

Lindenholt Leeft

Info-magazine voor alle inwoners van Lindenholt - 10e jaargang - nummer 3 - juni 2019

**zondag
16 juni 2019**

Dag van
LINDENHOLT

**zaterdagavond
15 juni VijverPOP**



Colofon

Lindholt Leeft is een onafhankelijk magazine voor het stadsdeel Lindenholt. Het verschijnt zes keer per jaar. Het blad 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: redactielindholtleeft@gmail.com

Redactie

Gerard van Bruggen (hoofdredacteur)
Jan ten Dam
Victoria Lammerinks-Montis
Theo Vermeer
René Verriet
Gemma Sanders
Veronique Franken

Foto's

Zie bij de artikelen

Vormgeving

Gerard van Bruggen
René Verriet
Jan ten Dam

Drukwerk

Drukkerij Hendrix / Oplage: 7500 stuks

Bezorging

Op alle adressen in Lindenholt met uitzondering van de adressen met een NEE-NEE sticker door Axender Cuijk.

Klachten over bezorging: (0485) 319050 of

E-mail: kwaliteit.zuidoost@axender.nl
vergeet niet uw postcode en huisnummer te vermelden

Volgend nummer

Kopijsluiting: **zondag 21 juli**

Verspreiding: **woensdag 24 augustus**



Inhoud

Juffendag	3
Roodalg in Lindenholt	3
IVN gidsen doen examen in Lindenholt	4
Column Bettineke van der Werf	6
Lintje voor René van Berlo	7
Column René Verriet	7
Snoeties	8
Column Annet Hogenbirk	8
Nieuwe aanpak begeleiding Wmo	9
SLAK	9
Column Gemma Sanders	10
Uitnodiging Bewoners overleg BOL	11
Koningsdag Lindenholt 2019	13
Koningsspelen 2019 op Lindenhoeve	13
Column Victoria Lammerinks - Montis	13
Mike van Raaij modelspoorwegbouw	14
Voorstellen Kinderraad Lindenholt	15
Column Raafat Monther	16
Actie tegen winkelwagenprobleem	17
Jaarmarkt 2019 Agneskerk Lindenholt	17
Cruyff Courts 6 vs 6	18
Maud; 1000 mensen schoon drinkwater	19
Lindholt DOET	20 - 23
Lindholt Loopt	25
Vernieuwing Winkelplein Leuvenbroek	25
Met de SOR op (kinder) vakantie	27
Bizim Market; nieuw in Dukenburg	29
Knarsend grind	30
Vergeten verleden	31 - 33
Mondial Gouden Schoolkantine Schaal	35
Docenten volleybalteam Mondial	35
Tafeltennissen, iets voor jouw?	36
Tennisvereniging Lindenholt 40 jaar!	36
Hartjes	36
Struinbulletin	37
Maike Janssen eerste kinderboek	38
Fotopagina	39

Voor advertentietarieven, mogelijkheden voor publicatie en de complete planning voor 2019, ga naar

www.Lindholtleeft.nl

Afhaalpunten Lindenholt Leeft

- Wijkcentra: De Brack, Kampenaar en Wijkatelier Lindenholt (WAL)
- Jumbo Leuvenbroek
- Spar St. Agnetenweg
- Agneskerk Lindenholt
- Vincentius Horstacker / Voorstenkamp
- Bibliotheek Dukenburg
- Wijkgezondheidscentra
- Brede school de Lindenhoeve
- Creatieve broedplaats: De Broederij

De bladen op de afhaalpunten zijn verkrijgbaar rondom de verspreidingsdata.

Lindenholt Leeft is het wijkblad voor de inwoners van Lindenholt. Het wijkblad wordt huis-aan-huis bezorgd bij ca. 6000 huishoudens. Dat is een lezerspotentieel van ca. 16000 lezers!

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

Ook is het mogelijk het artikel te up-loaden via de website www.lindholtleeft.nl of te versturen naar het redactieadres (zie colofon) De redactie behoudt zich het recht kopij aan te passen, in te korten of zonder opgave van reden te weigeren

Wanneer u het artikel naar een u bekend e-mailadres van een redactiemedewerker stuurt, betekent dat nooit dat het automatisch wordt geplaatst in het blad.

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 LOS aanleveren minimale grootte 1 MB

Let op: er is roodalg geconstateerd in een vijver in Lindenholt, dichtbij de Sint Agneten weg.

Roodalg is te vergelijken met blauwalg. Deze algen zijn giftig voor mens en dier. Het kan maag-, darm- of huidklachten veroorzaken. Probeer contact met het water te vermijden.

Op de plekken waar roodalg is gevonden zijn borden geplaatst.

Let op: er is roodalg geconstateerd in een vijver in Lindenholt, dichtbij de Sint Agneten weg.

Roodalg is te vergelijken met blauwalg. Deze algen zijn giftig voor mens en dier. Het kan maag-, darm- of huidklachten veroorzaken. Probeer contact met het water te vermijden.

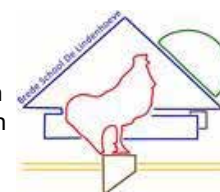
Op de plekken waar roodalg is gevonden zijn borden geplaatst.



Juffendag 2019; door en voor kinderen!

Tijdens Juffendag op Brede school de Lindenhoeve hebben de kinderen genoten van de stuivertjesmarkt. Er was een groot springkussen, er werden spulletjes van thuis verkocht, er werd geschminkt, de nagels werden gelakt, tattoos gemaakt, cakejes en ranja verkocht, spelletjes gespeeld en nog veel meer. Ook waren alle ouders uitgenodigd om ook gezellig een kijkje te komen nemen. Kinderen van de bovenbouw zorgden voor een kopje thee en koffie voor de ouders en opa en oma's. Een zeer geslaagde feestelijke dag! Op naar volgend jaar.

Tekst en foto: Nathalie Mulders



Anne Hoekstra (m)
Gecertificeerd/gediplomeerd (sport)masseur in Hees

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

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



Happy voet Maryam Moini

Pedicure / Medische pedicure / Voetreflextherapie* / **STOELMASSAGE** / Manicure / Gelak / Epileren
*wordt vergoed door sommige zorgverzekers

Alle zorg voor uw voeten
Vriendelijk geprijsd

Ook voor ambulante pedicure bij u thuis

mmoini@hotmail.com
De Gildekamp 1114
6546 LH Nijmegen
06 85533800

nagelknippen
celt en bladoorns verwijderen
klovenbehandeling en
voetmassage

IVN gidsen doen examen in Lindenholt



Ton Ebben geeft uitleg aan de groep

Natuur kan de mens enorm veel bieden: een gezonde omgeving met veel zuurstof in de lucht en ruimte om te wandelen en te fietsen. Door natuur kun je je ontspannen en de dagelijkse zorgen even van je laten afglijden. Een wandeling door de natuur kan je helpen tegen somberheid en is goed tegen COPD, diabetes en nog vele andere ziekten.

IVN

Ondanks al die voordelen neemt de aandacht voor de natuur steeds meer af. We zitten liever achter een beeldscherm(pje) dan dat we naar buiten gaan en in beweging komen. De IVN is een natuurorganisatie in Nederland die daar verandering in probeert te brengen.

“IVN laat jong en oud beleven hoe leuk, gezond én belangrijk natuur is. Dat doen we met natuuractiviteiten, cursussen, projecten en campagnes. Zelf leren en doen staan altijd centraal.” aldus de website van de IVN. Het IVN organiseert ook regelmatig wandelin-

gen door de natuur onder begeleiding van een of meer natuurgidsen. Natuurgidsen zijn vrijwilligers die met een groep mensen de natuur intrekken en onderweg uitleggen wat er te zien en te horen is. De natuurgidsen worden door het IVN zelf opgeleid. Hiervoor worden cursussen georganiseerd, die anderhalf jaar duren. De cursus wordt afgesloten met een praktijkexamen.

Ton Ebben en Louis Boons deden mee aan de cursus en organiseerden op 23 april een excursie door een deel van de natuur in Lindenholt.

De Cursisten Ton en Louis

Ton Ebben (69) ziet er precies uit zoals je je een natuurgids voorstelt. Iemand die veel met en in de natuur bezig is. En dat klopt ook wel. In zijn werkzame leven werkte hij als werkcoach bij het UWV en bij de vakbond. Maar na zijn pensioen kon hij zich helemaal gaan richten op de liefde voor de natuur. Hij werkt al jaren als vrijwilliger bij de Nijmeegse afdeling KNNV, de voorloper van het IVN. Dit jaar gaat hij een wandelvakantie maken, waarbij hij de grenzen



Ton Ebben



Louis Boons

van Nederland gaat volgen, uiteraard zoveel mogelijk door de natuur.

Louis Boons (65) was voorheen politieagent, maar raakte door alle regeltjes in dat werk gefrustreerd en maakte een overstap naar maatschappelijk werker. Hij las een advertentie in de krant waarin het IVN mensen zocht die de cursus voor natuurgids wilden volgen. Niet gehinderd door enige kennis van de natuur, dacht Louis 'dat lijkt me wel wat' en meldde zich aan.

De cursus was pittig. Van de 45 mensen die startten bleven er uiteindelijk 32 over. Gedurende 1,5 jaar werd er ca 3-5 uur per week besteed aan de cursus. Eens in de 2 weken was er een avond klassikaal les in een gebouw van de HAN. Daarbij werd er niet alleen theoretische kennis over flora en fauna gegeven, maar werd er ook aandacht besteed aan hoe je je als gids presenteert en hoe je jouw kennis overdraagt aan een deelnemer van de excursie.

Daarnaast dienden de cursisten ook vele excursies bij te wonen en dat was niet altijd in de fijnste weersomstandigheden, zo verklaart Louis. Maar een IVN excursie gaat altijd door! Ook maakten de 2 cursisten een verslag van de studie die zij gedurende 9 maanden verrichten in de Hatertse en Overasseltse vennen.

De excursie

Louis loopt elke dinsdagmiddag mee met een groep wandelaars uit de wijk. Die groep leek ideaal om de examenexcursie aan te geven, dus maakte Louis een flyer, waarin hij de wandelaars uitnodigde voor zijn (en Tons) eindexamen: een excursie door de mooie natuur van Lindenholt. De excursie werd gevolgd door een gecommiteerde van het IVN, die uiteindelijk uitsluitsel moest geven of Ton en Louis geslaagd waren.

De groep liep vanuit Vincentius naar de kinderboerderij waar ze opgewacht werden door Ton, Louis en de gecommiteerde. Ton en Louis vertelden allereerst iets over het ontstaan van de grondlagen in Lindenholt, waar vroeger allerlei waterstromen liepen. Die grondlagen zijn bepalend geweest voor hoe Lindenholt er nu uitziet. Er zijn delen van Lindenholt waar de onderlaag niet stevig genoeg is om te bouwen. Daar kon dus ruimte gegeven worden aan de natuur



Vogels spotten



Louis deelt vogelplaatjes uit

Als we gaan wandelen langs de centrale vijver "de Ontmoeting", wordt ons gevraagd wat het verschil is tussen een ooievaar en een reiger als zij vliegen. Een lolbroek in de groep roept dat een ooievaar meestal een baby met zich meedraagt. Tja, daar moet je als natuurgids ook mee kunnen omgaan. Nee het goede antwoord op de vraag is dat een ooievaar met gestrekte hals vliegt en een reiger met ingetrokken hals.

We krijgen mooi geplastificeerde A4-tjes met de afbeeldingen van vogels uitgereikt. Welke van deze vogels zien jullie hier op de vijver terug? Er worden er 4 a 5 herkend, o.a. de Canadese gans, de grauwe gans en de zogenoemde soep gans.

Weer even later staan we bij een dikke boom. Louis legt ons uit hoe je de leeftijd van die boom kunt schatten zonder deze om te zagen om de jaarringen te tellen. Hij heeft daarvoor een eenvoudig meetlint bij zich: een touwtje met om de 50 cm een knoop. Iemand houdt op borsthoogte het touwtje tegen de boom gedrukt, waarna Louis om de boom heen loopt om de omtrek te meten. Die is bij benadering 350 cm. De leeftijd is deze omtrek gedeeld door 2,5. Deze boom is dus ongeveer 140 jaar oud!

Ik zie onderweg vanuit mijn ooghoek de gecommiteerde driftig aantekeningen maken in zijn notitieblok, oh jee als dat maar geen vervelende gevolgen heeft voor Ton en Louis. We zijn inmiddels aangekomen bij de Smalle Steeg, het oudste straatje van Lindenholt, dat oorspronkelijk een verbinding vormde tussen de Broekstraat en de Teersdijk.

We vervolgen de route daarna langs de rand van Holtgesbroek. Onderweg wordt nog even gedemonstreerd hoe je vrij eenvoudig de hoogte van een boom kunt meten. Daarvoor kun je een zogenaamd neuskruis gebruiken. Dit zijn 2 stukken hout die samen de letter T vormen. Ga bij de boom staan en loop met stappen van ongeveer een meter van de boom af. Houdt het neuskruis nu tegen je neus (zie foto) en richt het op de boom. Als

het bovenste topje van het kruis gelijk valt met de top van de boom is het aantal stappen dat je verwijderd bent van de boomstam gelijk aan de hoogte van de boom in meters.



Boomhoogte meten met een neuskruis

Even later komen we aan bij een boomgaard (gelegen achter het Mondial college) In de boomgaard staan bomen van 60-80 jaar oud. Het zijn zogenaamde hoogstambomen, die tegenwoordig niet meer gebruikt worden, omdat het oogsten van het fruit bij deze bomen te arbeidsintensief is. Er zijn in de boomgaard meer dan 20 verschillende appelsoorten te vinden, die vrij geplukt mogen worden. De boomgaard wordt onderhouden door vrijwilligers van het IVN.

Afsluiting



Ontvangst in Vincentius

We sluiten de excursie af bij Vincentius, die voor ons speciaal de deuren openen en ons onthalen met koffie en thee. Het was een leerzame en geslaagde excursie en dat laatste letterlijk voor Ton en Louis. Proficiat!

Louis geeft aan dat hij nu verder gaat werken in het bestuur van het IVN al zal hij zo af en toe ook nog als gids een excursie in Lindenholt begeleiden. Ton gaat zich richten op praktisch natuurbeheer en gaat verder met het begeleiden van oudere en dementerende mensen in de natuur.

Tekst: René Verriet

Foto's: René en Monique Verriet en Nicole van der Kraan



**Vieringen
in de
PAROCHIE
H. STEFANUS
locatie
LINDENHOLT**

Zondag 10.00 uur Eucharistieviering

Donderdag 7.45 uur Meditatief Morgengebed
Elke tweede zaterdag van de maand: 19.00
uur Poolse eucharistieviering

Bereikbaarheid

Het parochiecentrum, en dus ook de kerk en het Stiltecentrum is elke werkdag open van 10.00 uur tot 12.00 uur. Tijdens deze uren is er een gastvrouw of gastheer aanwezig. Pastor Eskes is op vrijdagmorgen op deze uren aanwezig op het parochiecentrum. Tijdens de vakantie is er een aangepast rooster. Wanneer u op andere uren ons nodig hebt belt u 024 3777778 en krijgt u een telefoonnummer via het antwoordapparaat waarmee u iemand van de parochie kunt bereiken.

Diaconiezondag: elke eerste zondag van de maand.

In het parochiecentrum is er na de viering verkoop van loempia's. De opbrengst komt ten goede aan de oorlogsslachtoffers in Vietnam. Verder is er verkoop van sieraden en kleding uit Indonesië voor scholing en gezondheidszorg op Bali. Er is ook inzameling voor de Voedselbank. We nemen van huis langer houdbare levensmiddelen mee, die naar het depot van de Voedselbank Nijmegen gaan.

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 10.00 uur en 12.00 uur (tel: 024-3777778). De aanwezige gastvrouw zal dan uw gegevens noteren waarna u door iemand van de werkgroep doopvoorbereiding wordt teruggebeld voor verdere informatie en eventuele afspraken. U kunt ook een mail met de doopvraag sturen naar info@agneskerklindholt.nl. Houdt u er svp rekening mee dat vóór de doop twee voorbereidingsbijeenkomsten zijn? Voor volwassenen die gedoopt willen worden is er het traject vanuit het bisdom. U kunt hiervoor contact opnemen met pastor Eskes of pastoor van Vught.



Website

Omdat we in de Agneskerk werken met verschillende voorgangers 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/welkom-agneskerk. Met de QRcode komt u snel op de pagina waar de vieringen staan.

Kindernevendienst

In de maanden juli en augustus zijn er geen kindernevendiensten.



Vol-koren-dag

Zondag 30 juni sluiten we het werkjaar feestelijk af met een viering waarin alle koren zingen. Na de viering is er een uitgebreid gezellig samenzijn met een hapje en een drankje. Natuurlijk is er tijdens de vakantieweken elke week op zondag om 10.00 uur een eucharistieviering of als dat niet kan een viering van Woord en Communie. Tijdens de vieringen in de vakantie is er samenzang. De koren zingen weer vanaf 1 september.

Mariatenhemelopneming

Het feest van Mariatenhemelopneming (15 augustus) vieren we op zondag 18 augustus.

Jaarmarkt: zondag 8 september 2019

Oproep – Oproep – Oproep
Voor deze Jaarmarkt vragen we om het volgende:

Smoothies:

Voor de smoothies bij de catering / terras hebben we graag zacht fruit zoals aardbeien, bramen, en frambozen maar ook rabarber. Wellicht kunt u deze na het plukken invriezen en ons dit op 7 of 8 september geven aan de St. Agnetenweg 90.

Planten:

Voor de kraam "TUIN" vragen wij tuin- en/of kamerplanten. Wellicht is het nu tijd om deze voor de jaarmarkt te kweken en ons dit op 7 of 8 september te geven aan de St. Agnetenweg 90.

Kraamhuur:

Indien u een kraam wilt huren voor € 25,00, bel dan: Gerda Faaij 024-377 05 50 of: 06-137 755 94



**Bettineke
van der Werf**

Wat bedoel je?

Meestal heb je zelf een goed beeld van wat je een ander duidelijk wilt maken. Ook wanneer het bijvoorbeeld om een kleur van iets gaat. Van een beginnend samenwonend stel kan ik me nog goed herinneren dat die het op zijn zachts gezegd oneens waren over de kleur van de kozijnen in de nieuwe flat. De een wilde ze donkerbruin hebben en de ander had chocoladebruin in zijn hoofd. Natuurlijk deden ze niet voor elkaar onder en wilden we beiden hun zin. De gemoederen liepen aardig hoog op. Tot een van de moeders met een kleurenwaaier aankwam en ieder van hen onafhankelijk van elkaar de beoogde kleur aan liet wijzen. Het gehoor was niet van de lucht toen bleek dat ze allebei dezelfde kleur aangewezen hadden....

Het lijkt nu een simpel verhaal. Maar het heeft mij heel diep overtuigd van het belang van 'Wat bedoel je'. Van het belang van 'luisteren en zoeken' naar 'wat bedoelt de ander' en natuurlijk niet alleen bij het kiezen van een verfkleur. Je bent te snel geneigd om vanuit de gedachte dat je weet wat er bij de ander speelt zelf een beeld te vormen. In onze digitale tijd is het gemakkelijker dan jaren geleden om plaatjes te vinden om je verhaal of je idee te ondersteunen. Toch blijft het 'wat bedoel je' of 'wat wil je' een van de meest belangrijke vragen in het leven met elkaar. Alleen wanneer we elkaar daarop durven blijven bevragen kunnen we elkaar verstaan. Met alleen het eigen idee vasthouden en de ander daarvan willen overtuigen, maken we bijna zeker zelf conflicten. Denken te weten wat de ander bedoeld zonder dat terug te bevragen is ook zo'n valkuil. Wat bedoel je, waaróm doe je dat, zijn vragen die ruimte kunnen bieden .. voor jezelf en voor elkaar.

Misschien kunnen we er in de komende tijd eens rustig over nadenken... en het in praktijk brengen.

Tekst:

Bettineke van der Werf, werkgroep pastoraat, Agneskerk Lindenholt

Lintje voor René van Berlo



Vrijdag 26 april j.l. ontving René de koninklijke onderscheiding van Lid in de Orde van Oranje Nassau uit handen van burgemeester Hubert Bruls met de bijgaande oorkonde. Deze feestelijke ceremonie vond plaats in Buurtcentrum de Grondel in Winkelcentrum Dukenburg.

René is mede oprichter en inmiddels 12 jaar hoofdredacteur van magazine *de Dukenburger*. Ook voor verschillende andere bewoners magazines verschijnend in de diverse stadsdelen van Nijmegen zet René zich in.

Dit geldt ook voor ons magazine *Lindholt Leeft*, waar hij eveneens aan de basis van heeft gestaan.

De redactie feliciteert René met deze onderscheiding en maakt tevens van de gelegenheid gebruik René hartelijk te bedanken voor zijn verdiensten voor *Lindholt Leeft*. Met een klein feestje werd René in het zonnetje gezet, muzikaal, een feesttaartje en een redactionele terugblik naar de wijk nieuwsvoorziening in Dukenburg door de medewerkers van *de Dukenburger* en de samenwerking met René.

Tekst: Theo Vermeer

Foto: Jaqueline van den Boom



René van Berlo samen met zijn vrouw Gon



René Verriet

65

Er zijn van die getallen waar je gelijk een associatie mee legt. Bij 65 denk ik gelijk aan pensioen, de leeftijd waarop je mag stoppen met werken.

Ja meneer, 69 is ook zo'n getal met associatie, ik weet het, maar daar ga ik het hier op deze plek niet over hebben.

Het basispensioen (AOW) is per wet geregeld vanaf 1956. Iedereen die in Nederland woont bouwt 50 jaar lang elk jaar dat hij/zij in Nederland verblijft 2 procent van zijn basispensioen op. Hele generaties zijn dus opgegroeid met het idee dat hun werkzame leven eindigt op 65 jaar en dat je daarna van je pensioen kunt gaan genieten.

Tussen 1975 en 2005 vond de overheid dat al die oudere mensen die tot hun 65° doorwerkten de doorstroom van nieuwe jonge werknemers maar belemmerde en dus werd het in die tijd aantrekkelijk gemaakt om eerder te stoppen met werken. Regelingen als VUT, FPU en prepensioen zorgden er toen voor dat onze ouders vaak al voor hun zestigste konden gaan genieten van hun vrijheid. Werkgevers waren daar maar wat blij mee, want die 'oudjes' waren toch veel te duur en genoten van allerlei luxe regelingen, waardoor ze bijvoorbeeld meer verlof hadden dan de jongere werknemers.

Ik ben er een groot deel van mijn werkzame leven vanuit gegaan dat ik ruim voor mijn 65° zou kunnen stoppen met werken, maar tijden veranderen.

Door een wet in 2012 werd dat opeens anders. De leeftijd waarop je met pensioen kon gaan werd vanaf dat moment afhankelijk van je geboortjaar. In eerste instantie nog geen vuiltje aan de lucht, mijn pensioenleeftijd bleef 65 jaar, maar gaandeweg het spel werden de spelregels veranderd en dat resulteerde er uiteindelijk in dat ook mijn pensioenleeftijd omhoogging en momenteel al 67 jaar is. Toch blijf ik het getal 65 nog steeds associëren met pensioen gaan en ik hoop dat er weer een tijd komt dat dat voor iedereen gaat gelden.

Op de dag dat dit blad op uw deurmat valt, hoop ik 65 te worden. Felicitaties neem ik echter met een dubbel gevoel in ontvangst, maar daarover meer in mijn laatste column.

Foto: René Verriet



Denise van der Laan, is 28 jaar en samen met Max (hij is ook ondernemer met een klusbedrijf) en dochter Lizz, inmiddels bijna zes jaar, wonen zij in Leuvenbroek.

Denise was al eerder actief als zelfstandig ondernemer. 'Ik sta al een aantal jaren op verschillende markten en braderieën met baby- en kinderkleding voor jongens en meisjes. Dat is allemaal begonnen toen onze dochter werd geboren en ik alles afstruinde voor leuke kleertjes en accessoires. Vooral het combineren van de verschillende kleding ging mij altijd goed af waarbij ik het natuurlijk een sport vond om dat ook allemaal betaalbaar te houden.

Ik heb me toen laten inschrijven bij de KvK en ben ik als probeersel voor het eerst op de markt in Hatert gaan staan wat mij ongelooflijk goed is bevallen, het sfeertje en de mensen. Op den duur ontdekte ik dat de kwaliteit van mijn kinderkleding meer in een winkel paste dan op een markt. En dus droomde ik al bijna twee jaar van een echte winkel het liefst hier in Lindenholt. Ineens kreeg ik de gelegenheid om het hoekpandje naast de kapsalon Makas in Leuvenbroek te huren. Na enige gesprekken waren we het zakelijk al snel eens en konden we beginnen met alle voorbereidingen voor de verbouwing en inrichting.

Dat laatste is vooral door mijzelf ontworpen en kan ik de uitvoering geheel en al overlaten aan Max. Dat gaat in goede harmonie, gelukkig vullen we elkaar super goed aan.

Mijn bedrijfje is vooral gespecialiseerd in nieuwe kleding waarbij geen plaats is voor extreem dure merkkleding. Kwaliteit is bij dit alles wel een voorwaarde met daarbij de persoonlijke benadering van de ouders en kinderen en ik vanuit mijn eigen ervaring goede adviezen kan geven.'

Voor de inkoop gaat Denise naar Amsterdam en verschillende beurzen elders in het land. Stiekem droomt ze er ook van om een keertje in Parijs een kijkje te gaan nemen, maar dat is voor de verre toekomst, lacht ze.

Denise gaat dit full time doen en vanaf 1 juni is de zaak 6 dagen van de week open. Denise: 'Gelukkig kan ik 100 % rekenen op de ondersteuning van partner en familie, zeker als het gaat om opvang en begeleiding van onze dochter die super enthousiast is over dit project en nu al met de splinternieuwe kassa speelt en "klanten" ontvangt met: Kan ik u helpen?'

Bovendien krijg ik ook veel support van mijn moeder die alles doet om, wanneer nodig, Lizz op te vangen en zeker ook van mijn schoonmoeder die veel ervaring heeft in de kledingbranche en mij bestookt met tips en adviezen.

Snoeties is open van maandag t/m zaterdag van 10.00 tot 17.00 uur

06 18340888

Email: snoetiekids@hotmail.com



Tekst en foto: Gerard van Bruggen



Annet Hogenbirk

Ontvangen

Vrijwilligers zijn vaak bezig met een ander iets te geven. Iedereen geeft wel iets. Ook als je met je werk bezig bent, lever je iets. Op z'n minst inspanning. In je huishouden ben je ook druk met doen, iets voor elkaar krijgen. Je kookt, doet de was, stofzuigt en haalt boodschappen in huis. Het zijn allemaal prestaties die naar buiten gericht zijn. Je geeft je tijd en energie hieraan. Maar vóórdat je iets te geven hebt, heb je wel zélf iets nodig. Energie, liefde, aandacht, zin en plezier, visie misschien.

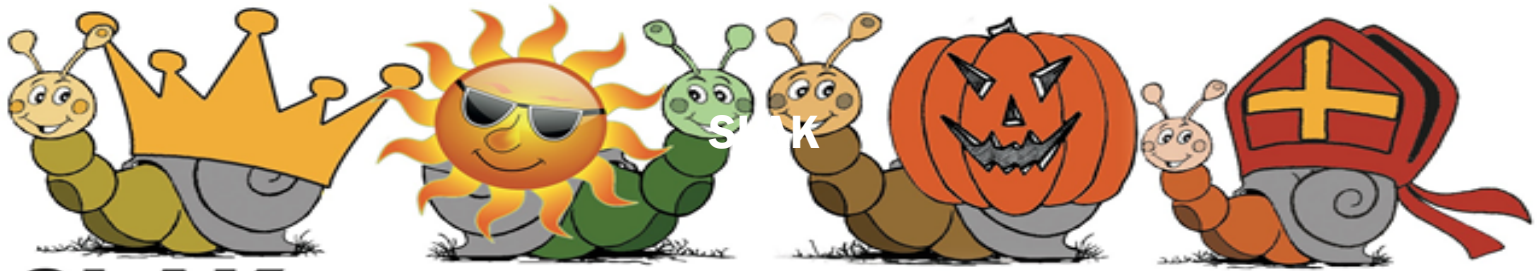
Waarom laad jij je op? Sta je daar wel eens bij stil? We zijn zo vaak maar aan het jagen. Er moet zoveel. En inderdaad: er is veel nodig. Ook bijvoorbeeld de mantelzorg van je moeder. Zorgen voor de ander die niet goed meer uit de voeten kan. Maar zorg je ook voor jezelf, lukt het jou om ook te ontvangen? Neem je momenten om op adem te komen en stil te staan bij wie jij bent en wat belangrijk voor jouzelf is? Kijk eens naar waar de waarde voor jou in zit van wat jij doet.

Zelf mediteer ik elke dag een half uur in stilte. Ik ga op een vaste rustig plek zitten, steek een kaars aan en lees daarbij een korte inspirerende (bijbel)tekst. Het hoeft voor mij maar één zinnetje te zijn. Het brengt me in gesprek en verbinding met mijzelf. Liefde en aandacht voor wie je bent begint bij jezelf en begint zo mediterend dus bij mijzelf. Het helpt om meer van het leven te ontvangen – het goede te zien – en om te kiezen wat je niet wilt (binnen laten komen). Ontvang jezelf en sta elke dag (minimaal) een kwartiertje bij jezelf en jouw leven stil. Je ontvangt dan veel!



Ontvangen = genieten van bescherming

Foto: Annet Hogenbirk



SLAK stichting Lindenholtse Activiteiten voor Kinderen

Nieuwe activiteit in de zomer

Zoals vorig jaar bekend gemaakt is, zal er dit jaar GEEN bouwdoorp worden georganiseerd. Wel gaan we iets organiseren in de laatste week van de zomervakantie voor de kinderen van Lindenholt.

Wat het precies gaat worden kunnen wij nog niet in detail vertellen, maar wel dat het spannende 3 dagen worden met veel spelactiviteiten waarin de kinderen in leeftijdsgebonden groepjes op speurtocht gaan volgens een programma.

Ook willen wij op de vierde dag een uitje organiseren naar een leuk park voor kinderen.

De inschrijving hiervoor wordt binnenkort bekend gemaakt via Facebook.

Mocht u ons niet volgen op Facebook, stuur dan een mailtje naar pr@stichting-lak.nl

U krijgt dan automatisch bericht via de mail.

Oproep vrijwilligers zomeractiviteit

Voor de zomeractiviteit zijn wij op zoek naar een aantal vrijwilligers die als begeleiders van de groepjes drie dagen beschikbaar zijn, maar

ook andere vrijwilligers voor de diverse taken zijn welkom.

Ook zijn wij op zoek naar vrijwilligers die een beetje kunnen acteren en ook drie dagen beschikbaar zijn.

Voor de vierde dag (uitstapje naar een park) zou het fijn zijn als de vrijwilligers ook beschikbaar zijn maar dat is niet verplicht.

Dit alles gaat plaatsvinden van 13 t/m 16 augustus.

Aanmelden als vrijwilliger kan bij: pr@stichting-lak.nl

Bestuurswisseling SLAK

Met dit bericht willen wij iedereen op de hoogte brengen van het feit dat het grootste gedeelte van het huidige bestuur van SLAK besloten heeft om te stoppen met hun deelname aan het bestuur van SLAK op 1 juni van dit jaar. Daarmee is afgelopen Koningsdag dus de laatste activiteit die we als bestuur in de huidige vorm hebben georganiseerd. Fred Penninx heeft besloten om door te gaan met SLAK met een nieuw samen te stellen bestuur. Inmiddels heeft hij drie mensen bereid gevonden om sa-

men met hem het nieuwe bestuur te vormen, te weten Marijke de Vré, Brenda Schraven en Gerda van Erp.

Wij willen degene, die het bestuur van SLAK gaan verlaten, bedanken voor de gezellige samenwerking van de afgelopen jaren. Mede dankzij hun inzet hebben we gezamenlijk mooie dingen gedaan en SLAK echt op de kaart gezet binnen de gemeente Nijmegen en Lindenholt. Op 1 juni zal er op gepaste wijze afscheid genomen worden van de scheidende bestuursleden.

Zij hebben te kennen gegeven wel beschikbaar te zijn voor de activiteiten van SLAK, waarvoor wij ze zeer erkentelijk zijn.

Amanda Hofman, Patrick van Schijndel, Richard Pols, Harry Langens, Brain Ekers.

BEDANKT en tot ziens.

Volg ons op Facebook:

www.facebook.com/SLAK.NL



Tekst: Fred Penninx

Nieuwe aanpak begeleiding Wmo

Vanaf 1 mei 2019 heeft de gemeente Nijmegen in Lindenholt en Nijmegen-Zuid een andere aanpak bij de begeleiding van de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning). Het gaat om de organisatie van individuele begeleiding. Voor huishoudelijke hulp en jeugdzorg verandert er niets.

Wat verandert er?

Begeleiders van verschillende zorgorganisaties gaan samen met medewerkers van het Sociaal Wijkteam werken. Hierdoor ontstaat een breed basisteam, het Wijkteam. Het Wijkteam kan voortaan in veel gevallen direct de goede ondersteuning geven. Het geven van een indicatie is dan niet meer nodig; mensen kunnen meteen terecht voor de juiste ondersteuning. Professionals van de volgende organisaties gaan voor het Wijkteam werken:

Bindkracht10 / DIT-Coaching / Driekracht 's Heeren Loo / Iriszorg / Onder de Bomen Pluryn / RIBW Nijmegen & Rivierenland

Socra zorggroep / Sterker sociaal werk TVN-zorgt / Unik / ZorgPlus

Wat betekent dit voor inwoners?

Het grote voordeel van deze nieuwe aanpak is dat deze inwoners geen eigen bijdrage meer hoeven te betalen voor de ondersteuning vanuit de Wmo. Daarnaast hoeven zij geen (her) indicaties meer aan te vragen bij het Wijkteam. Kortere wachttijden dus. Ook kunnen inwoners met meer type vragen bij het Wijkteam terecht en kan er nog beter worden aangesloten bij wie iemand is, omdat het team brede kennis en expertise heeft.

Wel kan het betekenen dat inwoners van wie de begeleider niet in het Wijkteam werkt een andere begeleider krijgen. Hierbij zorgt het Wijkteam natuurlijk voor een zorgvuldige overdracht naar een passende nieuwe begeleider.

Voortgang

De nieuwe aanpak is een eerste uitwerking van



de aankondiging van de hervorming van het stelsel zorg en welzijn in het coalitietakkoord 2018 – 2022. De aanpak wordt eind 2020 geëvalueerd bij zowel hulpverleners als inwoners en cliënten. In eerste instantie is deze aanpak alleen in de wijken Nijmegen-Zuid en Lindenholt. Daarna wordt deze verder uitgezet bij de andere Sociale Wijkteams in Nijmegen.

Heeft u naar aanleiding van dit bericht nog vragen of opmerkingen? Neem dan contact op met de gemeente Nijmegen via veranderingenzorg@nijmegen.nl.

Tekst en foto: Suzanne Baks, Bestuurscommunicatie & woordvoering gemeente Nijmegen

Schildersbedrijf Gebr. de Wit



duurzaamheid door kwaliteit

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

Voor al uw:

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

**Wij denken graag met u mee
voor een advies op maat**

Belangstelling?

**Bel gerust en wij bieden u
vrijblijvend de meest
scherpe offerteprijs**



Voor al uw reparaties en onderhoud aan uw
fiets of E-bike en alle onderdelen en fietsac-
cessoires

**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

Fysiotherapie Wijkgezondheidscentrum Lindenholt



Waar vindt u ons?
Wijkgezondheidscentrum Lindenholt
Horstacker 1644 Nijmegen
Telefoon: 024-3781818
E-mail: fysio@wgclindholt.nl
www.wgclindholt.nl/fysiotherapie

Alle specialisten in huis!

Wij hebben o.a. de volgende specialisaties:

- Manuele therapie
- Kinderfysiotherapie
- Haptonomie
- Kindermanueeltherapeut
- Psychosomatische fysiotherapie
- 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 hoogwaardige apparatuur



**Gemma
Sanders**

Onderweg

Als mens zijn wij voortdurend onderweg... naar overal en soms nergens... even snel een paar boodschappen doen, van huis naar het werk en omgekeerd, naar de dokter, het ziekenhuis of naar de sportclub, altijd even gehaast en we ervaren veel stress in het verkeer... het leven wordt steeds drukker...

Op zondag 31-03-2019 mag je gratis reizen met de trein! Voor mij is het is een jaarlijks terugkerend ritueel geworden. Je koopt een boek dat je nog op je verlanglijstje hebt staan en de keuzevrijheid aan mogelijkheden waar de reis naar toegaat is onbeperkt. Het boekje is tevens je toegangsbewijs om het perron van het station te mogen betreden en je treinkaartje...

Het is vooral een dag om te onthaasten en te genieten van het prachtige Hollandse lentelandschap dat voorbijtrekt aan je ogen... de koeien lopen weer los in de weide en de schaapjes hebben lammetjes... de bomen hebben frisgroene blaadjes en zijn vol bloesem in de prachtigste kleuren... voorjaarsbloemen die tevoorschijn komen uit de schoot van moeder aarde... elk jaar opnieuw, 'verwondering.

Samen met mijn vriendin en haar vriend een dagje trainen, erop uit! De zelfgekozen top drie voor dit jaar; naar de mooiste bloembollenvelden in Noord-Holland, een stadswandeling in Delft of een dagje varen in Giethoorn. Gezamenlijk hebben we voor Giethoorn gekozen, daar waren we alle drie nog niet eerder geweest.

Het leuke van de dag onderweg naar de eindbestemming zijn de vele leuke spontane ontmoetingen. De medereizigers zijn ook onderweg met het boekje; 'Jas van belofte van Jan Siebelink... onbekende bestemming...

Ik heb er mijn hobby van gemaakt om medereizigers te vragen waar de reis naar toegaat en of zij een krabbel in mijn boekje willen achterlaten... Dit doen zij maar al te graag... de allereerste ontmoeting in de trein was ene Peter onderweg naar de Eusebius kerk in Arnhem voor een bezichtiging. Zijn reactie was verrassend en hij wilde dit ook wel proberen... Een vriendelijk conducteur in de trein wijst ons een goede tijd in het hoge noorden... de buschauffeuse van de Giethoorn Express schrijft in het Overijssels dialect de vriendelijk groeten...

Ook de schipper op de rondvaartboot ontmoet er niet aan en in het souvenirwinkeltje ontmoet ik een Iraanse man die voor een paar dagen zijn zus bezoekt in Nederland. Zij komt vanuit Iran en hij komt uit Oxford, Verenigd Koninkrijk. Onderweg om elkaar hier te ontmoeten...

Op de terugweg ontmoeten we drie mannen uit London die naar de IJsspeedway, motorcross zijn geweest, dit evenement bezoeken zij jaarlijks al vanaf 1973. Zij vervolgen hun reis richting Schiphol en wij stappen over naar Nijmegen. Op het station ontmoeten wij mensen die vanuit Roosendaal Nijmegen hebben bezocht en zij vertellen enthousiast hun verhaal. Samen sluiten wij de zeer gezellige dag af bij Starbucks met een kop geurende koffie. Onderweg naar morgen...

Foto: Gemma Sanders

**Bewonersoverleg
Lindenholt nodigt u uit:**



THEMA AVOND MIJN KIND OP SOCIAL MEDIA

afspraken
pesten
WhatsApp
instagram
naaktfoto's
selfies
Snappchat
strijd

WAT KAN JE ER ALS OUDER MEE?

online risico's
huiswerk via de app?
online veiligheid
vriendschapsverzoeken

20 DONDERDAG JUNI

19:00 uur inloop

19:30 start programma

21:30 einde programma



**Wijkatelier Lindenholt
Zellersacker 1003**



EXTRA RUIME OPENINGSTIJDEN:

Naast de reguliere openingstijden (08.00 tot 17.00 uur)
ook geopend op maandag- en woensdagavond
en op zaterdag!

uw mond, onze zorg

**MOND
ZORG 024**

Ook op
zaterdag
open!

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

Inschrijven kan eenvoudig via onze site
www.mondzorg024.nl

de Notenhout WINKELCENTRUM

Symfoniestraat, Nijmegen

Groot EIGEN parkeerterrein waar u **ALTIJD GRATIS** KUNT PARKEREN

Relaxed winkelen in Neerbosch-oost.

Net aan de overkant van het kanaal.
Uitgebreid aanbod van zaken onder
één dak.

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

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



Koningsdag Lindenholt 2019



Vroeg uit de veren voor de organisatoren en deelnemers. Een dertigtal kramen en de vrijmarkt voor de jeugd toverden de grasweide Leuvenbroek/ Wedesteinbroek om in een gezellige happening voor jong en oud. SLAK, de Stichting Lindenholtse Activiteiten voor Kinderen, had gezorgd voor een goed georganiseerd evenement.



Koningsdag kent een vast draaiboek en wordt elk jaar opnieuw zorgvuldig voorbereid en loopt daardoor gesmeerd. Van Fred Penninx van SLAK hoorden we onder meer, dat de deelname en bezoek dit jaar door het mindere weer met name voor de kledjesmarkt niet zo groot was, maar dat gold niet voor de kramen op de vrijmarkt. Het aanbod koopjes op de vele kledjes en in de kramen was enorm en de moeite waard. De waren in de kramen mochten er zijn en gingen voor een kleine prijs van de hand. Een kleurrijke en gevarieerde markt omgeven met grote springkussens voor de kids. Live muziek en verschillende demonstraties met een terrasje voor het publiek zorgden voor een prettige ambiance. Zonder meer toch een geslaagde Koningsdag dit jaar. Zorgen zijn er voor de editie 2020, meer hulp is nodig voor de organisatie van dit feest. Deze gezellige traditionele Koningsdag viering mag niet verloren gaan.

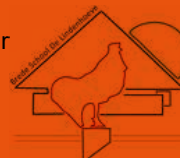
Tekst en foto's: Theo Vermeer

Koningsspelen 2019 op Brede school de Lindenhoeve



Wat heeft Brede school de Lindenhoeve 11 april genoten van Koningsdag! Een gezellig Koningsontbijt in alle klassen, een gezamenlijke aftrap van deze dag door middel van het lied 'Pasapas', sportieve kinderen die in een gezonde strijd waren om bij de spellen te winnen, maar ook een gezond hapje voor tussendoor: heerlijke watermeloen! Fijn dat er zoveel hulpouders en ROC-studenten waren die er zeker aan mee hebben geholpen om deze dag tot een succes te maken. Wij hebben alweer zin in volgend jaar!

Tekst en foto's: Nathalie Mulders, Directeur
Bredeschool de Lindenhoeve
Zellersacker 11-04 6546HC Nijmegen
024-3734509



Victoria
Lammerinks -
Montis

Column

Laat iedereen nou eens in zijn waarde!

De avond van het Eurovisiesongfestival was een echte happening toen ik jong was. Samen met mijn moeder zaten we dan gezellig met een zak chips op de bank voor de televisie. De laatste jaren ben ik steeds minder enthousiast geworden. De inzendingen van sommige landen zijn soms zo vreselijk slecht dat wij het niet meer volhouden om de uitzending helemaal af te kijken. Maar dit jaar zitten we toch weer voor de buis. Want.. we willen Duncan zien! Meer dan 5 miljoen mensen hebben Duncan zien winnen, (200 miljoen in totaal) wat een heerlijk nummer en wat een geweldig muzikale jongeman. Iedereen vindt het zo geweldig dat zelfs Jeroen Pauw op zondag met een speciale songfestival-editie van zijn tv-uitzending Pauw komt. Tijdens het programma laat Jeroen een aantal foto's zien van een nog puberende Duncan. Duncan zegt bij een bepaalde foto dat die niet hoeven had. Jeroen reageert meteen en vraagt erover door. Dan vertelt Duncan hoe hij vroeger gepest werd. 'Om je uiterlijk? Omdat je wat flinker was?' vraagt Jeroen. 'Vooral om mijn geaardheid. Ik ben namelijk biseksueel.' In zijn ogen is te lezen hoe moeilijk dit voor hem geweest is.

Nu iedereen in Nederland het over "onze Duncan" heeft vraag ik mij af of die pestkoppen nog weten wat ze toen hebben gedaan? Of dat ze nu trots tegen hun vrienden zeggen: 'Duncan heeft bij mij in de klas gezeten.' En net doen alsof ze niet meer weten wat ze gedaan hebben. Of hopelijk schamen ze zich nu heel diep en hebben ze ervan geleerd? Waarom wordt er nog steeds zo vreselijk veel gepest? Maakt het nou echt uit of uw buurman homo is of dat de juffrouw van uw kind misschien ook van vrouwen houdt? Of vindt u Duncan nu ook ineens niet meer zo geweldig.. ?

Foto: Jacqueline van den Boom

Mike van Raaij heeft een passie voor modelspoorwegbouw



Op 13 en 14 april was er voor belangstellenden de gelegenheid om de modelspoorbaan van Mike van Raaij en zijn vrienden te bekijken in het Wijkatelier in Lindenholt. Tientallen bewoners zijn daar op af gekomen en konden zich verbazen over zoveel precisie bij het bouwen van deze modelspoorbaan. De redactie was nieuwsgierig naar de motivatie van deze hobbyisten om die ongelooflijke hoeveelheid uren te besteden aan deze bijzondere hobby.

Mike is 58 jaar woont in Lindenholt Hegdambroek. 'Mijn hobby modelspoorwegbouw heeft heel zijdelings te maken met mijn beroep als civiel technisch ontwerper van voornamelijk snelwegen. In dat kader heeft hij ook de interesse ontwikkeld voor beweegbare bruggen. Mijn vader had vroeger een modelspoorbaan op zolder. De belangstelling voor modeltreinen heb ik van hem geërfd.

In 1986 werd bij mij de hobby serieus na het bezoeken van grote tentoonstellingen in Den Bosch en Arnhem. Ik ben daarna lid van een club Maasbuurtspoor geworden waar ik nu nog steeds lid van ben. We bouwen daar modelbanen voor grote tentoonstellingen en ik vind het nog steeds prachtig om daar aan mee te werken.



Iedereen werd verantwoordelijk gemaakt om een bepaald onderdeel te bouwen dat dan later met alle overige delen gekoppeld wordt om zo doende tot een groot geheel te komen. Ik heb daar in het begin meteen maar een beweegbare brug (dubbele) gebouwd, een getrouwe kopie van de spoorbrug in Weesp. Ik gebruikte daar alle soorten materialen voor; hout, kunststof en messing profielen. Het zal duidelijk zijn dat het tot in de kleinste details alles nabouwen en ook laten werken zoals ook in het echt, dat daar enorm veel uren in gaat zitten. Maar dit geeft mij een geweldige voldoening wanneer dat allemaal af is en ook werkt zoals in het echt! Later heb ik de Delfshavense Schiebruggen nagebouwd zoals hier in Lindenholt te zien is geweest. Eerst maak ik altijd een tekening.



De gegevens haal ik uit de originele bouwtekening die ik na lang zoeken ter beschikking krijg, maak ik daarvan een verkleinde versie van met behulp van een computerprogramma. Met deze laatste brug ben ik ongeveer twee jaar bezig geweest; modelbouwtekeningen maken, alles handmatig uitvoeren, daarna uitproberen en zo nodig helemaal weer opnieuw proberen. Let wel, ik maak geen gebruik van complete bouwpakketten, ieder onderdeel wordt handmatig gemaakt. Mijn grootste uitdaging is om alles aan het werk te krijgen zoals ook in het echt.



Op mijn website vind je ook mijn nieuwste project van twee ouderwetse bruggen in Duitsland. In de filmpjes kun je zien dat ik op de echte brug sta om precies een indruk te krijgen van de gecompliceerde technische werking van het openen en sluiten van de brug waarbij de rails op ingenieuze wijze weer aan elkaar worden

gekoppeld. Tot in de kleinste details ben ik er in geslaagd om dit na te bouwen en ook technisch exact te laten werken.'

Aan landschapsinrichting doet Mike niet, dat is iets voor collega clubleden die daar weer meer plezier aan beleven. Wel het elektronische deel om alle te laten rijden en dat doet ik vaak met advies van anderen. Mike: 'Ik bouw alles zelf en monteer ieder onderdeel ook zelf al heb ik daar helemaal geen verstand van.' Hij lacht als hij zegt: 'Vaak zeggen ze: Bij Mike werkt alles wel maar niemand weet waarom!'



De treinen zelf, worden kant en klaar gekocht, soms nieuw maar ook tweedehands via internet. Dan hoeft het ook niet zo duur te zijn. Een nieuwe uitdaging is het verouderen van goederenwagens. 'Ik kan soms een hele week werken aan één treinwagon om die zo waarheidsgetrouw mogelijk te doen lijken op de echte versie.'

Inmiddels heeft hij inmiddels zo'n 30 jaar geïnvesteerd in deze hobby en dan kun je natuurlijk wel spreken van een aardig kapitaaltje bij elkaar. Om helemaal bij te blijven bezoekt Mike beurzen zoals in de Jan Massinkhallen hier in Nijmegen en in Utrecht maar ook in het buitenland zoals in Hannover, Mannheim, Dortmund, Keulen, Oostende en Hasselt.

Mike: 'Wanneer het om een buitenlandse tentoonstelling gaat zijn we met een groepje vaak een kleine week weg. We vertrekken bijvoorbeeld op woensdag (vooraf alles ingeladen), donderdag de baan opbouwen, vrijdag, zaterdag en zondag tentoonstelling en na de tentoonstelling staan we vaak vijf kwartier later al ingepakt buiten voor vertrek naar huis. Afbreken gaat nu eenmaal vele malen sneller dan opbouwen. Jaarlijks zijn er tientallen tentoonstellingen in Nederland waarvan ik maximaal bij drie ervan aanwezig wil zijn.

In Nederland zijn er ongeveer 87 verenigingen aangesloten bij de overkoepelende 'Nederlandse Modelspoor Federatie' maar er is wel sprake van een behoorlijke vergrijzing, terwijl het juist door de veelzijdigheid voor de jeugd een interessante hobby kan zijn.'

Wil je meer weten over deze hobby, kijk dan op de website www.railsoverwater.nl.

Tekst en foto's Gerard van Bruggen

EXERCISE BODY & MIND SPORT EN YOGA CENTRUM

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

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



Nu ook:
SENIOR BASIC practise
iedere donderdagochtend van
9.30 tot 10.30 uur.



Sportzaal Gildekamp tussen de scholengemeenschap
De Gildekamp 60-18 6545 LX Nijmegen
Bel 024 3787936 voor een kennismaking!!
Openingstijden: elke ochtend van 9.00 tot 11.00 uur en in de avond van 18.00 tot 21.00 uur.
Zaterdag van 10.00 tot 12.00 uur. Zondag gesloten.
www.exercisebodyandmind.nl

Voorstellen Kinderraad Lindenholt



Inmiddels zijn de kinderen van de Kinder-
raad Lindenholt alweer een tijd geleden ge-
start met vergaderen en het bedenken van
leuke activiteiten.

De kinderen die deelnemen aan de kinder-
raad zitten op verschillende basisscholen
in Lindenholt: Brede school de Lindenhoe-
ve, Basisschool de Wingerd, Montessori
Lindenholt, Basisschool de Luithorst en
SBO de Windroos Lindenholt.

Om elkaar wat beter te leren kennen en zich
aan jullie voor te stellen hebben ze elkaar geïnt-
erviewd. Hieronder stellen ze zich aan u voor
(helaas waren we niet compleet...).

Laiyna is 10 jaar oud en zit in groep 6. Haar

lievelingskleur is zwart en ze eet graag durum
doner. Ze doet mee omdat ze het leuk vindt om
dingen te organiseren. En ze wil graag iets met
Hip Hop organiseren.

Iris is 11 jaar oud en heeft veel ideeën voor
Lindenholt. Haar hobby's zijn scouting en mu-
sicals. Wat zij graag wil bereiken is dat ieder-
een elkaar leert kennen.

Lotte is 10 jaar en zit in groep 6. Haar hobby's
zijn rugby en tekenen. Ze doet mee omdat ze
het leuk vindt om dingen te organiseren. Ook
zou ze nog graag een groot feest willen organi-
seren en slijm maken.

Bram is 10 jaar. Zijn hobby's zijn scouting en
logo's maken. Hij doet mee met de kinderraad
Lindenholt, omdat hij Lindenholt leuker wil ma-
ken. Hij wil wel een groot feest organiseren en
dat de buurt veiliger wordt.

Lars is 11 jaar en woont in de Horstacker. Hij
doet mee aan de kinderraad, omdat hij het leuk
vindt om over dingen te praten en om te verga-
deren. Hij speelt graag buiten en zijn hobby is
badminton.

Lucas is 11 jaar. Zijn hobby's zijn mountain-
bike en stunt steppen. Hij wil graag dat jonge-
rencentrum de Sprok meer bekendheid krijgt

en een betere naam zodat er meer kinderen
komen.

Finn is 11 jaar. Hij speelt graag basketbal. Zijn
lievelingseten is pizza. Hij is via een vriend bij
de kinderraad gekomen.

Romano is 10 jaar. Zijn hobby is voetbal. Hij
doet mee met de kinderraad, omdat hij graag
activiteiten verzint voor kinderen in Lindenholt.
Het allerleukste aan de Sprok vindt hij dat er al-
lemaal dingen te doen zijn die je thuis niet kunt.

Al deze kinderen gaan nog heel veel leuke din-
gen organiseren de komende tijd! Zet de vol-
gende data alvast in je agenda:

12 juni – Buitenspeeldag: Sport & spel, open
podium, schminken, stormbaan.

Locatie: Sprok, weterringweg 51

16 juni – Dag van Lindenholt: Voetbaltoernooi

Locatie: Cruyff court, Zellersacker

Meer weten over de Kinderraad Lindenholt?
Dat kan!

**Neem contact op met Mike Adema jonge-
renwerker van Bindkracht 10.**

T: 06-14270352

@: mike.adema@bindkracht10.nl

Groetjes, De Kinderraad



ZO HOORT HET

EEN GEHOORTEST VERTELT U MEER

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

Schippers
optiek

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

EEN GOED IDEE VOOR DE BUURT?
NIEUWE MENSEN ONTMOETEN?
VRAGEN OVER REGELS EN PAPIEREN?
ZORG OF HULP NODIG?
ANDERE MENSEN HELPEN?

Kom naar
de Stip!
Samen maken
we de wijk



Stip Lindenholt
Wijkatelier Lindenholt, Zellersacker 1003
lindholt@stipnijmegen.nl
Maandagmiddag: 13.30 - 16.30 uur
Woensdagmiddag: 13.30 - 16.30 uur
Donderdagmiddag: 13.30 - 16.30 uur

Dehue

administratie- en belastingconsulent

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

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

Al 25 jaar het betaalbare adres voor uw boekhouding, jaarrekening, salarisadministratie, belastingaangifte, toeslagen, beschermingsbewind, budgetbeheer en overige financiële aangelegenheden.



Belastinggeld terug? Speciaal tarief voor uitkeringsgerechtigden, chronisch zieken en zorgcliënten.



**Raafat
Monther**

Ik vergeef je

In 1977 was mijn vader lid van een van de oppositiepartijen tegen de dictatuur van Assad in Syrië. In dat jaar was mijn moeder zwanger van mij.

Mijn vader besloot om naar Irak te vluchten omdat hij werd gezocht voor executie. In 2003 viel Amerika Irak binnen en mijn vader vluchtte weer, maar deze keer naar Syrië, waar hij werd gearresteerd en vreselijk werd gemarteld. Iedereen zag hem als een held, maar ik was heel boos op hem. In mijn laatste gesprek met hem, bijna 15 jaar geleden vroeg hij aan mij: 'houd jij van Syrië?' Ik zei nee, omdat ik jouw zoon ben, ken ik Syrië alleen van gevangenis- en martelingen. Hij zei 'dat is niet waar, ze hebben me gevangengezet en gemarteld omdat ik mijn mening gaf over deze corrupte regering'. Ik zei: 'dat kan me niet kan schelen, wat ik weet is dat ik daardoor als weeskind ben opgegroeid. Ik heb zelfs het woord papa niet leren uit te spreken.'

Hij ging op de grond zitten en terwijl de tranen over zijn wangen biggelden sprak hij de hoop uit dat ik hem ooit zou kunnen vergeven.

Laatst vroeg mijn dochter Sandra mij waarom zij geen opa's, oma's of ooms en tantes had. Haar vraag was erg pijnlijk voor mij. Ik zei tegen haar: 'Jij hebt ze ook, maar door de oorlog zijn onze families uiteengedreven. Ik heb een zus in Zweden, een zus in Libanon, een broer in Syrië en een vader onder huisarrest in Syrië. Blij verrast zei ze 'heb ik een opa? Ik wil hem zien!' Die nacht kon ik niet slapen. Hoe kan ik haar laten praten met haar grootvader, terwijl ik zelf niet met hem praat?

De volgende ochtend nam ik contact op met mijn zus in Libanon en vertelde haar dat mijn dochter Sandra met haar opa wilde praten. Ze zei: 'en jij?', 'Ik ook' antwoordde ik en besloot hem te zeggen dat ik hem vergeef.

Dus mijn zus ging naar Syrië en ik wachtte tot ze zou reageren.

Plots kwam er bericht van mijn nichtje, haar moeder kon me het pijnlijke nieuws niet zelf vertellen: mijn vader is overleden!

Ik was verbijsterd. Juist nu ik besloten had om hem te vergeven. Hoe dom en wreed was ik.

Had ik hem nog maar één keer kunnen zeggen:

'Papa, ik vergeef je'

Deze column kwam tot stand met hulp van de redactie.

Foto: Raafat Monther

Samen in actie tegen winkelwagenprobleem

Winkelwagen: de naam zegt het al. Je gebruikt 'm in een winkel om boodschappen richting kassa te vervoeren. Dat-ie op allerlei plekken buiten de winkel aangetroffen wordt, is niet de bedoeling. Toch is dat precies wat er op grote schaal gebeurt met winkelwagentjes van Albert Heijn XL. Supermarktmanager René van Beek wil dat veranderen.



Zie je een winkelwagen van Albert Heijn op een niet daarvoor bestemde plek? Bel 088-6591621.

Sinds 1 januari van dit jaar runt René AH XL in winkelcentrum Dukenburg. De afgelopen 25 jaar werkte hij bij 13 vestigingen van de supermarktketen. Nergens was het winkelwagenprobleem zo groot. 'Op een ronde die we maandelijks maken, treffen we gemiddeld tachtig

wagentjes in omliggende wijken aan. Hot spots zijn flats in Zwanenveld, de meubelboulevard, Voorstenkamp en de Horstacker.'

Geen reclame

Jaarlijks raakt AH XL zeker honderd karretjes kwijt. Bovendien moeten veel wagentjes na een 'terughaalactie' worden gerepareerd. René schat de kosten op enkele tienduizenden euro's per jaar. 'Bijkomend probleem is dat al die wagentjes in de wijken geen reclame zijn voor onze winkel. Mensen spreken ons daar op aan. Dat is ook terecht. Wekelijks krijgen we ongeveer tien telefoontjes over rondzwervende karretjes. Die worden direct na melding opgehaald.'

Gezamenlijke aanpak

Is er iets aan het probleem te doen? René denkt van wel. Hij pakt het grondig aan en zat onlangs met vier andere partijen om tafel: Talis, de gemeente Nijmegen (wijkregisseur), Bureau Toezicht en de wijkagent. 'We gaan voor een gezamenlijke aanpak. Er komt verscherpt toezicht. Bij de uitgangen van het winkelcentrum hangen posters die mensen erop attenderen dat winkelwagentjes in het winkelcentrum



thuishoren. Bij overtreding kan er aangifte van verduistering worden gedaan. We willen echt de cultuur doorbreken dat het normaal gevonden wordt om winkelwagentjes mee naar huis te nemen.'

Tekst en foto: Bart Matthijssen

Jaarmarkt 2019 Agneskerk Lindenholt



Zondag 8 september van 11.00 – 17.00 uur aan de Agnetenweg 90

Ook dit jaar is er in onze wijk Lindenholt de geweldige Jaarmarkt bij de Agneskerk!

Op 8 september is er weer van alles te doen:

- fantastische spullen te koop voor een hab bekrats
- groot terras met gebak, geweldige drankjes, smoothies, snoep, broodje worst, etc.
- Vietnamese loempia's
- muziek
- kinderspelen
- schminken
- loterij met veel fantastische prijzen en met een SUPERHOOFDPRIJS; waarde € 250,- Een unieke gelegenheid om eens een gezellig dagje uit te zijn en om uw mede wijkbe-

woners te ontmoeten. Tevens kunt u zich laten informeren wat de Agneskerk zoal doet. Maar uiteraard is de markt ook bedoeld om financiële middelen te verkrijgen waarmee we onze wijk we mensen in onze wijk kunnen ondersteunen De Agneskerk als deel van de Parochie H. Stefanus heeft gelukkig veel 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. etc.

Vele vrijwilligers helpen mee om ook dit jaar de jaarmarkt tot een succes te maken. Zin om mee te helpen?

Bel dan een van onderstaande nummers; vele handen maken licht werk!

Om dit allemaal te realiseren hebben we spullen nodig voor de verkoop op de markt. Wij vragen u daarom om deze spullen bij ons te brengen bij de Agneskerk aan de St. Agnetenweg 90.

Inzamelen:

Zaterdagen 10, 17, 24 en 31 augustus kunnen er van 09.00 tot 12.00 uur spullen gebracht worden bij de kerk aan de St. Agnetenweg 90

Is het voor u echt onmogelijk om de spullen te brengen, bel dan een van onderstaande telefoonnummers om een afspraak te maken voor het ophalen ervan, echter, onze voorkeur is dat u de spullen zelf brengt!

LET OP: we moeten echt kritisch zijn en willen er op wijzen alleen bruikbare en hele spullen voor de Jaarmarkt te geven. Alles wat niet verkocht kan worden moeten wij ook weer afvoeren met flinke kosten als gevolg! Wat we echt niet willen zijn: grote wandmeubels, encyclopedieën, bloempotten, bankstellen, oude PC's en TV's met beeldbuis.

Kraamhuur:

Indien u een kraam wilt huren voor € 25,00, bel dan een van onderstaande tel. nrs.

Kernteam Jaarmarkt 2018.

Gerda Faaij: 024 377 05 50 of: 06 137 755 94.

Chris Engelaar: 024 378 06 51 of: 06 109 145 50

Paula Klein: 06 293 230 67

Theo Jongmans: 024 378 93 85 of: 06 128 729 59

Mail: ta.faay@chello.nl

Facebook: www.facebook.com/jaarmarktagneskerklindholt

www.agneskerklindholt.nl



Locatie:
Lindenholt
Johan Cruyff court

Wat is nou precies de NK Cruyff Courts 6 vs 6 en waarom is dit jaar zo speciaal? Dit is een jaarlijks voetbalevenement wat door het hele land in verschillende gemeenten wordt georganiseerd. In de maanden april en mei de voorrondes en eind juni de finaledag.

Bijzonder aan de editie van dit jaar is dat de landelijke finaledag zal plaatsvinden in Nijmegen! Tijdens de voorronde op het Cruyff Court Lindenholt waren meerdere prijzen te verdelen. Zo is er veel aandacht voor het best voetballende team, maar misschien nog wel belangrijker: Het meest respectvolle team.

Voorronde NK Cruyff Courts 6 vs 6

Voor twaalf teams was het op 24 maart zo ver! Op het Cruyff Court in Lindenholt vond de voorronde plaats. Een mooie (kunst)grasmat, gave side-events, de strakblauwe lucht en enthousiaste vrijwilligers waren de juiste ingrediënten voor wat een zeer geslaagde dag zou worden.

Vooraf aan het evenement werd door de aanvoerder van elk team een handtekening gezet op de respectvlag, om zo het thema wat centraal staat tijdens deze dag te benadrukken. Om 12:30 uur was het tijd voor de eerste wedstrijd: Futsal Chabbab Hatert – Zwanenveld.

Het plezier, maar ook het fanatisme was van de gezichten van zowel de deelnemers als de begeleiders van de teams af te lezen. Gedurende de hele middag was er voor teams die geen wedstrijd aan het spelen waren de mogelijkheid om deel te nemen aan andere side-events zoals een springkussen, maar ook andere kleine partijtjes waar kinderen elkaar konden uitdagen. De poulewedstrijden waren om 15:30 uur afgelopen.

Penaltybokaal

Er was ook een penaltybokaal waar per team vier kinderen zich voor konden inschrijven. Met

een keeper die op hoog niveau gespeeld heeft, was dit een geweldige uitdaging voor de kinderen! Degene die aan het eind van de afvalrace overbleef, was de winnaar van een Ajax-tenuue. Helaas heeft de organisatie de naam van deze penaltykiller niet weten te achterhalen. Wel willen wij hem namens de organisatie feliciteren met deze prijs!

Kruisfinales

De kruisfinales gingen tussen de drie nummers 1 en de beste nummer 2 van de drie poules. Dit waren FC Riba, Techniektraining Beek, Futsal Chabbab Hatert en Techniektraining Nijmegen. Na twee spannende halve finales met veel aanmoedigen van andere teams, bekenden van de deelnemers, maar ook van omwonenden, was de finale bekend: Futsal Chabbab Hatert – Techniektraining Nijmegen. Laatstgenoemde trok aan het laatste eind en won de wedstrijd maar liefst met 0-3. Hierdoor plaatsten zij zich gelijk voor de landelijke finaledag op 29 juni in Nijmegen.

Landelijke finaledag

N.E.C., de Johan Cruyff Foundation en de gemeente Nijmegen slaan de handen ineen. De drie partijen gaan op 29 juni 2019 de finaledag van het NK Cruyff Courts 6 vs 6 organiseren. In het centrum van Nijmegen worden mobiele Cruyff Courts geplaatst waar de finales op gespeeld gaan worden. Hoe de dag er precies uit gaat zien wordt later bekend gemaakt.

Tekst en foto: Niels Rakhorst



winnende team Lindenholt

Beweeg Je FIT

Doe mee aan BEWEEG JE FIT!

Een leuk programma voor kinderen met overgewicht van 4 tot 12 jaar en hun ouders.

Kosten: slechts €25,-

Dit houdt in:

- 2 1/2 jaar begeleiding van kinderdiëtiste Laura Slebus, kinderfysiotherapeuten Annegien Slager en Judith Dost en GGD-verpleegkundige Marieke Bremer
- Lekker kookworkshops voor ouders en kinderen
- 1/2 jaar sporten in een groepje o.l.v. sportdocent van Sportservice (Sasa Brunning)

Aanmelden/meer informatie:

mbremer@ggd gelderland zuid.nl

of bel: 024-3297111

Beweeg
je fit!

Maud gunt 1000 mensen schoon drinkwater, U ook?



We ontmoeten Maud bij Roel en Coline van Es in de Hegdambroek. Zij zijn al jarenlang vrijwilligers van de schoenendoos Actie-4Kids en zetten zich daarnaast nog in voor stichting GAIN (Global Aid Network). Deze stichting boort diepwaterbronnen in Afrika, in de gebieden met een slechte drinkwatervoorziening. Maud Aarns woont in de Driessensacker loopt dit jaar voor de eerste keer de Nijmeegse Vierdaagse mee. Het was voor haar vanzelfsprekend om daar een goed doel aan te koppelen. "Lopen Voor Schoon Water in Afrika" is een project van Water4Kids.

Maud: 'Ik ben al van jongs af aan zeer betrokken bij de acties van Roel en Coline. Ik weet

nog dat ik de eerste keer de foto zag van een Afrikaanse vrouw met 2 glazen in haar handen, de ene was smerig en de andere schoon. Ik schrok daar zo van. Ik was 8 jaar en kon niet geloven dat er mensen op deze aarde leven die dat vieze water moesten drinken. Ik wilde



gelijk geld uit mijn spaarpot doneren, maar mijn moeder vond dat ik het ook op een andere manier kon doen. Ik ben toen op de stuivertjes markt gaan zitten met zelfgemaakte sieraden op de basisschool.'

Roel vult aan: 'Ik zie Maud nog binnenkomen met een zak vol met stuivers, 60 euro had ze bij elkaar gekregen.' Maud: 'Nu, elf jaar later, ben ik niet van mening veranderd en ik gun iedereen op de wereld schoon drinkwater. De gedachte dat we elke dag nieuwe ontwikkelingen doormaken op het gebied van bijvoorbeeld technologie, maar dat er nog zoveel mensen zijn die niet kunnen voorzien in levensbehoeften zoals schoon drinkwater, raakt me enorm. De meeste ziektes in ontwikkelingslanden zijn water gerelateerd. Elke twintig seconden sterft een kind door het drinken van vervuild water. Ik sluit mijn ogen er niet voor en kijk niet de andere kant op. Wij, mensen, hebben zoveel kracht als we samen zouden werken. Mijn vraag aan jullie is daarom: willen jullie meehelpen aan een wereld waar er geen mensen meer overlijden door geïnfecteerd water? Met jullie hulp kunnen er diepwaterbronnen worden aangelegd waar een heel dorp gebruik kan maken van schoon water. Een diepwaterbron kan voor € 7500,- worden aangelegd en ongeveer 1000 mensen kunnen hier gebruik van maken. Elke bijdrage is welkom. Aankomende zomer ga ik de vierdaagse lopen en zoek ik sponsors die mij willen steunen. Ik hoop dat ik minimaal € 7500,- ophaal want dan hebben 1000 mensen in Benin, Afrika een diepwaterbron en dus schoon drinkwater.'

Mocht u Maud willen helpen en iets willen doneren, hieronder een linkje waar u gemakkelijk geld kunt overmaken:

www.devierdaagseponsorloop.nl/wandelaars/maud-aarns-0

Naast Maud loopt Theo Hermens, 74 jaar uit Wijchen voor de 41e keer mee. Hij loopt al de 8e keer voor Schoon Water in Afrika.

www.devierdaagseponsorloop.nl/wandelaars/theo-hermens-0

Op de dag van Lindenholt is Maud samen met Roel en Coline aanwezig met hun eigen kraam en kunt u bijvoorbeeld een vogelhuisje kopen waarvan de opbrengst ook naar dit project toegaat. Een leuk idee voor Vaderdag om cadeau te geven.

Wij wensen Maud heel veel succes toe en hopen dat zij veel geld op gaat halen. De redactie heeft al een vogelhuisje hangen, nu u nog!

Tekst: Victoria Lammerinks-Montis

Foto's : Roel van Es

“Lindenholt doet”

Overzicht van Activiteiten in Lindenholt 3e editie; 12 juni t/m 14 augustus 2019

Met ingang van de tweede editie van Lindenholt Leeft, gaan wij de pagina's van Lindenholt doet anders presenteren. Voorheen werd er per **Locatie** de verschillende activiteiten gepresenteerd. Nu gaan wij dit na verschillende verzoeken, presenteren per **Categorie**. Hier onder vindt u de opgegeven Activiteiten van de 2e editie. Er worden in de nieuwe presentatie geen logo's meer tussen de tekst geplaatst omdat er nu op activiteit wordt gesorteerd. De infogegevens van degene die de activiteiten organiseert, zoals contact adres, telefoonnummer of email komt bovenaan de rubriek Lindenholt doet te staan als deze meerdere activiteiten organiseert. Is er maar een activiteit zoals bij AED Dukenburg dan staan daar de infogegevens. Bij de activiteit kunnen ook gegevens staan als die afwijken met de algemene infogegevens.

Vaste locaties en activiteiten in Lindenholt Doet zijn:



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

Open van maandag tot en met vrijdag open van 9.00 – 18.00 uur. Loop binnen voor een kopje koffie of thee, een gezellig praatje of iets leuks uit de weggeefkast. Voor speciale activiteiten kijk op Lindenholt Doet en voor actuele informatie www.wijkatellerlindenholt.nl
Bij de meeste activiteiten zijn consumpties voor eigen rekening, tenzij anders vermeld.



Wijkcentrum de Brack
Leuvenbroek 12-00
024-37 75 784
email: debrack@nijmegen.nl /
www2.nijmegen.nl/content/1016241/wijkcentrum_de_brack



Wijkcentrum de Kampenaar
Zwanenstraat 1
email: dekampenaar@nijmegen.nl
024-3738224



Locatie Horstacker 1451
Vincentius huis

Locatie Voorstenkamp 1919
De Voorstenpunt info@vincentiusnijmegen.nl aanmelden@eatenmeet.nl



De Broederij Nieuwstadweg 37 Nijmegen
Tel: 06 45 17 05 61 www.debroederij.nl. of op facebook.
info@debroederij.nl



Leuvenbroek 20-02
6546 XN Nijmegen
06 511 933 64
https://jvdukenburg.wixsite.com/jvdukenburg



Postbus 31075 6503 CB Nijmegen
06-16 68 66 91 https://hazenkamp.nl



www.aeddukenburg.nl



Yogagroep De Kampenaar



Wijkgezondheidscentrum Lindenholt



Bloemschikken
De Vlinderbloem

Eenmalige activiteit

De Brack en de Kampenaar zijn ivm vakantie van 8 juli tot en met 18 augustus gesloten.

Dag van Lindenholt: 16 juni 2019 van 12 tot 17 u, Park de Omloop, Lindenholt
Info: Info@dagvanlindenholt.nl
Web-site: www.dagvanlindenholt.nl
www.facebook.com/Dag-van-Lindenholt. Doel: De leefbaarheid van de wijk positief te stimuleren en de samenhang tussen de bewoners van Lindenholt te vergroten. Hierbij wordt de nadruk gelegd op de participatie van alle bewo-

ners, ongeacht leeftijd, beperking en/of culturele achtergrond. Daarnaast worden alle verenigingen, organisaties en bedrijven uit het stadsdeel betrokken bij de realisatie van het evenement."

Popconcert: zaterdagavond voor Dag van Lindenholt. 15 juni 2019 van 20 tot 24 u, Park de Omloop, Lindenholt. Info: Info@dagvanlindenholt.nl
Web-site: www.dagvanlindenholt.nl
www.facebook.com/Dag-van-Lindenholt"

Lindenholt RUN: tijdens Dag van Lindenholt 16 juni. Start 13.00 Kidsrun, 5 km en 10 km

hardloop wedstrijd. Inschrijven vanaf 1 april op www.inschrijven.nl

EXTRA INFORMATIE: Voor de Kinderkookcursussen kunt u opnieuw inschrijven Locatie Horstacker 1451: Vincentius huis Kinderrestaurant 10+ hiervoor kunt u opnieuw aanmelden Locatie Horstacker 1451: Vincentius huis

Buurtactiviteit

Bewonerscomité De Kluijskamp:

Buurt- en kinderactiviteiten Willem van Megen 024-3792627. Mail: dekluijskamp@upcmail.nl

Creatief

Creatief met stoffen en garens en patch-work: elke dinsdag in de even weken van 14.00 – 16.00 u Kosten: kleine vergoeding voor gebruik van materialen. Wijkatelier Lindenholt

Haken en breien: Iedere 3de woensdag van de maand van 15.30 – 17.00 u. Neem eigen materiaal mee. Wijkatelier Lindenholt

Mandela tekenen: Elke dinsdag in de on-even weken van 14.00 – 16.00u en elke vrijdag in de even weken 14.00 – 16.00u Wijkatelier Lindenholt"

Tekenen en Schilderen: Wij zijn een gezellige groep die zelfstandig schildert en/of tekent en zo nodig elkaar op weg kunnen helpen. Momenteel kunnen we nog wat nieuwe mensen gebruiken die het leuk vinden om te komen tekenen of schilderen, zelf materiaal meenemen en er zijn geen kosten aan verbonden. Elke maandag van 13.00 tot 15.00 u Wijkcentrum de Brack"

Schildergroep: Iedere dinsdagmiddag van 13.30 – 16.00 u. Heeft u interesse? Neem telefonisch contact op met Willy Otten 06 2339 2407 Wijkcentrum de Kampenaar"

Wijkkoor: Elke vrijdagochtend van 10.00 u tot 11.30 u samen om te zingen. Dirigent Leo Quaijtaal. Kosten: € 2,50 per keer. De Broederij

Liederentafel Lindenholt: Samen zingen onder begeleiding van live muziek. Iedere 3e vrijdag van de maand van 20.00 tot 22.00 u. Kosten: vrijwillige bijdrage. Wijkatelier Lindenholt"

Broednest: Heb je zin in vrijwilligerswerk? Dat kan bij De Broederij. Samen werken we in de tuin, doen we klusjes in het gebouw, schenken we koffie in het barretje en verzinnen we nieuwe plannen. Kom gerust langs om te kijken naar de mogelijkheden. De Broederij

KunstExpress: Elke woensdag vindt het creatieve maatjesproject Kunst Express plaats. Voor kinderen van 10 tot en met 15 jaar. De Broederij

De Vlinderbloem: Workshops bloemschikken. Doelgroep: Bewoners Lindenholt en omgeving. Gezellige workshops verzorgt door gediplomeerd Bloembindster gepland en op aanvraag, leuk voor vriendinnendag, Familiedag, personeelsuitje etc. Zie agenda op de website voor actuele workshops.

Ook voor speciaal bloemwerk kunt u bij mij terecht. Meer info en aanmelden: Wilma Becker www.workshopsbloemschikkende-vlinderbloem.nl T: 06 2419 9613 of becker.wilma@gmail.com

Dienstverlening

Kledingherstel: Je kunt terecht met je te verstellen of te repareren kleding. Elke zaterdag van 11.00 en tot 14.00 u. Kosten: Kleine bijdrage per stuk. Wijkatelier Lindenholt

Repaircafé Lindenholt: Wij verzorgen kleine reparaties aan huishoudelijke apparaten, computers en fietsen. Elke 2e zaterdag van de maand van 11.00 tot 14.00 u. Bent u voor 13.00 u binnen dan wordt u tot 14.00 u geholpen. Kosten: Kleine vergoeding. Wijkatelier Lindenholt

STIP: Bij de Stip kunt u terecht met allerlei vragen over bijvoorbeeld wonen, inkomen, formulieren, zorg en opvoeding. U kunt er informatie krijgen over activiteiten en cursussen in de wijk. En u kunt er komen met ideeën voor de buurt, aanbieden om vrijwilligerswerk te doen of buurtgenoten ergens mee te helpen. Elke maandag van 13.30 – 16.30 u

Elke Woensdag van 13.30 - 16.30 u
Elke donderdag van 13.30 – 16.30 u
Wijkatelier Lindenholt

STIP: Spreekuur Iedere donderdag 13:30-15:00 u. Locatie Horstacker 1451: Vincentius huis

Belastingspreekuur in STIP: Alleen in de EVEN weken maandag, woensdag en donderdag van 09.00-12.00 u. Voor toeslagen etc. lindenholt@stipnijmegen.nl Wijkatelier Lindenholt

Open inloop voor iedereen: Maandag t/m Vrijdag 10:00-12:00 en 13:00-16:00 u, 50 cent winkel van 10:00-12:00-13:00 16:00 u. Locatie Horstacker 1451: Vincentius huis "Kijk regelmatig op onze site voor meer informatie.

Bureau Handhaving: inlooppreekuur Eerste donderdag van de maand 11:00-12:00 u. Locatie Horstacker 1451: Vincentius huis

50 cent winkel: dinsdag t/m vrijdag geopend van 13.00-15:00 u Locatie Voorstenkamp 1919: De Voorstenpunt

Trombosedienst: Vrijdags van 9.00- 10.00 u. Wijkcentrum de Brack

Rechtswinkel: Spreekuren op de maandag van 19.00-20.00 u. Wijkcentrum de Brack

Educatie en Taal

AED Dukenburg: Reanimeren leren? De cursussen zijn voor bewoners in Lindenholt en Dukenburg gratis, aanmelden kan via www.aeddukenburg.nl Op deze website vindt u ook veel informatie en de locaties van de AED's. Heeft u een BHV cursus gevolgd of een cursus op uw sportclub? Dan kunt u zich rechtstreeks aanmelden bij HartslagNu (www.hartslagnu.nl) of via de HartslagNu app. Na aanmelden krijgt u bij een alarmmelding een sms of app met plek en code van de AED-kast. De AED Dukenburg nieuwsbrief ontvangen? Stuur dan een mail naar bestuur@aeddukenburg.nl

Diverse cursussen en workshops: Kijk voor het actuele aanbod op de website. De Broederij

Taalondersteuning voor allochtone vrouwen: iedere donderdag van 9.15 – 11.30 u. Voor meer informatie: Anke Looijen, 06 – 33 62 74 05. Wijkatelier Lindenholt

Vrouwengroep: iedere dinsdag 9.00 – 11.30 u Wijkatelier Lindenholt

Vrouwen van nu: Alle dames uit Lindenholt en omgeving zijn van harte welkom. Wij hebben educatieve, creatieve en ontspannende avonden. Dus bent U op zoek naar gezelligheid en net iets meer, kom dan eens een avond kijken. Donderdag 18 april en 23 mei 19.30 - 22.30 u. Info: Mevrouw P.Broekman 024-6411303 Wijkcentrum de Brack

Het Taalspreekuur: in het Wijkgezondheidscentrum Lindenholt: Heeft u moeite met lezen of schrijven? Of met rekenen

en/of werken op de computer? Of kent u iemand die hier moeite mee heeft? U kunt met vragen terecht bij uw huisarts of behandelaar van het Wijkgezondheidscentrum Lindenholt. Horstacker 1644, 024-3781818 kjois@wgclindenholt.nl

Eten & drinken

Wijkontbijt: Een gezond en lekker ontbijtje om de dag eens goed mee te beginnen. Elke dinsdag van 9.00 - 10.30 u. Kosten: € 1,50 (inclusief koffie of thee). Wijkatelier Lindenholt

Buurtsoep: Elke dinsdagmiddag om 13.00 u is de soep klaar en kun je aanschuiven. De Broederij

Soep met je buren: Elke donderdag van 12.00-13.30 u. Locatie Horstacker 1451: Vincentius huis

Soep met je buren: elke woensdag 12.30-13.30 u Locatie Voorstenkamp 1919: De Voorstenpunt

SOEPie-Doen: samen genieten van een zelfgemaakte soep. Elke maandag van 12.30 - 13.30 u. Wijkatelier Lindenholt

Lunch: Elke zondag van 13.00 - 14.00 prijs € 1,75 met soep € 2,75 aanmelden 024-3770098 Wijkatelier Lindenholt

Daghap: Alle inschrijvingen via Hulpverlener of na goedkeuring Vincentius. Elke dinsdag, woensdag, donderdag 17.30-18.30 u. Locatie Horstacker 1451: Vincentius huis

Eat en Meet: 1e vrijdag van de maand In samenwerking met de Kerk van Nazarener en Agnesparochie kosten 3,50 euro voor drie gangen menu aanmelden is verplicht via aanmelden@eatenmeet.nl of in het Vincentius huis. Locatie Horstacker 1451: Vincentius huis

Takeaway afhaalmaaltijd: Elke maandag, dinsdag. Afhalen tussen 15.00 en 17.00. Aanmelden tot 12.00 u Hoofd- en nagerecht voor €3,75 Wijkatelier Lindenholt

Eet mee in het Wijkatelier: Iedere Donderdag van 17.00 - 19.00 u (aanmelden uiterlijk t/m de woensdag ervoor) Driegangen diner voor € 4,50

Aanmelden bij mail: j.joren@me.com tel: 0650128270 Wijkatelier Lindenholt

Diner: 2 gangen(hoofd en nagerecht); elke 2e en 4e zondag van de maand Kosten: € 3,75 17.00 - 19.00 u Wijkatelier Lindenholt

Koffiebarretje: Elke dinsdag, woensdag en vrijdag is het geopend van 9.15 u tot 17.00 u. De Broederij

Klets en koffie: Zin om een keer langs te komen, maar weet je niet of er anderen zijn? Op vrijdagpochtend zijn er in ieder geval buurtgenoten. De meesten schuiven rond 10.30 u aan. Wees welkom De Broederij

Bakkie Doen en Theeleuten: Iedere dag (behalve de zaterdag)gezellig van 9.00 - 17.00 Kosten: € 1,75 inclusief een kop koffie of thee. Wijkatelier Lindenholt

Proeverij: Houdt je niet van bakken, kom dan lekker proeven van vers gemaakt gebak. Iedere woensdag van 16.00 - 17.00 u. Kosten: koffie of thee met zelfgemaakte taart voor 1,00 euro. Wijkatelier Lindenholt

Heel Lindenholt Bakt: Kom gezellig mee bakken in het Wijkatelier. Ook leuk voor kinderen. Iedere woensdag van 13.30 tot 16.00 u. Wijkatelier Lindenholt

Jongeren

Jongerencentrum de Sprok en fitnessruimte:

Adres: Weteringweg 51

E-mail: t.balvers@tandemwelzijn.nl

Web-Site: www.facebook.com/jongerencentrumdesprok

Maandag: 19:00 - 21:00, Dinsdag: 15:00 - 17:00 & 19:00 - 21:00 (studioavond), Woensdag: 15:00 - 17:00 & 19:00 -22:00 Donderdag: 15:00 - 17:00 & 19:00 -22:00 Voor activiteiten zie elders in dit blad. Wijkcentrum de Sprok

SLAK Stichting Lindenholtse Activiteiten voor

Kinderen: Doel: Ontmoeting en recreatie voor kinderen wonend in het stadsdeel Lindenholt. Nadere info: Fred Penninx. pr@stichting-lak.nl Mobiel: 06 19151650 www.stichting-lak.nl

Facebook: www.facebook.com/SLAK.NL

Jongerencentrum de Casa Kamp:

Iedere maandag 15.00- 17.00 u

Iedere woensdag 15.00- 17.00 u

Iedere vrijdag 19.30- 21.30 u

Voor jeugd activiteiten zie elders in dit blad. Wijkcentrum de Kampenaar

Broedplaats voor kinderen: Elke dinsdagmiddag na school tot 16.30 u kunnen kinderen hun creatieve ideeën komen uitbroeden tijdens de Broedplaats. Consumptie is voor eigen rekening en een vrijwillige bijdrage voor materialen is fijn. Voor kinderen vanaf 7 jaar. De Broederij

Atelier voor jongeren: Elke dinsdag van 16.30 u tot 18.00 u is het atelier geopend voor jongeren van 12 tot 18 jaar. In het atelier kun je met leeftijdgenoten schilderen, tekenen, naaien, kleien, attributen voor op je kamer maken, fotograferen en meer. De kosten voor het jongerenatelier zijn € 2,50 per keer. Je koopt een strippenkaart voor 10 x Atelier en deze kaart is het hele jaar geldig. Eerst een keer gratis. Mail dan naar info@debroederij.nl De Broederij

Meditatie

Meditatie in Stilte: op de laatste zondagochtend van de maand van 10.00 - 11.00 u. Nooit gedaan en wel benieuw? Kom dan een kwartier eerder. Nadere informatie Hannah Dits 024-3791017. Wijkatelier Lindenholt

Mindfulness: oefenen: Elke derde woensdag van de maand. Van 20.00-21.00 u Deelname is gratis. Aanmelden via email: oefenenmindfulness@gmail.com Wijkcentrum de Brack.

Ouderen

Deel de dag Lindenholt: dagactiviteit voor ouderen, ma t/m vr van 10.00 u - 16.00 u Kosten € 2,50 p/d Wijkatelier Lindenholt

Spel

Bingo: 3e vrijdag van de maand 13.30-15.30 u (kosten 5 euro inclusief hapje en drankje). Locatie Horstacker 1451: Vincentius huis

Bingo: iedere 1ste maandag van de maand (behalve op feestdagen). Kosten € 2,50 per kaart Wijkatelier Lindenholt

KBO Bingo: Donderdag 13 juni en Donderdag 4 juli 14.00- 16.30 uur. Wijkcentrum de Brack

"Lindenholt doet" Overzicht van Activiteiten in Lindenholt

3e editie juni 2019

Bingo: Iedere Dinsdag in Zaal 2 . 2 x 4
Rondes Kosten € 3,00 per kaart. Aanvang
14.00 u Wijkcentrum de Brack

Speciale middag: KBO Donderdag 27 juni
Wijkcentrum de Brack Wijkcentrum de
Brack

Kaarten: KBO Donderdag 20 juni Wijkcen-
trum de Brack

Sjoelen: Elke 2e en 4e dinsdag van de
maand van 14.00 – 16.00 u. Gratis deel-
name Wijkatelier Lindenholt

Gezellige zondagmiddag: Alles kan en al-
les mag. De aanwezigen beslissen zelf wat
er gedaan wordt. Elke 2e en 5e zondag
van de maand (13.30 tot 17.00). Wijkate-
lier Lindenholt

Sport & bewegen

Bridge Instuif: Elke donderdag van 13.30-
16.30 u. Info: Jannetje van der Tol 024-
8449288 Wijkcentrum de Brack

Sport en Spel: Elke Dinsdag : van 16:00
– 17:00 Sport en Spel van 17:00 – 18:00
Hiphop I van 18:00 – 19:00 Hiphop II
Elke Woensdag: van 15:00 – 15:45 Kids
Swing van 16:00 – 17:00 Conditie en spel
van 19:00 – 20:00 Mix Dance
van 20:00 – 21:00 Mix Dance
Kosten voor deze lessen is €2,50 per les.
Aanmelden of proefles via Manuel@
factory-dance.nl
Locatie Horstacker 1451: Vincentius huis

Bewegen op Muziek: Nieuwe deelneem-
sters in de leeftijd van 40 jaar en ouder zijn
van harte welkom. Niet eerder aan bewe-
ging gedaan? Geen probleem! Onder
deskundige leiding wordt bewegen Elke
maandagavond van 20.00 - 21.00 u. Info:
Brieta Bisschops tel 024-6775115 (tussen
19.00-20.00 u) Wijkcentrum de Brack

Wandelen in Lindenholt: Een rond-
je wandelen door Lindenholt. Ook
leuk om Lindenholt te leren kennen.
Elke maandag van 13.30 – 14.30 u.
Wijkatelier Lindenholt

Wandelen in Lindenholt: Elke dinsdag van
14:30 – 16:00, start bij Vincentius, Horstac-
ker. geen kosten, voor iedereen, geen
aanmelding nodig.

Praktijk Yoga-adem-Ontspan Lindenholt:

Voor meer informatie zie de website: www.yoga-adem-ontspan.nl

Yogagroep De Kampenaar: Elke vrijdag-
morgen zijn er yogalessen van 9.00 – 10.00 u
en van 10.30 – 11.30 u. Voor meer info: email:
anneke@akkers.nl mob : 06-21590904
Wijkcentrum de Kampenaar

Turnen/gym voor de jeugd:

Sportzaal Mondial College Leuvenbroek,
Toesteltturnen Maandag, 16.45 – 17.45 u v.a.
5 jaar 17.45 – 18.45 u v.a. 8 jaar
18.45 – 19.45 u v.a. 10 jaar
Sportzaal Gildekamp, Toesteltturnen
Donderdag 16.15 - 17.15 u v.a. 4 jaar,
17.15 - 18.15 u v.a. 7 jaar, 18.15 - 19.15 u v.a.
9 jaar. De Hazenkamp

Senioren Gymnastiek en Spel:

Gymnastiek groep voor Senioren vanaf
45 plus. Een ieder kan in deze les volop
bewegen, zowel mensen die altijd gesport
hebben als mensen die nu met sporten
willen beginnen. Gymnastiek (op muziek)
wordt afgewisseld met diverse spelvormen.
Sportzaal Gildekamp Maandag 20.30 –
22.00 u. De Hazenkamp.

Judo voor iedereen vanaf 4 jaar Sportzaal
Leuvenbroek (bij de Montessori basis-
school)
Maandag: 18:30 - 19:30 u 9 - 12 jaar, 19:30 -
20:30 u 12 jaar en ouder
Donderdag: 18:15 - 19:15 u 4 - 8 jaar, 19:15 -
20:15 u 9 - 12 jaar, 20:15 - 21:15 u 12 jaar
en ouder
Voor meer informatie: 0651193364 /
0243779369 / 0652684780 Email voorzitter-
jvd@gmail.com / www.jvdukenburg.wix.com/jvdukenburg

Kickboksen: Elke Maandag: van 18:00 –
19:00 Kickboksen voor kinderen 6+; van 19:00
– 20:00 Kickboksen voor volwassenen; van
20:00 – 21:00 Kickboksen voor volwassenen.
Elke Donderdag: van 18:00 – 19:00 Kick-
boksen voor kinderen 6+; van 19:00
– 20:00 Kickboksen voor volwassenen
Kosten voor deze lessen is €2,50 per les.
Aanmelden of proefles via Manuel@factory-
dance.nl Locatie Horstacker 1451: Vincen-
tius huis

Gymclub zonder naam: Bewegen op mu-
ziek. Elke maandag van 19.30 – 20.30 u.
Aanmelden via: Katja de Groot, 024 – 378
51 73 Kosten: € 7,50 per maand. Wijkate-
lier Lindenholt

Hardlopen: Lindenholt Loopt (LL); Elke
dinsdagavond 20.00 u
LL START: beginnerscursus start op 9 april
2019 om 20.00 met trainer. 8 lessen in 10
weken, kosten 15 euro contant bij eerste
les.
LL FREE om 20.00: gratis samen 5 -10 km
hardlopen met elkaar (zonder trainer),
voorwaarde: je kunt min 5 km hardlopen
Aanmelden: via indenholtloopt@gmail.com
of via onze website sites.google.com/site/lindenholtloopt.
Wijkatelier Lindenholt

Darten: Donderdags 19.00-22.00 u: Vrij
Darten 30+ Wijkcentrum de Brack



Wij zijn weer op zoek naar enthousiaste mensen met
een hobby.
Heeft u een hobby (bijvoorbeeld naaien) en bent u
daar erg enthousiast over en zou u het leuk vinden
dit aan anderen over te brengen door een work-
shop of een cursus in te geven? Neem dan contact
met ons op (info@deinloop.nl) en kijk samen met
ons, hoe we dat vorm kunnen geven. U hoeft niet
alles zelf te doen, wij helpen u erbij!
Maar de eerste stap komt van U! Mail ons met uw
idee en samen gaan we dan aan de slag.
**Stichting De Inloop is een vrijwilligersorganisa-
tie zonder winstdoelmerk.**

Save The Date – Open dag

Gezamenlijke open dag op Zaterdag 7
september.
Behalve dat wij als cursusorganisatie ons aan-
bod voor het nieuwe seizoen zullen presente-
ren, is het de bedoeling dat op deze dag alle
gebruikers van het Wijkcentrum zich presente-
ren. Voor u als wijkbewoner een unieke ge-
legenheid om eens te komen kijken wat er in ons
Wijkcentrum zo allemaal gebeurt. Misschien is
er iets bij, waar u zich bij aan wilt sluiten? Kom
vrijblijvend kijken.
De ochtend begint om 11.00 u; tot hoelang
we doorgaan is nog niet bekend, want er moet
nog veel georganiseerd worden!

Maar reserveer alvast de datum in uw agenda!

INGANG

ftz FYSIOTHERAPIE TOLHUIS-ZWANENVELD



In goede handen voor o.a.:
Sportfysiotherapie, (Long)
Revalidatie, Taping, Diabetes,
Hart en Vaataandoeningen en
Overgewicht

Bij ons nu ook in goede handen
voor: Dry-needling



En kijk ook op onze Facebookpagina.

Adressen: Zwanenveld 90-80G+H, 6538 SC Nijmegen
en Tolhuis 33-09, 6537 NH Nijmegen

Telefoonnummer: 024-3443638

Mailadres: info@fysiotherapie-ftz.nl

Aangesloten bij COPD- en Claudicatio-netwerk

ZONNECENTRUM DUKENBURG

Ontspannen, Genieten en Bruin worden

Telefoonnummer: 024-3444607

Bij Winkelcentrum Dukenburg. Voorbij de AH en Blokker het
winkelcentrum uit en u komt bij de hoofdingang. Ook kunt u ons
bereiken via de achterzijde (bij het voormalige postkantoor)



Orthodontistenpraktijk Dukenburg
voor kinderen en volwassenen

Trots
op je
lach



Persoonlijke benadering



Snel een afspraak



Perfekte locatie

www.orthodukenburg.nl

024 3440837

ADVOCATENKANTOOR BOS

mr. B.F.M. Bos

advocaat & belastingkundige sinds 1983

Zwanenveld 9080

6538 SC Nijmegen

024-3451144

advocatenkantoorbos@planet.nl

voor advies, bemiddeling en procederen bij:

(echt)scheidingen, huurzaken, arbeidszaken, belastingzaken,
uitkeringen, erfenissen, contracten en andere conflicten

1e gesprek (half uur) gratis





Lindenholt Loopt is een hardloop groep (en inmiddels ook wandelgroepje) voor en door Lindenholt en omgeving. Jong en wat ouder, ervaren hardlopers of juist net gestarte hardlopers inspireren elkaar en ervaren hoe fijn het is om het lijf tot actie te brengen.

Lindenholt Loopt is een hardloop groep (en inmiddels ook wandelgroepje) voor en door Lindenholt en omgeving. Jong en wat ouder, ervaren hardlopers of juist net gestarte hardlopers inspireren elkaar en ervaren hoe fijn het is om het lijf tot actie te brengen.

Deze keer komt een van onze lopers van de beginnersgroep aan het woord. Want we zijn op 9 april weer met een nieuwe beginnersgroep gestart. Hoe heeft Tineke de eerste trainingen ervaren?

Tineke vertelt: "Via het wijkatelier Lindenholt wist ik dat er een hardlooptgroep was op dinsdagavond, maar ik dacht altijd dat is niets voor mij.

Ik zal me eerst even voorstellen, ik ben Tineke Joren 55 jaar, getrouwd, 2 kinderen en ben werkzaam in het CWZ. Sporten is nooit mijn ding geweest vond het op de middelbare school vreselijk alleen hardlopen vond ik leuk. Maar omdat je weet dat sport gezond is heb ik in mijn vrije tijd altijd iets aan sport gedaan. De laatste jaren wandelde ik ongeveer 2x per week en zwam op maandagavond met vriendinnen.

Via Johan (mijn man) hoorde ik dat op dinsdagavond er weer een beginnerscursus Lindenholt loopt zou starten vanuit het Wijkatelier.

Johan was zeer enthousiast en had zich opgegeven voor deze cursus, ik heb me laten mee slepen en we begonnen op 09-04-19 onze 1e training.

Op de 1e training werd goed uitgelegd waar de cursus uit zou bestaan en dat vooral blessures moesten worden voorkomen.

Elke training beginnen we met een warming up en looptraining, het laatste half uur gaan

we daadwerkelijk hard lopen. Via een gesloten app groep krijgen we huiswerk mee, je moet 2x in de week ook nog zelf hardlopen, eerlijk gezegd lukt mij dit niet altijd.

In het begin vond ik het moeilijk maar het gaat steeds beter en was trots op mezelf dat ik al 2 x 10 minuten achter elkaar hard kan lopen.

Miranda (trainster) is zeer enthousiast en legt ons goed uit waar we tijdens het hardlopen op moeten focussen zoals ademhaling en loophouding. We hebben leuke beginnersgroep met diverse leeftijden en ik ga elke dinsdag met plezier naar Lindenholt loopt !!! Met vriendelijke groet, Tineke Joren"

Dank je wel Tineke, een enthousiaste en snel lerende leerling. Prachtig om te zien hoe onze beginners afgelopen weken gegroeid zijn. Op 16 juni zijn ze klaar voor de LindenholtRUN van 5 km.

Wil je zelf ook meedoen aan een run, schrijf je dan in voor de LindenholtRUN op 16 juni aanstaande via www.inschrijven.nl. Kleinschalig, gezellig, laagdrempelig en prima te doen als eerste wedstrijd.

Wil je ook een keer met Lindenholt Loopt mee rennen of wandelen? Op de dinsdag avond of de zondagochtend groep? Kijk op onze website <https://sites.google.com/site/lindenholtloopt/home> of mail ons via lindenholtloopt@gmail.com

Oh ja, nog even een vervolg op vorig verslag: Esther en Miranda zijn bij de marathon van Rotterdam met veel plezier en gezond en wel gefinished.

Tekst Miranda Boom en Tineke Joren



**Dag van Lindenholt
organiseert samen met
Lindenholt Loopt:**



LINDENHOLT RUN

op zondag 16 juni tijdens de Dag van Lindenholt

De Lindenholt Run voor en door Lindenholt e.o. dus start met trainen, ga de uitdaging aan en doe mee.

Ook dit jaar is er weer een Kids Run
5 km Lindenholt Run - 10 km Lindenholt Run

Met muziek, markt en vele evenementen, ook voor kinderen. Met officiële tijdsregistratie.

Inschrijving vanaf 1 april via: inschrijven.nl
Lindenholt Run Info op www.lindenholtleeft.nl



Vernieuwing Winkelplein Leuvenbroek

De afgelopen maanden hebben we als Bewoners Overleg Lindenholt (BOL) regelmatig contact gehad met ambtenaren van de Gemeente Nijmegen over de voortgang van het project. Verschillende afdelingen hebben geadviseerd. Anderen werkten aan de uitwerking van het door een werkgroep van bewoners ontworpen en gekozen basisontwerp.

Er kwam veel bij kijken: o.a vergunningen, plek voor de marktkramen, waterafvoer, verkeersveiligheid, kostenbeheersing etc. Een hele waslijst aan zaken zijn uitgezocht, overlegd en doorberekend. Daar wordt nu de laatste hand aan gelegd.

In juni ligt het uitgewerkte en door de Gemeente goedgekeurde concept-ontwerp klaar in wijkcentrum de Brack. De bewoners rondom het winkelcentrum Leuvenbroek en de winkeliers krijgen nader bericht wanneer deze plannen te bezichtigen zijn

Het is nog niet helemaal af. Over enkele zaken gaan de omwonenden en de winkeliers zelf beslissen: de verlichting en de kleur van de bestrating. Voorbeelden waaruit kan worden gekozen zijn dan beschikbaar. Ook ligt er dan een voorbeeld van de voorgestelde beplanting.



arts impression Leuvenbroek

Hannah Dits,
Bewoners overleg Lindenholt, (BOL)
contactpersoon Leuvenbroek.



Thuiszorg M.O.C. biedt in Lindenholt 3 dagen per week dagbesteding en persoonlijke begeleiding aan.

Dit alles in een gezellige prettige sfeer waarbij individuele wensen, behoeften en mogelijkheden voorop staan.

De dagbesteding is bedoeld voor mensen vanaf 18 jaar mét een indicatie en voor mensen van 65 jaar en ouder zonder indicatie. Het ondersteunt u en de mensen uit uw omgeving daar waar nodig en is geheel **gratis**.

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



Email: info@thuiszorgmoc.nl

Wijkcentrum De Kampenaar
Zwanenstraat 1a 6545 AX
Nijmegen
024-6756760

Info: www.thuiszorgmoc.nl



Nia® dans

Music, Movement, Magic

Een mindful dansconcept waarbij je met zoveel plezier beweegt, dat je nauwelijks beseft dat het een geweldige workout is.

Nia combineert dans, vechtkunst en yoga op muziek. Geschikt voor alle maten en leeftijden.

Voor meer info kijk op: www.bemoved-beyou.nl

rijwielspecialist
scheepers

**Bike
Totaal**

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

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

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



Fysiotherapie houdt u in beweging!



024-3780991

Pysiotherapie Lindenholt - Ruikes & de Muijnck

Wij hebben onder meer de volgende specialisaties:

- **Algemene fysiotherapie**
- **Manuele therapie**
- **Psychosomatische fysiotherapie**
- **Fysiotherapie bij ouderen**
- **Oedeemfysiotherapie**
- **Individuele trainingsprogramma's**
- **Veilig wonen activiteiten (valpreventie)**
- **Mindfulness: 8 weekse cursus vanaf januari 2019**

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 024-3711443



U kunt een afspraak maken via onze website of neem telefonisch contact op met één van onze assistentes. Zij maken **direct** met u een afspraak!



Hé ga je mee???!!! Met de SOR op (kinder) vakantie



Ook dit jaar organiseert de SOR vakantiecampen (Stichting Ontspanning en Recreatie Nijmegen) zomerkampen voor kinderen van de basisschool uit Nijmegen en omgeving en dat doen we al vanaf 1963.



Wanneer en hoe ziet zo'n kamp eruit?

Nu, wij delen de kinderen op in leeftijdsgroepen en hebben daardoor 4 kampen. Het jongste gemengd kamp (leeftijd 7 en 8 jaar) gaan in de week van 20 juli tot 27 juli naar een blokhut in Mill. In diezelfde week gaat er ook nog een gemengde groep van 9 en 10 jarige jongens en meisjes naar een tentenkamp in Nieuw-bergen. De week daarop van 27 juli tot en met zaterdag 3 augustus zijn er 2 kampen. 1 voor jongens van 11 en 12 jaar in een tentenkamp en het andere kamp voor de dames van 11 en 12 in een blokhut. Een bus vervoert de kinderen die vanaf het station naar de verschillende kamplocaties brengt. De grootte per kamp bedraagt tussen de 20 en 25 kinderen met 7 tot 10 man leiding als begeleiding.

En wat doe je dan zoal?

Dat ligt een beetje aan hoe oud je bent. Maar ieder kamp zorgt voor een spelprogramma, waar altijd wel iets van je gading zal zitten, zoals bijvoorbeeld voetballen, trefballen, spellencircuit, levend ganzenborden en als de avond valt als afsluiting meestal wel een kampvuurtje. En vergeet de dropping niet.

Het mooie is, dat aangezien, iedereen wel dezelfde leeftijd op kamp heeft, je zo vriendjes en vriendinnetjes hebt gemaakt. En vies mag je ook worden, heel erg vies zelfs.

Uiteraard wil je graag weten, wat je allemaal mee moet en mag nemen, en wat niet? Dat krijg je allemaal te horen van de kampleiding die in de 4 weken voor het kamp, iedereen bezoekt die met jouw kamp meegaat. Kun je tegelijkertijd alles vragen wat je nog meer wil weten. Wie van je vriendjes meegaat bijvoorbeeld, of dat die en die ook nog mee mag? (vaak kan dat wel, past de leiding er wel een mouw aan). Of je jouw telefoon mee mag nemen, spelcomputer enzovoorts?

Via de website van de SOR www.SORvakantiecampen.nl, kun je nog veel meer informatie vinden.



Alles over aanmelden, aanmeldprocedure, kosten en andere dingen zijn daar te vinden.

Aanmelden liefst voor 16 juni. Lukt dat niet, geen nood, later kan ook nog. Belangrijk voor ons als organisatie, is dat de tijd krijgen om ervoor te zorgen dat er bij ieder kind van te voren een leider of inschrijver is langsgesproken.

Geïnteresseerd, maar nog vragen?

Wij staan op de Dag van Lindenholt met een kraam, waar U al Uw vragen als kind en ouder kunt stellen. En een week later ook op Kleurrijk Hatert.

Uiteraard hebben we altijd ook weer behoefte aan mensen die als begeleider mee willen op kamp. Je moet daarvoor wel minimaal 18 jaar zijn. Na een kennismakingsgesprek kijken we wat jou het beste ligt, welk kamp en wat je prettig vindt. Het record kampen draaien staat op 40 jaar, dus dat het leuk is, hoeft geen betoog.

Namens de SOR, Emile Pennings

Tekst en foto's: Emile Pennings



Jochem Peters is al jaren vrijwilliger bij de SOR.

Voor mijn studie heb ik een reis door Tanzania gemaakt. Daar heb ik onder andere filmavondjes voor kinderen in een weeshuis georganiseerd. Hier haalde ik zoveel voldoening uit, dat ik in Nederland besloot daar ook wat mee te doen.

Tijdens een bezoek aan een braderie in Nijmegen, kwam ik een kraampje van SOR tegen. Zij vertelden mij dat ze kinderkampen organiseren op een plek midden in het bos, zonder stroom, water of andere voorzieningen. Dit sprak mij enorm aan. Ik houd namelijk van kamperen, maar ook van de natuur. Ik ga graag de bossen in om daar te verblijven met zo min mogelijk spullen. SOR biedt voor mij de combinatie. Op het kamp komen deze dingen samen. Het verzorgen van een leuke en fijne vakantie voor de kinderen in een mooie natuurlijke omgeving met zo min mogelijk 'luxe'. Dit is waarom ik het zo leuk vind om met de SOR op kamp te gaan.



MAAK OOK KENNIS MET DE GOEDKOOPSTE SUPERMARKT IN DE REGIO

SUPER VERS EN *** KWALITEIT**
SERVICE MET EEN GLIMLACH

KIJK OOK OP  **VOOR ALLE DAG- / WEEK- EN MAANDAANBIEDINGEN**

Bizim Market; nieuw in Dukenburg



Bizim Market is een initiatief van drie compagnons; Dilaver Keltepe, Cafer Bülbul en Metin Güler. Op 31 juni 2018 hebben zij een Vennootschap Onder Firma, V.O.F. opgericht en zijn een supermarkt gestart in de het Winkelcentrum in Malvert. Dit is een weloverwogen bewuste keus geweest.

In Dukenburg is er sprake van veroudering en leegstand in de verschillende winkelcentra. Winkelcentrum Dukenburg kent veel leegstand, Winkelcentrum de Weezenhof is niet meer hetzelfde na de brand en ook Winkelcentrum Meijhorst is verouderd. Dit even ter zijde maar wel belangrijk genoeg om onder de aandacht te houden. Over het bestemmingsplan van de verschillende centra en het bestaansrecht van de winkels wordt op gemeentelijk niveau met de winkeliers en bewoners uit de wijken gesproken en op de achtergrond wordt er gewerkt aan nieuwe plannen. De gemeenteraadsleden hebben de bewoners geïnformeerd over de huidige stand van zaken.

Om het Winkelcentrum Malvert nieuw leven in te blazen en leegstand tegen te gaan hebben de drie heren gekozen om hier hun droom te verwezenlijken, een Internationale Supermarkt. De winkel heeft een goede uitstraling, het personeel is vriendelijk en de klanten tevreden. Voor de winkel ligt een pleintje waar de winkeliers gezamenlijk activiteiten organiseren voor wijkbewoners o.a. een kunstbaan en een Kerstmarkt. De winkeliers hebben onderling een goede samenwerking en zijn zeer betrokken bij de buurt. Ook wordt er gewerkt aan het opknappen van het plein. De oude Orangerie ligt er op dit moment verlaten bij maar er zijn plannen voor nieuwe permanente bewoners en zelfs een buurtrestaurant.

Tijdens het interview zijn er verschillende thema's besproken. Zo ook de 6 P's van de Marketingmix; Productmix, de Prijs, de Plaats, Promotie, PR en Personeel.

Marketingstrategie

De marketingstrategie bestaat uit de productmix; de doelstelling, de markt, de doelgroep en de concurrentie. De doelstelling van de compagnons is de winkel in te richten als een Internationale supermarkt. De inkoopmarkt, de meeste producten komen uit Turkije, het Midden oosten, Iran en Marokko. De verkoopmarkt is niet alleen gericht op Dukenburg maar ook op **Lindenholt**, Hatert, Nijmegen en omgeving. Naast het vaste assortiment producten van levensmiddelen heeft de winkel een slagerij, een verse groente en fruit afdeling en een speciale kruidenhoek. De doelgroep is bepalend voor het gewenste imago van Bizim Market, wat 'onze winkel' betekent. De klant, vooral buurtbewoners mogen mede bepalen wat er op de schappen ligt aan producten.

Onderscheid

Hoe onderscheidt Bizim Market zich van anderen? Men is zich bewust van collega-concurrenten in de verschillende wijken van Nijmegen en denkt vanuit een gezonde strategie. Een sterk netwerk van vaste klanten door het geven van persoonlijke aandacht en vriendelijkheid staan voorop. Een glimlach op het gezicht, het leveren van goede kwaliteit tegen een redelijke prijs. Ook de algemene regels van hygiëne worden in acht genomen.

Er wordt veel aandacht besteed aan het ma-

ken van reclamefolders en drukwerk. Verder wil Bizim Market adverteren in verschillende wijkbladen en hoopt zo meer bekendheid te krijgen. Maandelijks komen er nieuwe aanbiedingen in de folder. Bizim Market is ook te volgen via Instagram en Facebook. Voor extra openingstijden, dag-, week -en maandaanbiedingen, huisgemaakte lahmacuns of een leuke winactie volg Bizim Market Nijmegen via de social media. Like, deel en reageer en houd onze Facebook en Instagrampagina in de gaten voor nieuwe winacties en aanbiedingen!

Bizim Market is gevestigd in de Malvert 70-11 6538 DP te Nijmegen. Het personeel helpt u graag in de winkel.

Momenteel is er een vaste slager in dienst, een vaste kassière en Dilaver, Cafer en Metin zijn alle drie overal inzetbaar. Wat betreft het personeel is er net een nieuwe kassamedewerster aangenomen.

Bizim Market staat na negen maanden nog in de kinderschoenen en verwacht voor de toekomst een stijgende groei van het aantal klanten, meerdere activiteiten voor de wijkbewoners in goede samenwerking met de andere winkeliers. Het ondersteunen van goede doelen staat ook op de agenda. Ben jij na het lezen van dit artikel nieuwsgierig geworden kom dan bij ons langs, loop vrijblijvend binnen en maak een praatje. Zij zijn er voor u!

Tekst: Gemma Sanders
Foto's: Cemile Altunsoy /
Gerard van Bruggen



van l naar r: Metin, Dilaver, Senil, Servet, Berivan en Cafer



Gabriëlle Berning woont in Lindenholt en heeft een boek geschreven over de gevolgen van niet-aangeboren hersenletsel. Het is een verhaal over het revalidatieproces na een hersenbloeding, geschreven vanuit het perspectief van de partner.

Knarsend grind

de gevolgen van niet-aangeboren hersenletsel

Gabriëlle Berning

Er was eens een meisje uit Twente.

Zij hield van fotograferen, schrijven en een stevig bord erwtensoep, dus niet van die slappe hap uit een blik. Op een dag ontmoette zij een echte kunstenaar. Met krullen en een goed stel hersens. Hij maakte een prachtige tekening voor haar. Zij gaf hem een mooie foto. Het zal u vast niet verbazen dat zij verliefd werden. Met haar spijlenbed in de aanhanger reisde zij hem achterna naar een mooi huis in Lindenholt, aan de andere kant van de brug. Al die heuvels was zij niet gewend, dus kocht zij een fiets met versnellingen, die glansde in de lentezon. Zo bouwden zij hun leven op. Het stel kreeg twee prachtige kinderen, poezen, goudvissen in de vijver en een vrolijk kwakende pad. Als hij vroeg: 'Ben je blij?'

Anwoordde ze altijd: 'Ja!'

En zij leefden nog lang en ...

Wij leven nog. Het meisje ben ik, Gabriëlle Berning. De jongen is mijn man. Ons sprookje kreeg een andere wending, toen hij tien jaar geleden werd getroffen door een zware hersenbloeding. Hij is blijvend halfzijdig verlamd en zijn persoonlijkheid is veranderd. Na een lange revalidatie, die niet bracht waarop we hadden gehoopt, moest het gezin leren omgaan met die beperkingen. Dat is lastig. Nog steeds wel. Ook voor onze dappere kinderen, die destijds acht en elf jaar waren. Hij woont niet meer thuis, maar komt nog wel op bezoek. Vanuit de hulpverlening is er steeds meer aandacht voor ondersteuning van de familie. Ik had vooral behoefte aan informatie over de schade en hoe ik het beste kon reageren bij onrust. De cursus over niet-aangeboren hersenletsel van het NAH-centrum was nuttig, maar vooral ook het advies van experts op dat gebied. Het is goed, als de familie van iemand met her-

senletsel niet uit algemene folders of van het internet de informatie moet halen, maar ook persoonlijk geadviseerd kan worden. Constructieve samenwerking tussen de cliënt, de familie en de begeleiders van de zorginstelling vind ik belangrijk. De ervaringsdeskundigheid van de naasten geeft een completer beeld. Zo kunnen we samen goed voor iemand zorgen. Gelukkig vind ik afleiding en rust in mijn beroep. Als fotograaf werk ik op het moment aan 'project Nijmeegse StadsNomaden', een document over de opbouw van hun ecodorp. Ook schrijf ik nog steeds. En dat heeft iets moois opgeleverd! Hoewel ik niet zo nodig 'met mijn smoel in een tijdschrift' hoef, attendeer ik u hier graag op mijn boek, dat binnenkort verschijnt. Zondagmiddag 23 juni van 15.30 tot 16.30 uur is de presentatie bij Boekhandel Roelants, van Broeckhuysenstraat 34 in Nijmegen. De toegang is vrij, u bent welkom! Vooraf aanmelden zou prettig zijn, via roelants@roelants.nl of secre@uitgeverijdegraaff.nl

Knarsend grind

De gevolgen van niet-aangeboren hersenletsel
Gabriëlle Berning (www.gabrielleberning.nl/ boek)

ISBN 978-94-93127-00-5

Verschijnt bij Uitgeverij de Graaff (www.uitgeverijdegraaff.nl)

Een man. Een vrouw. Een breindefect. Knarsend grind is een persoonlijk verhaal over het revalidatieproces na een hersenbloeding. In een bizar decor van zorginstellingen, musea en dierentuinen gaat een vrouw op zoek naar de nieuwe identiteit van haar man. De pijn van een gereduceerd leven, raak neergezet in beeldende observaties van mensen en gebeurtenissen.



Tekst en foto's: Gabriëlle Berning

VERGETEN VERLEDEN

Hulp voor hongerende krijgsgevangenen

Toen de Duitsers op 10 mei 1940 ons land binnenvielen, blies het Nederlandse leger veel bruggen op in de hoop de Duitse opmars tot staan te brengen. Ook de Waalbrug en de middelste boog van de spoorbrug werden vernield.

Op 28 mei 1940 capituleerde België. De Duitsers namen een kwart miljoen Belgische en Franse militairen gevangen. Zij werden vanaf Walsoorden bij Terneuzen op circa negentig volgepakte schepen via het Hollands Diep, Waal en Rijn vervoerd naar Duitsland.

De eerste transporten bereikten Nijmegen op zaterdag 1 en zondag 2 juni. De schepen konden de voormalige Waalbrug nog niet passeren. Ze meerden daarom aan. Er was geen proviand aan boord, waardoor de gevangenen honger leden. Op zaterdag organiseerden bewoners van het Waterkwartier voedsel, drinken en medische verzorging, op zondag gebeurde dat in de Benedenstad. In veel Nederlandse kranten verschenen artikelen over deze hulp, onder andere in *De Maasbode* op donderdag 6 juni 1940:

Nijmegen toont zich van zijn goede zijde

Belgische krijgsgevangenen op de Waal

Men schrijft ons uit Nijmegen.

De laatste dagen voeren langs Nijmegen over de Waal groote aken uit Rotterdam en Dordrecht, welke dienden als transportschepen voor Belgische



Door de Nederlandse genie opgeblazen Waalbrug. (Collectie Peter Leeuwen)

krijgsgevangenen, op weg naar Duitsland. Deze schepen hadden telkens eenig oponthoud voor Nijmegen, omdat het baggerwerk onder den noordelijke boog van de Waalbrug het regelmatig doorvaren onder de brug bemoeilijkt. Slechts op gezette tijden konden schepen van grooter diepgang dan 1.40 m onder de brug door. De Belgen, die zich aan boord ordelijk en rustig gedroegen, hadden weldra de sympathie van de burgers van Nijmegen, die hen met instemming van de betrokken Duitse autoriteiten, belast met het toezicht op de krijgsgevangenen, van levensmiddelen en tal van versnaperingen voorzagen. Het was aandoenlijk, toen vooral de

armste bewoners van de oude stad zich uitsloofden om den Belgischen soldaten van alles te voorzien wat door de autoriteiten maar werd toegestaan.

Reeds Zaterdagavond was het begonnen met deze distributie, toen een der schepen dicht de kade genaderd was en eenige Belgen gevraagd hadden om water en verfrissing.

Zondagochtend waren vooral de bewoners uit de benedenstad van Nijmegen, die meestal behooren tot de hardwerkenden en weinig bezittenden der bevolking, reeds om zes uur in de weer om overal versnaperingen te verzamelen, om die aan de Belgen te kunnen verschaffen. Van alles werd



Rijnaak Rotterdam vaart onder de spoorbrug door.



Het dek vol met krijgsgevangenen. Het witte 'hek' is de latrine.



Rijnaak vol krijgsgevangenen op weg naar Duitsland. Links de spoorbrug.

er aangevoerd, zelfs de allerarmsten gaven nog iets van hun nooddrift. De winkeltjes uit de oude stad werden leeggehaald met de belofte, dat alles wel terecht zou komen. Eenige weldoende Nijmegenaren hadden onder aan de Grotestraat een tafel geplaatst, waarop een koperen bloempot, waarin iedereen een kleinigheid kon werpen voor de krijgsgevangenen. Moeders, jonge vrouwen en meisjes sloofden zich urenlang uit om voor de mensen smakelijke boterhammen klaar te maken. Groote tuiten met drinkwater werden aangevoerd en met een klein stoombootje werd dit alles langs de schepen getransporteerd, waar de mondvoorraad door de bevelvoerende officieren werd aangenomen om onder de manschappen te verdeelen. Zoo kreeg men het zijne.

Later op den dag kwam er medewerking uit heel Nijmegen door de vorming van een burgerij-comité, dat de goedkeuring wegdroeg van de Deutsche autoriteiten en van den burgemeester, den heer J. A. H. Steinweg, die zich persoonlijk van alles op de hoogte stelde. Nu mochten er ook, onder voldoende controle collecten gehouden worden in de stad, welke in een minimum van tijd duizend gulden opbracht. Alleen in het Goffertstadion werd binnen een half uur onder de Nijmeegsche sportlieden van alle gezindten f 175 gecollecteerd.

Naast het Burger-comité kwam ook weldra het Roode Kruis Comité in actie, zoodat tegen den middag de voorziening van versnaperingen en smakelijke boterhammen, van chocolade en van sigaretten voor de Belgen, die zich uiterst dankbaar toonden en zich enthousiast over het gastvrije Nijmegen uitlieten, beter geregeld kon worden. En nog steeds vloeiden van alle zijden giften in geld en natura toe. Ter voorziening in de behoefte van drinkwater van de ongeveer 7000 krijgsgevangenen, die op vijf groote aken waren ondergebracht, werd van gemeentewege een groote tank van de brandweer aangevoerd welke 1000 liter drinkwater bevatte. Door bijzondere maatregelen en het uitleggen van lange slangen kon dit water naar de booten geleid worden zoodat de tijdelijke gasten van Nijmegen zich konden verfrisschen.

Duizenden en duizenden Nijmegenaren bewogen zich den geheelen dag langs de kade, zonder dat er één wanklank gehoord werd. En alles werd zoo geregeld, mede op verzoek van de Deutsche militaire overheid, dat niet een onbevoegde in een bootje of kano langs de schepen kon komen, maar alles kon geschieden door daarvoor aangewezen stoombooten, waarmede de levensmiddelen vervoerd werden.

Later, toen mede op verzoek van den verantwoordelijken militairen leider van het convooi door

Nijmeegsche bakkers bijna 3000 brooden gebakken waren, geschiedde het transport per vrachtauto naar het gemeenteslachthuis, waartegenover de transportschepen gelegen waren. En op deze wijze werd aanvankelijk het eenvoudige werk van de benedenstadbewoners, aan wie de eer van het liefdadige initiatief toekomt, verbeterd door een Roode Kruis-organisatie Comité. Tegen acht uur in den avond vertrokken de booten naar het Oosten en voeren zij door den gebaggerden vaargeul onder de Waalbrug door in de richting van Lobith. De sleepbooten moesten de zwaarbemande aken tegen stroom optrekken en vorderden slechts langzaam, zoodat talrijke Nijmegenaren, die plaats genomen hadden op de spoorbrug nog groote hoeveelheden sigaretten, chocolade en andere versnaperingen op het dek van de schepen wierpen. De reeds dankbare Belgen zongen Hollandsche liederen, terwijl het volk langs de kade hen toewuifde.

Waarschijnlijk kunnen er nog meer transporten Belgische krijgsgevangenen langs Nijmegen verwacht worden. Het Roode Kruis Comité blijft voorloopig mobiel en de bewoners van de oude stad kunnen zeer waarschijnlijk bij het volgend transport weer even enthousiast hun medemenschen, met instemming van de Deutsche autoriteiten, helpen als Zondag j.1.

De Gelderlander toonde zich erg trots. Op woensdag 5 juni 1940 schreef hij:

HET GOEDE HART VAN ONS GOEDE VOLK

Het reikt de helpende hand
waarheen dat moet

De Ouden zeiden reeds in hun tijd, dat de oorlog de goeden beter en de slechten slechter maakt.

Los van welke beweging ook moet ons van het hart dat ons Nijmeegsche volk Zondag getoond heeft, nog de edelmoedigheid van zijn voorvaderen te hebben gecultiveerd. Het heeft metterdaad getoond in zijn spontane hulpverlening aan arme krijgsgevangenen, dat bij hen nog altijd 't goede hart op de rechte plaats zit.

Wie hij ook is, hij zal moeten toegeven dat Zondag i.l. de eenvoudige Nijmegenaren van de oude stad een barmhartige edelmoedigheid hebben aan den dag gelegd, welke in de annalen van Nijmegen met eere zal mogen vermeld worden. Merkwaardig was, hoe twee dagen achtereen echte eenvoudige



Eten uitdelen aan krijgsgevangenen.

Nijmegenaren, wier huis staat in de oude straten van de benedenstad, zich van den ochtend tot den avond uitgesloofd hebben om anderen, minder gelukkig dan zij, een zonnigen dag in donker bestaan te verschaffen. Het past ons niet hier namen te noemen. En als we dat deden, dan zouden we een lange reeks van vrouwen en mannen uit oud-Nijmegen moeten opsommen, die voor heel de stad een voorbeeld van christelijke barmhartigheid geweest waren. We zouden vaders en moeders moeten noemen, die hun zonen en dochters den heelen dag in touw hebben gehouden om geld en goed te verzamelen voor arme medemenschen en die zelf uur aan uur hebben gezwogen om wat licht te brengen in een donker leven. We zouden mannen moeten noemen, die met wagens de stad inreden en overal waar zij maar vrienden en bekenden in de wijken der stad wisten te vinden, gingen aankloppen om geld en goed ten bate van hen, die op dat oogenblik hun hulp behoeften.

Deutsche officieren, die belast waren met toezicht op aan hen toevertrouwde krijgsgevangenen waren vol lof over de mildheid en hartelijkheid van die eenvoudige burgers en burgeressen van Nijmegen, wien niets te veel was, om, in overleg met de Deutsche overheid, hen te helpen die door onvoorziene omstandigheden, onafhankelijk van de leiding, in moeilijkheden waren geraakt.

Wij zouden de jongemannen moeten noemen die van den nacht een dag gemaakt hadden en onvermoeid in hun wankel schuitjes zoolang dat nog kon worden toegestaan, van den wal naar de schepen verfrisschingen en versnaperingen aanvoerden. We zagen moeders van groote gezinnen die tijdelijk hun kinderen aan anderen ter verzorging hadden

overgelaten en den geheelen dag boterhammen bereidden voor vreemde menschen als gold het hun eigen kinderen.

Mannen uit onze stad, wier hart openging van medelijden, lieten allen trots varen en vernederden zich tot bedelaars ten gunste van mannen die minder hadden dan zij. De allerarmsten gaven van het weinige dat zij bezaten en gingen zoo den beteren voor in weldoen van evennaasten die de hand uitstaken voor een bete broods.

Oud-Nijmegen heeft Zaterdag en Zondag een vrome traditie in eere gehouden en heeft in de harten van alle bewonderaars van deze echte Nimwegenen een herinnering gevestigd van weldoeners te zijn, bij wie de linkerhand niet wist wat de rechterhand deed. Heel Nijmegen toonde metterdaad sympathie met de gulhartigheid van Oud-Nijmegen door binnen minimum van tijd duizend gulden voor 't Roode Kruis ten bate van de krijgsgevangenen samen te brengen en voor duizenden guldens aan verfrissingen en versnaperingen af te staan voor het goede doel.

De politie verdient ook lof voor de tactische leiding, vooral bij den aanvang van het hulpwerk.

Nijmegen beleefde een bijzonderen dag. En velen namen hooge herinneringen mede aan een stad in het zuiden, waar de charitas troont.

De gebeurtenissen op 1 en 2 juni 1940 leidden tot de realisatie van een hulpziekenhuis in het Oude Weeshuis aan de Doddendaal. De *Provinciale Geldersche en Nijmeegsche Courant* schreef op woensdag 12 juni 1940:

Een hulpziekenhuis werd in één dag opgericht

Tal van Belgische en Fransche soldaten vinden hier verzorging - Prachtig werk van het Roode Kruis

Het Oude Weeshuis aan den Doddendaal 26 heeft langen tijd groote, leege zalen gehad. Ze lagen daar rondom het rustieke binnenpleintje kaal en stil, de zon scheen door de hooge ramen binnen en speelde wat met het stof tusschen de houten vloeren. Op zekeren dag kwam er in dit ongebruikte en achteraf gelegen gebouw een weinig leven, toen de luchtbeschermingsdienst daar een post inrichtte. Het werd hierdoor uit de vergetelheid gehaald en zoo kwam het, dat de Nijmeegsche afdeling van het Nederlandsche Roode Kruis aan dit ruime gebouw dacht, toen zij een hulpziekenhuis wilde inrichten. Een hulpziekenhuis, dat zoo dringend noodig geworden was, sinds de transportschepen met krijgsgevangenen langs Nijmegen voeren en hier zieke of gewonde Belgische en Fransche soldaten achterlieten....

Het Roode Kruis in de praktijk

Gisteren, toen dit hulpziekenhuis precies een week bestond, zijn wij eens een klikje gaan nemen en hebben daar het Roode Kruis in de praktijk zien arbeiden. „Niets dan kale, houten vloeren waren er en kijkt u nu eens!” zei een opgetogen zuster. Het is waar, bij een rondgang onder leiding van dr. C. ten Horn, den energieke voorzitter van de Nijmeegsche Roode Kruis-afdeling, hebben wij met blijdschap en bewondering gezien hoe doortastend en



Het RK Weeshuis aan Doddendaal.

snel geholpen is, toen dat noodig was. De inrichting was er in één dag! Toen de commandanten van de transportschepen hulp inriepen voor zieken en gewonden, zag men onmiddellijk in, dat een dreigend plaatsgebrek in onze twee ziekenhuizen moeilijkheden zou brengen. Evacuatie van de burgerpatiënten zou — vooral met gebrek aan auto's — niet makkelijk gaan. Daarbij kwam, dat dagelijks menschen werden ontscheept en ook nu nog meerdere transporten verwacht werden. De verzochte hulp moest er zijn — en wie zou niet graag helpen? — zoodat het Roode Kruis kordaat besloot tot inrichting van het hulpziekenhuis voor eigen rekening. En toen was het, zooals wij reeds schreven, in één dag gereed. Matrasbedden, klapbedden, hulpbedden uit luchtbeschermingsposten en van de Koloniale Reserve werden bij de enkele aanwezige exemplaren gevoegd, dr. ten Horn nam de algeheele leiding op zich, terwijl dr. H. L. Groeneveld den medischen dienst wilde waarnemen, de transportcolonnes kwamen ook hier in actie, gediplomeerde zusters boden zich aan en tal van Roode Kruis-hulpsters. Dit alles ging spontaan en vrijwillig en bracht dus geen kosten met zich. Het eten zou door het weeshuis gekookt worden tegen vergoeding, andere noodzakelijke benodigdheden werden bijeengebracht en in een minimum van tijd zette het hulpziekenhuis van het Roode Kruis kant en klaar de deuren wijd open. Dat is nog eens werken!

Plaats voor honderd patiënten

Besloten werd, zoo vertelde dr. ten Horn, om hier de lichtere gevallen op te nemen en dat is zoo gebleven. De ernstige patiënten vinden een plaats in één van onze twee welingerichte ziekenhuizen, anderen gaan naar het rustige hulpziekenhuis aan den Doddendaal. De samenwerking met de Deutsche autoriteiten laat niets te wenschen over. Wordt de geneeskundige hulp ingeroepen, dan gaat direct een transportcolonne van het Roode Kruis op weg om de patiënten te halen en een voorzichtig vervoer van af de schepen eischt nog heel wat handigheid.

Bij aankomst in het hulpziekenhuis gaan de Belgische en Fransche soldaten eerst naar de opnamezaal. Hun kleeding wordt gedesinfecteerd en de gelegenheid tot het nemen van eens bad benut. Na enkele dagen verhuizen zij dan naar één der twee lichte, propere ziekenzalen. Daar worden zij dan verpleegd en velen kunnen al spoedig naar buiten, om in de zon en frissche lucht op de afgelegen, rustige binnenplaats weer fit te worden. Bijna zestig patiënten waren er bij ons bezoek, terwijl honderd bedden gereed staan. Toen wij kwamen, zaten velen buiten, enkelen deden een spelletje kaart, anderen lazen een tijdschrift. In een hoek was het bijzonder druk, daar kwamen ze om beurten bij den.... barbier, om zich in de open lucht eens duchtig te laten scheren. Wie niet kan loopen, wordt per brancard naar buiten gedragen en kan zoo temidden van zijn kameraden verblijven. De stemming was er best, ook onder de zusters, die doen wat ze kunnen om hun taak volkomen te volbrengen. De helpsters werken in drie ploegen en zijn gelukkig groot in aantal. Dr. ten Horn vertelde, hoe juist dezen winter 80 meisjes de cursussen goed hadden volbracht en beschikbaar waren. Zij hebben dan een E.H.B.O.-cursus gevolgd, theoretische verpleegleer gehad en vier weken praktijk in een ziekenhuis. Velen hebben zooveel voldoening van haar werk, dat zij verpleegster willen worden. Zijn zij Roode Kruis-hulpster, dan moeten zij een verbintenis van twee jaar hierbij aangaan. Deze pracht-instelling heeft dus doorlopend vaste werkrachten ter beschikking.

Ze vinden het er best

Onder de hoede van een uitgebreiden staf menschen, die hun werk met animo en liefde doen, vinden de patiënten het er best. Tijdschriften, versnaperingen en wat cigarettten, die particulieren graag beschikbaar stellen, brengen een welkome afwisseling en korten den tijd. Maar vooral ook genieten zij van de rust, die van dit eenvoudige tehuis uitgaat en waaraan een patiënt allereerst behoefte heeft. Regelmaat en orde heerschen weer in hun leven, 's avonds zes uur gaan allen naar de zalen terug, voor een lange nachtrust, waarbij mannen van de transportcolonnes waken. En zoo krijgen zij spoedig hun evenwicht en kracht terug. Zijn zij genezen, dan worden zij door Deutsche militairen afgehaald en maken weer plaats voor anderen, die op hun beurt van de hulp in dit vriendelijk ziekenhuis kunnen genieten. Dr ten Horn vertelde ons, dat in ieder geval dit hulpziekenhuis, nu het er eenmaal is, tot 't einde van den oorlog zal blijven bestaan. Wat zoo snel werd opgebouwd, heeft bewezen van onschatbare waarde te zijn.

Wij hebben kort en zonder groote woorden verteld over 't schitterende Roode Kruis-werk, dat hier wordt verricht. Men heeft er misschien iets meer idee door gekregen, van wat deze instelling praktisch kan doen. Het Nijmeegsche Roode Kruis is paraat geweest en zal dit, met veler steun, kunnen blijven. De ontroerende dankbaarheid, die zich bij de Belgen en Franschen uit, wanneer de tijd van vertrek gekomen is, is voor allen, die helpen, wel de schoonste belooning.

Met dank aan Tini Heijnen.

Samenstelling: René van Berlo

Foto's: collectie Regionaal Archief Nijmegen

VERBOUWINGSOPRUIMING

Winkelcentrum Dukenburg

Verhulst CASUALS

start donderdag
13 juni 10.00 uur


**30% - 70%
KORTING**

In augustus moeten wij een sprinkler installatie aanleggen in onze winkel. Het hele plafond moet er uit en we maken van de gelegenheid gebruik om de zaak een facelift te geven met een industrieel uiterlijk. Daarom moeten we de winkel helemaal leeg opleveren en alle collecties moeten er ... tegen **STUNTPRIJZEN** uit!

Verhulst
CASUALS

Winkelcentrum Dukenburg
verhulstcasuals.nl

Zwanenveld 9068
6538 SC Nijmegen

WAT KUNT U VERWACHTEN ?

MEIJER EN M5 BROEKEN

KOSTUUMS

STATE OF ART HELE COLLECTIE

PIERRE CARDIN KATOEN EN JEANS

VANGUARD SEASONALS BROEKEN

CASA MODA DRESS SHIRTS

LERROS SHORTS & POLO'S

PETROL INDUSTRIES HELE COLLECTIE

MARCO MANZINI HELE COLLECTIE

ALLE ZOMERCOLBERTS

VANAF € 69.95

HALVE PRIJS

30% KORTING

VANAF € 62.95

30% KORTING

3 STUKS € 120.-

VANAF € 39.-

30% KORTING

30% KORTING

VANAF € 129.-

... EN NOG VEEL MEER!

MEYER

pierre cardin

LERROS

STATE OF ART
MENSWEAR

VANGUARD

PETROL INDUSTRIES

MARCO MANZINI



CASA MODA

EXTRA GEOPEND

(daarna de gewone wekelijkse openingstijden)

Donderdag 13/6 10.00 - 21.00 uur

Vrijdag 14/6 10.00 - 20.00 uur

Zaterdag 15/6 10.00 - 17.00 uur

Zondag 16/6 12.00 - 17.00 uur

Mondial College pakt tweede jaar op rij de Gouden Schoolkantine Schaal



Gouden schoolkantine schaal locatie Leuvenbroek



Gouden schoolkantine schaal locatie Meeuwse Acker

Mondial College pakt tweede jaar op rij de Gouden Schoolkantine Schaal

Het Mondial College heeft net zoals in de voorgaande jaren de Gouden Schoolkantine Schaal van het Voedingscentrum verdiend! Hiermee laten we zien dat onze schoolkantine gezond is ingericht.

Onze huiscateraar, Markies Catering heeft hard gewerkt om de kantine gezonder te maken, aan de hand van nieuwe, verbeterde richtlijnen, de Richtlijnen Gezondere Kantines. Deze richtlijnen zijn opgesteld door het Voedingscentrum, in opdracht van het ministerie van VWS.

Criteria

Om een Gouden Schoolkantine Schaal te bemachtigen, moet een kantine voldoen aan diverse voorwaarden. Zo biedt de kantine groente of fruit aan en bestaat minstens tachtig

procent van het aanbod uit betere keuzes. Dit zijn producten die je in een gezond eetpatroon vaak mag eten. Een Gezonde Schoolkantine maakt kiezen voor gezondere producten voor de hand liggend, door ze vooraan te leggen en aantrekkelijk te presenteren. De kantine besteedt ook aandacht aan het stimuleren van het drinken van water. Wij hebben deze aanpak in het beleid verankerd. De visie erachter: jongeren zijn de toekomst. Willen we dat zij gezonder leven, dan is het belangrijk dat zij ook op school gezond kunnen eten en drinken.

Verleidingen weerstaan

Jongeren geven aan dat zij moeilijk weerstand kunnen bieden aan vette of zoete snacks als ze er liggen. Dat is niet raar. Verleidingen weerstaan, vraagt om zelfcontrole. En dat kunnen zij niet altijd opbrengen. Op die momenten zijn jongeren, net als volwassenen, sneller geneigd

te kiezen voor makkelijk dan voor gezond. Uit gedragskundige onderzoeken blijkt dat kantinebezoekers vaker verstandig kiezen als het aanbod vooral uit gezonde producten bestaat. Verder heeft de cateraar een nieuw prijsbeleid gehanteerd, daarin wordt er getracht om de gezondere producten met minder marge aan te bieden dan de ongezonde producten.

De Gezonde Schoolkantine

De Gezonde Schoolkantine is een langlopend project van het Voedingscentrum. Het doel is een gezonder voedingsaanbod op vo- en mbo-scholen. Scholen kunnen hun aanbod voorleggen aan de Schoolkantine Brigade. Ze krijgen dan tips op maat over hoe ze de kantine stapsgewijs blijvend gezonder kunnen maken. Voor meer informatie: www.voedingscentrum.nl/gezondeschoolkantine.

Tekst en foto's: Mondial

Docenten volleybalteam Mondial College neemt beker mee naar Meeuwse Acker



In maart kregen wij van het Mondial College, locatie Meeuwse Acker, de mededeling dat er dit schooljaar wederom een volleybaltoernooi voor docenten werd georganiseerd. Daar waren we heel blij om want dit is een toernooi waar we ieder jaar weer naar uitkijken!

Het vinden van spelers was ook niet moeilijk

want de lijst die werd opgehangen in de personeelskamer was heel snel gevuld. We hadden zelfs genoeg spelers om twee teams te maken. Toen kon de voorbereiding beginnen. Eerst weer even het balgevoel krijgen en toen toch al snel in wedstrijdvorm een wekelijkse training. Soms ging het er fanatiek aan toe. Eén van de speelsters was bij de training helaas geblesseerd geraakt maar dat mocht uiteraard de pret niet drukken. Ook zij was van de partij op het toernooi, als fanatieke supporter! Dit heeft uiteindelijk geresulteerd in een fantastisch resultaat. Namelijk een team dat 2e van hun poule was geworden en een team dat 2e van het toernooi was geworden! Zo klimmen we ieder jaar wat op de "ranglijst" aangezien we ieder

jaar hoger eindigen dan het jaar ervoor! De beker pronkt nu in onze personeelskamer. We zijn nu in gesprek om een heuse prijzenkast aan te schaffen.

Tekst en foto's Mondial



Tafeltennissen, iets voor jouw?



Wil je graag gaan sporten en hou je ook van gezelligheid? Dan is tafeltennissen bij de vereniging D.V.S. een goed idee. Het is een sport voor alle leeftijden en een leuke manier om aan je gezondheid te werken.

We spelen al jaren elke vrijdagavond buiten de zomervakantie in de sporthal in de Gildekamp. Er kan zowel recreatief gespeeld en getraind worden als in de competitie van de Nijmeegse Bedrijfs Tafeltennisfederatie (www.nbtf.nl). We hebben 7 teams waarin plaats is voor beginners tot zeer ervaren spelers.



Tussen het spelen door is er ruime gelegenheid om in de kantine gezellig wat te drinken. De contributie is € 70,- per jaar en de benodigde uitrusting bestaat uit zandschoenen en een batje. D.V.S. is bedoeld voor mannen en vrouwen vanaf 25 jaar.

En of je nou wakker geschud bent door alle publiciteit rond het preventieakkoord of dat je van de huisarts advies hebt gekregen om meer te bewegen, of omdat je de draad van het tafeltennissen weer op wilt pakken; je bent elke vrijdagavond vanaf 20:00 uur welkom om eens vrijblijvend uit te proberen of je het leuk vindt om bij ons te komen tafeltennissen!



Het adres van de sporthal is De Gildekamp 6018 en voor meer informatie kun je contact opnemen met Frans Wienk: 024-3731640 of kijken op de website www.freewebs.com/ttvdvs.

Tekst en foto's: Frans Wienk

Tennisvereniging Lindenholt bestaat dit jaar 40 jaar!



Een bloeiende vereniging met veel trouwe leden, die met plezier vaak meerdere malen per week een balletje slaan.

Daarnaast zijn het open toernooi en het veteranentoernooi bekend om hun gezelligheid en de goede sfeer.

We hopen dit nog vele jaren te kunnen voortzetten!

Op 22 juni vieren we ons 40-jarig bestaan met een feestmiddag voor leden en oudleden en de bewoners van de Wellenkamp.

Tekst en foto's: TV Lindenholt

Nieuw in Lindenholt Leeft: Hartjes

Bewoners van Lindenholt die versterking zoeken van bijvoorbeeld hun koor, gym- of leesclub of medebuurtbewoners enthousiast willen maken voor activiteiten, kunnen een hartje plaatsen in dit blad. Ook mensen die gratis hulp zoeken of aanbieden, iets te koop hebben of juist zoeken, kunnen een hartje plaatsen. Een hartje is een bericht van maximaal 50 woorden waar geen kosten aan zijn verbonden.

Mail de tekst naar redactielindholtleeft@gmail.com

De hartjes voor de volgende Lindenholt Leeft, moeten uiterlijk vrijdag 19 juli binnen zijn.

Iets te vieren?

Is er een baby geboren of misschien wel een tweeling, een mijlpaal bereikt in het leven, een 50 jarige bruiloft of een honderdjarige en wil je deze personen op een leuke manier verrassen, mail je felicitaties naar redactielindholtleeft@gmail.com.

Hier kan jouw hartje staan!

Vrijwilliger voor de tuinonderhoud of tafelenoot gezocht, nieuwe leden voor het wijkkoor of zenmeditatie, wandelmaatje...

Ben je nieuw in Lindenholt en zoek je contact om samen de wijk te verkennen?

Nieuw burgerinitiatief voor de wijk...

Stuur je mail naar de redactie redactielindholtleeft@gmail.com

Struinbulletin

Groene revolutie

Tekst en foto's: Frans Sijben Nijmegen

Het is niet te geloven. Massale insecten-verder?

sterfte die de regering van Beieren in de

problemen heeft gebracht. Waarom? **Bur-Groene revolutie in Nijmegen?**

gers willen dat de regering actief iets doet. In Nederland mogen we al blij zijn als – vooral in de landbouw – om die sterfteprovincies, gemeenten en burgers zich tegen te gaan. Een echte groene revolutie. inzetten voor méér soortendiversiteit door Een scenario dat in Nederland nog ver weg vergroeningsmaatregelen. Want onze re- lijkt. Maar bij ons in Nijmegen begint eengering houdt zich daar niet écht mee be- vergroening. Dankzij groene burgerinitia- zig. Al 5 jaar stimuleert 'Stichting Operatie tieven. Steenbreek' burgers en lagere overheden

gezwakt) tegenvoorstel gemaakt: minder zwaar voor de boeren. Daardoor voelen de burgers zich gepasseerd in hun ernst en gevoel van noodzaak. Hoe gaat dat

tot vergroening van hun omgeving. Met de pakkende leuze: 'tegels eruit, groen erin'. Deze komt langzaam aan. Zo ook in Nijmegen: Operatie Steenbreek ondersteunt samen met de gemeente projecten voor meer groen.

Door subsidie aan Stichting Bastei en Operatie Steenbreek. Hiermee vervan- gen zij tegels door plantjes in de tuin van burgers die zich daarvoor aanmelden. In 2018 een enorm succes: 177.000 te- gels vervangen door plantjes. Daarnaast



Veel gras; weinig wilde bloemen

Insectensterfte op hoogste politieke agenda

Een regering die in problemen komt door de 'Insectensterfte'. Iets wat bij ons in Nederland nauwelijks denkbaar is. Maar werkelijkheid in Beieren. Inwoners van Beieren hebben in januari een eigen re- geringsvoorstel (een Volksbegehrten) ge- daan met de titel "Red de Bijen". Daarin stellen ze maatregelen voor die niet alleen bijen redden maar ook de soortendiversi- teit in Beieren vergroten. Daarmee treffenscheppen wijkplannen met gemeentegeld ze vaak vooral de landbouw.

Daarom steunt de CSU-regering vande start van een groene revolutie in onze Beieren dit programma niet. Zij zijn bangstad? **Bron: website debastei.nl en voor de impact (en macht) van de boeren. operatiesteenbreek.nl**

Daarom heeft de regering een eigen (af-



Kaasjeskruid kleurt je tuin

Tiny Forests

Nijmegen heeft 4 gebieden aangewezen voor het aanleggen van een 'klein bosje': een zogenoemd 'tiny forest'.

Zo'n mini-bosje vult het weinige groen in de stad een beetje aan. Goed voor biodi- versiteit, klimaat, luchtkwaliteit, gezond- heid en leefbaarheid. Een plek waar kin- deren en volwassenen 'natuur' kunnen beleven. Maar ook een leefgebied voor allerlei vliegende insecten.

De eerste 2 bosjes komen in 2019. In Oud



Wilde bloemen perken in Goffert



Tiny forest in Malvert

West. Maar er moeten er meer komen. Vooral in de wijken met weinig groen. Zo- als in Nijmegen-West en Lent.

Bron: website ivn.nl/afdeling/nijmegen-rijk-van/ivn-rijk-van-nijmegen

Mijn groene wijk

In 2018 was Nijmegen de Europese 'Green Capital'. Als groene hoofdstad heeft Nijmegen via projecten gewerkt aan duurzaamheid en vergroening. Nu – in 2019 – is Nijmegen officieel geen 'Green Capital' meer. Maar de groene uitdagingen gaan door. Met het project 'Mijn groene wijk' onder de slogan '9 initiatieven in 9 wijken in 2019'. Streefdoel: in 9 wijken gaan de bewoners zelf een groene uitdaging bedenken en uitvoeren. En dat in 9 maanden tijd. Denk bijvoorbeeld aan het gezamenlijk aanleggen van een moestuin. Of door het inrichten van een groene hoek op een plek waar eerst alleen stenen wa- ren. Zo maakt de wijk een stap naar duur- zaamheid.

Het 1^e project is gestart: in Weezenhof. Daar vinden de bewoners hun wijk mooi maar een- tonig in het groen. Dus vervangen ze groene grasvelden door bloemrijke planten: goed voor bijen en andere insecten. Wat de 8 andere pro- jecten in de andere wijken zijn? Dat is nog niet bekend!

Bron: mijn-groenewijk.nl

Rectificatie

In mijn artikel 'Elke vogel telt' (in het april- nummer) zijn de bronvermeldingen in de tekst weggefallen. Vandaar nu hieronder deze aanvulling.

- Top10 tuinvogels. Bron: website tuinvogeltelling.nl uit 2016 en 2019.
- Wetlands. Bron: Vogelbalans 2014, thema Wetlands; Sovon, Nijmegen
- Boerenlandvogels verdwijnen. Bron: web- site boerenlandvogelsnederland.nl

Maike Janssen schrijft haar eerste kinderboek



Ik ben Maike Janssen en woon in Lindenholt, samen met mijn vriend en twee kinderen.

Ik werk in de kinderopvang bij KION.

Het samen lezen en voorlezen vind ik belangrijk en leuk om te doen. Ik geniet daar dagelijks van.

Vroeger ging ik vaak bij mijn opa en oma logeren. Oma vertelde altijd het verhaaltje "Marjanneke en de rode laarsjes". Dat was altijd leuk en spannend!

Daar komt mijn inspiratie vandaan om een eigen kinderboek te schrijven.

Ik wilde graag het verhaal van "Marjanneke en de rode laarsjes" vastleggen, zodat ook mijn kinderen het blijvend kunnen doorvertellen. Na een half jaar werken is het gelukt.

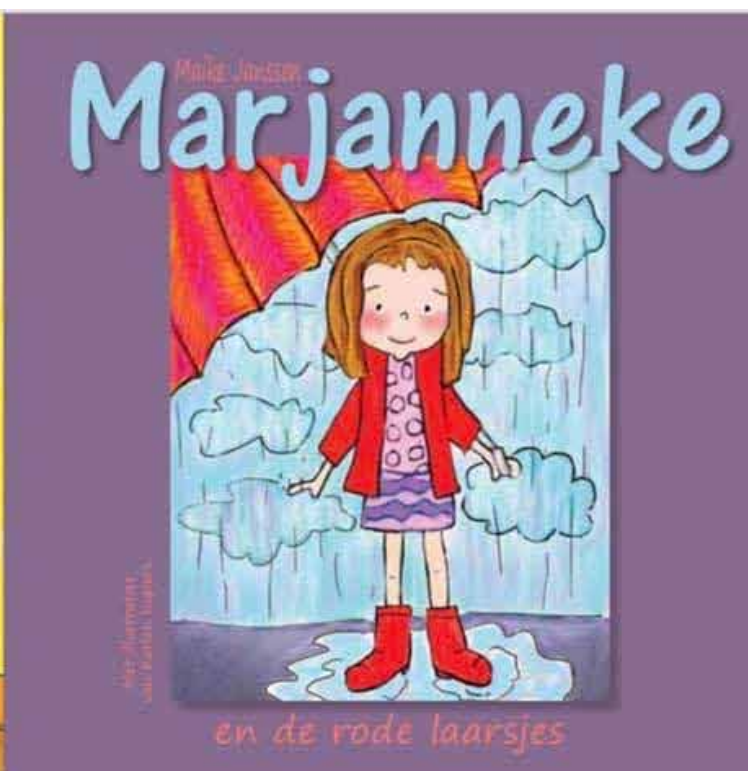
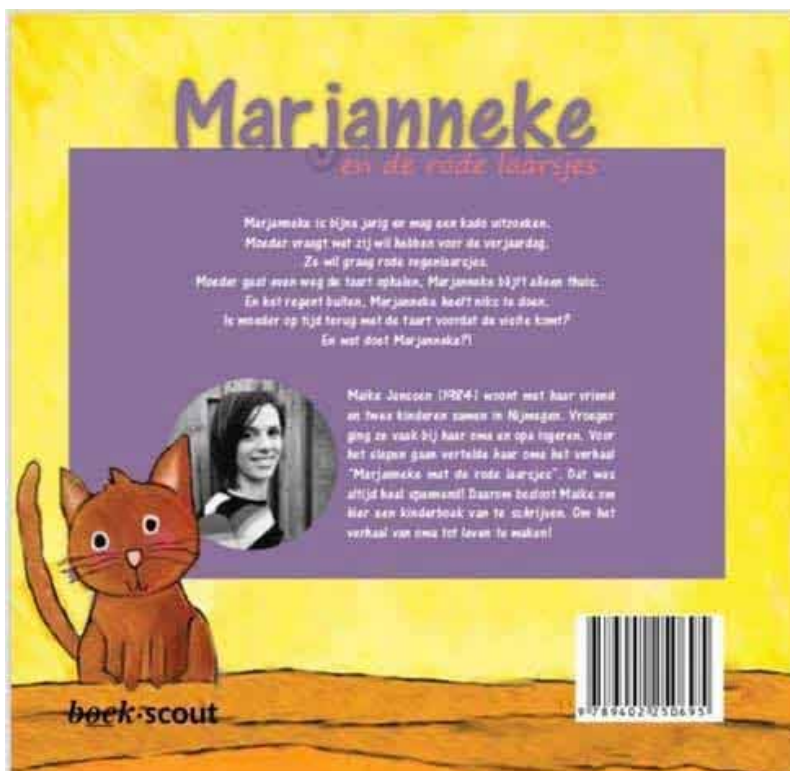
Mijn droom is eindelijk werkelijkheid geworden; het boek "Marjanneke en de rode laarsjes" is een feit. Vorige maand mocht ik voorlezen in de Kinderboekenwinkel van Nijmegen.

Voor verschillende basisscholen.

Ben je benieuwd naar het boek?

Kijk dan op Facebook "pagina kinderboek Marjanneke"

Groetjes Maike Janssen



Foto's van Lindenholt gemaakt door inwoners van Lindenholt.

Als je kans wil maken op plaatsing van jouw foto op deze pagina, stuur dan de foto voor de inzendingsdatum (zie pagina 2) naar de redactie: redactielindholtleeft@gmail.com, onder vermelding van "foto Lindenholtleeft", de naam van de maker van de foto en eventueel een kort zinnetje dat van toepassing is op de foto.

De foto moet gemaakt zijn in Lindenholt en minimaal 1 MB groot zijn, Plaatsing is afhankelijk van het aantal inzendingen dat binnengekomen is.



Roel van Es: zelfbedachte compilatie Hegdambroek COPD-Lentetocht



In mei leggen alle ganzen een ei; Joël Montis



Bijzonder boom transport Hegdambroek; Paul Aarts



Kids Café



Deze foto's zijn gemaakt door kinderen van groep 8 van basisschool de Wingerd in Leuvenbroek in het kader van een klein foto projectje, waarbij de opdracht was: Maak met je telefoon foto's in de wijk van dingen die je opvallen.



Dag van Lindenholt 2019



Presenteert in park de omloop

Zaterdag 15 juni 20.00 - 24.00

Zondag 16 juni 12.00 - 17.00

• VIJVERPOP

• Dag van Lindenholt

2e Editie LINDENHOLT RUN

Kidsrun 500 en 1000 meter, start 13.00

Run 5 en 10 km, start 13.30

Inschrijven via www.inschrijven.nl



PODIUM

RICK KRETÉ



RAPPER JOLAN
samenwerking Waalzing Festival



PEGGY MAYS



THUNK!



Van '60s soul tot '70s rock, '80s disco, '90s alternative en '00s R&B, **THUNK!** onderscheidt zich van veel andere coverbands door haar **bezetting**: met 11 personen, waarvan **vijs** blazers, kunnen wij extra hard knallen! En natuurlijk maken de heerlijke stemmen van onze zangeressen het geheel helemaal af!

ACTIVITEITEN

- Dans Hip Hop
- Voetbaltoernooi
- Kinderboerderij
- De Hazenkamp Trampoline
- Bouncing Balls
- Bungeerun
- Draaimolen
- Zweefmolen
- Vogelshow
- Hazenkamp
- Clown Cees
- Wildcats Basketbal
- Brandweer
- Scouting
- Politie



THE MAGICAL HISTORY TOUR The Beatles Tribute



The Magical History Tour is: **Jan van Riet** zang, **Bart van Oort** gitaar en zang, **Tini Boer** gitaar en zang, **Han Verbakel** basgitaar en zang, **Jacques Boer** drums.

The Magical History Het repertoire van The Beatles. Op het programma staan de hits uit de beginjaren zestig tot en met Sergeant Pepper's, White Album en Abbey Road.



www.dagvanlindenholt.nl

daar gebeurt 't

