

Lindenholt Leeft

Info-magazine voor alle inwoners van Lindenholt - 4^e jaargang nummer 3 - juni 2013

De Voorstenkamp straat van de week



**En verder: Koninginnedag - Els ten Hullscher - Dag van Lindenholt
De Sprok - Tv Lindenholt - 8 vragen over Lindenholt - Jambo Africa**

Colofon

Lindholt Leeft is een onafhankelijk magazine voor het stadsdeel Lindenholt. Het verschijnt zes keer per jaar. Het blad wordt gratis verspreid.

Lindholt Leeft is mede mogelijk gemaakt door de gemeente Nijmegen. Er is een bijdrage verkregen uit het 'budget wijkactiviteiten/bewonersinitiatieven van de gemeente Nijmegen en het Rijk'

Adres

Heeskesacker 1203
6546 JD Nijmegen
Telefoon: 06 51 17 12 17
E-mail: info@lindholtleeft.nl
Internet: www.lindholtleeft.nl

Redactie

René van Berlo (hoofdredacteur)
Gerard van Bruggen
Maartje Hakstege
Robin Josso
Victoria Lammerinks-Montis
Theo Vermeer

Tekstadviezen en -correcties

Ingeborg Hakstege

Foto's

Peter de Jong (www.3pfotografie.nl)
Jacqueline van den Boom
(www.jvandenboom.com) en anderen

Vormgeving

Gerard van Bruggen
Ton van der Wielen

Correspondenten

Gerard van Bruggen (Heeskesacker, de Meeuwse Acker), Ronald Gerrits (de Wellenkamp), Amanda Hofman (Hillekensacker), Toos Hubers (de Steekse Acker), Martin Koning (de Hoefkamp), Victoria Lammerinks-Montis (de Gildekamp), Marja van Megen (de Kluijskamp), Willem van Megen (de Kluijskamp), Patrick van Schijndel (de Steekse Acker), Anton Siedenburg (Leuvenbroek), Henk Staal (Holtgesbroek), Ellen Timmermans (Hegdambroek), Geert Willemse (de Voorstenkamp)

Drukwerk

Senefelder Misset Doetinchem
Oplage: 7500 stuks

Bezorging

Op alle adressen in Lindenholt met uitzondering van de adressen met een NEE-NEE-sticker door Axender Cuijk. Klachten over bezorging:
telefoon (0485) 31 90 50 of e-mail:
wil.rikken@axender.nl

Volgend nummer

Kopijsluiting: zondag 11 augustus 2013
Verspreiding: woensdag 4 september 2013

Foto voorpagina

Bewonersgroep de Voorstenkamp
(Foto: Dave van Brenk)



AIT steunt het jeugd sportfonds

"Alle kinderen moeten kunnen sporten". Dit is het motto van het Jeugdsportfonds. In Nederland leven ongeveer 343.000 kinderen in gezinnen op bijstandsniveau. Veel van deze kinderen kunnen niet sporten in verenigingsverband om dat er simpelweg geen geld voor is.

Het jeugdsportfonds creëert sportkansen voor kinderen tot 18 jaar die leven in gezinnen waar de financiële middelen ontbreken om lid te worden van een sportvereniging. Dankzij het Jeugdsportfonds kunnen zij hun sportdroom waar maken.

Tevens is sporten ook belangrijk voor een kind. Dit omdat sporten niet alleen gezond is maar ook een positief effect heeft op het aanleren van sociale vaardigheden. Daarnaast biedt het structuur en kan het aanvullend zijn in een opvoeding.

Daarom moet elke kind kunnen sporten!

Zeven studenten die de opleiding volgen Sport, Gezondheid en Management aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen hebben een bedrijf opgericht: AIT. Dit staat voor Ambitieuze, Innovatief en Talentvol.

In nauwe samenwerking met het Jeugdsportfonds stimuleren zij sport onder de jeugd door een bijdrage te leveren aan ouders die hiervoor niet over voldoende financiële middelen beschikken. Dit doen zij door middel van de verkoop van de Clip'm. Dit is een rechthoekig rubberen gadget dat ervoor zorgt dat uw oordopjes, usb- kabel, oplader en snoertjes niet meer in de knoop raken. U rolt het op om uw hand en klikt deze er vervolgens eenvoudig in.

De Clip'm neemt een dagelijkse irritatie weg en biedt gemak. Het is compact en gemakkelijk op te bergen in de tas of broekzak. Daarnaast ook perfect geschikt als relatiegeschenk, kleinigheidje of give- away!

De Clip'm kost slechts €3,99 waarvan €0,50 afgedragen wordt aan het Jeugdsportfonds.

Het is verkrijgbaar in diverse kleuren: zwart, rood, blauw, wit en groen. Ook biedt AIT de mogelijkheid er een logo op te drukken, wel is dit geheel voor eigen kosten.

Kijk voor meer informatie op: www.aitsc.nl

Koop de Clip'm en steun het Jeugdsportfonds.

Wilt u meer informatie of de Clip'm bestellen kijk dan op onze site www.aitsc.nl of check onze site op Facebook: [AIT verkoopt de Clip'm](#)

Heeft u nog vragen stuur gerust een E- mail naar: AITstudentcompany@yahoo.nl



In dit nummer



Jambo Africa 23



Els ten Hulscher 15



Tennisvereniging 10



Matty Bosch en Deborah Cornelissen 24



Muziek en cabaret 7



Koninginnedag 30

En verder:

Bewonersbijeenkomst in de Brack	4
Column Ingeborg Hakstege	6
Straat van de week	8
Rommelmart in de Hillekensacker	11
Column Ton de Baaij	11
Bouwdorp Lindenburgth	12
Column Qader Shafiq	13
Lindholt maakt geschiedenis	14
Open dag De Sprok	16
Dag van Lindenholt	17
Invaren van de oversteek	20
Liederentafel in Lindenholt	25
Column Bettineke van der Werf	26
Parochie Lindenholt	26
Column Wim Cousijn	27
Aanleg natuurbeleefpad	27
Pasen in De Sprok	28
Bewegen doe je samen	29
Beachvolleybal in de Voorstenkamp	29
MondZorg024	31
Open dag De Kampenaar	33
Open dag jongerencentrum Sprok	32
Agenda de Brack en de Kampenaar	37
Belangrijke nummers	39

9 april 2013 Bewonersbijeenkomst in de Brack



De maatschappij is aan het veranderen en Lindenholt dus ook. In de toekomst zullen inwoners onderling en inwoners en instellingen het meer samen met elkaar moeten gaan doen.

Ontmoeting en er voor elkaar zijn, is steeds belangrijker. Een aantal bewoners en professionals hadden daarom samen een avond georganiseerd. Samen met elkaar gingen ze het thema "Ontmoeting" verder uitwerken.

Tevens werd iedereen verzocht zich te registreren op de website www.lindenholtleeft.nl

Welkom

Om zes uur kwamen de eerste deelnemers binnen en werden ze verwelkomd met heerlijke soep en een fiks assortiment broodjes. Bij de inschrijving konden de deelnemers meteen al een of twee speciale aandachtsgebieden aan-

geven door middel van 'themakaartjes'. Tevens werd er verzocht zich te registreren op de website www.lindenholtleeft.nl. Een site waar iedereen aandacht kan vragen voor zijn of haar ideeën, ook rondom het thema Ontmoeting. De sfeer was al meteen ontspannen en ook veel nieuwe gezichten maakten hun opwachting.

Talentedmuur / Matchmakingshoek

Bij binnenkomst kon iedereen melding maken van zijn of haar specifieke talenten en/of vraag en aanbod als het ging om helpende hand. Rob Aalders van het SWON en Natasja Scholten van het Sociaal Wijkteam, zorgden voor enige coördinatie en dat alles zo volledig mogelijk werd opgeschreven.

Ontmoeting en verbindingen

Rondom een uur of zeven opende Miriam Broekmaat de avond in haar hoedanigheid als kwartiermaakster van het Sociaal Wijkteam. Op haar vraag of er iemand was in de zaal die

iets wilde zeggen over het thema ontmoeting stond iemand op. Het bleek wel een beetje geregisseerd, Gerard van Bruggen speelde een monoloog als Hans de Waard, een eenzame seniorbewoner, die hulp nodig heeft. Hij maakt de zaal duidelijk hoe belangrijk het is dat we het met elkaar gaan doen en dat we elkaar nodig hebben. Daarmee was de toon gezet voor iedereen om volop gemotiveerd aan de slag te gaan. In de zaal ontstond een gesprek over ontmoeting en wat hieronder werd verstaan.

Er bleek veel behoefte aan ontmoeting. Ter plekke ontstonden allerlei verbindingen tussen activiteiten en ideeën.



Fem Groen van het SWON coördineerde de Matchmakingsmuur



Gaby Petermann uit Dukenburg vertelde over de diverse projecten in Dukenburg

Inspiratie

Gaby Petermann, inwonster van Dukenburg, kreeg de gelegenheid om te vertellen op welke wijze in Dukenburg diverse projecten door de bewoners zelf zijn ontwikkeld onder de ti-



Miriam Broekmaat leidde op voortreffelijke wijze deze avond

tel: 'Dromen over Dukenburg'. Belangrijk was natuurlijk het verhaal hoe die projecten ook daadwerkelijk tot stand zijn gekomen dankzij het grote enthousiasme en creativiteit van een groot aantal inwoners!

Ze was trots op de Lindenholtanaren, op de opkomst en dat Lindenholt al veel leuke evenementen had waar grote groepen mensen elkaar kunnen ontmoeten; Dag van Lindenholt, Koninginnedag, intocht Sinterklaas, Kinderbouwdorp, en nog veel meer.

Dan was het tijd voor actie; Het Burgercafé. Acht tafels verspreid over de hele zaal vertegenwoordigden acht verschillende thema's

Aan de slag

Dan was het tijd voor actie; Het Burgercafé. Acht tafels verspreid over de hele zaal vertegenwoordigden zeven verschillende thema's. Deze waren: Koken & Eten, Gezondheid, Naberschap, Bewegen & Sport, Kunst & Cultuur,

Creatief en Anders, namelijk.... Er werd hard gewerkt. Ideeën, meningen en ook concrete acties werden op het 'tafelkleed' geschreven. Halverwege kon gewisseld worden van tafel. Na een uur werd door de 'tafelhoofden' verslag gedaan van het resultaat van deze brainstorm.

Ideeën

Allerlei verschillende ideeën kwamen naar voren. Een kleine greep uit de ideeën van bewoners: een SRV-wagen of een rijdende weggeefwinkel, een kookclub, kamerconcerten, een senioren theatergroep, een volleybaltoernooi voor heel Lindenholt, wandelen en fietsen met buurtbewoners, een herkenningsbordje/logo van actieve bewoners, een aantrekkelijke multifunctionele ontmoetingsruimte en tot slot voedselhulp en een speelgoedbank. Alle ideeën zijn na te lezen in het verslag van de avond op www.lindenholtleeft.nl.

Wilt u aanhaken bij een bestaand idee, kijk in het verslag welke contactpersoon u kan benaderen. Heeft u zelf een nieuw idee dat u wilt

gaan waarmaken, vertel erover op de site www.lindenholtleeft.nl. Voor vragen of tips, kunt u contact opnemen met het sociaal wijkteam, miriam.broekmaat@sociaal-wijkteam.nl

Tot slot

Het was vooral de positieve energie die deze avond zo geslaagd maakte. Het gevoel is verstevigd dat levensbestendig wonen met veel aandacht voor goed nabuurschap en algemeen welzijn voor iedereen, steeds meer een gezamenlijke verantwoordelijkheid gaat worden. Alle deelnemers wilden graag een vervolg op deze avond, zodat ze hiermee verder kunnen gaan.

Wellicht een leuke presentatie op de Dag van Lindenholt.

Als afsluiter kwam er een stuk muziek uit de speakers en zong Gerard van Bruggen een heus Lindenholtlied gebaseerd op deze fantastische avond.

Met dank aan Miriam Broekmaat, leden van het Sociaal Wijkteam en alle overige vrijwilligers.



Gerard van Bruggen besloot met het Lindenholtlied

Wordt vervolgd.

Tekst: redactie Lindenholt Leeft

Foto's: Jacqueline ten Boom / gemeente Nijmegen



Alle bewoners kregen gelegenheid hun mening te geven



Zonnebank

Het mag dan allemaal wat laat op gang komen dit jaar, de natuur heeft ons inmiddels toch voorzien van wat mooie dagen. En dan wil een mens de warme winterlappen van zich afwerpen en met blote benen genieten van de zon. Nu ben ik 'gezegend' met een intens bleek vel en heb ik pigment dat nog met geen stokslagen wakker te krijgen is. In gewoon Nederlands: ik lijd aan het bleekschetensyndroom. In hevige mate. Dus wat doe je dan? Je legt jezelf een paar keer onder de zonnebank om het bruiningsproces een handje te helpen. Kost een paar centen, maar het werkt wél. Jammer alleen, dat ik elke sessie kotsmisselijk word. Nog tijdens de bruiningsboost voel ik hoe allerlei organen in mijn buikholte zich beginnen te roeren, in paniek gaan rondtollen en daarmee mijn maaginhoud omhoog stuwten. Tot daadwerkelijk braken, ben ik nooit gekomen; daarvoor is mijn verblijf in dat hete wafelijzer te kort. Door op de terugweg alle ramen van de auto open te zetten, weet ik ook een uitgestelde eruptie van half verteerde voedingsmiddelen tot nu toe ook nog steeds te voorkomen. Mijn man en moeder snappen er allemaal niets van. Waarom zou een mens überhaupt betalen voor zon als de natuur die gratis levert? En als je er ziek van wordt, moet je wel helemaal klerewiet zijn om op zo'n bank te gaan liggen. Aangezien ik graag het laatste woord heb en er niet van houd als mensen twifelen aan mijn wijsheid, pijnig ik mijn hersenen om een goed doortimmerd argument te geven voor de lijdensweg die ik iedere lente weer vrijwillig bewandel. Inmiddels heb ik zes zonsessies achter de rug, maar een zinnig weerwoord is nog steeds niet gevonden. Dus, lieve Ben en lief mamaatje: jullie hebben gelijk, het slaat allemaal nergens op en het is volkomen bespottelijk. Dus ik stop ermee! Tijdelijk dan, want volgend jaar komt er weer een lente en denk maar niet dat ik die met bleke benen begin. Ik zal daar gek zijn!

Ingeborg Hakstege
(Foto: Peter de Jong)

Laat problemen niet opstapelen

Nieuwe openingstijden voor hulp door



KLEURRIJK IN ZORG EN WELZIJN



Linh Le, Yvette Sillessen en Tanja Nijssen bij de balie van Het Inter-lokaal Lindenholt

Bij Het Inter-lokaal aan de Zwanenstraat kunnen alle bewoners van Lindenholt terecht met hun vragen. Per 1 mei zijn de openingstijden aangepast. Voortaan kunnen bewoners op maandag en donderdag van 09:30 tot 12 uur gewoon binnenlopen met hun vragen.

Het is een druilerige maandagochtend op de locatie Lindenholt van Het Inter-lokaal. Yvette Sillessen, Tanja Nijssen en Linh Le zijn net klaar met het spreekuur. Bij het spreekuur kunnen mensen uit Lindenholt terecht met al hun vragen. Tanja: 'Mensen komen met uiteenlopende vragen, van eenvoudig, zoals het vertalen van een brief, tot schulden of dreigende huisuitzetting'.

Op maandag en donderdag van 09:30 tot 12:00 uur kunnen inwoners van Lindenholt terecht op het open spreekuur.

Door de crisis niet weten wat te doen

Tanja: 'De meeste mensen die hier komen hebben een lage sociale economische status'. Yvette: 'Maar tegenwoordig zien we ook steeds meer mensen met een hypotheek, een eigen bedrijf of zzp-ers. Mensen die eerst geen problemen hadden, maar door de crisis nu niet meer weten wat ze moeten doen'. Tanja: 'Je hoort vaak dat mensen zeggen: ik heb nooit hulp hoeven vragen. Ik zeg dan vaak dat het goed is dat ze nu komen, voordat ze nog verder in de problemen zitten'.

Geen probleem te gek

Het Inter-lokaal kan in veel gevallen ondersteuning bieden, bijvoorbeeld met een betalingsregeling, doorverwijzing naar schuldhulpverlening of een voorzieningencheck.

Tanja: 'Geen probleem is te gek en mensen hoeven zich bij ons niet te schamen voor de situatie. Als mensewn op tijd komen dan kunnen er vaak nog afspraken gemaakt worden of kunnen we ze doorverwijzen'. Yvette: 'Soms ben je ook een bemiddelaar. Mensen zijn boos over de situatie, dan kan het handig zijn als wij er tussen zitten. Zo blijft het netjes'. Tanja: 'Maar het zijn niet altijd complexe problemen, mensen komen ook met brieven die ze niet snappen of aanvraagformulieren'.

Leergeld

Linh Le is de contactpersoon voor Lindenholt van stichting Leergeld.

Linh: 'Stichting Leergeld is er voor mensen met een laag inkomen. Kinderen tot 18 jaar kunnen geld krijgen voor sport en culturele activiteiten'. Linh kan helpen bij een aanvraag. Het Inter-lokaal Lindenholt vindt u aan de Zwanenstraat 1a (Gildenkamp).

Op Maandag en donderdag van 09:30 tot 12:00 uur spreekuur. De dinsdag is gereserveerd voor overleg en afspraken. Op woensdag en vrijdag is Het Inter-lokaal Lindenholt gesloten.

Tekst en foto: Het Inter-lokaal



MUZIEK EN CABARET BIJ MONDIAL COLLEGE LINDENHOLT

Ieder jaar opnieuw laten leerlingen van het Mondial College in Lindenholt hun talenten zien in een prachtige show met muziek en cabaret. En steeds doen ze dat onder de toegewijde begeleiding van docent Quirijn van de Berk, die – net als de leerlingen - al een half jaar van tevoren begint met de voorbereidingen. Wat levert dat op? Wat stress, maar vooral veel gezelligheid!

De school bruist van de energie op de woensdagavond die Lindenholt Leeft uitkoos om te gaan kijken. Een van de deelnemers is Fayda van Raaij. Een veertien jarig meisje die met veel enthousiasme vertelt over haar optreden later die avond. Ze gaat samen met twee vriendinnen het liedje 'I will give up' van Jason Mraz zingen. Zo vlak voor het optreden beginnen de zenuwen wel toe te slaan, vertelt Fayda: "Eerst dacht ik: laat het maar komen, maar nu ben ik best zenuwachtig." Wat als een grapje begon bij een les drama, is nu werkelijkheid geworden. Ze heeft een hele fanclub opgetrommeld, haar ouders, oma, vrienden en zussen zijn er bij. "Zij hebben mij vaker horen zingen, dus dat stelt me gerust", zegt ze opgelucht.



Gierende zenuwen

Ondertussen is het een drukte van jewelste in de lokalen waar de leerlingen wachten tot ze mogen optreden. Hoe meer gasten er binnendruppelen, hoe erger de zenuwen door hun lijf gieren. Ook de presentatrices van de avond, Vera Bosch en Lieke Beijer, drementen onrustig op hun hakjes op en neer. Ze hebben zich speciaal voor deze avond extra chic aangekleed. "En een dikke pannenkoek op ons gezicht, want in dat licht op het podium lijkt je zo bleek" zegt Vera lachend. Het is duidelijk: echt overal is aan gedacht.

Vol afwisseling

Inmiddels is de zaal volgelopen en hier en daar moeten door de drukte zelfs nog stoelen bijgezet worden. Er start een show vol afwisseling.

Leerlingen én oud-leerlingen treden op. We horen van alles: van liedjes waar je kippenvel van krijgt tot stoere rock nummers. Tussendoor zijn er korte cabaretstukjes en de presentatrices verschijnen regelmatig op het podium met een korte uitleg of introductie van de leerlingen. Ook leraren betreden het podium, met veel gejoel en geklap van hun leerlingen als reactie. Zelfs de conrector waagt zich aan een optreden met een liedje uit zijn jeugd.

Luid applaus

Dan komt Fayda met haar vriendinnen op het podium. Ze zijn alle drie prachtig opgemaakt en hebben een chique jurk aan. De meiden zingen geweldig en er is nergens een spoortje zenuwen te vinden. Na een luid applaus verlaten ze uitgelaten het podium. Later staan ze stoeiend en lachend in de hal. Fayda meldt meteen dat ze volgend jaar weer meedoet en wil nog één ding zeggen: "Het was zo leuk, en de leerlingen hebben er super veel plezier in, dus iedereen moet volgend jaar weer meedoen en komen kijken!" Een duidelijke boodschap, waar Lindenholt Leeft zich volledig bij aansluit.

Tekst: Maartje Hakstege

Foto's: Niels Aarts



De straat van de week



de Voorstenkamp

De naamgeving van deze straat van de week heeft vanaf het begin aanleiding gegeven tot allerlei misverstanden. Op 2 december 1976 besloot de gemeenteraad vlek A in 'Lindenholt' te splitsen in drie woonbuurten en daaraan de namen de Voorstenkamp, de Geerkamp en de Kluijskamp te geven.

Op 26 oktober 1976 waren burgemeester en wethouders al akkoord te gaan met een ambtelijk advies om niet af te wijken van het eerder ingenomen standpunt met betrekking tot de straataanduiding en nummering der woningen in het stadsdeel Lindenholt. Twee feiten kwamen daarbij naar voren:

1. er wordt bepaald weinig gevoeld voor een straatnaamgeving per straat;
2. er is een opvallende voorkeur voor een doorlopende nummering van de woningen zonder een nummeraanduiding der straten."

De straten in de buurt de Voorstenkamp hebben dan ook geen afzonderlijke straatnamen. De namen de Voorstenkamp 10e straat tot en met de Voorstenkamp 20e straat bestaan niet! Met uitzondering van enkele (grens) straten heeft de gehele openbare ruimte één en dezelfde naam: de Voorstenkamp. De huizen hebben een 4-cijferig huisnummer uit de reeks 1001 t/m 1069. Er is wel een verschil met het stadsdeel Dukenburg waar de huizen per wijk zijn genummerd. Het stadsdeel Lindenholt heeft een doorlopende huisnummering per buurt.

De meeste woningen in buurt de Voorstenkamp zijn gebouwd in 1977. De centrale as waaraan de huisnummers 1001 t/m 1047 (oneven) en 1002 t/m 1022 (even) liggen, maakte vroeger deel uit van de St. Agnetenweg (voor 1924: Dorpsstraat Neerbosch). Het laatste deel van deze weg is voor de bouw van de buurt verlegd en eindigt sindsdien bij de IJpenbroekweg (raadsbesluit d.d. 2 decem-

ber 1976). Van de oorspronkelijke bebouwing is niets meer over. De laatste boerderij *Het Klooster (De Kloosterhof)*, St. Agnetenweg 119, is in september 1977 door brand verwoest.

De grens van de wijk *De Kamp* ligt bij de spoorlijn Tilburg - 's-Hertogenbosch - Nijmegen. Het gebied ten zuiden van de Wijchenseweg is pas in de jaren '90 ontwikkeld. Het is de vraag of het gedeelte tussen de Wijchenseweg en de spoorlijn in de buurten *de Voorstenkamp*, *de Geerkamp* en *de Kluijskamp* ligt. Dit gedeelte behoort tot de *Brabantse Poort* (raadsbesluit d.d. 25 november 1992), maar dit is de naam van een terrein en geen buurtnaam.

De naam *de Voorstenkamp* is volgens Hendriks (1987) een "veldnaam in Neerbosch, bekend sedert de 17e eeuw". Een veld of weiland werd vroeger een *kamp* genoemd. Ik sluit niet uit dat de buurt is genoemd naar de *Voorste Hof*. Op het minuutplan uit 1822 van de kadastrale gemeente Neerbosch, Sectie F: Neerbosch, staan de *Voorste Bouwhof* (perceel nr. 65) en de *Achtersten Bouwhof* (perceel nr. 48) vermeld. Ook bij andere buurtnamen is het oorspronkelijke toponiem aangepast zodat alle buurten in een wijk dezelfde uitgang hebben.

De wijknaam *de Kamp* (één hoofdletter) werd voor het eerst op 3 november 1977 door de gemeenteraad vastgesteld. Deze naam is in 1984 gewijzigd in *De Kamp* (twee hoofdletters). De buurtnaam *de Voorstenkamp* begint nog altijd met een kleine letter. Waarom de buurtnamen destijds zijn vastgesteld met een overbodig lidwoord, heb ik niet kunnen achterhalen. Bij namen van openbare ruimten kunnen lidwoorden bijna altijd achterwege gelaten worden.

Tekst: Rob Essers



Geert Willemse, zelfbenoemd burgemeester van de Voorstenkamp, heeft een ontmoeting met een aantal wijkbewoners georganiseerd in het zogenaamde *Portaalpandje* aan het plein. Mensen die deel uitmaken van de bewonersgroep of op een andere manier actief betrokken zijn bij de buurt. Dat zijn Marina Peters, zij woont net als Geert in de 10^e, Dogan Canturk en Fatna Chahaibi, zij wonen in de 12^e en Mieke Chiang uit de 14^e straat. Marina is 45 en geboren en getogen in Brakkenstein. Voor haar beroep zorgbemiddelaar en getrouwd met Dennis, die al vanaf zijn tweede jaar in de Voorstenkamp woont. Eén jaartje woonden ze in Milsbeek, maar daarna meteen en heel bewust ingeschreven voor de Voorstenkamp. 'Brakkenstein is rustiger, maar de Voorstenkamp is gezelliger.' Marina is penningmeester van de bewonersgroep.

Erzincan

Dogan is van 1971. Geboren aan de Koolemans Beynenstraat in een oud en vochtig huis, waar je voor de wc eerst naar buiten moest. Zijn vader komt uit Oost-Turkije, Erzincan. Een stad met zo'n 115.000 inwoners, waarvan relatief veel inwoners hun heil uiteindelijk in Nijmegen zochten. Zijn vader maakte deel uit van de eerste golf gastarbeiders, die in het begin van de zestiger jaren naar Nederland kwam. Hij werkte vooral bij de NXP. Toen zijn vrouw zwanger was van Dogan is het gezin in 1971 herenigd. In 1980 verhuisde de familie naar de Gildekamp. Dogan zelf trouwde begin jaren negentig, een gearrangeerd huwelijk, toen heel normaal, nu, twintig jaar later, een zeldzaamheid. 'In 1993 werd ik vader, we verhuisden eerst naar Zwanenveld, maar een paar maanden later alweer naar de Voorstenkamp.' Dogan werkt bij Breed, 'de toekomst is erg onzeker daar nu, en dat geeft bij veel mensen stress.'

Fatna (41) kwam in 1986 samen met haar moeder vanuit Marokko naar Nederland. Haar vader was hier al sinds 1971 en werkte bij betonfabriek Hamer. Het gezin woonde in de Kettelerstraat in Kolping. Haar man – óók Marokkaan – leerde ze in Den Haag kennen. 'Ik denk dat ik daar ook wel bewust naar op

zoek ben geweest, iemand met dezelfde culturele achtergrond.' Ze trouwden en in 1993 belandden het echtpaar in de Voorstenkamp. 'Toen we in de Kettelerstraat woonden, werden we door heel veel mensen, vooral ook Marokkanen, gewaarschuwd dat het een slechte buurt zou zijn, maar we hebben er nooit last gehad, er was wel altijd meer leven op straat, hier is het veel rustiger, maar dat komt ook omdat we hier in een soort van dode hoek wonen, overal om ons heen zijn achtertuintjes.' Fatna zat in de verpleging, maar is nu vooral huisvrouw.

Mieke (61) kwam via Zwolle en Deventer in Nijmegen terecht met haar dochtertje. Het is dan 1984 en ze kiest ook bewust voor de Voorstenkamp. Eerst in de Stroeten, van daaruit naar de 14^e, omdat ze vanwege de bouw een tuin wilde. 'Ik heb veel via uitzendbureaus gewerkt, maar het langste bij UPC.'

Geert is 47 jaar en voorzitter van de bewonersgroep. Groeide op in de Van Goorstraat in Bottendaal. Kwam met zijn ex-vrouw in 1989 in de Voorstenkamp terecht. 'We hadden veel negatieve verhalen gehoord, en het liefst was ik in Bottendaal gebleven, maar er nooit spijt van gehad dat we toen voor de Voorstenkamp gekozen hebben. We woonden die eerste jaren aan de 11^e straat. Een heel rustig stukje, leek wel een elitebuurtje.' Geert ging scheiden in 1997; zijn ex bleef op de 11^e en hij verkaste naar de 10^e - 'wel zo leuk en handig voor de kinderen' - , en kwam naast Marina terecht. Geert is boekbinder van beroep bij Van Mierlo aan de Tarweweg.

Luikse sfeermarkt

Ze hebben er allemaal mee te maken gehad: de slechte reputatie van de Voorstenkamp. Marina: 'Voordat we hier kwamen, hoorden we dat van iedereen, maar dan woon je hier en dan valt het heel erg mee.' Geert: 'Op de een of andere manier komt de Voorstenkamp alleen maar negatief in het nieuws. Dat blijft dan meteen jaaaaren hangen. Terwijl we de afgelopen jaren al zoveel leuke dingen hier georganiseerd hebben.' Marina: 'We zijn in 1998 met de *Luikse sfeermarkt* gestart. De allereerste keer hadden we geloof ik 10 kramen en een springkussen. Op het laatste evenement in 2006 was het een uitgebreide braderie met wel 150 kramen. Het werd te groot, en ook de gemeente die ons eerst wél steunde, vond het te commercieel worden en trok een groot deel van de subsidie in. Heel jammer, want we deden ook altijd weer leuke dingen organiseren van de opbrengst van die braderie, een etentje of een uitje. Toen wij stopten kwam *De Dag van Lindenholt*, wij waren daar dus een voorloper van. We waren wel boos en vooral ook teleurgesteld dat het



zo moest lopen en er was een paar jaar weinig animo in de bewonersgroep om wat anders te doen; gelukkig hebben we nu weer wat activiteiten opgepakt. 'Geert: 'Er is weer een vaste kern van 7 à 8 mensen, die zo'n twintig keer per jaar bij elkaar komen, maar informeel zien we elkaar veel vaker. Nu zetten we het beachvolleybal op touw, en doen we iets met Kerst, Pasen en Halloween, en er is ook een wandelclub. Er is ook een nieuwsbrief die elk jaar vijf of zes keer verschijnt.'

Hangjeugd

Hangjeugd en hoe ze in het gareel te houden; de Voorstenkamp kan er over meepraten. Ooit was er een illegale kroeg in de 17^e straat. Geert: 'Die werd door de politie getolereerd, er kwamen veel jongeren, die daardoor hun vertier niet op straat zochten. De man, die de kroeg runde, hield er echter op een bepaald moment mee op, en de overlast begon. Waar we nu zitten, het portaalpandje was vroeger een doorgang, met een boog, zag er leuk uit, maar een ideale hangplek. Die is nu dichtgemaakt en nu vergaderen we er wel eens met de bewonersgroep. In de Gildekamp zorgden een aantal van die doorgangen ook voor onveilige situaties en sommige daarvan zijn ook dichtgemaakt. Toentertijd waren er ook nog echte jeugdbendes in Dukenburg en Lindenholt, dat is volgens mij een stuk minder nu. Heel vroeger, in de zeventiger jaren, stond hier nog een boerderij die als jongerencentrum dienst deed, die is echter afgebrand.' Mieke: 'Tegenwoordig wordt de JOP – jongeren ontmoetingsplek – door jong en oud gebruikt en wordt er bij het speeltuintje van de 14^e straat ook nog wel rondgehangen, maar de jeugd is heel goed aanspreekbaar, zeker voor bekende gezichten uit de buurt.'

In de Wellenkamp wordt weer gepatrouilleerd door een buurt- en preventieteam vanwege een stijging van het aantal inbraken. Geert: 'Vroeger deden we dat hier ook, tot 2006, met heel goed resultaat. Nam de criminaliteit met 75% af. Zeker de eerste tijd was de animo om mee te doen ook enorm. Was er een grote groep, die 's avonds om 20.00 uur begon tot

03.00 uur 's nachts. In het weekend wel eens tot 08.00 uur de volgende ochtend. Maar de groep werd allengs kleiner, en dan wordt het lastig om vol te houden, ook als je overdag gewoon moet werken. Misschien dat we er weer eens mee beginnen, want het schrikt wel af, die buurtpreventie.'

Asbest

Ongeveer een half jaar geleden werd er asbest aangetroffen in de woningen van Talis. Nederland was een maand eerder opgeschrikt door een vergelijkbaar geval in Utrecht, wat daar veel onrust en onbegrip veroorzaakte door een ongelukkige aanpak van het probleem. Talis trok daar lering uit. Fatna: 'Helemaal vlekkeloos ging het ook niet, maar er is nauwelijks paniek geweest. Ik zou voor vijf dagen mijn huis uit moeten, dat werden er twaalf en er zijn zelfs mensen een paar maanden weggeweest, maar het is nu overal verwijderd.'

Kritiek op de woningbouwverenigingen is er weinig. Er zitten er drie: Standvast, Portaal en Talis. Alleen met Talis is het wel eens lastig communiceren, volgens Fatna. Alle drie de corporaties bieden hun woningen inmiddels ook te koop aan.

Kortom: De bewoners van de Voorstenkamp zijn erg positief over hun buurt. Mieke: 'Het leeft, bruijt, het is gezellig, er heerst een grote saamhorigheid, en dat terwijl er meer dan vijftig nationaliteiten verdeeld zijn over de 570 woningen, die de Voorstenkamp telt. Er is veel *jong grut*, hoewel de vergrijzing ook hier de kop opsteekt. Marina: 'Veel mensen willen hier blijven wonen, ook als ze wat ouder zijn, maar er zijn geen bejaardenwoningen.' Men is tevreden over het groen in de wijk, al mag het onderhoud aan de buitenrand wel wat beter. Daar is het donker, onveilig, en het zwerfvuil stapelt zich op. Aan verhuizen wordt niet snel gedacht: Marina: 'Het zijn erg grote huizen hier, zo worden ze niet meer gebouwd, en waar vind je nog ergens een achtertuin van 17 meter?'

Tekst: Michiel van de Loo

Foto's: Dave van Brenk

Tennisvereniging Lindenholt een perfecte match tussen sportiviteit, ontmoeten en gezelligheid



Anderhalf jaar geleden is er een grote bestuursvernieuwing geweest. Een nieuw elan met als voorzitter Joop Timmer en vice voorzitter Hans Aalders.

Camille Jansen stuurt samen met Jeroen Timmer de technische commissie aan en Maikel Wetters is de vaste trainer. Hij is in dienst van Firstclass tennis en van beroep full time trainer en gymleraar. Buiten Lindenholt verzorgt hij ook tennislessen voor verenigingen in Weurt en Druten. Maar het meest verbonden voelt hij zich bij TV Lindenholt. 'Als zevenjarige jongen ben ik hier begonnen. Hier ken ik de mensen veel beter'.

De vereniging telt een aantal commissies die

Wanneer je aan die groep wat vraagt, komt dat ook altijd voor elkaar

zorg dragen voor toernooien, accommodatie en ook feesten. Er zijn ongeveer tussen de twintig en dertig vrijwilligers beschikbaar. Joop Timmer: 'Dat zijn er wel minstens tien te weinig, we hebben dus dringend meer vrijwilligers nodig. We zijn vooral ook heel blij met de groep



Maikel Wetters en Joop Timmer

Vutters die elke maandag, woensdag en vrijdag gedurende de ochtend komt tennissen. Wanneer je aan die groep wat vraagt, komt dat ook altijd voor mekaar'.

De vereniging telt nu 451 leden. Dat waren er ooit 935. Alle reden om de schouders er onder te zetten en met behulp van acties om, vooral onder de jeugd, nieuwe leden aan te trekken. Dat lukt aardig dankzij een actieve commissie. Op diverse scholen werden voor de groepen 3 tot en met 8 in plaats van gymles, tennisles gegeven met aansluitend een aantal gratis lessen extra op de baan van Tennisvereniging Lindenholt. Dat heeft 22 nieuwe junioren opgeleverd en tegelijk ook een aantal betrokken senioren. Joop Timmer: 'Ook het feit dat de vereniging beschikt over een professionele eigen trainer zien veel leden als een gewaardeerd extra facilititeit'.

Bezoek je dit tennispark in Lindenholt, dan valt je onmiddellijk het grote enthousiasme op van alle betrokken bestuursleden. Graag tonen ze zich bereid om de zaken toe te lichten en het tennispark te promoten. Henk: 'Vooral ons pa-

Inmiddels vinden ook veel wandelaars de weg naar het paviljoen voor wat ontspanning op het terras en een gezellige versnapering

viljoen met het geweldige terras ervoor, daar zijn we trots op. We zijn bezig met het bekijken van de mogelijkheid om een deel van het terras te overkappen. Ook worden binnenkort vier banen van kunstgras voorzien, dat maakt dat het totaal van zeven gloednieuwe banen. Er zijn plannen voor een jeu de boules baan voor de senioren die niet willen tennissen maar wel met elkaar gezellig een beetje buiten willen

bewegen. Ook wordt de baan voor de superjunioren weer opgeknapt.

Inmiddels vinden ook veel wandelaars de weg naar het paviljoen voor wat ontspanning op het terras en een gezellige versnapering'. Het wandelpad loopt vanaf het Maas Waal kanaal langs het park en zeker in het voorjaar wordt er alles aan gedaan om het geheel een bloemrijke uitstraling te geven. Alles is rolstoeltoegankelijk en ook de trouwe viervoeter is (buiten) van harte welkom.

Wil je tennissen dan kun je de altijd terecht, 's morgens, 's middags en in de zomermaanden ook 's avonds, mits je natuurlijk lid bent. Het complex beschikt over een elektronisch beveiligingssysteem dus enkel leden met een pasje hebben toegang op de baan.

Wanneer je wilt weten wat het lidmaatschap kost, kijk dan op de website: www.tvlindholt.nl.

Afgelopen jaar is TV Lindenholt ook eenmalig gastheer geweest voor de buurtcommissie Wellenkamp voor vergaderingen en het buurtfeest inclusief BBQ.

Kom als senior wijkbewoner gewoon een keer langs voor een praatje of om een krantje lezen (die liggen gastvrij op tafel). Er is een hartelijk welkom voor iedereen en het eerste kopje koffie is gratis. 'We zijn een vereniging met een Nijmeegs hart en alle nieuwe leden worden warm ontvangen'.

TV Lindenholt; Wellenkamp.

Een plek om te ontdekken, sporten, ontspannen en ontmoeten.

Voor jong en oud.

Tekst: Gerard van Bruggen

Foto's: TV Lindenholt

Rommelmart in de Hillekensacker



Op zondag 21 april werd er een gezellige rommelmarkt gehouden op de speelweide aan de 22^e straat in de wijk Hillekensacker.

De leden van het B.E.C.H.-Team (Bewoners Evenementen Commissie Hillekensacker) waren al vroeg op gestaan om alles in gereedheid te brengen voordat de eerste verkopers en kopers zouden komen.

Het was fris en de koude nacht had zijn sporen achtergelaten in de vorm van een vochtig grasveld. Als eerste werd de catering tent opgezet en werd er gezorgd voor een lekker bakje warme koffie. Op het gezellige terrasje smaakte het bakje leut dubbel zo goed.

Om 8 uur kwamen al de eerste verkopers om hun kraampjes op te zetten en de diverse kleuren dekkleden werden op het grasveld gelegd waarop de spulletjes werden uitgesteld.

Langzaam begon het geheel gestalte te krijgen en men deed de uiterste best om de kraampjes zo goed en mooi mogelijk in te richten, zodat de bezoekers van de markt een goed overzicht hadden van de goederen die men wilde verkopen.

Ook werden al de eerste kopers gesignaleerd, die niet tot 10 uur konden afwachten om hun slag te slaan en zo werd de eerste handel al snel van eigenaar gewisseld.

Het weer werd beter en het zonnetje liet zijn eerste stralen door de wolken op het grasveld schijnen. Diverse verkopers lieten zich door de zon verwennen en ook kwamen de eerste parasols tevoorschijn.

Geleidelijk aan kwamen er meer bezoekers en werd het aardig vol op de speelweide waar veel mensen met volle tassen liepen en waar anderen nog naarstig op zoek waren naar leuke snuisterijen en hebbedingetjes.

Ook was er veel jeugd die op kleedjes hun spulletjes hadden uitgesteld en zij waren dolblij als er weer iets verkocht werd.

Ook bij de catering tent was het druk en het gezellige terrasje met muziek zat vol met bezoekers die bij een kop koffie, een blikje fris met een broodje hamburger of frikandel zaten bij te kletsen over de markt en het weer.

Veel bewoners uit de wijk stonden met elkaar te praten en wisselden contacten.

Over het algemeen deden de verkopers goede



zaken en was men zeer tevreden over het aantal bezoekers en het mooie weer.

In de late namiddag werd er begonnen met het opruimen van de spulletjes die niet waren verkocht en werden hier en daar nog partytenten afgebroken.

Na een fijne dag keerde men weer huiswaarts en werd het speelveld weer netjes en opgeruimd achter gelaten. Een complimentje voor alle verkopers en bezoekers.

Ook voor het B.E.C.H.-Team was het een geslaagde dag en wij willen iedereen bedanken voor het bezoek, de inzet en het enthousiasme en hopen eind 2013 nogmaals een rommelmarkt te organiseren.

Tekst en foto's: Het B.E.C.H.-Team



Ontmoetingen in Lindenholt

De fiets voor mijn zoon moest in orde worden gebracht om aan de eisen van het verkeersexamen te voldoen. Maar ja, waar vind je in Lindenholt een fietsenmaker?

De fietsenzaak in het winkelcentrum Leuvenbroek is immers allang verdwenen. Surfend op internet kwam ik uit bij Fietsshop Lindenholt. Ik kon bellen of mailen, maar ik wist geen adres. Uiteindelijk een afspraak gemaakt. Ruud Verbeek is in persoon Fietsshop Lindenholt, gehuisvest in de Hegdambroek. Ik herkende hem. Hij heeft altijd als fietsenmaker gewerkt en ja, ook bij de zaak op Leuvenbroek. In de middag belde hij me op, dat de fiets klaar was. Picobello! Gerepareerd en gepoetst. Toch fijn om te weten dat we in ons eigen Lindenholt een betrouwbare fietsenmaker hebben. Een paar weken later besloten we onze tuin van een schutting te voorzien, zodat we lekker dicht tegen het huis ons terrasje konden maken. Op naar Tuincentrum en dierenpeciaalzaak Lindenholt aan de Agnetenweg. Daar kopen we ook altijd onze planten en verzorgingsmiddelen voor het gras. De mensen die daar werken zijn een voorbeeld voor wat klantgericht betekent. Ze zien je, ze laten je, ze spreken je aan, ze geven je advies op maat als je dat wilt. Ze zijn niet uit op zoveel mogelijk verkopen. De klant staat bij hen centraal. Met losse planken en goede uitleg gingen we naar huis. Diezelfde middag stond onze schutting en precies zoals we wilden. Geweldig. De sfeer in Lindenholt is bijzonder. Rond winkelcentrum Leuvenbroek waan ik me in het centrum van dit stadsdeel en op de Agnetenweg voel ik nog de intieme dorpse sfeer van vroeger. De ontmoetingen met Ruud en de verkopers bij het tuincentrum zorgen ervoor dat ik me hier thuis voel. Wat een heerlijke samenleving om in te wonen.

Ton de Baaij

Bouwdorp Lindenburght 2013

Vergunningen zijn aangevraagd, hout is geregeld en het thema is bekend: Efteling

We kunnen starten met Kinderbouwdorp Lindenburght



Dit jaar zijn ook kinderen uit de Kampwijken van harte welkom

Waar: Weteringweg 51 Nijmegen - Wanneer: dinsdag 6 t/m donderdag 8 augustus.

Kinderen timmeren naar hartelust een bouwwerk in elkaar of vermaken zich op het terrein met andere kinderactiviteiten. Het bouwdorp is voor kinderen in de leeftijd van 6 tot en met 12 jaar, die wonen en/of naar school gaan in de wijk Lindenholt. Om de kinderen een veilige omgeving te bieden hebben we veel vrijwilligers nodig!

Daarom is het noodzakelijk dat een van de ouders (eventueel opa's en/of oma's) minimaal een dag of twee dagdelen meehelpt.

Inschrijven? email: info@lindenburght.nl, bel len kan ook nog 06-30715184 (Jolanda Marneef). De kosten per kind zijn € 13,50. Dit is inclusief eten, drinken & versnaperingen. Via de website kun je het inschrijfformulier (per kind) en vrijwilligersformulier voor de ouders/ verzorgers downloaden.

Vrijwilligers vanaf 16 jaar zijn van harte welkom. Vanaf 18 jaar mag je een groepje begeleiden. Senioren en kinderen vinden wij een ideale combinatie dus heeft u tijd meldt u aan en kom een dagje helpen.

Donderdag 8 augustus omstreeks 18:00 uur gaat de poort open en is iedereen uit de wijk van harte welkom voor het grote eindfeest.

De kinderen showen hun prachtige bouwwer-



Word vriend van Bouwdorp Lindenburght

Ons team, bestaande uit enkel vrijwilligers, wil dit jaar wederom de uitdaging aangaan om dit fantastische evenement tot een goed einde te brengen en geld in te zamelen voor de kinderen. We kunnen materialen, eten/drinken kopen en extra activiteiten voor de kinderen organiseren. Wilt u samen met ons dit fantastische initiatief steunen?

Word dan VRIEND door een bijdrage van € 2,00 over te maken naar ING-bankrekening 445 01 41 t.n.v. Bouwdorp Lindenburght.

Op onze website www.lindenburght.nl kunt u bij de foto's een impressie krijgen hoeveel plezier de kinderen tijdens de dagen ervaren.

Namens het Lindenburght-team; ontzettend bedankt voor uw steun.

ken met als sluitstuk de prijsuitreiking en de talentshow.

Omstreeks 21:00 uur gaan we de bouwwerken afbreken en daarbij hebben we de hulp van de ouders heel erg hard nodig.

Teksten en foto's: Bouwdorp Lindenburght



De konijnenopvang van de DAN zit op dit moment al weer redelijk vol. Bijna dertig konijntjes wachten op een nieuw baasje.

Normaal gesproken zitten we na de zomer erg vol, maar zo rond deze tijd is dit toch echt een uitzondering. We hebben ze op dit moment

in alle maten en soorten, groot, klein, hangoor, dwerg, langharig en in allerlei kleuren. Deze dieren zijn allemaal de laatste maanden in Nijmegen of omgeving gevonden. Ze zijn in principe gezond en goed plaatsbaar. Al deze konijnen zijn door de dierenarts geënt tegen myxomatose en VHS, hebben een check-up gehad en een dierenpaspoort gekregen. Ook krijgen de nieuwe 'baasjes' een kortingsbon voor de vervolg enting. De mannetjes konijnen zijn gecastreerd.

U begrijpt wel, dat er nu een kleine vergoeding gevraagd wordt. Mocht u een konijn willen aanschaffen, denk dan even aan de dieren bij de DAN; ze zijn natuurlijk wel wat ouder maar ook zij hebben een nieuw liefdevol plekje verdiend. Mocht u interesse hebben, stuur dan een mail naar: info@dierenambulancenijmegen.nl dan wordt er met u een afspraak gemaakt om te kijken of een van de konijntjes voor u geschikt is.

Tekst en foto: Jacqueline Bouwhuisen



Naoberschap

Laatst vertelde een vriend van mij, wiens roots in het diepe zuiden van Limburg liggen, een verhaal over de biechtcultuur daar. Zijn vader behoorde tot de notabelen van de streek. Daarom kwam meneer pas-toor wekelijks bij hen langs, waar natuurlijk altijd een lekker glas wijn geschonken werd. In ruil voor een hapje en drankje werden zij getrakteerd op de biechtverhalen van mensen die hun dilemma's aan hun god toevertrouwden. Zo wist een bevoorrecht deel van de gemeenschap hoe het leven van het gewone volk was...

Toen ik dit verhaal hoorde, dacht ik aan kapper Hakim, die een keer per maand vanuit het dorpje Mosayi (van Mozes), dat op ongeveer 20 kilometer afstand van de hoofdstad lag, naar Kabul kwam om onze haren te knippen. Ik had een hekel aan de wijze waarop mijn haren door hem behandeld werden, maar ik vond de verhalen van Hakim leuk. Hij wist alles over iedereen. Mij vertelde hij over de mooie dochters van verre familieleden die ik niet kende. Mijn vader hoorde wellicht nog veel meer, want Hakim was bevriend met de imam en andere invloedrijken die meer over de gewone stervelingen wisten of wilden weten. Zo werd de sociale controle in stand gehouden. Funest voor vooruitstrevende jongeren, met name vrouwen. Net als in Zuid-Limburg waar die vriend van mij vandaan gevlucht is.

Het integratieproces is een blijvende zoektocht. Het vergt veel tijd om bepaalde Nederlandse nuances onder de knie te krijgen. Het heeft mij jaren gekost voor ik de invloed van water op de Nederlandse taal ontdekte. Terwijl ik de woorden *omzeilen* en *laveren* gebruikte en *roeide met de riemen die ik had*, kende ik de oorsprong ervan niet. Totdat ik op een dag ging zeilen...

Het sympathieke woord *naoberschap*, door sommige politici geherlanceerd, bracht mij snel naar Limburg en Afghanistan: de wij-cultuur-gevangenissen waarin soms vrouwen, anders-denkers en doeners overgeleverd zijn aan de sociale controle en onderdrukking.

Gelukkig dat wij in deze stad van torens en bruggen zonder zo'n woord kunnen leven.

Qader Shafiq

(Foto: Lilia Volkova)

Heeft u een laag inkomen?

Krijgt u waar u recht op heeft?

Vraag het GRATIS

Bel: 0800 - 5678 567

De FormulierenBrigade

www.formulierenbrigadenijmegen.nl



Tekening: Jessy Cakar

De Kampenaar 18 april 2013

Lindholt Maakt Geschiedenis



Een bijeenkomst vol herinneringen

De werkgroep 'Lindholt Maakt Geschiedenis' bestaat uit Wim Zegers, Gerard Bal, Martien Pothof en Harrie Bende. Dit viertal senioren wil de historie van het Neerbosch van toen en het Lindholt van nu levendig houden en voor het nageslacht bewaren.

Een twintigtal (oud) bewoners kwamen op deze eerste bijeenkomst af. Bewoners die van jongs af aan in het dorp Neerbosch zijn opgegroeid en ook nieuwelingen in het stedelijk Lindholt. Dat Lindholt rijk is aan historie bleek wel duidelijk op deze bijeenkomst. Lichtbeelden van oude boerderijen en bedrijven, deels later gesloopt om de weg vrij te maken voor het Lindholt van nu of die door brand verwoest zijn, werden gepresenteerd.

Verder waren er beelden van feesten, het werken op het land en van verenigingen zoals de

Katholieke Vrouwen Bond, de Boerinnenbond en de Plattelandsjongeren met daarbij groepsfoto's. Enkel aanwezigen herkenden zichzelf daarop in hun jonge jaren. Voor wie er oog voor heeft, zijn er nog aardig wat gerenoveerde boerenwoningen zichtbaar Lindholt. Sommige boerderijen hebben een lange historie en een monumentale waarde zoals de Bloemberg, waar ooit een kolonel uit het leger van Napoleon woonde en het Spijkerhof; liefst 400 jaar oud.

Met toelichting van René Theunissen, kwam je van alles te weten over deze boerderijen en de vaak grote families die er toen woonden. Wanneer er enige twijfel bestond over wat en wie zichtbaar was, was er altijd wel iemand onder de bezoekers die het precies er van af wist, of zelf in een van de boerderijen gewoond had. Zichtbaar was onder andere de Zwanenstraat, de Broekstraat, de Nieuwstadweg, de Smalle Steeg en de Dorpstraat (nu St Agnetenweg geheten).

Tevens werd een lange film uit de jaren zestig vertoond. Opgenomen door een amateur cineast met het dagelijks leven en de bedrijvigheid van toen.

Aanvullingen van alle beelden en gegevens zijn meer dan welkom om het historisch beeld te completeren. Wim doet dan ook een oproep aan de bewoners om met verhalen, foto's, kaarten en noem maar op te komen om meer te kunnen weten met elkaar over het verleden. U kunt hiervoor contact opnemen met de groep. De werkgroep is bezig met het oprichten van de stichting 'Lindholt maakt geschiedenis' met een eigen website om zo al het historisch materiaal te kunnen verzamelen en te behouden. De

gemeente ondersteunt deze initiatieven. Naast het delen van alle beelden en verhalen door alle belangstellenden is het vooral ook de bedoeling om de cohesie tussen de bewoners van Lindholt te bevorderen. De suggestie uit de zaal om een ommetje Lindholt langs historische plaatsen met uitleg op te zetten middels een wandel/fietstocht, wordt meegenomen.

Op de Dag van Lindholt op zondag 30 juni heeft de groep een informatiekraan. Daar zullen ook de nodige beelden getoond worden over de historie en de verhalen worden verteld; je kunt het bijvoorbeeld bij de boerderij het Spijkerhof nog goed zien dat boerderijen op terpen zijn gebouwd. Wanneer de Maas en Waal overstromden, voorkwamen de terpen en de kweldammen wateroverlast. Om deze dammen werd soms tot moordens toe heftige strijd gevoerd om het water op de ene plek te keren ten koste van de andere plek.



Martien Pothof, Wim Zegers en Harrie Bende



René Theunissen geeft toelichting

De bijeenkomsten krijgen zeker een vervolg en zullen de moeite waard blijven te bezoeken en geanimeerd gegevens uit te wisselen.

Info over 'Lindholt maakt geschiedenis' bij René Theunissen, telefoon (0487) 52 21 23 of Wim Zegers, (024)677 32 27 of 06 52464987,

e-mail: wim.zegers@hetnet.nl

Tekst en foto's: Theo Vermeer

Nieuw ondernemersinitiatief 'Ouderenzorg en welzijn' in Nijmegen

Bezuinigingen in de ouderenzorg, Els ten Hulscher ziet mogelijkheden om op kleinschalige wijze extra aandacht en wat gezelligheid te leveren aan ouderen die daar behoefte aan hebben.

Zeker in deze crisis moet ouderenzorg steeds maar weer goedkoper! Meerder keren is op TV te zien geweest tot welke schrijnende situaties dat heeft geleid. Gebrek aan mens en materiaal maakt, dat aan ouderen die dat nodig hebben, enkel het hoogstnodige aan verzorging kan worden aangeboden en dan nog niet eens dagelijks.

Dat heeft Els ten Hulscher ook ervaren bij haar oma. Els: 'Bij mijn oma zette de thuiszorg enkel de TV voor haar aan. De voormalige amateur operette ster hield ongelooflijk van muziek, maar kon daar niet naar luisteren want het inschakelen van de CD speler stond niet in de opdracht van de verzorgenden!' Dat heeft haar aan het denken gezet en zo is langzaam het idee ontstaan om daar iets aan te gaan doen. 'Als er te weinig vrijwilligers zijn voor die aanvullende aandacht een kleinschalige zorg, misschien kan ik iets organiseren waarmee ik, eventueel later samen met een groepje studenten, hier wel iets in kan betekenen'.

Els ten Hulscher is 22 jaar en studeert bedrijfskunde en bestuurskunde in Nijmegen. Zij heeft geen ervaring in ouderenzorg (enkel oma's en buurtjes) maar wel met mensen. Els: 'Het gaat hierbij vooral om sociale vaardigheden. Kennis van psychiatrie en psychologie is hierbij niet echt nodig'.

Els is dus ondernemer geworden, heeft een heus businessplan geschreven en staat inge-



schreven bij de Kamer van Koophandel onder de naam Fogoo. Fogoo betekent 'Vuur' in het Portugees. Fogoo wil warmte en licht geven in het leven van (eenzame) ouderen.

Daarnaast hebben ze soms net dat kleine vonkje nodig om weer een beetje op te leven.

'Mijn doelgroep is 65+ maar als mensen wat jonger zijn en behoefte hebben aan een praatje, een beetje gezelligheid en een wandelingetje, doe ik dat ook graag. Nee, de diensten zijn niet gratis, ik bereken € 15,00 per uur. Ik wil er achterkomen of het lukt voor deze mensen om zonder overheidssubsidie betaalbare aandacht en zorg te bieden. Wat vroeger immers de taak van de thuiszorg was. Nu sta ik nog helemaal aan het begin en doe ik het alleen. Voorlopig wil ik het ook alleen blijven doen. Natuurlijk zou ik het wel leuk vinden als het een succes wordt en het lukt om later ook studenten in te zetten. Op die manier breng je jong en oud mooi samen, aangezien ik geloof in deze gouden combinatie'.

Het idee is inmiddels niet nieuw meer en in Amsterdam is een oudere vrouw puur voor de aandacht en gezelligheid een dergelijk bedrijfje begonnen. Daarnaast bieden bestaande zorginstellingen deze diensten steeds meer aan, alleen vaak in combinatie met zorg gerelateerde taken, zoals hulp in de huishouding. Fogoo is puur gericht en gespecialiseerd in het bieden

van persoonlijke individuele aandacht door samen met de betreffende oudere gezelligheidsactiviteiten te ondernemen. Els weet zeker dat haar tarief redelijk is. Zij houdt sterk rekening met het feit dat de kinderen er graag een financiële bijdrage voor over hebben om aan ouders een aantal uren per week van die aanvullende zorg en zeker dat stukje gezelligheid te laten genieten.



Fogoo; Zorg op maat voor ouderen in de omgeving Nijmegen.

Kronenburgergas 5

6511CP Nijmegen.

06 12974304

elstenhulscher@fogoo.nl

<http://www.fogoo.nl>

Tekst: Gerard van Bruggen

Foto's: Jelita Scholing Photography

Open dag jongerencentrum De Sprok Woensdag 17 april



Hoewel het jongerencentrum alweer 4 jaar gevestigd is aan de Weteringweg, geniet het geen grote bekendheid onder bewoners in Lindenholt. Bovendien constateerde de jongerenwerkers op een bewonersavond in Leuvenbroek dat de Sprok met een imago probleem kampt.

Een goede reden voor het jongerenwerk om een open dag te organiseren en te laten zien dat het gaat om een veilige plek waar alle jeugd van Lindenholt welkom is

Er werd negatief gesproken over de Sprok als verwijfsplek voor de jeugd terwijl de betreffende bewoners er nog nooit geweest waren. Een goede reden voor het jongerenwerk om een open dag te organiseren en te laten zien dat het gaat om een veilige plek waar alle jeugd van Lindenholt welkom is.

Stagiaires Koen en Stefania hadden een leuk middagprogramma in elkaar gezet voor de jongere bezoekers. Geholpen door 7 vrijwilligers uit de oudere doelgroep konden de tieners punten verzamelen door verschillende spellen te spelen zoals tafeltennis, poolbiljart, tafelfootbal en darts.

Tussendoor werd er gevoetbald in de stralende zon op het oude hockeyveld dat achter de Sprok ligt. NimmaTV, de jongerenzender van Nijmegen1 was aanwezig om een sfeerreportage te maken die enkele dagen later werd uitgezonden. Rond etenstijd was het even rustig maar vanaf 19.00 uur werd het weer gezellig druk.

Jongerenwerkers stimuleren jongeren om hun talenten te gebruiken en staan klaar als er vragen of problemen zijn

Veel vaste bezoekers kwamen langs en ook wat nieuwe gezichten wilde het jongerencentrum en de fitnessruimte wel eens zien.

Gedurende de hele dag waren de jongerenwerkers druk in gesprek met actieve buurtbewoners en nieuwsgierige ouders die op de open dag waren afgekomen.

Jongerenwerker Redouan: 'Het jongerencentrum is meer dan een overdekte hangplek waar jongeren elkaar kunnen ontmoeten en kunnen chillen'.

In de avond is altijd een jongerenwerker aanwezig. Zij stimuleren jongeren om hun talenten te gebruiken en staan klaar als er vragen of problemen zijn. Daarnaast kunnen ze jongeren ondersteunen wanneer ze een activiteit willen opzetten of een initiatief willen starten.

Jongerenwerker Wout: 'Mede ingegeven door de bezuinigingen zal er in de toekomst steeds vaker een beroep worden gedaan op eigen initiatieven en participatie van jongeren. Zeker wanneer de leeftijd van 18 jaar wordt gepasseerd wordt er meer van jongeren verwacht. Sinds enige tijd draaien 4 vrijwilligers een eigen avond op de laatste vrijdag van de maand. Zij zijn dan verantwoordelijk voor de bar, activiteiten en natuurlijk een goede sfeer'.

Kon u niet langskomen op de open dag, maar wilt u ook graag een keer binnen kijken? Loop dan gerust binnen tijdens de normale openingstijden. Voor meer informatie kunt u kijken op: facebook.nl/jongerenwerk.lindenholt of contact zoeken met Wout Mulders: 0613574859 / w.mulders@tandemwelzijn.nl



Tekst en foto's: Tandem

Zondag 30 juni 2013

DAG VAN LINDENHOLT

2013 wordt het jaar van 'ontmoeten'

Dag van Lindenholt, hèt moment en dè plaats waar iedereen, jong en oud en vanuit allerlei culturele achtergronden, elkaar ontmoeten.

Dit jaar vindt alweer de 6e editie van dit evenement plaats op zondag 30 juni 2013 op onze vaste locatie: Park 'DE OMLOOP'. Alle inwoners van Lindenholt kunnen genieten van muziek, cultuur, sport en spel. Er wordt een scala aan activiteiten georganiseerd voor kinderen, jeugd en volwassenen.

In Lindenholt zijn veel ontwikkelingen gaande op het gebied van leven, wonen, zorg en welzijn. Dag van Lindenholt wil dit aan alle inwoners van dit stadsdeel duidelijk zichtbaar maken. Het kan niemand ontgaan dat de samenleving in het algemeen en ook hier in Lindenholt verandert. Veel zaken die vroeger vanzelfsprekend waren omdat de overheid en ook gemeenten daar een verantwoording in hadden, komen in steeds toenemende mate bij de inwoners zelf te liggen. Zo lig je geen dag langer in een ziekenhuis dan strikt noodzakelijk en is er enkel de thuislocatie voor herstel en revalidatie. Wanneer daar extra ondersteuning bij nodig is wordt er in eerste instantie gekeken naar familie vrienden en burenhulp.

Het gevaar is ook, dat meer mensen in een sociaal isolement geraken. Steeds moeilijker komen we naar buiten en vooral senioren die weinig of geen aandacht krijgen van kinderen of overige familie, lopen een grote kans te vereenzamen. Dit zijn maar een paar voorbeelden.

Gelukkig wordt er in Lindenholt veel gedaan om mensen aan te sporen elkaar te ontmoeten om dingen te delen en iets met elkaar te gaan ondernemen. We moeten van de nood een deugd maken en deze tijd van crisis en negatieve berichtgeving gebruiken om op zoek te gaan naar nieuwe mogelijkheden. Maar dan moet je wel weten waar je elkaar kunt vinden, als het bijvoorbeeld gaat om gewoon een vraag of zelfs wanneer het een kwestie van enkel een beetje extra aandacht. Vanzelf zal het niet gaan, maar wanneer we ons samen concentreren op de mogelijkheden in plaats van de onmogelijkheden zullen er steeds meer mooie initiatieven tot elkaar ontmoeten in Lindenholt ontstaan.

Komt dat zien, komt dat zien op het plein van ontmoeting

Ben je geïnteresseerd in het ontmoeten van andere bewoners, het organiseren van leuke activiteiten of het helpen van anderen? Kom op de Dag van Lindenholt dan naar het "Ontmoetingsplein". Jouw medebewoners hebben allerlei leuke ideeën hierover. Ideeën als samen koken, wandelen of fietsen, kamerconcerten, aan de slag met gezondheid, Lindenholt Tafel etc. Ze willen deze ideeën graag aan jou laten zien. Kom kijken of er iets bij zit wat je leuk vindt in de pipowagen of buiten op het plein. Ook als je zelf leuk ideeën hebt, ben je van harte welkom. Kom je idee onder de aandacht brengen. Ook als je nog niet precies weet hoe het idee vorm moet krijgen. De tiphoek kan u wellicht verder helpen of maak ter plekke een promotiefilmpje.

Al met al een bruisend en gezellig plein waar u kennis kunt maken met andere wijkbewoners en organisaties uit de wijk. Op het ontmoetingsplein werken bewoners en organisaties samen. Nieuwsgierig geworden? Kom langs, de koffie staat klaar!

Heeft u nu al een geweldig idee dat u aan de rest van Lindenholt wilt laten zien? Of wil u tips hoe u dit op een ludieke manier kunt doen? Laat het ons weten via miriam.broekmaat@sociaal-wijkteam.nl of 024-3299125 en sluit aan.

Programmering van de diverse podia

Hoofdpodium zaterdag 29 juni 2013

Raglan Roadworks	20.30-21.10	www.facebook.com/pages/Raglan-Roadworks
Derrick Rake & The Popsicles	21.30-22.10	www.popsicles.nl
Def P. & The Beatbusters	22.30-24.00	www.beatbusters.nl

Hoofdpodium zondag 30 juni 2013

Fuzz Edict	12.00-12.40	www.fuzzedict.nl
Exercise BodyandMind	12.45-13.00	www.exercisebodyandmind.nl
The Naked Sweat Drips	13.00-13.40	https://nl-nl.facebook.com/1.T.N.S.D
Red Leg	14.00-14.40	www.redleg.nu
Avalene	15.00-15.50	www.avalene.nl
Bootleg Betty	16.10-17.00	www.bootlegbetty.nl

Jongerenpodium zondag 30 juni 2013

DJ	12.00-12.45	
Hip Hop	12.45-13.15	
DJ	13.15-13.30	
UrbanAcademy NMGN	13.30-14.00	www.urbanacademynmgn.nl/
DJ + MC + Hip Hop	14.00-15.00	
Beat Battle	15.00-16.00	
Dancebattle	16.00-16.30	
DJ	16.30-17.00	

Park de Omloop

12:00 Zondag 30 juni 17:00

Dag van Lindenholt

Daar gebeurt het ...



20:30 Zaterdag 29 juni 24:00

Vijverconcert

Voor meer informatie: www.dagvanlindenholt.nl

Programma

Zaterdag 29 juni vanaf 20:30 uur

Vijverconcert

- 🎧 Raglan Roadworks
- 🎧 Derrick Rake & The Posicles
- 🎧 Def. P & The Beatbusters

Zondag 30 juni vanaf 12:00 uur

Dag van Lindenholt

Hoofdpodium

- 🎧 Fuzz Edict
- 🎧 Winnaars "Roos van Nijmegen" -
The Naked Sweat Drips
- 🎧 Red Leg 🎧 Avalene
- 🎧 Bootleg Betty

Jeugdpodium

- 🎧 DJ's 🎧 Hip Hop 🎧 UrbanAcadamy NMGN
- 🎧 Beat Battle 🎧 Dancebattle

Activiteiten o.a:

- 🎧 Demonstraties Brandweer - Politie
- 🎧 Surfsimulator 🎧 Springkussen 🎧 Kramen
- 🎧 Paintball 🎧 Klimwand
- 🎧 Diverse Horeca 🎧 En nog veel meer ..

Voor meer informatie: www.dagvanlindenholt.nl
Dag van Lindenholt, daar gebeurt het ...

Invaren van De Oversteek



Zaterdag 20 april 2013



Foto's: Ger en Tom Neijenhuyzen

FREAKIN' FRESH

NEW YORK PIZZA

20 JAAR
SINCE 1993

a Great Deal

WIJZIG JE BODEM v.a. **7.85**

ITALIAN
30 cm - DUNNE BODEM
+ **1.50**

la Rustica
OVAAL 40 X 20 CM - EXTRA DUN
+ **1.50**

BIOLOGISCHE VOLKOREN BODEM
MEDIUM
30 cm - NEW YORK STYLE
+ **2.50**

LARGE
35 cm - NEW YORK STYLE
+ **4.50**

DOUBLE TASTY™
1 pizza, 2 smaken
De prijs is de gekozen pizza's opgeteld, gedeeld door twee!
(Geldig bij klassiekers en Specialiteiten pizza's)

KLASSEIEKERS **9.99**

Small 25cm, NEW YORK STYLE
HAWAII
Ham, ananas en extra mozzarella.
PEPPERONI PERFECTION™
Pepperoni (Amerikaanse salami), champignons en extra mozzarella.

BROOKLYN STYLE
3 soorten kaas: Mozzarella, Rode Cheddar, Hollandse Goudse en pepperoni.
HOT TANDOORI
Tandoori chicken, witte ui en Spaanse pepers.

POMMODORI PESTO
Pomodori, pesto en extra mozzarella.
CALIFORNIAN VEGGI
Ui, paprika, champignons, zwarte olijven en extra mozzarella.

AMERICAN MEAT LOVERS
Pepperoni (Amerikaanse salami), ham en rundergehakt.
BARBECUE BACON BEEF
BBQ-saus (p.v. tomatensaus, bacon, rundergehakt en extra mozzarella).

DOUBLE PEPPERONI
Mozzarella, pepperoni, nog meer pepperoni en extra mozzarella.
MARGHERITA
Tomatensaus en 100% mozzarella.

SPECIALITEITEN **10.99**

Small 25cm, NEW YORK STYLE
EAST SIDE SHOARMA™
Shoarma (100% kip), extra mozzarella en gratis cage knoflooksaus (ook als Calzone verkrijgbaar).
NEW YORK™
Ui, paprika, ham, champignons, rundergehakt, zwarte olijven, ananas, pepperoni (Am. salami) en extra mozzarella.

TONIJN PIZZA
Pele and line tonijn, kappertjes en witte ui.
WEST SIDE DELUXE
Ui, paprika, pepperoni (Amerikaanse salami), champignons en rundergehakt (ook als Calzone verkrijgbaar).

MEXICAN HOT & SPICY
Spaanse pepers, pepperoni (Amerikaanse salami), ui en paprika.
BBQ CHICKEN
BBQ-saus (p.v. tomatensaus, gegrild chicken, paprika, ui en mais (ook verkrijgbaar met tomatensaus)).

DÖNER
Döner vlees (halal), knoflooksaus, sambal (naar keuze) en ijsbergsla.
4 CHEESE
Mozzarella, Rode Cheddar, Hollandse Goudse en gorgonzola.

la Rustica **NEW!**
RUCOLA GETYENKAAS
BIOLOGISCHE VOLKOREN BODEM
Getytenkaas, tomaat, pijnboompitten en rucola.

DELICATESSE PIZZA'S **12.75**

Small 25cm, NEW YORK STYLE
Buffalo Chicken
Met gegrild chicken, ui, mozzarella, rode cheddar, Hollandse Goudse, peterselie, Buffalo hot sauce en gesmolten cheddar op de rand.
The Boss' Pepperoni
Pepperoni, plum tomaten, feta en kalamata olijven.

Gamberi e Rucola
Witte saus (p.v. tomatensaus, knoflookgaruruken, witte ui, peterselie en rucola).
Beau Veggie
Groene pesto, feta, plum tomaten, rucola en pijnboompitten.

FunnyMeal
+ **4.75***
*Mozzarella + 1 topping naar keuze. Wisselend assortiment surprises.

Stel zelf je pizza samen

1 Kies je bodem
SMALL, 25 cm, New York Style
vanaf € 7.85
+ 1.00 p/topping

ITALIAN, 30 cm, Italiane dunne bodem
vanaf € 9.35
+ 1.00 p/topping

la Rustica 40x20 cm, Extra dunne bodem
vanaf € 9.35
+ 1.00 p/topping

MEDIUM, 30 cm, New York Style
1+ persoon vanaf € 10.35
+ 1.25 p/topping

LARGE, 35 cm, New York Style
2+ persoon vanaf € 12.35
+ 1.50 p/topping

2 Kies je gratis saus
Tomatensaus of BBQ saus

3 Kies je topping
GRONTE uien, paprika, champignons, Spaanse peper, kappertjes, mais, rucola, ananas, zwarte olijven, schijfjes tomaat, plum tomaat, **WIEES** gegrild chicken, pepperoni (Amerikaanse salami, beef halat), rundergehakt, ham (100% kalkoen), kalbsbacon (halal), tandoori chicken (Indiase kip) **VIS** tonijn **KAAS** mozzarella, gorgonzola **DIVERSEN** sambal, pesto
KIES GRATIS knoflook, oregano, tabasco

3+ Topping gratis

Salads
Salads
Side Salad* € 2.99
Maaltijdsalade: Grilled Chicken*, tuna* of Mixed Salad* € 5.75
*maaltijd salades met thousand island of Italian dressing

Breads
Breads
Garlic Bread, Cheesy Bread of Pesto Bread € 2.99
Triple Treat box
6 Wings, 6 Nuggets, Garlic Bread + 2 sausjes € 9.99

Drinks
Frisdrank (blikje 0,33l) € 1.45
Fernandes (blikje 0,33l) € 1.50
Red Bull (0,25l Monster) (0,5l) € 2.25
Witman Water, Aquarius (0,5l) € 1.95
Lipton Ice Tea (0,5l) € 1.95
Coca Cola fles (1,5l) € 2.95
Spa blauw (petfles 0,5l) € 1.95
Wijn Rood, Wit, Rosé (fles 0,75l) € 7.95
Bier Heineken (blikje 0,33l) € 1.85
6 Blikjes Heineken VOOR DE PRIJS VAN 5

Side Dishes
Side Dishes
6 Wings of Nuggets voor € 4.75 12 st. € 8.90 20 st. € 12.99 50 st. € 30.00
met zoutzure, barbecue- of knoflooksaus
Potato Wedges met mayonaise € 2.50

Verse Pasta's
Lasagne 8.99
Carbonara (Small)
Pesto Chicken (Small)
Bolognese (Small)
Ravioli NEW!
Verse Pasta (Small) 7.99 (Medium +2.99)
Bolognese Bolognesesaus met rundergehakt 7.99
Pasta Carbonara Roomsaus met kalbsbacon (ook vegetarisch) 7.99
Pesto Chicken Grilled Chicken met groene pesto (ook vegetarisch) 7.99
Ravioli Verse Ravioli gevuld met spinazie, ricotta en gegrild chicken 8.99

Desserts
Desserts
Lava Cake € 1.75
M&M's 250 gr € 2.99
Cinnamon Bread € 2.95
Ben & Jerry's Ijs (500 ml) € 4.45
Ben & Jerry's Ijs (150 ml) € 2.75
Chocolade Muffin € 1.75
Two-Bite Brownies € 1.99

Voor alle orders geldt een minimale besteding van €7.99. Uit veiligheidsoverwegingen heeft de bezorger maximaal €10.00 wisselgeld bij zich. BEPERKT SERVICEGEBIED. 7 dagen per week GRATIS thuisbezorgd.

VISA

Leuvenbroek 1101

NIJMEGEN

024-8000 777

ippies.nl

PINNEN

(Vraag naar de mogelijkheden voor mobiel pinnen)

Great Deal L10

2 Pizza's 25 cm NY Style
13.99
*Prijzen Geldig bij Klassiekers en Specialiteiten pizza's. Geldig voor Small pizza. Italiaanse dunne bodem +€1.50. Medium +€2.50. Large +€4.50. Bij Delicatesse pizza's extra toeslag van €2,- per pizza.

Great Deal L20

2 Pizza's 30 cm Italian Style Pizza
16.99
*Prijzen Geldig bij Klassiekers en Specialiteiten pizza's. Geldig voor Italiaanse dunne bodem. Medium +€2.50. Large +€4.50. Bij Delicatesse pizza's extra toeslag van €2,- per pizza.

KUNST EN CULTUUR

Afrikaanse muziek; uiting van compassie met mens en natuur in Lindenholt



Mirjam Koenen is oprichter en mede-eigenaar van artiestenbureau Jambo Afrika. Professionele Afrikaanse artiesten brengen vol passie events, culturele/ muzikale workshops en entertainment bij bedrijven, scholen en muziekpodia.

Een bescheiden kantoorruimte sinds 15 januari 2013 gevestigd aan de Vlotkampweg 76, is de thuisbasis van waaruit alle activiteiten worden georganiseerd en gecoördineerd. Mirjam: 'Het is allemaal begonnen in 1987, bij toeval kwam ik in contact met Afrikaanse dansen. Ik merkte dat mij dat goed af ging. Van kinds af

Drie artiesten van de dertig wonen hier in Lindenholt. Dus als je het busje ziet staan in de Wellenkamp, dan weet je waar dat voor staat!

aan ben ik altijd met Afrika bezig geweest. Ik heb 23 jaar van mijn leven in de gezondheidszorg gewerkt'.

Mirjam is sinds 1995 18 keer naar Afrika gereisd voor korte en langere periodes, zij verbleef in Ghana, Togo, Ivoorkust en Benin. In 2000 is zij begonnen met dit bureau samen met een groep Afrikaanse artiesten. Later is zij getrouwd met Alfred Quenum (Benin), mede eigenaar, singer songwriter, componist en jazz saxofonist. Mirjam schrijft ook de theater scripts en is zakelijk vooral verantwoordelijk

voor de boekingen. Het bureau heeft niemand in vaste dienst. Mirjam: 'Wij werken uitsluitend met freelance muzikanten en stagiaires op kantoor. Drie artiesten van de dertig wonen hier in Lindenholt. Dus als je het busje ziet

Jambo werkt vanuit het gedachtengoed van Ubuntu; geeft hoop en staat vooral voor vriendelijkheid, zorgzaamheid en menselijkheid

staan in de Wellenkamp, dan weet je waar dat voor staat! De totale groep bestaat uit zo'n 35 personen maar 7 ervan doen bijna 70% van alle opdrachten. Dat zijn de ambassadeurs van ons team! Weet je, als onze mensen bij elkaar zijn met hun muziek en ritmes dan wordt je vanzelf meegenomen. Het verbindt mensen enorm en vormt een hechte gemeenschap waar je op dat moment ook deel van wordt. Voor Afrikanen is dat een primaire levenshouding waar Europeanen van kunnen leren. Het belang van de groep of de gemeenschap staat boven op het prioriteitenlijstje, het ego staat verder naar beneden.

Jambo werkt vanuit het gedachtengoed van Ubuntu (Zuid Afrika) en Ifa (West Afrika). Ubuntu geeft hoop en staat vooral voor vriendelijkheid, zorgzaamheid en menselijkheid; compassie met mens en natuur. De waarheid-



commissie van Desmond Tutu was destijds hierop gebaseerd. Ifa is de Yoruba filosofie dat alles met elkaar verbonden is en dat alles energie is.

Het professionele team artiesten van Jambo

Afrika vertaalt dit naar entertainment en events. Het is geweldig dat deze oude waarden passen in onze tijd en ons kunnen helpen naar bewustwording zodat alle relaties met onszelf, de mensen om ons heen en de natuur verbeteren.

Veel werk heeft Jambo Afrika vooral bij bedrijven die te maken hebben met ingrijpende veranderingstrajecten. Interactieve workshops en theatershows geven aan groepen de gelegenheid om op een speciale manier helder te krijgen op welke wijze er wordt samengewerkt en



waar er op het gebied van persoonlijke talenten en ontwikkeling winst is te behalen.

Helaas heeft de crisis ook voor Jambo Afrika gevolgen. Mirjam: 'Vooral de projecten op scholen zijn afgenomen. Voorheen kwam 60% van de opdrachten uit het voortgezet onderwijs en opleidingen met kunstzinnige vormgeving. Vol enthousiasme werden op scholen arrangementen verzorgd. De vibraties van de djembe ritmes gonsden dan door de gangen van de school. Overal waren vrolijke melodieën waarbij de school ondergedompeld werd in Afrikaanse sferen en iedereen was uiteindelijk een fantastische ervaring rijker'.

Jambo Afrika, Muziek als middel tot bezieling in de context van traditie, spiritualiteit en cultuur.

www.jamboafrika.nl

info@jamboafrika.nl

tel: 024-3510303 06-38510432

Tekst: Gerard van Bruggen

Foto's: Jambo Afrika

Acht vragen over Lindholt aan twee jongeren uit Lindholt

Wat mis je in Lindenholt aan vertier voor jongeren van jouw leeftijd?

Er zouden wel wat meer bankjes in het park mogen. De enige plek waar je nu kan zitten is bij de kinderboerderij of tussen de spelende kinderen in het waterparkje. Ik zie liever een plek alleen voor jongeren.

Zou jij over 15 jaar nog in Lindenholt (willen) wonen en waarom?

Ik zou over 15 jaar zeker nog wel in Lindenholt kunnen wonen. Er zou genoeg te doen zijn voor de kinderen die ik tegen die tijd heb. Lindenholt heeft veel speeltuintjes, gras en de wegen zijn niet al te druk. Ook vind ik het fijn dat je dicht bij de stad, Dukenburg en de dorpjes woont. Ook mijn ouders zouden tegen die tijd nog hier wonen want die zeggen altijd dat hun huis teveel heeft gekost om hier achter te laten.

Wat vind jij van de kritiek die bewoners hebben op de hangjongeren?

Zelf heb ik niet veel last van de hangjongeren. Wat mij wel opvalt is dat als je 's avonds door het park loopt er veel jongeren hangen, die je dan ook steeds blijven aankijken. Ik snap dat mensen dat vervelend vinden, maar zelf heb ik er geen vervelende ervaringen mee gehad.

Lindholt is een multi-cultureel stadsdeel met heel veel verschillende nationaliteiten. Heeft dat volgens jou voor- of nadelen?

Ik denk dat dat een voordeel is. Als je als kind al vanaf jongs af aan omringd bent door andere culturen is het accepteren daarvan makkelijker. Daar heb je de rest van je leven iets aan. Ik heb zelf een vriendin uit Servië, en haar cultuur is heel anders. Van haar cultuur heb ik bijvoorbeeld geleerd dat familie en vrienden heel belangrijk zijn.

Wat merk jij van veranderingen die de maken hebben met de huidige crisis?

Veel merk ik er niet van. Wel valt mij op dat het winkelpand dat naast de C1000 zit erg vaak veranderd van eigenaar. Er heeft nu al een woonwinkel gezeten, twee verschillende fietswinkels en nu zit er een sieradenwinkel. Daaruit blijkt dat het deze tijd erg moeilijk is om een winkel draaiende te houden.

Welke winkels mis jij vooral in Lindenholt?

Ik ben erg tevreden over de winkels in Lindenholt. Alles wat je nodig hebt zit in de buurt, en anders liggen de stad en de Dukenburg op fietsafstand.

Wat zou je graag beter georganiseerd zien in Lindenholt op het gebied van sport en cultuur?

Ik denk dat er meer aandacht aan de promotie van deze activiteiten besteed moet worden, want ik heb er nooit iets van gemerkt.

Hoe belangrijk zijn social media (Facebook en Twitter) voor je?

Zelf ben ik erg actief op social media. Ik heb Facebook, Twitter, Tumblr, Pinterest en weheartit. You name it, I have it. Ik vind het leuk, maar ik kan makkelijk zonder. Ik tweet ongeveer vijf keer per dag en zet twee keer in de week iets nieuws op facebook. Wel ben ik altijd online op de chat van facebook.



Matty Bosch is 16 jaar en zit in 4 havo op het Dominicus College. In haar vrije tijd gaat ze graag boksen of slapen. Na de havo wil ze de opleiding media en entertainment gaan doen in Breda.



Deborah Cornelissen is 19 jaar. Haar hele leven woont ze al in Lindenholt en heeft in haar jeugd niet stil gezeten. Tot haar 17e heeft ze gebasketbald bij Wildcats. Inmiddels heeft ze haar diploma behaald en is ze fulltime kapster.

Deborah Cornelissen

Ik heb niet veel gemist in mijn jeugd omdat ik zelf altijd in de sporthal de Horstacker te vinden was!

Ja er zijn goede voorzieningen in Lindenholt, je hebt alles bij de hand. Winkels, sportverenigingen en natuur, dus ik zou hier over 15 jaar nog graag willen wonen!

In de wijk horen wij er niks over. Maar zo lang ze geen overlast geven, vind ik dat ze een plekje moeten hebben waar de jongeren samen kunnen zijn.

Daar merk ik niet veel van eerlijk gezegd.

Persoonlijk merk ik er weinig van. Ik heb nu net twee jaar een baan en mijn contract loopt nog even door.

Het is geen winkel, maar ik mis echt een pin-automaat in de omgeving van Kluiskamp. Er is er wel een te vinden, alleen die is vaak al na twaalf uur in de middag leeg..

Ik zou graag willen dat The Matrixx Magixx, de basketbalclub, terug komt in onze oude vertrouwde sporthal 'de Horstacker'.

Twitter gebruik ik niet. Facebook vind ik wel erg leuk! Zo praat je met kennissen die je zelf niet zo 1 2 3 opbelt.

Tekst en foto's: Robin Josso en Maartje Hakstegé



Liederentafel in Lindenholt

Na de geweldige reacties op het artikel dat in de vorige editie van Lindenholt Leeft stond, is Mieke Hydra gelijk aan het regelen gegaan. Met het onderstaande als resultaat. Verder willen wij u wijzen op het artikel van de open dag in de Kampenaar op 22 juni 2013. Het is van groot belang dat de Kampenaar open blijft en dat initiatieven als deze een kans krijgen.

Vanaf september 2013 zullen deze twee muzikale meiden elke 1^e vrijdag van de maand een liederentafel houden met evergreens en meer recente songs. Ze begeleiden de liedjes daarbij zelf op gitaar en accordeon.

Iedereen die graag zingt is van harte welkom van 20.00 tot 22.00 uur, in de zolderzaal van de Kampenaar aan de Zwanenstraat op de volgende data:

Vrijdag 6 september

Vrijdag 4 oktober

Vrijdag 1 november en

Vrijdag 6 december

De toegang is gratis en om mee te doen hoef je niet te kunnen zingen. Jouw enthousiasme om deel te nemen is genoeg

Voor meer info:

Mieke Hydra tel.nr. 06.49394346 of

Marja Schoneveld e-mail: marjaschoneveld@hotmail.com

Of bij De Kampenaar.

Tekst: Victoria Lammerinks-Montis, Mieke Hydra

Foto: Jacqueline van den Boom



Laat

Hoe mooi ik in de winter de kale takken van de bomen tegen een blauwe hemel ook vind, ik ben altijd blij wanneer het weer lente wordt. Maar het voorjaar begon laat dit jaar. Na de lange kou was iedereen toe aan de lente, aan de voorjaarsbloemen met hun heldere kleuren. Je kon ze de grond wel uitkijken! Het duurde lang dit jaar, maar het groene waas kwam toch weer over de kale boomtakken. Toen het een paar dagen een beetje warm werd barstte de natuur los en schoten de bolbloemen uit de grond. In de komende weken zijn we volop in de weer om balkon of tuin een zomers aanzien te geven. Het late voorjaar heeft ons weer eens met onze neus op de feiten gedrukt. Wat we ook doen, we hebben de jaargetijden niet in de hand. Ze leren ons geduld en bescheidenheid. In de tijd waarin we leven is er veel maakbaar. Maar de natuur leert ons dat we niet altijd meester kunnen zijn, niet over alles kunnen beschikken, nu meteen. Ze leert ons dat alles zijn uur en tijd heeft en dat groei niet verhaast kan worden. In ouderwetse woorden zeggen we 'elke tijd heeft zijn eigen genade'. Misschien mogen we zeggen: Leer ons te durven geloven in de genade van ieder seizoen: Bloesemtijd, groeitijd, oogsttijd. Leer ons vooral te durven geloven in de genade van de wintertijd, waarin niets schijnt te gebeuren maar waar het begin ligt van alles wat ons in de zomer zo dierbaar is. Ik wens u een heerlijke zomer!

Bettineke van der Werf

coördinatieteam parochie Lindenholt

Parochie Lindenholt



Parochie Lindenholt

Vieringen in parochie Lindenholt

Zondag 10.00 uur Eucharistieviering

Donderdag 7.45 uur Morgengebed

Elke eerste en derde zaterdag van de maand
16.00 uur Poolse eucharistieviering

Volkorendag

Zondag 23 juni sluiten we het werkjaar feestelijk af met een viering waarin alle koren zingen. Na de viering is er een uitgebreid gezellig samenzijn met een hapje en een drankje. Natuurlijk is er tijdens de vakantieweken elke week op zondag om 10.00 uur een eucharistieviering. Tijdens deze vieringen is er samenzang. De koren zingen weer vanaf 1 september. Ook de vieringen met aandacht voor kinderen beginnen weer in de maand september

Oecumenische viering

Zondag 7 juli is er een Oecumenische viering. De voorgangers zijn pater Wim Sleddens o.s.a. en dominee Johan Dorst.

Mariatenhemelopneming

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

Augustinusfeest

De feestdag van de heilige Augustinus is op 28 augustus. We vieren dit op de dichtstbijzijnde zondag. Dit jaar is dat zondag 25 augustus. De Augustijnse familiagroep in onze parochie die maandelijks bij elkaar komt, bereidt de viering van 25 augustus mee voor. Tijdens deze viering wordt aandacht besteed aan het gedachtengoed van de heilige Augustinus.

Zondag 1 september opening van het werkjaar.

Diaconiezondag: elke eerste zondag van de maand.

Verkoop van loempia's. De opbrengst komt ten goede aan de oorlogsslachtoffers in Viet-

nam. Verkoop van sieraden voor scholing en gezondheidszorg op Bali. Inzameling voor de Voedselbank. We nemen van huis houdbare levensmiddelen mee.

Voedselbank

Er zijn steeds meer mensen die tekort komen, gewoon om de dagelijkse boodschappen te kunnen doen. Zijn zij ver weg? Nee, zij wonen óók in Nijmegen. Iedere eerste zondag van de maand zamelen we in onze parochie langer houdbare levensmiddelen in voor de Voedselbank Nijmegen. In de week erna worden deze door de vrijwilligers van de Voedselbank Nijmegen opgehaald. U kunt altijd langer houdbare levensmiddelen (minimaal 3 maanden houdbaar) afgeven op het parochiecentrum. Wij zorgen ervoor dat het bij de Voedselbank komt! Tegenwoordig sparen we ook DE koffie en theepunten om die in te kunnen wisselen voor pakken koffie voor de Voedselbank. Dus wanneer u thuis nog punten hebt liggen waar u niets meer mee doet, wij hebben ze graag!

Parochie Lindenholt, St Agnetenweg 90

De jaarmarkt

De parochie Lindenholt houdt op zondag 15 september 2013 na de zondagsviering, dus vanaf 11.00 uur de bekende Jaarmarkt op het kerkplein aan de St. Agnetenweg 90.

Al vele jaren is deze markt hét evenement voor jong en oud. Er worden niet alleen allerlei goederen verkocht ten bate van de parochiegemeenschap, er zijn ook vele kinderactiviteiten, een loterij, muziek en een zitje waar veel lekkers te koop is. Kortom: gezelligheid is er troef!! De entree is €1,=. Een kraam huren op onze Jaarmarkt? Dit kan voor een bedrag van €30,=. Bel dan de heer van Swam 06-50512917.

We zien u graag op 15 september 2013 aan de Agnetenweg in Lindenholt!!!

De zaterdagen waarop er van 09.00 tot 13.00 uur spullen voor de verkoop ingeleverd kunnen worden zijn: 17 augustus, 24 augustus, 31 augustus en 7 september. Werkgroep jaarmarkt parochie Lindenholt

Website

Omdat we in onze parochie werken met gastvoorgangers wil het soms wel eens gebeuren dat er een viering van voorganger 'wisselt'. De meest actuele info vindt u op onze website www.paroachelindenholt.nl We zijn ook te volgen via Facebook, waar elke week een kort bericht over het thema van de viering te vinden is.

Tekst: Bettineke van der Werf



Aanleg Natuurbeleefpad Vennengebied

Staatsbosbeheer start eind april met de aanleg van een Natuurbeleefpad in de Overasseltse en Hatertse Vennen. Het pad is bedoeld om kinderen spelenderwijs met de natuur te verbinden. Er worden vier natuurlijke speelaanleidingen parallel aan de huidige rode wandelroute gerealiseerd die bezoekers uitnodigen tot een grotere beleving van het Vennengebied. Kinderen worden geprikkeld om spelenderwijs enkele bijzondere dieren te ontdekken die hier voorkomen. Naar verwachting zijn de werkzaamheden medio juni afgerond.

Met name voor gezinnen met kinderen is er veel te beleven. Er wordt een dassenburcht nagebouwd waar kinderen kunnen ontdekken hoe een das leeft. Daarnaast worden de thema's 'vlieg als een boomvalk', 'klim als een eekhoorn' en 'zweef als een libelle' gerealiseerd. De speelaanleidingen worden met elkaar



verbonden door de huidige rode route die op enkele punten wordt aangepast.

Gezonde beleving

Kinderen komen in ons land niet vanzelfsprekend in contact met de natuur. Toch is dat contact heel waardevol. Natuur is in de eerste plaats gewoon leuk voor kinderen, maar heeft ook allerlei positieve effecten op hun gezondheid en ontwikkeling. Spelen in de natuur stimuleert hun creativiteit en sociale intelligentie. Daarnaast voorkomt het overgewicht. Natuur is niet alleen onmisbaar voor kinderen, maar kinderen zijn ook onmisbaar voor de natuur. Zij zijn immers de toekomstige natuurbeschermers, beleidsmakers, boeren, burgers en bouwers. Staatsbosbeheer ziet het daarom als een belangrijke taak om kinderen en natuur met elkaar te verbinden.

Gezinnen

Het Vennengebied is druk bezocht. Het natuurgebied is een begrip in de omgeving. Met name de huidige rode route wordt door zijn ligging en afstand veel gebruikt door gezinnen met kinderen. Mensen die het gebied bezoeken stappen uit hun auto of van hun fiets op één van de 2 parkeerplaatsen die aan weerszijde van de route liggen en lopen vervolgens het gebied in. Bij beide startpunten is horeca aanwezig. Mensen kunnen hier vooraf of nadien een pannenkoek eten of een kopje koffie drinken. Op beide parkeerplaatsen komen nieuwe informatiepanelen te staan waarop het Natuurbeleefpad wordt aangegeven en toegelicht. De tekstuele uitleg wordt bewust minimaal gehouden om de thema's zo veel mogelijk voor zichzelf te laten spreken.

Tekst: Corien Koreman
Foto's: Staatsbosbeheer



Bewoners en gemeente: een boeiende verhouding!

Jarenlang heeft de overheid voor "haar" burgers van alles en nog wat georganiseerd om het leven aangenamer te maken. Voor ieder maatschappelijk ongemak werd wel een Stichting, een project of een coördinator aangesteld. Zodat de dingen makkelijker zouden worden. Wat de overheid zich niet heeft gerealiseerd is dat zij heel veel burgerinitiatief daarmee "lam" heeft gemaakt. Heel jammer natuurlijk. Mensen die nu geconfronteerd worden met maatschappelijk ongemak van hun burens (pijn, verdriet, armoede, werkloosheid etc) kunnen nu makkelijk zeggen: 'Daar hebben we toch een Stichting, Project of Coördinator voor.... en daar betalen we toch belasting voor???'. Gelukkig keert het tij; weliswaar onder druk van krimpende financiële middelen. Maar wat goed is, is dat we als samenleving weer meer kans krijgen om "mens onder de mensen" te zijn. Er voor elkaar te zijn en elkaar te helpen om die mooie wijk Lindenholt een nóg fijnere plek te maken om te wonen. Als uw 'gemeentelijke' wijkmanager zal ik proberen om inwoners van Lindenholt te helpen bij het wáár maken van hun plannen, ideeën en dromen voor de wijk.

Wim Cousijn
(Foto: gemeente Nijmegen)

Pasen in De Sprok



Alweer voor het derde jaar op rij organiseerde de Bewonersgroep Drieskensacker/Heeskesacker een paasactiviteit voor de kinderen van deze 2 wijken.



Ondanks de ijzige kou op zondag 24 maart was er een grote opkomst.

Er werd gestart met een poppenkastvoorstelling door poppentheater Tingeling uit Beuningen.

De tantes Tingeling en Toedeloe namen de kinderen mee in het verhaal Tingeling is jarig. Van klein tot groot zat aan zijn stoel gekluisterd



ademloos te luisteren en te genieten van de capriolen die de dieren in het bos uithaalden om een leuk verjaardagscadeautje te kunnen kopen voor kabouter Tingeling.

Na de spannende avonturen van kabouter Tingeling was het tijd om dik aan gekleed even te ontspannen, want buiten had de paashaas zijn paaseieren verstopt in de tuin bij het scoutinggebouw. Met rode wangen van de kou en het zoeken naar de paaseieren kwamen de kinderen en hun ouders terug naar het Sprok gebouw. Daar kregen ze eerst

wat te drinken en te snoepen, om daarna nog een mooie paashanger te knutselen die thuis voor het raam gehangen kon worden.

Tegen 13.00 uur ging iedereen weer blij en tevreden naar huis, vol verhalen over de poppenkast en met een mooie zelf geknutselde paashanger en een zakje met wat paaseitjes.

De Bewonersgroep Drieskensacker/Heeskesacker kijkt dan ook met een goed gevoel terug op een zeer geslaagde activiteit die zeker volgend jaar een vervolg zal krijgen!

Tekst: Lia de Beer

Foto's: Anita Hendriks



SPORT SERVICE NIJMEGEN

Bewegen doe je samen!



Wil je meer bewegen en heb je geen zin om alleen te gaan?
Kom in actie met 'bewegen doe je samen'!

Geen verplichtingen:

- ☞ Wanneer je wil
- ☞ Wat je wil
- ☞ Waar je wil
- ☞ Met wie je wil

"Ik ga iedere week een uurtje wandelen met mijn buurvrouw. Niet alleen om lekker te bewegen maar ook om gewoon gezellig te kletsen".

"Eerst dacht ik dat ik geen tijd had om te wandelen vanwege mijn dochter. Nu neem ik haar gezellig mee!"

Door te fietsen ontdek ik steeds weer nieuwe mooie plekjes in Lindenholt".

Wil je meer informatie, of heb je vragen over 'bewegen doe je samen'?

Neem gerust contact op met:
Dorien Vrolijk, 06-52683116 of d.vrolijks@nijmegen.nl



Beachvolleybal in de Voorstenkamp

Opnieuw staat deze zomer in de agenda van de bewonersgroep Voorstenkamp op zaterdag 6 juli en zondag 7 juli het jaarlijks terugkerend beachvolley ge-programmeerd.

Alleen is dit jaar de opzet anders dan voorgaande jaren. Om langere wachttijden te voorkomen hebben we de boel opgesplitst.

Op zaterdag 6 Juli wordt er beachvoetvolley gespeeld in de leeftijd categorie 8 t/m 12 jaar en 13 t/m 99 jaar.

Zondag 7 Juli is er beachvolley voor volwassenen. In de ochtend uren is er volleybal voor de allerkleinste onder ons en wel van 4 jaar tot 7 jaar.

Beide dagen zijn van 10:00 uur tot 19:30 uur en de kosten bedraagt 1 Euro per persoon, inschrijven kan je tot en met 5 Juli bij Geert Willemse op het adres Voorstenkamp 10-10 of via E-mail g.willemse3@upcmail.nl

De locatie waar het allemaal gebeurt is op het RODE PLEIN (basketbalpleintje) in de Voorstenkamp en deze activiteit is voor iedereen uit Lindenholt.

Dus kom je inschrijven en wees op tijd want, VOL IS VOL.

Natuurlijk mogen er ook mensen komen kijken en hun favorieten team aanmoedigen want met supporters maakt het alleen maar gezelliger dan dat het al is.

Tekst en foto's: Geert Willemse



Bewegen doe je samen!

Bewegen wordt steeds belangrijker in Nederland, zo ook in Lindenholt. Daarom is Sportservice Nijmegen begonnen met het initiatief.

'Bewegen doe je samen'. Hierbij worden er informele sportgroepen gevormd in de wijk. Dit houdt in dat je gewoon gezellig samen met je collega, buurvrouw, buurman, familie of vrienden kunt gaan bewegen zonder bij een vereniging te hoeven aansluiten.

Aan dit initiatief zitten vele voordelen. Zo kan er zelf beslist worden wat, waar, wanneer en met wie er gesport wordt en dat maakt het dus geheel vrijblijvend. Lindenholt is een mooi gebied waar lekker gewandeld en gefietst kan worden en dus de ideale omgeving voor dit initiatief.

Op de dag van Lindenholt, op 30 juni 2013,

zal er ook een 'Sportservice kraam' zijn waar meer informatie te vinden is over het initiatief 'Bewegen doe je samen'.

Verder kun je op deze dag ideeën uitwisselen en mensen ontmoeten waarmee je samen kunt gaan bewegen.

Wil je vóór de dag van Lindenholt al meer informatie over wat de verschillende mogelijkheden zijn in Lindenholt dan kunt u contact opnemen met d.vrolijks@nijmegen.nl.

Wij zijn benieuwd of u ook beweegt. We zien u dan ook graag terug op 30 juni, op de dag van Lindenholt bij de kraam van Sportservice Nijmegen.

Tot dan!

Team Sportservice Nijmegen.

Tekst en foto's: Sportservice Nijmegen

Laatste Koninginnedag op 30 april

in Lindenholt een gr



Niet getreurd vanaf volgend jaar is het weer feest in Park Leuvenbroek met de Koningdag op 27 april!

Het leek er veel op dat deze keer iedereen extra deze Koninginnedag uitbundig meebeleefde. Een bevestiging dat deze dag geheel en al bij Lindenholt hoort. Het werd een gezellige en sfeervolle feestelijke happening met veel oranje! Gelukkig deed de zon weer vrolijk mee. Ondanks de live beelden op de televisie van de abdicatie en de kroningsplechtigheden in Amsterdam wisten velen de Leuvenbroek te vinden. Stemningsvol trok deze stoet langs de vele uitgestalde waren op de vrijmarkt van en voor jong en oud. De jeugd kon genieten van reuze luchtkussens. Een grote muzikent zorgde voor vrolijke klanken. Naast de kramen en de kindervrijmarkt op het gras waren er ook enkele kramen met informatie, zoals van de KION en de Stichting LAK (Lindenholtse Activiteiten voor Kinderen) en het Rode Kruis om waar nodig een 'pleister te plakken'. Wederom kijken we terug op een bijzonder geslaagd evenement in Lindenholt.

Tekst: Theo Vermeer

Foto's: Theo Vermeer en Raoul Tangerink



Tandartsenpraktijk MondZorg024 aan de St. Agnetenweg 73a stelt patiënt centraal



Benieuwd als we zijn, knopen we een gesprek aan met tandarts Frans Janse; hoe vergaat het deze tandartsenpraktijk sinds de opening van het nieuwe pand aan de Sint Agnetenweg.

We zijn blij dat er meegedacht wordt om het interieur te optimaliseren

Frans: 'We zijn geopend op 22 november 2011 en we zijn zeer tevreden over onze huisvesting hier. Om nog verdere verbeteringen te bereiken, hebben we een half jaar lang een ideeënbus voor de patiënten geplaatst. Een zestigtal van hen kwamen met uiteenlopende suggesties en tips. We hebben er één uitgekozen, die we binnenkort gaan aanbrengen. Patiënte Astrid van Raaij kwam met de suggestie over een glazen afscheiding tussen de receptie en de wachtruimte. Dit om meer privacy voor de patiënten te kunnen bereiken. Ter beloning voor haar idee ontving zij de nieuwste tandenborstel. Haar zoontje Floris kreeg een tandartsspeelgoed.

'We zijn blij dat er meegedacht wordt om het interieur te optimaliseren'. Het pand met veel lichtinval, mag er zijn, evenals de indeling van de verschillende ruimten voor de medewerkers.

Voor de tandartsen Frans Janse en Rogier Sc-

heffers, de mondhygiëniste Nevin Kenger en de receptioniste Silvia Gommers is het daarom fijn werken hier. Verder zijn er nog twee preventie assistenten en vier gewone assistenten. Tandarts Fons Mentink is op 1 januari 2013 met pensioen gegaan. Rogier en Frans werken nu full time. Op de maandag- en woensdagavonden zelfs tot 20.45 uur. Ook op de zaterdagmorgen van 9.00 tot 13.00 uur. Voor spoedgevallen zijn ze aangesloten bij de tandartsenpost van het CWZ. Frans: 'Met onze buurman Medisch centrum 'Onder de Linde' hebben we goede contacten. Hier werken we samen met de huisarts, de apotheker, de fysiotherapeut en de psycholoog.

De tandartsenpraktijk Mondzorg024 heeft

Voor kinderen en angstige patiënten is er extra aandacht

een behoorlijk groei aan patiënten gekregen, vooral uit Lindenholt en Dukenburg. Maar ook komen patiënten van elders uit de stad en de regio naar Lindenholt. De behandelingen zijn veelzijdig: van gaatjes vullen, zenuwbehandelingen, kronen, voorzieningen op implantaten, kunstgebitten, kleine chirurgische ingrepen en eenvoudige orthodontie. Voor kinderen en angstige patiënten is er extra aandacht. Het

gebruikte instrumentarium is up to date naar de nieuwste inzichten. De Nederlandse Maatschappij ter bevordering der Tandheelkunde (NMT) heeft deze praktijk een goede beoordeling gegeven na een enquête onder de patiënten. Criteria waren zoals de goede bereikbaarheid (parkeren, telefoon, email e.d.), de communicatie met de tandarts (de uitleg over de behandeling en geruststelling), de hygiëne, en het volgen van nascholingen.

Een vraag aan Frans over verstandige voedingsgewoonte tegen tandbederf. 'Zorg dat je niet meer dan vijf a zes zoetmomenten hebt per dag. Naast het ontbijt, de lunch, en het avondeten, twee a drie tussendoortjes. Liefst met zo min mogelijk suiker. Vooral energiedrankjes zijn slecht. Poets je tanden tweemaal per dag, liefst elektrisch. Flossen en andere interdentaal reinigingen helpen mee het gebit op orde te houden. Tandbederf en tandvleesproblemen komen je algemene gezondheidstoestand niet ten goede. Ze vormen met name een risico voor diabetici en bij hart- en vaatziekten'.

Voor meer informatie, kijk op: www.mondzorg024.nl

Tekst en foto's: Theo Vermeer



Anita's hairstyling : € 2,50 korting!



Nieuwe
klanten krijgen
€ 2,50
korting!

Nieuwe klanten voordeel bij Anita's hairstyling

In ruil voor deze advertentie krijgt u, als nieuwe klant (maar ook alle vaste klanten die een vriend of vriendin meenemen voor een behandeling bij Anita's hairstyling) € 2,50 korting op alle behandelingen!

Bijv.: heren wassen/knippen: van € 20,50 voor € 18,00 • Dames wassen/knippen/drogen: van € 23,50 voor € 21,00

Deze aanbieding is niet inwisselbaar voor geld en niet geldig in combinatie met andere acties. Geldig t/m 31-08-2013.

Schwarzkopf
PROFESSIONAL

Handig! Het stoplicht voor de deur laat zien of u direct terecht kunt.

Rood	Vol, u kunt wel een afspraak maken.
Oranje	Informeert binnen even, u wordt zo snel mogelijk geholpen.
Groen	U wordt direct geholpen.

Ook op
afspraak!
Bel dan
(024) 378 31 37

Openingstijden	Maandag	13.00 uur tot 22.00 uur	Donderdag	09.00 uur tot 22.00 uur
St. Agnetenweg:	Dinsdag	09.00 uur tot 17.30 uur	Vrijdag	09.00 uur tot 17.30 uur
	Woensdag	09.00 uur tot 17.30 uur	Zaterdag	08.30 uur tot 13.30 uur

St. Agnetenweg 50 • T (024) 378 31 37 • Voorstadsaan 263 • T (024) 82 00 262
www.anitahairstyling.nl • info@anitahairstyling.nl

Extensions • Haarwerken • Kinderfeestjes • (Bruids)visagie • Metamorfoses



Betekenen ook iets voor kinderen van gescheiden ouders en word vrijwilliger bij NIM!

Bij een scheiding of uithuisplaatsing is het belangrijk dat kinderen contact blijven houden met hun ouders. Wanneer ouders extra hulp nodig hebben bij het opzetten en uitvoeren van een omgangsregeling kan Begeleide Omgangsregeling (BO) daarbij helpen.

Voor wie is BO?

Begeleide Omgangsregeling is er voor kinderen tot 12 jaar en hun gescheiden ouders en uithuis geplaatste kinderen tot 16 jaar en hun ouders.

Wat kunt u als vrijwilliger betekenen?

Als vrijwilliger bied je praktische ondersteuning die soms nodig is om een vastgelopen omgangsregeling weer op gang te brengen, zoals het kind ophalen en wegbrengen en aanwezig zijn bij ouderbezoeken.

Wat vragen wij van onze vrijwilligers?

Van onze vrijwilligers vragen we wat levenservaring, een open houding t.a.v. echtscheiding en het gemakkelijk om kunnen gaan met kinderen. Het bezit van een auto en een rijbewijs is ook essentieel voor dit werk. Daarnaast vragen wij een verklaring omtrent goed gedrag (VOG).

Wat bieden wij onze vrijwilligers?

Wanneer u vrijwilliger wordt bij BO, verbindt u zich voor minimaal 1 jaar aan het project, voor hooguit één dagdeel per week. Van ons krijgt u deskundige begeleiding en een onkostenvergoeding.

Lijkt het u iets om zelf vrijwilliger te worden bij de Begeleide Omgangsregeling? Neem dan contact op met coördinator Louis Boons, T (024) 323 27 51, M (06) 340 002 35, l.boons@nim.nl



nieuw

Zet ook een 'Stap Vooruit!'

Stap Vooruit is een gespreksgroep, voor iedereen vanaf 18 jaar die zich meldt bij NIM, waarin snel en effectief handvatten aangereikt worden om uw situatie te verbeteren.

De groep staat voor een eerste stap in het proces om problemen aan te pakken. Het aanbod start iedere maand, dus er is nauwelijks wachttijd.

Belangrijke thema's die steeds terugkeren in dit aanbod zijn: stoppen met piekeren, grenzen leren aangeven, nee leren zeggen, steun uit de omgeving vragen, zelfvertrouwen en ontspanning vergroten.



Vragen die in de groep aan bod komen, zijn ondermeer:

- ▶ "Hoe kan ik zo goed mogelijk met mijn problemen omgaan?"
- ▶ "Wat heb ik hiervoor nodig en wie of wat kan mij hierbij helpen?"
- ▶ "Welke problemen kan ik zelf oplossen en met welke problemen moet ik leren omgaan? En hoe doe ik dat?"

Meer informatie

Aan deelname zijn geen kosten verbonden. De groep draait op diverse plekken in Nijmegen, wisselend op de maandag- en woensdagavond. Voor aanmelding of informatie kunt u bellen naar: (024) 323 27 51, of mailen naar info@nim.nl.



Wie wint de hoofdprijs tijdens de Open Dag van 22 juni?



Wethouder Turgauy (tweede van rechts) tijdens de introductie van *Blik in de Kampenaar*.

Op zaterdag 22 juni staan de deuren van de Kampenaar voor u open!

Dan bent u van harte welkom. Dat doen we om u de gelegenheid te geven binnen te kijken (ook bij de Jongerenhuiskamer en de Girlsroom). Het Wijkteam de 6-Kamp organiseert een Open Dag van 12.00 tot 16.30 uur. Wij hopen dat wij u zó enthousiast kunnen maken voor alle activiteiten dat u daarna de deur vaak zelf zult openen. Als u dat niet doet dan kunt u binnenkort wel eens voor een gesloten deur van De Kampenaar komen te staan. Dat willen wij niet en dat wilt ook u niet. Jarenlang hebben wij (de bewonersgroepen van de Kampwijken, het Wijkteam De 6-Kamp en een aantal vrijwilligers geknokt om aan “deze kant van de IJpenbroekweg” ook een eigen wijkcentrum te krijgen. Voor de kinderen zijn er leuke attracties waaronder een gratis tombola!

Er is zo weinig te doen in onze wijk

Wij hebben veel gedaan en willen graag nog meer doen maar dat kunnen we niet alleen: daar hebben we ook u voor nodig. Nu bent u aan zet! Ook vanuit de gemeente en de helpende organisaties zoals Tandem, Inter-Lokaal, NIM, SWON is veel gedaan voor alle bewoners van Lindenholt. Er zijn fantastische resultaten geboekt. Laat horen wat u belangrijk vindt om het wijkcentrum kunnen behouden. Voor een lege Kampenaar betaalt de gemeente niet meer; ook zij zien liever alle dagen en avonden “volle zalen”. Ja, er moet worden bezuinigd met de bewoners kunnen er nog veel leuke en interessante zaken georganiseerd worden.

Activiteiten, demonstraties, workshop en plannen

Wij hebben een programma van activiteiten, demonstraties en workshops zodat u kunt zien wat er te doen is in uw wijkcentrum. Om een paar voorbeelden te noemen: Bingo, Bridge, Darten, Schilderen, Taallessen, Yoga. Het is

ook mogelijk om te vergaderen in De Kampenaar. Er zijn plannen voor nog meer activiteiten zoals een Fotoclub, creatieve avonden voor vrouwen, Spiritueel Café, Liederentafel, bewegen voor ouderen en een soos voor kinderen met een verstandelijke beperking. U kunt zich opgeven voor de al lopende activiteiten en voor de nieuw te plannen activiteiten. Wilt u actief meedoen met het organiseren van een activiteit en/of een activiteit begeleiden? Graag, wij kunnen het niet alleen. Mail of bel ons even.

De Boekenboom

Het idee is simpel en mooi: een boom met boeken om te lezen, te lenen of te wisselen. Alle boeken die u niet meer wilt lezen zet u in de boom; u zoekt nieuwe boeken die u wilt meenemen om te lezen en wilt u ze niet meer dan zet u ze terug in de boom. De initiatiefnemers informeren over het hoe en wat. Zoals het er nu uitziet komt de boom te staan bij De Kampenaar (hoek St. Agnetenweg – Zwanenstraat). Een gezellig ontmoetingspunt met een paar bankjes en toegankelijk voor iedereen. Wilt u coördinator worden van deze boom? Neem contact op met ons op.

Soos voor “kinderen” met een verstandelijke beperking

Voor de soos van kinderen met een beperking zoeken wij nog ouders en een agoge die de kinderen kan begeleiden. Het idee is om voor deze kinderen regelmatig een gezellige middag te organiseren onder begeleiding van een vakkundige en met hulp van de ouders. Ook zij hebben recht op plezier en ontspanning in hun wijkcentrum! Onze gedachten gaan ook uit naar het organiseren van een Disco middag of avond. Om dit tot een succes te maken en in september te kunnen starten vragen wij u zo snel mogelijk (vooraf) hiervoor aan te melden bij Willem van Megen: telefoon 024-3792627 of 06 4846 6094. Per mail: dekampenaar@hotmail.com.

De Jongerenhuiskamer en de Girlsroom zijn ook OPEN

Ook de jeugd kan chillen in hun eigen Jongerencentrum (ingang aan de St. Agnetenweg).

De jonge dames hebben een aparte eigen kamer waar de heren NIET welkom zijn; zij vertellen daar hun diepste geheimen, hebben ook hun eigen “meiden” bezigheden. Kom gerust vrijblijvend een kijkje nemen. Zowel het jongerencentrum als de Girlsroom worden begeleid door Tandem Jongerenwerkers en stagiaires. Is er al een naam bekend voor dit Jongerencentrum??? Dat is nog een verrassing. Kom in ieder geval kijken!

Het Wijkteam De 6-Kamp

De zeskampwijken (Geer-Gilde-Hoef-Kluijs-Voorsten- en Wellenkamp) werken veel samen. Op dit moment is er alleen in de Geerkamp nog geen bewonersgroep of comité dat meedoet. Vanuit de andere vijf Kampwijken is er minimaal een persoon vertegenwoordigd in het Wijkteam De 6-Kamp. Het wijkteam bestaat al enige jaren en wil haar activiteiten verder bundelen en uitbreiden. Daarom zijn de bewonersgroepen ook op deze zaterdag aanwezig om u te informeren over wat zij doen en hoe u kunt meedoen. Het Wijkteam vergadert enkele keren per jaar over verbeteringen in de wijk op gebied van leefbaarheid, veiligheid, groen en openbare ruimte. De voorstellen en besluiten worden besproken met de gemeente, politie, woningbouwverenigingen, welzijnsorganisaties en zorginstellingen. Een aparte commissie binnen het wijkteam gaat de activiteiten ondersteunen, promoten en uitbreiden. Het is erg leuk om contact te houden met de begeleiders van de activiteiten en contacten te leggen voor nieuwe activiteiten.

Laat u informeren over:

De Gildegein met haar kindermiddagen

Het vernieuwde speeltuintje in de Hoefkamp
De Volkstuinjes in de Kluijskamp gaan komen

Het al lopende buurtpreventieteam in de Wellenkamp

Het beach volleybal toernooi in de Voorstenkamp

als u wilt zijn er ook mogelijkheden voor uw wijk

Informatie of aanmelden

Wilt u meedoen bij het organiseren van activiteiten in De Kampenaar? Of wilt u uw activiteit voor De Kampenaar presenteren, een demonstratie of een workshop geven? Aanmelden en meer informatie hierover kunt u krijgen via mail: dekampenaar@hotmail.com of telefonisch bij:

Willem van Megen: 06 4846 6094 en bij Ronald Gerrits: 06 5069 6369.

Hoofdprijs

Als we samen De Kampenaar open kunnen houden wint iedereen de hoofdprijs.

In De Kampenaar staat een gratis kopje koffie of thee voor u klaar! U bent van harte welkom.

Namens het organisatie team graag tot 22 juni!

Tekst: Marja van Megen

Foto: Ron Disveld

TE KOOP

PLAN DE MEEUWSE ACKER 17e STRAAT NIJMEGEN



**FRAAI VAN BUITEN, PRAKTISCH VAN BINNEN
BETAALBAAR WONEN**

KOOPSOMMEN VANAF 187.000 von

Realisatie:

Inlichtingen en verkoop:



- nieuwbouw
 - verbouw
 - uitbouw
- Nijmegen



024 - 677 77 76
www.hansjanssen.nl

TE KOOP

PLAN DE MEEUWSE ACKER 20e STRAAT NIJMEGEN



**4 UITGEBOUWDE TWEE-ONDER-EEN-KAP
WONINGEN MET GARAGE:
FRAAI VAN BUITEN, RUIM VAN BINNEN**

KOOPSOMMEN VANAF 259.000 von

Realisatie:

Inlichtingen en verkoop:



- nieuwbouw
- verbouw
- uitbouw
Nijmegen



024 - 677 77 76
www.hansjanssen.nl

Gezond zwanger in Dukenburg en Lindenholt



Zwanger worden?

Kom naar het
kinderwensspreekuur*

Voor advies
en vragen over o.a.
leefstijl, vruchtbaar-
heid, erfelijkheid,
bloeddruk meten,
BMI meten

Bel voor een afspraak met
Verloskundig Centrum Nijmegen,
088 999 70 10 of neem contact
op met uw huisarts.

Kijk ook op
www.strakswangerworden.nl



* Het kinderwensspreekuur is
gratis als u medewerking verleent
aan het onderzoek van Healthy
Pregnancy 4 All



Lindjes

Lindjes zijn gratis, niet-commerciële advertenties voor lezers van *Lindholt Leeft Ook*. Een advertentie plaatsen? Mail naar info@lindholtleeft.nl

Rommelmart! Gezellig Kleinschalig

Op zaterdag 15 juni, van 14:00 tot 16:00 uur, wordt er in Wijkcentrum Dukenburg, Meijhorst 70-39, een leuke rommelmarkt gehouden. De rommelmarkt is een particulier initiatief. In dit geval zijn de aangeboden spullen meestal overbodig of ongewenst door een verhuizing. Dat betekent dat de spullen in goede staat zijn. De opbrengst is bestemd voor sociale doeleinden. U bent van harte welkom!



LANDHUIS
DE DUCKENBURG

ETEN BIJ

Zusje

Kom eten,
drinken en
genieten op
de mooiste plek
in Dukenburg

**Drie gangen-menu
à €24,50**

(024) 344 47 81 www.deduckenburg.nl



Wijkgezondheidscentrum
Lindholt

Kom in beweging!
bij Wijkgezondheidscentrum Lindenholt
info zie: www.wgclindholt.nl
024-3781818

In de sportzaal van het gezondheidscentrum:

- **Conditie fit** (fitness in kleine groepjes onder deskundige begeleiding)
tijdelijk actietarief tot de zomer
- **Beweeg je vrij** (grond oefeningen)
- **(Be)weeg je fit en (Be)weeg pret voor kinderen met overgewicht**
(voor 20 euro 2 jaar begeleiding en een half jaar sporten onder leiding van een kinderfysiotherapeut)

Agenda



Wijkcentrum De Brack

Donderdag 6 juni

14.00- 16.30 u: KBO

19.30- 22.30 u: KVO

20.00- 22.00 u: Origami

Donderdag 13 juni

14.00- 16.30 u: De Zonnebloem

Donderdag 20 juni

14.00- 16.30 u: KBO

Donderdag 27 juni

14.00- 16.30 u: KBO

Donderdag 4 juli

14.00- 16.30 u: KBO

Elke vrijdag

9.00- 9.45 u: trombosediens

Info: wijkcentrum De Brack

Telefoon: (024) 377 57 84

Wijkcentrum De Kampenaar

Vrijdag 21 juni van 12.00- 17.00 uur:

OPEN DAG

Maandagen

19.00- 21.00 u: Jongeren Huiskamer,
inloop

Woensdagen

9.00- 12.00 u: IVC Lindenholt; SOC
Activeringslessen

15.00- 17.00 u: Jongeren Huiskamer,
inloop

19.00- 21.00 u: Meidenkamer, inloop

19.00- 21.00 u: Jongeren Huiskamer,
inloop

19.00- 21.00 u: Yoga

Donderdagen

13.15- 17.00 u: Bridge inloop

17.30- 18.30 u: Yoga

19.00- 22.00 u: Dartclub Robin Hood

19.00-21.00 u: Jongeren Huiskamer,
inloop

Vrijdagen

9.30- 11.30 u: Yogagroep

13.00- 16.30 u: Bewonerscomité De
Wellenkamp, Bingo (iedere derde vrijdag
van de maand)

Info: wijkcentrum De Kampenaar

Telefoon: (024) 373 82 24

Loop eens binnen bij de Wereldwinkel.
De beste cadeauwinkel 2012 van Nederland
en bekijk onze:

- Kleurrijke sieraden, ruime keus ook in zilver
- bonte sjaals van diverse stoffen
- veelkleurige schalen, bekers en serviesgoed
- keramiek en handnijverheid van wijnglas tot Boeddha
- speelgoed voor de allerkleinsten
- wierook en etherische oliën in vele geuren
- wenskaarten met meer mogelijkheden en bijzondere schrijfwaren
- levensmiddelen o.a. koffie, thee, honing, chocola, noten, veel diverse Aziatische kookproducten en nog veel meer uit Afrika, Latijns-Amerika en Azië.



➤ **Lulu crème.**
Zuid Soedanese
Sheabutter producten.
Maak jezelf
en de wereld mooier
met Lulu crème.

Kom eens kijken bij:
Wereldwinkel Dukenburg
Meijhorst 70-01A
6537 EN Nijmegen
Tel. 024 – 3450196
www.wereldwinkelnijmegen.nl
Open: Ma 13.00 – 17.00 uur
Di t/m Za 09.30 – 17.00 uur

de Zonnebank

Zonnestudio Nijmegen

De goedkoopste van Nederland

voor meer
informatie
bel

€ 2,-
per 5 m



06 811 473 05

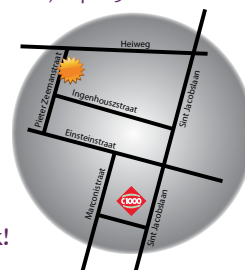
Lekker zonnen onder een nieuwe powerzonnebank vanaf € 2,00 per 5 minuten

Openingstijden De Zonnebank

maandag van 10.00 tot 20.00 uur
dinsdag, donderdag en vrijdag van 10.00 tot 20.00 uur
woensdag gesloten, zaterdag van 9.00 tot 17.00 uur
zondag van 12.00 tot 17.00 uur

Gratis parkeren!

Ons pand is rolstoel- en rollatorvriendelijk!



Pieter Zeemanstraat 1a 6533 NZ Nijmegen Telefoon 06 811 473 05

PORTAAL

Eerste koopwoning?
Portaal opent deuren!



Al 17½ jaar op deze
vertrouwde plek

Mooie merken voor dames en heren.

Het laatste nieuws ook op Facebook



Winkelcentrum 'de Notenhout'
Hartje Neerbosch-Oost Symfoniestraat 152
024-3771266 www.dehaasdemode.nl



Klanten parkeren altijd GRATIS op ons terrein

Belangrijke nummers

- Alarmnummer: 112
- Politie: 0900 88 44 (ook team Lindenholt)
- Brandweer: (024) 329 75 99
- GGD: (024) 3 297 297
- Gezondheidscentrum Lindenholt: (024) 378 18 18
- Huisartsenpost: 0900 88 80
- Canisius Wilhelmina Ziekenhuis: (024) 3 657 657
- UMC St Radboud: (024) 361 11 11
- Sint Maartenskliniek: (024) 365 99 11
- Dierenambulance: (024) 355 02 22
- Meld Misdaad Anoniem: 0800 70 00
- Meldpunt Kindermishandeling: (026) 442 42 22, 0900 123 123 0
- Slachtofferhulp: (024) 323 33 22, 0900 01 01
- Advies- en Steunpunt huiselijk geweld: 0900 126 26 26
info@huiselijkgeweldgelderland.nl
- Kindertelefoon: 0800 04 32
- Discriminatie, Ieder1Gelijk: (024) 324 04 00
- Maatschappelijk werk (NIM): (024) 323 27 51, info@nim.nl
- Het Inter-lokaal: (024) 373 44 94, Zwanenstraat 1a, lindholt@inter-lokaal.nl
- Tandem: (024) 365 01 70
regio.noord@tandemwelzijn.nl
- Swon het seniorennetwerk: (024) 365 01 90
info@swon.nl
- Wijkcentrum De Brack: (024) 377 57 84
Leuvenbroek 1200, debrack@nijmegen.nl
- Wijkcentrum De Kampenaar: (024) 377 57 84, Zwanenstraat 1a
dekampenaar@hotmail.com
- Wijk- en jongerencentrum De Sprok: (024) 373 32 51, Weteringweg 51
- Sportfondsenbad Dukenburg: (024) 377 15 70, Meijhorst 7041
- Stadsschouwburg en Vereeniging: (024) 322 11 00
- De Lindenberg: (024) 327 39 11
- Lux: 0900 589 46 36
- Gemeente Nijmegen: 14 024
gemeente@nijmegen.nl
- Bel- en Herstellijn: 14 024
bel&herstellijn@nijmegen.nl
- Bureau Toezicht: 14 024
- Milieupolitie: 14 024
- Dar Klantenservice: (024) 371 60 00
- Dar Grofvuilservice: (024) 371 60 26
- Breng Klantenservice: 0900 20 20 121
- De Gemeenschap: (024) 381 78 00
vbz@wbbsg.nl
- Portaal: 0800 767 82 25, info@portaal.nl
- Standvast Wonen: (024) 382 01 00
info@standvastwonen.nl
- Talis: (024) 352 39 11, postbus@talis.nl
- WoonGenoot: (024) 344 06 39
info@woongenoot.nl
- Woonzorg Nederland: 0900 123 49 96
klant@woonzorg.nl



Jo Janssen Gewoon Nijmegen zegt:
Geen sluiting zwembad Dukenburg
Wijken moeten leefbaar blijven!

Jo Janssen en Ruud Klein Hemmink
E-mail: info@gewoonnijmegen.nl



[jo.janssen.773](https://www.facebook.com/jo.janssen.773)

www.Raadeenswat.nl



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

- Al meer dan 25 jaar uw (elektrisch ondersteunde) fietsspecialist!
- Vakkundige werkplaats voor al uw reparaties (liefst op afspraak)
- Ook uw adres voor een goede gebruikte fiets. Inclusief 3 maanden garantie!
- Dealer van Gazelle, Batavus, Sparta, Giant en Raleigh.
- Voor onze vaste klanten veel voordeel (zie onze website)
- Maandag gesloten

ONTDEK DUKENBURG

Op facebook



VOLG DUKENBURG EN BLIJF OP DE HOOGTE VAN ALLE ACTIES EN AANBIEDINGEN

- Grootste overdekte winkelcentrum van Gelderland
- Meer dan 100 winkels
- Uitstekende bereikbaarheid 1^e uur parkeren voor 50 cent

Kijk ook op www.winkelcentrumdukenburg.nl

