

# Lindholt Leeft

Info-magazine voor alle inwoners van Lindenholt - 11e jaargang oktober 2020 nummer 5



Nijmegen

wijkcentrum

**Wijkatelier**



Wijkatelier Lindenholt

**5 jaar**

**Sacha Bucciarelli,  
persoonlijk ver-  
haal over ontslag**

**concreet voorstel  
ouderenzorg-  
voorziening in  
Lindholt**

**nominatie  
Broederij als  
Dorpshuis van het  
jaar 2020**

## Colofon

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

Adres  
Hegdambroek 2524 6546 WP Nijmegen  
Telefoon: 06 51 17 12 17  
E-mail: [redactielindholtleeft@gmail.com](mailto:redactielindholtleeft@gmail.com)

Redactie:  
Gerard van Bruggen  
(hoofdredacteur en lay-out)  
Jan ten Dam (lay-out)  
Victoria Lammerinks-Montis  
Theo Vermeer  
Gemma Sanders (lay-out)  
Veronique Franken  
Silvano Orvini  
Meda Mercuur  
Henk van der Heijden (fotograaf)

Redigeren teksten:  
Yvette Onink

Drukwerk  
Drukkerij Hendrix / Oplage: 6500 stuks

Bezorging  
Op alle adressen in Lindenholt met uitzondering van de brievenbussen met een NEE-NEE sticker.  
Klachten over de bezorging: 06 17484394

Volgend nummer:  
Kopijsluiting: **zondag 15 november**  
Verspreiding: **vanaf 9 december**

Afhaalpunten Lindenholt Leeft:  
De Brack 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  
Sportvereniging SCE

De bladen op de afhaalpunten zijn verkrijgbaar rondom de verspreidingsdata.

# 2020 Lindenholt Leeft

Lindholt Leeft is het wijkblad voor de inwoners van Lindenholt.

Het wijkblad wordt huis-aan-huis bezorgd bij ca. 6000 huishoudens. (ca. 16000 lezers!)  
Zelf een artikel aanleveren: Heel eenvoudig: mail naar [redactielindholtleeft@gmail.com](mailto:redactielindholtleeft@gmail.com)  
Ook is het mogelijk het artikel te up-loaden via de website [www.lindholtleeft.nl](http://www.lindholtleeft.nl) of te versturen naar het redactieadres (zie colofon).

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

• Foto's altijd onbewerkt en apart gescheiden van artikel aanleveren minimale grootte 1 MB

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

In deze editie o.a:



Flipperkasten; de passie van Han Reuvers



Delegatie gemeenteraad op bezoek



Winkelhart van Lindenholt vernieuwd



Eerste marathon in Lindenholt



[WWW.LINDENHOLTLEEFT.NL](http://WWW.LINDENHOLTLEEFT.NL) is dé wijkwebsite voor alle bewoners in Lindenholt  
[www.lindholtleeft.nl](http://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 uzelf 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](mailto:gerardvanbruggen45@gmail.com). Voor uw telefonische ondersteuning: 06 51 17 12 17

# WINKELHART LINDENHOLT VERNIEUWD



Het Winkelplein Leuvenbroek heeft een fraaie opknappbeurt gekregen. De ideeën van de bewoners en hun keuze van het ontwerp hebben in samenwerking met de ambtenaren van de Gemeente Nijmegen geleid tot dit resultaat.

Het heeft even geduurd voor het klaar was, de mooie planten en struiken hebben de hitte gelukkig overleefd, mooie bestrating en de oversteek naar het parkje. Laatst zijn de nieuwe lantaarnpalen geplaatst en het geheel is lekker opgefrist. De schilderbeurt van de flats door Talis heeft daar zeker aan bijgedragen.

Ook het éénrichtingverkeer op het parkeerterrein begint te wennen en draagt bij aan een veiliger verkeerssituatie.

Samen met alle betrokkenen, de Gemeente Nijmegen, Talis en de bewoners hadden we graag een feestelijke opening georganiseerd.

Helaas gooit Corona roet in het eten: we schuiven het feestje door naar het voorjaar.

In het vertrouwen dat het dan weer kan en mag.

**Hannah Dits**

**Bewonersoverleg Lindenholt**

**Werkgroep Winkelplein Leuvenbroek**



Gemma Sanders



Open je hart en luister met de verwondering van een kind naar het volgende verhaaltje...

## De blauwe draak

Een van de best bewaarde geheimen is dat de regenboog de poort is naar de kattenhemel, een heel bijzonder plaats ergens ver weg tussen de sterren... Het is er prachtig...

Koningin moeder onder de poezen wacht de kleintjes op aan de deur... De prinses gekleed in een prachtige turquoise geklede jurk zorgt voor de kittens. Zij legt hen heel behoedzaam allereerst op een wolk bedekt met een deken van blauwe sneeuw en sterren... Het licht bij volle maan geeft hen warmte zodat zij kunnen rusten en bijkomen van hun lange reis. Het sterrenstof dat naar de aarde daalt laat weten dat zij veilig zijn aangekomen.

Op de derde dag krijgen de kittens gouden vleugeltjes en maken zij kennis met de andere kittens, poezen en katers. Zij leren hun nieuwe familie kennen, spelen weer vrolijk en vliegen vrij in het rond... Vanuit de kattenhemel sturen zij de kracht van de blauwe draak naar de aarde, deze leert de kinderen op hun ontdekkingsreis door het leven dat hun huisdier ergens anders mag zijn.



Help de kinderen begrijpen wat het betekent wanneer zij iets of iemand verliezen, ook al heb je zelf pijn en verdriet. Geef troost, dat ene wat ik in mijn jeugd heb moeten missen...! Het kan de kinderen helpen om hun verdriet te verwerken rondom het verlies, het sterkt zeker de ouder-kind band ...

## 't Kattebelletje

'Kinderen staan nog heel dichtbij hun fantasiewereld, een wereld waar bijna alles mogelijk is...'

Naast de leuke momenten mag verdriet er ook zijn...!

# Sacha Bucciarelli, (ex) Buitengewoon



was natuurlijk midden in de crisis begin maart, eind april.

Toen zaten we er nog wel even iets anders in

dan nu.

Rutte kwam zo- wat iedere dag op tv.

Op een gegeven moment waren alle samenkomsten verboden met een maximum van 30 personen. Sterk advies: Stay safe, Stay home!! Er waren echter drie uit-

zonderingen; uitvaarten, kerkelijke bijeenkomsten en kerkelijke huwelijken. Later is het woord kerkelijk er vanaf gehaald dus leefde bij de gemeente het besef dat gewone huwelijken met maximaal 30 man wel was toegestaan. Maar ik vond dat dat niet klopte en dus ik ging een beetje informeren bij de gemeentes rondom ons heen en die zeiden allemaal: "Dat gaan we dus niet doen, geen trouwerijen meer behalve als het echt een moetje is dan laten we het doorgaan want dat is het wettelijke recht dat je hebt om te trouwen."

En ik dacht: "Oké dan maximaal 2 man plus getuigen en dan moet het kunnen." Maar zo ziet de gemeente Nijmegen dat niet.

Ik vond het destijds ongelooflijk belangrijk dat er maatregelen zouden worden getroffen, dit kan toch levens kosten.

Ik voelde ik me verantwoordelijk en ook ongemakkelijk om daar helemaal niets aan te doen. Als mensen wat gedronken hebben dan weet je gewoon dat er na het einde van de huwelijksvoltrekking geknuffeld gaat worden. Dus heb ik dit aangekaart bij mijn leidinggeveneden maar dat werd niet opgepakt. Ik heb toen een berichtje geplaatst op Facebook en op LinkedIn om melding te maken van het feit dat ik het onverantwoordelijk vind om op deze wijze door te gaan. Even daarna

**"Dit had je nooit moeten doen!" Dat kwam binnen**

kreeg ik een reactie van de Gelderlander: "Wij zijn ook met een stuk over het Corona-virus

bezig, mag ik jou daar even over spreken?" Ik heb afgesproken met de journalist en die vroeg of het goed was dat hij een en ander mocht natrekken bij de gemeente. Dus heb ik direct mijn leidinggevende op de hoogte gebracht dat ik gesproken heb met de Gelderlander. Maar de reactie die ik toen terug kreeg had ik niet verwacht! Ik krijg meteen een bericht terug met de tekst: "Dit had je nooit moeten doen!" Dat kwam binnen. Ik had toen meteen wel in de gaten dat niet iedereen er blij mee was. Weet je, als buitengewoon trouwambtenaar ben je een soort vrijwilliger in het gemeentelijk ambtenarenapparaat, maar hoor je er ook weer niet zo echt bij. En dat is ook niet erg, want iedereen doet dat werk er een beetje bij. We zijn met ongeveer 12 collega's in Nijmegen. En een aantal van hen doet maar een paar trouwerijen

**I**s trouwambtenaar Sacha Bucciarelli terecht door de gemeente Nijmegen op staande voet ontslagen? Ze kon haar biezen pakken na openlijke kritiek op de regel dat er in Corona-tijd nog dertig mensen bij een huwelijk mogen zijn. Sacha woont al jaren hier in Lindenholt samen met haar man en dochter en is sinds 2016 buitengewoon trouwambtenaar voor de gemeente Nijmegen. Zij kwam landelijk in het nieuws toen zij openlijk kritiek uitte in De Gelderlander. Dat viel verkeerd bij de gemeente die haar op staande voet ontsloeg. Aan de redactie van Lindenholt Leeft vertelt Sacha haar persoonlijk verhaal over hoe zij de laatste tijd heeft ervaren.

**Sommige kranten noemen dit een beetje sarcastisch: De ontrouwe trouwambtenaar**



Sacha: 'Sommige kranten noemen dit een beetje sarcastisch: De ontrouwe trouwambtenaar. Laat ik zo beginnen, het



Foto: Janina Pieterse

**Ontslag op staande voet, dat is de allerswaarste sanctie die er is**

per jaar en anderen zijn weer wat populairder. Ik ben toevallig in de gelukkige omstandigheid dat men mij graag heeft als trouwambtenaar. Maar ineens hoor je er wel helemaal bij en had ik de gedragscodes en het procedurehandboek moeten weten die ik nooit heb gehad.

Als ik dit van tevoren had geweten dan had ik het waarschijnlijk een beetje anders aangepakt. Sorry ik wist dit echt niet. Een dag later kreeg ik een uitnodiging voor een onlinegesprek, want we zaten nog midden in de lockdown. Dat zou zijn met de leidinggevende, diens leidinggevende en iemand van H&R. Ik had nog een weekend om er over na te denken en kreeg ik al snel het gevoel: "Oh jee, die gaan mee ontslaan!" Mijn man zei nog: "Welnee, doe niet zo gek, je krijgt misschien een waarschuwing, ze zijn hartstikke blij met je!" Goed, ze hebben mij nog wel keurig even de tijd gegeven om mijn verhaal te doen en heb-

# Trouwambtenaar Burgerlijke stand in de gemeente Nijmegen

ben netjes geluisterd maar onmiddellijk daarop kreeg ik te horen dat ik daarmee voldoende grond had gegeven om mij op staande voet te ontslaan. Ontslag op staande voet, dat is de allerzwaarste sanctie die er is en vergelijkbaar met diefstal, werkweigering en seksuele intimidatie en verkrachting op het werk!!

Toen was het dus ineens over en heb ik dezelfde middag mijn personeelspasje moeten inleveren. Ik bedacht wel: "Hè, wat is er nou allemaal gebeurd vandaag?

Oké, ik ben baan kwijt en ook al zou ik eventueel nog teruggebeld kunnen worden, dit gaat nooit meer goedkomen!

Ik heb iets goeds proberen te doen en wat gebeurt er; ik word hard gestraft alsof ik een crimineel ben en op staande voet ontslagen!

De gemeente vindt vooral dat ik niet achter het beleid van de Rijksoverheid heb gestaan. Zo zien zij het.

Ik heb destijds gekozen om trouwambtenaar te zijn omdat ik heb gemerkt dat het mij ook heel gelukkig maakt. Het begeleiden van huwelijken is ook een soort PR voor het gemeentelijk apparaat.

Voor de toekomst denk ik wel eens aan de lokale politiek. Ik ben best wel een mondig type (soms een beetje tè) en ik denk dat dat wel iets is voor mij. Voor nu heb ik een baan aangenomen bij de gemeente Oss; afdeling maatschappelijk werk. Ik ben daar contactpersoon voor de vrijwilligers. Ik zie dat enorm zitten. Het is een groepje mensen van het sociale team dat iets wil doen voor de maatschappij en dat is super belangrijk. Wat me nu het meest raakt,



is dat er enkele bruidsparen zijn die me graag wilden hebben voor volgend jaar en waarvoor ik geen benoeming voor 1 dag kan krijgen. Maar in de meeste gemeenten kan ik gewoon trouwen hoor.

En nu dan maar gewoon weer door. Positief verder!'

**Tekst: Gerard van Bruggen**  
**Foto's: Sacha Buchiarelli /**  
**diverse bruidsparen**



## 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.

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



## September 2020; delegatie van de gemeenteraad op bezoek in Lindenholt; het Wijkatelier



**Covid-19 zorgde wel voor extra maatregelen en de organisatie was zodanig geregeld dat het gezelschap in verschillende ruimtes terecht kon.**

De vertegenwoordigers van de gemeenteraad Nijmegen kwamen naar het Wijkatelier Lindenholt met een missie; regionaal zitten de wijkcentra in zwaar weer. Zeker nu midden in de crisis is het 'verdienmodel' ook wel gemeentelijk beleid genoemd, zorgelijk te noemen. Het Concept van het Wijkatelier dat autonoom functioneert en ook volledig gerund wordt door vrijwilligers waarbij de regie voor 100 % ook bij die bewoners ligt, spreekt het gemeentelijk apparaat dan ook ten zeerste aan. Het zou wel eens interessant kunnen zijn dit concept over meerdere wijkcentra uit te rollen.

De gemeentelijke delegatie wilde zich uitvoerig laten informeren hierover en wilde ook graag alle komende beleidsplannen betreft de wijkcentra / wijkatelier met de aanwezige bewoners delen.

Voorzitter van het bewonersoverleg Lindenholt (BOL) en tevens van de stichting Wijkatelier Lindenholt Jan ten Dam opende deze bijeenkomst. In het kort schetste hij de meest recente geschiedenis van dit stadsdeel waarin hij specifiek inging op welzijn en gezondheid van de inwoners hier op basis van de laatst uitgebrachte gezondheidsmonitor.

De totstandkoming van het Wijkatelier was destijds het resultaat van intensief contact met alle bewoners om op eigen wijze uitvoering te ge-

ven aan wensen en plannen op het gebied van wonen welzijn en gezondheid. Een onderdeel daarvan was het realiseren van een plek in de wijk waar iedereen welkom is en alle mogelijkheden aanwezig moesten zijn om informatie en ondersteuning te krijgen op alle gebied. Het bijzondere kenmerk was ook dat een deel van de locatie huisvesting moest bieden aan mensen met enige vorm van beperking die samen met alle overige 'bewoners' geïntegreerd aan alle activiteiten kunnen deelnemen. Vijf jaar geleden is de WAL (zoals in de volksmond het Wijkatelier wordt genoemd) officieel geopend. Elders in dit blad kunt u daar neer over lezen.

Tijdens het uitwisselen van ideeën en concrete plannen werd duidelijk dat de gemeente uitgaat

van drie basisfuncties van de wijkcentra, te weten:

1. Het stimuleren van ontmoeten en participeren
2. Het geven van informatie en advies
3. Het bieden van licht ondersteunende mogelijkheden

Dit betekent voor de gemeente dat er ingezet gaat worden op de volgende beleidsvisies:

- De gemeente belooft haar subsidie van activiteiten, ruimten en ondersteuning, zó te verdelen dat de mogelijkheid van ontmoeten en stimuleren van activiteiten, centraal staat.
- Zij garandeert dat er per stadsdeel minimaal een locatie zal komen, waar de drie basisfuncties ingevuld én gehuisvest zullen worden. Een van genoemde mogelijkheden zijn wijkaccommodaties die in particuliere- óf in gemeentelijk bezit zijn.
- Dit betekent dat er dienstverlenende overeenkomsten gesloten gaan worden alsmede mogelijkheden tot permanente verhuur van ruimte

De voorzitter van de BOL vroeg ook nog sterk de aandacht voor de plannen die er zijn voor het Hart van Lindenholt.

Destijds is er gevraagd naar een haalbaarheidsstudie van dit plan waar tot op heden nog geen reactie op is ontvangen.

Dit zou ook mooi kunnen worden opgenomen in de beleidsvisie voor de komende periode.

Omstreeks 17.00 uur verlieten de meeste raadsleden het Wijkatelier en werd er nog even nagepraat.

Wordt vervolgd.

**Tekst: Meda Mercur / Gerard van Bruggen**  
**Foto: Marjolein de Groot**



# Flipperkasten; de passie van Han Reuvers

Han Reuvers is 56 jaar en woont al 30 jaar samen met Jacqueline om Leuvenbroek. De kinderen zijn dit jaar het huis uit en het woonhuis is inmiddels helemaal verbouwd en aangepast naar alle persoonlijke wensen en de eisen van deze tijd. Nee, niet laten doen; Han is begenadigd met de gave, dat alles wat zijn ogen zien, zijn handen kunnen maken. En dus is alles gedaan in eigen beheer.



Jacqueline is eigenaar van een kapsalon in Wijchen en in het zelfde pand runt dochter Lynn haar eigen nagelstudio. 'De redactie gaat op bezoek bij dit actieve echtpaar en wordt op een mooie zonnige



zondagmiddag welkom geheten in de tuin achter het huis. Aan alles is te zien dat Han niet is van het 'houtje-touwtje werk'. In tegendeel, huis en tuin zijn indrukwekkend gerestyled en de aanwezigheid van de Kamado BBQ in de tuin is een duidelijke verwijzing naar de bourgondische leefstijl van dit echtpaar. Maar daar kwam de redactie niet voor.

## Flipperkasten

Jacqueline: 'Weet je wat zo leuk is? Iedereen aan wie wij vertellen over onze passie met flipperkasten, krijgt onmiddellijk een glimlach op het gezicht!'

Haar ouders hadden vroeger een café en daar stonden flipperkasten.

'Ik zal jullie vertellen dat ik daar vroeger heel goed in was en we hebben zelfs een keer meege-



daan voor het Guinness Book of Records en ook aan een flippermarathon, dus geloof me, ik kan het heel goed.' zegt ze lachend. Voor Han was er in 2016 een moment tijdens een bowlingavond dat hij de gelegenheid kreeg een daar aanwezige flipperkast te kopen. Hij was wel stuk maar Han zag alle mogelijkheden om hem te repareren. 'Eenmaal weer in goede staat heeft die in huis goede diensten bewezen toen wij allebei waren gestopt met roken en samen therapeutisch stonden te flipperen om de verleiding weerstand te bieden'. Han: 'Maar ja, toen bleef het er niet bij een, op een gegeven moment hadden we er zoveel dat we wel wat moesten gaan verkopen'. Dat doet Han dan via verschillende veilingnetwerken voornamelijk op internet. De flipperkasten worden verkocht ook buiten Nederland; Spanje, Duitsland, Italië, België en zelfs Ibiza. En dan hebben we het over zo'n 25 tot 30 kasten per jaar. Er bestaat een heel netwerk van verzamelaars en gepassioneerde liefhebbers van flipperkasten die allemaal elkaar kennen en via internet contact hebben. Han: 'Tegenwoordig wordt het ook gezien als een goede belegging! Dat zou je niet zeggen, maar het is wel zo. Wij wisten dat ook niet, maar ondertussen is ons dat wel heel erg duidelijk geworden.' Soms groeit het allemaal een beetje boven het hoofd. Jacqueline: 'Maar gelukkig zijn we nuchtere mensen en kunnen we ook onze grenzen stellen en tegen elkaar zeggen: Nou, zo is het wel goed eigenlijk.' Han mag zich graag bezighouden met het repareren en ook restaureren van flipperkasten allemaal in zijn werkplaats. Daarin gaat hij heel ver, fabriceert hij zelf de glazen vensters en onderdelen die vervangen moeten worden. Han heeft er nog niet een volledige broodwinning aan, maar hij wil daar wel steeds beter in worden. 'Als we het vergelijken met wat ik vroeger verkocht zijn we wel enorm vooruit gegaan.' Zijn beste afnemer is een Spanjaard die een gigantische flipperkastverzameling heeft. Ooit heb ik een flipperkast verkocht aan die man. Een lange tijd heb ik niks van hem gehoord maar op een gegeven moment hebben we via de veiling weer contact gekregen. Toen vertelde hij dat hij een flipperkastmuseum heeft en of ik belangstelling had om een keer te komen kijken. Wij waren van harte welkom. We zijn toen naar Barcelona gevlogen en hebben hem bezocht in zijn enorm groot huis en kelder met alleen maar flipperkasten. Het was al een wat oudere man die ongelooflijk trots is op zijn gigantische verzameling. Zelf heeft hij ook kasten ontworpen en gebouwd dus we hadden wel een match. Wij mochten hem ook alleen maar aanspreken met Mr. (Don) en nooit met zijn voornaam. Dat was wel super. Wanneer wij iets aan te bieden hebben dan komt hij als eerste aan bod; heeft hij altijd de eerste keus.



Hij neemt heel veel van mijn kasten af en wil alleen maar van die oude dingen waar in Spanje niet aan te komen is.

## Minibusje



Maar Han is niet alleen bezig met flipperkasten. Graag laat hij foto's zien van een minibusje voor kinderen dat hij heeft ontworpen en gebouwd.

Het prototype is geschikt voor één kind, maar er zijn ook plannen voor versies die geschikt zijn voor twee en zelfs drie kinderen. Han straalt trots wanneer hij daar over praat. 'Het werkt elektrisch en het is een model van een Volkswagenbusje van vroeger. Ik heb daar een jaar over gedaan.

Ik denk zeker dat het verkocht gaat worden. Nee, niet voor iedereen, daarvoor moet je wel even diep in de buidel tasten, maar ik kan me ook goed voorstellen dat bij evenementen of kinderpartijtjes het interessant is in de verhuur. Maar dat gaan we allemaal wel zien.'

**Tekst: Gerard van Bruggen**

**Foto's: Gerard van Bruggen / Han Reuvers**

# Wijkatelier Lindenholt 5 jaar



Na twee jaar proefdraaien werd op zaterdag 26 september 2015 het Wijkatelier officieel geopend. Wethouder Bert Frings verrichtte samen met de voorzitter Stichting Wijkatelier Lindenholt, Jan ten Dam, de openingsceremonie daarbij bijgestaan door Sienieke.



Het Wijkatelier is destijds opgestart als een experiment waarbij bewoners van Lindenholt samen met professionals een ontmoetingsplaats creëerden voor alle bewoners van dit stadsdeel met mogelijkheid voor dagbesteding en het verkrijgen van informatie. Ook voor de bewoners die een klein steuntje extra in de rug nodig hebben door professionele organisaties, werd daarvoor alle ruimte vrij gemaakt.

Nu 5 jaar later is de WAL (afkorting Wijkatelier Lindenholt) voor zeer veel buurtgenoten inmiddels een uiterst vertrouwde omgeving geworden waar het bruist van activiteiten en initiatieven voor en door buurtgenoten.



In het begin stond alles geheel in het teken van soberheid en was het noodzakelijk om met minimale middelen een maximaal resultaat te bereiken.

Dat geldt nog steeds zo maar in de afgelopen 5 jaar is er wat meer subsidiegeld beschikbaar gekomen waardoor het centrum volledig kon worden geprofessionaliseerd.

Johan Joren, coördinator en in dienst van Bind-



kracht 10, is de enige betaalde kracht die het uitgebreid team van vrijwilligers aanstuurt.

Ook het gebouw zelf is behoorlijk onder handen genomen en beschikt nu over een aantrekkelijke gemeenschappelijke ruimte met een luchtverversingssysteem, mobiel podium met licht en geluid en last but not least een mega keuken waar met professionele apparatuur en inrichting uitgebreid wordt gekookt en gebakken.

Ook buiten is er van alles aan de hand; een heuse moestuin van waaruit regelmatig de maaltijden worden bereid en onlangs een compleet nieuw buitenterras. Daarbij is ook de ingang verplaatst. Inmiddels is de WAL ook

een officieel Nijmeegs Wijkcentrum geworden. Daarmee geeft de gemeente Nijmegen een duidelijk signaal af dat dit concept van 'Wijkcentrum nieuwe stijl', ook door de gemeente wordt omarmt.

Onlangs is een delegatie van de gemeenteraad nog op bezoek geweest om zich volledig hierover te laten informeren.

26 September 2015 was volop reden voor een feestje. Nu in 2020 moesten we de festiviteiten maar even in de ijskast zetten en hopen we het 1<sup>e</sup> lustrum op een later tijdstip alsnog feestelijk te kunnen vieren.

**Tekst en foto's: Redactie Lindenholt Leeft**





### Vieringen in de Agneskerk

Zondag 10.00 uur  
Eucharistieviering  
Donderdag 8.15 uur  
Meditatief  
Morgengebed (met  
teksten van  
H. Augustinus)

Tijdens de vieringen zijn alle RIVM maatregelen van kracht. Dat betekent o.a. dat er 1,5 m tussen twee zitplekken aangehouden moet worden. Er zijn enkele en dubbele zitplekken. U wordt dringen gevraagd aan te melden voor de zondagsviering. Dat kan op woensdagmorgen van 11.00 uur - 12.00 uur of vrijdagavond van 19.00 uur tot 20.00 uur. Door alle coronamaatregelen kunnen er ongeveer 50 mensen in onze kerk. U mag altijd op zondagmorgen komen, maar wanneer u uzelf niet aangemeld heeft, kan het voorkomen dat er in de kerkruimte al het maximaal aantal kerkgangers zijn. En dan mogen we u in verband met de coronamaatregelen niet toelaten.

Tijdens de viering mag er geen koorzang of samenhang zijn. Er wordt wel gezorgd voor muzikale ondersteuning van de viering. De communie wordt uitgereikt vanachter een scherm met behulp van een pincet.

Na de vieringen is er voorlopig geen mogelijkheid meer om koffie te drinken. Op het kerkplein kunt u natuurlijk nog steeds elkaar spreken, op Corona-afstand.

**Allerzielen 2 november:** 'Omdat het einde van het leven op aarde, niet het einde van onze liefde is'

We gedenken op Allerzielen (2 november) in de viering om 19.30 uur alle mensen die ons dit jaar, of eerder, zijn overleden. We noemen hun naam en steken een kaars voor hen aan. Intenties hiervoor kunt u opgeven bij de gastvrouwen of vlak voor de viering van 2 november. Iedereen is van harte uitgenodigd voor deze gebedsviering. Maar ook voor deze viering is het nodig om aan te melden!

### Bereikbaarheid

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

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

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

Er is inzameling voor de Voedselbank. We nemen van huis langer houdbare levensmiddelen mee, die naar het depot van de Voedselbank Nijmegen gaan. De andere activiteiten zijn i.v.m. de Coronamaatregelen voorlopig opgeschort.

**De zondagsviering** (onder voorbehoud van nieuwe Coronamaatregelen)

### Bettineke van der Werf



### Vrijheid

Dit jaar was het 75 jaar geleden dat Nederland werd bevrijd. Er stonden grote feesten op de rol. Want alhoewel 75 jaar geleden, de oorlog leeft nog bij veel mensen. De onvrijheid om niet te kunnen gaan en staan waar je wilde zat en zit diep in ons gezamenlijke geheugen. Dat nooit meer! Sinds die tijd zijn er in ons land veel mensen geboren en opgegroeid in een min of meer vrije wereld. En dat wilden we (terecht!) groots vieren.

En toen kwam het Coronavirus. Dit keer geen vreemde macht die ons beperkingen oplegt, maar een virus en de noodzaak om voorzichtig om te gaan met de gezondheid van onszelf en van mensen waarmee we samenleven.

In de eerste dagen wilden we allemaal wel even mee in alle beperkingen. Maar nu hebben veel mensen er wel een beetje schoon genoeg van... het besef dat we een lastige tijd gehad hebben is er wel. Maar het besef dat Corona ons voorlopig gegijzeld houdt komt niet zo binnen. Vrijheid, is dat het hoogste goed of durven we over de schaduw van onze eigen ik heen te springen en durven we te zeggen dat we zorg willen dragen voor onszelf en onze medemensen ook als dat langer dan een paar maanden duurt? Helaas is die vraag niet aan ons. Corona, beter gezegd het Covid-19 virus laat ons niet veel keuzes. Anders gezegd, dwingt ons tot keuzes waar we niet blij van worden. Maar ik moet er niet aan denken dat omdat we bij wijze van spreken 'zo gezellig met elkaar Kerstmis willen vieren' we onze dierbaren de IC's van het ziekenhuis in drijven. We hebben niet de vrijheid om een eigen keuze te maken, maar we hebben nog steeds de vrijheid om zo maximaal als mogelijk is bij elkaar te zijn, waarbij we elkaar zo min mogelijk besmetten. Daarmee staan we voor nieuwe uitdagingen. Wat blijft is dat je eigen vrijheid en die van de ander nog steeds heel sterk met elkaar verbonden zijn en dat jij de vrijheid van de ander, misschien ongewild, erg kunt beperken door jouw gedrag. Durven we kritisch te zijn op ons eigen gedrag?

Bettineke van der Werf



**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](mailto:Kerkenbos@yorbody.nl)

#### Locatie Jonkerbos

Weg door Jonkerbos 26, 6532 SZ

Nijmegen

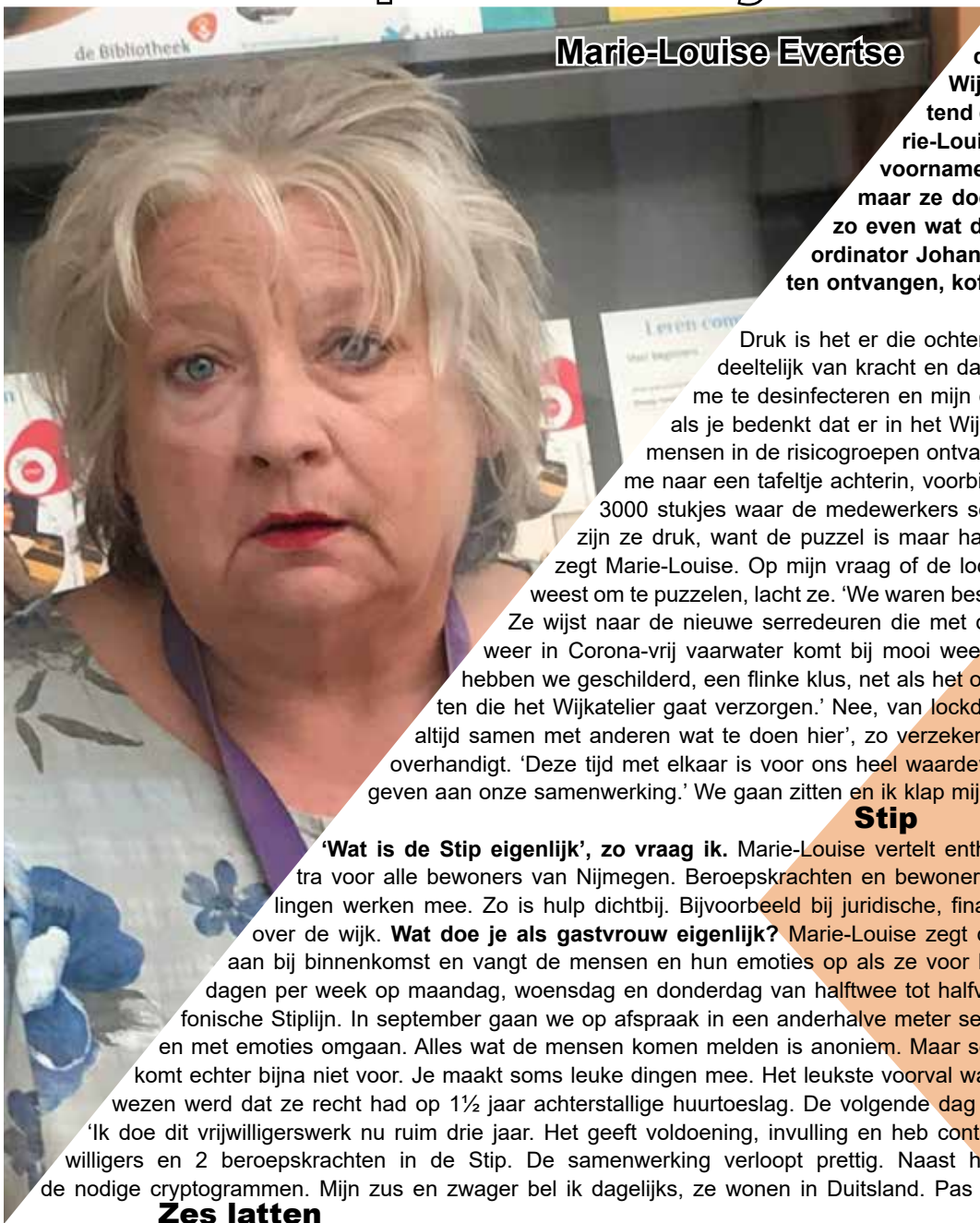
(hoofdingang Basic Fit sportschool)

06-43581497

[Jonkerbos@yorbody.nl](mailto:Jonkerbos@yorbody.nl)

# Keek op de wijk

Verhalen van mensen uit en over het stadsdeel Lindenholt, door Roel Gootzen.



Marie-Louise Evertse

Midden in de langste hittegolf uit de Nederlandse geschiedenis meld ik me bij het Wijkatelier Lindenholt. Het is vroeg in de ochtend en al bloedje heet. Vandaag ontmoet ik Marie-Louise Evertse, 63 jaar. Marie-Louise werkt hier voornamelijk als gastvrouw voor de Stip Lindenholt, maar ze doet ook veel voor het wijkatelier. Ze noemt zo even wat dingen: o.a. tijdens de vakantie van de coördinator Johan Joren, een oogje in het zeil houden, gasten ontvangen, koffie / thee verzorgen en een praatje maken.

## Puzzelen

Druk is het er die ochtend niet. De Corona-maatregelen zijn nog gedeeltelijk van kracht en dat merk ik wanneer Marie-Louise me verzoekt me te desinfecteren en mijn contactgegevens achter te laten. Niet zo raar als je bedenkt dat er in het Wijkatelier een bar is en dat het Wijkatelier veel mensen in de risicogroepen ontvangt. Marie-Louise biedt me koffie aan en wijst me naar een tafeltje achterin, voorbij de afgedekte biljarttafel met een puzzel van 3000 stukjes waar de medewerkers soms aan werken als het rustig is. Zo te zien zijn ze druk, want de puzzel is maar half af, en 'we zijn er al maanden mee bezig', zegt Marie-Louise. Op mijn vraag of de lockdown niet een mooie gelegenheid was geweest om te puzzelen, lacht ze. 'We waren best druk met het onderhoud van het Wijkatelier'. Ze wijst naar de nieuwe serre deuren die met de verbouwing geplaatst zijn, die zodra alles weer in Corona-vrij vaarwater komt bij mooi weer toegang gaan geven naar het terras. 'Ook hebben we geschilderd, een flinke klus, net als het optuigen van de moestuin voor de kookprojecten die het Wijkatelier gaat verzorgen.' Nee, van lockdownstress heeft ze geen last gehad, 'er was altijd samen met anderen wat te doen hier', zo verzekert ze mij als ze me een dampende kop koffie overhandigt. 'Deze tijd met elkaar is voor ons heel waardevol geweest en heeft een extra dimensie gegeven aan onze samenwerking.' We gaan zitten en ik klap mijn laptop open voor de nodige aantekeningen.

## Stip

'Wat is de Stip eigenlijk', zo vraag ik. Marie-Louise vertelt enthousiast: 'Stips zijn er in bijna alle buurtcentra voor alle bewoners van Nijmegen. Beroepskrachten en bewoners werken er samen. Ook verschillende afdelingen werken mee. Zo is hulp dichtbij. Bijvoorbeeld bij juridische, financiële of zorgvragen.' Je krijgt er informatie over de wijk. **Wat doe je als gastvrouw eigenlijk?** Marie-Louise zegt daarover: 'De gastvrouw biedt koffie en thee aan bij binnenkomst en vangt de mensen en hun emoties op als ze voor het Stip spreekuur komen. Dat zijn drie middagen per week op maandag, woensdag en donderdag van halftwee tot halfvijf. In verband met Corona is er nu een telefonische Stiplijn. In september gaan we op afspraak in een anderhalve meter seting werken. Ik kan goed mensen inschatten en met emoties omgaan. Alles wat de mensen komen melden is anoniem. Maar soms zijn mensen wel eens opgefokt, agressie komt echter bijna niet voor. Je maakt soms leuke dingen mee. Het leukste voorval was met een cliënt, een mevrouw, die erop gewezen werd dat ze recht had op 1½ jaar achterstallige huurtoeslag. De volgende dag kwam mevrouw met een overheerlijke taart.' 'Ik doe dit vrijwilligerswerk nu ruim drie jaar. Het geeft voldoening, invulling en heb contact met heel veel mensen. Er werken 6 vrijwilligers en 2 beroepskrachten in de Stip. De samenwerking verloopt prettig. Naast het werk hier, lees ik, maak legpuzzels en de nodige cryptogrammen. Mijn zus en zwager bel ik dagelijks, ze wonen in Duitsland. Pas geleden ben ik er nog drie weken geweest.'

## Zes latten

Voor haar job op het Stip en het Wijkatelier heeft Marie-Louise 43 jaar betaald werk gedaan. 'Het is heel uiteenlopend: o.a. de supermarkt, een slagerij, administratief en 32 jaar in de thuiszorg.' Marie-Louise is in Nijmegen geboren, maar heeft ook gewoond in Wijchen en Malden, dorpie Zeeland, en nu weer in Nijmegen. Zelfs in Ottersum in een huifkar in een wei met schapen. 'Ga weg', zeg ik, 'een huifkar?' 'Ja, wel voorzien van een vast toilet, douche, internet en telefoon. Heerlijk! Verder ben ik nooit getrouwd geweest, maar heb wel samengewoond.' Ze heeft geen kinderen. En nu woont ze op de Horstacker, al 16 jaar in een seniorenwoning, lekker alles gelijkvloers. 'Mijn laatste adres voor ik tussen de zes latten ga.'

Op het Wijkatelier is ze vaak vroeg, al om 7 uur. Tijdens de hittegolf lucht Marie-Louise het gebouw. Door de Corona zijn de activiteiten geheel gestopt geweest en met de versoepelingen nu, komt het allemaal weer langzaam op gang. Veel ouderen zijn nog angstig. Toch komen er nu weer de vaste gasten, bijvoorbeeld: de schilder club, de kinderopvang, Deel de Dag, Vrouwengroep en de handwerkclub. Iedereen kan zich hiervoor opgeven. Hoe is ze als vrijwilliger bij stip terecht gekomen? Na het werk in de thuiszorg, waar ze boventallig werd, wilde ze z.s.m. weer werken. 'Het was op, ik heb mijn leeftijd niet mee. Toen viel ik in een diep gat. Je raakt zaken kwijt: denk aan contacten, een dagindeling. Ik was 58 jaar en had sollicitatie-

plicht. Het viel niet mee. De benen wilden ook niet meer, slijtage van het poetsen in de zorg. Vanuit de woningbouwvereniging zei toen iemand 'loop anders eens binnen bij het Wijkatelier'. Ik had gelijk een klik. Door het werk en de mensen hier ben ik in positieve zin veranderd. Ik werk samen met anderen en voel me nuttig. Ik ben consequenter naar anderen en eerlijker naar mezelf, ik pieker minder en ben directer.' **Als ik het verhaal van Marie-Louise zo hoor dan vervult zij een belangrijke rol, samen met alle vrijwilligers en beroepskrachten binnen Stip en het Wijkatelier. Het is een plek om elkaar te ontmoeten en begroeten.** De Stiplijn: 024-3502000  
Marielouise.evertse@stipnijmegen.nl

## Kun jij wat extra zakgeld gebruiken?

Het wijkblad 'Lindenholt Leeft' zoekt scholieren die eens in de twee maanden iets extra's bij willen verdienen door ons wijkblad te bezorgen.

In overleg wordt gekeken naar hoeveel adressen jij wilt lopen en in welke wijken.

Vergoeding gaat naar het aantal bladen per bezorging en wordt door collega's als zeer gunstig gezien. Alleen serieuze betrouwbare kandidaten komen in aanmerking.



Ben je jonger dan 16 jaar, altijd in overleg met de ouders. Belangstelling?

Bel naar  
Dennis: 06  
17484394  
of ga  
naar de  
whatsapp

## NIEUW!!!! NIEUW!!!! NIEUW!!!! NIEUW!!!! NIEUW!!!! JONGERENPAGINA LINDENHOLT LEEFT

Om vooral ook meer jongeren bij Lindenholt Leeft te betrekken, introduceren wij onze nieuwe Instagrampagina genaamd:

**lindenholt leeft**

Verder in dit blad stellen wij ons voor, studenten van de HAN die projectmatig gedurende een half jaar een bijdrage leveren aan dit blad.

Op dit Instagram account willen wij nieuwtjes, foto's, Q&A houden en andere leuke dingen delen. Ook vinden we het leuk als jullie zelf DM's sturen, wanneer jullie ideeën hebben over interessante dingen om te plaatsen.

We zouden het gaaf vinden als jullie een kijkje op het account willen nemen en ons daarop willen volgen! Uiteraard kijken we vooral uit naar alle goede ideeën die jullie met ons willen delen!

We hopen hiermee een groter bereik te krijgen en ook meer te luisteren naar wat jullie belangrijk vinden in ons stadsdeel Lindenholt.

Alle berichten zijn welkom!

Groetjes,

**Mano, Isa en Rosanne**



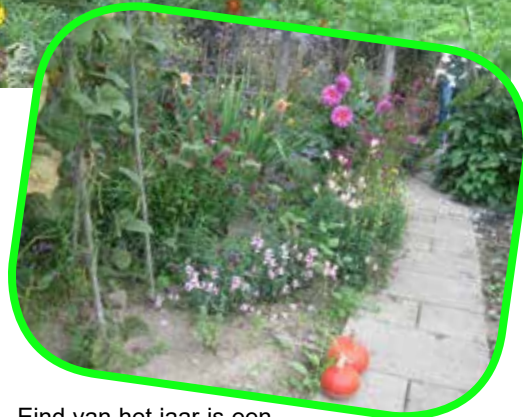
## TUINIEREN IN DE SMALLESTEEG

Deze Tuin- en Ontspanningsvereniging in Lindenholt telt maar liefst 120 leden.

Een tuincommissie is daarbij behulpzaam met adviezen en geeft regelmatig een beoordeling van het onderhoud van alle tuinen.

Wim de Booij is de beheerder van dit complex, die daar dagelijks hulp en toezicht biedt en het terrein onderhoudt. We waren op bezoek op een fraaie nazomer ochtend en konden zo genieten onder het genot van een kop koffie op het terras van het clubgebouw. Dit was weer mogelijk na een tijd van sluiting vanwege het corona gevaar. Dit betekent ook dat de barbecue ter afsluiting van het groeiseizoen niet doorgaat. Gekozen is om het geld te besteden aan een nieuwe waterpomp. We hoorden ook, dat er nu steeds meer jongeren (inmiddels ongeveer 15% van het aantal leden) lid is geworden van deze vereniging die eerst merendeels senioren had.

Om alles in goede banen te leiden zijn er regels, zoals over onderhoud en rekening houden met je burens en geen overlast bezorgen. Nu met de herfst en straks de winter is dit een tijd voor groot onderhoud.



Eind van het jaar is een geschikt tijdstip om je als lid op te geven.

Dagelijks van zonsopgang tot zonsondergang kun je tuinieren en recreëren. De contributie wordt in 2021 € 65 per jaar.

### GEZOCHT: VRIJWILLIGERS MET TECHNISCHE ACHTERGROND

Aanmelden voor lidmaatschap graag per email: [aanmelding@volkstuinendesmallesteeg.nl](mailto:aanmelding@volkstuinendesmallesteeg.nl)  
Info: [www.volkstuinendesmallesteeg.nl](http://www.volkstuinendesmallesteeg.nl)

Tekst en foto's Theo Vermeer



# VAN TUIN TOT BORD EEN GROOT SUCCES



**Stoer buiten koken is het motto van dit concept. Op een afgesproken locatie komt Gidy van Gaans op 20 september omstreeks 14.00 uur met bus en aanhanger aan en begint zijn zaken uit te stallen; werkbank, driepoten met kookpotten waaronder houtblokken en alle hulpmiddelen die een professionele kok nodig heeft om een vier sterren maaltijd te bereiden.**

Let wel, allemaal in de open lucht en het enige wat nodig is, is een jerrycan met water. Van Tuin Tot Bord is een laagdrempelig initiatief voor en door buurtbewoners in Nijmegen waarbij samen genieten van een mooie maaltijd het middel is om mensen bij elkaar te brengen. Van Tuin Tot Bord vindt dat iedereen erbij hoort. Door het samen verbouwen van groente,

het samen koken en het samen eten, komen mensen in contact met elkaar én met vers en gezond voedsel uit de eigen tuin en omgeving. Normaal gesproken wordt er op vaste locaties gekookt zoals in de Broederij maar als het weer het toelaat gaan ze graag en tour door de

## Van Tuin tot Bord heeft ook een 'junior versie'

wijken. Van Tuin tot Bord heeft ook een junior versie waarbij de kinderen bij alle onderdelen van het proces actief worden betrokken; moestuin, mise en place, voorbereiden, koken en uitserveren. 'Van Tuin tot bord Kids' is meteen al een succes. Zo gebeurde het dus ook op 20 september en Gidy vertelde dat hij diezelfde morgen wilde Nieuw-Zeelandse spinazie had geplukt. 'Het lijkt een beetje op onkruid en het

groeit als een gek, maar is heel gezond en smaakt geweldig lekker. We gaan er vandaag een heerlijke soep van maken'.

## Hoofdgerecht

Als hoofdgerecht heeft hij een Curry op het

menu staan en alle verse ingrediënten die daar voor nodig zijn, heeft hij veel diezelfde ochtend uit de moestuin geoogst. Dit alles wordt bereid op twee of soms drie driepoten waaronder een houtvuur brand. Het menu is altijd vegetarisch



en wanneer iemand hierbij de wenkbrauwen frons weet Gidy op overtuigende wijze te verzekeren dat het vleesgedeelte op geen enkele wijze gemist zal worden. En dat is waar. Wat kan die man koken! Alles klopt; structuur, smaken en presentatie, het is duidelijk, hier staat een gekwalificeerde chefkok 4\* te koken!

## Tweede versie

Als gevolg van de bijzonder geslaagde eerste kennismaking met dit concept van buurtrestaurant Hegdambroek in de open lucht op 2 augustus dit jaar, was al snel besloten dat er op 20 september een tweede versie moest





# VAN TUIN TOT BORD IN DE HEGDAMBROEK EN DE KLUIJSKAMP



Gezamenlijk is meteen besloten om hier een traditie van te maken, waarvan akte.

Gidy en Jan Willem, onwijs bedankt voor alle goede zorgen en jullie bijdragen aan een onvergetelijk burenmaaltijd.

Wanneer u denkt: Goh, dat zou ook mooi zijn hier in uw eigen wijk, dan kan dit, ga dan naar [www.vantuintotbord.nl](http://www.vantuintotbord.nl) en regel dit met Gidy.

Oh ja, eigen bijdrage p.p: € 5,00, kinderen € 2,50.  
Succes verzekerd.

**Tekst: Gerard van Bruggen**

**Foto's: diverse deelnemers**



komen. Er hadden zich zo'n 30 buurtgenoten aangemeld plus een aantal kinderen.

Het succes van de eerste keer was nog lang niet vergeten en veel mensen van die groep waren opnieuw van de partij.

Maar ook veel nieuwe gezichten completeerde het gezelschap waarbij zorgvuldig de 1 ½ meter afspraak werd gehanteerd. Iedereen nam zelf weer een tafel en stoelen mee met bestek, bord en soepkom. Ook het drankje erbij is voor ieders eigen rekening. Aan het weer kon het niet liggen, een heerlijke temperatuur en een stralende zon deed volledig recht aan het begrip 'Indian Summer'.

Heel verrassend dit keer was het optreden van Jan Willem van Opstal. Naast het feit dat deze troubadour ook een getalenteerd kok is, is hij als geen ander in staat met een gitaar en accordeon op passende wijze alle deelnemers op uiterst aangename wijze te vermaken met heerlijke Franse chansons en oud Hollandse liederen. Special voor Yvonne bracht hij een aubade.

## Wat een middag en avond!

Het was een genot om te zien met hoeveel plezier en smaak iedereen genoot van deze maaltijd en het gezellig samenzijn.

**Zondag 27 september was er in De Kluijskamp een gezellige afsluiting van een mooi moestuin seizoen.**

Gidy van Gaans, Van-Tuin tot Bord, maakte op het houtvuur en kolen een heerlijke 2 gangen menu. Ook de bakplaat en grill werden ingezet.

De meeste groente zoals paprika, palmkool, aardappelen en courgette kwamen uit de moestuin.

Gidy maakte een heerlijke paprikasoep met gedroogde Cranberries.

Het hoofdmenu, bestond uit, op het houtvuur gebakken aardappeltjes en op de bakplaat zongedroogde tomaatjes met palmkool en witte bonen, een geslaagde combinatie, daarbij gegrilde tomaat en courgette met fettakaas en dit allemaal onder het genot van een wijntje



en een biertje.

Het was een heerlijke, geslaagde en gezellige middag.

**Tekst en foto: Ietje Duppen**



# Samen regenpijpen afkoppelen!

Op vrijdag 6 november 2020, Groene Vrijdag, helpen we bewoners in heel Nijmegen om GRATIS hun regenpijpen af te koppelen. Doe jij ook mee? Schrijf je in via [info@pijpenkappuh.nl](mailto:info@pijpenkappuh.nl)

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

de bastei  
centrum voor natuur en cultuurschatten

Operatie Steenbreek Nijmegen

Op Groene Vrijdag 6 november 2020 helpt het team van Pijpenkappuh bewoners van Nijmegen gratis met het afkoppelen van de regenpijp. Waarom is afkoppelen belangrijk? Het klimaat verandert. Daardoor hebben we vaker te maken met periodes van droogte maar óók met flinke hoosbuien. Het regenwater komt grotendeels in het riool terecht.

Daar kunnen we met elkaar wat aan doen: de regenpijpen afkoppelen van het riool!

Met het afkoppelen van de regenpijp krijgt het regenwater de ruimte om in de tuinen weg te lopen en in de grond te zakken. Het regenwater kan je ook opvangen in een regenton en vervolgens gebruiken om de tuin te besproeien. Ook helpt het afkoppelen tegen droogte.

Hoe meer huizen en gebouwen we afkoppelen, hoe beter we zijn voorbereid op de veranderende weersomstandigheden!

## Hoe gaan we het doen?

Op 6 november, Groene Vrijdag, staat een heel team voor je klaar om te helpen met het afkoppelen van de regenpijp. Gratis en voor niets! Vooraf komt een deskundige langs om te kijken hoe de regenpijp kan worden afgekoppeld en waar het regenwater naar toe kan worden geleid. Achteraf vindt de controle plaats of het allemaal goed is uitgevoerd. Het team van Pijpenkappuh zorgt voor materiaal om de regenpijp netjes mee af te zagen en af te werken. Mocht je een regenton willen, moet je deze vooraf wel zelf kopen.

## Doe je mee?

Ben je huiseigenaar en wil je vrijdag 6 november gratis hulp bij het afkoppelen? Ga dan naar de website [www.pijpenkappuh.nl](http://www.pijpenkappuh.nl) voor informatie en meld je aan via [info@pijpenkappuh.nl](mailto:info@pijpenkappuh.nl)!

Ben je huurder? Dan heb je eerst schriftelijk goedkeuring nodig van de eigenaar of woningcorporatie. Het subsidiebedrag is voor jou. Wanneer je goedkeuring hebt, meld je dan ook aan bij Pijpenkappuh.

Het afkoppelen liever zelf regelen? Dat kan mét subsidie. Dit regel je via [www.nijmegen.nl/diensten/subsidies](http://www.nijmegen.nl/diensten/subsidies)

De actie Pijpenkappuh is een initiatief van Operatie Steenbreek Nijmegen in samenwerking met Lentekracht en Rainbeer.

# Boekenboom Horstacker verplaatst

Sinds januari 2014 stond die aan het parkeerterrein Hortsacker. Een initiatief van diverse mensen werkzaam in armoedeverzachting, cultuur en in verbindingen leggen in de wijken.

Er staat "stond" want sinds kort heeft de Boekenboom een andere plaats gekregen, en u vraagt zich waarschijnlijk af: waarom? Daar zijn meerdere redenen voor: de Boekenboom heeft erg geleden onder de brandstichting begin 2017, waarvan de dader, ondanks duidelijke beelden nooit is opgepakt. Daarnaast was het ook lastig om de Boekenboom steeds weer te ontdoen van de klimop die de boom helemaal overwoekerde.

De Vincentius Vereniging Nijmegen kwam met het initiatief om een stukje grond naast hun Beweegtuin aan de Broekstraat van de gemeente te adopteren om het aanzien van de Vincentius Vereniging en de Beweegtuin te verbeteren. Daarbij kwam ook het idee om de Boekenboom te verplaatsen naar dat stukje grond en de gemeente Nijmegen vond dat een prima plan.

Zij vonden het zo'n goed plan dat dit binnen 1,5 week gerealiseerd was! Waarvoor veel dank aan de gemeente, wijkregisseur Sharif Al-hashimy en alle werkmannen in het bijzonder.

De Boekenboom heeft nu een prachtige plek tussen het Gezondheidscentrum Lindenholt en de Vincentius Vereniging aan de Broekstraat.

Er staan twee bankjes bij en binnenkort zal er ook aan de groenvoorziening gewerkt worden. Ook is gezorgd voor cameratoezicht!

Er zijn twee mensen die steeds zorgen dat er voldoende boeken in de boom staan: Joop de Zeeuw en Mieke Jasper.

We hebben al veel bewoners gehoord die blij zijn met de nieuwe plek en dat het er prachtig uitziet.

Ook Ali van het cafetaria is tevreden met de nieuwe plek van de Boekenboom, zijn cafetaria is nu weer beter zichtbaar.

Zo zijn er met de nieuwe plek van de Boekenboom veel blije mensen!

Tekst: Paula Klein

Foto: Harry Bergman



# Wie kweekte in 2020 de grootste zonnebloem in Lindenholt?

Zes maanden geleden deed de redactie een oproep aan alle buurtgenoten in Lindenholt om zich op te geven voor deze wedstrijd. Zeven deelnemers hebben zich aangemeld en zijn begonnen met een divers enthousiasme en motivatie om er wat moois van te maken. Maatgevend moest uiteindelijk de doorsnede van de bloem zijn.

Deelnemers waren: Remond Roeloffzen, Hegdambroek; Elke de Jong, Heeskesacker; Paul Ackerman, Hegdambroek; Willy de Jong, Hegdambroek; Familie Willems, Hegdambroek; Roel van Es, Hegdambroek en de familie Kooistra, Gildekamp.

Al snel kwamen de eerste foto's binnen en was direct heel goed te zien wat de 'uitschieters' waren. Op de fotopagina van de afgelopen editie Lindenholt Leeft toonde Elke



Elke de Jong



Roel van Es

de Jong hoog op een ladder al de enorme lengte van hun zonnebloemen. Ook bij Remond Roeloffzen was de kiem al snel ontwikkeld tot een imposante bloem. Paul Ackerman kwam regelmatig kijken en zag met afgunst dit resultaat van speciale voeding en veel liefde en zorg. Aan de andere zijde van Hegdambroek was Willy de Jong minder succesvol en ontwikkelde de zaadjes zich daar tot slechts kniehoogte mini zonnebloempjes. Maar daar ging het meer om het meedoen dan om het winnen was de reactie bij navraag.

Ondertussen meldden zich steeds meer deelnemers aan en begonnen langzamerhand de potentiële winnaars zichtbaar te worden. Roel van Es mocht zich vrijwel meteen tot een kanshebber rekenen. Verbazingwekkend was de lengte van de diverse inzendingen maar tegelijkertijd werd duidelijk dat hardlopers doodlopers zijn; het aanvankelijk

succes van de bloem van Remond Roeloffzen eindigde roemloos met een afgeknakte plant. Elders groot enthousiasme bij de 'kwekers' en Paul Ackerman was zo lyrisch over zijn 'kindje' dat hij het de naam Xi Fong (Rijzende Ster) heeft gegeven.

Uiteindelijk is duidelijk geworden wie er in aanmerking komt voor de waardebonnen, beschikbaar gesteld door het Tuincentrum Lindenholt ter waarde van respectievelijk € 25, € 15 en € 10.



familie Willems

## Uitslag van deze wedstrijd is:

|    |                 |              | Hoogte | diameter bloem |
|----|-----------------|--------------|--------|----------------|
| 1. | Roel van Es     | Hegdambroek  | 334 cm | 31 cm          |
| 2. | Elke de Jong    | Heeskesacker | 375 cm | 21,5 cm        |
| 3. | Familie Willems | Hegdambroek  | 325 cm | 21 cm          |

Binnenkort kunnen zij de waardebon in ontvangst nemen uit handen van de redactie.

Over de uitslag van deze wedstrijd kan **niet** worden gecommuniceerd....

Veel dank en waardering voor het grote enthousiasme dat aan de dag is gelegd, volgend jaar een nieuwe challenge?

**Tekst: Gerard van Bruggen**

**Foto's: diverse deelnemers**

Victoria  
Lammerinks -  
Montis



## Een slechte B-film

Sinds afgelopen maart heb ik het gevoel dat wij allemaal figuranten zijn in een vreselijk lange maar vooral slechte B-film. Er lijkt geen einde aan te komen. Het gevoel dat wij Corona goed te grazen hadden door onze "intelligente lockdown" is weg en de tweede golf staat inmiddels met één voet tussen de voordeur. Met spanning kijk ik iedere dag naar het Corona-dashboard. Ik merk dat ik het echt niet fijn vind om dicht bij mensen in de buurt te komen en dus leven we bijna in een bubbel die steeds kleiner wordt. Het verbaast mij dan ook dat sommigen gewoon vrolijk doorgaan met het normale leven en hoewel ik boodschappen doen eerder als ontspanningstijd beschouwde, zijn de bezorgservice van Jumbo en Picnic nu een geweldige uitkomst. Gelukkig hebben wij een Spar hier in onze wijk en daar ren ik dan soms vlug doorheen voor de vergeten boodschappes. Maar de fun is er echt wel af want wij willen beslist het virus niet in huis en ons gezin halen. Zo zijn verjaardagen, van een heel goede vriend die 50 werd en een van onze kinderen die 21 werd, heel anders gevierd. Het voelt niet zoals het eigenlijk zou moeten voelen. Het is vreemd lieve familieleden en goede vrienden te ontmoeten en dan afstand te moeten houden. Voor sommigen blijkt nu dat ze eindelijk durven te zeggen dat ze het geknuffel sowieso niks vonden. En zo blijkt iedereen ineens tot bepaalde inzichten te komen die wellicht dan positief genoemd kunnen worden? Het is wherfst en dan begint bij mij en onze jongste altijd het Kerstgevoel te kriebelen, maar wat gaan we nu doen met Kerst? Kunnen we dat wel vieren met familie of zitten we dan toch weer in lockdown...? Kunnen we met ons hele gezin aan onze lange tafel of gaan we via Whatsapp samen dineren? Ik hoop dat ik te pessimistisch ben maar om de boel een beetje vrolijker te maken zouden we natuurlijk allemaal een mooie verlichting buiten of voor het raam op kunnen hangen, om elkaar te steunen in donkere dagen. Dat zou dan weer in de volgende Lindenholt Leeft kunnen staan met leuke, mooie foto's en elk lichtpuntje hebben we nu toch echt hard nodig. Doet u mee?

Ik wens iedereen een lichtpuntje toe.

# Geldzorgen?

Gemeente Nijmegen heeft 8 vergoedingen waar jij mogelijk gebruik van kunt maken.



## Leerlingenvervoer

Heb je een kind dat door ziekte of een handicap niet alleen naar school kan gaan? Dan heb je als ouder mogelijk recht op een vergoeding voor reiskosten of aangepast vervoer.

**Extra tip:**  
Voor de kosten van onderwijs, sport en hobby's van je kind heb je mogelijk recht op vergoedingen van Stichting Leergeld.



## Kinderopvangregeling

Deze vergoeding kun je aanvragen als je niet kunt werken door sociale of medische redenen, of als je een re-integratietraject of inburgeringscursus volgt.



## Individuele inkomstentoeslag

Deze toeslag is maximaal € 515 per jaar en geldt als je al drie jaar weinig inkomsten hebt en weinig kans op verbetering.



## Individuele studietoelage

Studeer je en kun je door ziekte of een handicap je studie niet combineren met een bijbaan? Dan kun je bij ons terecht voor een studietoelage.



## Bijzondere bijstand

Je kunt onverwacht te maken krijgen met hoge kosten. Bijvoorbeeld door vervanging van je koelkast, ziekte of rechtsbijstand. Als je deze niet kunt betalen, heb je misschien recht op bijzondere bijstand.



## Busvoordeelabonnement

Jij betaalt € 15 per jaar, wij de rest. Met je abonnement reis je gratis met de bus binnen de gemeente Nijmegen en naar omliggende dorpen.



## Meedoenregeling

Dit is een tegoed van € 150 per jaar voor dagjes uit, cursussen en activiteiten.



## Collectieve aanvullende ziektekostenverzekering

Met een laag inkomen kun je hier recht op hebben. Wij betalen dan mee aan je verzekering.

Bel 024-3298001 voor persoonlijk advies of ga naar [nijmegen.nl/geldzorgen](http://nijmegen.nl/geldzorgen) voor meer informatie.

Om in aanmerking te komen voor een vergoeding kijken wij naar je inkomen. Bij sommige vergoedingen ook naar je vermogen.

[nijmegen.nl/geldzorgen](http://nijmegen.nl/geldzorgen)



Nijmegen

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

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



Nieuws van



**Uitbreiding**

De Vincentius-vereniging Nijmegen groeit erg hard, naast de hoofdvestiging in de Horstacker 1451 was er eerder al de kleinere ruimte in De Voorstenkamp. Beiden gevestigd in het stadsdeel Lindenholt

We krijgen nu de gelegenheid uit te breiden naar het stadsdeel Dukenburg, (onze droom in iedere stadsdeel een dependance) waar ook veel mogelijkheden en kansen liggen voor ons.

Wij zijn natuurlijk altijd al een vereniging voor heel Nijmegen maar soms vergeten mensen dit omdat onze hoofdvestiging is gevestigd in het stadsdeel Lindenholt. Door deze uitbreiding kunnen we onze activiteiten veel breder uitrollen over heel Nijmegen.

We merken dat we overal met open armen worden ontvangen en zijn er al veel samenwerkingsbanden gesloten.

Vincentius vereniging Nijmegen draait volledig op vrijwilligers, sponsoring en giften.

De vereniging heeft vier hoofddoelen:

Armoede verzachten, Eenzaamheid verzachten, Sport en bewegen en Gezondheid bevorderen.

Op deze doelen zetten wij sterk in en zijn er al meer dan 30 projecten actief op dit gebied; denk aan onze zomertoe, kerstpakketten, rugzakjesproject, maar ook Ladies-Night, Eat en Meet, Vincentius vitaal, Ouderbox en nog veel meer.

Veel inwoners en hulpverleners kennen ons inmiddels en maken dankbaar gebruik van alle projecten.

Heeft u interessante en leuke ideeën of mist u iets op dit gebied, laat het ons dan weten.

**Binnenkort kunt u ons dus ook vinden op twee locaties in Dukenburg; De Meijhorst en Lankforst. (de voormalige locaties: Gratis 2de Kansje).**

**We zoeken nog veel bewoners die één of meerdere dagen vrijwilligerswerk willen doen op een van onze 4 locaties in Lindenholt en Dukenburg. Komt u onze Vincentius-team versterken? Neem vrijblijvend contact met mij op en laat u uitvoerig informeren over dit zinvol werk en de bijdrage die door u kan worden geleverd.**

En natuurlijk mag u onze mooie vereniging altijd financieel ondersteunen, daar zijn wij altijd heel dankbaar voor.

We zijn ANBI: Algemeen Nut Beoogde Instelling met als hoofdmotto: Ieder mens telt!

Help u ons mee om ook daadwerkelijk ieder mens te laten tellen / meetellen?

[WWW.vincentiusnijmegen.nl](http://WWW.vincentiusnijmegen.nl)

Rabobank: NL59RABO0302027602

Linda van Aken | Voorzitter

Vincentius Vereniging Nijmegen

+31 (0) 624663330 [linda@vincentiusnijmegen.nl](mailto:linda@vincentiusnijmegen.nl)

# SPARKCENTER LINDENHOLT WEER BEGONNEN



Deze keer vond de start met een nieuwe groep studenten plaats in de sporthal, omdat we daar konden zorgen voor 1,5 meter afstand

**S**tudenten van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen gaan samen met ROC studenten, bewoners en professionals ook dit jaar weer een aantal projecten (8) oppakken.

We willen jullie graag laten weten wat we zoal gaan doen. Mocht je denken: 'daar heb ik ideeën over, of wil ik ook mijn steentje aan bijdragen' dan ben je altijd van harte welkom (contactgegevens staan onder het artikel). De projecten waar studenten van Sparkcentre Lindenholt aan werken, sluiten aan bij vragen uit het stadsdeel en komen van bewoners en professionals.

Zo gaan we samen met de bibliotheek kijken wat een goede manier is om jongeren met Nederlands als tweede taal te helpen hun taal te verbeteren.. De bibliotheek organiseert, voor mensen voor wie Nederlands hun tweede taal is, taalcafé's en taalhuis bijeenkomsten.



Ook gaat een groep aan de slag om samen met Bindkracht 10 de huiswerkbegeleiding aan kinderen uit de bovenbouw op te zetten en vorm te geven. Daarnaast gaat er een groep in samenwerking met Mike Adema, de jongerenwerker, aan de slag met een van de thema's die spelen bij de doelgroep van het jongerenwerk. Omdat er van het ROC een aantal studenten zijn die in Lindenholt en Dukenburg wonen, kunnen zij goed helpen bij dit project.



Met de Vincentius vereniging gaan studenten werken aan het project Vincentius Vitaal en Rijk-van-Nijmegen Vitaal. VincentiusVitaal is een vitaliteitsproject voor mensen met een smalle beurs. Deel-



nemers kunnen Fitcoins verdienen door deel te nemen aan sociale, educatieve of sportieve activiteiten. Een fitcoin is een virtuele munt waarmee jij gezonde producten en diensten uit de app-catalogus, o.a. een groente- of vers fruitpakket, pampers of wasmiddel, verzorgingsproducten of een toegangskaartje voor zwembad of een sportwedstrijd kunt aankopen.

Met het wijkgezondheidscentrum wordt samengewerkt op het thema positieve gezondheid en de vroeg signalering van dementie. Voor het project rondom dementie en vroeg signalering wordt samengewerkt met het Dementienetwerk. Sinds 2018 bestaat het Netwerk kwetsbare ouderen Nijmegen Lindenholt. Dit netwerk werkt samen als een multidisciplinair team om de zorg voor kwetsbaren en dementerenden ouderen in de wijk te verbeteren en optimaliseren.

Met de ontmoetgroep (die afgelopen jaar het ontmoetfestival organiseerde) gaan studenten kijken wat er wel kan in corona tijd en hoe we elkaar kunnen blijven ontmoeten. Een uitdaging waar de minister bij goede ideeën geld voor over heeft.

Tot slot maar niet minder **Lindenholt Leeft** belangrijk gaat er een groep studenten kijken hoe de communicatie van Lindenholt leeft ook via de social media meer bereik kan krijgen en kan aansluiten bij andere en nieuwe doelgroepen.

Wij zijn voorlopig elke dinsdag in het gebouw van De Vincentius aanwezig, maar je kunt ons ook mailen [Bea.Jonker@han.nl](mailto:Bea.Jonker@han.nl) of [Suzan.de.Bruijn@han.nl](mailto:Suzan.de.Bruijn@han.nl). We gaan graag samen met u de uitdagingen aan.

Met vriendelijke groet,  
Bea Jonker en Suzan de Bruijn

Dit zijn de studenten die de komende zes maanden de redactie van Lindenholt Leeft gaan bijstaan met de opdracht om speciaal de jongeren te betrekken bij ons wijkblad Lindenholt Leeft.

## EVEN VOORSTELLEN:

Hoi! Ik ben Isa. Ik ben 18 jaar oud en ik zit op de HAN in Nijmegen. Ik zit in het tweede jaar van social work. Ik ben erg sociaal en ik wil altijd het beste van het leven maken! Daarom heb ik gekozen om samen met mijn medestudenten een bijdrage te leveren aan het wijkblad. Ik heb een groot bereik en daarom lijkt



het ons leuk om een instagram pagina aan te maken met allerlei leuke weetjes en vragen + antwoorden. Ik hoop dat op die manier het bereik groter wordt. Met name de jongeren! Ik ga hier met veel enthousiasme aan werken samen met mij medestudenten. Groetjes!



Hallo, mijn naam is Rosanne en ik ben tweedejaars verpleegkunde student. In mijn vrije tijd houd ik van sporten en afspreken met vrienden.

Hoi! Ik ben Mano, 18 jaar oud en studeer verpleegkunde aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.

Het leek me ontzettend leuk om een bijdrage te leveren aan dit project. Hopelijk kunnen we ook meer jongeren betrekken in dit mooie blad. Want daar gaan we met z'n drieën voor zorgen.



# Plannen voor ouderenzorgvoorziening aan St. Agnetenweg

## Na jaren van lobbyen door de bewoners ziet het er naar uit dat Lindenholt eindelijk woningen krijgt voor 'beschermd wonen'.

Fijn oud worden in je eigen wijk en met passende zorgvoorzieningen binnen handbereik. Met dat streven wil de gemeente Nijmegen alle wijken voorzien van hedendaagse en toekomstgerichte ouderenzorg. In Nijmegen is een tekort aan beschermde woonvormen voor ouderen.

In Lindenholt zou de komende jaren zelfs een tekort ontstaan van zo'n 50 eenheden. Daarom heeft ontwikkelaar KlokGroep met de gemeente Nijmegen, ouderenzorginstelling De Waalboog en woningcorporatie Woonwaarts, de samenwerking gezocht om aan de St. Agnetenweg in Lindenholt een nieuwe woonzorgvoorziening voor ouderen met zorgbehoeften te ontwikkelen.

### Locatie aan de St. Agnetenweg

De beoogde locatie, aan de St. Agnetenweg, ligt aan de rand van een woonwijk en grenst aan het Maas-Waalkanaal, met een mooi uitzicht over het water. KlokGroep heeft hier een plan ontwikkelt om een woonzorglocatie te bouwen bestaande uit drie woonlagen voor 45 bewoners, met een mooie, besloten vlindertuin. De verbinding van de woonzorglocatie, met de directe omgeving, wordt gewaarborgd door het bruggetje aan de achterzijde van de locatie naar de overzijde richting het park.

### Zorg aan mensen met dementie of lichamelijke ouderdomsproblemen

De ouderenzorginstelling De Waalboog biedt op de ontwikkellocatie aan de St. Agnetenweg, in kleine woongroepen, zorg aan mensen met dementie of lichamelijke ouderdomsproblemen. Met een open en warme uitstraling en met passende activiteiten zullen bewoners zich er snel thuis voelen. Zorgbehoevende wijkbewoners die nog thuis wonen, kunnen ook op de deskundige zorg en voorzieningen rekenen. Zo kunnen zij zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen in hun vertrouwde omgeving.

### Status van de ontwikkelplannen

De (direct) omwonenden zijn al in een eerder stadium betrokken bij de ontwikkelplannen van KlokGroep door middel van een informatieavond en vervolgens een aantal gesprekken bij ontwikkelaar KlokGroep op kantoor. Op basis van de feedback van de directe omgeving is het ontwerp ook aangepast, zodat de woonzorgvoorziening nog beter aansluit op alle wensen. Eind oktober/ begin november is het ontwerpbestemmingsplan gereed en zal de gemeente Nijmegen een digitale informatieavond organiseren. Via een informatiebrief wordt de directe omgeving uitgenodigd. Mocht u ook meer willen weten over de ontwikkelplannen? Houdt dan de Facebookpagina van Nijmegen Lindenholt en vooral ook de website [www.Lindenholtleeft.nl](http://www.Lindenholtleeft.nl) in de gaten en meld u te zijner tijd aan voor de online bijeenkomst.

### Vragen over het nieuwe ontwerp?

In verband met de huidige Covid-19 situatie is het op dit moment niet verstandig om een fysieke bijeenkomst te organiseren om het nieuwe ontwerp te laten zien. Daarom alvast in deze editie van Lindenholt Leeft een sneakpreview van de plannen.



Entree



Tuin



Kanaal

Foto-impressie Klok groep





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 !

**Jouw stip is open**

**Bel 024 - 350 2000 voor een afspraak**

## STIP IS WEER OPEN

Iedere Maandag-Woensdag en donderdag middag van 13.30 tot 16.30 zijn we open.

U kunt weer bij ons terecht maar niet zoals u dat gewend bent.

Vanwege het corona virus werken wij alleen op afspraak..

U kan daarvoor de stiplijn bellen 024-3502000.

Wij maken dan een afspraak gemaakt met u.

Kom op tijd en ook zeker niet veel te vroeg zodat er niet te veel mensen aanwezig zijn.

Kom ook alleen tenzij het echt niet anders kan, dan maximaal 1 persoon .

### Bij klachten blijf thuis.

Enkele zaken voor de komende maanden.

De aanvraag voor de meedoenregeling is verlengd tot 31 December 2020.

Het einde van het jaar is ook weer in zicht .

Straks moeten we weer denken over de zorgverzekering.

De CAZ

U kunt daarvoor weer bij ons terecht maar denk er aan om op tijd een afspraak te maken.



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.



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

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

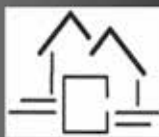
Reparaties op afspraak

St. Agnetenweg 65 a 6545 AT Nijmegen  
0624605897

[www.wfsnijmegen.nl](http://www.wfsnijmegen.nl) / [info@wfsnijmegen.nl](mailto:info@wfsnijmegen.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

# De Broederij gen



Zij zijn met recht het bruisende hart  
van de wijk Gildenkamp. Via [www.dorpshuisvanhetjaar.nl](http://www.dorpshuisvanhetjaar.nl) hebben zich  
veel mooie, leuke, inspirerende en inno-  
vatieve ontmoetingsplekken aangemeld.  
Voor de overgebleven zes finalisten kon de  
wedstrijd beginnen. Het is een prestigieuze  
titel om in de wacht te slepen. De provincie  
Gelderland en Leefbaarheidsalliantie Gel-  
derland werken mee aan de leefbaarheid  
in Gelderland. Samen met Omroep Gelder-  
land brengen alle finalisten een bezoekje  
aan elkaars buurt- of dorps huis. Vandaag  
wordt in de tuin van de Broederij aan de  
Nieuwstadsweg 37 een ontmoeting georga-  
niseerd.

De finalisten zijn; Bolderburen in Culem-  
borg, Ontmoetingscentrum de Paulus in  
Winssen, de stadsboerin in Doetinchem,  
Ons Honk – Zuid doet samen in Apeldoorn,  
Wijkcentrum Wijchen Zuid in Wijchen en de  
Broederij in Nijmegen.



Anneke

De voorbereidingen voor  
deze ontmoeting zijn  
in volle gang. Het  
is een schitte-  
rende na zo-  
merdag, de  
zon schijnt  
volop met  
een tem-  
peratuur  
van wel  
30 graden  
en men  
verheugd  
zich op wat  
komen gaat.  
Onder de  
aanwezigen zijn  
buurtbewoners  
voor de Buurtsoep.  
Jorien en Anneke wach-

# nomineerd voor de titel van:



moeting, onderzoek, inspiratie en creatie. Het is een ook een broedplaats voor kinderen, atelier voor jongeren. Elke woensdag is er de KunstExpress; kinderen en hun maatje gaan acht maanden lang samen op pad om de wereld van kunst en cultuur te ontdekken. HAN studenten lopen stage bij de Broederij; creatieve therapie. Voor middelbare scholieren die mee hebben gedaan aan KunstExpress is in september het Jongerenlab gestart. Voor moeders is er Ko-Kracht een creatief project voor meer positieve energie, ontspanning en zelfontplooiing

## Activiteiten

Er is naast kleinschalige dagbesteding, de wekelijkse buurtsoep op de dinsdag om 13.00 uur, een koffiebarretje, elke dinsdag, woensdag en vrijdag van 9.15- 16.30 uur. Elke vrijdagochtend is er Klets & Koffie waar buurtbewoners elkaar ontmoeten.

Er is het Broederij Wijkkoor, een Moestuin, eten Van tuin tot Bord en nog veel meer. De Broederij bruist van ideeën en inspiratie. Vrijheid om deel te nemen aan activiteiten staat hoog in het vaandel. Men is tevreden over de

voortgang van alle ontwikkelingen.

Er is in de loop der jaren hard gewerkt

aan een mooie

stabiele

vorm als basis

op te bouwen

voor de toekomst.

Wil je meer informatie

dan een mail naar

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

bel 024 679 3232 of bezoek de website [www.debroederij.nl](http://www.debroederij.nl)

**Tekst: Gemma Sanders**

**Foto's Gemma Sanders, Broederij**



Jorine de Bruin

ten hun gasten op die met een speciale bus arriveren vanuit de andere gemeenten. Janneke is langs alle plaatsen geweest. De afgevaardigden van de buurthuizen waren voor deze dag vakjury en hebben op alle andere plekken gejureerd. Het thema dit jaar is 'verbinding in de wijk'. De aanwezige vakjury let vooral op gezelligheid, sfeer, verzorging, hygiëne en op de diversiteit aan activiteiten.

De gasten zijn hartelijk ontvangen bij de Buurtsoep met een lunch. Deze is verzorgd in de keuken van de Broederij. Vier kinderen van basisschool de Luithorst; Aron, Jesse, Carine en Taylor in de leeftijd van 10 en 11 jaar mochten vandaag helpen met o.a. het bereiden van een heldere groetensoep, het bedienen van de gasten aan tafel, broodjes uitdelen en water schenken. Zij waren enthousiast bezig met hun taakjes en genoten hier erg van.

## Start

De Broederij is in 2015 gestart, Jorine de Bruin is samen met Janneke Wijdeveld initiatiefnemers en kartrekkers. Om de betrokkenheid van de bewoners te stimuleren is men de wijk ingetrokken en heeft letterlijk bij elk huis aangebeld (we hebben nog niet de hele wijk gehad). Zo zijn er in 2016 meer wijkbewoners als sleutelfiguren mee gaan doen. Een jaar later is er een groter netwerk in de wijk ontstaan. Ongeveer 1,5 jaar geleden is men gestart met het optekenen van verhalen uit de buurt.

De betrokkenheid groeit vooral vanuit de bewoners uit de wijk. Peter is hiervan een goed voorbeeld; hij klust mee, is penningmeester in het Bestuur en verzorgt samen met zijn vrouw Hedwig de koffieochtenden. Anneke is ook een prima voorbeeld als betrokken buurtbewoner in de begeleiding van de dagactiviteiten. Marloes is betrokken bij de beeldende projecten.

## Creatieve Broedplaats

De Broederij is een creatieve Broedplaats voor kinderen en volwassenen en staat voor ont-



Vier kinderen van basisschool de Luithorst; Aron, Jesse, Carine en Taylor bereiden voor, koken en serveren

DE BROEDERIJ

# Cesar en Cecile

Cecile Heupink-Mensink woont bijna 17 jaar in Lindenholt. Zij is 60 jaar, getrouwd en de trotse oma van drie kleinzonen. In 2009 is zij samen met o.a. Gerard van Bruggen gestart met het ontwikkelen van het wijkkrantje Heeskesacker-bulletin. Uit de samenwerking met diverse andere straatwijkbladen is het overkoepelende wijkblad Lindenholt Leeft ontstaan.

Dieren zijn altijd haar grote passie geweest. Met 12 jaar werkte ze al in een dierenasiel en niet veel later ook in een manege. Ze heeft zelf vanaf 9 jaar al een hond en kat. Poes Romy en hond Cesar, respectievelijk 12 en 7 jaar, maken nu deel uit van haar leven. Cesar kwam op het moment dat Cecile in een heel moeilijke fase zat. Hij gaf zoveel liefde en vreugde, dat Cecile zichzelf al snel beter voelde.

Ze ging allerlei nieuwe activiteiten ontwikkelen. Via hsv-hondenvereniging Rijk van Nijmegen doen ze al ruim 6 jaar diverse hondensporten. Bij Droomstad Nijmegen deelde zij haar 'droom', werken met Cesar zoals ze nu doet. Dit idee kreeg vorm in 2014. Cesar is altijd van de partij, ook toen Cecile de zorg had voor een man van 91 jaar.

Diens enige dochter wilde graag na het overlijden van haar moeder en jarenlange zorg voor beide ouders even een tijd vrijaf. Cecile nam de zorg over. Zij volgde zorgplanbesprekingen, haalde boodschappen en samen wandelen, knuffelen en spelen met Cesar waren belangrijke bezigheden.



Het op Cecile kunnen rekenen qua aandacht en zorg was onontbeerlijk. Oude verhalen herleefden, foto's werden bekeken en het hart gelucht.

Na meer dan 15 jaar als managementassistentte gewerkt te hebben, gaf het begeleiden van mensen haar weer nieuwe energie. Ze heeft hiervoor diploma's en werkte vroeger als groepsleidster in diverse zorgcentra. Deze werkervaring was echter niet meer actueel. Daarom is Cecile in 2015 aan de slag gegaan bij een stichting, die vrijwilligers met hun eigen honden uitzendt naar o.a. verpleeg- en gezinsvervangende huizen.

Cecile gaat nog steeds vanuit deze stichting op bezoek bij jongeren die om welke reden dan ook niet meer thuis wonen.

In principe werkt Cecile een-op-een. Het komt voor dat ze met meerdere jongeren tegelijk een

spel doet zoals verstoppertje, basketballen of voetballen. Cesar gaat bijvoorbeeld in een doel staan en er wordt dan een niet al te harde bal naar hem gegooid of geschopt. Cesar zal alles in het werk stellen om die bal tegen te houden. Mens versus hond! Of ze werpen een bal of frisbee. Cesar brengt die altijd netjes terug.

Kinderen krijgen meer zelfvertrouwen, omdat hij op commando naar hen luistert. Ook wandelen, fietsen, knutselen en puzzelen zijn favoriete activiteiten. Cecile werkt sinds 2017 vanuit haar eigen bedrijf. Duidelijk is dat Cesar stimuleert om in beweging te komen, blij maakt en automatisch voor meer sociaal contact zorgt. De KWIEK-bewegroute in Lindenholt is volgens Cecile ook heel leuk om samen te doen.

Of het nu per auto, bus, boot of trein is, ze gaan met anderen mee naar de zee, in restaurants, dierentuinen, kinderboerderijen, musea of op familiebezoek. Cesar is gewend aan allerlei soorten dieren en past zich enorm goed aan.

Florence Nightingale gaf ruim 150 jaar geleden al aan dat een dier een uitstekend gezelschap kan zijn voor zieken, die hierdoor kunnen worden aangemoedigd en getroost.

Alles komt voor Cecile samen in haar werk met Cesar. Zelfs het vrijwilligerswerk als wijkheld voor de DAR, combineert ze veelal binnen haar begeleidingswerk. In coronatijd, toen de scholen dicht zaten, heeft Cecile enkele maanden huiswerkbegeleiding gegeven via skype. Cesar had het in die tijd wat rustiger.

Hulp nodig voor jezelf, je kind of ouder dan kun je contact opnemen met Cesar en Cecile (e-mail: [hond.cesarencicile@gmail.com](mailto:hond.cesarencicile@gmail.com)).

**Tekst: Cecile Heupink en Gemma Sanders**  
**Foto's: Fons de Haen**

## WIJ ZIJN ER VOOR ALLE FIETSERS!

# 2020 35 jaar!!

**Bike Totaal**

**scheepers**

rijwielspecialist

Malvert 70-17  
6538 DP Nijmegen  
Telefoon 024 - 344 63 23  
[info@scheepersbiketotaal.nl](mailto:info@scheepersbiketotaal.nl)  
[www.scheepersbiketotaal.nl](http://www.scheepersbiketotaal.nl)

# “M’N WEKKER LOOPT WEER AF!”



**O**p een warme zomerdag heet Ilona Lasamahu mij welkom in haar sfeer-  
vol ingerichte appartement.

Met een kopje thee erbij steken we van wal. Ilona vertelt over een stukje van haar leven. Een zoektocht naar wat ze werkelijk wil en waar haar interesses liggen. Hoe ze is gekomen van een baan als administratiefmedewerkster tot wat ze nu doet: het begeleiden van allochtone vrouwen in het aanleren van de Nederlandse taal. Ilona vertelt enthousiast over het werk wat ze doet in Wijkateller Lindenholt aan de Zellersacker en de weg daarnaartoe. Ze werkt mee in het taalcafé, een taalgroep en is taalmaatje.

## Wat is het taalcafé en de taalgroep?

“Woensdagochtend begeleid ik allochtone mannen en vrouwen in het nieuwe taalcafé samen met drie tot vier vrijwilligers. Het taalcafé is pas geopend in maart 2020 en draait nu weer na de lockdown. Het taalcafé is gericht op praten over allerlei dingen.

Donderdagochtend is er ook een taalgroep voor vrouwen waar Ilona aan mee werkt. Ze vertelt dat ze daar heel doelgericht met taal bezig zijn.

“Ik ondersteun in het leren van de Nederlandse taal. Ook ondernemen we samen dingen die bijdragen aan de verbinding met de wijk en de Nederlandse samenleving. Er is informatie-uitwisseling over (culturele) achtergronden en dergelijke. We houden spreekbeurten over o.a. het land van herkomst, doen uitstapjes en koken gerechten uit het land van herkomst. De deelnemers krijgen ook huiswerk mee om de taal te oefenen. De taalgroep kan vrouwen helpen om uiteindelijk de stap te zetten om een opleiding te gaan doen. Sommige vrouwen volgen naast de taalgroep al een opleiding op het ROC”.

## Hoe kom je aan dit vrijwilligerswerk? Wat is eraan voorafgegaan?

Na een wat mindere periode meegemaakt te hebben, door o.a. ziekte en verlies van baan kwam ze een tijdje thuis te zitten. “Daar heb ik best een flinke hamerslag van gehad. Ik heb altijd gedacht dat ik geen hulp nodig had, dat ik sterk genoeg was”. Maar op een gegeven moment kwam Ilona op een punt waarop ze zich realiseerde dat ze hulp moest inschakelen. Via de huisarts kwam ze in contact met de praktijkondersteuner. “En zij heeft mij een zetje gegeven”, zegt Ilona. “Ze heeft mij tijd gegund, ruimte gegeven om te ontdekken wat ik precies wil en wie ik ben, ruimte voor mezelf, tijd voor mezelf en niet door te pushen. Ik heb geleerd met vallen en opstaan, maar ik sta weer! Ik heb geleerd om de moed bij elkaar te rapen”.

## Heb jij nog meer mensen in jouw omgeving gehad die jou een steuntje in de rug hebben gegeven om een volgende stap te zetten?

**Zou je een keer een kijkje willen nemen bij het taalcafé en de taalgroep voor vrouwen? Welkom op het Wijkateller Zellersacker 10-03.**

**Taalcafé woensdag gemengde groep aanvang 10.00 - 12.15**  
**verdeeld in 2 groepen.**

**Taalgroep donderdag aanvang 09.30 - 11.30 uur.**



“Omdat het beter met me ging, kwam er ook weer ruimte om iets te gaan doen. Ik wilde niet meer thuis zitten en wilde me weer nuttig voelen”. In een zoektocht naar vrijwilligerswerk kwam Ilona in contact met Eus de Wit, Welzijnscoach ‘Welzijn op recept’.

“In gesprek met Eus ging er een wereld voor me open. Er was zoveel keus!

Ik heb verteld wat ik wilde doen en zij bood me best een groot pakket aan. Ik kon alle kanten op en zo kwam ik bij de taalgroep in Lindenholt”.

Ik dacht de eerste keer: “Wat is dit toch mooi, zoveel mensen aan tafel met zoveel nationaliteiten. Iedereen heeft zijn eigen rugzak, je kunt iets geven en dat is hartstikke mooi! Zelf leer je ook hoe het in verschillende landen het er aan toe gaat qua cultuur en levensstijl”. In de periode die volgde heeft Ilona ook via het UWV een beroepentest gedaan om uit te zoeken welke interesses ze heeft. Daar kwam maatschappelijk werk en lesgeven uit”.

## Wat is nu precies wat je zo mooi vindt aan het werk als taalvrijwilligster?

Ilona vertelt, dat ze het mooi vindt dat er de mogelijkheid is voor een plek waar vrouwen hun verhaal kunnen doen en kunnen leren van elkaar in een ontspannen sfeer. Ilona houdt er van om mensen iets te leren en ruimte te ge-

ven aan vrouwen om hun verhaal te doen.

“Ze vertellen bijvoorbeeld over de oorlog in Irak en Iran, maar ook over wat ze dagelijks meemaken. Sommige vrouwen zitten in een sociaal isolement. Het zijn vrouwen die hun verhaal kwijt kunnen zonder dat ze elkaar in de haren vliegen. Ieder doet het op haar eigen manier, maar toch respecteren ze elkaar en leren ze ook heel veel van elkaar. Als je dat dan ziet, ja dat is gewoon hartstikke mooi. Ik word daar blij van, ik kan me verheugen op de donderdagochtend”.

## Waarom ben jij geschikt voor dit vrijwilligerswerk? Wat breng jij zelf mee?

Ilona is daar heel stellig in: “Anderen helpen dingen te leren. Mensen hunkeren om iets te leren.” Ilona vertelt vervolgens enthousiast dat ze het een uitdaging vindt om methodes te zoeken om de taal aan te leren. Ze zegt: Ik vind het mooi dat op het moment als het niet lukt, ik er ben om ze dat duwtje in de rug te geven. Ja, dat is het mooie, had ik het maar eerder gedaan”.

Door het doen van vrijwilligerswerk heeft ze weer ritme in haar dagen gekregen. “Ik moest weer een wekker zetten omdat ik ergens werd verwacht, ik woon vergaderingen bij, ik heb weer verantwoordelijkheden”. Maar Ilona is ook gegroeid in zelfvertrouwen. “Eindelijk weet ik wat ik leuk vind. Ik denk dat ik het nu wel op de rit heb en om langzaam ook weer in het arbeidsproces te komen”. Ilona is geïnteresseerd in andere culturen en talen. Daar wil ze verder mee.

Ilona blikt zelf terug en zegt: “Door hulp te vragen ben ik uiteindelijk gekomen waar ik nu ben en praten is het beste medicijn, dus durf te praten en vraag om hulp. Ik heb echt ontdekt dat we er zijn voor elkaar!”

**Tekst: Ilonka Leune / Veronique Franken**  
**Foto's : Henk van der Heijden**



# SCHOOL'S COOL!

De schoolperiode zou voor een jongere een onbezorgde tijd moeten zijn, maar dat is niet altijd het geval. Dit kan liggen aan de moeilijke lesstof, het leren plannen en het ontdekken van nieuwe interesses. School's cool kan met behulp van een vrijwillige mentor scholieren op deze gebieden begeleiding bieden. Dat doet de stichting ook in de wijk Lindenholt. Nieuwe vrijwilligers zijn erg welkom!



School's cool is een non-profit organisatie in Nederland. Het doel van de organisatie is om scholieren te versterken tijdens hun schoolcarrière. School's cool richt zich op leerlingen die de overstap van de basisschool naar de brugklas maken én op leerlingen die al in het voortgezet onderwijs bezig zijn.

## Dromen en doelen

In Nijmegen is Christiane Jennekens een van de coördinatoren. Over de werkwijze vertelt ze: "Wij gaan in gesprek met de leerlingen over hun interesses, hulpvragen en dromen. Ook vragen we de jongere wat hij/zij zou willen inzetten om met meer vertrouwen naar school toe te gaan of om met school bezig te zijn. Sommige mentorkoppels gaan aan de slag met planning, organisatie en leren leren. Maar andere koppels werken bijvoorbeeld aan het opbouwen van zelfvertrouwen. En natuurlijk is een mix hiervan ook mogelijk."

Binnen het team kennen wij al onze leerlingen en mentoren. Wij koppelen pas een mentor als die goed bij de wens en stijl van de scholier kan aansluiten. Kost weinig tijd

De meeste medewerkers en mentoren zijn via bekenden of promotie in de buurt in contact gekomen met School's cool. Zo ook mentor Danielle Wubbe: "Via een kennis van de hockeyclub, kwam ik in contact met School's cool. Toen zij hoorde dat ik met pensioen ging zei ze dat een mentorleerling van School's cool echt iets voor mij zou zijn, dus toen heb ik me aangemeld."

Volgens Danielle kost het weinig tijd om van grote betekenis te zijn in het leven van de jongere: "Ik ga naar de leerling toe bij haar thuis. In principe voor twee uur in de week." In het geval van Danielle kan een mentor ook extra ondersteuning bieden: "Een leerling van mij had een moeder die de Nederlandse taal onvoldoende beheerste. Om deze reden ben ik drie keer mee gegaan naar de ouderavonden. Ik werd daar door alle docenten volledig geac-

cepteerd en gewaardeerd. De docenten waren overall heel open over en als ik om extra stof vroeg, regelden ze die. Echt klasse."

## Verrijking

School's cool kan ook zeker verrijking bieden voor mentoren, zoals bij Robin de Boer: "Ik wilde een andere bijdrage leveren aan de samenleving dan enkel mijn huidige (betaalde) baan. Bij School's cool kan ik scholieren persoonlijk helpen én zien groeien. Dit is een positieve aanvulling op mijn leven en geeft een grote voldoening." Hij geeft aan dat er bij School's cool ruimte is om meer te zijn dan alleen een mentor: "Wat ik heel mooi vind om te zien is dat er echt een band gecreëerd wordt en er steeds meer vertrouwen komt. Mijn leerling is soms wat onzeker. Het afgelopen half jaar heb ik hem al zien groeien hierin. En daar wil ik graag met hem verder aan werken, zodat hij zijn dromen kan gaan waarmaken."

De 14-jarige Naminata Jamandy is als Nijmeegse scholier in contact gekomen met School's cool. Na een aantal kennismakende gesprekken is Naminata gekoppeld aan een vrijwillige mentor. "Ik krijg begeleiding op gebied van school en vanwege de taalbarrière van mijn moeder word ik ook ondersteund bij andere praktische zaken." Haar ervaringen bij School's cool zijn erg positief: "Kijk, ik ben iemand die er niet van houdt om mensen dingen te vragen, maar dankzij mijn mentor merk ik dat het toch erg fijn en nuttig is om bepaalde zaken na te vragen en hierin begeleid te worden. Ik krijg er veel voor terug".

Mentoren van School's cool hebben een belangrijke én positieve rol in het leven van de scholieren. Wilt u hier meer over weten, of wilt u net als onze mentoren het verschil maken voor een scholier? Bel 024- 35034066 of bezoek onze website [www.schoolscoolnijmegen.nl](http://www.schoolscoolnijmegen.nl) voor meer informatie.

**Tekst: Anouk Bodd**

# Scholen

Na de zomer zijn de scholen weer helemaal open, echter met maatregelen. Directeuren van De Luithorst (basisschool in de Gildekamp) en het Mondial College Meeuwse Acker aan het woord hoe zij weer zijn begonnen.



Hoe is de Corona-situatie na de zomervakantie op de basisscholen? Ad-interimdirecteur Henk Pepping van De Luithorst, basisschool in de Gildekamp met 320 leerlingen en 24 docenten, naar zijn ervaringen.



"We gebruiken overdag regelmatig desinfecterende middelen en houden de boel goed schoon. De ouders mogen niet meer op het schoolplein komen met uitzondering van de groepen 1 en 2. Daar mogen de ouders tot aan de voordeur komen. Ik moet zeggen dat iedereen er zich voortreffelijk aan houdt.

De docenten houden uiteraard de afstand van anderhalve meter in acht, maar eerlijkheidshalve moet ik toegeven dat dat niet altijd haalbaar is. Als we vergaderen hebben we grotere tafels of indien nodig vergaderen we met videobellen.

Verder staan we in nauw contact met de GGD die ons in deze situatie adviseert. We zijn als Luithorst een onderdeel van Conexus en die hebben overkoepelende richtlijnen.

Als Luithorst zijn we echter vrij om zelf per geval te bekijken wat te doen.

Mocht er een docent klachten krijgen dan moet deze zo snel mogelijk getest worden en even-

# n weer open met maatregelen

tueel tijdelijk vervangen worden.

Wordt de docent positief getest dan moet de vervanger langer blijven of in het uiterste geval moeten we de hele klas naar huis sturen zodat de ouders ook weer vrij moeten nemen.

Ik ben er dan ook voorstander van dat naast de zorgmedewerkers, ook docenten voorrang zouden moeten krijgen bij het testen; ook omdat een aantal dagen geen onderwijs niet goed is voor de leerlingen."

## Wat te doen bij kinderen met een snotneus?

"Dat is een beetje een grijs gebied. Kinderen hebben natuurlijk vaker een snotneus op deze leeftijd, maar als daar koorts bij komt en veel hoesten, adviseren we de ouders om de kinderen thuis te houden. De praktijk wijst uit dat ouders veel sneller de kinderen thuis houden dan voor de Corona- tijd."

## Conclusie

"Het is nu na de zomer niet veel anders dan voor de Corona-crisis op die paar kleine maatregelen na. Hopelijk blijven we verschoond van zieke docenten."



**Precies op de dag dat de SSGN voor een week de poort sluit, heeft Lindenholt Leeff een interview met Thomas Klein, locatiedirecteur sinds 2016 aan het Mondial College, Meeuwse Acker.**

Thomas Klein was hiervoor leraar Geschiedenis en Maatschappijleer, woont nu in Wijchen na vijf jaar in Nijmegen gewoond te hebben.

"Het leuke van het VMBO is dat het lekker praktisch is en dat er veel met de handen wordt gedaan zowel door leerlingen als door docenten. Het VMBO staat midden in de maatschappij door het contact met onze omgeving. Ook de buurt, Lindenholt, is erg belangrijk voor ons. We hebben een geweldig restaurant en een eigen winkel, bereikbaar voor de buurt.

Na de zomer volgen wij op het Mondial College (500 leerlingen) de protocollen van het RIVM. Leerlingen en collega's ontsmetten elke dag bij binnenkomst de handen terwijl iemand van ons daarop toeziet. Iedereen doet het zonder morren; het is min of meer een gewoonte geworden. Bij het binnengaan van het klaslokaal worden wederom de handen ontsmet. De docent



directeur Thomas Klein

zit in een apart afgeïnd vak waar de leerlingen niet in mogen komen. Ons gebouw heeft grote klaslokalen waar maximaal zestien leerlingen plaatshebben, dus er is veel ruimte.

Tijdens de praktijklessen dragen de docenten spatmaskers want daar kan de anderhalve meter natuurlijk niet gehandhaafd worden. Zij moeten dingen uitleggen en komen dan dichtbij de leerling. Maar het grootste voordeel is ons geweldige ventilatiesysteem dat elke uur ongeveer 800 kuub verse lucht, per lokaal de school inblaast. De norm is 13 kuub per leerling waarbij het Mondial College twee tot drie keer aan de norm voldoet. Ook in de winter kunnen we met dit systeem doorgaan zonder dat de verwarming omhoog moet.

Hierdoor zijn er ook geen docenten die zich onveilig voelen en in dat ene geval waar dat wel zo was, zijn wij het gesprek aangegaan.

We zijn ook niet tot het dragen van mondkapjes overgegaan omdat de leerlingen bijna allemaal jonger zijn dan 17 jaar. We vragen wel iedereen bij het lopen op de gang rechts te houden en we laten de schoonmakers wat vaker komen.

Toch zijn we alert op een eventuele uitbraak en heeft hetgeen wat bij de SSGN (toevallig onderdeel van dezelfde overkoepelende organisatie als het Mondial te weten De Alliantie) ons weer op scherp gezet. We hadden al een cri-

sisteam en wij zullen per geval specifiek reageren en weten wat te doen. Het zou kunnen zijn dat we op een bepaald moment samen moeten komen om snel knopen door te hakken.

Als er docenten uitvallen hebben wij onderwijsassistenten die het voor de korte termijn kunnen overnemen, maar ook andere docenten kunnen elkaars les opvangen. Maar het zou fijn als de overheid zou besluiten dat zorgmedewerkers en leraren recht hebben op een sneltest bij de GGD en dezelfde dag nog te horen krijgen wat de uitslag is. We gaan overigens geen commerciële testen aanvragen omdat we dit een plicht van de overheid vinden.

Hopelijk komen we nooit meer in een situatie als in de lente dat de kinderen thuis moesten blijven. Het is niet goed voor de kwaliteit van het onderwijs, want ook de sociale component van het onderwijs is heel belangrijk. Kinderen, pubers, in het voortgezet onderwijs, hebben behoefte aan veel sociaal contact".

## Wat doet deze situatie voor een directeur van een school?

"Het is natuurlijk veel leuker om directeur te zijn in een niet Corona situatie. Je moet nu continu op scherp staan, alert blijven, toch een beetje aan crisis management doen. Als er iets zou gebeuren verwacht ik overigens dat we dat klein gaan oplossen zodat we niet meer heel Nederland in een Lockdown zetten, maar regionaal maatregelen nemen, zo zullen we ook op scholen maatregelen nemen voor een groep. Misschien een klas naar huis sturen, een docent, maar niet de hele school. Samen met de GGD nemen we dan een besluit. Hopelijk komt het niet zo ver".

De foto met de robot is genomen in het Futurelab. Hier krijgen leerlingen van de onderbouw les hoe toekomstige technische innovaties aansluiten bij hun gewenste keuzerichting.

**Tekst en Foto's:**  
**Silvano Orvini**



**Het is voor Lindenholt Leeff niet mogelijk om de actualiteit op de voet te volgen.**

**Per 20 september krijgen docenten toch een voorkeursbehandeling bij het testen.**

# Ervaar Groene Grenzen Lindenholt

## Uw gids door de natuur

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

**Tekst en foto's: Frans Sijben Nijmegen**

**G**een woorden maar daden.  
Dit artikel is om te DOEN; niet  
alleen om te lezen. Het is na-  
melijk een wandelroute.  
Daarmee ervaar je hoe groen  
'Lindenholt' is.  
En het bewijst ook dat niet alléén  
'Dukenburg' een groen staddeel is.  
Een route van bijna 9 kilometer.

## Bezienswaardigheden onderweg

Normaal geef ik in mijn wandelroutes ook informatie over bezienswaardigheden onderweg: natuur, gebouwen, voorwerpen, personen, cultuur of tradities.

Deze keer denk ik dat wijkbewoners dat zelf  
véél beter kunnen. Daarom mijn vraag: stuur  
de redactie of mij informatie over zaken langs  
deze wandelroute, die jij interessant vindt.

## Meer Wandelroutes?

Wil je meer wandelingen door de groene natuur in Nijmegen of erbuiten?

Ga naar <http://bit.ly/struinbulletin>

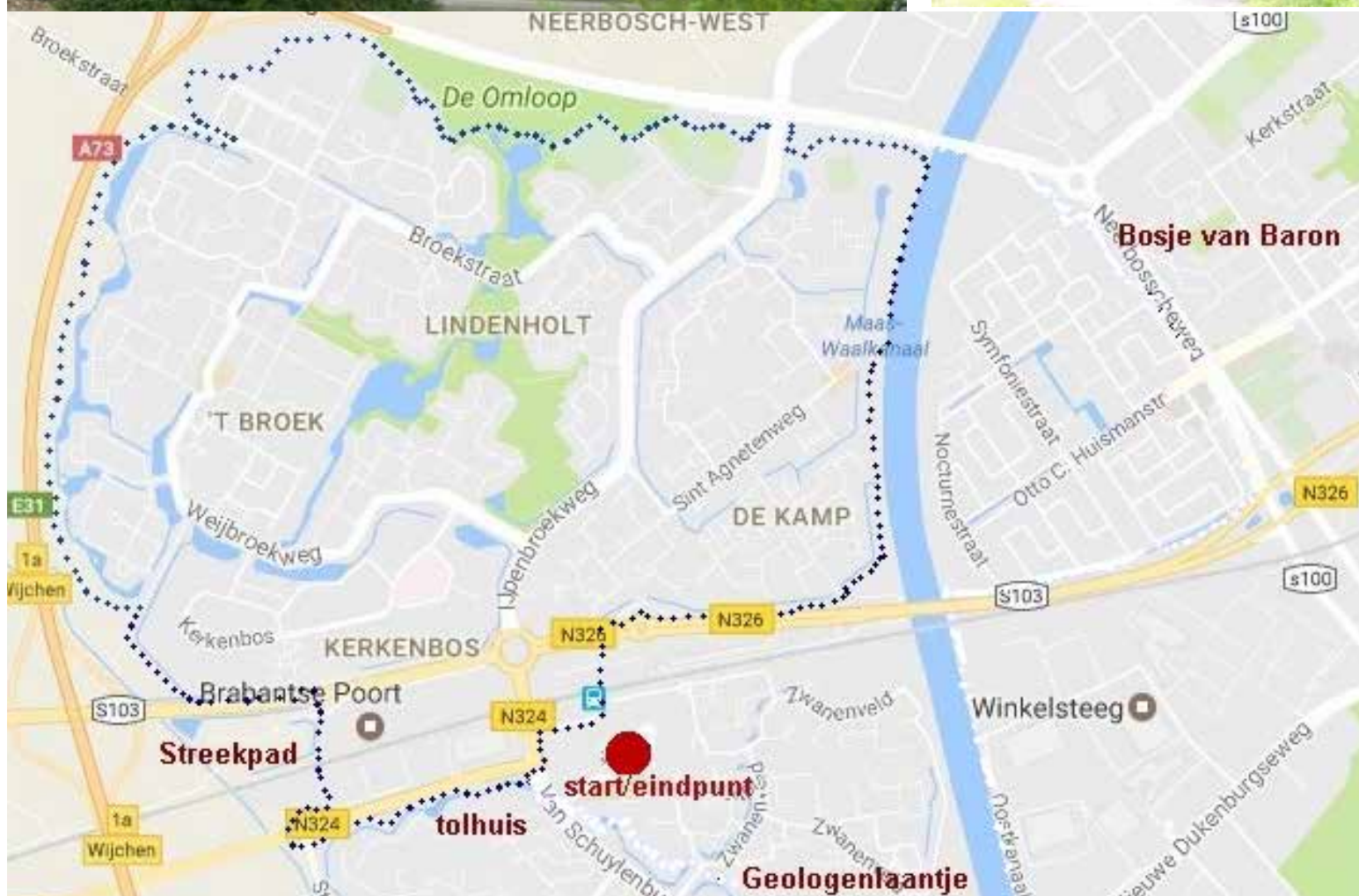
Wil je reageren of heb je een vraag? Neem dan contact op via <http://bit.ly/struincontact>



**Startpunt: trappen winkelcentrum 'Dukenburg**



## Langs trappen naar beekdal



# ROUTEBSCHRIJVING

Met rug naar trappen winkelcentrum Dukenburg RD: straat oversteken. Overkant RD: voetpad langs busstation (LI) door spoortunnel 'Brabantse Poort'.

Bij kruisende Wijchenseweg RD: steek met verkeerslichten fietspaden en wegdelen over.

Overkant RA: voetpad Wijchenseweg. Bij rotonde RD: steek kruisende dwarsweg en fietspaden over. Overkant RD: voetpad omhoog.

Net tegenover Mac Donalds (overkant) LA: door opening in groene wand. Trappen omlaag.

Beneden RD: weg oversteken. Overkant LA: voetpad. Meteen RA: pad tussen sloot (LI) en flat (RE).

Bij bocht in sloot op 3 LA: paadje langs sloot. Meteen op 3 RA. Direct daarna op 3 LA: paadje door gras. Daarna RD: langs deksel bij sloot. Op 4 RD: steek kruisend voetpad over.

Overkant RD: paadje langs volkstuinten. Op 3 RA: paadje door gras. Na BO LI op 4 RD: steek fietspad over. Overkant RD: paadje langs kanaal.

Einde paadje op 4 RD: steek fietspad over, net vóór viaduct aan kanaal.

Overkant RD: voetpad naar trappen. Vóór trappen RD: paadje bosje in. Volg paadje (RE) langs sloot. Na BO LI op einde omhoog. Op T RA: voetpad langs fietspad. Boven op T RA: voetpad.

Volgende T LA: voetpad omlaag. Op 3 RD: door tunnel. Op 3 LA: fietspad. Meteen daarna op 3 RA: fietspad.

Volg rode fietspad. Bij ingang 'Paintball Centrum Nijmegen' (RE) op 4 RD: rood fietspad.

Maak BO RE en BO LI. Achter brug LA: paadje langs groene haag. Op 4 RA: asfaltpaadje.

Na bruggetje op 3 LA: asfaltpaadje en dan over vlinder. Op T LA: rood fietspad. Vóór brug op 3 RA: paadje langs sloot.

Op 3 RA: asfaltpaadje. Einde op 3 RA: rood fietspad.

Na 2 meter op T RA: fietspad. Meteen LA: paadje tussen haag (LI) en sloot (RE).

Op 3 RA: asfaltpaadje. Op T RA: paadje langs huizen (LI).

Op 3 RD: langs huizen (LI). Einde T RA: voetpad.

Einde straat RD: asfalt wandelpad. Na BO LI steeds RD. Na ijzeren hekken BO LI.

Dan RD: klinkerweg.

Bij huisnummer 158 RA: steek Broekstraat en fietspaden over.

Overkant RA: voetpad tussen paaltjes door. Langs water (LI) en bosjes (RE).

Op 3 LI: pad langs water (LI) en autoweg A73 (RE).

Negeer van links 3 zijpaden met brug. Na BO LI langs slagboom.

Op T RA: fietspad door 'Smallesteeg'.

Tegenover volkstuinten op 3 LA: fietspad 'Theo Blankenaauwpad'. Einde: bruggetje over.

Op T LA: rood fietspad langs drukke Wychenseweg (RE) en water (LI).

In de bocht naar links RA: fietspad naar verkeerslichten. Steek 'Wychenseweg' (N326) over. Overkant RD: voetpad.

Na enkele meters op 4 RD: rode fietspad 'Streekpad'. Op 3 RD: voetpad.

Na tunnel onder spoorlijn BO RE langs Praxis. Na BO LI RD: naar voetgangerslichten. Steek 'van Rosenbergweg' over.

Overkant RD: voetpad. Op 4 LA: steek 'Streekweg' over. Overkant RD: doodlopende 'van Rosenbergweg'.

Meteen daarna op 3 RD: zo loop je 'Nijmegen' weer in.

Bij het einde van het water RA: paadje omhoog vóór huis. Op T LA: 'Teersdijk' langs vroegere tolhuis (LI). Op T LA: voetpad langs verkeersweg.

Bij voetgangerslichten RA: steek straat en fietspaden over richting winkelcentrum 'Dukenburg'. Overkant LA: voetpad.

Maak BO RE om gebouw. Je komt weer bij de trappen (RE) van winkelcentrum 'Dukenburg' met busstation (LI). Je bent terug bij het begin.



Mooie boomlaan naar A73



Groene gordel langs de A73



Combinatie wonen, water en natuur



Tussen de hagen verder



Langs de groene grens Lindenholt



Eigen schaapskudde 'Lindenholt'

# Volop beweging tijdens de Nationale Sportweek

Van 18 tot en met 27 september vond de Nationale Sportweek weer plaats en natuurlijk waren er ook diverse activiteiten in Lindenholt. De buurtsportcoaches doen graag een kleine terugblik.

## Sportverenigingen en loopgroepen

Op vrijdag 18, zaterdag 19 en dinsdag 22 september konden alle inwoners uit Lindenholt kennis komen maken met de sportverenigingen uit de wijk: roller derby club Roadkill Rollers, tafeltennisvereniging DVS, Korfbalvereniging de Hazenkamp, voetbalclub SCE, tennisvereniging Lindenholt, basketbalvereniging Wildcats, judovereniging Dukenburg en badmintonclub Lindenholt. Iedere vereniging zette de deuren open en gaf de mogelijkheid om kennis te komen maken met de club en de sport. Op iedere locatie stond iemand van de vereniging samen met één van de buurtsportcoaches klaar en waren leuke activiteiten te doen.



Ook waren alle volwassenen gedurende de week welkom om mee te wandelen met de wandelgroepjes uit de wijk (maandagochtend en –middag, dinsdagochtend en –avond en donderdagochtend) of om aan te sluiten bij de hardloopgroep Lindenholt Loopt op dinsdagavond. Mooi om te zien dat de huidige leden veel sportplezier hadden en meerdere (nog) niet-leden kennis kwamen maken. Trots op alle clubs en groepen voor hun inzet!

## Scholen

Kinderen zitten veel stil, terwijl bewegen juist zo belangrijk is. Wat was het super om te zien dat zo veel scholen in de wijk dit jaar mee wilden doen met de 10@10 challenge. Op de woensdag bewogen veel leerlingen om 10.00 uur gedurende 10 minuten via een livestream mee met diverse topsporters, waaronder Rico Verhoeven.



Complimenten voor de inspanningen van de scholen en alle meesters en juffen die het er helemaal warm van kregen. Ook kregen de kinderen op school de 'Sjors Sportief boekjes' uitgereikt, waarmee ze in de komende periode –veelal gratis- diverse sportieve activiteiten kunnen gaan uitproberen.

Meer informatie? Kijk op: <https://sjorssportief.nl>

## Start onbeperkt (wijk)sporten 18+

Op dinsdag 22 september startte een nieuwe groep in Sporthal de Meijhorst, met deelnemers uit zowel Lindenholt als Dukenburg. Speciaal voor mensen van 18 jaar en ouder die het lastig vinden om aansluiting te vinden bij een sportvereniging. In samenwerking met 7 verschillende organisaties uit de wijken is de groep samengesteld; Driekracht, Driestroom, Unik, Pluryn, Dichterbij, Pro Persona, RIBW en Uniek Sporten.

Vanaf nu gaan de deelnemers wekelijks kennismaken met verschillende sportactiviteiten en daarnaast is er ook volop ruimte om andere inwoners te ontmoeten. Wat een enthousiasme zagen we tijdens die eerste les!

## Wijksporten

Tijdens de Nationale Sportweek konden kinderen ook meedoen aan het wijksporten. Bij deze gratis sportles leren kinderen van een sportdocent verschillende sporten kennen. Op deze manier kunnen kinderen in een veilige bewegingsomgeving zichzelf ontwikkelen en samen met andere kinderen uit de wijk op zoek gaan naar een sport die ze leuk vinden.

Heb je niet meegedaan?

Ook na de Nationale Sportweek gaat wijksport door; neem even contact op met buurtsportcoaches voor actuele dagen en tijden.

## Beweegadvies

Op meerdere momenten tijdens de Nationale Sportweek waren de buurtsportcoaches in de wijk voor beweegadviesgesprekken. Of je nu op zoek bent naar een passende sport- of beweegactiviteit, twijfelt of een sport bij je past of graag een persoonlijk advies wil hebben over welke beweegactiviteiten er bij jou in de buurt zijn? Overal kan de buurtsportcoach je bij helpen, ook buiten de Nationale Sportweek om.

Vragen naar aanleiding van bovenstaande activiteiten, zelf leuke ideeën voor sport en bewegen in de wijk, meedoen aan wijksport of een afspraak maken voor een beweegadviesgesprek?

Neem gerust contact op met een van de buurtsportcoaches via [lindholtspart@nijmegen.nl](mailto:lindholtspart@nijmegen.nl) of bel met buurtsportcoach Janneke via 06-50154104.

Tekst Janneke Verwoert

Foto's: Lindenhoeve / buurtsportcoaches

**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](mailto:fysio@wgclindholt.nl)

**Wijkgezondheidscentrum Lindenholt**

# 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](mailto: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](http://www.orthodukenburg.nl)

024 3440837

## ADVOCATENKANTOOR BOS

*mr. B.F.M. Bos*

*advocaat & belastingkundige sinds 1983*

Zwanenveld 9080

6538 SC Nijmegen

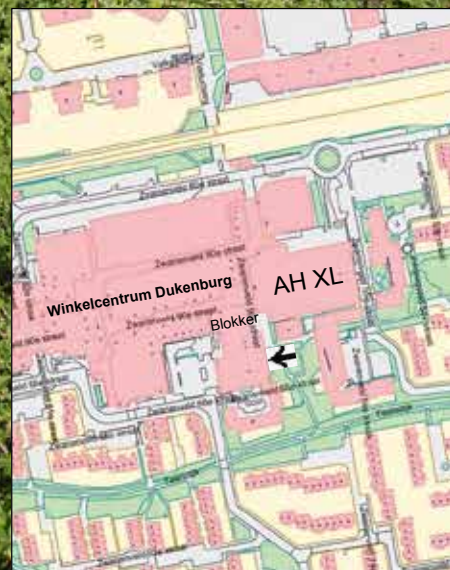
024-3451144

[advocatenkantoorbos@planet.nl](mailto: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



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!

### VEILIGHEID VOOROP!

We werken strikt volgens de richtlijnen van de *Commissie Leidraad Mondzorg Corona*.



**OOK  
OP ZATERDAG  
& 3 AVONDEN  
PER WEEK  
GEOPEND!**

**Uw Mond, Onze Zorg!**  
**MONDZORG024**

#### 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

**de Notenhout**  
**WINKELCENTRUM**

Symfoniestraat, Nijmegen  
Groot EIGEN parkeerterrein waar u **ALTIJD GRATIS** KUNT PARKEREN

**Relaxed winkelen**  
in Neerbosch-oost.  
Net aan de overkant van het kanaal.  
Uitgebreid aanbod van zaken onder één dak.

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

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

# MARCTHON 2020



Marc Hekker

**A**ls alle wedstrijden worden afgelast, dan organiseer je er zelf één. Zo vond onder de noemer "Marcthon 2020" op zondag 23 augustus de eerste marathon van Nijmegen plaats: Een privé marathon toegankelijk voor ervaren lopers.

Met uitstekend marathon weer werd om 08:00 uur voor de eerste keer de bel geluid voor de eerste loper. Met een tussen pauzes van 5 minuten startte steeds de volgende loper.

Uiteindelijk luide om 08:40 de bel voor de volgende loper. Elke loper volgde de uitdagende route via zijn eigen sporthorloge.



## Parcours

Na de start in de Lindenholt volgde Nijmegen West en werd het Westerpark doorkruist. Met het oversteken van de Waal kwam het eerst rustpunt langs de nevengeul.

Na een klein stukje dijk richting Bemmelen werd de Waalbrug over gestoken om hierna via de Voerweg naar beneden de Ooijpoort over de Ooij in. Nu volgde het langstuk langs de dijk naar Ooij waar na bij Oortjeshekken het tweede rustpunt was.

Vervolgens werd er door gerend naar Ubbergen om via een slopende Van Randwijkweg en Hogeweg bij nabij hotel Erica het derde rustpunt te vinden. De laatste 10 km gingen via het bos naar Heilige landstichting. Daarna



in een bijna recht lijn naar de Goffert waar de laatste hielenbijter lag te wachten. Via de lange Nieuwe Dukenburgseweg liep het parcours weer terug naar de finish in de Lindenholt.



## Vorbereiding

Met de voorbereiding is niet over ijs van één nacht gegaan. De route was digitaal uitgezet en is daarna nog diverse malen gecontroleerd door lopen en fietsen, zodat er op de dag zelf geen verrassingen waren. Op de dag zelf is één deelnemer uitgestapt bij 20 kilometer en is er helaas ook één hard ten val gekomen na het 30 km rustpunt.

Hieronder wat reacties van een aantal deelnemers.

**D**e wekker ging vanochtend te vroeg voor de zondag. Er stond een lange duurloop op de agenda; de Marcthon 2020. Een kleinschalig Coronaproof hardloop evenement. Eerste 10 km gingen als een tierelier, van 10 naar 20 ging ook erg lekker en van 20 naar 30 ook erg goed. Had nog nooit meer als 30 km op het asfalt gelopen, was benieuwd wat mijn lichaam zou doen. Op het asfalt lopen is zoveel anders dan trail- en obstacle marathons. Tot 30 km lag ik op schema om mijn doel te halen; finishen onder de 4 uur. Maar vanaf km 38 was de jus ervan af. En was ik blij dat het stoplicht op rood stond dat betekende iets meer tijd om te rusten. Met de laatste 2 km in zicht was ik er bijna. In een tijd van 4 uur en 6 minuten gefinisht. Doel niet gehaald, maar toch super blij. Volgens mij ben ik klaar voor mijn volgend doel dit jaar op 12 september; Ultraks (54 km). Iedereen bedankt voor de organisatie van de Marcthon.

De verzorging was goed geregeld, de start en de finish en Run2Day Nijmegen bedankt voor

de goodiebag The Running Monkey, Crossfit-waalffront.

**G**enoten van de prachtige Marcthon afgelopen zondag. Ideaal weer en super georganiseerd door Marc en zijn hulptroepen. Lekker ontspannen gelopen in 3:45 uur (met dank ook aan de verzorgingscrew voor alle support op de route.

**I**k heb genoten van deze bijzondere wedstrijd. Bedankt Marc voor de perfecte organisatie, de crew bij de verzorgingsposten en ook alle lopers voor deze leuke ochtend.

**B**lessure; M'n lichaam is met name aan de rechterkant flink gebutst als gevolg van de val, maar ik heb net 11km hardgelopen en dat was te doen. Gevallen bij de 30 kilometer, bloed op handen en elle boog. Met auto naar de finish gebracht

Marc: 'Door het enthousiasme van de lopers ervaar ik dit als een succes en staat de 1/2 Marcthon in de planning voor de 3de week van december. Deze zal toegankelijk zijn voor maximaal 20 ervaren lopers. Voel je vrij om contact met mij op te nemen. Marchekker@gmail.com'.

**Tekst: Gerard van Bruggen en Marc Hekker**  
**Foto's: Gerard van Bruggen en alle enthousiaste lopers, vrijwilligers en een andere groep enthousiaste hardlopers die onderweg toevallig hun cooling down deden.**





# Nieuws van SCE

In de rubriek SCE willen we dit maal stilstaan bij het fenomeen scheidsrechter; immers zonder scheidsrechter geen wedstrijd.

We spraken met Hoofd Scheidsrechter SCE Karel Creemers, 57 jaar en al dertien jaar bij SCE als leider, grensrechter en na het behalen van het diploma scheidsrechter nu dus Hoofd Scheidsrechter, en met Stijn Sluijman, 19 jaar en student met een tussenjaar.

Vooraf aan het dubbelinterview zag ik beide heren tegelijkertijd een wedstrijd van de JO17 fluiten. Het ging ze goed af; de wedstrijd leende zich niet voor escalaties.

## Wat is er leuk aan om scheidsrechter te zijn?

Stijn: "Nou ja, ik hou van leidinggeven, ben goed in de spelregels en mijn vader (Eric Sluijman redactie) is mijn goede voorbeeld. Inmiddels heb ik zo'n 15 wedstrijden geleid van jongens en meisjes van 12 tot en met 17 jaar. Ik vind het best leuk".

Karel: "Ik vind het spelletje zo leuk maar als je op een gegeven moment niet meer actief kan meedoen, dan ga je een andere rol vervullen".

## Wat is minder leuk?

Beiden: "Er is wel eens geen respect voor de scheidsrechter en er is het voortdurende commentaar van zowel toeschouwers als ook van trainers die eigenlijk de regels niet goed kennen.

De regels veranderen regelmatig.



Karel Creemers

Misschien wel te vaak. Nu is de handsbalregel weer veranderd. Niemand die dat weet, laat staan dat men weet wat de nieuwe regel inhoudt.

Het grote discussiepunt blijft de buitenspelregel.

Op de TV is bijna niet te zien dus laat staan in het amateurvoetbal".

Karel: "Ik overweeg aan het begin van het jaar voor alle leiders een spelregelavond te organiseren opdat iedereen weet wat de regels en of veranderingen zijn".

Stijn: "Overigens moeten alle spelers in de JO17 een verplichte online pittige cursus van de KNVB doen. Als je niet slaagt mag je niet meer meedoen aan wedstrijden".

## Wat voor een type scheidsrechter zijn jullie?

Stijn: "Ik wil dat er lekker gevoetbald wordt en ga niet voor elk wissel fluiten. Maar als het te gortig wordt dan grijp ik in".

Karel: "Daar sluit ik mij bij aan maar ik zit er wel meteen op om de toon te zetten".

## Waar ligt jullie grens ten aanzien van commentaar?

Stijn: "Als er scheldwoorden worden geroepen. Dan krijgt diegene een waarschuwing en als het doorgaat wordt deze speler of leider verwijderd. Dat kan ook een toeschouwer zijn".

## Is het wel eens uit de hand gelopen?

Stijn: "Bij een wedstrijd van meisjes van 15 jaar scoorde Quick 7 – 6 en wil SCE vervolgens niet aftrappen. Voordat ik het wist was er een kluwen van wel tien vechtende meisjes.

Ik heb de wedstrijd meteen gestaakt, maar daar overigens geen melding van gedaan".

Karel: "Ik denk dat iedere scheidsrechter wel eens een dergelijke wedstrijd heeft. Mijn dieptepunt was dat ik iemand een rode kaart gaf en dat deze speler terwijl hij van het veld afliep iemand nog een vuistslag gaf.

Daar heb ik wel melding van gemaakt. In ernstige gevallen moet je soms ook persoonlijk getuigen in een zaak, bij ons is dat Wijchen".

Stijn: "Ik heb ook eens meegemaakt dat twee trainers op de vuist gingen. Toen heb ik meteen de wedstrijd gestaakt".

## Integriteit

### Zijn jullie eerlijk heren?

Immers je fluit alleen maar thuiswedstrijden dus een kleine voorkeur lijkt me dan niet vreemd. Stel het is de laatste minuut en het staat gelijk. Een speler van SCE wordt omvergeduwd in

het strafschoopgebied. Als je de strafschoop niet geeft kan iedereen dat begrijpen, maar ook als je hem wel geeft ook.



Stijn Sluijman

## Wat doen jullie?

Karel: "Ik ben altijd eerlijk. Bij twijfel geef ik de penalty niet. Ik ben altijd neutraal".

Stijn: "Als speler heb ik een enorme hekel aan thuisfluiters en dat wil ik niet overnemen. Ik ben net als Karel neutraal. Regels zijn regels".

## Conditie

Karel: "Die moet goed zijn want als je het spel goed wilt leiden, zit je kort op de bal.

Dus je loopt wat af. Ik houd mijn conditie dan ook op peil. Als ik het niet meer kan belopen dan stop ik".

Stijn: "Ik heb eens gemeten dat ik bijna 7 kilometer in een wedstrijd heb gelopen".

## Tenuue

De tijd dat de scheidsrechter de man in het zwart was, ligt ver achter ons. Tegenwoordig lopen ze er ook bij de amateurs fleurig bij. Hoe komen jullie aan jullie outfit?

Karel: "SCE stelt een tenue ter beschikking. Wil je meer moet je dat zelf kopen".

Stijn: "Ik vind het fijn om in het paars te fluiten want weinig verenigingen hebben die kleur in hun shirt".

## Wanneer is iemand niet geschikt om scheidsrechter te zijn?

Karel: "Mensen met een kort lontje of wars van



gezag moeten hiermee maar niet beginnen. Alhoewel; ik ken een goede jonge scheidsrechter die strak leidt en een prima autoriteit is, maar die toen hij onlangs nog voetbalde, continue in de clinch lag met de scheids en regelmatig werd verwijderd".

Stijn: "Je moet een persoonlijkheid zijn en autoriteit uitstralen".

#### Ga jij verder Stijn als prof?

Stijn: "Ondanks dat je er goed geld mee kan verdienen ( de scheidsrechter van de Champions Finale toucheerde € 5.000) ben ik al te oud! Wil je het ver schoppen dan moet je al op je 16e beginnen met het volgen van cursussen. Jongens van 20 jaar fluiten al belangrijke wedstrijden".

#### Slotwoord

Karel: "Tja....ook voor de scheidsrechters bij SCE geldt; we hebben er te weinig! We zijn met zijn tienden, waarvan twee jongeren zoals Stijn, maar er moeten zeker nog een paar bij."

Dus beste lezers; iedereen die van voetballen houdt en af en toe op zaterdag een wedstrijd wil fluiten, is welkom bij ons. SCE biedt je de cursus scheidsrechter aan.

Doe eens gek en neem met mij contact op.

**Tekst en foto's Silvano Orvini**

Raafat Monther



#### Gesloten circuit

Veel mensen hebben een mening over integratie door nieuwkomers, maar weinigen weten echt hoe moeilijk dit is en waardoor dat komt.

#### Wat is een integratie?

Ik denk dat integratie de weg is naar een volwaardig lidmaatschap van een nieuwe samenleving waarbij zo veel als mogelijk is, getracht wordt de omstandigheden, mensen en hun gewoontes te begrijpen en ermee om te gaan.

Waarom is dat zo moeilijk?

Misschien omdat wij die nieuwe gewoontes, cultuur en tradities in theorie geleerd hebben uit boeken. Helaas is dat beslist niet genoeg. Wanneer je als een volwaardig lid gezien wil worden in een voor jou nieuwe samenleving, is het een voorwaarde dat deze gemeenschap jou volledig accepteert in werk, vriendschap, relaties en leefwijze.

Hoe moeilijk is dit in Europa, in Nederland? Ikzelf heb ervaren dat dit vaak een lange, complexe, moeilijke en niet zelden ook zeer pijnlijke weg is die afgelegd moet worden.

De Nederlanders waar ik vaak mee te maken heb, leven duidelijk in een vrij gesloten circuit. Natuurlijk, ze hebben allemaal familie, vrienden, collega's en kennissen. In Nederland voelen de mensen zich veilig binnen dit circuit en is het vaak moeilijk voor buitenstaanders om aansluiting te vinden. Ook het verlaten van zo'n circuit gaat soms met conflicten gepaard. Wanneer zo'n buitenstaander ook nog afkomstig is vanuit een andere cultuur wordt het ineens een stuk ingewikkelder. Men doet heel beleefd, praat over algemene zaken en geeft vooral complimenten en gewenste antwoorden.

Ik zie dit niet als een slechte eigenschap, helemaal niet en ik denk dat iedereen het recht heeft om zo te reageren. Tenslotte mag je best een beetje kritisch zijn in het leren kennen van nieuwe mensen in jouw omgeving. Wanneer ken je iemand echt goed? Wat is zijn of haar achtergrond? Is zij of hij open minded, extreem fanatiek of enkel maar een meeprater? Hoe wordt er gedacht over vrijheid, liefde en meningsuiting?

Dat zijn de vragen die door het hoofd gaan van de Nederlanders wanneer zij voor het eerst in contact komen bijvoorbeeld met vluchtelingen. Deze achterdocht wordt vooral gevoed door gebrek aan kennis en angst voor het onbekende.

Het resultaat is niet zelden dat de nieuwkomer vereenzaamt met alle geestelijke en lichamelijke gezondheidsklachten tot gevolg. Ook zie je dat nieuwkomers hun eigen veilige circuit creëren in relaties en vriendschappen, uitsluitend met mensen uit hetzelfde land met dezelfde gewoontes en tradities. Het zal duidelijk zijn dat dit nooit zal leiden naar een volledige correcte integratie.

Het is echt een dilemma, ik weet dat meer dan de helft van de Syriërs aan eenzaamheid lijdt. Sommigen hebben relaties, maar die zijn erg oppervlakkig. Slechts weinigen hebben echte relaties kunnen aangaan.

Mijn boodschap aan mijn omgeving: 'Ik begrijp de angsten, maar geloof me, alleen als je een raam maakt in je gesloten circuit en je het hoofd naar buiten steekt, kun je de waarden zien van het andere en kom je er achter wat integratie is.'

## LINDENHOLT DOET

### Vaste locaties in 'Lindholt Doet' zijn

Wijkatelier Lindenholt (WAL) Zellersacker 10-03 6546 HA Nijmegen 024-37 70 098 email: info@wijkatelierlindholt.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.wijkatelierlindholt.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](mailto:debrack@nijmegen.nl) / [www2.nijmegen.nl/content/1016241/wijkcentrum\\_de\\_brack](http://www2.nijmegen.nl/content/1016241/wijkcentrum_de_brack)

De Hazekamp Gymsports  
Postbus 31075 6503 CB Nijmegen 06-16 68 66 91 <https://hazekamp.nl>

Bloemschikken De Vlinderbloem  
Locatie Horstacker 1451 Wilma Becker.  
[www.workshopbloemschikkendevlinderbloem.nl](http://www.workshopbloemschikkendevlinderbloem.nl)  
06 24199613

Vincentius huis Loc. Voorstenkamp 1919 De Voorstenpunt [info@vincentiusnijmegen.nl](mailto:info@vincentiusnijmegen.nl)

De Broederij Nieuwstadweg 37 Nijmegen Tel: 06 45 17 05 61 [www.debroederij.nl](http://www.debroederij.nl). of op facebook. [info@debroederij.nl](mailto:info@debroederij.nl)



# Lindholt Doet

Door regeringsmaatregelen die soms versoepeld worden of weer opnieuw toegepast, zijn de hieronder genoemde activiteiten onder voorbehoud.

Voor de actuele informatie kijk op de website van betreffende deelnemer.

### Educatie

Cursus organisatie De Inloop  
Nadere informatie welke cursus wel door gaat zie website <https://www.deinloop.nl>

### Sport & bewegen

Judo Vereniging Dukenburg  
Judo voor iedereen vanaf 4 jaar  
Sportzaal Leuvenbroek (bij de Montessori basisschool)  
Maandag: 18:30 - 19:30 uur 9 - 12 jaar  
19:30 - 20:30 uur 12 jaar en ouder  
Donderdag: 18:15 - 19:15 uur 4 - 8 jaar  
19:15 - 20:15 uur 9 - 12 jaar  
20:15 - 21:15 uur 12 jaar en ouder  
Voor meer informatie: 0651193364 / 0243779369 / 0652684780  
Email: [voorzitterjvd@gmail.com](mailto:voorzitterjvd@gmail.com)

### Diverse activiteiten

#### Wijkcentrum De Brack

Over activiteiten en reservering kunt u contact opnemen met het beheer telefoon 024-3775784 en per e-mail [debrack@nijmegen.nl](mailto:debrack@nijmegen.nl)

## SAMEN VOORUIT

Op donderdagochtend 15 oktober is er van 09.30 uur tot 10.30 uur bij de Vincentius Vereniging Horstacker 14- 51 een informatiebijeenkomst over Samen Vooruit.

Kom je ook?

We vertellen je dan graag meer over Samen Vooruit; een reeks van 10 bijeenkomsten van een uurtje met koffie/thee waarin we onderwerpen bespreken die te maken hebben met leefstijl en gezondheid. Vanaf 29 november komen we (eenmaal per 2 weken) samen op de donderdagochtend van 9.30 tot 10.30 uur in het pand van Vincentius naast het Wijk Gezondheidscentrum Lindenholt.



De onderwerpen zijn bijvoorbeeld: gezonde voeding voor weinig geld, balans vinden tussen ontspanning en spanning, makkelijker contact maken met mensen die je (nog) niet kent, ongezonde verleidingen weerstaan, omgaan met negatieve invloeden, budgettips, je eigen keuzes maken, bewegen, blessures voorkomen en meer over gezondheid en vitaliteit.

Zo helpen we elkaar vooruit om lichamelijk, geestelijk én financieel fitter te worden. Iedereen is van harte welkom. Kom je ook? Top!

Laat het ons wel even weten aub: stuur een mail naar [vincentiusvitaal@gmail.com](mailto:vincentiusvitaal@gmail.com) of kom vooraf langs bij Vincentius Horstacker 14-51 en vraag naar Linda of Anette

## Naschools aanbod Lindenholt 2020/2021 georganiseerd door: Bindkracht10 – Sportontwikkeling Lindenholt

|                | <b>Maandag</b>                                                   | <b>Dinsdag</b>                             | <b>Woensdag</b>                                         | <b>Donderdag</b>                                                 | <b>Vrijdag</b>                         | <b>Zaterdag</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Zondag</b>                  |
|----------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| Activiteit     | <b>Activiteitenplein Interacker</b>                              | <b>Activiteitenplein Interacker</b>        | <b>Meidenclub</b>                                       | <b>Ambulant kinderwerk</b>                                       | <b>Futsal Chabbab</b>                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Inloopavond Sprok</b>       |
| Leeftijd       | Groep 1 & 2                                                      | Groep 3, 4 & 5                             | Groep 6, 7 & 8                                          | Basisschool                                                      | 8-11 jaar                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 13+                            |
| Locatie        | Wijkatelier AP Ruimte (zellersacker 10-03)                       | Wijkatelier AP Ruimte (zellersacker 10-03) | Wijkatelier (zellersacker 10-03)                        | In de wijk Lindenholt, op straat                                 | Sporthal Gildekamp                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | JC de Sprok Weteringsweg 51    |
| Tijd           | 15:00 – 16:30                                                    | 15:00 – 17:00                              | 13:00 – 14:30                                           | Na 14.00                                                         | 16:00-17:00                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 20:00-22:00                    |
| Aanmelden      | Ja, per blok (om de 6 weken)                                     | Ja, per blok (om de 6 weken)               | Nee, open inloop                                        | Nee                                                              | Aanmelden (mag 2x gratis proefdraaien) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Nee, open inloop               |
| Kosten         | Eenmalig €2,50 (voor 6 x meedoen)                                | Eenmalig €2,50 (voor 6 x meedoen)          | Gratis                                                  | Gratis                                                           | €0,50                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Gratis                         |
| Contactpersoon | Lisanne Welvaarts 06-12282015                                    | Lisanne Welvaarts 06-12282015              | Anouk Menlibar                                          | Lisanne Welvaarts 06-12282015                                    | Tobias van Keulen 06-30509286          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Boubaker Bouchalga 06-51718500 |
| Activiteit     | <b>Wijksport</b>                                                 | <b>Futsal Chabbab</b>                      | <b>Kidsclub Sprok</b>                                   | <b>Wijksport</b>                                                 | <b>Futsal Chabbab</b>                  |  <p><b>Even voorstellen;</b><br/>Ik ben Tobias van Keulen, 23 jaar oud en sinds augustus actief als jongerenwerker in de wijk Lindenholt samen met Mike en Boubaker.</p> <p>Voor sommige al bekend. Op maandag ben ik actief met de jeugdraad om activiteiten te organiseren voor jongeren in de wijk. Dinsdag en donderdagavond open ik het jongerencentrum de Sprok (13+). Op dinsdag en vrijdag verzorg ik in samenwerking met Futsal Chabbab zaalvoetbal in de wijk voor jongens en meiden. Ook zal ik van start gaan met welzijn op recept voor jongeren. Zelf ben ik in een geboren en getogen Nijmegenaar. Ik heb hier altijd gewoond, op school gezeten, gestudeerd en een balletje getrapt. Lindenholt is voor mij nog nieuw terrein maar daar zal snel verandering in komen. Heb je vragen, een leuk idee, wil je iets delen of gewoon kennis maken dan kan dat altijd!</p> <p><b>tobias.vankeulen@bindkracht10.nl / 0630509286</b><br/>Tot snel.</p> |                                |
| Leeftijd       | Groep 3, 4 & 5                                                   | 8-11 jaar                                  | Groep 6,7 & 8                                           | Groep 3, 4 & 5                                                   | 12-14 jaar                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Locatie        | Veldje gymzaal Gildekamp                                         | Sporthal Horstacker                        | JC de Sprok Weteringsweg 51                             | Cruyfcourt zellersacker                                          | Sporthal Gildekamp                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Tijd           | 14:45 – 15:30                                                    | 16:00-17:00                                | 15:00 – 17:00                                           | 14:45 – 16.30                                                    | 17:00-18:00                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Aanmelden      | Nee, open inloop (eenmalig aanmeldformulier ter plekke invullen) | Aanmelden (mag 2x gratis proefdraaien)     | Nee, open inloop                                        | Nee, open inloop (eenmalig aanmeldformulier ter plekke invullen) | Aanmelden (mag 2x gratis proefdraaien) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Kosten         | Gratis                                                           | €0,50 per keer                             | Gratis                                                  | Gratis                                                           | €0,50 per keer                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Contactpersoon | Merel van Deijnen 06-50057137                                    | Tobias van Keulen 06-30509286              | Mike Adema 06-14270352<br>Lisanne Welvaarts 06-12282015 | Merel van Deijnen 06-50057137                                    | Tobias van Keulen 06-30509286          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Activiteit     | <b>Wijksport</b>                                                 | <b>Futsal 4 Girls</b>                      |                                                         | <b>Inloopavond Sprok</b>                                         |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Leeftijd       | Groep 6, 7 & 8                                                   | 8-12 jaar                                  |                                                         | 13+                                                              |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Locatie        | Sportzaal de Gildekamp                                           | Sporthal Gildekamp                         |                                                         | JC de Sprok Weteringsweg 51                                      |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Tijd           | 15:45 – 16:30                                                    | 18:00-19:00                                |                                                         | 20:00-22:00                                                      |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Aanmelden      | Nee, open inloop (eenmalig aanmeldformulier ter plekke invullen) | Aanmelden (mag 2x gratis proefdraaien)     |                                                         | Nee, open inloop                                                 |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Kosten         |                                                                  | €0,50 per keer                             |                                                         | Gratis                                                           |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Contactpersoon | Merel van Deijnen 06-50057137                                    | Tobias van Keulen 06-30509286              |                                                         | Tobias van Keulen 06-30509286                                    |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Activiteit     | <b>Jeugdraad</b>                                                 | <b>Inloopavond Sprok</b>                   |                                                         |                                                                  |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Leeftijd       | Middelbare school                                                | 13+                                        |                                                         |                                                                  |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Locatie        |                                                                  | JC de Sprok Weteringsweg 51                |                                                         |                                                                  |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Tijd           | 16:00-17:00                                                      | 20:00-22:00                                |                                                         |                                                                  |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Aanmelden      | Nee, open inloop                                                 | Nee, open inloop                           |                                                         |                                                                  |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Kosten         | Gratis                                                           | Gratis                                     |                                                         |                                                                  |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
| Contactpersoon | Tobias van Keulen 0630509286                                     | Tobias van Keulen 0630509286               |                                                         |                                                                  |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |



Gildekamp 60-18

024-3787936

Info@exercisebodyandmind.nl

## DE VACU-STEP

De vetverbrander voor billen, buik en benen.

Nu ook in combinatie met een loopband ipv step!

Take care of your  
Body. It's the only  
Place you have to  
Live in!!!



Wij draaien deze zomer  
gewoon door.  
'S avonds geopend!

## Fysiotherapie

Wijkgezondheidscentrum Lindenholt

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

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



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



Wijkgezondheidscentrum  
**Lindholt**

**Doe de gratis hoortest**

**Twijfelt u over uw gehoor?**




**Schippers optiek**  
Opticien & Audicien  
Per 9-7-2020  
Julianaplein 142,  
6641 CT Beuningen.  
[www.schippersoptiek.nl](http://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](mailto:agvankempen@gmail.com)

Bel of mail gerust voor een passende oplossing.



## VOORAANKONDIGING

De buurtband  
Remember komt  
weer spelen in het  
Wijkatelier  
Lindholt



**Op zaterdag 24 en zondag 25 oktober zullen zij hun geluid weer laten horen.**

I.v.m. het coronavirus kan het tijdstip pas later worden bepaald.



### Gevraagd: 'Bezorgmelders' wijkblad Lindenholt Leeft.

De bezorging van ons wijkblad werd in het verleden gedaan door een professionele verspreider. Vanwege de vele klachten die binnenkwamen is daar door de redactie verandering in aangebracht. Na een oproep in ons blad is er met veel enthousiasme een groep van bezorgers uit ons eigen stadsdeel bereid gevonden om de bezorging op zich te nemen. Veel scholieren zien de verdiensten zes keer per jaar als een welkomme aanvulling op hun zakgeld of bijdrage aan aflossing van studiekosten. Helaas gaat het dan toch nog wel eens mis en bereiken ons berichten dat er opnieuw geen wijkblad is ontvangen of dat er stapels bladen worden gevonden op plaatsen waar dat niet hoort.

De redactie is op zoek naar bewoners die 6 x per jaar een melding willen doen via een WhatsAppgroep wanneer het blad is bezorgd, of niet. Wanneer er in iedere wijk een klein aantal bewoners bereid wordt gevonden dit te willen doen zal dit al snel inzicht geven in de kwaliteit van de bezorging waarna spoedig de nodige maatregelen genomen kunnen worden.

Meld u aan bij Dennis:

WhatsApp 06 17484394

mail: [Dengroen1974@gmail.com](mailto:Dengroen1974@gmail.com)

en u krijgt van hem een reactie.

Veel dank, Redactie Lindenholt Leeft

# 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](mailto:info@thuiszorgmoc.nl)  
**Wijkcentrum De Kampenaar**  
Zwanenstraat 1a 6545 AX  
Nijmegen

024-6756760 / Info: [www.thuiszorgmoc.nl](http://www.thuiszorgmoc.nl)



## Fysiotherapie houdt u in beweging!



**024-3780991**

Fysiotherapie Lindenholt – Ruikes & de Muijnck

*Wij hebben onder meer de volgende specialisaties:*

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

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

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

**Fysiotherapie Lindenholt  
Ruikes & de Muijnck**  
[www.fysiotherapielindholt.nl](http://www.fysiotherapielindholt.nl)  
[fysiotherapie@mc-onderdelinde.nl](mailto: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!

De redactie daagt iedere buurtgenoot uit om foto's op te sturen die iets vertellen over Lindenholt. Minimaal 1 MB en graag vergezeld van een korte omschrijving: [redactielindholtleeft@gmail.com](mailto:redactielindholtleeft@gmail.com) of [gerardvanbruggen45@gmail.com](mailto:gerardvanbruggen45@gmail.com)



Piet Pikel; Frankrijk of???????



Anouk Venbrux



Carola Berenbroek; vroege ochtenwandeling



Carola Berenbroek



Marga van Laarschot Ommetje\_Lindholt\_Oost



Anouk Venbrux

# ZONNEPANELENPROJECT LINDENHOLT

Waarom kiezen voor Zonnig Lindenholt:

- ☀️ Eigen **montageploeg**
- ☀️ Wij regelen alles van **A tot Z**
- ☀️ al meer dan **50 jaar** het vertrouwde adres, nu ook voor uw zonnepanelen
- ☀️ **Gratis** monitorenAPP
- ☀️ "Korte lijntjes"
- ☀️ **Scherpe** prijs
- ☀️ Binnen 2-6 weken kan er geplaatst worden

**Fam. Gooijer Tiddens:** ★★★★★

"Snelle communicatie, goede service, kundig/weten waar ze het over hebben. Aanrader!"



Kom langs in  
onze winkel  
en laat u  
vrijblijvend  
informer



nu met **GRATIS** monitorenAPP

# ACTIE

## x10

ZONNEPANELEN

(320wp) x 10st.  
JAsolarPANEEL,  
inclusief:  
omvormer SOLIS  
montage,  
10jr garantie,  
van 3950,-

# 3300,-

EXCL. 21% BTW



zonnig lindenholt, st. Agnetenweg 74, Nijmegen.

info@zonniglindenholt.nl Telefoon 024-3777662

onderdeel van Roel maartense tuinen & tuincentrumlindenholt