Dits 024 3791017


Nijmegen


BINDKRACHT10

VAKANTIE ACTIVITEIT



WOENSDAG 26 APRIL

LEKKER BUITEN SPELEN

VAN: 11:00 TOT 11:45 UUR
VOOR: OUDERS, PEUTERS, KLEUTERS

URBAN CRUYFF TOERNOOI

VAN: 13:30 TOT 15:30 UUR
VOOR: GROEP 3 T/M GROEP 8

WAAR?



CRUYFF COURT
ZELLERSACKER
6546 TW NIJMEGEN

WAT KOST HET?

GRATIS

Schrijf je nu online in!



Buursportcoach Merel
06 500 571 37
m.van.deijnen@nijmegen.nl



Sportdocent Sam
06 311 011 99
s.niland@nijmegen.nl

Meivakantie Vakantie aanbod 0 - 12 jaar



Lindenholt Challenge: Kom (weer) mee wandelen!



Dit voorjaar starten we weer met wandelingen door de buurt. We wandelen elke week, twintig weken lang. In die weken wandel je steeds een klein stukje verder. Het is dus helemaal niet erg als je nu (nog) niet zo ver kunt wandelen.

Voor iedereen

Vroeger heette dit Nationale Diabetes Challenge. Maar je mag natuurlijk ook meewandelen als je geen diabetes hebt.

Het is echt voor iedereen

Daarom hebben we de naam veranderd. We heten nu Lindenholt Challenge. Met de nieuwe naam willen we nog duidelijker maken dat iedereen welkom is om aan te sluiten!

Wil je meer bewegen?

Andere wijkbewoners ontmoeten?
Gezonder worden of de wijk beter leren kennen?

Allemaal mooie redenen om mee te komen wandelen!

Informatie en aanmelden op dinsdag 11 april

We hopen dat je met ons mee gaat wandelen. We begrijpen het als je nog vragen hebt over de Lindenholt Challenge. Daarom is er op dinsdag 11 april een informatiebijeenkomst. Die is in het Wijkatelier (Zellersacker 10-03) om 18.30 uur.

Kom je ook?

Als je dat wilt, kun je je vanaf 11 april aanmelden om mee te doen. Als je dat nu al wilt doen, dan kan dat via www.nationalediabeteschallenge.nl/lindenholtchallenge

We starten op dinsdag 18 april

De wekelijkse wandelingen starten op dinsdag 18 april om 18.30 uur vanaf het Wijkatelier. Iedere week drinken we na de wandeling, met wie wil, samen thee of koffie.

Wandel je met ons mee?



Meedoen?

Wil jij ook werken aan een gezonder leven? Geef je dan op voor **Voel je goed!**

Heb je vragen of wil jij je opgeven? Bel naar:



Babs Broeren

06 50 62 12 14

(babs.broeren@goedegewoonte.eu)

Je bent van
harte welkom!



GRATIS CURSUS
Voel je goed! In Lindenholt

Voel je goed! is een aanpak van Stichting Lezen en Schrijven, mogelijk gemaakt door: FNO, Achmea, Ipskamp Printing, Lidl, Fonds Taal maakt gezonder en ZIF.

www.lezenenschrijven.nl

Stichting
Lezen en Schrijven
Taal voor het leven

Is dit iets voor jou?

Voel je goed! is voor volwassenen, die willen werken aan een gezonder gewicht. Soms is dat moeilijk. Informatie is niet altijd duidelijk.

En de taal is soms wat lastig.

Bij **Voel je goed!** krijg je eenvoudige uitleg over voeding, beweging en gezondheid.

Wat

Je leert wat je kunt doen om gezond te eten en meer te bewegen.

In een kleine groep met begeleiding.

Je krijgt een map met oefeningen en informatie.

Je helpt elkaar en het is heel gezellig!

Wanneer

Voel je goed! bestaat uit 17 gratis lessen.

Iedere week op donderdagochtend een les.

Elke les duurt maximaal 3 uur.

We nemen rustig de tijd. En er is natuurlijk ook pauze.

Alle lessen starten om 09.00 uur.

We starten de eerste les op

donderdag 6 april 2023 om 09.00 uur.

Waar

Wijkatelier Lindenholt, Zellersacker 1003.



Lunna
(52 jaar)



Amy
(41 jaar)



Anita
(48 jaar)



Dicky
(46 jaar)



'Vroeger waren we te zwaar. En voelden we ons ongezond. Nu niet meer. Nu weten we wat gezonder eten en meer bewegen is. En hoe je dat doet.'



We voelen ons goed!

Nacht van de Ommetjes zoekt organisatoren

Zaterdagavond 7 oktober 2023 vindt de jaarlijkse Nacht van de Ommetjes weer plaats. In heel veel Nijmeegse wijken maken mensen in de avonduren samen een wandeling in hun buurt en worden onderweg getraakteerd op prachtige verhalen, kunst, cultuur, historie en leuke optredens. De centrale organisatie is op zoek naar organisatoren in de wijken Heijendaal, Goffert, Willemskwartier en Hof van Holland/Nijmegen Noord.

Organiseer een Ommetje Wordt organisator voor jouw wijk en ga samen met medeorganisatoren op zoek naar bijzondere plekken, mooie verhalen uit de wijk en mensen die willen optreden. Ook stippelen jullie een route uit en doen de publiciteit. De centrale organisatie zorgt voor posters, banners en stickers. Bovendien ontvang je een klein organisatiebudget. In drie bijeenkomsten vooraf aan de Nacht van de Ommetjes, wordt je geïnformeerd en ontmoet je de andere ommetjes organisatoren. Info op www.denachtvandeommetjes.nl en meld je aan via info@denachtvandeommetjes.nl.



Donderdag 16 februari; groots CARNAVAL basisschool de Wingerd



Het moest een bijzondere carnaval worden na alle Corona jaren en daar is de organisatie voor 200% in geslaagd!

Voor deze gelegenheid mocht er gebruik worden gemaakt van de aula van het Mondial college in Leuvenbroek. En dat was geen overbodige maatregel! De aula was mudje en mudje vol met uitbundig verklede leerlingen met evenzoveel enthousiaste ouders die dit allemaal wilden meemaken.

Bij deze gelegenheid was het tevens een soort van Prinsentreffen want Prins Roy (Nijmegen), Jeugdprins Casper (Nijmegen), Prins Jeroen (Brakkenstein) en Prins Michel (Weurt) waren allemaal van de partij en toonden met grote trots hun uitbundige klederdracht met alle pracht en praal tegelijk met hun 'kabinetten'. Tevens was er de presentatie van de kersverse Carnavals Prinses Jahfaya van de Wingerd.

De directeur van de Wingerd presenteerde zich als Prins Berry d'n Lentse Zanger en deed dit

met een ongekennde routine. Later bleek dat hij deze titel meer dan waar maakte en voorspelt de redactie hem als concurrerend deelnemer voor menig 'op zoek naar' talentenshow op TV.

Diverse promenades die door de verschillende prinsen met hun kabinetten werden geleid brachten alle kinderen in beweging en zorgden zo voor een echte carnavals sfeer.

Muzikleraar Dick van de Wingerd deed ook nog even een duit in het zakje en zong het enige echte 'Wingerd lied' dat onder persoonlijk

lijk gitaar begeleiding met een groots enthousiasme en maximaal volume door alle kinderen werd meegezongen, wat een feest was dat!

Ter afsluiting trad een bekende ouder van een van de leerlingen op; Sieneke bracht samen met Prins Berry een ode aan de in november overleden Vader Abraham (tekstschrijver van het songfestival lied) en liet nog eens haar succesnummer Shalala Shalalie horen.

Organiserend team van De Wingerd en Mondial mag terugkijken op een ongekend succesvol evenement dat uiteraard voor een volgend jaar extra verwachtingen schept. Maar dat zien we dan wel weer..... shalali shalala

**Tekst: Gerard van Bruggen
Foto's Brenda Beenhakker**





De kantine het kloppend hart van elke club

Vlak voor de belangrijke derby tegen concurrent Quick 96 op 5 maart, interviewde Lindenholt Leeft Cindy Schoppema en Michel Baestings van het barpersoneel van SCE.

Hoe lang zijn jullie al werkzaam als Barmedewerker?

Toevallig zijn we allebei al acht jaar in deze functie en werken we ook nog eens als team op de zondag. In totaal zijn we met acht mensen die op dinsdag-, donderdag en vrijdagavond, zaterdag en zondag diensten draaien. Door de weeks is er een man/vrouw bezetting voldoende.

Ik stond altijd voor de bar, zegt Michel lachend, maar omdat mijn vrouw al heel veel vrijwilligerswerk deed, vond ik ook tijd dat ook eens te gaan doen.

Ik heb een voetbal verleden bij SCE, zegt Cindy, en op een gegeven moment moet je op je hoogtepunt stoppen en werd het tijd voor iets anders waaronder ook de activiteitencommissie.

Cindy maakt een werkrooster voor twee weken dat ze in de groepsapp stuurt. Meestal heeft iedereen zijn vaste dag. Door de weeks is er een persoon, in het weekend twee. Op zaterdagochtend is Willy Coolen sinds mensenheugenis de gastheer. 'Ik heb een voetbal verleden bij SCE', zegt Cindy, 'En op een gegeven moment moet je op je hoogtepunt stoppen en werd het tijd voor iets anders waaronder ook de activiteitencommissie. Het leuke van dit werk is het plezierige contact met de mensen.'

Wat moet je kunnen?

Je bent het visitekaartje van de club en je probeert vooral op klantvriendelijke wijze de gast te bedienen. Of die gast nu een lid is van SCE of van de bezoekende partij maakt dan niet uit. Verder is een positieve instelling meegenomen en maak je af en toe een praatje met de klanten als het niet te druk is. De rest is te leren...

Hoe zit het met de inkoop?

Aan het eind van de week kijken we wat we nodig hebben en bestellen dat bij de Sligro. Alles gaat op rekening. Het bier gaat via Heineken. Bier en thee worden het meest verkocht. We zien ook een toename aan kersenbier. Uiteraard wordt er veel meer alcoholvrij bier



verkocht vooral Radler al blijven de echte macho's bier drinken.

Hoe belangrijk is de kantine omzet voor SCE?

Naast de inkomsten is de derde helft voor elke vereniging enorm belangrijk. Gezellig samen komen na een spannende wedstrijd want wie houdt er nou niet van gezelligheid na het voetbal.

Hoe kijken jullie aan tegen alcohol?

Over alcohol aan minderjarigen moeten we streng zijn; de wet verplicht ons om onze verantwoordelijkheid te nemen en nooit aan mensen onder de 18 jaar te schenken. De boetes zijn niet kinderachtig. Bij de eerste overtreding € 1500 daarna meer. Er wordt regelmatig gecontroleerd (paar keer per seizoen) toevallig nog op deze 5 maart jongstleden.

De gemeente gebruikt dan een katvanger ofwel iemand van onder de 18 die een biertje komt bestellen. Daarna komt de controleur binnen en krijg je een formulier. In dit geval hebben we om zijn ID gevraagd.

Cindy heeft daar nog een cursus over gevolgd waarin men leerde hoe om te gaan met eventuele weerstand. Die is hier gelukkig niet want je hebt natuurlijk te maken met het merendeel mensen van SCE.

Als er een leidersronde is dan zijn de leiders verantwoordelijk. Als er volwassenen zijn die toch een biertje aan een minderjarige uitdelen, daar kunnen we niets aan doen.

We letten ook een beetje op of mensen waarvan we weten dat ze met de auto zijn niet met een slok op gaan rijden, maar ook dat is moeilijk. Eigenlijk zou je dan van die persoon de sleutels moeten afpakken.

Gelukkig wonen de meesten in de buurt en zijn of te voet of met de fiets of ze bellen een taxi.

Wat verwachten jullie vanmiddag?

Het wordt natuurlijk heel erg druk. In de pauze zouden er zo maar honderd man in de kantine aanwezig zijn. Gelukkig hebben we dan een paar mensen die in dat kwartier bijspringen. We zijn goed voorbereid en hebben de koffie en de thee om kwart voor drie in grote hoeveelheden klaar. De mensen zijn ook best geduldig en zien dat je het druk hebt.

Bier tappen gaat na acht jaar heel goed. We hebben ieder ons eigen stukje van de bar.



Oproep

Graag zien we er nog een paar mensen bij. Ook al kan je maar twee uur per maand, dan ben je al welkom. Kom eens binnenlopen op een donderdagavond of zaterdagmiddag en meedraaien. Dat kan vanaf 16 jaar en je hoeft geen lid te zijn. Het is echt leuk en SCE heeft jullie nodig want als er (te) weinig vrijwilligers zijn, dan kan de kantine niet open en betekent dit ook geen inkomsten voor de club.

Tekst en foto's; Silvano Orvini

Roadkill Lindenholt



Op vrijdagavond een half uur voor de training interviewde Lindenholt Leeft twee leden van Roadkill. Ik had er nog nooit van gehoord en geen idee wat het was anders dan dat Roller derby een soort van sport is.

Eva en Lieke stonden mij te woord. Eva is een van de medeoprichters en dat was op 5 januari 2015 compleet met bestuur en al. Na het zoeken van een geschikte hal, kwam men uit bij de sporthal in de Horstacker. Via social media en flyers in de stad is men geïnteresseerden gaan zoeken. In het begin waren het alleen vrouwen nu zijn er ook een aantal mannen. Inmiddels staat het ledental op vijfendertig.

Wat is Roller derby?

Roller derby is een full-contact sport die overgewaaid is uit Amerika en dat gespeeld wordt op rolschaatsen. Er is geen bal, geen puck en geen stick: alleen rolschaatsen, bescherming en een kick-ass instelling.

Twee teams spelen tegen elkaar om de meeste punten op een platte, ovale baan. Er zijn twee helften van 30 minuten en deze zijn onderverdeeld in rondes, oftewel "jams" die twee minuten duren. Elk team zet per jam vijf spelers op de baan. Hiervan zijn vier "blockers" en één is de "jammer". Jammers zijn de aanvallers en zij kunnen als enigen punten scoren. Een jammer scoort één punt per speler van de tegenpartij die hij/zij inhaalt.

Na twee minuten wordt er al gewisseld want het is een intensieve sport.

De blockers hebben twee doelen. Allereerst willen ze ervoor zorgen dat de jammer van het

andere team niet langs hen komt en punten scoort. Tegelijkertijd willen ze er voor zorgen dat hun jammer wél punten scoort. Om dit alles voor elkaar te krijgen mogen spelers hun schouders en heupen gebruiken om tegenstanders te hinderen.

Het spel wordt maar liefst door vier tot zeven scheidsrechters gecontroleerd.

Het team met de meeste punten aan het einde van de wedstrijd heeft gewonnen! Scores van 100 tegen 100 komen regelmatig voor, maar ook 401-125 of 187-388.

Wat is er leuk aan?

Het is een aparte sport die heel technisch is want je moet goed kunnen rolschaatsen. Als je dat helemaal niet kan, dan leren we je het. Daarna leren we je roller derby spelen.

Leuk is ook dat je steeds beter wordt en nieuwe moves aanleert. Het is ook heel fysiek want je mag met grote delen van je lichaam inzetten. Uiteraard is er ook de sfeer na een training erg leuk want het is toch teamsport.

Wat heb je nodig?

Speciale rolschaatsen, een helm, pols- en kniebeschermers en een gebitsbeschermer. Dat is vrij prijzig en daarom kan je de eerste weken alle spullen lenen om te kijken of het iets voor je is.

Hoe groot is Roller derby?

Niet zo groot. In Nederland zijn er circa tien verenigingen. Maar het groeit. Er is zelfs al een bond. Er is helaas nog niet zoveel bekendheid. Het was eens op Zappsport en op YouTube vind je veel filmpjes.

Stel iemand heeft interesse?

Die kan eens na een training komen kijken. Wel je eerst aanmelden via de mail.

De minimale leeftijd is 18 jaar. De kosten bedragen €27,50 per maand waarbij we twee keer per week trainen. Trainingstijden: dinsdag en vrijdag van 20:30-22:30 uur

Wedstrijden spelen we dit seizoen vooral bij andere teams. Dit gaat op uitnodiging, er is namelijk geen competitie in Nederland.

Daarna volgde Lindenholt Leeft de training. Er werd eerst een goede warming up gedaan zonder rolschaatsen. Daarna werd de groep opgedeeld in vier mensen die nog niet zo goed konden rolschaatsen en in negen mensen die Rollerderby basis oefeningen deden. In een half uur zag ik de beginnende rolschaatsers van heel onwennig en een tikkeltje onzeker transformeren in meer controle. Er werd op een been geschaatst, er werd achteruit geschaatst.

Roller derby is een interessante sport voor jong en oud. Er zijn zelden blessures. Kom gerust eens kijken maar ook gewoon meedoen. Dus neem de rolschaatsen mee ook al kun je het niet zo goed.

Op 9 mei is er weer een open training waar iedereen zich voor kan aanmelden.

Je krijgt dan een profles.

Meer info: www.roadkillrollers.nl

Mail: info@roadkill.nl

**Tekst: Silvano Orvini
foto: Roadkill rollers**

Waterwerkgroep BOL op duurzaamheidsto...



Op 14 maart jl. was de BOL werkgroep Water aanwezig bij het 1e Duurzaamheidscafé van 2023 in Nijmegen. Er was een verdeling gemaakt in 3 blokken. In het eerste blok gaf Sven Teurlinx, projectmanager bij het Nederlands instituut voor Ecologie zijn visie op de nationale waterkwaliteit, aan de hand van de KRW (de Europese Kaderrichtlijn Water), die sinds 2000 voorschrijft hoe overheden eisen moeten stellen aan het beheer van grond- en oppervlaktewaterkwaliteit. In het tweede blok kwam de Nijmeegse situatie aan de orde, aan de hand van de praktijksituatie in Lindenholt en in het



derde blok ging Neelke Doorn, professor in Ethics of Water Engineering aan de TU Delft, nog in op de vraag wat er zou gebeuren als er aan een waterloop eigen rechten zouden worden meegegeven.

De Kaderrichtlijn Water (KRW)

Sven Teurlinx liet zien dat er onder de KRW twee soorten wateren worden onderscheiden: de grotere 'aangewezen' wateren en de 'overige' wateren, waar Lindenholt onder valt. Ook zijn er twee soorten beoordelingen: de fysisch-chemische en de ecologische beoordeling.

Bij de 'overige' wateren ligt de nadruk heel sterk op de ecologische beoordeling. Daarvoor worden eens in de 5 jaar zogenaamde eco-scans uitgevoerd, waarbij gekeken wordt naar 3 onderdelen: de belevingswaarde van het gebied, de oevers apart en het water zelf. Daarnaast wordt een aantal belangrijke chemische stoffen gemeten, zoals stikstof en fosfaat. Sven constateerde dat er in Lindenholt niet super veel is gemeten, de laatste scan is gemaakt in 2019 en daar is minder over bekend dan 2014, maar dat is wel 9 jaar geleden. Gegevens per gemeente zijn voor het gehele Rivierenland te vinden onder de link op de website www.lindenholtleeft.nl, klik op 'BOL nieuws werkgroep water'.

Plaatjes van de 3 eco-scans uit Lindenholt van 2014 staan hiernaast. Duidelijk is wel dat de situatie onder water (3) er al in 2014 heel wat minder goed uitzag dan boven water (1)!

De Nijmeegse situatie

Aan het tweede blok mocht de werkgroep Water van het Bewonersoverleg Lindenholt een bijdrage leveren. Aanvankelijk leek het erop dat de werkgroep zijn eigen presentatie zou geven, maar toen het puntje bij het paaltje kwam werd er een interview ingelast waarin Nijmeegse en regionale overheden eerst mochten vertellen hoe zij nu het beheer van de waterkwaliteit hadden aangepakt. Hun bevinding was dat Lindenholt eigenlijk wel

blij mocht zijn met de kwaliteit van zijn oppervlaktewater! Aan de werkgroep Water van het Bewonersoverleg Lindenholt was nu de opgave hierop een reactie van 3 minuten te geven aan de hand van de ervaringen in Lindenholt. Dat gebeurde zo goed en zo kwaad als het ging in zo'n kort bestek.

De reactie van de werkgroep

Dirk Hart van de werkgroep Water gaf aan dat Lindenholt wel vlak aan het Maas-Waalkanaal ligt, maar daar geen water uit kan krijgen omdat er geen verbinding is gemaakt met de inlaatwerken in het kanaal die liggen aan de Draaiom en Heidekampseweg. Deze zijn alleen bedoeld voor de watervoorziening van het achterland in Beuningen en verder, en daar wil het waterschap niet van afwijken, in weerwil van een zienswijze die Dirk daartoe heeft ingediend.

Vroeger was wateraanvoer helemaal geen punt, omdat het oppervlaktewater in Lindenholt 50 jaar geleden van onberispelijke kwaliteit was. Het regenwater was schoon, en er was voldoende voedselarm kwelwater uit de stuwwal om te compenseren voor het minder schone lokale kwelwater dat uit het Maas-Waalkanaal komt.

Nu in 2023 levert de stuwwal heel weinig water meer, staat het Maas-Waalkanaal veel hoger en komt Lindenholt veel schoon water tekort. Er vindt stikstofdepositie plaats vanuit de lucht en fosfaatbelasting (poep) van watervogels die afkomen op de rijke vegetatie die weer voortvloeit uit de stikstofbemesting. Het regenwater dat via de gescheiden hemelwaterafvoeren de



De Amerikaanse rivierkreeft (12 á 17 cm) is een exotische soort die ook in Lindenholt is gesignaleerd. Dit dode exemplaar was zijn scharen al verloren. Het kreeftje is niet goed voor de biodiversiteit, omdat het geen natuurlijke vijanden kent en wel ziekten kan overbrengen op andere soorten, zoals de kreeftenpest. Daarnaast woelt het diertje de bodem om en kan het ontstaan van blauwalg bevorderen.

ur in Nijmegen



vijvers in komt, spoelt veel straatvuil mee van de straten in Lindenholt, alsmede microplastics van autobanden. Daar komt al het groen van de bomen rondom de vijvers nog eens bij, wat allemaal naar de bodem zakt. De kwaliteit van de baggerspecie die in januari/februari na jaren van uitstel uit de vijvers is gekomen, was zodanig dat de bagger niet op de oevers mocht worden gedeponeerd!



Conclusie

Eigenlijk kun je zeggen dat sinds de 70-er jaren de negatieve invloeden op het water in Lindenholt sterk in omvang zijn toegenomen, terwijl de positieve invloeden alleen maar zijn verminderd. De eutrofiëring (verrijking van het water met voedingsstoffen) vraagt om actie, en wat de werkgroep betreft kan die niet wachten tot 2025.

Er zou nu een projectgroep moeten komen waarin de overheden met de werkgroep kunnen overleggen over een effectief beleid dat de algenbloei en watertekorten gaat bestrijden die ook Lindenholt steeds vaker zullen treffen. De werkgroep wil toewerken naar de inrichting van een zuiveringsmoeras in het Noorden van Lindenholt, dat zal worden gevoed met water uit de A-watgang naast het viaduct in de Weteringweg, die onder de A73 door loopt. Van de verbetering in de waterkwaliteit die dit oplevert zal heel Lindenholt kunnen profiteren, want ook de watercirculatie zal er sterk op vooruit gaan.

Tekst en foto's: Bol werkgroep water



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

**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



gratis parkeren

Schildersbedrijf

Gebr. de Wit



duurzaamheid door kwaliteits

De Geerkamp 1648 A

6545 HS Nijmegen

Telefoon: 06-81173970

Voor al uw:

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

Wij denken graag met u mee voor een advies op maat

Belangstelling?

Bel gerust en wij bieden u vrijblijvend de meest scherpe offerteprijs

PROJECT OOG VOOR ELKAAR: HEEL LINDENHOLT EET SOEP! GROOT SUCCES



Dit was het thema van 14 tot en met 16 februari 2023.

Belangrijkste doel was om in die week voor veel bewoners in Lindenholt een moment van warmte te brengen tezamen met de mogelijkheid voor een gesprek. De projectgroep Oog voor elkaar organiseerde dit samen met meerdere partners die actief zijn in Lindenholt; Welzijnsorganisatie Bindkracht10, de verschillende wijkcentra, de Broederij, Vincentius vereniging, diverse woningbouwcorporaties en de gemeente Nijmegen.

Op verschillende locaties werden de soepen gemaakt en getransporteerd naar diverse plekken in de wijken om aan de bewoners aan te bieden. Dat vraagt nogal om een stevige organisatie en een strak tijdschema.

Dag 1 Basisschool de Luithorst

Op dinsdag stond de hotpot met een werkelijk heerlijke courgette soep bij de uitgang van de Basisschool De Luithorst aan de Gildenkamp. Belangstellende ouders en kinderen kregen gratis een kom aangeboden met een lepel met een vragenlabel er aan. Op die manier kon daarover met verschillende buurtgenoten van gedachte worden gewisseld en niet zelden ontstonden daardoor interessante gesprekken. En dat was ook precies de bedoeling.

Op deze eerste dag was de soep verzorgd door de Broederij en het feit dat menig ouder en kind vroeg naar de receptuur, zegt al genoeg over de smaak. Verderop in het blad de uitgebreide beschrijving om deze soep zelf te maken.

Dag 2 Basisschool de Lindenhoeve / De Wingerd

Ook daar was actie een succes. Kaartjes met vragen aan de lepels werkten goed om gesprekken aan te knopen. Veel kinderen misten gevarieerd sportaanbod bijv. honkbal. Vrijwilligers van het Wijkatelier hadden een heerlijke vegetarische groentesoep gemaakt die ook zeer werd gewaardeerd.

Dag 3 Horstacker / Leuvenbroek / basisschool Montessori

De soepactie aan de deur op de Horstacker was eigenlijk net iets te laat op de dag, mensen hadden net brood gegeten. Willem vond het een geweldige actie en hij ging met ongelimiteerd enthousiasme samen met Wietske en Mike van Portaal langs de voordeuren van de flats. Hij was verbaasd over het feit dat bewoners die al jaren op de galerij wonen elkaar niet eens kennen. Zelfs burens met honden, die elkaar nooit tegengekomen zijn. Bij de Basisschool Montessori was de actie opnieuw succesvol, kinderen werken verbindend. De Linzensoep verzorgd door Vincentius werd zo lekker gevonden dat een van de scholieren wel 5 x is teruggekomen voor nog een kom. Waarom niet, er was genoeg.

De dames van de soep bij de Brack hebben samen met Talis bij de Jumbo gestaan, zij zijn ook bij de flat naar binnen gegaan om overal aan te bellen. Met wisselend succes. De een had echt behoefte aan een praatje, bij de ander durfde je door 'briefjes' aan de deur bijna niet aan te bellen.

Organisatorisch was het een hele klus om overal op tijd klaar te staan met alle faciliteiten er omheen. Alle waardering voor Jeanine Vermeulen (Bindkracht10) die verantwoordelijk was voor de soeptransporten, ga er maar aan staan om de vele liters soep heet genoeg en op tijd op de diverse plaatsen van bestemming te krijgen iedere keer.

Veel dank een waardering ook voor de 'soepproducenten' die stuk voor stuk de zaakjes op orde hadden en verrassend lekkere soepen hebben gemaakt.

In grote lijnen is dat allemaal goed gelukt op hier en daar wat kleine 'leermomentjes' na. Maar daarmee gaan we een volgende keer aan de slag, dat is zeker.

Tekst: Gerard van Bruggen,

Foto's: projectgroep Oog voor Elkaar



Struinbulletin

Uw gids door de natuur

GROEN STAPPEN

<http://bit.ly/struinbulletin> Door: Frans Sijben



Heumens Bos: lente met Valentijn

Een gezond motto: wandel en zoek het groen op. Want enkele uren per week 'groen' bewegen is goed voor je gezondheid. In en rondom Nijmegen is er genoeg groen om in te wandelen. De vernieuwde site 'Struinbulletin' helpt je bij het zoeken naar groene routes in en om de stad Nijmegen. Maar je vindt er ook artikelen over vergroening.

Vanaf 2006 kun je met Struinbulletin groen stappen met wandelroutes door natuur en groen. Deze biedt meer dan 30 wandelroutes in en om Nijmegen, Noord Limburg of de Maasduinen.

De site is sinds 2015 uitgebreid met artikelen over natuur en vergroening. Je vindt het Struinbulletin op <https://home.kpn.nl/ms30ms10/index.html> of <http://bit.ly/struinbulletin>



Groene zone Maaswaalkanaal

Nieuwe werkwijze Struinbulletin

Wandelroutes krijgen op den duur te maken met veranderingen en moeten daarom regelmatig gecontroleerd en bijgesteld worden. Dat kost veel tijd en lopen. Dat is de reden waarom website Struinbulletin vanaf februari 2023 op een andere manier is gaan werken. Niet meer wandelroutes of groenartikelen downloaden, maar per mail aanvragen. Op de site kun je de 'Catalogus Struinbulletin' inkijken. Daarin staan alle wandelroutes en groenartikelen, die beschikbaar zijn. Die kun je dan per mail aanvragen.



Wonen in het groene Lindenholt

Kies je eigen wandelafstand

Struinbulletin kent wandelroutes van verschillende lengte. Zo zijn er Nijmeegse wijkmetjes, waarmee je 3 tot 6 km (45 tot 90 minuten) wandelt. Langer zijn de 'korte Struinroutes': daarmee wandel je tussen de 8 en 13 kilometer. Met de lange Struinroutes kun je enkele uren genieten van de natuur: je loopt daarmee 15 tot 20 km.

Wandel dicht bij huis

Woon je in Nijmegen en wil je dicht bij huis wandelen? Kies dan de wijkmetjes of Nijmeegse korte struinroutes. Zo zijn er vier groene belevingsroutes: Lindenholt, Hatert, Grootstal of Oudwest.

Of loop het wijkmetje 'Door de Goffert' of 'Rondom het Maaswaalkanaal tussen Hatert en Neerbosch'. Of een korte of lange struin. Met korte struin 17 loop je bijvoorbeeld 9 kilometer: door landgoed De Elshof naar het bos en heemtuin Malden en dan langs het Maaswaalkanaal weer terug naar Hatert.

Door het groen buiten Nijmegen

Buiten de stad Nijmegen gidsen struinroutes je door de 'Hatertse & Overasseltse vennen' of over de stuwwal tussen Nijmegen, Beek en Berg en Dal. Of je struint door de Ooijpolder of Groesbeekse bos. Je ervaart de stilte van de heidevelden en bossen van Mook, Plasmo-

len of Gennep. En niet te vergeten: geniet van het grote machtige stille Reichswald. Je geniet aan de oevers van de Mookerplas. Ken je trouwens al de Maasduinen?



Wilgen in groene omloop

In de maak

Voor de liefhebber van lange wandelingen, is er een struinroute in de maak van Lindenholt door Neerbosch en Hees naar Oudwest en dan weer terug. Het wordt een wandeltocht van ongeveer 20 kilometer door overwegend het groen van deze wijken. Parken en groene straten. Langs het Maaswaalkanaal of door de Goffert, Distelpark, Westerpark of Florapark.

E-bibliotheek

In de 'catalogus Struinbulletin', vind je ook artikelen over vergroening, natuur en natuurgebieden.

Het zijn algemene beschouwingen over de toestand van groen en natuur in ons land. Deze zijn sinds 2013 gepubliceerd onder de titel 'Natuur-overpeinzing' in natuurtijdschrift 'De Natuurgids'. Sinds 2017 ook in Nijmeegse wijkbladen, maar dan met een méér wijkgerichte blik op vergroening.

Daarnaast zijn er ook artikelen over geschiedenis, die zich toespitsen op Nijmegen of plekken in Noord-Limburg. Alles, net als wandelroutes, per mail aan te vragen.

Reageren?

Heb je een vraag of boodschap? Geef die aan mij door op: struinbulletin@outlook.com

Zo vraag je ook wandelroutes en artikelen aan.



Lindenholt: eigen schaapskudde

NIEUW WOONZORGHUIS IN LINDENHOLT HEEFT HOOGS

Stem mee voor een nieuwe naam



Fijn oud worden in je eigen wijk. Met zorgvoorzieningen binnen handbereik. Dat was een lang gekoesterde wens van het Bewonersoverleg Lindenholt (BOL) voor hun wijk Lindenholt. En nu na jaren van lobbyen wordt die wens verwezenlijkt.

De Waalboog bouwt er samen met Klokgroep en Woonwaarts én met input van het Bewonersoverleg en de gemeente aan een nieuw woonzorghuis voor Lindenholt. In onderstaand bericht brengen we u op de hoogte van de laatste ontwikkelingen en onderaan dit bericht vindt u een uitnodiging om mee te stemmen voor de naam van dit nieuwe woonzorghuis.

Aan de St. Agnetenweg verrijst op een steenworpafstand van het Maas-Waalkanaal de drie verdiepingen tellende woonzorglocatie. De bouw vordert goed, want inmiddels is het hoogste punt bereikt. In de tweede helft van dit jaar trekken de eerste bewoners erin. Dat zullen in eerste instantie cliënten van De Waalboog zijn die nu nog op de locatie Joachim en Anna wonen. Zij kunnen daar niet langer wonen omdat hun gebouw verouderd is en gesloopt wordt. Zodra er ruimte vrijkomt is er natuurlijk wel de mogelijkheid voor bewoners van Lindenholt om te verhuizen naar deze locatie, mits zij een juiste zorgindicatie hebben.

45 appartementen

In totaal kunnen hier straks 45 zorgbehoevende ouderen komen wonen. Iedere verdieping telt 15 appartementen, verdeeld over de linker- en de rechtervleugel van het gebouw.



Op twee verdiepingen biedt De Waalboog zorg aan ouderen met dementie.

Eén verdieping is gericht op ouderen met (vooral) lichamelijke problemen. Per etage worden twee kleinschalige woongroepen ingericht met 7 of 8 bewoners, met een gezamenlijke huiskamer en terras of balkon. Een vast team van Waalboogmedewerkers zorgt dag en nacht voor de bewoners. Daarbij nemen zij niet alle zorg automatisch uit handen, maar werken hierin heel graag samen met familie, vrienden en vrijwilligers om voor elke bewoner persoonsgerichte zorg en een fijne dagbeleving te kunnen realiseren.

Zo thuis als maar kan

De bewoners van het woonzorghuis aan de St. Agnetenweg hebben straks ieder een 2-kamerappartement. Naast een woonkamer hebben ze een aparte slaapkamer met aangrenzend

een eigen badkamer. En een keukenblokje om een kopje koffie of thee te maken.

Het kleinschalige karakter van de woongroepen helpt om het leven zo goed mogelijk aan te laten sluiten bij de behoeften van de bewoners.

Samen met de medewerkers vormen ze een huishouden, zo thuis als maar kan. Ze bepalen bijvoorbeeld gezamenlijk het menu, halen zo mogelijk zelf de boodschappen en bereiden ook zoveel mogelijk samen de maaltijden.

Familie en vrienden worden uitgenodigd om bij te blijven dragen, zoals ze dat ook deden toen de bewoners nog thuis woonden.

Daarnaast zijn er veel vrijwilligers nodig die ondersteunen bij al die dagelijkse activiteiten.

Leefcirkels bieden vrijheid

De Waalboog kiest aan de St. Agnetenweg - net als op de meeste andere locaties - bewust voor open deuren, ook voor bewoners met dementie.

We doen dat geheel op maat: in overleg met de bewoners en hun familie bespreken we hoe groot de leefcirkel van iedere bewoner mag zijn. Polsbandjes zorgen ervoor dat deuren open blijven als dat kan, en sluiten als dat nodig is.

Medewerkers krijgen automatisch een signaal op hun smartphone als een bewoner toch onverhoopt zijn of haar leefcirkel verlaat.

We werken bovendien met GPS-trackers, voor bewoners die (verkeers)veilig het terrein afkunnen, maar zouden kunnen verdwalen. Deze open manier van wonen zet de bewoners meer centraal: hun leefwereld verruimt zoveel mogelijk - én veilig - naar de wijk.

STE PUNT BEREIKT

Samen met de wijk

Ook ouderen die nog thuis wonen, kunnen gebruikmaken van het specialistische zorg van het Waalborg Thuis-team. Op de locatie aan de St Agnetenweg richten we een buurtkamer in waar ook de buurtbewoners gebruik van kunnen maken. Zij kunnen daar activiteiten organiseren of een kopje koffie drinken. Ook kijken we samen met andere partners hoe we gezamenlijk oudere wijkbewoners kunnen ondersteunen.

Zo leveren we een bijdrage aan de community Lindenholt.

De reacties uit de wijk zijn enthousiast: we voelen ons nu al welkom!

Meer informatie en contact

Om in aanmerking te komen voor een appartement op deze woonzorglocatie is een juiste zorgindicatie nodig: ZZP 6, 7 of 8. Deze wordt verstrekt door het Centrum Indicatiestelling Zorg. Uw huisarts of zorgverlener kan u daarbij helpen.

Meer weten over wonen op deze locatie: kijk dan op www.waalboog.nl/Agnetenweg.

U kunt ook contact op nemen met de zorgbemiddelaars van De Waalboog: T (024) 382 64 83, E-mail: zorgbemiddeling@waalboog.nl.

Meer weten over werken bij De Waalboog? Kijk op: waalboog.nl/goed-werken/

Tekst: Waalboog

Foto: Gersfotografie

Stem mee voor een nieuwe naam

Een nieuwe locatie vraagt ook om een nieuwe naam. Graag willen we dat iedereen die betrokken is bij deze locatie zijn stem daarin kan laten horen. Er zijn vier namen geselecteerd waarop iedereen zijn stem kan uitbrengen.

- Kanaalhuis
- Agnetenholt
- Liendenhuus
- Agnetenhof



U kunt tot 20 april uw stem uitbrengen op de website van De Waalboog:

www.waalboog.nl/stemmen

of scan de QR code met uw smartphone
Als u uw stem uitbrengt maakt u kans op een prijs uit, hoe kan het ook anders, Lindenholt: een tegoedbon voor Grand-café Lindenholt of van Tuincentrum Lindenholt!



NLDOET

Elk jaar in maart organiseert het Oranje Fonds deze grote vrijwilligersactie. NLdoet zet de vrijwillige inzet in de schijnwerpers en activeert door een publiekscampagne zoveel mogelijk Nederlanders om een dag vrijwilligerswerk te doen en zo te ervaren wat ertoe doen als vrijwilliger met je doet! Dit jaar werden op vrijdag 10 maart mensen aangespoord om vrijwilligerswerk te doen.



De Broederij deed ook mee. Naast vele buurtbewoners die door het jaar heen ook betrokken zijn bij de Broederij, kregen we ook versterking van Advocatenbureau IJzer en Studievereniging CognAC. Deze twee organisaties hadden zich aangemeld bij NL-doet.

Zo waren we versterkt met 12 extra man. Regen kwam met bakken uit de lucht op deze vrijdagmiddag, maar dat hield de vrijwilligers niet tegen.



Een grote partytent zorgde ervoor dat er droog gewerkt kon worden. De advocaten van Bureau IJzer mochten zich ontfermen over het kippenhok. De kippen mochten op het gras toekijken hoe de vrijwilligers hun hok egaliseerden en er een nieuw binnenvverblijf in elkaar werd getimmerd. Als kers op de taart hebben ze nu ook een eigen zandbak.

Aan de voorkant van het pand waren de studenten van CognAC bezig met een afrastering voor de containers. Vanaf de straatkant zijn de groenbakken en het afval een doorn in het oog. Vanaf nu kunnen we ze achter een leien muurtje plaatsen. De buurtbewoners zorgden voor glimmende ramen, een geschilderde deur en een lekkere lunch.



NL-doet was de perfecte dag om te ervaren wat voor warme sfeer er bij de Broederij heerst. Overal waar je keek werd er samengewerkt aan mooie projecten. Daar zijn wij heel dankbaar voor.

Wat ons betreft kan het zonnetje komen en het seizoen starten. Kom jij ook eens een kijkje nemen? Dit kan gemakkelijk op dinsdag rond 12 uur en vrijdag om half 11 bij de koffieochtend.

Hartelijke groet, Anne Blaauw

Foto's: De Broederij

Interview met Jan ten Dam en Fabian Ekers; de scheidende en komende voorzitter



Aan Fabian de eerste vraag; 'Wat neem jij graag over van Jan ten Dam als voorzitter Dag van Lindenholt?'

Hij moet lachen: 'Ik hoop Jan te kunnen evenaren en heel misschien wel een stukje te kunnen verbeteren. Maar het gaat daarbij vooral om eerlijkheid, duidelijkheid, openheid en verbinden. Deze editie 2023 doen we het nog samen maar daarna zal ik het dus alleen moeten doen. Wat ik van hem heb geleerd zijn de strakke lijnen, rechte lijnen, korte lijntjes. Dat vind ik zelf ook heel belangrijk. Vooral als het gaat bij het nemen van de juiste beslissingen. In onze samenwerking vanaf 2016 was mij al duidelijk dat Jan en ik op een zelfde frequentie liggen als het gaat om leidinggevende eigenschappen naar alle betrokkenen toe.

Dus dat wil ik graag zo houden, zul je begrijpen.'

Naast wat nieuwe aanwas draait het merendeel al een aantal jaren mee. Dus ik verwacht dat die continuïteit doorgezet zal worden

Jan ten Dam: 'Ik heb hem het eerst hierover gesproken tijdens de barbecue van vorig jaar en natuurlijk moest hij hierover eerst goed nadenken. Ik had hem veel al langer in mijn hoofd zitten, Gelukkig heeft ie uiteindelijk 'JA' gezegd. Ik denk dat hij een hele goede opvolger is en hij heeft het voordeel dat het hele team compleet is. Naast wat nieuwe aanwas draait het merendeel al een aantal jaren mee. Dus ik verwacht dat die continuïteit doorgezet zal worden.

We hebben ook gewoon aan iedereen gecommuniceerd dat we het volledig overdragen aan Fabian, die moet het op zijn eigen wijze doen. Hij is de voorzitter en ik draai enkel dit jaar nog mee op de achtergrond.'

Fabian: 'De grootste uitdaging die ik zie, is het bij elkaar houden van de groep. Dat zal heel wat vragen van mijn vaardigheid als verbinder. Ik heb het ook al meteen gemeld bij het bekendmaken in de groep; Ik wil het graag gaan doen, maar ik kan het absoluut niet alleen! Ik wil iedereen het gevoel geven op ieders eigen wijze belangrijk te zijn als onderdeel van het team. Ja en dan is het beslist een uitdaging om dat net zo goed te doen als onze Jan!'

Voorlopig ziet Fabian weinig veranderingen in de nabije toekomst als het gaat om het concept van het evenement Dag van Lindenholt. Hier en daar wellicht wat kleine dingetjes die verbeterd kunnen worden maar verder gewoon op de oude voet verder gaan. Uiteraard krijgen we altijd te maken met veranderingen in de maatschappij en de samenleving hier in Lindenholt en daar zullen we vanzelfsprekend onze ogen niet voor sluiten. Je zult je altijd de vraag moeten stellen wat je de bewoners nog kunt aanbieden om het evenement aantrekkelijk te houden om te bezoeken. Ieder jaar is dat weer een uitdaging.

We hebben verleden jaar ongelooflijk mazzel gehad met de politiehelikopter die landde op het festivalterrein. Dat was mijn pareltje als afsluiter van mijn functie als "kartrekker activiteiten". Waar we natuurlijk ook mee



te maken krijgen, zijn de afspraken met de overheid die nog wel eens willen veranderen. Daarbij is veiligheid een steeds belangrijker issue.'

Jan: 'Nu is dat in het verleden eigenlijk altijd probleemloos verlopen. Zowel de vijfverPOP als op de dag zelf. Twee keer hebben we moeten optreden bij gevalletjes van overmatig alcohol. Maar je moet je ogen ook weer niet sluiten voor het verharderen van de maatschappij en groepen mensen die er op uit zijn om rotzooi te trappen. Inmiddels zijn we ook professionele beveiligers in gaan huren omdat je gezien de tijdsdruk bij hun niet altijd kunt bouwen op handhaving en politie. Maar veiligheid heeft ook alles te maken met de attracties en dat heeft altijd alle aandacht.'

Tijdsbesteding

Wat betreft de benodigde tijdsbesteding gepaard aan het voorzitterschap, heeft Fabian alles goed doordacht. 'Ik werk in vijfploegendienst en dan heb je na twee dag-, twee avond- en twee nachtdiensten 4 vrije dagen waarvan de eerste is bedoeld om bij te slapen. Ik denk dat ik daardoor juist door mijn onregelmatigheden heel veel kan plannen. Meer dan iemand die gewoon 5 dagen een 'negen tot vijf baan' heeft.'

Wanneer aan Jan de vraag wordt gesteld wat hij zal gaan missen in positieve en ook in negatieve zin, wordt hij plotseling licht emotioneel. Jan: 'Als je ergens in de 70 bent zou het gemakkelijk moeten zijn om te zeggen: Ik stop met het hele circus. We hebben daar met elkaar eerlijk over gesproken. Mijn gezondheid maakte het voor mij steeds moeilijker om als voorzitter van drie stichtingen alle ballen in de lucht te houden.

Mijn gezondheid maakte het voor mij steeds moeilijker om als voorzitter van drie stichtingen alle ballen in de lucht te houden

Dat ging steeds moeilijker en ik merkte dat mijn energie niet meer toereikend was daarvoor. Ik was vaak bekaf, vergat dingen kon niet meer uit mijn woorden komen en dat voelde niet goed. Dan is het positief dat je hierin een keuze kan maken maar ja in het negatieve, ik zal het missen, ik zal het verrekte missen...

Het heeft me verrijkt als mens en weet je, ik zit er in sinds 2008 en in 2009 hebben we het opgezet zoals het nu is. Maar ja, je moet een keer afscheid nemen en ik heb er alle vertrouwen in dat Fabian dat ook verrekke goed kan.'

Hoogtepunt in al die jaren.

Elk jaar was het spannend. In het begin waren er 2000 bezoekers en niet zelden zijn dat er uiteindelijk rondom de 8000 en zelfs een keer 10000 geweest. Maar wat mij altijd bijgebleven is het jaar dat de toenmalige directeur van het gezondheidscentrum Marie-José Metz op Dag van Lindenholt de koninklijke onderscheiding kreeg uitgereikt door burgemeester Bruls. Daarbij ben trots op het feit dat wij een professionele organisatie zijn met echte werkgroepen zodat alle verantwoordelijkheid niet bij één iemand op de schouders rust. Omdat ik uit de bouwwereld kwam, had ik ervaren hoe dat werkte.

Advies

Jan: 'Het belangrijkste advies is: hou de groep bij mekaar en probeer de taken en verantwoordelijkheden in ieder geval zo verdeeld te houden. Je zult heel veel voor de kiezen krijgen, mensen gaan weg, worden ziek of verlaten om diverse redenen het team. Wat mij opvalt, is dat er altijd weer nieuwe bekwame geschikte bewoners te vinden zijn die het stokje over willen nemen.

Komende editie

Vraag aan Fabian of er dit jaar weer een net zo spectaculaire activiteit op het programma staat als vorig jaar. De nieuwe voorzitter kan daar nog niks over zeggen. Waarmee duidelijk is dat hij de diplomatieke vaardigheid om niet te snel een te hoge verwachtingen te scheppen, snel heeft geleerd van de scheidend voorzitter. De redactie bedankt Jan en Fabian en wenst hen heel veel succes bij alles wat de toekomst zal brengen.

Tekst en foto's: Gerard van Bruggen



Een app voor je medisch dossier, laagdrempelig toegang!

Louky van
Orsouw
huisarts
WGCL



Column

Sinds een aantal jaar hebben patiënten het recht om digitaal toegang te hebben tot hun eigen medisch dossier. In de ziekenhuizen in de omgeving hebben ze dat al een tijd geregeld. Veel mensen zullen MijnCWZ en MijnRadbound wel kennen. Waar de een het heel fijn vindt om alle uitslagen in te zien en rustig de brieven na te lezen zijn er ook mensen die bewust niet kijken omdat ze liever de uitslag persoonlijk van hun arts krijgen, met toelichting. Voor beide kanten is wat te zeggen.

Ook in het Wijkgezondheidscentrum Lindenholt werken de huisartsen met digitale toegang tot het eigen dossier. Huisartsen werken met een zogenaamd HIS, een Huisarts Informatie Systeem. Een computerprogramma waarin ze het dossier van hun patiënten bijhouden en beheren. In het gezondheidscentrum hebben we TransHis. En bij TransHis hoort een app. De MijnHuisarts app. Nu hoor ik u denken? Wat kan ik met deze app?

Deze app is gekoppeld aan uw dossier. U kunt er uitslagen in zien. Uitslagen van bloedonderzoek. Uitslagen van kweken of van een stukje weefsel wat opgestuurd is. U kunt de brieven die specialisten hebben gestuurd rustig nalezen. Daarnaast kunt u, als u bij de huisarts bent geweest of contact hebt gehad de P- regel nalezen. De P- regel in het dossier is de regel waar het plan beschreven staat. U kunt dus achteraf nakijken wat er ook alweer afgesproken is en welke adviezen u gekregen heeft. Prettig omdat we weten dat mensen lang niet alles onthouden wat er gezegd wordt. Misschien ook wennen? Voor de huisarts in ieder geval wel. Wij moeten er dus op letten dat we in deze regel taal gebruiken die iedereen kan begrijpen en geen medische termen of afkortingen. Voor ons dus soms ook even wennen en alert zijn. Mocht u iets tegenkomen wat niet duidelijk is. Geef het aan, van deze feedback kunnen wij veel leren.

Naast het nalezen van deze informatie kunt u ook informatie doorgeven. Als u thuis een bloeddruk of hartslag meet kunt u dit erin zetten en meteen aan uw dossier koppelen. In de app zit ook een herhaaloctie voor recepten. Dus als u 's avonds op de bank bedenkt dat uw medicatie bijna op is kunt u dat heel makkelijk regelen.

Mocht dit nalezen van uw dossier maken dat er vragen opborrelen of zit u met een ander niet dringend probleem geeft de app ook een optie tot een E-consult.

Hier kunt u een vraag stellen aan uw dokter. Snapt u de uitslag niet helemaal? Wil u ergens advies over? Een E-consult kan als u daar tijd voor heeft en hoeft dus niet te wachten tot de praktijk open is. De telefoonlijnen zijn helaas druk bezet. Fijn voor ons en voor u als u op een andere manier in contact kan komen. Als huisarts gebruik ik het best veel. Ik spreek regelmatig met mijn patiënten af dat ze me via een E consult op de hoogte houden hoe het gaat of informatie over een uitslag kunnen navragen. Vaak nadat ik iemand eerst op het spreekuur gezien heb. Dus niet helemaal ter vervanging van de spreekkamer, maar wel als aanvulling om het vervolg makkelijker te maken.

In ons oude systeem hadden patiënten de mogelijkheid om online een afspraak op het spreekuur in te plannen. De komende tijd gaan we onderzoeken of dat met deze app voor onze praktijk ook mogelijk is.

In de wijk zijn regelmatig studenten van de HAN (Hogeschool Arnhem en Nijmegen) te vinden die projecten doen tbv onze wijk. Ook met de app gaan ze aan de slag. Eerder hebben ze de app al flink gepromoot en bewoners geholpen met de installatie op hun telefoon. Deze promotie heeft het app gebruik verdubbeld! Nu gaat een groepje aan de slag om onderzoek te doen naar de online afspraken functie. Daarbij gaan ze ook kijken naar uw wensen. Wie weet komt u ze wel tegen als ze op pad gaan om meningen te verzamelen. Hulp nodig bij het installeren? Vragen? Loop gerust het WGCL binnen en vraag het na!





Vieringen in de Agneskerk

Zondag 10.00 uur

Eucharistieviering

(deze viering is via de livestreaming te volgen)

Donderdag 8.15 uur

Meditatief Morgengebed

(met teksten van h. Augustinus)

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

Elke tweede zondag van de maand is er om 17.00 uur een Poolse viering

Kindernevendienst

Elke tweede zondag van de maand is er een kindernevendienst. We kijken ernaar uit dat er weer ouders met kinderen gaan komen.

De Voedselbank.



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

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

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

Bereikbaarheid

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

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

Diaconiezondag: elke eerste zondag van de maand.

Er is inzameling voor de Voedselbank. We nemen van huis langer houdbare levensmiddelen mee, die naar het depot van de Voedselbank Nijmegen gaan. Er is loempiaverkoop voor de oorlogsslachtoffers in Vietnam (meer info; www.lavang.nl) en sieradenverkoop voor een gemeenschap op Bali (meer info: www.stichtingsvbk.nl)

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). U kunt ook een mail met de doopvraag sturen naar info@agneskerklindholt.nl. Houdt u er svp rekening mee dat er vóór de doop twee voorbereidingsbijeenkomsten zijn? Voor volwassenen die gedoopt willen worden is er een apart traject. U kunt hiervoor contact opnemen met pastoor Kimman.



Website

Omdat we in de Agneskerk werken met gastvoorgangers wil het soms wel eens gebeuren dat er een viering van voorganger 'wisselt'.

De meest actuele info vindt u op de website www.agneskerklindholt.nl of www.stefanus.nl/Agnes. Met de QRcode komt u snel op de pagina waar de vieringen staan.

Vanuit onze kerk hebben we ook een livestream van de (zondags)vieringen. Zo kunt u op afstand op het moment van de viering met ons meedoen.

De link naar de livestream vindt u op: <http://www.agneskerklindholt.nl/livestream>

Met de QRcode komt u snel op de pagina waar de vieringen staan.



Morgengebed

In de Goede Week (2 april -8 april) is er op donderdag-, vrijdag- en zaterdagmorgen om 9.00 uur een meditatief morgengebed. Er is dan op donderdagmorgen geen morgengebed om 7.45uur.

Vieringen in de Goede Week en met Pasen (De meeste vieringen zijn via de livestream te volgen.)

Zondag 2 april Palmпасen

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

Donderdag 6 april Witte Donderdag

Eucharistieviering 19.30 uur. Het koor Sub Tilia zingt.

Vrijdag 7 april Goede Vrijdag

15.00 uur Gezinsviering met bloemenhulde van het kruis (zelf bloemen meenemen)

19.30 uur viering met koor Sub Tilia. Bloemenhulde van het kruis (zelf bloemen meenemen)

Zaterdag 8 april 22.30 uur Gebedsviering bij het begin van de Paasnachtwake. Door de nacht heen zijn er verschillende gebedsvieringen.

PASEN



Zondag 9 april

6.00 uur einde van de Paasnachtwake:

Eucharistieviering met wijding van het nieuwe licht, doopwaterwijding, en vernieuwing van de doopbelofte. Na de viering is er koffie of thee en een broodje.

10.30 uur Pasen eucharistieviering

Maandag 10 april Tweede Paasdag

10.00 uur Eucharistieviering

Hemelvaart

Donderdag 18 mei vieren we het feest van Hemelvaart. De eucharistieviering is om 10.00 u.

Pinksteren



Zondag 28 mei vieren we het feest van Pinksteren. Het koor Sub Tilia zingt in deze viering. Zoals we al jaren gewend zijn, vertellen ook deze keer een aantal mensen uit onze parochie iets over hun inspiratie van waaruit ze gelovig leven.

Vooraankondiging: Jaarmarkt 2023



Na de geweldige markt in 2022 zal er ook dit jaar een jaarmarkt zijn bij de Agneskerk en wel op 10 september 2023.

Een dagje uit met veel activiteiten:

- Fantastische spullen te koop voor een habbekrats
- Groot terras met vele soorten versnaperingen
- muziek
- Kinderspelen
- Loterij met veel fantastische prijzen en met een SUPER HOOFDPRIJS
- Verhuur van kramen; neem dan contact op met iemand van het kernteam.

Dus houd uw spullen nog even vast. De geplande inzameldagen worden nog bekendgemaakt maar zal op een aantal zaterdagochtenden zijn voor 10 september van 09:00 – 12:00 uur bij de Agneskerk aan de St. Agnetenweg.

Ook dit jaar zullen we bij de inname van goederen selectief moten zijn, dus geen PC's, computerschermen, beeldbuis televisies, encyclopedieën, CD's, DVD's, videobanden, grote meubels, ouderwetse sportartikelen, dekbedden, dekens, knuffels, losse glaswerk (wel per 4 of 6 stuks), losse



borden of kopjes, (wel per 4 of 6 stuks), kaspotte of vuile kleding of schoenen.

Een unieke gelegenheid om eens een gezellig dagje uit te zijn en om uw mede wijkbewoners te ontmoeten. Tevens kunt u zich laten informeren over wat de Agneskerk zoal doet. Maar uiteraard is de markt ook bedoeld voor financiële middelen voor de kerk zelf en voor ondersteuning van mensen in onze wijk, direct of via maatschappelijke organisaties.

De Agneskerk als deel van de Parochie H. Stefanus heeft gelukkig enthousiaste vrijwilligers. Of het nu om het onderhoud van de kerk gaat, de organisatie van de kerkdiensten, oud papier ophalen, de organisatie van de jaarmarkt, etc.

Heeft u interesse om mee te helpen met de jaarmarkt neem dan contact op met iemand van het kernteam.

Wilt u een kraam huren, neem dan contact op Hans Dekkers.

Dus graag de 10e september 2023 noteren in uw agenda en vrij houden voor de Jaarmarkt.

Kernteam Jaarmarkt 2022:

Gerda Faaij	06 137 755 94.
Chris Engelaar	06 109 145 50
Paula Klein	06 293 230 67
Hans Dekkers	06 292 278 84

Mail: ta.faay@chello.nl

Facebook:

www.facebook.com/jaarmarktagneskerklindenholt

www.agneskerklindenholt.nl



Bettineke van der Werf



Column

Open staan

Ondanks dat ik baal van regendagen, hagel en sneeuw, zou ik er toch niet aan moeten denken elke dag alleen maar de zon te zien schijnen. Juist in de afwisseling van de seizoenen ligt de mogelijkheid je te verheugen op het komende seizoen. De een zal zich verheugen op de zomer om te genieten van het buitenleven, daar waar de ander zich verheugt op de winter, om lekker binnen met een boek of spel je heerlijk binnen te kunnen vermaken.

Maar nu zitten we in de lente. De ene dag zie je vogels al heen en weer vliegen met nestmateriaal, de ander dag ligt het grasveld vol met sneeuw. Het laat je heel diep beseffen dat jij niet aan het roer van de tijd staat. Jij kunt dan wel proberen om te plannen, en dat is ook goed, maar je bent geen 'baas' over 'alles'. Het doet me denken aan woorden die we in onze gebedsmap hebben staan:

Dat wij onze dagen openhouden voor wat onverwacht kan komen: een ontmoeting, een ontroering door iets moois in een mens, in onze omgeving; voor iets wat goed doet; voor een mens die een woord nodig heeft of ons een ogenblik van vrede schenkt.

Dat we onze dagen openhouden voor wat niet hoeft, wat zomaar komt; voor gastvrijheid en welkom; voor dankzeggen en voor stilte; voor een woord, een gebaar van nabijheid.

Dat we onze dagen openhouden voor God, ook als Hij uitblijft; voor zijn zwijgen en zijn spreken, voor de God over wie wij niet kunnen beschikken.

Wat de tijd waarin we leven ons voor wil houden, lijkt bijna, dat alles maakbaar is. Maar dat is niet zo.

Ziekte overkomt je, een ongeluk overkomt je. Maar ook geluk overkomt je. Het zijn allemaal niet maakbare delen van ons leven. De vraag is of we ons hart open durven te stellen voor het onverwachte, voor elkaar, voor de Ander, juist in onze zo door agenda's geregeerde tijd.

**Bettineke van der Werf,
Agneskerk Lindenholt**

stip

Mensen helpen?

Zorg of hulp nodig?

Mensen ontmoeten?

Vragen over regels en papieren?

Een idee voor de buurt?

STIP IN JOUW BUURT

Lindenholt
Wijkatelier Lindenholt
Zellersacker 1003
ma 13.30-16.00
wo 13.30-16.00
do 13.30-16.00

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

Omdat we samen sterker staan

(Specialistisch)
Maatschappelijk werk
Ouderenwerk
Vrijwilligersprojecten

Sterker ondersteunt iedereen met een vraag, of situatie in het dagelijks leven, die zij zelf niet of niet alleen, kunnen oplossen.

sterker
sociaal werk

www.sterker.nl
088 - 00 11 333

Buurtbewoners Leuvenbroek kiezen acties voor buurtbudget

Om lokale duurzame wijkinitiatieven mogelijk te maken stelde de gemeente Nijmegen 10.000 euro buurtbudget beschikbaar.

In 4 bijeenkomsten bepaalden bewoners hoe dit geld het beste uitgegeven kon worden. Deelnemers bedachten ideeën via dialoogcirkels en werkgroepen en werkten deze uit tijdens de bijeenkomsten.



Leuvenbroek betrekken

Er is door het wijkteam en WILTgroei gekozen voor de wijk Leuvenbroek. Hiervoor werden enkele straten gericht uitgenodigd om het proces behapbaar te houden. Bewoners van de 11e t/m de 19e straat werden uitgenodigd om mee te denken middels een ansichtkaart, een flyer, deur tot deur bezoeken en communicatie op straat.

Tijdens de bijeenkomsten waren bewoners, Bindkracht10 en WILTgroei, de gemeente Nijmegen en vertegenwoordigers van Lindenholt leeft aanwezig.

De volgende ideeën werden bedacht om verder uit te werken: Veiliger verkeer in Leuvenbroek, Koken en ontmoeten in Wijkcentrum De Brack en een Opfleurbest voor Leuvenbroek.

Over het algemeen waren zowel de gemeente als de bewoners positief over deze aanpak:

•“Op die manier met mensen uit je buurt bezig zijn, dat is gewoon heel leuk, en zo merken we dat de gemeente ook dichterbij is dan je denkt. Die mensen zitten op een gegeven moment ook 's avonds aan tafel en denken mee.” (Harry Sanderink)

•“Op zich denk ik dat er in deze aanpak een goede en duidelijke lijn in te ontdekken is, met een resultaat waar iedereen in de buurt achter kan staan.” (Jaco Pasman)

Tekst en foto: Wiltgroei

Wijkcentrum De Brack wordt opgeknapt

Wijkcentrum De Brack krijgt een opfleurbest. Op de locatie komen vruchtenbomen, struiken, een jeu de boulesbaan en bankjes. Inwoners kunnen elkaar hier ontmoeten en leren kennen.

Duurzame bewonersinitiatieven

Nijmegen was 2018 European Green Capital en startte toen een programma met het stimuleren van duurzame wijkinitiatieven. Steden in Europa kunnen de titel 'European Green Capital' voor een jaar winnen wanneer zij bijzondere stappen zetten rondom ecologische, sociale en economische duurzaamheid. Ook dit project in Leuvenbroek is een voorbeeld van een duurzaam bewonersinitiatief.

Bij verduurzamen kan gedacht worden aan duurzaamheidsthema's als 'Klimaat & Energie', 'Biodiversiteit, Natuur & Voedsel' maar ook aan 'Sociale Duurzaamheid'. Het versterken van de sociale basis wordt beoogd als belangrijk effect van het aanjagen van duurzame initiatieven.

Ervaringen bewoners

Alle deelnemers hebben via de mail een vragenlijst ontvangen om het project te evalueren. Uit deze vragenlijst kwam naar voren dat tachtig procent van de deelnemers tevreden was over de manier waarop de keuze voor het gekozen initiatief tot stand is gekomen.

Hetzelfde aantal van de deelnemers was positief over de aanpak van het project. Zij raden het ook aan andere buurten aan omdat het zorgt voor meer onderlinge samenwerking en gezamenlijke verantwoordelijkheid. Ook gaven zij in de evaluatie aan dat de aanpak zorgt voor sociale contacten.

Vernieuwde aanpak

In de aanpak staan de buurtbewoners aan het roer. Dit is een andere aanpak dan de gemeente en de bewoners gewend zijn.

Met een beetje hulp langer thuis

Praktische hulp
Ouderenadvies
Deel de Dag
Veilig wonen



Langer
Thuis
NIJMEGEN

Langer Thuis is er voor
ouderen in Nijmegen die zelfstandig
wonen en dat zo lang mogelijk
op hun manier willen blijven doen.

www.langerthuisnijmegen.nl
088 - 00 17 121

Onderdeel van Sterker sociaal werk

Goed nieuws!

Vanaf 1 maart 2023 kan iedereen in de gemeente Nijmegen gratis luiers en incontinentiemateriaal scheiden.

De gemeente en Dar gaan samen met jou voor minder restafval. Hoe beter jij jouw afval scheidt, hoe minder restafval je overhoudt. Van vieze luiers en incontinentiemateriaal maken wij nieuwe producten. Bijvoorbeeld autobumpers en plastic straatmeubels. Ook winnen we energie. Zo worden vieze luiers, frisse winst!

Meer weten? Kijk op www.dar.nl/luiers



www.dar.nl | info@dar.nl | 024-3716000



Dar®

Fysiotherapie

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

**Algemene fysiotherapie | Manuele therapie | Kindermanuele therapie
Kinderfysiotherapie | Psychosomatische therapie | Haptonomie
Bekkentherapie 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**



Stichting Fietsen Alle Jaren Nijmegen heeft in samenwerking met Stichting de Broederij in 2022 een riksja gekocht en gaat deze in 2023 inzetten voor minder mobiele bewoners uit Lindenholt en Dukenburg. Echter hiervoor zijn vrijwilligers nodig die de riksja willen besturen.

Heb je in je jeugd gedroomd over een functie als piloot dan is dit nu je kans om je aan te melden als vrijwilliger voor het besturen van de riksja in Lindenholt en Dukenburg.

De tijdsinvestering is ongeveer 4 uur per maand.

Je krijgt eerst een instructie voordat je met de riksja op stap gaat.

Heb je interesse meld je dan aan via mail fietsenallejaren nijmegen@gmail.com ter attentie van Jan van Boekholt

Fietsen Alle Jaren Nijmegen biedt mensen die niet langer mobiel zijn, een gratis ritje in de riksja aan. We fietsen bijvoorbeeld met ouderen die nog thuis wonen en met cliënten van woonvoorzieningen en dagbestedingen. Op dit mo-

Gezocht: piloten

ment hebben we in Lindenholt en Dukenburg afspraken met Deel De Dag Lindenholt, Huize Mientje en De Horizon.

De Broederij is een creatieve broedplaats en ontmoetingsplek. De Broederij zorgt ervoor dat mensen zich verbonden voelen met elkaar.

Voor meer informatie over de riksja zie www.fietsenallejaren.nl/nijmegen

Tekst en foto: Jan van Boekholt



Linda van Aken
Voorzitter stichting
Vincentius
Nijmegen



Column

Trots

Armoede in alle vormen, kleuren en smaken Iedereen praat erover...

Alle kranten schrijven erover

Vele praatgroepen ontstaan

Landelijke Politiek, die hier niet de ernst van

inziet maar het gebruikt als politiek instru-

ment, terwijl duizenden mensen niet meer

hun hoofd boven water kunnen houden

Kansongelijkheid, mensen in constante

ziekmakende stress, diep getroffen in hun

bestaanszekerheid door torenhoge prijzen

voor normale boodschappen en energie

In 2024 meer dan een miljoen mensen

onder de armoede grens, om nog niet te

denken aan de kinderen die door deze

armoede 1/0 achter staan

Vreselijk deze tijden, zorgelijk ook.....

Tijd om te stoppen met praten, tijd voor

directe actie, handen uit de mouwen

De gemeenteraad en onze wethouder

'Armoede' John Brom zorgde ervoor dat

wij, Vincentius snel konden starten met het

vullen van kindermonden.

Ontbijttassen inmiddels opgelopen tot aan-

zienlijk hoge aantallen die in samenwerking

met Bindkracht10 uitgedeeld worden op

diverse locaties in Nijmegen

Trots op alle mensen die dit project omar-

men en steunen maar vooral trots op de

vrijwilligers die vanaf 8 uur 's ochtends bezig

zijn om nog dezelfde dag de goed gevulde

gezonde ontbijttassen bij iedereen in huis te

krijgen. Elke week opnieuw....

Trots op de lieve jongens van 's Heerenloo

die keihard meewerken en het fantastisch

vinden

Trots op onze twee stagiaires, de brood-

meisjes.....

Trots op de Sligro en de bakker die ervoor

zorgen dat wij elke week om 8 uur alle voor-

raden aangeleverd krijgen

Gewoon trots dat wij allen in Nijmegen voor

elkaar klaar staan in tijden van nood en

crisis

Laten we met z'n allen de handen uit de

mouwen steken en omkijken naar vrienden,

buren of mensen uit de omgeving, want

armoede kan iedereen treffen.



Omdat wij pas sinds deze zomer onze werkplaats hebben gevestigd in Winkelcentrum Dukenburg, brengen we ons duurzame concept graag onder de aandacht bij bewoners uit Lindenholt en omstreken.

Tuurlijk, je bent al ongelooflijk duurzaam bezig als je fietst. Naast lopen is dit de duurzaamste vervoersmethode. Jaarlijks vinden honderdduizenden (wees)fietsen vroegtijdig hun einde op afvalbergen en in opslagplaatsen. Alleen al in Amsterdam gaat het ieder jaar om 54.000 fietsen. Zonde! Waar fietsen

langs de achterkant stilletjes worden afgedankt, komen er aan de voorkant ieder jaar honderdduizenden nieuwe fietsen bij. De productie en het transport daarvan kost behoorlijk wat CO2-uitstoot en grondstoffen.

Daardoor dachten wij: waarom maken we fietsen kopen niet zo circulair als de trapbeweging die je maakt? Immers: grote delen van de afgedankte fietsen zijn nog prima in orde. Onder het motto 'opknappen boven afdanken' geven wij weesfietsen een tweede kans. We kopen ze in bij verschillende instanties, knappen ze op met goede onderdelen van total loss fietsen en verkopen ze met veel liefde – maar voor weinig geld – weer door. Zo fiets jij naar een duurzamere toekomst!

Bespaar jij schroot door een mooie geheel refurbished & recycled fiets te kopen? Dan spaar je naast het milieu ook je saldo: een Re-Cycled fiets koop je al vanaf € 125,-. Nóg een voordeel: onze reparatiekosten zijn al helemaal laag!

Kom langs op onze werkplaats in Winkelcentrum Dukenburg op nummer 9022.



Komt u ook op de koffie?

M.O.C. biedt in Lindenholt

maandag, woensdag en vrijdag

DAGBESTEDING

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

De koffie, thee en het middageten is gratis.

Heeft u een andere zorg behoefte?

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

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

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

Email: info@thuiszorgmoc.nl

Zwanenstraat 1a 6545 AX

Nijmegen

024-6756760 Info: www.thuiszorgmoc.nl



Fysiotherapie houdt u in beweging!



024-3780991

Ook 's avonds geopend

Fysiotherapie Lindenholt – Ruikes & de Muijnck

- **Ouderen zorg**, geriatric 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 – Geriatric fysiotherapie –
Oedeemfysiotherapie – Oncologische revalidatie

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

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

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

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

Lindenholt KOOKT

Tijdens de week van 'Heel Lindenholt eet SOEP' hebben de Broederij, Wijkatelier en Vincentius op de verschillende locaties de soep verzorgd. Hier zijn veel reacties op gekomen met vooral de vraag naar de receptuur. Hieronder de varianten van Vincentius (Linzensoep) en de Broederij (Courgette soep). Die van het Wijkatelier houdt u tegoe in de volgende editie. (Vegetarische groentesoep)



Linzensoep

Ingrediënten:

- 3 gesnipperde uien
- 3 tenen knoflook fijngenhakt
- 2 tot 3 winterpenen
- Ongeveer een 1,5 theelepel komijn zaad. gemalen of gestampt
- 1,5 twee theelepels paprika poeder
- 1,5 theelepel gedroogde oregano
- zwarte peper
- naar smaak eventueel gedroogde chili vlokken
- 3 tomaten in blokjes gesneden
- een klein blikje tomatenpuree
- 90 tot 100 gr rode linzen
- Ongeveer 3/4 L Groentebouillon
- eventueel een Rode paprika

Zo maak je het:

Uien en knoflook glazig glazen fruiten in een pan. Dat duurt ongeveer 5 minuten, voeg dan wortel en de kruiden toe en dan goed mengen en tomatenpuree en tomaten er aan toevoegen. Eventueel munt kun je er ook nog bij doen. Dan ook weer even laten doorbakken, totdat het allemaal mals en sappig wordt. En dan de linzen erbij met de bouillon. Laat dit aan de kook komen totdat alles zacht is en gegaard. Het geheel met de staafmixer even pureren tot een gladde soep en eventueel op smaak brengen met wat zout of wat groentebouillonpoeder.

Eet smakelijk

Piet Vermeulen / Vincentius



Courgettesoep

Ingrediënten:

- 2 courgettes
- 1 grote ui of 2 kleine
- 2 tenen knoflook
- 1 liter groente bouillon
- 90 gr kruidenkaas, zoals Boursin of Patu rain
- zout en peper

Zo maak je het:

Snipper de ui en snijd de knoflook fijn. Halveer de courgette en snijd ze in plakken. Verhit wat olie of boter in een grote diepe pan en bak de ui en knoflook in 5 minuten zacht. Voeg de courgette toe en bak een minuut mee. Schenk de bouillon erbij en zorg dat de courgette net onder staat. Bij mijn pan is dit ongeveer een liter. Breng aan de kook, doe de deksel op de pan en zet het vuur laag. Laat hem ongeveer 15 tot 20 minuten koken tot de groente zacht is. Zet het vuur uit en blend alles met een staafmixer tot een gladde soep. Zet het vuur weer aan op een laag pitje en schep de kruidenkaas door de soep. Blijf net zo lang roeren tot de kruidenkaas in zijn geheel mooi is opgenomen. Proef even en breng eventueel op smaak met zout en peper. Verdeel over de borden of kommen.

Eet smakelijk

Anneke Joosten / Broederij



Victoria
Lammerinks-Montis



Column

To see or not to see

Gezond zijn en ouder worden in Lindenholt. Het blijven onderwerpen waar veel mensen in onze wijk over praten en nadenken. Want waar kun je terecht als je ouder wordt en je niet gelijk al je bekenden, vrienden of familie achter wilt laten.

Tijdens onze redactievergadering komt het onderwerp PSA* waardes op tafel. En laten we wel wezen; wie kent er niet iemand in zijn omgeving die een vreselijke ziekte heeft of iemand al verloren heeft. We zijn er even stil van.

Ik ben één van de jongsten in onze redactie, maar bevolkings- en preventieonderzoeken zijn ook mij niet vreemd. Ik weet niet hoe u hierover denkt, maar persoonlijk vind ik dat deze onderzoeken er eigenlijk eerder en ook langer zouden moeten zijn. Als je 75 jaar bent val je buiten de doelgroep, ben je dus niet meer belangrijk genoeg en krijg je geen oproep meer voor de genoemde onderzoeken.

Is dit misschien ook de reden waarom je in Lindenholt niet zomaar een zogenaamde aanleunwoning kunt bemachtigen? Denken de gemeente en woningstichtingen dat het beter is om oude mensen desnoods maar gewoon in hun eengezinswoning te laten blijven wonen? Mocht je aangeven dat je graag kleiner en gelijkvloers wil wonen, mag je eerst de steen strips uit de 80's en al de schrootjes en het bloemetjesbehang verwijderen. Tja, hoe je dat op 75-jarige leeftijd met alleen maar een AOW-tje moet gaan doen, wordt er niet bij vermeld en zo blijven eengezinswoningen in Lindenholt bezet tot de bewoner tussen 6 plankjes het huis uitgedragen wordt. En kunnen de jongeren als gevolg daarvan ook niet verder.

Ik zie het misschien allemaal niet meer zo scherp, ook ik word ouder. Recent heb ik mijn eerste multifocale bril aangeschaft, maar mocht u mij zien zonder bril dan heb ik of mijn lenzen in of wil ik een dag gewoon niet alles meer zo scherp zien..

*Een PSA-waarde hoger dan 3 kán een aanwijzing zijn voor prostaatkanker

Kleine zelfstandigen in Lindenholt onder de aandacht:

De Ondernemer

Lindholt Leeft interviewde Robert Wienia van het pas opgerichte bedrijf Lockpartner



Waarom ben je ondernemer geworden?

Na drieëntwintig jaar bij het CBR als team-leider wilde ik iets totaal anders gaan doen. Na overleg met mijn werkgever kreeg ik een financiële vergoeding om iets voor mezelf op te starten. Ik ben 58 jaar en wist meteen dat ik het liefst nog iets met mijn handen zou gaan doen de komende jaren alleen wist ik nog niet precies wat.

Ik wil graag zelfstandig zijn, ben handig en wil iets creëren, ik houd van fijne technische werkzaamheden. Eigenlijk had ik meubelmaker moeten worden. Het afgelopen jaar ging ik regelmatig mee met mijn broer die al twintig jaar met succes in de business van inbraakpreventie zit. Hij moedigde mij aan om het ook te gaan doen. Hij is nu feitelijk mijn praktijkmentor. Hij ziet dat ik het in de vingers heb.

Sinds oktober werk ik zelfstandig en de eerste klanten komen uiteraard uit de buurt.

Wat is jouw doel?

Ik wil graag woningen beveiligen met het Politie Keurmerk Veilig Wonen, PKVW. Ik richt mij primair op klanten binnen een straal van tien à vijftien kilometer.

Hoe kwam je aan die kennis? Is daar een cursus voor?

Ik heb bij het KIWA in Culemborg een training gedaan en ben daarvoor geslaagd. Maar dan ben je nog steeds niet gecertificeerd. Ik moet vlieguren maken op korte termijn en het KIWA adressen laten zien waar ik voor gewerkt hebt. Dan word ik ook vermeld op de website van het Politie Keurmerk.

Mensen die zoeken naar beveiligingsbedrijf komen dan snel bij mij terecht.

Hoe werd je ondernemer?

Ik ging naar de KVK om me in te schrijven en ik verzon uiteindelijk een mooie naam. Dat valt nog niet mee want het mag bijvoorbeeld geen merknaam zijn en dus niet bij het merkenbureau vastgelegd zijn. Voor de boekhouding had ik al een accountant. Verder kun je veel zelf doen zoals de facturatie en het onderhouden van een website.

Hoe kom je aan naamsbekendheid en hoe heb je dat aangepakt?

Ik ben dus heel kleinschalig begonnen in de buurt. Ik loop veel buiten en praat met veel mensen. Verder heb ik mooie flyers gemaakt. Ik zie, als ik buiten ben, veel huizen waar wel wat aan beveiliging zou gedaan kunnen worden. Verder is er natuurlijk de mond-tot-mond reclame.

Waarom inbraakpreventie?

Voor het beveiligen van hun woning moeten mensen eerst getriggerd worden want "ach, het gaat toch al twintig jaar goed?". Het is eigenlijk een soort verzekering die je koopt, noodzakelijk, maar je geeft er liever niet teveel geld aan uit.

Alle huizen van voor het jaar 2000 zijn van een andere normering die destijds als veilig gezien werd. De voordeuren hebben nog een enkel slot, terwijl een nieuwbouwhuis altijd een driepuntslot heeft. Dit is voor een inbreker veel lastiger. De bedoeling is om het hem moeilijk te maken. Helemaal 100% uit te sluiten is een inbraak niet. Maar als je weet dat van alle inbraken 90% een gelegenheidsinbraak is, dan zet je dat te denken. De dief ziet een raam of deur open, kijkt naar binnen en ziet een laptop of telefoon op tafel. Als hij langer bezig om het de woning te komen, druipt hij snel af. Maar ze zijn ook brutaal. Ze bellen gewoon aan om te zien of iemand niet thuis is. Is dat wel zo dan hebben ze een smoes over een adres voor Marktplaats of dergelijke.

Wat zijn de kosten?

Een voordeur voorzien van een driepuntssluiting kan al vanaf 445 euro. Een raam extra beveiligen komt op ongeveer 100 euro per raam.

Is er concurrentie?

Hier in Nijmegen zijn er maar twee bedrijven. met PKVW certificering. Op 60.000 woningen

is dat geen probleem. Er zullen ook wel meer bedrijven die hangen sluitwerk plaatsen maar dat is niet altijd conform de eisen.

Een eenvoudig extra slot plaatsen kan een handige doe-het-zelver ook wel, maar voor driepuntssluitingen heb je kennis en specialistisch gereedschap nodig en dan kom je al gauw bij de vakman uit.

Tips

- Nummer een is goed hang en sluitwerk.
- Doe automatisch de lampen aan 's avonds als je weg bent.
- Een alarminstallaties kan helpen maar als een inbreker gewoon zo binnen is en ook weer zo buiten heb je daar niets aan. Ze komen niet om die Van Gogh; het gaat ze echt om de mobieltjes en de laptop en dat soort dingen.
- Altijd alles goed afsluiten, als je de woning verlaat.
- Laat je burens weten als je een paar dagen weg bent.
- Als je nog wat langer bent weg bent dan bijvoorbeeld het gras laten maaien en zorgen dat de brievenbus niet uitpuilt.
- Parkeer een auto op de oprit.
- Zorg voor een goede buitenverlichting.
- Sociale controle is belangrijk als je met je hond door de wijk loopt.
- Als je woning helemaal is ingesloten door hoge hagen, zorg dat er toch een beetje zicht is.

Tot slot: maak een afspraak met mij voor een gratis, vrijblijvende woningscan, dan weet je waar je aan toe bent.

Voor meer informatie zie www.Lockpartner.nl
Tekst; Silvano Orvini
Foto's; Lockpartner



Davy op de Dijk is BOA (buitengewoon opsporingsambtenaar) in Lindenholt

Hij is 37 jaar, en woont nu samen met zijn gezin in Ewijk. Hij werkt al een jaar of tien voor de gemeente Nijmegen, daarvoor in de beveiliging, zoals zo veel van zijn collega's.

Uiteraard na een gedegen opleiding is hij uiteindelijk bij de afdeling Handhaving aan de slag gegaan. Wanneer er gevraagd wordt waarom hij voor dit beroep heeft gekozen antwoordt hij: 'Omdat ik het leuk vind om mensen te helpen. De vraagstukken die wij krijgen, zijn vaak echt heel interessant en soms moet je ook dingen uitzoeken, uitpluizen. Noem het maar een stukje sociaal hulpverlening en dat vind ik mooi om te doen. Daarentegen ben ik ook wel iemand met een groot rechtvaardigheidsgevoel. De handhaving op de wet, zeg maar, is echt mijn ding. Al met al een mooie combinatie.'

Domein 1

Hij is een BOA in domein 1 zoals dat wordt genoemd. BOA domein 1 is vooral bezig met de leefbaarheid; de openbare ruimten. Je moet dat wel op de hoogte zijn met alle wetten en voorschriften die in Nederland hiervoor gelden. Davy: 'Je hoeft niet alles uit je hoofd te kennen, je zoekt alles eerst goed uit zodat je beslagen ten ijs komt.'

Het meest aantrekkelijke van het werk is het werken in de wijken, het buiten zijn. 'Ik ga naar buiten met een doel om te kijken wat ik die dag voor Lindenholt kan betekenen, daarbij ben je altijd aanspreekbaar. Vaak zie je wel wat op je pad komt. De inwoners van Lindenholt kunnen hun problemen ook melden aan de Gemeente. Daar hebben we ook een app voor. Deze app heet Meld & Herstel en is te downloaden uit de Play store & Apple store.'

De meldingsbereidheid van de inwoners speelt hier een grote rol in. De meldingen die hierin staan pakken wij dagelijks op en ons streven is deze binnen 5 dagen op te lossen. Maar het is vooral mooi om gewoon buiten te zijn en te zien wat je tegenkomt, wat voor mensen krijg ik te spreken?'

Samenwerking

Eind november vorig jaar heeft Davy Openbare ruimte Lindenholt toegewezen gekregen, en werkt veel samen met collega's Merel en Niels. Het werk is zeer gevarieerd en Davy moet lachend terugdenken aan het stelletje dat in de

auto de liefde bedreef. 'Op zich is dit niet toegestaan.'

Maar bijvoorbeeld bij drugsoverlast of illegale prostitutie schakel je met de politie, wanneer het gaat om echtelijke ruzies, onenigheid met burens, en meldingen over vechtpartijen tussen personen pakken wij in eerste instantie zelf op. Hierin ben je dan meestal een scheidsrechter. Meestal is het al voldoende wanneer je met de mensen in gesprek gaat waarbij je dan toch probeert te bemiddelen en uiteindelijk loopt het vaak goed af, maar dat is niet altijd zo. Dan wordt het een zaak om met de politie te schakelen. Daar werken we heel nauw samen mee en wisselen we veel informatie met elkaar uit. Zo liep ik laatst tegen een zaak aan van dumping van huisvuil en lachgas. Dat is besproken met de Politie en dan kan het zijn dat we samen optrekken om met alle betrokken partijen het gesprek te voeren om zo uiteindelijk de overlast te stoppen en de personen te helpen die dat nodig hebben. Laatst ben ik ook met de wijkagent Penny een ochtend op stap geweest, van zulke dagen leer je veel van elkaar.'

Veranderingen

Het werk van de BOA is in de loop der jaren ook wel wat veranderd. De maatschappij lijkt meer en meer te verharderen en dan komt het aspect van de persoonlijke veiligheid van de BOA flink onder een vergrootglas te liggen. Davy: 'Door de huidige minister van Veiligheid en Justitie is er vorig jaar een brief geschreven naar de Tweede Kamer. Daarbij gaat het vooral om de verdere professionalisering van de buitengewoon opsporingsambtenaren. Er moet gewoon meer duidelijkheid komen over wat is er nodig, haalbaar en wenselijk? Momenteel zijn we uitgerust enkel met handboeien, of dit in de toekomst anders zal zijn? De tijd zal het ons leren.'

Toekomst

Vraag is of Davy uiteindelijk de overstap naar de Politie gaat nemen?

'Ik heb die ambitie nu niet. Maar zeg nooit, nooit. Op dit moment zijn de werktijden dusdanig dat ik voldoende tijd met mijn gezin kan doorbrengen en dat is voor mij ook bijzonder belangrijk. Op dit moment wil ik vooral in het nu leven. Wat er later op mijn pad komt zie ik dan wel weer.'



Tot slot: Lindenholt

'De korte tijd dat ik hier in de wijken ben, zie ik die zoals ik die ken van vroeger. Maar ik zie ook wel dat er achter de voordeur veel afspeelt. Het is daarbij fijn te merken dat mensen goed benaderbaar zijn. Ik probeer zo veel mogelijk met bewoners te praten.'

Lindenholt is een mooie wijk met uiteenlopende verschillende etnische / culturele achtergronden, maar dat vind ik mooi. We kunnen veel van elkaar leren wanneer we daar open voor staan. Wat daarbij beroepsmatig voor mij als heel belangrijk geldt, is handelen vanuit medemenselijkheid. Interesse voor het anders zijn van de medemens. Weet je, we zijn allemaal gewoon-tedieren. Wij doen veel dingen omdat we ze altijd al zo doen, of omdat we dat op die manier aangeleerd hebben. Soms vergt dat wat aanpassingsvermogen om elkaar beter te begrijpen en daar proberen wij soms wel een beetje in bij te sturen. Ik denk vooral dat het belangrijk is dat je menselijk bent en inderdaad vooral het gesprek aangaat. Als professional moeten we in bepaalde situaties de mensen soms, zoals wij dat noemen, een beetje bijsturen, dat hoort erbij. Zo is dat nu eenmaal, ook hier in Lindenholt.'

Tekst en foto: Gerard van Bruggen



Lindenholt maakt Geschiedenis

HET GRIJZE BOERDERIJTJE AAN DE BROEKSTRAAT deel 2

In de vorige editie van Lindenholt Leeft heb ik het vooral gehad over de staat van de oude boerderij. In deze editie het vervolg



Omdat aan de buitenzijde de oorspronkelijke stenen niet konden worden hergebruikt, zijn er al gebruikte stenen uit 1800 aangekocht. Deze stenen zijn door de gemeente goedgekeurd voor hergebruik in de boerderij. Er komt in de toekomst geen grijze cement meer tegenaan.

De toekomstige bewoners, Michel en Tamara, zijn er ook op gebrand om de omgeving van het huis terug te brengen in de oude staat, met fruitbomen, een moestuin en een fraaie tuin.

DE NIEUWE WONING

Verkoop-voorwaarden

De verkoop van het huis wilde aanvankelijk niet vlotten. Gemeente Nijmegen wilde in eerste instantie dat de boerderij gerestaureerd zou worden, maar uiteindelijk bleek de woning hiervoor in een te slechte staat.

Vanaf dat moment heeft het Monumenten Advies Bureau uit Nijmegen een cruciale rol gespeeld.

Het bureau heeft in een rapport de monumentale waarde en de bouwkundige staat verwoord en geadviseerd hoe nu verder. Dat heeft een grote rol gespeeld bij het uiteindelijke plan met betrekking tot herbouw en uitbreiding.

Het rapport is terug te vinden op de site "Lindenholt maakt Geschiedenis"

Uiteindelijk hebben de toekomstige bewoners, Tamara en Michel de vergunning voor herbouw verkregen.

De nieuwe bewoners mochten het boerderijtje "demonteren" zolang ze ook garandeerden dat het huis zo veel mogelijk in oorspronkelijke staat werd teruggebouwd met oorspronkelijke materialen die nog herbruikbaar waren. Van belang waren hierbij de nokhoogte, de goothoogte, het halletje, voorkamer en schuiframen.

Schuurwoning

Daarbij moest het tweede, aangebouwde deel vooral modern en contrasterend zijn ten opzichte van het monumentale huis en daarom is gekozen voor een "schuurwoning" met een brede gang als verbinding naar het oorspronkelijke huis. De schuurwoning moest wel ondergeschikt zijn, m.a.w. de nokhoogte van de aanbouw moest onder die van het boerderijtje blijven want het boerderijtje moet het hoofdbouw blijven.



Zij kijken er naar uit om straks een nieuw begin te kunnen maken in deze wijk en in dit huis – een nieuw begin voor ons maar ook voor het boerderijtje, aan één kant geworteld in het verleden maar nu weer goed voorbereid op de toekomst.

Op naar de volgende 200 jaar!

Voor meer details over de monumentenstatus, zie de monumentenlijst van Nijmegen. Of zie www.lindenholtmaaktgeschiedenis.nl

Auteur: Wim Zegers en Tamara Verhoeven
Foto's: Lindenholt maakt geschiedenis



Besiendershuis en Regionaal Archief Nijmegen zijn verheugd om aan te kondigen dat zij dit jaar voor de vierde keer een *Collage van de stad* gaan samenstellen. Alle Nijmegenaren worden uitgenodigd om op zondag 23 april een foto van de stad te maken vanuit hun eigen voordeur, en deze in te sturen. Al deze foto's samen vormen één beeld van Nijmegen anno 2023. Na drie Collages beginnen nu de subtiele veranderingen in de stad van de afgelopen jaren aan het licht te komen.

De eerdere Collages zijn te zien op de website van het Besiendershuis, www.besiendershuis.com.

Historische atlas

Nieuw dit jaar is dat je foto mogelijk onderdeel wordt van de Historische Atlas van het Regionaal Archief. De Historische Atlas is een digitale atlas waar je veel informatie terug kunt vinden die met de geschiedenis van Nijmegen te maken heeft. Zo staan er veel historische kaarten en luchtfoto's op, zodat je de ontwikkeling van de stad door de eeuwen heen goed kunt volgen. En nu ook een selectie van Collage-foto's van de afgelopen drie jaar! De Historische Atlas vind je hier: <https://kaart.nijmegen.nl/historie>. De Collage-foto's staan onder het kopje 'Historische (lucht)foto's'.

Nijmegen is méér dan het centrum

Als er iets is wat de Collage duidelijk maakt, is dat Nijmegen méér is dan alleen het centrum. Vanuit alle wijken van de stad worden foto's ingestuurd, en allemaal geven ze een blik op Nijmegen vanuit een ander perspectief. Om de Collage in alle hoeken van de stad onder de aandacht te brengen, krijgen één wijk en één straat dit jaar bijzondere aandacht.

De **focuswijk** dit jaar is:

De Kamp in Lindenholt,

een groene jaren '70 wijk langs het Maas-Waalkanaal. De **focusstraat** is de Italiëstraat in Lent, waar in de omgeving ontzettend veel ge-

bouwd wordt. Grote kans dat je hier binnenkort de posters van de Collage gaat tegenkomen!

Winactie

Als deelnemer maak je dit jaar kans op bijzondere prijzen. Topfotograaf Karsten Russ, bekend van zijn fantastische foto's van de stad, én winnaar van de National Geographic publieksprijs 2022, stelt een prachtige foto van Nijmegen beschikbaar, die op groot formaat wordt afgedrukt en ingelijst door Foto Verweij, dé fotowinkel van Nijmegen. Ook zijn er twee puzzels en twee kalenders met foto's van Karsten Russ te winnen. Deze vijf prijzen verloten we onder alle deelnemers.

Doe ook mee!

Je doet mee aan de *Collage van de stad* door de volgende stappen te volgen:

1. Open op zondag 23 april je voordeur* en ga op de drempel staan.
2. Maak vanuit die positie een liggende foto (met een camera, of je mobiele telefoon) recht vooruit naar buiten.
3. Stuur de foto in naar **collagevandestad@gmail.com**, onder vermelding van je adres (straatnaam, huisnummer en postcode).
4. (Optioneel) Deel je foto op social media met de hashtag #collagevandestad!

Je foto is te zien in de collage op de website van het Besiendershuis en wordt ter beschikking gesteld aan het Regionaal Archief Nijmegen. Alleen straatnaam en huisnummer worden bij de foto gedeeld, geen naam of andere persoonlijke gegevens. Alleen foto's die zijn gemaakt op 23 april 2023 worden meegenomen in de Collage.

*Kies bij voorkeur de voordeur die naar buiten leidt. Dat mag bijvoorbeeld ook de voordeur van het appartementencomplex zijn waar je woont.

Wethouder Jean-Paul Broeren opende zaterdag 11 maart in het wijkcentrum de Brack de nieuwe dierenvoedselbank.



De meeste mensen kennen een voedselbank wel. Maar een dierenvoedselbank, dat is voor veel mensen iets nieuws.

Diana Stevens is begonnen met de voedselbank. Zij doet dit met ontzettend veel plezier en vond de opening super. Jean-Paul Broeren, wethouder van dierenwelzijn: "Het is natuurlijk mooi om als wethouder hierbij te mogen zijn. Heel veel enthousiaste mensen, en dat doet een wethouder altijd goed!"

Voedselbank voor dieren

Een dierenvoedselbank is iets dat niet veel mensen kennen.

"Een dierenvoedselbank is eigenlijk voor de mensen die rondom de armoedegrens leven. Dus

dan praten we erover of ze al bij de voedselbank lopen en onder bewind staan. Dan komen ze ook hier in aanmerking." Bij de dierenvoedselbank kunnen mensen terecht voor pakketten met voedsel en verzorgende producten voor huisdieren.



Locatie

Voor een locatie is het wijkcentrum de Brack geworden. Diana: "Het is ons aangeboden en dus zijn we gaan kijken. Als eerste reactie vond ik het een beetje klein. Maar aan de andere kant had ik zoiets van; Alles is beter dan buiten staan." Diana is uiteindelijk erg tevreden over hun onderkomen "We hebben het een beetje aangekleed en om heel eerlijk te zijn ben ik gewoon echt mega blij." Wethouder Jean-Paul Broeren is ook erg tevreden dat de dierenvoedselbank deze locatie heeft gevonden. "Dat we ze nu hebben kunnen onderbrengen in dit wijkcentrum, dat is gewoon helemaal goed voor de mensen en voor de wijk."

Tekst: Gerard van Bruggen en foto: RN7

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

