

NIJMEGEN BEGINT HIER

STAP VOOR STAP



STADSKAART

INTRODUCTIE

In 2025 kwamen jongeren uit allerlei landen en culturen elke woensdag samen in Nijmegen voor *Wake Up Your Mind!*, een project van VluchtelingenWerk Nederland. Daar deelden we verhalen, ideeën en creativiteit. We weten allemaal hoe het voelt om ergens nieuw te zijn, om opnieuw te beginnen en op zoek te gaan naar een plek waar je je thuis voelt.

Dit boek is onze manier om iets terug te geven aan de stad. Met zorg gemaakt voor nieuwkomers in Nijmegen, in de hoop dat het een warm welkom biedt, en misschien ook wat inspiratie en herkenning. Wij geloven in de kracht van delen. En in wat er kan ontstaan als mensen écht samenkomen.



Dit boekje is gemaakt door:

Abdalrazaq, Ahmet, Cora, Fleur,
Ibrahim, Khadija, Khaled, Luna,
Madelief, Maya, Mohamed,
Natalie, Rafat, Ranko, Rifka,
Wail, Yayah, & Zana



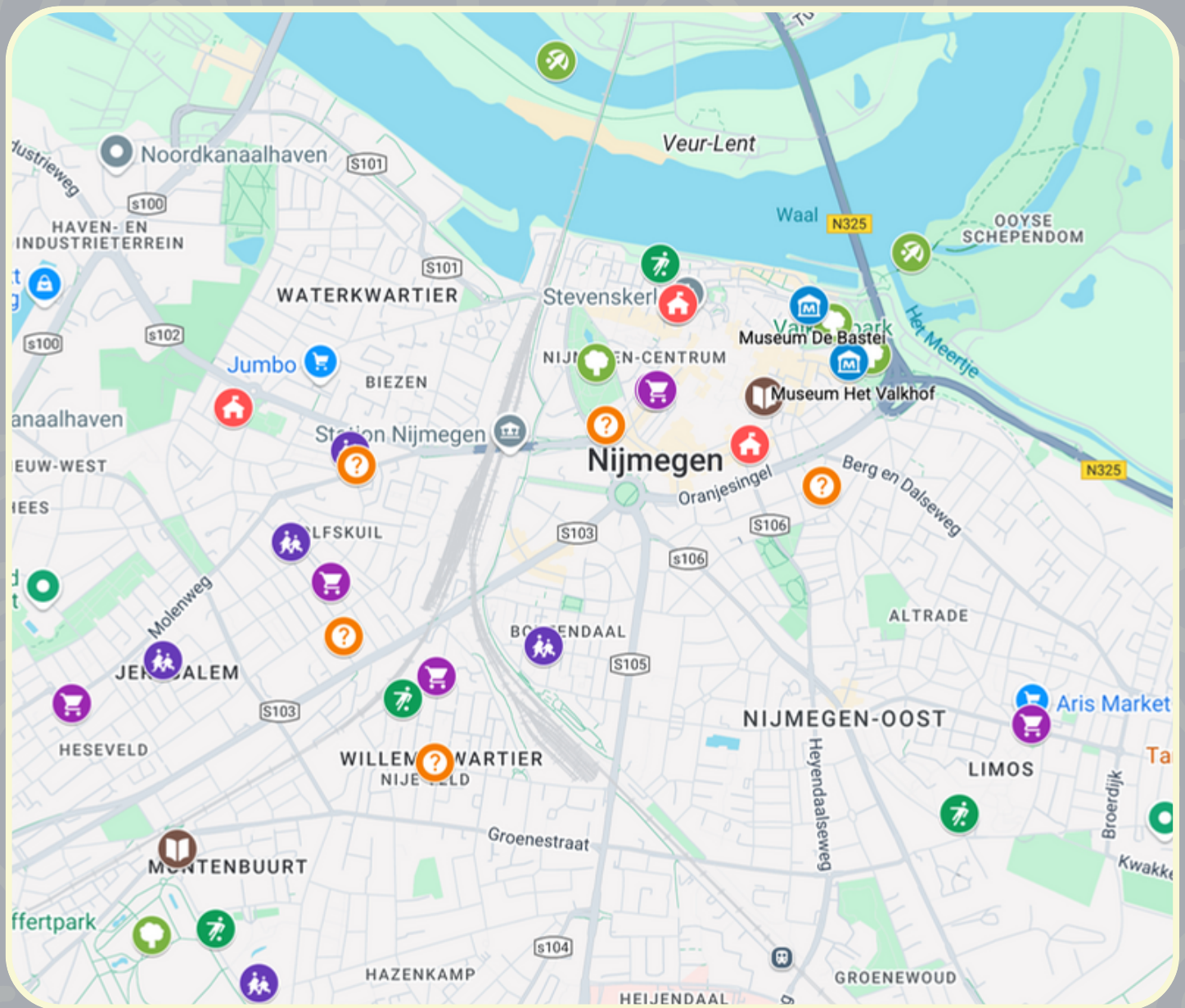
STADSKAART NIJMEGEN



Scan met je telefoon

Door deze QR-code te scannen, krijg je toegang tot een kaart in **Google Maps** die speciaal voor jou is ontworpen. Hierop zie je alle locaties die in dit boekje worden genoemd.

Dit is om jou op weg te helpen in Nijmegen. Er is genoeg te doen. Nu kun je gaan ontdekken wat bij jou past.



**Parken
& natuur**



**Bibliotheek
en studieplekken**



**Halal/culturele
supermarkten**



Hulp (taal etc.)



Sport



Museum



**Activiteiten
voor kinderen**



**Sociaal:
ontmoetings-
plekken**

PARKEN & NATUUR

Goffertpark: grootste park van Nijmegen met grote velden.
Je kan hier spellen spelen zoals voetbal of volleybal.



Kronenburgerpark: een gezellig en mooi park in het centrum van Nijmegen. Met lekker weer is het hier druk met mensen, en ganzen.



Valkhofpark en Hunnerpark: een mooi park met Romeinse Ruïnes (overblijfselen uit de geschiedenis)



Waalstrandje: een mooi standje aan de Waal, hier kun je in de zomer zitten in de zon. *Let op:* hier kun je niet zwemmen, er zijn gevaarlijke stromingen.



Spiegelwaal: tegenover de waal ligt de Spiegelwaal, waar je kan zonnen en zwemmen. *Let op:* zwemmen kan hier gevaarlijk zijn.



Berendonck: De Berendonck is een fijne plek om zomers naartoe te gaan, je kunt er sporten, zonnen en zwemmen in erg schoon water. Voor kinderen is er een waterpomp en speeltoestellen.



Lentse Plas: Bij de Lentse Plas kun je zwemmen in het heldere water of een spelletje doen op het zand. Dit is de ideale plek om in een opblaasbootje te varen of in je opblaasband rond te dobberen.



KINDERACTIVITEITEN

Kinderboerderij De Goffert

Kinderen kunnen hier gratis naar dieren kijken en met dieren knuffelen of spelen in de speeltoestellen.

Scan deze QR code om een rondleiding te krijgen van Abdalrazaq & Luna in de Kinderboerderij:



Avonturenbos Stekkenberg en Sprokkelbos Lent

Avontuurlijke speelbossen om te klimmen en rennen in de natuur.

Speeltuinen voor kinderen

Dit is een lijst met buitenspeeltuinen voor kinderen van ongeveer 3 tot 12 jaar, hier kun je gratis met je kinderen naartoe en het is een leuke activiteit voor een dag met lekker weer.

‘t Boerenlandje
Wijkspeeltuin de Linguster
Speeltuinvereniging ‘t Kraaiennest
Wijkspeeltuin ‘t Veldje
Zandbak ‘Heumensoord’

BIBLIOTHEKEN EN STUDIEPLEKKEN



Ben je op zoek naar een plek om de taal beter te leren? Ga dan naar een van de bibliotheken in Nijmegen om deel te nemen aan een van de taalcafés. Ook kan je in de bibliotheek boeken lezen, (gratis) printen en studeren (op een computer van de bibliotheek).

De bibliotheek biedt ook hulp bij digitale vragen. Je kunt bijvoorbeeld het Digitaal Café of het informatiepunt Digitale Overheid bezoeken.

Overzicht taalcafés:

Bibliotheek	Dag	Tijd
Hatert	Donderdag	10:00 - 12:00 uur
Lent	Woensdag	10:00 - 12:00 uur
Mariënburg	Woensdag	10:00 - 12:00 uur
Mariënburg	Donderdag	19:00 - 20:30 uur
Muntweg	Dinsdag	14:00 - 15:30 uur
Zwanenveld	Maandag	10:00 - 12:00 uur

SOCIAAL: ONTMOETINGSPLEKKEN



HEEM

Heem is een ontmoetingsplek waar vaak gekookt wordt en creatieve activiteiten worden georganiseerd. Elke dinsdag is er van 19:00 uur tot 22:00 uur een open atelier, waar je creatief bezig kan zijn en kan experimenteren met verschillende materialen.

Elke woensdag is er om 18:30 uur de Heemhap, dit is een vegetarische avondmaaltijd. Dit kost **€6,50**, maar is **gratis** als je meehelpt met koken. Het koken begint om 16:30 uur. Voor de Heemhap is het verplicht om je aan te melden, dit kan via de mail post@heemontmoet.nl of via Whatsapp +31617968361.

Elke vrijdag wordt er samen soep gekookt en gegeten. Als je mee wilt koken begint dit om 17:30 uur en als je mee wilt eten, begint dit om 18:30 uur. Dit is **gratis**.





De Klinker

De Klinker is een ontmoetingsplek in Nijmegen, waar je vegetarisch kan eten en waar verschillende activiteiten worden georganiseerd.

Op maandagen is er een naaicafé, waar je kan leren hoe je een naaimachine moet gebruiken en hoe je je eigen kleding kunt ontwerpen. Op woensdagen is er een soepcafé, waar je **gratis** soep met brood en salade kan eten.



Gezellig Nijmegen

Gezellig Nijmegen is een ontmoetingsplek waar je verschillende activiteiten kan doen zoals een kopje koffie drinken, tafelvoetballen en spelletjes spelen. Ook zijn er verschillende taalactiviteiten, creatieve en sportieve activiteiten. Gezellig Nijmegen is geopend van dinsdag tot en met donderdag van 13:00 tot 17:00 uur. Van vrijdag tot en met maandag zijn ze gesloten.



Huis van Compassie

Het Huis van Compassie is een ontmoetingsplek voor mensen uit verschillende culturen. Er worden verschillende activiteiten georganiseerd zoals samen koken en eten. Ook kan je hier hulp krijgen bij verschillende dingen zoals energiekosten en het aanvragen van een gratis fiets.

Er is een repair café, een kappers café en een naaiatelier. Ook worden er taallessen en maatjesprojecten voor nieuwkomers georganiseerd.



Hier vind je een **filmpje** van een **rondleiding** bij Huis van Compassie.

Dit is de **agenda** met wat er te doen is bij Huis van Compassie



HULP

STIP

STIP zit op verschillende plekken in de stad. Als je in een lastige situatie zit, kun je bij stip hulp, advies en informatie krijgen. Bij JongerenStip kunnen jongeren tussen de 16 en 27 jaar terecht op maandagen tussen 14 en 17 uur. Bij het Jongerenlab worden activiteiten voor jongeren georganiseerd en hier kun je ook zelf activiteiten organiseren.



Bindkracht 10

Ook Bindkracht10 zit op verschillende plekken in de stad. Zij bieden hulp bij geldzaken, opvoeding, ontmoeting en meer.

Step Nijmegen

Als volwassene kun je bij Step taallessen, spreeklessen, schrijflessen, computerlessen en fietslessen krijgen. Ook kun je via deze organisatie gekoppeld worden aan een taalcoach.



Buddy to Buddy

Via de organisatie Buddy to Buddy kun je gekoppeld worden aan Nijmeegse buddy met wie je samen activiteiten kunt ondernemen en over elkaars cultuur kunt leren.



SPORT



Calisthenics park

In het Goffertpark naast het skatepark vind je een calisthenics park waar je zelf kan sporten. Je traint hier met je eigen lichaamsgewicht, verder heb je niks nodig.



Calisthenics park Nijmegen Oost

Ook in het Limospark kun je buiten sporten.

Cruyff Courts

Op verschillende locaties in Nijmegen vind je Cruyff Courts waar je gratis kunt voetballen op kunstgras.

Basketbalveld Waalkade

Aan de Waalkade vind je een veld waar je kan basketballen, dit veld is 24 uur per dag geopend.

Danslessen bij New Roots

Docent Abdel SRK geeft in de Vasim gratis danslessen voor jongeren van 12-16 en van 16-25 jaar. Je leert hier verschillende stijlen zoals urban, afro en freestyle. Stuur een mail naar ricardo@newrootz.org om je hiervoor aan te melden.



Scan deze QR code voor
een filmpje over de gratis
danslessen:



HALAL/CULTURELE SUPERMARKTEN



Halal/Culturele supermarkten

Hier vind je een overzicht van supermarkten waar je halal voedsel en vlees kunt kopen en producten uit verschillende landen. Hier kun je de ingrediënten vinden die je nodig hebt voor recepten uit je eigen cultuur.

- Slagerij Walid
- Amazing Oriental Nijmegen
- Najem Market
- Al Asala Market
- Toko Tajmahal
- Dunya internationale supermarkt
- Aris Market
- Sahin Market
- Meltem Market
- Alrayan Market
- Slagerij Al Madina

MUSEUM



Gratis naar het museum

Via Vluchtelingenwerk Nederland kan je in aanmerking komen voor een **gratis** museumbezoek. Meer dan 150 musea in heel Nederland doen mee met deze actie. Ook in Nijmegen heb je musea die meedoen met deze actie: De Bastei en het Valkhof Museum.



Vraag jouw **gratis** museum ticket aan via deze QR-code:



'HOW TO' - STAP VOOR STAP



In Nederland zijn er allerlei websites die jou kunnen helpen, hier zijn verschillende video's om jou op weg te helpen.

Op **Marktplaats** kun je tweedehands spullen kopen. Scan deze QR code om te ontdekken hoe je iets kopen op Marktplaats.



Via de website van **Thuisbezorgd** kun je eten bestellen bij restaurants in je buurt. Scan deze QR code om te ontdekken hoe je dit doet.



INTO NIJMEGEN



Into Nijmegen is jouw alles-in-één gids voor alles wat je nodig hebt om Nijmegen te leren kennen en je plek te vinden, of je nu kort verblijft of je er gaat wonen.

Op de website **Into Nijmegen** vind je meerdere categorieën:

- **Uitagenda:** hier vind je wat er op dit moment te doen is in Nijmegen.
- **Ontdekken:** hier vind je alle highlights van Nijmegen.
- **Zien & Doen:** hier kun je informatie vinden over onder andere het uitgaansleven, kunst en cultuur in Nijmegen.



WAKE UP YOUR MIND!



Wake Up Your Mind! is een project van VluchtelingenWerk Nederland voor jongeren van 17–29 jaar (of 30 op sommige locaties), waarbij Nederlandse jongeren en jongeren met een vluchtachtergrond samenwerken aan sociaal impactvolle projecten binnen het landelijke programma Maatschappelijke Diensttijd (MDT).

Waarom is Wake Up Your Mind! belangrijk?

- Het bevordert inclusie door gelijke samenwerkingen te creëren tussen vluchtelingen en locals
- Het vermindert stereotypen en bevordert wederzijds begrip – “culturele werelden komen samen”
- Het maakt jongeren sterker om actief deel te nemen aan een diverse samenleving

www.vluchtelingenwerk.nl/wake-up



***JOUW EERSTE STAP
BEGINT HIER ...***