

Lindenholt Leeft

Info-magazine voor alle inwoners van Lindenholt - 11e jaargang juni 2020 nummer 3



In deze editie o.a.: het persoonlijke verhaal na de enorme explosie, onderwijs op afstand, amateurvoetbal in zware tijden en meer nieuws uit de wijken

Colofon

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

Adres

Hegdambroek 2524 6546 WP Nijmegen
Telefoon: 06 51 17 12 17
E-mail: redactielindholtleeft@gmail.com

Redactie

Gerard van Bruggen (hoofdredacteur)
Jan ten Dam
Victoria Lammerinks-Montis
Theo Vermeer
Gemma Sanders
Veronique Franken
Silvano Orvini
Henk van der Heijden (fotograaf)

Foto's

Zie bij de artikelen

Vormgeving

Gerard van Bruggen
René Verriet †
Jan ten Dam

Redigeren teksten

Yvette Onink

Drukwerk

Drukkerij Hendrix / Oplage: 7000 stuks

Bezorging

Op alle adressen in Lindenholt met uitzondering van de brievenbussen met een NEE-NEE sticker.
Klachten over de bezorging: 06 17484394
Volgend nummer
Kopijsluiting: **zondag 19 juli**
Verspreiding: **vanaf 7 augustus**



foto cover: De Gelderlander



Nieuwe AED Wijkatelier; pag 18



Veel enthousiasme bij Balkongym; pag 24



Corona in Lindenholt; pag 27



2013 Esther & Miranda: het plan - 2020 nog steeds Samen uit, samen thuis!

Pag. 25. Na ruim 7 jaar stoppen zij met hun periodieke bijdragen in ons wijkblad, veel dank daarvoor. Redactie.

Inhoud

Inhoud	2
Colofon	2
Buurtgezinnen	4
De Inloop	4
Oproep voor een lay-outer wijkblad	5
Hillekensacker, het persoonlijk verhaal	6-7
Onderwijsop afstand in Lindenholt	8-9
Column Victoria Lammerinks-Montis	9
Keek op de wijk; Aldo Spadaro	10-11
Bomen met de burens	12
Schilderij Ontmoetfestival	13
STIP nieuws	13
Parochienieuws	15
Column Bettineke van der Werf	15
Column Annet Hogenbirk	16
We gaan weer koken (Van tuin tot Bord)	17
Column huisarts WGCL	17
Nieuwe AED in Lindenholt	18
Moestuin Wijkatelier Lindenholt	19
Wijkcentra en buurthuizen weer open	20
Lindholtse ondernemers in Coronatijd	21
Oproep ideeën waterspeelplaats	23
Column Gemma Sanders	23
Even voorstellen: Merel van Deijnen	24
Balkongym in Lindenholt!	24
Lindholt loopt	25
Nieuws SCE	26-27
Corona in Lindenholt	27
Column Raafat Monther	28
Grootste Zonnebloem in Lindenholt?	30
Struinbulletin	31
Fotopagina	32

Columns en deadlines

Tussen deadline / inleveren columns en de uiteindelijke bezorging zit ongeveer 5 tot 6 weken. Hierdoor kan een column ingehaald worden door de realiteit zoals gebeurde met de column over het allereerste begin van de corona in Nederland van huisarts Mark van der Wel in het april nummer van Lindenholt Leeft.

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
- SCE

• 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

Cursus Mental Health First Aid, Eerste hulp bieden bij “verwarde” mensen

Wat doe je als een geliefde, vriend, familielid, buurvrouw of leerling een paniekaanval krijgt, het bed niet meer uitkomt of steeds somberder wordt?

De cursus Mental Health First Aid (MHFA) vergroot je je kennis over psychische aandoeningen en leert je situaties beter inschatten. Je ontwikkelt vaardigheden om te kunnen handelen, zowel bij mensen met beginnende psychische problemen als bij mensen die in een crisis verkeren. Je leert eerste o.a. hulp te bieden aan mensen met (beginnende) psychische problemen, hoe je in een crisissituatie kunt handelen.

En je ontvangt informatie over veelvoorkomende psychische aandoeningen (depressie, angst, middelengebruik, psychose).

Dit najaar organiseert Indigo deze cursus gratis in gemeente Berg en Dal, Beuningen, Druten, Nijmegen en Wijchen.

De cursus is bedoeld voor inwoners, vrijwilligers en werkenden in de genoemde gemeenten zónder of met weinig kennis van de GGZ (geestelijke gezondheidszorg) en wordt gefinancierd vanuit subsidie van ZonMW.

Quote van een deelnemer: “Door de cursus heb ik meer inzicht en begrip voor de psychische klachten van mensen en hoe te kunnen handelen om ze te helpen. Een echte aanrader deze cursus te volgen”.

Bij volledige deelname ontvang je een bewijs van deelname. Een certificaat, met een geldigheidsduur van 3 jaar, wordt verstrekt na deelname aan de 4 trainingsbijeenkomsten en het maken van een toets.

- De cursus wordt gegeven door MHFA-gecertificeerde trainers
- Deelnemers per groep: maximaal 15 personen
- Duur: 4 bijeenkomsten van 3 uur, verspreid over 4 à 5 weken

Kijk voor een cursus bij u in de buurt op www.mhfa.nl of informeer bij Indigo tel. 026-3124483 of info@indigogelderland.nl



WWW.LINDENHOLTLEEFT.NL is dé wijkwebsite voor alle bewoners in Lindenholt

www.lindholtleeft.nl is voor u de digitale ontmoetingsplaats in Lindenholt. Voor al uw informatie over de wijk en de bewoners is het slechts éénmaal nodig u aan te melden waarna u zelfstandig berichten kunt plaatsen. Tevens is alle mogelijke informatie over het stadsdeel Lindenholt binnen handbereik tegelijk met wat daar allemaal gebeurt en ook door de bewoners wordt georganiseerd. Verbaas u over het ongelooflijk aanbod in activiteiten, aanbiedingen, gratis deelname aan hobbyclubjes en mogelijkheden voor gezamenlijke dagbesteding. Natuurlijk kunt u zelf ook uw specifieke kennis en vaardigheden aanbieden aan buurtgenoten die daaraan behoefte hebben. Vindt u tuinieren leuk en wilt u graag de handen uit de mouwen steken voor iemand bij u in de straat, dan plaatst u heel simpel een berichtje op de website. Meer dan 600 volgers krijgen daar dan een berichtje over. Hoe eenvoudig kan het zijn. Nieuwsgierig? Wacht niet langer, start de pc / laptop en maak uw profiel aan op de site. Ik zie uw aanmelding met veel plezier tegemoet,

Gerard van Bruggen Buurtverbinder email: gerardvanbruggen45@gmail.com. / voorlt u telefonische ondersteuning: 06 51 17 12 17

WIJ ZIJN ER VOOR **ALLE FIETSERS!**



**Bike
Totaal**

scheepers
rijwielspecialist

Malvert 70-17
6538 DP Nijmegen
Telefoon 024 - 344 63 23
info@scheepersbiketotaal.nl
www.scheepersbiketotaal.nl

BATAVUS

dutchid

Gazelle



Loekie

MERIDA

QWIC

vanraam
Let's all cycle

Buurtgezinnen

Sinds januari 2020 is Buurtgezinnen actief in Nijmegen. Het is een nieuw initiatief gebaseerd op een oude gedachte: opvoeden doen we samen.

Gezinnen die het zwaar hebben (vraaggezinnen) worden gekoppeld aan een warm en stabiel gezin in de buurt (steungezinnen). Zo krijgen kinderen wat extra liefde en aandacht

en worden ouders even ontlast. In Nijmegen hebben inmiddels de eerste koppelingen plaatsgevonden. Een meisje van 13 gaat bijvoorbeeld wekelijks bij een steungezin huiswerk maken, samen koken en mee-eten.

De hulp van een steungezin is alledaags en vriendschappelijk. Vraag- en steungezin maken onder begeleiding van de coördinator van Buurtgezinnen afspraken over de steun. Het kan dan gaan om een wekelijkse speelafspraak, een weekend logeren of samen iets leuks ondernemen. Dat is iedere keer maatwerk.

In Lindenholt zoeken we momenteel een fijn gezellige en liefdevolle vrouw voor een meisje van 11. Ze komt daar graag thee drinken, kletsen, leuke dingen doen en haar huiswerk maken. Het meisje houdt van spelletjes, gezelligheid en leren en ze is dol op dieren.

Voor meer informatie en bij interesse, kunt u contact opnemen met Jiske (06-49960245) of kijken op www.buurtgezinnen.nl.

Tekst en foto: Jiske Broers, Coördinator Buurtgezinnen Nijmegen



De Inloop
Cursus organisatie

Op het moment dat ik dit schrijf (eind mei) is door het Coronavirus het huidige cursusseizoen helaas vroegtijdig ten einde gekomen.

Normaal gebruik ik de zomervakantie altijd om te inventariseren bij de docenten wie er door gaat en wie niet.

Maar dit jaar is alles anders. De voorlopige datum van heropening van De Brack is begin september. Maar onder welke condities mogen we dan weer starten? Zit er een maximum aan het aantal deelnemers per groep? Is dit afhankelijk van de zaal die je hebt? Is dit ook nog afhankelijk van de overige bezetting van de zalen (maximum voor de hele Brack)?

Maar wat als er weer een nieuwe piek van de Corona opsteekt? Wat kan ik plannen? Kortom: ik weet het even niet.

Natuurlijk ga ik wel inventariseren bij mijn docenten. Natuurlijk gaan we wel voorzichtig plannen welke cursussen er eventueel doorgaan. Maar wanneer en hoe kunnen we nu niet zeggen.

Dus besluit ik met het advies onze website in de gaten te houden, want die kan ik tenminste up-to-date houden.

Ik hoop dat iedereen, ondanks de beperkingen die het virus ons oplegt een fijne zomer heeft en ik hoop iedereen gezond en wel in een gezond verklaard Nederland weer terug te zien bij onze cursussen.

Namens De Inloop; Lineke Otzen

Wie wil mij helpen bij de opmaak van ons populaire en veel gelezen wijkblad **Lindenholt Leeft** ?

Bijna 12 jaar doe ik met heel veel plezier en voldoening dit werk als vrijwilliger. Inmiddels ben ik 75 en merk dat er bij mij steeds meer de behoefte groeit aan een sparringpartner, een collega buurtbewoner om samen dit mooie blad op een verantwoorde wijze en met nieuwe en frisse ideeën vorm te geven.



Al eerder was René Verriet mijn absolute maatje hierbij maar helaas is hij ons vorig jaar ontvallen tot groot verdriet van zijn vrouw en vele vrienden.

Het totale redactieteam bestaat uit nog vijf andere leden die vooral inhoudelijk een bijdrage leveren. Voorkennis en ervaring is niet noodzakelijk. Het belangrijkste is een dosis enthousiasme en creativiteit en de drive om iets concreets te willen betekenen voor alle mede inwoners van ons mooie stadsdeel Lindenholt.

Al het overige kan allemaal worden aangeleerd.

Voel je er iets voor om je hier in te bekwamen en aan de slag te gaan met het programma Indesign, dan maak ik graag op korte termijn een afspraak om alle zaken door te spreken. Help mij en neem contact met me op!

Ik kijk met grote belangstelling uit naar jouw reactie.

Gerard van Bruggen

gerardvanbruggen45@gmail.com
06 51171217

Hillekensacker

13 mei 2020



Henrico Schaeffer woont in de Zellersacker samen met vriendin Wendy en drie kinderen van 17, 14 en de jongste van 4 jaar. Hier volgt het verhaal van deze buurtgenoot uit Lindenholt over de ramp in de Hillekensacker 2020.

Henrico: 'Het was woensdag 13 mei 's middags omstreeks een uur of vijf, ik was net thuis van het werk en bezig met de maaltijd voor die avond toen ik die enorme klap hoorde.

Ik dacht meteen, dat is geen vuurwerk en vermoedde direct al dat het om iets groots moest gaan. Ik ben eerst achter in de tuin gaan kijken, daarna de voordeur uit en zag al veel mensen de wijk uit lopen naar de overkant van de Ac-

kerbroekweg. Toen ik daar aankwam zag ik de woning in kwestie waarvan de voorgevel volledig weggeslagen was. Ik ben er naar toe gelopen met de bedoeling om te kijken of ik iets kan betekenen. Ik ben BHV'er dus dan ga je er niet naartoe vanwege de sensatie maar meer met de bedoeling om hulp te verlenen waar nodig.

Ik zag de grote ravage en het dak dat er was afgeslagen met het puin overal verspreid. Twee mensen zaten bij een man die onder het puin

lag. Toen ik daar naar toe liep vroeg één van hen of ik BHV'er of EHBO'er was. Ik heb dat bevestigend geantwoord en zag meteen dat de man daar weg moest. Iemand anders riep dat hij moest blijven liggen. Mijn gevoel zei me

Kijk, en dan gaan mensen je een held noemen en dat soort dingen. Maar dat zie ik anders....

dat er een gas-explosie was geweest en dat er dan een acuut gevaar voor brand ontstaat en dus riep ik: "Het huis staat bin-

nen in brand, hij moet hier weg!". Samen met een buurtgenoot hebben we geprobeerd de gewonde man onder het puin vandaan te trek-

ken maar dat lukte niet, waarbij de man het uitschreeuwde van de pijn.

Ik ben meteen begonnen de brokstukken puin van het slachtoffer af te halen samen met deze buurtbewoner en heb hem daarna zo ver mogelijk van de woning af gelegd. Hij was wel aanspreekbaar, maar regelmatig zakte hij weg. Het was wel gelijk duidelijk dat hij een fikse hoofdwond had en zijn handen verbrand waren, je zag er allemaal blaren op zitten.

De brandweer was als eerste ter plaatse en gelijk kwam er iemand bij om de eerste medische zorg te verlenen. We moesten hem aan de praat houden dus vroeg ik hem: "Waar was je mee bezig?" Hij zei dat hij wilde gaan koken, iets lekkers wilde maken....

Maar weet je wat zo apart was? Nog geen minuut nadat we hem uit het puin hadden gehaald stond het hele huis in lichterlaaie. Als BHV-er weet ik heel goed dat je eerst op je eigen veiligheid moet letten en dan je slachtoffer veilig stellen. Die stap heb ik overgeslagen en meer op intuïtie die man daar weg gehaald, ook omdat ik een beetje verbaasd was hoeveel mensen daar al stonden te kijken, te fotograferen en te filmen maar niets deden. Later realiseer je pas waarom je deed wat je hebt gedaan, je zit dan zo vol adrenaline en ben je bent enkel gefocust op het slachtoffer.

Daarna gaat alles in een sneltreinvaart, Politie, brandweer, ambulance en traumaheli, alles komt dan in actie. Op den duur waren er denk ik wel tien mensen van de ambulance erbij. Uiteindelijk is hij op een brancard gelegd en hebben ze hem meegenomen.

Ik zat helemaal onder het bloed en de brandweer heeft mij schoongemaakt en gedesinfecteerd.

Ik ben meteen goed opgevangen samen met de anderen die daar direct bij betrokken waren. Dan komt er een voorlichter om getuigenver-



Henrico Schaeffer

klaringen op te nemen die later uiteindelijk allemaal moeten kloppen.

Alles bij elkaar heeft het niet langer dan 10 minuten geduurd, maar voor mijn gevoel was het allemaal veel langer. Ik ben daarna gewoon naar huis gegaan.

Dan word je de hele avond gebeld en geappt. Ik vond het heel bizar dat al heel snel op social media allemaal filmpjes te zien waren van de ramp. Ik heb daar wel een dubbel gevoel bij, maar blijkbaar is dat tegenwoordig heel normaal, bizar is dat. Kijk en dan gaan mensen je een held noemen en dat soort dingen. Maar dat zie ik anders....

Zelf ben ik alleen maar blij met het wonder dat de man er veilig uit is gekomen en er gewoon niet meer slachtoffers zijn gevallen. Als je de ravage ziet, snap je dat niet. Hoe bestaat het dat daar op zo'n moment geen kinderen hebben gelopen of andere mensen.

Ik ben 's avonds nog wel even terug gegaan en dacht toen: "Wow hier heeft zich iets heel heftigs afgespeeld"

Hoe gaat het nu met hem?

'Ik heb zelf het idee dat ik er geen last van heb, enkel wat slaapproblemen.

Gisteren toevallig bij de huisarts geweest en die vertelde mij dat mijn lichaam een enorme adrenalineboost heeft gekregen waardoor de hormonen als het ware op hol zijn geslagen en mijn lichaam daar gewoon van moet herstellen.

Mijn werk als portier bij een hotelketen ligt nu even stil en dus heb ik gezegd dat ik nog even thuisblijf want als je minder gaat slapen word je bevattelijker voor het Coronavirus en dat schiet op het werk natuurlijk ook niet op.'

Tekst: Gerard van Bruggen / Veronique Franken

Foto's: John Beckmann/RN7



Na de Lock-down; Onderwijsop af

Twee docenten, één vanuit het basis- en één vanuit het middelbaar onderwijs, vertellen het persoonlijk verhaal over veerkracht, wilskracht, samenwerking en creativiteit van de afgelopen maanden zoals zij dat hebben ervaren.



Interview Berry Bakker, directeur en teamleider bij de Wingerd.

Tijdens de crisis, Covid 19 vroeg de Overheid om onderwijs op afstand en heeft de Wingerd verschillende fasen doorlopen. Sinds de periode van onderwijs op afstand na de eerste drie weken werd verlengd, is de school vooral bezig geweest met de inhoud om te zorgen dat de kinderen verder komen in hun ontwikkeling. De aandacht is verdeeld tussen de leerlingen en ook het team. Dhr. Bakker richt zich vooral op het team en met elkaar gaat het om de kinderen en de gezinnen.

Voor de ouders thuis was de afgelopen tijd een zeer hectische periode; thuiswerken en het gezin draaiende houden... in de stress zitten van banen verliezen en noem maar op... Er is schoolsoftware beschikbaar gemaakt zodat de ouders ook in de lesmethodes terecht konden, wel met de nodige instructies op afstand. Dat heeft heel goed gewerkt! Verschillende ouders moesten noodgedwongen versneld leren omgaan met de lesprogramma's en daarin ontwikkelen en dat dan ook 'gewoon doen! De veerkracht van mensen is ontzettend en dat is echt mooi om te zien wat de mensen presteren.

De kinderen zijn in de leeftijd van 4 tot 12 jaar en de Wingerd biedt in alle nuchterheid vooral eenvoud en duidelijkheid, structuur en een bepaalde regelmaat. Dat doet de school in normale tijden ook. Met een vierjarige ga

je samen met de ouders en het kind praten. Een heel jong kind speelt vooral... Met een elf tot twaalfjarige krijg je steeds meer mogelijkheden en kan je ze oefeningen laten maken. Uiteindelijk is er gezorgd dat de werk- en lesboeken thuis zijn dat en dat de kinderen daarin verder konden...

De vorderingen van de kinderen hou je normaal bij door ze te observeren en te toetsen of allebei en dat valt nu weg. Op acht juni gaat de school weer helemaal open. Het was lang wachten op een protocol van de Primaire Onderwijsraad.

Terug naar school

De kinderen gaan eerst weer groep zijn, weer kind... weer in het schoolritme komen van leren en werken. Luisteren naar instructies en dat verwerken. Het toetsen wordt een aantal weken later opgepakt. De eindtoets voor groep acht is vervallen. Dat is een landelijke keuze geweest. De leerlingvolgysteemtoetsen die normaal in juni worden afgenomen, worden doorgeschoven naar begin september. Dat is een mooi moment om in het nieuwe schooljaar verder te gaan. De vorderingen van de afgelopen periode komen hierdoor iets later in beeld zijn en dat is gezien de omstandigheden helemaal niet zo erg.

De vraag is: "Wat doet het met kinderen die zes á acht weken niet hebben geleerd hoe je met elkaar omgaat in de groep, dat je samen moet werken, samen spelen. Dat hebben zij gemist"! De Coronatijd heeft er voor het team voor gezorgd dat zij zich hele andere vaardigheden hebben eigen gemaakt en daar leer je veel van. Als er straks wordt teruggekeken zijn er wel een aantal dingen die de school blijft doen. Een van de leerkrachten zei; waar je vroeger huisbezoeken had, die ook heel waardevol zijn, zie je d.m.v. video conference wel waar een kind leeft en krijg je meer gevoel bij de sfeer van het gezin en dat zegt heel veel. Een ander voorbeeld; in tijden van tekort aan leerkrachten door ziekte is er een heel systeem opgebouwd waarbij de kinderen thuis verder kunnen werken. Ook ouders hebben geleerd hoe zij hun kind kunnen helpen. De regie van onderwijs geven blijft bij de school door de instructies via filmpjes te verzorgen. 'Ieder zijn vak!'

De directeur hoort van ouders terug dat ze nu echt zicht hebben op hoe hun kind leert en hoe hun kind werkt. Ouders die zeggen; "Petje af, doe het maar"! Door deze crisis is nu veel meer waardering voor het werk van de leerkrachten.

Berry heeft onlangs wel een verhaal gehoord dat kinderen ondanks dat ze thuis zitten toch heel erg vooruit zijn gegaan, met lezen bijvoorbeeld. Er is echter ook wel sprake van zorg over leerlingen die in deze tijd mogelijk een achterstand hebben opgelopen, gezinnen waarbij schade is geleden om welke reden dan ook.

Het is spannend en een uitdaging wanneer de school op 8 juni weer volledig gaat draaien.

Richtlijnen: 1,5 meter houden tussen leerlingen dat hoeft niet, richting leerkrachten en tussen leerkrachten wel. Verder is dat nog de vraag; "Wat vraagt de Overheid nou wel precies? Moeten we de groepen uit elkaar houden"? Dat is allemaal nog niet bekend.

De hygiënemaatregelen blijven het allerbelangrijkste. Dat doen we met elkaar heel goed!



Mondial College
draait om jou!

Interview Kiki Buurmans, docent

Mondial college Meeuwsw Acker en leerling PABO.

Op dit moment is Kiki zowel in de rol van docent als ook in de rol van student. Zij ervaart de gehele Corona situatie dus van twee kanten. Kiki is werkzaam op het Mondial College, Meeuwse Acker en daar kregen zij op zestien maart te horen dat alle scholen dicht gingen. Vanaf die tijd zat zij thuis en probeerde online lessen aan te bieden. In het begin was het allemaal onduidelijk hoe de school dat vorm zou geven, want het was zo onverwachts ineens. Uiteindelijk is er per sectie (vakgebied) een alternatieve opdracht bedacht dat op afstand aangeboden kon worden. Men dacht toen nog

afstand in Lindenholt

dat het heel kortdurend zou zijn.

Vanuit het Mondial College zijn er lessen aangeboden waarbij elke docent bepaalde taken kreeg. Voor Kiki betekende dit dat zij op maandag, woensdag en vrijdag online lessen moest aanbieden aan kinderen en dat de leerlingen vragen mochten stellen op haar vakgebied, Mens & Maatschappij.

Kiki: 'Het is een heel andere manier van onderwijs geven want je hebt ineens geen lokaal en geen face-to-face contact meer met de leerlingen, daar waar je het eigenlijk voor doet. Want de liefde voor mijn vak bestaat uit het directe contact met kinderen. Ik geef les aan eerste jaar leerlingen in de leeftijd van 12 a 13 jaar, soms 14 jaar. De meeste kinderen komen uit Lindenholt maar ook uit andere delen rondom Nijmegen. Er wordt gewerkt in kleine klassen waar ook de ouders de voorkeur aan geven, gemiddeld 16 leerlingen, wat goed te doen is'.

De lessen op afstand gaat via Teams Video Call. De kinderen mogen zelf de keuze maken of zij in beeld zijn. Kiki vindt het fijn om de gezichten te zien maar houdt er rekening mee dat niet iedereen zijn / haar thuissituatie wil laten zien. Zelf zet Kiki haar camera wel altijd aan, zodat de leerlingen weer een vertrouwd gezicht voor zich hebben. Of dat het uit laten van de camera iets zegt over de thuissituatie van een kind, is niet altijd het geval. Het kan zo maar zijn dat zij rond dat tijdstip gewoon lekker in bed liggen te videobellen en dit niet willen laten zien. Als docent weet Kiki wel dat er bepaalde situaties kunnen spelen door leerlingen die haar in vertrouwen hebben genomen. De school is wel op de hoogte van de verschillende thuissituaties.

'Net als ik, halen de andere vakdocenten ook weinig voldoening uit het thuiswerken. Voor mentoren kan het daarbij erg frustrerend zijn wanneer een leerling niet meer te bereiken is, of dat er constant moet worden nagegaan wanneer het huiswerk wordt ingeleverd. Het blijft een lastige situatie. De keerzijde is dan weer dat je ook erg positief verrast wordt door bepaalde leerlingen. Daar waar zij op school wat meer moeite lijken te hebben met hun werk, kunnen ze nu thuis juist keigoed zelfstandig werken en leveren veelal hun huiswerk op tijd in.'

Je moet wel elke dag gestructureerd een les aanbieden. Dat doet Kiki door middel van een PowerPoint met ingesproken tekst, waarin zij de lesstof toelicht.

'De leerlingen hebben bijna allemaal de eerste week ervaren als: 'Yes, 'lekker vrij en mooi

weer'. De grootste boefjes in de klas die zeggen dat school saai is sturen mij een e-mail en vragen nu "Mevrouw, wanneer gaat de school weer open"? Zij missen oprecht heel erg de sociale contacten. Dat maakt ze na deze periode wel een andere leerling, al is dit misschien voor drie dagen...' zegt Kiki grappend. Kiki volgt naast haar werk op het Mondial College ook een studie aan de HAN. Zij ervaart daardoor de Corona-tijd niet alleen als docent, maar ook als student. Door de Corona-crisis is zij vertraagd in haar afstuderen en zal daarom haar studie na de zomervakantie moeten afronden. 'Ik mis de begeleiding vanuit enkele docenten, terwijl ik die nu wel echt nodig heb. Daarom wil ik mijn eigen leerlingen wel het idee geven dat ik er alles aan doe hen goed te begeleiden.'..

Het Mondial College heeft zich volgens Kiki persoonlijk wel goed aangepast aan deze situatie. Voor iedereen is het een onzekere tijd, maar naar haar idee is zij voldoende geïnformeerd en op de hoogte gehouden door het Mondial College. 'Momenteel is het passen en meten. Er zijn momenteel een stuk of vijftig leerlingen, die met de nodige voorzorgsmaatregelen op school worden opgevangen en begeleidt. Zo zijn er meerdere pompjes om je handen te desinfecteren, zijn de tafels op gepaste afstand van elkaar gezet en beplakt met stickers waar wel of niet gezeten mag worden. Tevens is onze schoonmaakploeg ook meermaals aanwezig, om de tafeltjes weer heel goed schoon te boenen.'

Aan de ene kant heeft zij super veel zin om de leerlingen weer te zien en normaal les te geven maar zij ziet het nog niet helemaal voor zich hoe dat gaat gebeuren. 'Ik denk dat ik mij deze periode nog heel lang zal blijven herinneren en later aan mijn kinderen en kleinkinderen zal vertellen: "Nou, moet je horen..."'

De middelbare school is voor Kiki de tijd van haar leven geweest. Zij heeft zelf op Mondial Leuvenbroek gezeten en het is dan ook extra leuk om op deze locatie, Meeuwse Aker te werken.

Liefde voor haar vak

'Wat ik zo mooi vind aan mijn vak is dat wanneer de leerlingen moeite hebben om de lesstof te begrijpen, en je er wel twintig keer uitleg over hebt gegeven, het kwartje dan toch ineens valt. "Oh jaaa...." dat vind ik het mooiste geluid wat er is!' lacht ze.

Tekst: Gemma Sanders / Gerard van Bruggen

Foto: Gerard van Bruggen



Victoria
Lammerinks
Montis

Samen

Nog steeds is Corona het gesprek van de dag op de televisie, maar ook bij ons thuis. Ik weet niet hoe het bij u thuis gaat, maar wij zitten tijdens het eten altijd samen de dag door te spreken. Voetbal is hier in huis erg belangrijk. En hoewel het in Duitsland inmiddels al weer opgestart is, blijft het onderwerp Corona. Je gaat nu namelijk als voetbalteam niet in één maar drie bussen naar het stadion. Dit alles om toch vooral dat potje voetbal uit te spelen, want anders haken de sponsors af..

Ik erger mij vreselijk aan de mensen die denken dat het wel meevalt en dat de regering van alles verzint om ons vooral maar binnen te houden. Hoe kan het dat deze mensen het zó belangrijk vinden om in een rij te gaan staan bij een winkel waar je niet voor of boodschappen of medicijnen komt. Want je zult toch maar eens gezien worden met dat truitje van vorig jaar. Of met schoentjes die je al een keer aangehad hebt. En om 1 minuut over 12 al in de rij stonden om geknipt worden, want oh als je haar toch maar eens niet goed zit.

En nu gaan er waarschijnlijk een aantal grenzen open, hoor ik om mij heen dat er alweer gepland wordt om toch vooral op vakantie te gaan. Gezellig uit eten met plastic schermen om je heen en onderweg kan je niet plassen op een toilet dus de pakketten Tenalady en plastijtjes voor dames zullen ook binnenkort wel niet meer te aan te slepen zijn. Waar we onze grote boodschap moeten laten onderweg of bij het zwembad is helemaal een groot raadsel maar daar heb ik wel iets op bedacht, we gaan gewoon in een emmer onze behoefte doen waar we vooraf een biologisch afbreekbare zak in hebben gedaan en alle hondentoiletten worden dan tegen betaling van 1 euro per keer door ons gevuld. Heel Europa kan dan op die manier misschien wat extra bijverdienen en laten we dat geld vooral niet in de zorg steken want dat hebben die mensen die niet aan een ander denken ook niet nodig.

Ja ik ben ongerust en ik hoop echt dat iedereen voorzichtig gaat doen, niet omdat ik het zeg maar omdat ook u verantwoordelijk bent als die kwetsbare persoon wel ziek wordt en misschien niet zoveel weerstand heeft en wel op de IC terecht komt.. Het zal je moeder of kind maar wezen! We leven maar een keer, laten we dat dan met respect naar elkaar toe doen. We kunnen dit alleen maar samen.



Aldo Spadaro

We ontmoeten elkaar op zijn adres in de Wedesteinbroek temidden van de Coronamaatregelen. Nu de lockdown compleet is heeft Aldo tijd over. Als ik kom aanlopen staat hij me voor de oprit al op te wachten. Een oud shirt, blond haar in een staart, en oliegeven op het gezicht.

Fiat

Hij wijst monter naar de twee auto's op zijn oprit en zegt: 'Nu heb ik tijd om aan mijn auto's te sleutelen.' 'Dit zijn mijn Fiats, de rode is uit 1980 en de zwarte uit 1978.' Twee identieke kleine cabrioletjes staan in een verschillende staat van herstel te pronken tussen het onkruid. 'Dit is de X1-9, een hele zeldzame auto.', zegt hij monter. 'Ze zijn zo slecht gebouwd dat ze feitelijk uitgestorven zijn, maar een prachtig model, echt een hele mooie auto.' De Italiaanse bouwkwiteit van auto's in de jaren zeventig en tachtig is inderdaad niet je van het, zo diep ik uit mijn geheugen op. 'Dit zijn fijne projecten om aan te sleutelen. Lekker de kop leegmaken', verzekert hij me. 'Koffie?' Hij beent weg en na wat gerinkel van kopjes in de keuken komt hij naar buiten met twee kopjes. Braaf gaan we op 1,5 meter van elkaar afstaan en kijken elkaar aan. Tijd om te keuvelen.

“Vanaf begin maart kwamen niet meer alle leerlingen naar les, uit angst voor het virus...”

Lindenberg

Aldo heeft geen kinderen, is alleenwonend, 37 jaar, en al 14 jaar gitaarleraar. Opgeleid is hij aan de Rockacademie in Tilburg. Als gitaarleraar is hij behoorlijk getroffen door de Coronamaatregelen. Aldo geeft al een aantal jaren in vaste dienst lessen bij het Cultureel Centrum De Lindenberg in het centrum. 'Vanaf begin maart kwamen niet meer alle leerlingen naar les, uit angst voor het virus. Toen waren er slechts vier besmettingen in Nijmegen gemeld. Daarna ging het snel. Op 15 maart kon de jaarlijkse banduitvoeringdag van de Lindenberg niet meer doorgaan, en 16 maart ging het hele centrum dicht. Pats, Boem! Dat is al weken zo. Het werk op de locatie ligt helemaal stil.' Zijn gezichtsuitdrukking is bedrukt en hij vervolgt: 'Na een week ben ik online gegaan via Skype, die tak van de lessen met de leerlingen heb ik nu draaiende. Maar een online les is best intensief, om de online lessen zo effectief mogelijk te maken is er gewoon wat extra nazorg nodig. Ik had me al voorgenomen meer online te gaan doen, dus ik bouw zo mooi wat testkilometers op. Na de zomer gaan we hopelijk weer terug naar normaal. Het is voornamelijk de uitvoerende kant van mijn werk die een tik heeft gehad: de bandcoaching, de optredens en het werken op festivals, dat is helemaal weggefallen. Jammer.'

Hongarije

Door het wegvallen van deze inkomsten gaan de plannen voor een sabbatical in Hongarije voor komend jaar de ijskast in. De onzekerheid is nu te groot. Aldo heeft een flinke poos in Boedapest gewoond tijdens zijn studie en hij kent de stad en de muzieksceen op zijn duim-

pje. De band met Hongarije is sterk. 'Het is voor mij bijna retraite-achtig, ik kan daar helemaal los van Nederland werken, en dingen uitproberen. Ik wilde muziekvideo's gaan maken voor mijn YouTube kanaal: Aldo Spadaro.' Wel is er recent een nieuwe liefde in zijn leven is gekomen. Het is nog pril, een jaar weg naar het buitenland is misschien nu niet de beste tijd. Ik vraag naar zijn opleiding en hoe hij tot het beroep van leraar is gekomen. 'Sinds 2006 ben ik gitaarleraar, ik heb het als stage gedaan voor de Rockacademie. Ik koos voor de richting docent om ook uitvoerend muzikant te kunnen zijn. Ik heb een mooi beroep, je werkt met je passie namelijk muziek, en je draagt het over aan jongeren. Het samenwerken in groepen is leuk, en vooral jongeren daarin te stimuleren naar elkaar te luisteren.'

“De sound is lekker analoog, heel ambachtelijk. Nu is het heel anders...”

Italië

Ik zeg dat zijn naam 'Spadaro' niet Nederlands aandoet. 'Ja klopt, mijn vader is Italiaans, dat is die naam. Het is een kleurtje wat erbij zit, ik zou er meer mee willen, maar dan moet ik er eigenlijk een tijd gaan wonen. Daar ben ik nu niet op dat punt. Ik ben geboren in Oss, en toen mijn ouders gingen scheiden ben ik met mijn moeder in Dukenburg terechtgekomen. Ik heb hier in Nijmegen de Havo gedaan, en daarna in Tilburg de Rockacademie. Een leuke stad maar Nijmegen vond ik fijner. Vooral de jam-



sessie scene was een paar jaar geleden super.
Wat is zijn voorliefde in de muziek?

'Ja, dat is overduidelijk, het zijn de sixties en seventies, rockbands, muziek waarbij je nog niet zoveel kon sleutelen aan het geluid, je speelde het samen in de studio in. Het moest daar gebeuren. De sound is lekker analoog, heel ambachtelijk. Nu is het heel anders, heel veel digitale informatie moet door die speakers en alles moet ook op kleinste kleine speakers goed klinken. Er is dan minder mogelijkheid om diepte in het geluid aan te brengen, de diepte die je hoort op die oude opnames. Je hoort daar letterlijk de buizen van de versterkers ruisen en het hout van de gitaren hun werk doen. Maar ja, ik leef misschien wel onder een selectieve steen.' 'Een oude geest in een jong lichaam', merk ik op. Hij lacht.

Wedesteinbroek

We lopen even naar binnen en het huis is leuk ingericht, lekker vintage. Hij geeft aan hier in de Wedesteinbroek prettig te wonen. Hij is tevreden, het is een leuke buurt met veel gezinnen, die goed met elkaar omgaan. Je werkt ook voor het Wijkatelier? vraag ik. 'Ja inderdaad, ik heb daar mijn contactgegevens achtergelaten en als mensen op het atelier of hier bij mij thuis les willen volgen, harstikke mooi.' Er is wel wat belangstelling, maar dat mag wel meer voor zo'n muzikale wijk als de Lindenholt.

Aldo wil verder met zijn auto's.

Hartelijk nemen we afscheid en ik geef aan dat ik snel contact opneem voor wat gitaarlessen.

Voor meer informatie zie: www.aldospadaro.com

Tekst en foto: Roel Gootzen



Vind je het leuk om met kinderen te werken?
Kom dan één van onze overblijfteams versterken!
Je krijgt per meegedraaide middagpauze een vrijwilligersvergoeding van €10,-



Stichting SOOS is op zoek naar enthousiaste overblijfkrachten !

Nieuwe actie: Bomen met de buren

Bomen in de stad werken als (gratis) airco's. Hoe meer bomen in de stad, hoe koeler het blijft en dat is wel zo prettig bij tropische dagen. Want wist je dat het in een warme zomernacht zo'n 7 graden warmer is in de versteende binnenstad dan daarbuiten? Daarnaast is een stad met veel bomen prettig voor vogels en vlinders.

Operatie Steenbreek en de gemeente Nijmegen nodigen de inwoners van de wijken Hatert en Lindenholt uit voor de actie 'Bomen met de buren'. Wij helpen jou en je buren om meer bomen te planten in de straat / buurt. Zo werken we samen aan een groene en koele (en coole) stad!

Hoe werkt het?

Weet jij een mooie, goede plek voor een boom of een aantal bomen in jouw straat of buurt? Dien het in via mijnwijkplan.nl. Wanneer voldoende mensen uit jouw buurt het plan omarmen, zorgen Operatie Steenbreek en de gemeente voor het planten van de bomen.

Tot 1 september kun je jouw wens indienen via www.mijnwijkplan.nl. Daarna bekijken wij alle inzendingen, beoordelen we de locaties en koppelen we naar je terug. Op de plekken waar het kan, planten we op Groene Vrijdag (najaar 2020) de bomen.

Let op niet alles kan!

Voordat er een boom wordt geplant, toetst de gemeente op een aantal criteria:

- Het gaat om een plek in de openbare ruimte.
- Verkeersveiligheid: blijft het met de nieuwe boom / bomen een veilige, overzichtelijke situatie in het verkeer.
- Toegankelijkheid: staat de boom niemand in de weg alshet gaat om de stoep makkelijk op en af kunnen, ook als je in een rolstoel zit.
- Kabels: liggen er onder de grond geen kabels?
- Explosieven: liggen er geen niet-ontpofte explosieven zodat we daar niet kunnen graven?

Op basis van het onderzoek door de groenbeheerder van de gemeente wordt bepaald of de plek geschikt is voor het nieuwe groen. Zoals gezegd, de uitslag van elke aanvraag voor een boom of bomen, koppelen we terug. Heb je vragen of opmerkingen? Stuur een bericht naar netwerk.steenbreek@debastei.nl. Samen voor een groene stad!

Zie ook: www.steenbreeknijmegen.nl/bomen-met-de-buren

Tekst: Operatie Steenbreek Nijmegen



Schilderij ontmoetfestival 2019



*Art is the best
storytelling*

Tijdens het Ontmoetfestival 2019 in het Wijkatelier zijn er verschillende workshops de revue gepasseerd. Bewoners konden zelf kiezen wat zij wilden doen. Één ervan was een gezamenlijk schilderij in het kader van 'Ontmoeting & Verbinding'. De opzet voor het schilderij is gemaakt door Tom Oakes, wijkbewoner Lindenholt en tevens kunstenaar. Bij het ontwerp waren meerdere sjablonen geleverd en wijkbewoners mochten het schilderij naar eigen inzicht invullen en er kleur aan geven.

De tijd was te kort om het in zijn geheel af te maken. De schildergroep in het Wijkatelier onder begeleiding van Hilly Withaar heeft iemand bereid gevonden om het verder af te maken. Na iedere schilderles was er dan een kort moment om input te ontvangen van wat de deelnemers van de groep ervan vonden. De tijd stond even stil om het ergste nieuws van de Covid19 crisis te aanvaarden...

Gemma, redactielid, verzamelde de moed om het penseel, verf en het doek op de schilders-ezel te zetten en het verder thuis af te maken... ditmaal onder begeleiding op afstand van Hilly via de app...

Ook al lijkt het tijdens de crisis dat de wereld stilstaat wordt er toch gewerkt aan 'het nieuwe normaal...'. Het zijn spannende tijden en niemand weet nog hoe alles verder gaat...

Een ding weet ik wel en dat is dat ik jullie via mijn woorden en het schilderij dat ik namens de wijkbewoners af heb mogen maken een warm hart toedraag en hoop jullie weer gauw te ontmoeten.

Verder wil ik iedereen bedanken die zijn bijdrage heeft geleverd aan het succes van het Ontmoetfestival, vooral mijn collega's Jeanine, Eus, Gerard, Hilly, de wijkbewoners en verder iedereen die ik niet bij naam ken...

Tekst: Gemma Sanders
Foto: Gemma Sanders



Help elkaar tijdens corona

In deze tijd van corona loopt het leven heel anders. Veel mensen zitten alleen thuis. Op dit moment kunnen oudere, zieke en kwetsbare mensen wel wat steun gebruiken.

Heb je een vraag? Wil je praten? Heb je hulp nodig? Of wil je juist hulp aanbieden?



Bel de Stip-lijn
024-3502000

maandag t/m vrijdag, 9.00 - 17.00 uur

Medewerkers van de Stip (van welzijnsorganisatie Bindkracht10) staan voor je klaar. Ze bieden hulp, luisteren en geven advies.

Wil je zelf contact zoeken of iemand helpen?

- Gebruik de app Nextdoor
- Kijk op www.wehelpen.nl, gebruik de Whapp.nl app of kijk op de facebookgroep [coronahulpnlmegan](https://www.facebook.com/coronahulpnlmegan) voor vraag en aanbod
- Ook verschillende buurtwebsites bieden hulp.
- Gebruik onze app Budget de baas voor geldzaken



Heb je vragen over corona?

Bel met de GGD op het speciale nummer 088- 1447272



Meer informatie?

Op www.bindkracht10.nl/bindkracht10-en-corona vind je een overzicht. Ook wat handig is in jouw wijk.

Blijf gezond en help elkaar!



Tips voor burenhulp & bij vragen over corona

Besmetting voorkomen

Meest belangrijk is om het virus niet te verspreiden. Houd afstand, hoest of nies in je elleboog, was je handen en volg de richtlijnen op www.rivm.nl

Informatie over corona

Betrouwbare informatie op website www.rivm.nl/coronavirus/covid-19

Begrijpelijke informatie in meerdere talen op website

www.pharos.nl/coronavirus

Vragen over het virus? Bel het nummer van de GGD: 088- 144 7272.

Boodschappen doen

Kan ik geld of een pinpas geven? Het beste is om boodschappen voor te laten schieten, waarna terugbetaald kan worden met een telefonisch betaalverzoek, zoals Tikkie. Kan dat niet? Dan kun je geld meegeven (let op: contant betalen is niet overal mogelijk). Dit is je eigen verantwoordelijkheid. Om misbruik te voorkomen: Houd het bij kleine bedragen. Geef NOOIT een pinpas mee.

Waar kan ik terecht voor een praatje?

Je kan de Stip-lijn (024-3502000) bellen om te praten. Deze is op werkdagen bereikbaar van 9-17 uur. De Stipmedewerker kan er ook voor zorgen dat iemand helpt bij het opzetten van een telefoonkring. Dan kun je praten met mensen uit de buurt.

Waar kan ik terecht met zorgen?

Als je je zorgen maakt kun je ook bellen met de Stip-lijn. Mensen die thuis in quarantaine zitten kunnen voor een luisterend oor bellen met het Rode Kruis 070-4455888.

Kan ik ook praten met iemand in een andere taal?

Liever praten in een andere taal? Bel de Stip-lijn. Zij zorgen dat iemand terugbelt die je taal spreekt. Het is ook mogelijk om digitaal informatiemateriaal te krijgen over corona in een andere taal.



Komt u ook op de koffie?

M.O.C. biedt in Lindenholt
maandag, woensdag en vrijdag

DAGBESTEDING

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

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

Email: info@thuiszorgmoc.nl

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

Info: www.thuiszorgmoc.nl



Fysiotherapie houdt u in beweging!



Fysiotherapie Lindenholt – Ruikes & de Muijnck

024-3780991

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!



Bij elkaar komen in de kerk voor een eucharistieviering in het weekend

Zoals u weet zijn de kerken vanaf 14 maart gesloten geweest voor weekendvieringen,

jubilea en andere gelovige bijeenkomsten. Alleen een uitvaart of een huwelijk mocht, met maximaal 30 mensen, doorgang vinden.

Maar er gloort licht aan de horizon. We kunnen en mogen weer gelovig bij elkaar komen, maar er zijn wel strakke richtlijnen voor gekomen. De bisschoppen van Nederland hebben een PROTOCOL voor GELOVIGEN gemaakt. Dit protocol is voor iedereen die naar de kerk komt om een viering bij te wonen of op een andere manier van het kerkgebouw gebruik wil maken. Er wordt gevraagd deze richtlijnen op te volgen zodat alle aanwezigen waardig en veilig samen kunnen vieren.

Algemeen: Alle maatregelen inzake de anderhalve meter regel hygiëne; handen reinigen bij binnenkomst van de kerk, hoesten en niezen in ellenboog, gebruik van papieren zakdoekjes bij verkoudheidsklachten en/of verhoging thuis blijven, dienen door alle betrokkenen strikt nageleefd te worden. Degenen die deelnemen aan vieringen doen dat op eigen risico.

We mogen vanaf 7 juni met maximaal 30 mensen bij elkaar komen in de kerk. Vanaf 1 juli mag dat, wanneer er geen meer Coronazieken bij komen, met 100 mensen. Wanneer er in onze Agneskerk weer vieringen zijn is nog niet bekend. Dat kunt u vinden op onze website: agneskerklindenholt.nl of stefanus.nl/agneskerk

Op dit moment (eind mei) vinden we het nog te onzeker om al te beginnen met vieringen. Er liggen wel richtlijnen, maar we zoeken nog hoe we die in onze Agneskerk uit kunnen voeren. Bovendien wonen een aantal voorgangers in een verzorgingshuis, en mogen ze hun huis nog niet uit. Om u een idee te geven van wat er van een kerkgemeenschap verwacht wordt, volgen hier de richtlijnen van de bisschoppen:

Weekend liturgieviering

RESERVEREN • U moet zich vooraf aanmelden. Via de site gaat bekend worden hoe. Zomaar op zondag binnenlopen kan dus voorlopig NIET.

HYGIËNE • U volgt bij binnenkomst de aanwijzingen op waar u kunt gaan zitten en bij het uitgaan de aanwijzingen om veilig naar de uitgang te gaan.

• Bij een kruisteken wordt het lichaam niet aangeraakt.

MUZIKALE EN VOCALE MEDEWERKING

• Er kan alleen maar voorzang zijn en er mag niet meegezongen worden door gelovigen tijdens de viering. Dus: er mag muziek zijn, maar u mag niet meezingen.

• U mag elkaars hand niet vasthouden tijdens het bidden van het Onze Vader.

• U mag elkaar niet de hand geven bij de vrede-wens. Knik op afstand naar elkaar.

• Het in processie naar het altaar brengen van de gaven moet vermeden worden.

H. COMMUNIE-UITREIKING

• U houdt anderhalve meter afstand van elkaar.

• De priester draagt een hoestscherm en reikt de heilige communie uit met behulp van een speciale schep of een pincet. Contactloos dus!

• U moet voor het ontvangen van de H. Hostie uw handen reinigen. Hier staat een dispenser voor.

• Kinderen die niet communiceren worden zonder aanraking gezegend op anderhalve meter afstand.

• Wilt u de H. Hostie niet met de hand aanraken, dan kan een eigen 'corporale' meegebracht worden die u op uw hand legt en nadat de priester de heilige communie er opgelegd heeft, brengt u de heilige hostie naar de mond. Een corporale is bijvoorbeeld een kleine schone witte zakdoek.

COLLECTE • U houdt uw eigen parochiegemeenschap financieel in stand door de collecte. Maar in de kerk mag er niet gecollecteerd worden! U kunt wel bijdragen aan de collecte via een collectebus op een tafel bij de in- of uitgang (contactloos), via een bankoverschrijving, of via een gift-app.

KINDERNEVENDIENST • Kinderen gaan direct bij binnenkomst in de kerk naar hun eigen programma.

NA AFLOOP • Napraten in groepjes en kof-fiedrinken in de kerk kan gezien de geldende maatregelen niet, maar kan wel plaatsvinden in een parochiezaal of in een tuin bij de kerk, waar u anderhalve meter afstand tot elkaar kunt bewaren.

Doopsel-, Eerste Communie- en Vormselvieringen zijn op last van de bisschoppen voorlopig niet mogelijk.

Het parochiecentrum is elke werkdag van 11.00 u. tot 12.00 u open. U kunt dan ook intenties opgeven voor de (internet) weekendviering in de Mariageboortkerk.

Kortom: er valt nog heel wat te puzzelen... en we doen ons best. Maar we realiseren ons ook heel diep dat iedereen kwetsbaar is, die in een grotere groep bij elkaar komt. En ook dat we daarin een grote verantwoordelijkheid dragen voor elkaar en met elkaar.

Bettineke van der Werf, werkgroep pastoraat Agneskerk Lindenholt

Bettineke van der Werf



Op Corona-afstand

We hebben de afgelopen tijd veel nieuwe woorden geleerd. Het nieuwe normaal, de anderhalvemeter-samenleving, een nieuw invulling voor raambezoek, kortom er is de afgelopen tijd veel gebeurd.

En toch ook weer niet doordat we erg aan huis gebonden werden. Gelukkig houden de meeste mensen zich goed aan alle afstandsgeboden. Dat geeft een wat veilig gevoel bij het uit huis komen, terwijl we ons toch goed realiseren dat je nooit zeker kunt weten of je het Coronavirus wel of niet opdoet. Het zal ook nog wel een tijd blijven schipperen tussen de behoefte aan nabijheid en het verstand moeten gebruiken om jezelf en de ander niet bloot te stellen aan besmetting.

Zelfs wanneer je niet onmiddellijk iemand in je omgeving aan Corona hebt zien lijden of er zelfs aan hebt zien ondergaan, is het duidelijk dat het coronavirus veel van wat 'normaal' was veranderd heeft. Is het alleen maar kommer en kwel? Nee, er zijn fantastische initiatieven ontstaan waarin mensen elkaar ondersteunen (weliswaar op 1,5 m). We zijn meer thuis en letten meer op onze leefomgeving.

Een voorbeeld.....

Twee koolmeesjes komen al een aantal jaren trouw nestelen. Maar dan is er een koppel pimpelmezen net even eerder en betrekken die de koolmezenbewoning. Goede raad is duur. Twee stelletjes nestelen niet vlak bij elkaar. Ze blijven op, wat wij nu noemen, Corona-afstand. Maar gelukkig staat er bij de buurman een caravannetje leeg. Daar wordt nu intrek in genomen. Zo hebben beide burens veel plezier in de nestelactiviteiten en het voeren van de jongen.

Wat we daaruit kunnen leren? Afstand houden geeft niet alleen maar ellende. We moeten ons opnieuw bewust worden wat belangrijk is in ons bestaan. En ook wat misschien wel fijn was, maar toch franje is, wanneer het om wezenlijk bestaan gaat. Natuurlijk is iedereen liever vrij in wat hij of zij zou willen doen. Maar laten we vooral durven kijken naar elkaar, hoe we met elkaar en voor elkaar het leven leefbaar maken.

Bettineke van der Werf, werkgroep pastoraat Agneskerk Lindenholt



Annet
Hogenbirk



Aandachtig leven in Corona-tijd

In de vorige Lindenholt Leeft was ik half op weg met mijn Christus-icoon. Hij is inmiddels klaar en heeft een plekje gekregen in mijn werkkamer. Hier ben ik elke morgen een half uurtje stil. Juist in deze corona-tijd vind ik het erg fijn om in de rustige ogen te kijken. Stil en aandachtig kijkt hij mij aan. Ik mag er zijn – merk ik elke dag weer. Geduldig word ik gezien met Liefde. Dat is de (mijn) basis voor elke dag.

Mijn werk (als coach en predikant) werd en wordt door corona aardig in de war gestuurd. Mijn groepen en vieringen gingen niet door en veel gesprekken gaan tot nu toe (24-5) per telefoon of per computer. De kleine dingen worden belangrijker. Bewust kunnen genieten van het eten, van even lekker douchen en van het werken in de moestuin.

Wat ik ook belangrijk vind is het aandacht geven aan elkaar: via de post, telefoon, sociale media of een app-je. Ik app regelmatig een van mijn bloemenfoto's naar iemand die ik even wil laten weten dat ik aan haar/hem denk. Een paar woorden erbij. Liefdevolle aandacht voor de ander. Het is maar klein, maar het dóet wel wat (aan twee kanten)! Dat merk ik elke keer weer. Er komt als genoeg zorgelijk nieuws langs. Het is fijn om het goede te delen. Deel waar je je over verwondert, daar waar je blij van wordt. En durf ook te delen wat tegenzit. We begrijpen elkaar nu vaak beter. Dat geeft een heel andere energie en een een andere verbondenheid met elkaar.

Ik hoop dat we zó met elkaar aandachtiger (blijven) leven – ook na corona!



**Schippers
optiek**

Opticien & Audicien
Per 9-7-2020
Julianaplein 142,
6641 CT Beuningen.
www.schippersoptiek.nl

All Round Klussenier

Voor al uw onderhoud/reparatie in en rond uw huis
Oplossingsgericht vakwerk tegen betaalbaar tarief
voor: Wand, Vloer, Schilder, Behang, Tegel, Sanitair,
Terras, Tuin, enz..

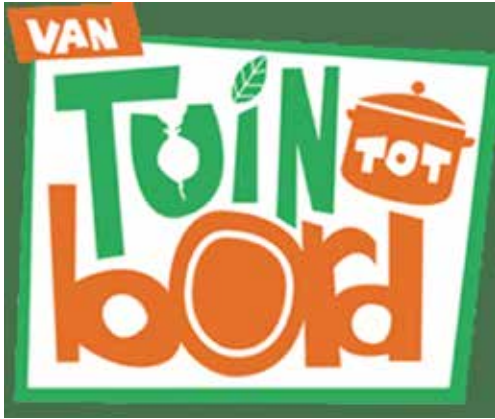
Antoon van Kempen

06 17442285

agvankempen@gmail.com

Bel of mail gerust voor een passende oplossing.





We gaan weer koken!

Op donderdag 4 juni gaat het buurtrestaurant bij De Broederij weer open! Voor 't Wijkatelier wachten we nog op groen licht van de gemeente. Op onze website (www.vantuintotbord.nl) vind je de meest actuele informatie. Bij mooi weer gaan we op beide locaties buiten eten, uiteraard rekening houdend met alle verplichte Corona maatregelen van de overheid.

We waren in februari en maart net lekker van start gegaan met de "Van Tuin Tot Bord"-restaurants in De Broederij en het Wijkatelier toen we door de Coronacrisis helaas dicht moesten. De spinazie, radijs en raapsteeltjes in onze moestuinen groeien ondertussen lekker door en trokken zich natuurlijk niets aan van alle Corona-maatregelen.

Toen we ook nog signalen vanuit de wijk ontvingen dat onze maaltijden werden gemist zijn we vanuit De Broederij in mei gestart met afhaalmaaltijden. De eerste keer hebben we de maaltijden aan huis gebracht, waarbij iedereen in de voortuin heeft gegeten. Janneke en Jorine van De Broederij bedachten er een ludieke activiteit bij. Ook de kook-vrijwilligers vonden het weer fijn om lekker te kokkerellen..

Wil je ook een keer een afhaalmaaltijd? Of schuif je liever bij mooi weer gezellig buiten aan bij ons buurtrestaurant? Reserveer dan een plekje of bestel een afhaalmaaltijd. Iedere donderdagavond bij de Broederij, en hopelijk binnenkort iedere woensdagavond weer bij het Wijkatelier.

Reserveren kan via onze website: www.vantuintotbord.nl of door te mailen naar: debroederij@vantuintotbord.nl of hetwijkatelier@vantuintotbord.nl



Het is droog in mij

Huisarts
Mark van der Wel



Het is droog in Nederland.

Het is eind mei, de zon schijnt.

Al weken regent het niet of nauwelijks.

Mijn kinderen leuren om een ijsje en ik geef toe. Italiaans schepijs, aardbeien. Lekker. We kletsen over de kapper, we zijn er net geweest. De mooie vlechten die ze kregen na het knippen. Hoe fijn het is dat het kammen nu weer makkelijk zal gaan, zonder al te veel klitten in het haar. Hoe lief de kappers waren en dat het minder eng was dan gedacht. En hoe grappig dat plastic scherm bij de kassa veel te laag hing voor papa. Klein geluk, in de uitloop van het versoepelen van de corona maatregelen.

Het is droog in mij. Emotionele droogte. Ouderen die door eenzaamheid letterlijk afvallen, verpieteren. Het missen van kippenvel bij live muziek, ontregeling door een goed toneelstuk, verwondering in een museum. Mijn moeder die ik vorige week na bijna 3 maanden gelukkig weer in levende lijve zag, maar niet aan mocht raken. Waarmee het toch slechts een magere upgrade van beeldbellen was. De eerste voorzichtige bezoeken van bevriende gezinnen. Fijn, gezellig. Goed de bekende twinkeling, de aarzeling, de kleine krul in de mondhoek te zien. Veel beter dan niets. En tegelijkertijd mis ik nog zoveel. Het voelen, de vriendschappelijke duw, de hand op de schouder, de zoen op de mond.

Dit had ik niet voorzien de vorige keer dat ik u schreef. Toen schreef ik eind februari, diende mijn stuk in begin maart, nog voor de eerste coronapatiënt in een ziekenhuis werd opgenomen. Ingehaald door de tijd las u medio april dat ik maar een slechte weervoorspeller ben. De storm bleek niet in een glas water te blijven zitten. De rest is geschiedenis.

Wat is er ontzettend veel, bijna niet te bevatten veel gebeurd sinds de eerste week van maart. In ons gezondheidscentrum hebben we er onze handen vol aan gehad. Uitstekend teamwork heeft ons enorm geholpen. En zeker ook uw hulp. Bewoners van de wijk Lindenholt, dank voor uw begrip voor de nieuwe situatie en voor het geduld voor de nieuwe manier van werken door de hulpverleners in de wijk.

Op dit moment is angst voor corona bij patiënten mijn grootste zorg. Een deel van de patiënten stelt door angst zorg voor andere aandoeningen uit. Durft het huis niet uit en het gezondheidscentrum niet in. Ik hoop dat het helpt de angst wat te temperen door aan te geven hoeveel mensen met corona wij gezien hebben. Dat zijn er namelijk gelukkig niet veel.

Een rondje bij mijn collega huisartsen in het gezondheidscentrum en huisartspraktijk Onder De Linde leert dat het aantal bekende patiënten met een bewezen coronainfectie tot nu toe op nog geen 4 handen te tellen is. En dat in een wijk met 15.000 inwoners. Dit zijn voornamelijk zieke mensen geweest die naar het ziekenhuis moesten voor zorg en daar getest zijn.

In het gezondheidscentrum hebben we tussen 16 maart en 25 mei bij 83 mensen op basis van hun verhaal en lichamelijk onderzoek het vermoeden gehad dat ze mogelijk corona hadden. De meesten waren niet zo ziek dat ze naar het ziekenhuis moesten en mochten we toen nog niet testen. We weten het dus niet zeker.

Ondertussen zijn we in het centrum de gewone zorg voorzichtig weer gaan opstarten. Er zijn veel maatregelen in het gezondheidscentrum getroffen om te voorkomen dat mensen elkaar zouden kunnen besmetten. Als u lang bestaande klachten heeft of nieuwe klachten die u niet kent en verontrusten maar twijfelt om contact te zoeken vanwege zorg of angst om corona: bel met de doktersassistente en vraag om advies.

Ik ben blij dat ondertussen de droogte op het spreekuur aan het verminderen is. Dat ik patiënten zonder klachten passend bij corona weer in het echt kan zien zonder "maankpak" aan. Afhankelijk van de kwetsbaarheid van de patiënt en wat er moet gebeuren tijdens het consult doe ik soms een mondkapje en bril op en handschoenen aan. Vaak is dat echter niet nodig. Corona is op die momenten, in de beschutting van mijn spreekkamer, kijkend naar een bultje, pratend over kniepijn, luisterend naar zorgen om een ziek kind gelukkig even heel ver weg en niet belangrijk.

En zo hoort het ook te zijn.

Lindenholt Doet

Vaste locaties in 'Lindenholt Doet' zijn

Wijkatelier Lindenholt; Zellersacker 10-03 6546 HA Nijmegen 024-37 70 098 email: info@wijkatelielindenholt.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.wijkatelielindenholt.nl. Bij de meeste activiteiten zijn consumpties voor eigen rekening, tenzij anders vermeld.

Judovereniging Dukenburg; Leuvenbroek 20-02 6546 XN Nijmegen 06 511 933 64 <https://jvdukenburg.wixsite.com/jvdukenburg>

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 e: dekampenaar@nijmegen.nl 024-3738224
De Hazekamp Gymsports; Postbus 31075 6503 CB Nijmegen 06-16 68 66 91 <https://hazekamp.nl>
Bloemschikken De Vlinderbloem; Wilma Becker www.workshopsbloemschikkendevlinderbloem.nl T: 06 2419 9613 of becker.wilma@gmail.com
Stichting Vincentius; Locatie Horstacker 1451 Vincentius huis / Loc. Voorstenkamp 1919 De Voorstenpunt. info@vincentiusnijmegen.nl / aanmelden@eatenmeet.nl

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

Dag van Lindenholt; Info: Info@dagvanlindenholt.nl. Web-site: www.dagvanlindenholt.nl www.facebook.com/Dag-van-Lindenholt

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

Hatha Yoga; info@deinloop.nl. Wijkcentrum de Brack



Kijk ook op pagina 20 voor de laatste ontwikkelingen mbt Coronamaatregelen



NIEUWS

Door de Coronaperikelen heeft het werk aan de AED apparatuur even stil gelegen maar inmiddels zijn de werkzaamheden weer opgepakt.

Er zijn nieuwe AED's geplaatst en er is apparatuur verplaatst. Zo is de AED van het **WijkAtelier Lindenholt** bij de nieuwe ingang gekomen. Ook het AEDcentrumplan in samenwerking met het 'Huis voor de binnenstad' maakt een doorstart. In samenwerking met de gemeente Nijmegen is in dit kader een AED geplaatst in de fietskelder van Plein 1944.

Cursussen

Inmiddels wordt er hard gewerkt aan nieuwe protocollen voor het geven van de reanimatie cursussen. Zodra hier meer over bekend is en of het voor de AEDstichtingen dan haalbaar is om weer cursussen te verzorgen en of de locaties beschikbaar zijn, melden we dat via de nieuwsbrief.

Nieuwe AED's in Dukenburg en Lindenholt

De stichting AED Dukenburg gaat nieuwe AED apparaten plaatsen in Lindenholt en Dukenburg. Er zijn plannen voor de wijken De Voorstenkamp, Zwanenveld en Weezenhof.

Deze zomer gaan we op zoek naar geschikte locatie en in de betreffende wijken onderzoeken of er draagkracht voor is. Ook willen we aan omwonenden vragen of ze bereid zijn bij te dragen in de kosten om het financieel plaatje rond te krijgen. De nieuwe AED's zijn er al!

Tekst en foto: Peter Saras

Secretaris Stichting AED Dukenburg





Moestuin Wijkatelier Lindenholt vruchtbare grond



Bieten, wortels en begin kruidentuin

Radijs, raapstelen en spinazie

Sla en andijvie



Sinds enige tijd is een deel van de omgeving van het Wijkatelier bouwrijp gemaakt voor het creëren van een moestuin. Mede op initiatief van Van Tuin tot Bord. Vrijwilligers Meine Veldman en Bas Ouwerkerk voeren hierin samen de regie en op dit moment, half mei, is al duidelijk te zien dat het groeizame grond is.

Meine: 'Je ziet nu al de verschillende gewassen 'de kop op steken' zoals andijvie, spinazie en raapstelen. Daarnaast hebben we peulen, bonen, bieten en aardappelen geplant. Verderop zien we de kruidentuin en we hebben fruitbomen, aardbeien en frambozen. Interessant is ook een stukje grond waar afgegraven aarde is verzameld op een hoop. Het was de bedoeling dat dit zou worden afgevoerd maar wat bleek? We zagen na verloop van tijd verschillende kruiden en gewassen ontkiemen en dus hebben we besloten om de natuur voorlopig alle ruimte geven om dit allemaal tot was-

dom te laten komen en dan zien we vanzelf wel verder'.

Er is hard gewerkt de afgelopen tijd om tegels en oude grond te verwijderen en die te vervangen door vruchtbare aarde. Dan is het verder een kwestie van plannen en zaaien volgens het vierslagstelsel, ieder jaar schuiven de gewassen een veld op. Dit om ziektes en uitputting van de grond te voorkomen en dan is het een kwestie van onderhouden.

Meine: 'Het zwaarste werk is nu wel achter de rug maar voor al het onderhoud zijn we wel op zoek medebewoners die daar tijd en energie in willen steken. Alles binnen ieders mogelijkheden en in overleg. Ik kan me voorstellen dat je het leuk vindt om met een clubje buurtgenoten zo af en toe wat te schoffelen en te snoeien en te helpen bij oogsten.

Enkele vrijwilligers zijn in maart enthousiast als

moestuingroep van start gegaan. Twee van die enthousiaste vrijwilligers zijn Meine Veldman en Bas Ouwerkerk.

De moestuin is samen met buurtrestaurant 'Van Tuin tot Bord' en de donderdagavondgroep 'Eet mee in het Wijkatelier' weer zo'n geweldig buurtinitiatief in Lindenholt.

De opbrengst zal voor een belangrijk deel de basis vormen voor het menu van het wekelijks buurtrestaurant 'Van Tuin tot Bord', maar ook de kookploeg op donderdag zal, wanneer alles weer open gaat, gebruik maken van de moestuin'.

Wilt u er meer over weten, stuur dan een e-mail naar: meineveldman@hotmail.com / hetwijkatelier@vaintuintotbord.nl / j.joren@me.com of bel: 0650128270.

Tekst en foto's: Gerard van Bruggen

Fysiotherapie

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

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

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



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



Wijkgezondheidscentrum
Lindholt

Conditie-Fit

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

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

Trainingstijden
Maandag
19.00 - 20.00 | 20.15 - 21.15
Donderdag
17.45 - 18.45 | 19.00 - 20.00
20.15 - 21.15
Kosten
28,- per maand (1x per week)

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

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



Wijkgezondheidscentrum
Lindholt



Wijkatelier Lindenholt

**Overheid versoepelt
Corona-maatregelen
met betrekking tot
horeca en
buurthuizen/wijkcentra.**

Helemaal zeker is het nog niet maar het ziet er wel naar uit dat binnenkort de wijkcentra en **Wijkatelier Lindenholt** weer op aangepaste schaal open mogen.

Lees het in de kranten of kijk voor actuele informatie op de verschillende websites:
www.wijkatelierlindholt.nl en
www.lindholtleeft.nl

ondernemers in Coronatijd

De Corona-crisis heeft ons leven behoorlijk beïnvloed zowel privé als zakelijk. Hoe ervaren ondernemers in Lindenholt de gevolgen van deze situatie? Lindenholt Leeft vroeg een aantal van hen naar hun situatie.



Anita Hair Beauty Fashion

"Ja we zijn natuurlijk enorm getroffen. Bijna twee maanden waren we dicht.

Het had niet langer moeten duren, maar gelukkig zijn we sinds 11 mei open. Toen Rutte zei dat de kappers weer aan de slag konden, stond de telefoon meteen roodgloeiend.

Het nieuwe knippen is als volgt; alles gaat op afspraak. Verder respecteren we zoveel mogelijk de anderhalve meter afstand. We wassen onze handen regelmatig. Als we aan de voorkant knippen wordt er niet gepraat.

Een mondkapje dragen kan, maar dat ligt aan de wens van de klant. Vooral geldt dat als je niet lekker bent, je niet moet komen.

Wat vindt u van de Lock-down maatregelen van de overheid?

"Ik heb er zeker begrip voor, de eerste weken zeker. Misschien hadden wel wat eerder open gekund. "Hoe hebben de klanten hun haar onderhouden al die maanden?

"Mijn gevoel is dat wanneer dames niet naar de kapper gaan, ze zelf wat gaan klooiën. Ik heb ze geadviseerd er niet te veel aan doen. Laat maar groeien!

Happy Dogs

We spraken Noel Eilings de eigenaar.

"Er is weinig veranderd. Honden zijn geen probleem als core business. We hebben nu geen contact met mensen; zij zetten de hond voor de deur af. We hadden wel een paar mensen die afbelden uit angst.

Ik had in de vorige editie van Lindenholt Leeft

een redactioneel artikel en ik denk dat de mensen meer tijd hadden om te lezen en er daardoor ineens

veel meer belangstelling was voor mijn salon"

Herfkens Aannemersbedrijf

We spraken Jos Herfkens de directeur.

"Het gaat goed. De projecten die we hadden gepland gaan gewoon door. Ook de nieuwbouw zit tot volgend jaar helemaal vol. Het probleem zit wel in het op tijd krijgen van materialen met name de mooie tegels uit Spanje en Italië. Voor de Corona zaten we altijd in een bouwkeetje. Dat kan niet meer met de anderhalve meter regel. Dus zitten we gewoon op afstand in de woning die we aan het bouwen zijn. We wassen onze handen zoveel als het kan.

In onze sector is er de Woningborg, dat is wat de ANVR is voor de reisbranche. Mocht een aannemer failliet gaan, gaat de bouw gewoon door of men krijgt het geld terug."



Gebroeders de Wit, Schilders

"Wij zijn niet of nauwelijks getroffen. Er is geen verschil met de tijd van voor de Coronacrisis. Wel qua gezondheid; mijn broer en zijn vrouw waren besmet maar zijn inmiddels gelukkig volledig hersteld.

Als schilder valt het in de praktijk niet altijd mee om de anderhalve meter te waarborgen. Gelukkig zijn wij en onze klanten (meestal particulieren) niet bang".



Wouter Fietsservice

"Ik heb nu veel meer werk dan een jaar geleden om deze tijd. Mensen zaten meer binnen, maar omdat wij in Nederland ook naar buiten mochten en het heel erg mooi weer was, wilden veel mensen gaan fietsen. Met name ouderen waren rijk vertegenwoordigd. Omdat het OV ook even op zijn gat lag blijft de fiets een interessant alternatief. We werken hier met zijn tweeën op een relatief klein oppervlakte maar we letten goed op. Een fietsenmaker wast sowieso zijn handen heel veel dus ook dat zit wel goed. Bij de balie hebben we een "kuchscherm" van plexiglas. Als we allemaal ons gezonder verstand gebruiken, komen hier wel uit".



Fysiotherapie Lindenholt (gevestigd in het multidisciplinaire Medisch Centrum Onder de Linde)

We spraken fysiotherapeut Martin de Muijnck "We hebben alleen de strikt noodzakelijk zorg aangeboden via E-mail, telefoon en beeldbellen. Er was tijdelijk, indien niet noodzakelijk, geen lijfelijk contact mogelijk. Sinds 1 mei zijn we weer langzaam aan het opschalen. Vanaf 11 mei zijn we lopende behandeltrajecten weer aan het oppakken. Het protocol daarbij is; werken face to face met een mondkapje en handschoenen. Als we het hoofd behandelen zetten we daarbij een zogenaamde spatbril op.

In de oefenzaal respecteren we de anderhalve meter. Slechts 4 personen tegelijk.

We merken dat kwetsbare mensen nog wel terughoudend zijn om te komen. Er werken acht mensen bij ons. We hoefden geen beroep te doen op de NOW regel (Noodmaatregel Overbrugging Werkgelegenheid) van de overheid. In onze sector is er de vereniging Zorgverzekeraars Nederland. Zij compenseren ons gedeeltelijk in maart, april en mei, met een zogenaamde continuïteitsbijdrage. De overheid heeft goed gehandeld en onze beroepsvereniging is steeds in overleg geweest met het RIVM."



Het Lindenholtje (tuincentrum aan de St. Agentenweg)

We spraken Oswald.

"De omzet is hoger dan in vergelijkbare periodes in voorgaande jaren. Ik denk dat de mensen zich verveelden en dat in combinatie met het prachtige weer was het een enorme aanloop. De leveranciers moesten hun levertermijn van 3 naar 10 dagen verlengen.

Buiten hebben we van die anderhalve meter vakken. Ook binnen bij de kassa. Er zijn geen looppaden. We rekenen op het gezonde verstand van de mensen. Die anderhalve meter zit wel in mijn systeem. Ik mis het handenschudden en ik vrees dat dat niet meer zo snel verandert.



Wijkgezondheidscentrum Lindenholt Fysiotherapie

We spraken fysiotherapeut Marc Engelhard.

"Ja de impact is groot. We moesten eerst iedereen met een afspraak afbellen. Daarna zijn we begonnen met videoconsulten voor de meest urgente patiënten. Dat was best effectief tot mijn verbazing. We lieten de mensen bewegingen doen, en ze zelfs laten tapen. Helaas was het bij ouderen niet mogelijk omdat ze niet allemaal beschikken over de technische hulpmiddelen.

Het was schrijnend dat er ook mensen bij waren met veel pijn en dan is video-bellen maar een klein doekje voor het bloeden. Onze medewerkers zijn wel alle dagen aanwezig geweest. We hielden de administratie bij, gingen procedures bijwerken en de oefenzaal grote kreeg een grote schoonmaakbeurt. Sommigen zijn ook gestart met een E Learning om Corona therapeut te worden met als doel ex Corona patiënten weer te laten revalideren. Dit gaat dan in samenwerking met een logopediste, psycholoog en diëtiste. Het vereist een multi-disciplinaire aanpak.

Nu we open zijn, staat de apparatuur van de oefenzaal op anderhalve meter. Kwetsbare patiënten boven de 70 jaar dragen gecertificeerde mondkapjes en handschoenen. We kunnen nu met twee therapeuten vier patiënten ontvangen. Opvallend is dat er in Lindenholt relatief weinig mensen in het ziekenhuis zijn opgenomen.

Overigens wordt 75% omzet wordt waarschijnlijk vergoed door de zorgverzekeraar. Onze medewerkers zijn in loondienst en worden niet getroffen.

Ben blij dat we mondjesmaat mogen opstarten. Door dat video-bellen besef ik waarom ik het werk pas leuk vind en dat is het echte menselijk contact".



Tekst: Silvano Orvini

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

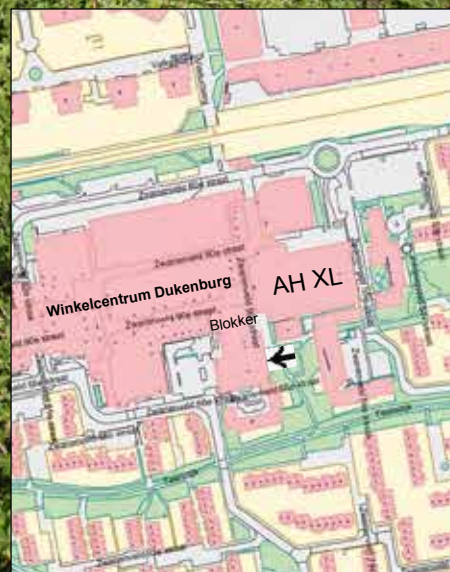
024-3451144

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



De waterspeelplaats in park "de Omloop"



Ondanks de problemen rondom PFAS gaat de Gemeente de waterspeelplaats uitbaggeren en de doorstroming verbeteren.

Tevens wil de Gemeente de speelplaats hier en daar aanpassen zodat de invloed van een uitbraak beperkt blijft en dat kinderen zoveel mogelijk gebruik kunnen blijven maken van de speelplaats.

Uitnodiging, kinderen van Lindenholt: Wie van jullie heeft ideeën om de waterspeelplaats in Park de Omloop aan te passen? Zet jullie ideeën op papier, maak een leuke tekening of plak eventuele foto's van voorbeelden en zet daarbij waarom jij dit een goed idee vindt.

Je kunt dit via de mail sturen voor eind juli naar bewonersoverleglindholt@gmail.com of per post p/a Wijkatelier Lindenholt Zellersacker 1003, 6546 HA Nijmegen.



Uit de ingezonden voorstellen worden de meest aanspraakmakende, technisch en financieel uitvoerbare ideeën gehaald en worden degene die dit hebben ingezonden uitgenodigd om samen met de Gemeente en BOL het idee verder uit te werken zodat dit gemaakt kan worden.

BOL-leden Henk van der Heijden, Piet de Bruijn en Jan ten Dam

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, budgetbeheer en overige financiële aangelegenheden.



Gemma Sanders



Voor de kattenliefhebbers !!!



Speciaal in deze tijd geven onze huisdieren heel veel liefde en vaak ook troost. Katten zijn geliefde huisdieren, de meeste katten gaan hun eigen gangetje... Wanneer zij elkaar onverwachts op hun route tegenkomen doen zij aan timestharing... 'Quality Time Together'.

Mythras, een levenslustige senior met veel wijsheid door zijn levenservaring is zeer charmant. Met het poesje van de burens kan hij wel op één schutting zitten, die valt wel mee. Maar als de kater aan de overkant zich laat zien, dan maakt de adrenaline weer een jonge krijger van hem.

Maisa, wat 'dappere strijder' betekent, is een onvermoeibare avonturier. Voor deze brok van energie is alles wat beweegt interessant, een vlinder, een wegvliegend blaadje; het maakt hem niks uit!!! Eenmaal thuis geniet hij al spinnend van de liefkozingen die hij krijgt. Vanaf de vensterbank houdt de avonturier de buitenwereld goed in de gaten. Spelende kinderen en fladderende vogeltjes... 'Wat zou hij nu graag buiten zijn'.

Diesel, de gemoedelijke huistijger en heeft het thuis prima naar zijn zin. Met een comfortabel bedje, veel liefde van zijn baasje is het al snel goed. Ook is deze kroelkont dol op eten. Als een generaal bezet hij je krant dat je aan het lezen bent en voordat je het door hebt schrijft hij; al wandelende over het toetsenbord, zijn eigen katten teksten.

Kruimeltje, een hulpeloos hummeltje verandert in een speelse deugniet. De kleine ontdekt al gauw dat er meer is dan de liefdevolle verzorging van moeders en de warmte van broertjes of zusjes. Wordt langzaam volwassen. Tuimelend begint de deugniet aan haar eerste ontdekkingsreis en haalt heel wat katten kwaad uit...

Heb jij een speciaal verhaal over jouw huisdier; poes, hond, kanarie, cavia, konijn, slang, kamerolifant... mail het ons: redactielindholtleeft@gmail.com

Bron en inspiratie: Katten en hun karakters van Margit Price-Bossard, Diana van Houten en Janine Verhoef-Verschure

Even voorstellen: Merel van Deijnen



Mijn naam is Merel van Deijnen en ik ben Buurtsportcoach bij de gemeente Nijmegen. Sommige van jullie zijn mij misschien wel eens tegengekomen op de basisschool, bij de sportvereniging, in de gymzaal, op de sportveldjes in de wijk of tijdens de balkongym. Ik probeer samen met mijn collega's zoveel mogelijk inwoners aan het sporten en bewegen te krijgen en te houden. Sporten en bewegen is namelijk gezond, sociaal en leuk! Ook kunnen wij helpen bij het vinden van een geschikte sport of beweegactiviteit.

Nu even over mij persoonlijk. Ik ben 23 jaar oud en woon al mijn hele leven in Noord-Limburg. Na mijn studie Sportkunde op de HAN ben ik gaan werken bij de gemeente als Buurtsportcoach. Zelf doe ik natuurlijk ook graag aan sport. Ik zit bij de voetbalclub S.V.E.B. in dames 1 en buiten het voetbalseizoen ga ik graag hardlopen. In het weekend ben ik met vriendinnen en ik speel graag spelletjes.

Samen met jongerenwerk van Bindkracht10 organiseren we deze zomer de pleintjessafari. Elke woensdag in de vakantie zorgen we voor een toffe activiteit op een van de veldjes in Lindenholt. Voor meer informatie houdt de facebookpagina van jongerenwerk Lindenholt in de gaten!

Naast de ondersteuning van inwoners leggen wij ook verbindingen met partners in de wijk. Dus ben je zoek naar een sport of beweegactiviteit, of heb je een andere vraag over sporten en bewegen bij jou in de wijk? Dan kun je mailen naar lindenholtssport@nijmegen.nl of bel mij op 06-50057137. Ook kun je mij of één van mijn collega's aanspreken; we zijn herkenbaar aan onze rode kleding.

Sportieve groetjes van Merel



Enthousiasme over balkongym in Lindenholt!

De buurtsportcoaches en sportdocenten werken in de wijk aan om zoveel mogelijk mensen in beweging te krijgen en te houden. Door het Corona virus veranderden de werkzaamheden, gingen scholen, sportverenigingen en wijkcentra dicht en moesten veel Nijmegenaren verplicht thuisblijven. Toch ontstond er al snel een heel mooi nieuw initiatief om inwoners toch gezamenlijk te laten bewegen op gepaste afstand: balkongym.

Er werd contact gelegd met diverse partijen uit de wijk en vrijwel iedereen bleek bereid om mee te helpen: Fysiotherapie Lindenholt Ruikes & de Muijnck, ProFitt, Bindkracht 10, Wijkgezondheidscentrum Lindenholt, woningcoöperaties, etc. Zo stond er al snel een team klaar die de inwoners wilde helpen om deze periode gezond door te komen. Vanaf 16 april werden er iedere donderdag drie sessies bewegen op muziek verzorgd; tweemaal rondom winkelcentrum Leuvenbroek en eenmaal van het dak (!) van Wijkgezondheidscentrum Lindenholt in de Horstacker. En wat bleek; zowel deelnemers als lesgevers kregen er ook nog eens een lach van op het gezicht.

Inmiddels zijn de richtlijnen om weer buiten te bewegen wat soepeler geworden en gaan we op zoek naar een balkongym 2.0 versie. De deelnemers van balkongym worden binnenkort geïnformeerd over de nieuwe mogelijkheden om te bewegen. Ons advies is namelijk aan iedereen om juist in deze tijd zoveel mogelijk te blijven bewegen. Bewegen wordt steeds meer gezien als het nieuwe medicijn om gezond te blijven! Voor alle inwoners in Lindenholt geldt daarom: heb je vragen over of hulp nodig bij sporten of bewegen, laat het ons weten. We helpen graag! Neem contact met ons op via lindenholtssport@nijmegen.nl of bel/app buurtsportcoach Janneke op 06-50154104.

Tekst: Merel van Deijnen, buurtsportcoach Lindenholt / Nijmegen





Lindenholt Loopt is een hardlooptgroep (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.

EN DAT BLIJVEN WE OOK, toch gaat er wat veranderen.

Al bijna 7 jaar schrijven we iedere 2 maanden een inspirerend stukje in dit blad. Over sport, hardlopen, de groepssfeer en onze lopers, gewone mensen die starten met hardlopen en daaraan verslaafd zijn geraakt. Daarmee hopen we je te inspireren om ook de stoute schoenen aan te trekken en eens mee te rennen. Het goede nieuws is dat Lindenholt Loopt blijft, maar het wordt wel in een andere vorm gegoten.

Lindenholt Loopt is ooit opgericht door Esther Geenevasen en Miranda Boom. Gewoon twee mensen uit de wijk die elkaar niet kenden en behoefte hadden aan een hardlooptgroepje in eigen wijk. Begonnen met twee en in 7 jaar tijd uitgegroeid tot een begrip waarbij menig een weleens gelopen heeft. Alles is al eens de revue gepasseerd. Het organiseren van lezingen, workshops, beginnerscursussen, vrijwillige trainers en zelfs professionele trainers die met intervaltrainingen ook de gevorderde loper vooruit konden helpen.

Daarnaast bleef altijd de mogelijkheid tot gezellig samen een uurtje joggen en stonden zoals altijd de beginselen 'samen uit, samen thuis', gezelligheid en veilig sporten voorop. Een klapper op het succes vormde de twee versies van de Lindenholt (Kids)Run op de dag van Lindenholt in 2018 en 2019.

Het laatste jaar werd Lindenholt Loopt steeds meer zelfsturend. De lopers met elkaar vormen de loopgroep, vangen nieuwe mensen op en letten op elkaar. De trainersrol van Esther en Miranda kwam bewust steeds meer op de achtergrond. Bewust omdat vrijwilligers werk soms best lastig is te combineren met een baan en met een eigen sportschema. Maar ook omdat het gewoon zo'n fijne groep is die dat gewoon met elkaar doet.

Nu wordt het tijd voor een nieuwe vorm van Lindenholt Loopt: Esther Geenevasen gaat helaas verhuizen en heeft in haar nieuwe woonplaats een hardlooptclubje gevonden om bij aan te sluiten. Miranda Boom heeft behalve hardlopen nog meer sportplezier-tjes. Daarnaast wil ze graag mee dribbelen met de groep die al jaren zoveel plezier geeft zonder organiseren en zonder sores. Lindenholt Loopt gaat daarom in een informele vorm door. Voor de lopers, door de lopers. Dat betekent zelfsturend, zonder (vrijwillige) trainers, sociaal en sportief. Samen uit, samen thuis en iedereen met zijn best beentje voor.

We willen iedereen bedanken voor jarenlang gezelligheid, vertrouwen en de goede sfeer. We eindigen onze inbreng met een gedicht over hardlopen waar het werkelijk om draait en wensen jullie veel loopplezier toe. Tot ziens en sportieve groetjes van Miranda Boom en Esther Geenevasen, trainers van Lindenholt Loopt. We komen elkaar vast nog eens tegen onderweg!

Tekst en foto: Miranda Boom en Esther Geenevasen

Het gaat om

Het gaat niet om wie wint de strijd

Het gaat niet om de snelste tijd

En niet om trainingsomvang in 'n week

Het gaat niet om wie wie verslaat

Of waar je op een ranglijst staat

En ook niet om wie ooit het snelste bleek

Het gaat niet om een finishlijn

Om eerste of om laatste zijn

Je wint medailles, man, je bent bekend!

Het gaat niet eens om dat record

Natuurlijk, knap, daar doe je 't voor

Maar 't gaat erom dat je 'n loper bent

Het gaat om wind in je gezicht

Dat allereerste ochtendlicht

Je loopt, je lijkt de enige op aard'

Het gaat om dat je loopt en voelt

Je weet: zo is mijn lijf bedoeld

Het gaat om gratis maar toch zoveel waard

Het gaat om donker, beetje maan

Om 's avonds laat, maar toch gegaan

De stad die bijna slaapt terwijl jij zweeft

Het gaat om zwoegen (dat komt voor)

Je overwint jezelf, gaat door

Afzet, landing, weten dat je leeft

Het gaat niet om wie de snelste schoen kan ko-pen

Het gaat, uiteindelijk, altijd, alleen om lopen

Gedicht uit Runner's World door Dolf Jansen cabaretier, presentator, hardloper 24-03-2020.

Sinds de Coronamaatregelen iets versoepeld zijn, zijn we weer gaan hardlopen samen, wel op afstand. In tegenstelling tot eerder vermeld verzamelen we voorlopig buiten bij de waterkraan van het voetbal veldje Cruifcourt (Oosterboschpad/Zellersacker).

Iedere dinsdagavond om 20.00. Het is nog niet duidelijk wanneer we weer in het Wijkatelier kunnen verzamelen.

- Kun je +/- 5 km hardlopen
- Ben je klachten vrij (zie RIVM website)
- Hou je 1,5 meter afstand?

WELKOM!!!

**DINSDAG
20.00 uur
Lindenholt Loopt**

Waterkraan van
Cruifcourt
Oosterboschpad





Amateurvoetbal hard getroffen



Sportparkmedewerkers Willy Weijers en Jhon Boogaard

De voetbalvelden van de amateurs beleven onwerkelijke weekenden van leegte. De KNVB schat de misgelopen inkomsten op zeker 100 miljoen euro tot 1 augustus.

Wat is de impact voor SCE?

We vroegen op 9 mei Berry Aalders (Ledenadministratie, financiële- en juridische zaken) en Paul van Cleef (Hoofd Technische Voetbalzaken) naar de financiële en voetbaltechnische gevolgen.

Financieel

Berry; 'Het verlies aan kantine-omzet is groot in deze twee maanden. Inkomsten die we niet kunnen missen. Gelukkig is de betalingsverplichting van de huur aan de gemeente voor de maanden maart, april en mei voorlopig opgeschort tot augustus. Het verzoek van alle verenigingen was kwijtschelding. We hopen dat dit ook daadwerkelijk gaat gebeuren. Gelukkig zijn er geen leden die hun contributie over deze maanden hebben teruggevraagd. Het is ook te hopen dat we geen opzeggingen krijgen in de zomer, omdat mensen misschien toch twifelen om hun kind naar het voetbal te sturen. Ook dat moeten we afwachten.

De begroting voor het volgend jaar is al in de maak al blijft het op dit moment een beetje koffiedik kijken; gaan we echt weer op 1 september voetballen en mag het clubhuis dan open en mogen er toeschouwers bij? Allemaal nog onduidelijk. In ieder geval moet er geen tweede Lock-down komen, want dan zullen heel veel clubs het niet kunnen redden.

Paul: We zullen volgend jaar moeten proberen om extra activiteiten te verzinnen voor onze leden die geld opbrengen.

Berry; Wat je nu zeker niet moet doen is de contributie extra verhogen.

Paul; Misschien dat de prijzen in de kantine licht zullen stijgen.

Technische gevolgen

Paul; Zoals als alle jaren is dit de periode waarin je bezig bent met het volgende seizoen. Normaliter voer ik samen met onze (nieuwe) hoofdtrainer de gesprekken met huidige selectie spelers en potentiële nieuwe spelers. Handje schudden is er hier nu niet meer bij, dat contact mis ik wel. Ook het contact met trainers en begeleiders gaat nu bijna allemaal telefonisch. Het eerste elftal zal dit jaar niet meer in groepsverband trainen te meer omdat we medio juni nieuwe velden krijgen en dat zal ongeveer zes weken in beslag nemen.

De indelingen voor de nieuwe elftallen zijn al in volle gang. We gaan er dan wel van uit dat we een september weer mogen voetballen. Eerst met bekerwedstrijden en dan begin oktober met de competitie die sowieso tot de week voor Kerst doorloopt en weer wordt hervat medio januari. Dit was overigens al voor de Corona situatie besloten.

Hopelijk mogen we in augustus dus weer gaan trainen. We zijn aan het zoeken naar andere mogelijkheden, misschien gaan we in augustus ook een wedstrijd in Duitsland voetballen waar we wat contacten hebben.

Unlockdown en protocol

Sinds 29 april mogen de jongeren tot 18 jaar weer gaan trainen waarbij de kinderen tot 12 jaar wel partijtjes mochten spelen en de oudere jeugd de anderhalve meter in acht moest nemen. De overheid heeft een protocol geschreven maar de clubs zijn verantwoordelijk voor de in- en uitvoering. Dit heeft een grote impact op onze vrijwilligers, met name op de terrein-knechten die alles op het sportpark in goede banen moeten leiden. Bovendien moet er heel veel georganiseerd en geregeld worden.

SCE protocol

- Op de parkeerplaats worden de kinderen worden afgezet. De poort waar het kassahuisje staat is strikt om naar binnen te gaan. De andere poort bij de fietsenstalling is de uitgang. Ouders mogen niet op het sportpark komen.
- Elftallen trainen op zodanige tijden dat er steeds een half uur tussen zit zodat het niet te druk wordt op de training en de parkeerplaats. Berry heeft voor het Corona trainingsschema gezorgd.
- Er zijn met stickers looppaden aangebracht. Na afloop worden de ballen gedesinfecteerd en de hesjes meteen gewassen.
- De kleedkamers zijn dicht.
- Een toezichthouder/buurtsportcoach komt af en toe adviseren.
- Het is wel een logistiek probleem als de elftallen hun tassen met kleding en ballen moeten retourneren. Ook daar zijn we al weer druk mee bezig.

Begrip voor de maatregelen die de overheid heeft genomen in het algemeen en specifiek voor de voetbalsport?

Paul; Ja ik begrijp het wel, al vind ik dat ze met betrekking tot het protocol meer leidend hadden moeten zijn. Het handjevol vrijwilligers mag het dan weer uitzoeken. Ten aanzien van het bevriezen van de ranglijsten heb ik ook begrip. SCE is nauwelijks getroffen; er waren niet echt teams op kampioenskoers.

Overheidssteun

Het rijk heeft alle voetbalverenigingen enigszins gecompenseerd met een betaling van € 4000,--.

Impact op de leden

Berry; De leden zullen het voetballen en de contacten met de medespelers zeker missen. Nu lijkt het nog een vervroegde zomerstop,

maar de totale zomerstop zal straks alleen twee keer zo lang zijn. En dan zal het gemis sterker zijn.

Paul; Wat je wel zag bij het opengaan van de trainingen voor de jeugd is dat de elftallen helemaal compleet gingen trainen; niet alleen uit honger naar de bal maar ook het gemis van elkaar.

Het zou mooi zijn als deze crisis weer een boost zou geven aan het verenigingsleven. Het is niet zo vanzelfsprekend als het lijkt.

Wat heeft het gemis aan voetbal en SCE voor jullie persoonlijk betekend?

Berry; De eerste weken viel het mee, maar dan komt het gemis van het voetbal en natuurlijk mis je dan de contacten met je medebestuurders, trainers, vrijwilligers en de leden. Ik ben meer gaan wandelen en zoals veel mensen zijn gaan doen, de zolder en de schuur eens

goed opruimen. Want dat was echt hard nodig. Paul mist met name het contact met de mensen die je bijna twee á drie keer (sommige dagelijks) in de week zag... het clubgevoel.

Kom het nog goed?

Berry; Het komt allemaal goed, maar er moet zeker geen tweede golf komen. We moeten in ieder geval proberen positief te blijven. En natuurlijk gezond blijven. Gezondheid is en blijft het belangrijkste.

Paul; Zeker... als we maar eind juli weten dat we weer echt los mogen en de kantine open. Want een wedstrijd spelen zonder publiek en dan meteen naar huis, is verre van leuk. Maar zover zal het niet komen.hoop ik.

Tekst: Silvano Orvini

Foto's: Paul van Cleef

Corona In Lindenholt

Rob van Eijl wordt 75, woont samen met zijn vrouw Marianne al 31 jaar op de Hegdambroek en heeft Corona gehad.

In november is Rob bij de dokter geweest voor klachten in de borststreek. Diagnose was niet iets om je over te verheugen, er werd slokdarmkanker geconstateerd.

Rob: 'Ja dat was me wel wat. Ons hele leven stond in een klap volledig op zijn kop. Maar gelukkig wist onze behandelend arts ons aardig gerust te stellen. Hij was er heilig van overtuigd dat het te genezen was. Wat volgde was een bestralingsbehandeling gedurende 23 dagen met daarbij een keer in de week ook nog een extra chemokuur.

Marianne: 'Twee dagen na de laatste bestraling is hij wel heel erg ziek geweest. Daarna merkten wij dat het steeds beter met hem ging en na de behandeling was ook de chirurg helemaal tevreden.'

Rob: 'Ik kon het zelf nog niet geloven dat het zo goed is met me ging. Daarna ben ik wel opnieuw heel ziek geworden en kreeg ik longontsteking en moest opnieuw worden opgenomen. Uiteindelijk mocht ik wel weer naar huis en dat was in de periode dat het Coronavirus zich meer en meer begon te verspreiden.'

Marianne: 'Mij leek dat veel te vroeg maar ze hebben ons toen wel verzekerd dat het geen Corona was. Wel hebben ze hem één dag apart op een kamer gezet waarna hij uiteindelijk weer op een gewone ziekenhuiszaal



hadden tests uitgewezen dat zijn longen in een veel betere conditie waren dan voorheen. Het was dan ook een verschrikkelijke tegenvaller toen ik de volgende dag werd gebeld met de mededeling dat er wel degelijk sprake was van een Corona besmetting. Uiteindelijk bleek gelukkig dat er sprake was van een milde vorm van het virus, en dat gold ook voor mij. Rob ging in quarantaine in het ziekenhuis en ook voor mij gold volledige thuisisolatie.'

Het ergste vonden zij dat hij werd overgeplaatst naar het Slingelandziekenhuis in Doetinchem waar hij dus helemaal geen bezoek mocht ontvangen.

Marianne: 'Dat was heel erg. Ik kan me zo goed voorstellen hoe die mensen zich voelen die in de bejaarden- en verpleeghuizen zitten en daar helemaal niemand op bezoek mogen krijgen. Wanneer ik hem dan belde moest hij vreselijk huilen en dat vond ik het verschrikkelijkste van dit alles'.

Zij zijn blij dat alles langzamerhand steeds weer beter gaat en Rob beetje bij beetje ook wat in huis kan rommelen. 'We rooien het samen wel', is de eindconclusie van Marianne.

Zojuist het bericht ontvangen dat Rob helemaal 'schoon' is verklaard.

Gefeliciteerd Rob!!

Tekst en foto: Gerard van Bruggen



**Praktijk voor algemene fysiotherapie, Oedeem, en
-Oncologiefysiotherapie**

- ✓ Altijd snel een afspraak: 06-43581497 / 06-38287475
- ✓ Ervaren en deskundige fysiotherapeuten
- ✓ Aangesloten bij alle zorgverzekeraars

oefentherapie -manuele lymfedrainage- cupping – dry needling-
taping – triggerpoint therapie – (sport)massage – meridiaantherapie-
littekenbehandeling

Locatie Kerkenbos

Kerkenbos 1115, 6546 BC

Nijmegen

(hoofdingang Basic Fit sportschool)

06-38287475

Kerkenbos@yorbody.nl

Locatie Jonkerbos

Weg door Jonkerbos 26, 6532 SZ

Nijmegen

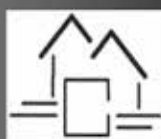
(hoofdingang Basic Fit sportschool)

06-43581497

Jonkerbos@yorbody.nl

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**

Raafat
Monther



Syrië en Nederland

Zeven jaar geleden,
Was het Syrische volk bijna tevreden.
Ons huis in een mooie wijk.
Arme en rijke mensen waren gelijk.
We hadden vrede en veiligheid,
Wat ontbrak was vrijheid.
Het volk eiste hun recht op democratie,
De regering antwoordde met gevangenschap en
liquidatie.
De heersers van de wereld hebben toen bepaald,
dat olie en gas in Syrië moet worden gehaald.
We dachten dat ze kwamen voor de vrijheid,
Maar dat was helemaal niet de waarheid.
In plaats van hulp verlenen aan ons land,
Hebben ze Syrië verdeeld en steden verbrand.
De onwetendheid heeft de vrede gedood,
Waardigheid en hoop baden in bloedrood.
De oorlog maakt alles zwart.
Liefde sterft in het hart.
Kinderen horen onschuldig te spelen,
Maar praten over dood en ellende die ze delen.
In plaats van toeristen en toerisme.
Kwamen er terroristen en terrorisme,
Waar je ook kijkt in alle dorpen en steden,
Er is voor blijven geen reden.
Kiezen tussen radicale groepen of een dictatuur,
Met beide wachten op het stervensuur.
Vluchten of blijven we kunnen kiezen,
Bij beide hebben wij veel te verliezen.
De mens zong in zee en overleed,
Of heeft de boot op zee overleefd.
We kwamen naar een klein land,
Met een groot hart genaamd Nederland.
De koning en het volk hebben op een prachtige
manier gereageerd,
Dit zal door de geschiedenis worden gewaar-
deerd.
De meeste huizen werden voor ons geopend.
De vrijgevigheid is nog steeds doorlopend.
We hebben hier over de democratie geleerd.
Ook van de mensen die vluchtelingen niet hebben
geaccepteerd.
Hun weigering tegen ons bestaan hier,
Was op een beschaafde manier.
Als je in ons land je mening gaat geven,
Dan krijg je een kogel of moet je in de gevangenis
overleven.
Nu zijn we over de toekomst in de war en ont-
daan,
We weten niet of we hier blijven of terug moeten
gaan.
Nederlanders hebben ons veilig onderdak gege-
ven.
We zijn erg dankbaar voor deze nieuwe kans om
te leven.

**Dit is een klein verhaal over Syrië en Neder-
land.
Hoe we hier zijn, en hoe we waren in ons
vaderland.**

Mondzorg024 is een moderne tandartspraktijk in Nijmegen.
We bieden complete tandheelkundige zorg voor het hele gezin.
Persoonlijk en dichtbij. Ons team staat graag voor u klaar!

VOORJAARSACTIE!

Elke nieuwe inschrijving van
februari t/m mei ontvangt een
GRATIS elektrische tandenborstel.*

* bij het eerste consult, na ontvangst gegevens
oude tandarts, zolang de voorraad strekt,
max. 2 per gezin



OOK
OP ZATERDAG
& 3 AVONDEN
PER WEEK
GEOPEND!

Locatie Lindenholt

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

Locatie Hengstdal

Hengstdalseweg 97
6523 ED Nijmegen
024 - 322 22 43
hengstdal@mondzorg024.nl
mondzorg024.nl

Uw Mond, Onze Zorg!

MONDZORG024

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
Dierenspecialzaak '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



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



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

Voor nieuwe (elektrische) fietsen kunt u ook bij ons terecht. Kom gerust even langs voor een gratis proefrit en een deskundig advies

Reparaties op afspraak

St. Agnetenweg 65 a 6545 AT Nijmegen

0624605897

www.wfsnijmegen.nl / info@wfsnijmegen.nl

Grootste zonnebloem van Lindenholt

In de vorige editie heeft de redactie een wedstrijd aangekondigd; wie kweekt de grootste zonnebloem in Lindenholt?



Inmiddels hebben zich 5 kandidaten zich aangemeld voor deze wedstrijd en is er al begonnen met het fanatiek opkweken van deze plant van zaadje tot fragiel plantje tot ... wie zal het zeggen.

Onze bekende buurgenoet, hovenier en planten en bomen expert Dennis zal eind augustus langs alle kandidaten gaan om bloedserieus het resultaat te beoordelen. Maatgevend zal de grootte van de bloem zijn en niet de lengte van de stam. Nog steeds kunnen bewoners zich opgeven voor deze bloedstollende wedstrijd.



Meld u zich dan aan op redactielindenholtleeft@gmail.com, bellen kan ook: 06 51171217 en ding mee naar de hoofdprijs (zal later worden bekendgemaakt).

Redactie Lindenholt Leeft

EXERCISE BODY & MIND
SPORT EN YOGA CENTRUM



dank je wel

Sportzaal Gildekamp tussen de scholengemeenschap
De Gildekamp 60-18 6545 LX Nijmegen
Bel 024 3787936 voor alle info!!
www.exercisebodyandmind.nl

Struinbulletin

Uw gids door de natuur

<http://home.kpn.nl/ms30ms10/index.html>

Een feest van kleur en geur

Tekst en foto's: Frans Sijben, Nijmegen

Als dit wijkblad bij je thuis ligt, zijn we begonnen aan een versoepeling van de Corona-maatregelen. Dan zitten er enkele maanden thuisblijfplicht op. Een soort menselijke ophokplicht. Net zoals de regering die geregeld oplegt aan de intensieve veehouderij bij een virusuitbraak.

Ondanks alle ellende, hebben deze weken één voordeel gehad. Het is nu in Nederland op balkon en in tuin één feest van kleur en geur.

Iedereen heeft het zelf gezien: in de straat of in de media.

Zodra Nederland, vanwege de Corona, thuis moest blijven, was er een massaal bezoek aan de tuincentra.

Tijdens die zonnige lenteweeken is er overal gewerkt in tuin of op balkon. En ineens was er de tijd om lang geleden gemaakte plannen voor de tuin eindelijk uit te voeren. Zo zijn er drastische tuinhervormingen gedaan.

Daarnaast zag je natuurlijk ook het jaarlijks lente-klaarmaken van de tuin.

Kleur en geur

Als de mooie lente- en zomerweken aanblijven dan zal het geploeter veel opleveren: een feest in tuin en op balkon. Van kleuren en geuren. Mijn advies: "ga in mei en juni regelmatig op pad in je buurt en kijk naar al dat moois". En je ziet dan dat elke week de tuinen er weer an-

de besloten adellijke kring met eigen gedrags- en fatsoensnormen, die de burgers niet toelaat. Wat betekent dat? Dat vanaf nu geldt: onkruid bestaat niet. Er zijn geen goede en foute planten. Met een voorkeur voor juist inheemse wilde planten.



Prachtklokje doet zijn naam eer aan



Sleutelbloemen in drassige weilanden



Bieslook kleurt tuin paars

ders bij staan. Alles verandert steeds. Steeds zijn er nieuwe dingen te zien. Ter inspiratie hier wat kleurimpressies.

De geur moet je er zelf bij denken.

Want onze insecten en vogels kennen deze in tegenstelling tot gekweekte planten, die vaak onbekend zijn bij onze inheemse dieren.

Waar is Minibosje De Biezen?

In november 2019 heeft de gemeente Nijmegen in de noordhoek van park West het tweede minibosje van de stad aangelegd. Het 'Minibosje De Biezen'. Samen met basisschool 'De Byzantijn'. Daar-

aan is een jaar van planning en voorbereiding voorafgegaan. Hoe groot is echter mijn verbazing toen ik in februari 2020 nog eens naar het Biezenbosje ging kijken. Helemaal onder water gelopen. Het minibosje is namelijk aangelegd in een kuil. Blijkbaar dient deze kuil als overloopgebied voor de Waal bij hoog water. Maar wat blijkt achteraf: voorafgaande aan het vollopen is het minibosje Biezenbos verplaatst. En wel naar de overkant van de weg. Weer in een kuil. Maar nu naast de oversteek. Toch een vreemde verplaatsing. Was vorig jaar geen rekening gehouden met die hoogwaterfunctie? Een gevalletje 'miscommunicatie' van overheidsdiensten?

Reageren? Ga naar www.bit.ly/struincontact en mail je boodschap.

En ineens was er de tijd om lang geleden gemaakte plannen voor de tuin eindelijk uit te voeren.

Het thuisblijven heeft in elk geval tuin en natuur weer op de agenda gezet. Het resultaat daarvan gaan we de komende maanden zien.

Green Capital Nijmegen doet mee

Het is nu officieel. Gemeente Nijmegen heeft officieel besloten tot een natuurlijk maaibeeld.

Normaliter een tegenspraak. Want natuur heeft vaak baat bij zo min mogelijk maaien. Dit is dan ook juist wat Green Capital vanaf 2020 gaat doen: serieus minder maaien. Daarbij is het aantal keren maaien afhankelijk van de plek en soort groen. Dit leidt mogelijk dit jaar al tot veel extra kleur en geur van met name wilde kruiden. Anders de komende jaren wel. Maar dat kan alleen als burgers mee veranderen. De samenleving moet niet langer blijven hangen in een groen- en tuinideaal dat stamt uit de 19e eeuw. Een ideaal dat het gevolg is van een netheidsmoraal van de burgerlijke stand die zich na 1875 als maatschappelijke groep wil afzetten van



Berm van korenbloem en kamille

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.

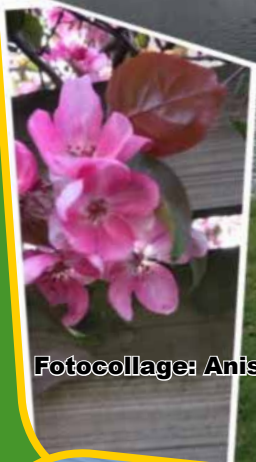


**Samen er op uit
genieten van de
voorjaarszon.**

Foto: Piet Pekel



Foto: Joey Kersten



Fotocollage: Anissa de la Croix



**Nieuw entree winkelcentrum
Leuvensbroek.**

Foto: Piet Pekel



(nep) Ooievaar in de Voorstenkamp.

Foto: S. de Vries



**Bloeiend koolzaad. Knooppunt
Lindenholt vanaf viaduct Broek-
straat. Foto: Hermie van de Ven**



**Het leven gaat door.
de Wetering bij de Draaiom.**

Foto: Léon Knoben



**Lente in Lindenholt
Foto: Roel van Es**