Lentse Lucht

Maandelijkse uitgave
voor en door Lentenaren

jaargang 22 • april 2019

№

4

DE WARMOES BRUIST VAN ACTIVITEIT

OSTERIA POMODORO 9
TUINDERSVERHALEN 14-15
KASTEEL RESSEN 20-21

De Warmoes verbreedt de basis

De Warmoes, de historische tuinderij aan de Griftdijk Noord, zoekt naar verbreding van de basis zodat nog meer mensen kunnen genieten van deze groene oase midden in een volgebouwd Lent. Lentse Lucht sprak met medewerkers Barbara Hine en Marlies van Loon.

De nieuwste loot aan de fruitboom van de Warmoes is het gastenverblijf. Dat bevindt zich in de voormalige tuinderswoning en is sinds februari open. Barbara: "Het gastenverblijf is vanaf het begin al vaak geboekt. Daar zijn we blij mee. We hopen dat de gasten het historische karakter van onder meer de bakkenplek en de boomgaard waarderen." Marlies vult aan: "Je kunt hier alleen overnachten, ontbijt serveren we niet, maar ons tuincafé is natuurlijk wel vijf dagen in de week open. Er zijn drie slaapkamers zodat er maximaal zes mensen kunnen logeren. De inrichting is nostalgisch, geïnspireerd op de jaren veertig en vijftig van de vorige eeuw, maar wel met het comfort van nu."

HIER KUN JE MET ALLE ZINTUIGEN GENIETEN VAN DE LENTSE TRADITIES

Museum
Het museum is het laatste grote project dat op stapel staat. Er wordt momenteel gewerkt aan een plan voor een interactieve expositie die geïntegreerd is met wat buiten te zien en te beleven is. Marlies: "Eigenlijk is álles hier een museum: de bakkenplek, de boomgaard, de druivenkas. Als je hier binnenstapt moet je nieuwsgierig zijn naar wat er buiten gebeurt en andersom. We streven naar een basisexpositie met daarnaast seizoensgebonden exposities over bijvoorbeeld de oogst of het verwerken van groente en fruit."

Winkel, café en vergaderruimte
In de winkel worden producten verkocht die zelf gekweekt of geproduceerd worden zoals ingelegde augurken, siroop, stoofperen of zelfgemaakte azijn. Het café is het bruisende middelpunt van de Warmoes. Hier kunnen mensen uit de buurt en passanten elkaar ontmoeten. Er worden uitsluitend zelfgemaakte en biologische producten geserveerd. Marlies: "Hier kun je met alle zintuigen genieten van de Lentse tradities. De lunches en de taarten die we serveren zijn eerlijk en gezond, zoveel mogelijk bereid met producten uit onze eigen tuin." Boven het café is een vergaderruimte gerealiseerd die plaats biedt aan maximaal 35 personen. Barbara: "We hebben nog helemaal niet aan PR gedaan, maar de mensen weten ons al wel te vinden. De gemeente heeft hier al een aantal keren vergaderd en in de winter zijn er een paar verjaardagsfeestjes gevierd."

In de loop van het jaar wordt er van alles georganiseerd voor de groenliefhebbers. Barbara: "De komende tijd staan er workshops op het programma over mandenvlechten, het enten van eigen vruchtbomen en bloemboeketten binden. Op woensdagmiddag 10 april is er voor kinderen een workshop Paasversiering." Kortom: de Warmoes bruist van activiteit. Voor jong en oud is het leerzaam de Warmoes te bezoeken en te genieten van de nostalgische ontspannen sfeer.
Meer weten? Zie: www.dewarmoes.nl

TEKST: JK; BEELD: MZ

INFORMATIE & COLOFON

SLUITINGSDATUM KOPIJ: 11 APRIL

www.lentselucht.nl · redactie@lentselucht.nl · webredactie@lentselucht.nl · wolkjes@lentselucht.nl · advertenties@lentselucht.nl

Lentse Lucht wordt door vrijwilligers gemaakt en maandelijks gratis in Lent huis aan huis bezorgd. Abonnement buiten Lent: € 35,- per jaar. Opzegtermijn: 2 maanden. De redactie behoudt zich het recht voor om kopij niet te plaatsen of in te korten. Een bijdrage is verkregen uit het budget wijkactiviteiten / bewonersinitiatieven van de gemeente Nijmegen. Donaties: NL69 RABO 0127 9961 33
Lentse Lucht niet ontvangen? 024-3221076 / bezorging@lentselucht.nl

REDACTIE: Joop Koopman, Martin Bos, Alphons Backx, Léonie Schuijt-Overgoor **VORMGEVING:** Rick Reijntjes **ILLUSTRATIE:** Hans Spaans, Marieke van Stippent **TEKSTCORRECTIE:** Marijke Munnichs, Ineke Zaalmink **FOTOREDACTIE:** Lenny Rijken, Marc Jeuken, Jeroen Naus, Lieke Roodbol, Marion Zwart **WEBREDACTIE:** Rein Koning **DRUKKERIJ:** van der Weerd **OPLAGE:** 4.200 ex.

FSC www.fsc.org MIX Papier van verantwoorde herkomst FSC® C021795

UIT DE **LUCHT**

Platte bak

In deze editie van Lentse Lucht is er veel aandacht voor de tuinderhistorie van Lent. Wist u dat Lent vroeger bekend stond om de platte bak? En nee, daar wordt niet het typisch Lentse gevoel voor humor mee bedoeld. Van een heel andere orde is de 'ontdekking' van het kasteel van Ressen. Joris Habraken maakt ons deelgenoot van zijn speurtocht naar de locatie van het verdwenen Huis Ressen en de nog oudere middeleeuwse burcht.

Ik deel de fascinatie van Habraken voor verdwenen erfgoed. Lent is daar rijkelijk mee bedeeld. Denk bijvoorbeeld aan fort Knodsenburg, Huize Lent, de gedempte Grift en de al genoemde platte bakken. Toch kun je ook wat teveel verdwenen erfgoed hebben. Ik had graag gezien dat Lent wat meer van zijn historische karakter had behouden.

Het verleden is niet alleen zichtbaar in gebouwen, maar ook in het landschap. De eeuwenoude strijd tegen het water, de klassieke Betuwse boomgaarden, de contouren van oude landgoederen, en nog vele andere zaken, kon je nog niet zo lang geleden terugvinden in het landschap om je heen. Tot het moment dat de bulldozers de boel plat walsten om met een schone lei een Vinex-landschap te scheppen. De laatste jaren lijkt de gemeente meer oog te hebben voor de historische waarde van het landschap. Laten we hopen dat de overgebleven boomgaarden en volwassen bomen, en al die andere elementen die het landschap gelaagdheid en vertrouwdheid geven, worden gespaard in de nieuwe buurten die de komende jaren zullen verrijzen.

TEKST: MB; ILLUSTRATIE: MVS

Boomfeestdag in Lent

Het was een natte Boomfeestdag op 13 maart bij het natuurparkje van Plantjevlag. Maar de 32 leerlingen van basisschool De Windroos leken er geen last van te hebben. Samen met wethouder Bert Velthuis plantten ze in de vroege ochtend bomen en struiken om Lent een beetje groener te maken. Eerst waren er korte speeches van Jeanette Stevens (wijkregisseur openbare ruimte) en wethouder Veldhuis en kreeg Bea Peters een prachtig aandenken voor het vele werk dat zij al veertig jaar verricht voor de IVN en de jaarlijkse Nijmeegse boomfeestdagen.

Toen mocht het echte werk beginnen. In de klas hadden de kinderen al een speciale les over bomen gehad en nu mochten ze hun kennis toepassen. In weer en wind groeven ze samen met medewerkers van de gemeente kuilen en kregen vlieren, een wintereik, krenten, Gelderse rozen en kardinaalsmutsen een plaats in de klei. Twee kinderen plaatsten tijdcapsules met informatie in de grond, zodat mensen die hier over tweehonderd jaar graven kunnen zien hoe wij in 2019 leefden.

TEKST: LSO; BEELD: MZ

Dichterbij dan u denkt!

Drukkerij
Van der Weerd

Drukkerij Van der Weerd
Koopmansweg 2, 6515 AL Nijmegen (Oosterhout)
t [024] 34 88 310 info@drukkerijvanderweerd.nl
www.drukkerijvanderweerd.nl

Dé specialist in e-bikes
al v.a. €1199,- of lease €1,50 per dag!

Griftdijk Zuid 137, Lent/Nijmegen www.zoevers.nl

Den Hartog
TUINCREATIES

Tuinontwerp, realisatiebegeleiding en onderhoud

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769

mansan
natural health & beauty

RUG-NEK-SCHOUDER-PIJN?
Acupunctuur helpt!

Nu vanaf **€ 49,00** p.b.

WIJ ZIJN VERHUISD NAAR:
IMMANUEL KANTSTRAAT 57

Therapeutische behandelingen worden vergoed. Verwijzing van een arts is niet nodig!

Mansan | Immanuel Kantstraat 57| 024 848 10 80 | info@mansan.nl

Voor actuele aanbiedingen kijk op onze website www.mansan.nl

BY ILSE

SCHOONHEID OP MAAT

PRAKTIJK VOOR

HUIDVERZORGING & HUIDVERBETERING

HEEFT U UW AFSPRAAK AL GEMAAKT?

Ik hoop u snel te mogen ontvangen in mijn praktijk op het eiland Veur - Lent!

Oudedijk 2 | 6663 KT | Lent

06 - 24 170 150

info@schoonheidopmaat.nl
www.schoonheidopmaat.nl

Carnaval 2019

BEELD: MJ, MZ, LR, RICK REIJNTJES

van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. F.G.W.M. Huijbers
mr. S.T.W. Verhaagh
mr. D.W. Beemers
mr. S. van Oers
mr. H.M. Schurink - Smit
mr. B. Klomp - de Wijk
mr. L.I. Siers

voor:
- echtscheiding
- alimentatie
- arbeidsrecht en uitkeringen
- vreemdelingenrecht
- strafrecht
- jeugdrecht

Berg en Dalseweg 15
6521 JB Nijmegen
Tel 024 - 323 88 44

Wheels Tweewielers

AL MEER DAN 30 JAAR VAKMANSCHAP

WHEELS

- 3 verdiepingen met gebruikte & nieuwe fietsen
- WEBWINKELPRIJZEN
- goedkope fietsreparaties, snelle service
- gediplomeerd, vakkundig & enthousiast

St. Annastraat 42 6524 GE NIJMEGEN www.wheelstweewielers.nl

VANNATURE
NIJMEGEN

Duurzaam, biologisch en *fairtrade* winkelen op twee locaties in Nijmegen

Van Nature | Hét duurzame warenhuis
Burchtstraat 126 Nijmegen

Van Nature | Dé biologische speciaalzaak
Gerard Noodtstraat 135-137 Nijmegen

www.vannature-nijmegen.nl

Buiten
meer dan makelaars

Edith Piafstraat 110, 6663 MA Lent
T: 024-3888958
I: info@buiten.nu
W: www.buiten.nu

DE **DIERENDOKTER**

De belevenissen van een docent-dierenarts in de 'EDUZOO'

De school waar ik werk, AERES MBO Barneveld, heeft sinds september 2018 officieel ook een dierentuin. Wij noemen het een EDUZOO en hebben verregaande plannen om er iets groots en heel moois van te maken, met de nadruk op educatie. Als eindverantwoordelijk dierenarts houd ik me daarom ook met alle daarbij behorende dierentuintaken bezig, en dat zijn er nogal wat. Zo mag ik binnenkort met nog twee collega's op 'schietcursus'. Er zouden dieren kunnen ontsnappen en dan moet er iemand zijn die deze ertussenuit-knijpers snel met een verdovingsgeweer kan uitschakelen. We waren al eerder van plan deze cursus te volgen, maar drie weken geleden waren twee jonge mannetjeskamelen ontsnapt, dus toen hebben we maar spoed gezet achter onze bijscholingscursus.

De afgelopen weken heb ik een ernstig kreupele kroonkraanvogel laten inslapen, een kreupel stokstaartje en een volière met zieke, benauwde parkieten behandeld en sectie gedaan op een overleden landschildpad. Dit laatste samen met Ben, een nieuwe collega die ook dierenarts is en drie jaar op de pathologie-afdeling bij de Faculteit Diergeneeskunde heeft gewerkt. Met zijn specifieke kennis is hij een verrijking van ons team. Binnen de commissie 'Selectie Beheer' bepalen we welke dieren we graag willen houden en welke niet. Nu heb ik een directeur die, als het aan hem lag, al lang uitzicht zou willen hebben op tijgers en chimpansees. Maar voorlopig moet hij nog uitkijken op speciale ezelsoorten en een aantal met uitsterven bedreigde zeldzame huisdierenrassen, zoals koeien en geiten. Onze jongste aanwinst bestaat uit een aantal zeldzame, extreem grote wandelende takken, redelijk ongevaarlijk gelukkig.

Ook hebben we medicijnen uitgezocht en behandel- en verzorgprotocollen opgesteld voor de aan te schaffen dieren. Daarnaast heb ik zelf een nieuwe quarantaine- en ziekenboeg mogen ontwerpen en realiseren. Dierentuinen zijn verplicht deze te hebben. Met het nodige overleg en discussies met de 'bouwmannen' was dit een leerzame en leuke ervaring. Uiteraard hoort er ook een hoop administratie bij dit werk, maar gelukkig hebben we daar een paar helpende handen voor.

En dan heb ik ook nog mijn stage-lopende mentorleerlingen in Engeland bezocht. Die helpen op boerderijen bij het verlossen van schapen. Daar heb ik ter plekke geholpen en geadviseerd bij de geboorte van een (te dik) lam...
Kortom, *never a dull moment* als docent-dierenarts!

TEKST: HANS DEKKER; ILLUSTRATIE: HS

Nieuw ooievaarsnest in Lent

Op zaterdag 9 maart werd bij Huize Doornik een nieuw ooievaarsnest geplaatst. Het is het vierde nest in de regio. De andere drie staan aan de andere kant van de Waal in de Groenlanden, aan het eind van de Defensiedijk én tegenover Sprok aan de Waaldijk. Iets verderop in Park Lingezegen staat nog een tot nu toe onbewoonde nestpaal. Jongen die zijn geboren in één van deze nesten komen in de regel weer terug om zelf een gezin te stichten, zodat de kans erg groot is dat ook het nest bij Huize Doornik bewoond gaat worden. Zo kan Lent uitgroeien tot een waar ooievaarsdorp. Hans van Zetten uit Wageningen, de enige professionele ooievaarsnestenbouwer in Nederland, plaatste het nest. Hij werd geassisteerd door Johnnie Mom van het gelijknamige grondverzetbedrijf uit Huissen.
Meer weten? Zie: www.ooievaarsnesten.nl

TEKST & BEELD: JK

- De cliënt centraal
- voor jong en oud
- Meerdere specialisaties
- Werkt nauw samen met scholen, instellingen en paramedici
- Behandelt aan huis
- Goed bereikbare locaties
- Modern behandelmateriaal

praatjuf
praktijk voor logopedie
oplossingen voor stem, spraak en taalproblemen
0316 - 225612

Angeren
Bemmel
Huissen
Lent
Didam
Oosterhout

Wienen
accountants en adviseurs

ZZP'ers én particulieren
kunnen op ons rekenen

Wienen ontcijfert en ontzorgt
024 323 23 33 • www.wienenaccountants.nl

WWW.YOGAVARUNA.NL
YOGA VARUNA
LENT; laauwikstraat 11
NIJMEGEN; Schependomlaan 17e

MERIDIAAN YOGA
Yoga volgens 5-elementenleer

PILATES
stabiliteitsoefeningen voor romp, bekken en schouders

YIN YOGA
Flexibiliteit door ontspanning

VINYASA FLOW YOGA
Stretchen, ademhaling, balans, corestability en focus

RESTORATIVE YOGA
Ontspannend en stressverlagend

Tandartsen Praktijk Villa Westhof

Stef de Grood
Leon Pennings
Annemieke de Grood

Berg en Dalseweg 172
6522 CC Nijmegen
024 - 323 33 66

www.tandarts-villawesthof.nl

Meijer en ten Hove Uitvaartverzorgers
Steltsestraat 1, 6663 BM Lent
(in de oude Bibliotheek)

Uitvaartcentrum Lent

06– 34045001 024-7508465

Wij hebben ook een 24-uurs kamer, u kunt uw dierbare bezoeken wanneer u wilt.

www.uitvaartverzorgersnijmegen.nl

Al bent u elders verzekerd dan kunt u toch gebruik maken van ons uitvaartcentrum Lent

Uitvaartverzorging, Thanatopraxie, Overledenenzorg

Osteria Pomodoro

een Italiaanse herberg

Begin februari jl. opende Osteria Pomodoro haar deuren met een gevarieerde Italiaanse keuken in het voormalige Witte Huis in Lent. Osteria betekent 'herberg' en Pomodoro 'tomaat', hét hoofdingrediënt van de Italiaanse keuken. Toen het pand aan de Pastoor van Laakstraat in 2017 in de verkoop kwam, waren René en Nancy Godding meteen geïnteresseerd. Na tien jaar in de Gelagkamer aan de Waalkade te hebben gewerkt, leek het tijd voor iets nieuws. Maar allereerst wilden ze samen een jaar op vakantie en nieuwe ideeën opdoen. Het resultaat: een nieuw concept werd geboren!

Waarom kozen jullie voor een Italiaans concept?
René: "Wij zijn gek op Italië en op de Italiaanse keuken, die niet alleen voortreffelijk smaakt maar ook heel veelzijdig is. Het wonderlijke is, dat je met een beperkt aantal ingrediënten heerlijke gerechten kunt maken, waarbij je kwaliteit en variatie kunt bieden die betaalbaar is. Over het algemeen zie je óf klassieke Italiaanse restaurants, óf tapasachtige en pasta- en pizzazaken. Wij kiezen voor een combinatie hiervan en merken dat dit concept goed ontvangen wordt. Om mij goed voor te bereiden heb ik opleidingen gevolgd bij een van de schrijvers van de 'Pizzabijbel'."

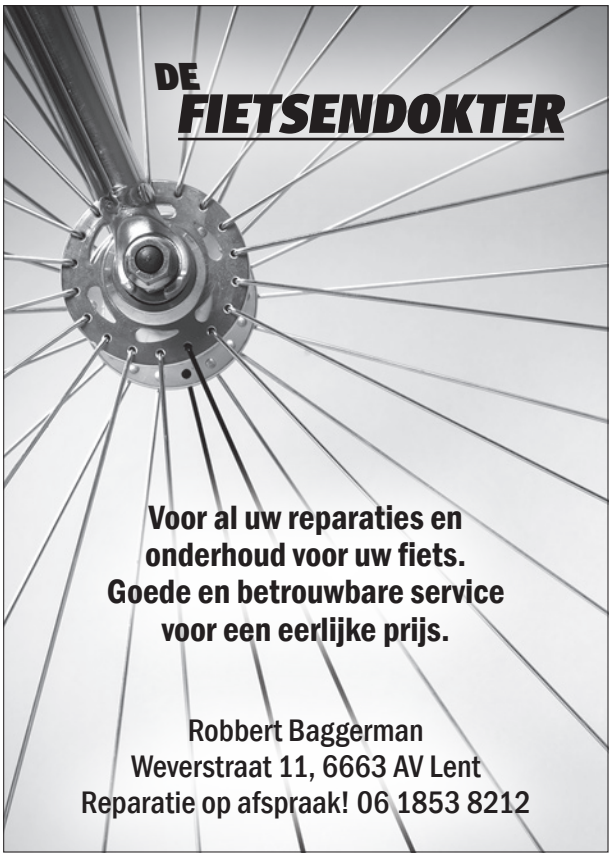
ALS JE RESERVEERT, KUN JE ER VAN OP AAN DAT DE TAFEL DE HELE AVOND VOOR JOU IS

Wat maakt jullie restaurant zo bijzonder?
Nancy: "Het pand met terras en vrij uitzicht ligt prachtig centraal. Gasten hebben een goede aansluiting met het openbaar vervoer en er is voldoende ruimte om te parkeren. Voor € 28,50 per persoon kun je van alles genieten van de kaart met wel vijftig verschillende medium size gerechten. De meeste mensen kiezen vier tot zes porties of delen gerechten met elkaar."
René: "Vanaf vier uur voeren we de avondkaart tot ongeveer half elf 's avonds. We richten ons daarbij op kleine gezelschappen. Voor groepen boven de twaalf personen gaan we een vast zesgangenmenu serveren met een vrije keuze voor het nagerecht. Als je reserveert, kun je er van op aan dat de tafel de hele avond voor jou is."

Zijn jullie ook ingesteld op gezinnen?
Nancy: "In Italië eten gezinnen veel buitenshuis. Maaltijden en drankjes zijn daar betaalbaar. Daar kiezen wij ook voor. Kinderen jonger dan twaalf jaar betalen slechts 1 euro per levensjaar. In de grootste ruimte staat een loungebank met een aparte kinderhoek en in de bibliotheekruimte is een speelkamer ingericht. In de weekenden is er een oppas, die allerlei thematische activiteiten verzorgt. Ook organiseren we een 'Vroege Vork' tussen 16.30u en 19.00u voor € 22,50. Zo komen we tegemoet aan jonge gezinnen, terwijl de gasten in de andere ruimtes rustig kunnen dineren."

Hebben jullie nog meer plannen?
René: "Toen we het restaurant van Theo Willems overnamen, wilden we iets heel anders. Hij had plannen om hotelkamers in het Witte Huis te realiseren. Dat doen wij niet. Wij gaan alleen voor het restaurant maar denken er wel over om, net als Theo, ruimte te bieden aan reisgezelschappen. Zulke groepen komen vaak in de middag eten en dat is goed te combineren met de andere activiteiten."
Nancy: "We voeren geen lunchkaart, maar hebben wel een 'aperitivo-moment'. Rond vier uur en in het weekend vanaf twee uur kunnen gasten een glaasje wijn komen drinken met een hapje erbij. En met Pasen zijn we van plan om een heerlijke Italiaanse brunch te organiseren."
Wilt u meer weten, kijk dan op: www.osteriapomodoro.nl

TEKST: LSO; BEELD: MJ



RoostHermsen
Logopediepraktijk

Specialisten in **taal** en **communicatie**!

- Voor jong en oud
- Onderzoek, behandeling, advies en voorlichting
- Spraak, taal, stem, gehoor en slikken
- Leer-, lees-, en spellingsproblemen
- Bij afasie, CVA of andere neurologische problemen

AGC Thermion-Thermionpark 17-Lent
www.logopedieroosthermsen.nl

AANMELDEN?
t. 024-3094558
m. 06-22946898

Kapper de Krul

Laauwikstraat 16a
024 - 324 09 03
www.kapperdekrul.nl

Maandag	9.00 t/m 13.00 uur
Dinsdag	9.00 t/m 18.00 uur
Woensdag	9.00 t/m 18.00 uur
Donderdag	9.00 t/m 20.00 uur
Vrijdag	8.30 t/m 18.00 uur
Zaterdag	8.30 t/m 13.00 uur

Minigraver

www.minigraverhetzand.nl

Flexibiliteit in graaf- en tuinwerkzaamheden

zoals:

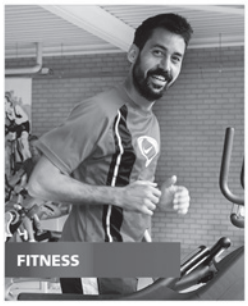
trampolines, vijvers, kabels, leidingen, rioleringen en funderingen uitgraven. Ook het egaliseren, bestraten, spitten en frezen van uw tuin.

Met ons machinepark kunnen we elke klus aan, van klein tot groot!

Bel of mail als u vragen heeft of voor een vrijblijvende offerte.

06-14 78 69 75 info@minigraverhetzand.nl

Kom sporten bij Laco sportcentrum Bemmel!



LACO sportief genieten

Laco sportcentrum Bemmel
v. Nispenlaan 2, 6681 CZ Bemmel | telefoonnummer: (0481) 461687
www.laco.eu/**bemmel**

Het Non Kozakkenkoor
Het Non Kozakkenkoor is een mannenkoor, geworteld in Lent, dat op 6 september 1986 is opgericht door een groep 'Lentse' vrienden. Het koor treedt op in sociale instellingen en doet ook altijd mee aan het traditionele Kerstconcert in Lent. Door de jaren heen is het koor gegroeid van 15 naar 74 leden, maar de vriendschappelijke onderlinge band is nog steeds één van de belangrijkste kenmerken. De naam is destijds met een knipoog gekozen en hoewel het koor ook Slavische liederen zingt, heeft het verder een breed en voor het grootste deel meerstemmig repertoire. Geïnteresseerd? Voor meer informatie zie: www.nonkozakkenkoor.nl

Gezondheidsplein Nijmegen Noord
Ook voor de nieuwe bewoners in Nijmegen Noord is goede gezondheidszorg in de wijk belangrijk. De twee bestaande eerstelijns gezondheidscentra, Thermion in Lent en ONS Gezondheidserf in Oosterhout, hebben hun maximale omvang bereikt. Daarom heeft het samenwerkingsverband van eerstelijns zorgverleners in Nijmegen Noord, Coöperatie Stielo, het initiatief genomen voor een derde gezondheidscentrum in Hof van Holland. Dit nieuwe centrum met de naam 'Gezondheidsplein Nijmegen Noord' zal in 2020 worden gerealiseerd. Met de bestaande gezondheidscentra en hulpverleners uit het sociale domein zal nauw worden samengewerkt. De coördinatie van het nieuwe Gezondheidsplein is in handen van Rob van Damme. Meer informatie vindt u op https://gpnn.nl

Zonnebloem Lent
Vrijwilligers van de Zonnebloem verkopen van maart tot eind september Zonnebloemloten. Een lot kost € 2,00, waarvan € 1,50 ten goede komt aan onze eigen Lentse Zonnebloemvereniging. Als u er niet meer zelfstandig op uit kunt, dan is er een vrijwilliger van de Zonnebloem om u te helpen uit uw isolement te komen met een wandeling, een bezoekje of een dagje uit. Steun daarom met de aankoop van loten onze vereniging, zodat onze gasten kunnen blijven vertrouwen op deze prachtige vorm van samenwerking.

Tips van de digitaalwijkagent
Benieuwd naar wat uw kinderen op Instagram of Facebook doen? Eigenlijk geen idee waar ze het over hebben en toch graag een beetje inzicht hebben? Via onderstaande links ziet u tips over de online veiligheid van uw kinderen. https://nl-nl.facebook.com/help/instagram/154475974694511 of https://www.facebook.com/safetyv2?locale=nl_NL. Toch nog vragen? Mogelijk kunnen wij advies geven. #digitaalwijkagent.

Zeil-3-daagse van 30 mei t/m 1 juni
Zeeverkenners Canisius organiseert samen met haar vrijwilligers jaarlijks de Zeil-3-daagse, een zeilevenement op de Mookse Plassen voor kinderen van 10 t/m 14 jaar uit de omgeving van Nijmegen. Ons doel is om kinderen op een goedkope (€65 voor 3 dagen) manier met watersport kennis te laten maken. Wilt u meer informatie? Kijk dan op www.zeil3daagse.nl

Klop aan bij Stip als u hulp nodig heeft
Wilt u hulp bij uw belastingaangifte of heeft u een laag inkomen en zou u graag willen sporten of een nieuwe hobby proberen? Kom dan langs bij de Stip in het Thermiongebouw, geopend op maandag van 9.30-12.30 uur en dinsdag en donderdag van 13.30-16.30 uur. Het spreekuur 'Uit Elkaar' is iedere dinsdagmiddag van 13.30-14.30 uur.

Iemand met psychische problemen in uw leven?
Indigo organiseert cursussen voor naastbetrokkenen van mensen met psychische problemen. Daarbij kunt u denken aan partners, ouders, kinderen, broers, zussen e.a. Onderwerpen zijn:
- 'Omgaan met depressie', gratis cursus, 8 bijeenkomsten, start 4 april van 09.30-11.30 uur.
- 'Omgaan met Psychose', kosten € 15,- voor lesmateriaal, 8 bijeenkomsten, start 18 september.
- 'Psychische Problemen in de familie', kosten € 20,-, 6 bijeenkomsten, start 19 september.

Aanmelding, informatie en opgave Indigo, info@indigogelderland.nl of T(026)3124483

Openingstijden Bibliotheek Oosterhout-De Klif
Bibliotheek Oosterhout-De Klif is nu ook op woensdagochtend geopend van 9.30 tot 17.00 uur en op maandag-, dinsdag- en vrijdagmiddag van 13.00 tot 17.00 uur. U kunt dan terecht voor het lenen van boeken en tijdschriften. Bibliotheekleden hebben de beschikking over de hele collectie van de Bibliotheek Gelderland Zuid. In De Klif kun je net als in de Ster in Lent reserveren, afhalen en weer inleveren. Kijk voor meer informatie op www.obgz.nl.

Dierenparkje De Kleine Kern
De Kleine Kern is op zoek naar een vrijwilliger die helpt met het voederen. Vind je het leuk om voor dieren te zorgen, neem dan contact op. Kijk voor informatie over het dierenparkje op onze Facebookpagina of op de website van Lentse Lucht.

Woonbeurs Nijmegen in Pathé
Op 13 april zullen makelaars, ontwikkelaars en woningcorporaties laten zien wat er in Nijmegen te koop en te huur is. Hypotheekadviseurs en banken geven advies over financiering van een koopwoning. De gemeente geeft voorlichting over de starterslening. Ook is er aandacht voor duurzaam bouwen en energiebesparing.

Koningsnacht
Op vrijdag 26 april is er op het sportterrein van DVOL weer een spetterend tentfeest tijdens de Koningsnacht voor Lentenaren van 19.30 uur tot 00.30 uur. Dresscode: oranje. Entree: 18+. Kaartverkoop: € 12,50 in de voorverkoop bij Eten en Drinken, € 17,50 aan de deur. Zie verder www.oranjelent.nl

maak positief verschil

Fenno Meijer Coaching & Therapie

Gun het jezelf!
Bel of mail voor een vrijblijvende kennismaking
T 06 - 336 761 65
fenno@maakpositiefverschil.nl
gespreksruimte in Lent

www.maakpositiefverschil.nl

Aan de slag met waar je steeds opnieuw tegenaan loopt

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

Stip Noord (Thermion Lent)
www.stipnijmegen.nl/noord

Maandag: 09:30 – 12:30 uur
Dinsdag: 13:30 – 16:30 uur
Donderdag: 13:30 – 16:30 uur

stip

INTUÏTIEF TRAJECT
SCHOOL VOOR INTUÏTIEVE ONTWIKKELING

In januari, april en september kun je bij ons starten met een cursus.
11 lessen met meditatie, mindfulness, visualisatie, energie- en lichaamswerk.
Meer informatie op **www.intuitieftraject.nl**

Al 15 jaar de school om jezelf en je intuïtie te ontwikkelen.

JEUGDTANDARTS
WAALSPRONG

- Tandartspraktijk speciaal voor kinderen
- Van de allerkleinsten tot jongvolwassenen
- Praktijk omgetoverd tot vliegtuig
- Gevestigd in Thermion, hét multifunctioneel centrum van Lent
- De nieuwste technologieën
- Contracten met alle grote zorgverzekeraars
- Tweede praktijk in Beuningen

"Een stralende kinderlach. Wij kunnen ons niets leukers voorstellen. Daarom maken we werk van mooie tanden! De Jeugdtandarts is expert in kindvriendelijke tandheelkundige behandelingen."

Meer weten of inschrijven? Kijk op onze website www.jeugdtandarts.nl of bel 024 – 324 6324

MAANDAGENDA

Vrijdag 5 april

Lueke Bingen (theater try-out)
Angela Groothuizen viert met haar muzikale kompaan Nico Brandsen 25 jaar samen in theaters. Aanvang: 20.00 uur, entree: € 18,50, locatie: theater De Klif, Pijlpuntstraat 1 Nijmegen Noord. Informatie en tickets via www.theaterdeklif.nl.

Vatapà (TLC-sessions). Braziliaanse choro en samba met Marleen van Steen en Caroline Lobanov. Aanvang: 21:00 uur, entree: € 10, locatie: Top Theaterkerk, Markt 5 Bemmel

Zaterdag 6 april

Op sterk water (cabaret)
'In Hotel' van Nederlands beste impro-cabaretgezelschap, bestaande uit Roemer van der Steeg, Tim Zeegers, Dave Luza en Daniël Koopmans. Aanvang: 20:30 uur, entree: € 16, locatie: Top Theaterkerk, Markt 5 Bemmel

Zondag 7 april

De Klifloop
Tijd: 10.30-15.00 uur, startlocatie: Pijlpuntstraat 1, De Klif Nijmegen

Zaterdag 13 april

De Mattheus Passie
Een bewerking van Jan Rot, waarbij klassieke en Latijns-Amerikaanse muziek elkaar ontmoeten. Verteller Peter Faber. Muziek: Tango Extremo e.a. Aanvang: 20:30 uur, entree: € 19,50, locatie: Top Theaterkerk, Markt 5 Bemmel

Woonbeurs Nijmegen Locatie: Pathé Lent, info@woonbeursnijmegen.nl

Dinsdag 16 april

Damesgilde Lent 'Ik heb mijn hart in Mongolië verloren'. Presentatie over weefgetouwen van Bernadette Damhuis. Aanvang 20.00 uur, entree gratis voor leden, locatie: Het Plein, Lentse Schoolstraat 29

Zaterdag 20 april

Soul Solution met David Dam
Een swingende avond met een hommage aan de tijdloze oude funk- en soulmuziek en hedendaagse soul, pop en R&B. Aanvang: 20:30 uur, entree: € 17,50, locatie: Top Theaterkerk, Markt 5 Bemmel

Vrijdag 26 april

Koningsnacht in Lent. Tijd: 19.30-00.30 uur, entree: 18+, locatie: sportterrein van DVOL. Zie www.oranjelent.nl

Zondag 28 april

Noorderlichtbijeenkomst
'Geloven #hoedan'. Spreker: Christoph Westerkamp. Aanvang: koffie 10.30 uur, bijeenkomst 11.00u, lunch 12.00u. Locatie: Dorpshuis De Schakel, Honsvoet 2 Oosterhout

Iedere woensdagochtend: Taalcafé
Tijd: 10.00-11.30 uur, locatie: De Ster, Queenstraat 37b Lent

Iedere ochtend (maandag t/m vrijdag) **koffie drinken in Zorgcentrum St. Jozef.** Gelegenheid voor buurtbewoners om met elkaar in contact te komen. Aanvang: 10.00 uur, locatie: Het Plein

DE ACTUELE AGENDA: **WWW.LENTSELUCHT.NL**

van de **Webredactie**

Op 26 februari is er een nieuwe release van de 'responsieve' site geïntroduceerd. Op 18 maart zijn we begonnen met de voorbereidingen van de overgang naar de nieuwe versie van de site. In de tussentijd hebben we al twee weken proefgedraaid met alle eindgebruikers. Op dinsdag 2 april is het allemaal klaar en zie je op elk apparaat dezelfde lay-out van het platform - of je nu een desktop, een tablet of een smartphone gebruikt.
Dat geeft dan meteen antwoord op de vraag wat de bouwers beoogd hebben met het 'responsiever' maken van de site. Steeds meer mensen (inmiddels ruim de helft) gebruiken de buurtsite op hun telefoon. Omdat dit een kleiner scherm heeft dan een desktop computer en geen muis heeft, moet de site zich kunnen aanpassen aan het apparaat waarop ze wordt gebruikt.
Daarnaast heeft de praktijk uitgewezen dat sommige functies op de site maar zelden worden benut. Deze zullen daarom niet meer terugkomen in de nieuwe versie óf in een andere vorm. Belangrijke functies die nog wel eens lastig blijken om goed te gebruiken (zoals het plaatsen van berichten) worden aangepast en eenvoudiger gemaakt in het gebruik.
Kortom, vanaf 2 april is de website *www.lentselucht.nl* in een geheel vernieuwd jasje beschikbaar voor de inwoners van Lent. Schroom niet om je vragen en ervaringen te delen via *webredactie@lentselucht.nl*

De platte bak

Ooit was Lent een bloeiend tuindersdorp. Daar is bijna niets meer van over. In deze serie bespreken we teeltmethoden en -technieken die de Lentse tuinbouw een voorname plek in agrarisch Nederland gaven. Ook komen gewassen aan bod die in Lent zijn geteeld en die u wellicht inspireren om zelf aan de slag te gaan.

Wie 'Lentse tuinbouw' zegt, zegt 'platte bak'. De eerste platte bak was een houten ombouw die bloem- en/of groentebedden beschutte tegen de buitenomgeving. Deze bakken werden afgedekt met ramen, ook wel 'Lentse ramen' genoemd. Deze ramen waren ongeveer 1,80 x 1,30 meter. Een platte bak was 1,70 meter breed en de lengte werd bepaald door de mogelijkheden die het perceel bood. Sommige waren 10 meter lang, andere soms wel 25 meter. Een aantal bakken met ramen bij elkaar werd een 'bakkenplek' genoemd.

Intrede platte bak

Zoals op veel plaatsen in Nederland werden in vroegere tijden gewassen vooral geteeld op hoger gelegen vruchtbare gebieden. Lent heeft altijd kunnen profiteren van goede grond. Daardoor werd hier al in de 16e eeuw groente en fruit geteeld. Het tijdstip van telen en de gewaskeuze werden met name door het jaargetijde bepaald. Rond 1870 ontstond er echter een wereldwijde landbouwcrisis. Dit was waarschijnlijk één van de redenen waarom er in Lent warmoeseniersbedrijven (afgeleid van warmoes, een oud woord voor snijbiet) ontstonden. Europa werd vanuit Amerika en andere landen overspoeld met goedkope producten zoals graan, tabak en vlees. Producten die ook in Lent voorkwamen. Agrariërs in Lent moesten dan ook op zoek naar alternatieven om de kost te blijven verdienen. De intensieve fruitteelt nam toe evenals het kweken van groente en bloemen. Halverwege de 19e eeuw waren er ongeveer 25 kwekers in Lent actief. Zij begonnen met het kweken van perkplanten als violen, cineraria's, calla's, hanenkammen (celosia's) en wat geraniums. Rond die tijd deed in Lent ook de platte bak zijn intrede. Met de ramen konden telers het seizoen iets verlengen. In de lente kon men hierdoor meer profiteren van de eerste zonnestralen en in de herfst kon men de eerste nachtvorst opvangen.

Flink aanpakken

Aan de bak lag een vernuftig ecologisch systeem ten grondslag. Van tevoren werd onderin de bak flink broeimest ondergespit waardoor warmte ontstond. Vaak werd er voor

1

Foto 1: Dirk Hendrik Kuling en echtgenote Dirkje van Beem met hun drie zonen Henk, Dirk Hendrik, Wim en dochter Bella (Oosterhoutsedijk 18, 1920).

Foto 2: Het klaarzetten van de potjes voor de sedums. V.l.n.r.: Gerda Jansen, twee onbekende dames en Henk Jansen (Visveldsestraat 3, 1964).

Foto 3: Henk Jansen geeft de geraniums water (Visveldsestraat 3, 1962).

Foto 4: Henk Jansen met een kruiwagen geraniums (Visveldsestraat 3, 1962).

Foto 5: Wim Rikken en zwager Jos Bonnyai sjouwen rietmatten om de bakken te isoleren (Vossenpels 15, 1965).

2

3

de winter een bekisting om de bak gebouwd. De ruimte die ontstond was ongeveer 10 cm. Deze werd opgevuld met blad, wat extra isolatie bood. Ook werd er soms blad over of tussen het gewas in de bak gestrooid. Dit gaf naast warmte ook extra voeding in het voorjaar. Het blad werd meestal in de bossen bij Berg en Dal verzameld en op karren naar Lent versleept. De ramen werden ook bedekt met blad, kaf of riet. Later kwamen daar de rietmatten uit voort. Als de temperatuur onder het vriespunt kwam was het flink aanpakken. Voordat de sneeuw viel moesten de matten erop liggen, maar voordat het begon te dooien moesten de matten er weer af zijn. Er moest dan, vaak met het hele gezin, sneeuw worden geruimd omdat anders de matten nat zouden worden van de smeltende sneeuw. Een natte mat in de schuur opslaan kon natuurlijk niet. De matten zouden gaan schimmelen en rotten. Rond 1900 kwamen de eerste kunstmatig verwarmde bakken. Deze werden verwarmd met een kolenkachel die warm water via een buizensysteem door de bakken liet lopen. Pompen om het water rond te pompen waren er in het begin nog niet, dus werd de ketel een stuk lager dan het buizensysteem geplaatst, waardoor het warme water op natuurlijke wijze (warm water stijgt, koud water daalt) werd rondgestuwd. Dat ging vaak mis en dus deden de eerste elektrische pompen al snel hun intrede.

Luchten en water geven

Op warme lentedagen, maar zeker in de zomer, moest er natuurlijk geventileerd worden. De ramen werden dan aan één kant door de tuinder opgetild. Vervolgens werd er een baksteen onder geplaatst die dan voor de nacht weer werd weggehaald. Als de zon in kracht toenam werden de ruiten met modderwater besprenkeld. De modder droogde op en gaf op die manier een schaduweffect. Later werd de houten schermmat uitgevonden: een mat ter grootte van een raam die bestond uit latjes van ongeveer 2,5 cm breed. Deze rolde men over het raam om schaduw in de bak te krijgen. Aan het einde van het bakkentijdperk werden de bakken nog gewit met een kalkachtige substantie. Ook het water geven ontwikkelde zich. In het begin gebeurde dat gietertje voor gietertje. Het beeld van vader die met één hand het raam omhoog houdt en met de andere een gieter water uitgiet, is bij vele oud-Lentenaren wel bekend. Later kwam de slang met sproeikop. Nog later een sproeisysteem aan de bovenkant van de bak. Men koppelde een hoofdslang aan, waardoor er druk op een pvc-buis kwam te staan. Via kleine sproeiertjes werden de planten in de bak van water voorzien.

Competitie

Na de oorlog brachten de bakken extra economische voorspoed en werd ook het telen van siergewassen in de bakken makkelijker. In de jaren ’50 en ’60 hadden de meeste Lentse tuinders met een bakkenplek verwarmde bakken. Na de kolenketels kwamen de olieketels en al snel daarna de gasgestookte ketels. Het was dan ook geen verrassing dat de bakkenplekken in Lent alsmaar groter en groter werden. Er ontstond soms competitie tussen de telers over wie de meeste ramen had. Met de intrede van verwarmde kasjes verdwenen de Lentse bakkenplekken geleidelijk. In het begin van die periode werden de bakken aangehouden voor geraniums, aster, primula acaulis, sedums, en ook voor cyclamen en potchrysanten. Maar begin jaren zeventig verhuisden planten als cyclamen en daarna ook perkgoed al snel naar de kassen. Door de schaalvergroting en het feit dat kassen veel efficiënter waren, verdween de Lentse bakkenplek. Er zijn in Lent nog intacte bakkenplekken op de voormalige potplantenkwekerij van Frans en Geert Berkien aan het Pelseland, op de Historische Tuinderij Warmoes en aan de Begoniastraat bij de familie Willemsen, verscholen achter de huizen.

Platte bak terug in Lent?

Op internet of bij uw tuincentrum worden platte bakken in vele maten en soorten aangeboden. Nog steeds zijn ze uitermate geschikt om groenten in te kweken. Denk hierbij aan erwten, sjalotten, komkommers, spinazie, sla, radijsjes, wortels, etc. Ook is een bak geschikt om planten op te kweken om ze later te verplanten naar bijvoorbeeld een moestuin. Zorg dat u de platte bak nooit in de schaduw van bomen en struiken plaatst. Platte bakken moeten zoveel mogelijk van het zonlicht kunnen profiteren. Vanaf begin/half maart kunt u al een heleboel groenten gaan zaaien. Houd wel het weer een beetje in de gaten. Bij een winter die wat langer aanhoudt is het verstandig om betere weeromstandigheden af te wachten. Maar de Lentse platte bak is terug van weggeweest!

TEKST: HENRY JANSEN; BEELD: FAMILIE RIKKEN, VOSSENPELSESTRAAT, FAMILIE KULING, OOSTERHOUTSEDIJK, FAMILIE JANSEN, VISVELDSESTRAAT
BRONVERMELDING: ‘VAN WARMOEZENIER TOT POTPLANTSPECIALIST’, HERMAN JANSEN

4

5

de oefentherapeut
CESAR-MENSENDIECK

Oefentherapie Cesar De Lint
In Thermion

Thermionpark 18 - 6663MM Lent
024-3094504/3483329
info@cesartherapiedelint.nl
www.cesartherapiedelint.nl

U kunt bij ons terecht voor
rug-, nek- en schouderklachten,
houding- en bewegingsproblemen, baby- & kinderoefentherapie, spanningsklachten & burnout, psychosomatiek, bekkenklachten rondom zwangerschap, urine-incontinentie, Mindfulness, Medical Kinetics, zwangerschaps(groeps)begeleiding, bedrijfsoefentherapie

Ook vestigingen in
Nijmegen/Oosterhout, Bemmel en Gendt

ESENSA | Saskia van Leendert

Natuurgeneeskunde
Lichaamsgerichte Therapie
Mindfulness

GESPECIALISEERD IN:

- stress / burn-out klachten
- rug-, schouder- en nekklachten
- spijsverteringsklachten
- natuurlijk afvallen
- voedingsadvies
- begeleiding bij kanker

ESENSA

Schoolstraat 25, Lent
024 - 388 88 02
06 - 16 64 27 89
WWW.ESENSA.NL

BAKKER AREND
LANGE HEZELSTRAAT 31 NIJMEGEN
024-3220652
BIOLOGISCH BROOD EN GEBAK

WAARDEBON
VOOR EEN
GRATIS
MUESLIBOL!

De gemiddelde woning in Lent is met **9,8%* in waarde gestegen!**

Benieuwd wat uw woning nu waard is? Maak een afspraak voor een vrijblijvende waardebepaling.

*Gebaseerd op waardes uit 2017 ten opzichte van 2015

DYNAMIS
Strijbosch Thunnissen
Makelaars

024 365 10 10 | stmakelaars.nl

Welkom...
in de Wereld van

Thijssen

Brilmode — Markt 53/55
Contactlenzen — Bemmel
Optometrie — 0481-470490

www.oogzorginbemmel.nl

Hulp bij subsidieaanvragen voor een groenere tuin

Er zijn verschillende subsidiemogelijkheden voor het groener maken van je eigen tuin. De gemeente Nijmegen geeft bijvoorbeeld subsidie voor het ontstenen van een tuin, het afkoppelen van de regenpijp en voor het aanleggen van een geveltuin of een groendak. Ook Waterschap Rivierenland verleent subsidies.

Operatie Steenbreek Nijmegen, de gemeente en het waterschap hebben de groene inzet van inwoners hard nodig. Samen kunnen we ervoor zorgen dat Lent ook bij tropische dagen niet te warm wordt. De stad is in een warme zomer zo'n 7 graden warmer dan de omgeving, want stenen warmen op en houden de hitte lang vast. Een groene tuin is dus een gratis airco én een paradijs voor vogels en vlinders. Bovendien kan bij hoosbuien het regenwater gemakkelijk wegzakken in de grond. Daarmee wordt het riool ontlast. Kortom, een groene tuin heeft alleen maar voordelen!

Bij het aanvragen van subsidies kan Operatie Steenbreek Nijmegen helpen. Twee adviseurs, Hans Visser en Han Derckx, helpen vanaf nu inwoners (zowel individuele inwoners als meerdere buren tegelijk) gratis om wegwijs te worden uit de subsidiemogelijkheden. Ook helpen ze indien nodig bij het invullen van de formulieren. Voor de gemeentelijke subsidies kun je terecht bij Hans Visser, Adviseur Water van het waterservicepunt bij de gemeente Nijmegen. Mail naar *waterservicepunt@nijmegen.nl.* Voor hulp bij het aanvragen van subsidie van Waterschap Rivierenland kun je een mail sturen naar Han Derckx, Adviseur Subsidies bij Operatie Steenbreek Nijmegen, *han.derckx@debastei.nl*.

Kijk voor meer informatie over de campagne Operatie Steenbreek Nijmegen en de mogelijkheden voor zowel subsidie van de gemeente als van Waterschap Rivierenland op *www.debastei.nl/steenbreek.*

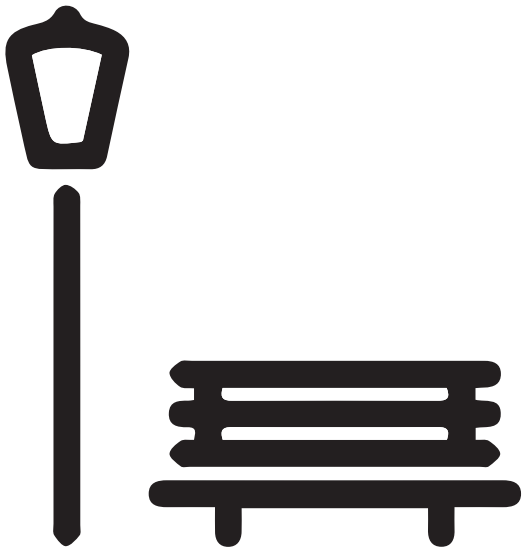
Bron: gemeente Nijmegen

ZORG EN WELZIJN

Hoe gezond vindt u uw leefomgeving?

Een groepsgesprek op 8 mei om 19.30-21.00 uur in De Ster

In opdracht van de Gemeente Nijmegen zoeken wij deelnemers tussen de 20 en 70 jaar, die willen meedoen aan een eenmalig groepsgesprek met buurtbewoners, waar u samen bespreekt hoe u denkt over een gezonde leefomgeving en wat voor invloed dat heeft op uw welzijn. Voelt u zich prettig in de wijk? Kunt u veilig wandelen en fietsen? Slaapt u slecht door verkeersoverlast? Dit zijn enkele voorbeelden die besproken kunnen worden. Iedere mening telt! Deelnemers ontvangen als dank een cadeaukaart van € 10. Heeft u interesse, stuur dan voor 26 april een e-mail berichtje met vermelding van het onderwerp 'Leefomgeving Noord' naar Kristine Mourits: *Kristine.mourits@radboudumc.nl*



Created by Eugene Maksymchuk from Nuon project

Avond- en nachtmensen gezocht

VPTZ Thuis Sterven Rijk van Nijmegen zoekt flexibele en zelfstandige vrijwilligers die voor één nacht per week van elf uur 's avonds tot 's morgens zeven uur beschikbaar zijn voor palliatieve zorg. Hoe fijn is het als er iemand komt om jou als mantelzorger te ontzorgen? Die persoon, die vrijwilliger, dat kun jij zijn! Werken als nachtwaker bij VPTZ Thuis Sterven geeft veel voldoening. Je bent betrokken bij mensen in een heel bijzondere levensfase. Je kijkt, luistert en stemt af. Je hebt oog voor de zieke én de mantelzorger. Soms maak je een praatje, maar soms ook juist niet. Je helpt iemand om naar het toilet te gaan of zorgt ervoor dat iemand comfortabel ligt. Je hoeft niet elke nacht beschikbaar te zijn, je kunt aangeven welke nacht(en) je ingezet kunt worden. Er is altijd professionele zorg achter de hand die je kunt inschakelen als er zich iets voordoet waarbij je hulp of advies nodig hebt of wanneer er een medische handeling verricht moet worden.

Basistraining voor vrijwilligers

Voordat je als vrijwilliger aan de slag kunt, volg je eerst een opleiding. Tijdens deze basistraining word je mentaal én praktisch voorbereid op het werk. Daarna loop je mee met een ervaren vrijwilliger. En pas als je het gevoel hebt dat je het aankunt, ga je zelf waken. In april geven wij weer een basistraining. Deze bestaat uit twee theoriedagen (op 8 en 15 april) en twee dagdelen praktijk.

Wil jij ook nachtwaker worden? Bel dan naar (06)13210731 of mail naar info@vptzthuissterven rijkvan-nijmegen.nl

René Derkse
SLAGER TRAITEUR

Fagelstraat 2, 6524 CE Nijmegen ● Telefoon: 024 - 3225553
Internet: www.renederkse.nl ● E-mail: info@renederkse.nl

Een begrip voor kwaliteit!

Het aspergeseizoen is begonnen!!

Daarbij hoort natuurlijk een ambachtelijk bereide **achterham**, of onze **aspergeham**, met groene asperges.

Behalve deze achterham maken wij ook een heerlijke, ovengegaarde **speenham**, bijzonder zacht en heerlijk van smaak.

Wat dacht u van onze **rozemarijnham**, bereid met verse rozemarijn, of de **truffelham**, uiteraard met verse zomertruffel!

Voor alle barbecue's, o.a. de Big Green Egg, Black Basterd, Kamado, Rookoven of de Weber hebben wij weer volop:
Picaňa, Côte de Boeuf, Black Angus Steak, Tomahawk, Saté, Scampi's, Hamburger, Merguez, Salcicia en nog veeeeeel meer!

Installatiebedrijf
Hans van 't Hullenaar bv

Hans van 't Hullenaar bv
ERKEND ZON-INSTALLATEUR

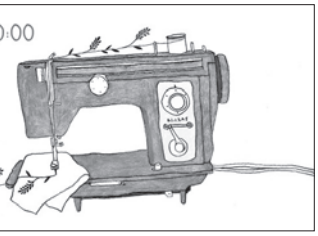
Zonnepanelen: een slimme investering!

De Houtakker 12, Bemmel \ Tel (0481) 461 656
info@hullenaar.nu \ www.hullenaar.nu

persia atelier

Kleding, gordijnen, leer en suède
veranderen, vermaken en reparatie en maat kleding
ook reparatie motorkleding

maandag t/m vrijdag 14:00 - 20:00
adres: bloemenhof 8, lent
tel: 024 - 8444112



DIERENKLINIEK
LENT

alle ontwormings-middelen:
3+1 **gratis**

Ontworm honden en katten 4x per jaar.

- **Bij aankoop van 3 behandelingen ontvangt u de 4e gratis**
- **Aktie geldig tot en met 6 mei 2019**

Laauwikstraat 20 Lent T. 024 360 64 22

CHIROPRO

gezond in beweging met chiropractie

Expert in de diagnose, behandeling en preventie van klachten die gerelateerd zijn aan het bewegingsstelsel zoals:

Rug- en nekpijn
Hoofdpijn
Hernia / ischias
Sportblessures

Wij staan voor zorg zoals we zelf behandeld willen worden. Met onze unieke behandelmethode dringen we door tot de kern van uw klachten.

Kijk voor meer informatie op www.chiropro.nl
of bel naar 024 - 737 03 24.

Edith Piafstraat 110c te Lent

van de **Kinderredactie**

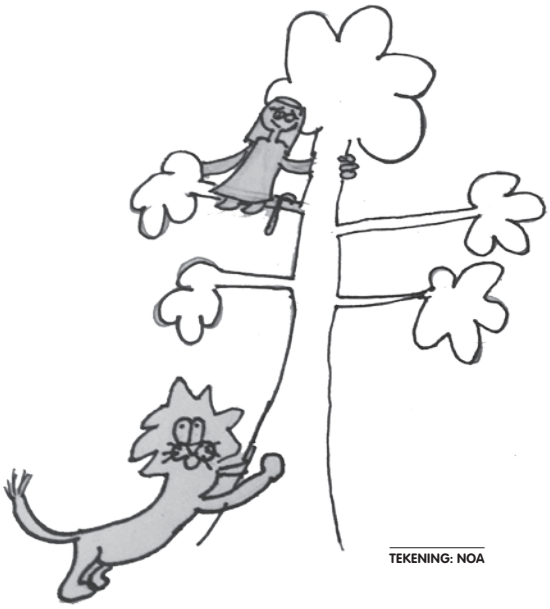
V.L.N.R.: JESSE, MIA, NOA, SABIRIN, SOFIE EN NEELE; BEELD: ELLEN BUDDING

Geesi en de leeuw

geschreven door Sabirin

Weet je het nog? Geesi moet van zijn moeder de schapen hoeden. Maar er is een leeuw in het bos, die wel van een schaapje houdt. Hier komt deel 2 van het spannende verhaal.

Plotseling begint het te regenen. Geesi en zijn schapen zoeken gauw een grot om in te kunnen slapen. Het is heel koud en Geesi bibbert, maar de schapen gaan dicht bij hem liggen en houden hem lekker warm. Zo kan hij toch slapen. Maar als hij 's ochtends wakker wordt, ziet hij allemaal bloed om zich heen. De schapen zijn nergens te bekennen. Waar zijn ze? Als hij naar buiten loopt en om zich heen kijkt, hoort hij een geluid. "Is daar iemand?", roept hij. "Grrrr, grrr", gromt de leeuw. Geesi rent vlug weg, maar de leeuw springt achter hem aan. Snel klimt Geesi in een grote boom tot de hoogste tak. Gelukkig, daar zit hij veilig. Dan kijkt hij naar beneden en ziet de kop van de leeuw. "Grrr, ben jij bang voor mij?" vraagt de leeuw. Geesi vindt dat maar een rare vraag. "Wat denk je," zegt hij, "Jij hebt al mijn schapen opgegeten." "Oh wat spijt me dat," zegt de leeuw. "Waren die van jou?" Geesi knikt verdrietig. "Weet je wat," zegt de leeuw, "ik zorg dat je straks weer met tien schapen naar huis kunt."
En hoe de leeuw dat voor elkaar krijgt, lees je de volgende keer.



TEKENING: NOA

De secret seven

geschreven door Mia

Ik wil jullie vertellen over een van de vele secret sevens. Een secret seven is een lijst van zeven dieren die niet vaak gezien worden. Veel Afrikaanse landen hebben een secret seven. Het is zoiets als de big five: vijf Afrikaanse dieren die het moeilijkst zijn om op te jagen. Vandaag breng ik het gordeldier in beeld.

Het gordeldier is volgens mij een heel mooi beestje. Nou ja, mooi, het is een leuk beestje. Het ziet eruit als een grote muis. Een soort kruising tussen een schildpad en een miereneter. Een gordeldier kan zich (net als een egel) oprollen tot een balletje en heeft een mooi pantser op de rug. Er zijn heel wat soorten gordeldieren en de ene eet ook anders dan de ander. De ene eet eieren, de ander paddenstoelen en vruchten. En gordeldieren zijn – hou je vast – zoogdieren. Toen ik dat voor het eerst hoorde (en een plaatje gezien had) dacht ik: 'Hé, dat kan toch niet?' Tot zover het gordeldier.
Een volgende keer zal ik schrijven over de Afrikaanse wilde kat.

TEKENING: NOA

Boekbespreking

door Sofie en Neele

Achtstegroepers huilen niet

Wij hebben deze keer voor 'Achtstegroepers huilen niet' gekozen omdat we het een erg mooi maar ook een grappig boek vinden. De schrijver is Jacques Vriens. Dit boek is een waargebeurd verhaal, want Jacques had ook een meisje in de klas dat leukemie kreeg. Dat meisje leek erg op de hoofdpersoon van dit verhaal. Het verhaal gaat over Akkie. Ze is een vrolijk en soms ook een beetje druk meisje. Ze zit in groep acht bij juf Ina. Soms is er wat gedoe tussen de jongens en de meisjes in de klas. Maar juf Ina verzint er altijd wel wat op. Maar plotseling wordt Akkie ernstig ziek. Ze heeft leukemie en kan niet meer naar school komen. Maar vanuit het ziekenhuis bemoeit ze zich met allerlei dingen die op school gebeuren: het kamp, het schoolvoetbaltoernooi. Ze probeert zelfs de juf aan meester Henk te koppelen. Maar wordt ze wel beter…? Ga zelf maar gauw verder lezen!

Het kasteel Ressen (deel 1)

Op zaterdag 25 mei wordt er in Ressen een kasteelterrein geopend. Vanaf 13:00 uur zullen er rondleidingen worden gegeven over het terrein en in en rond Ressen. Herhaal deze eerste zinnen even en laat ze rustig op u inwerken. Ik wacht even... En wellicht denkt u nu zoiets als: 'een kasteel in Ressen, heb ik iets gemist of zo?' Nou, dat is zeker niet het geval, maar enige uitleg is op zijn plaats. Laat ik bij het begin beginnen.

In 2016 werd ik door de Vereniging Dorpsbelangen Ressen (VDR) benaderd met de vraag of ik iets wist van het Huis te Ressen en waar dit heeft gestaan. De aanleiding hiervoor was het toenmalige plan om een verkeersaansluiting te maken met de A325 en de inrichting van gebiedsdelen in het kader van Park Lingezegen.

De VDR gaf aan dat er tekeningen van het Huis Ressen bekend zijn (afb. 2). Volgens de tekening van Jan de Beijer uit 1744 betreft het een gebouw in een typisch 17e eeuwse Hollands-classicistische stijl. Het meest opvallende classicistische element is hier de timpaan (het driehoekige element in het midden van het gebouw zoals je ook bij Griekse of Romeinse gebouwen ziet). Er was echter geen landkaart bekend waarop het huis staat afgebeeld. Nu moet u weten dat Ressen onder archeologen bekend staat als een hotspot. Gerenommeerde archeologen hebben hier in het verleden onderzoek gedaan en nederzettingen uit met name de late prehistorie en Romeinse tijd opgegraven. Zodoende had ik mijn blik al meermaals over het dorp laten gaan. Hierbij was het mij opgevallen dat op de kaart van Hottinger uit ca. 1790 een groot landhuis genaamd Huys Ressen staat afgebeeld, geflankeerd door stallen en omgeven door een symmetrische siertuin (afb. 3). Rondom het Huis is een strakke perceelsscheiding in de vorm van een brede sloot of gracht te zien en ten zuiden hiervan een opvallend trapeziumvormig stuk land, eveneens omgeven door een brede sloot. Tevens had ik gezien dat het Huys op de kaart van 1811 niet meer staat afgebeeld. Het huis werd amper genoemd in archeologische rapportages en het stond ook niet op de archeologische verwachtingskaart van de gemeente Lingewaard.[1]

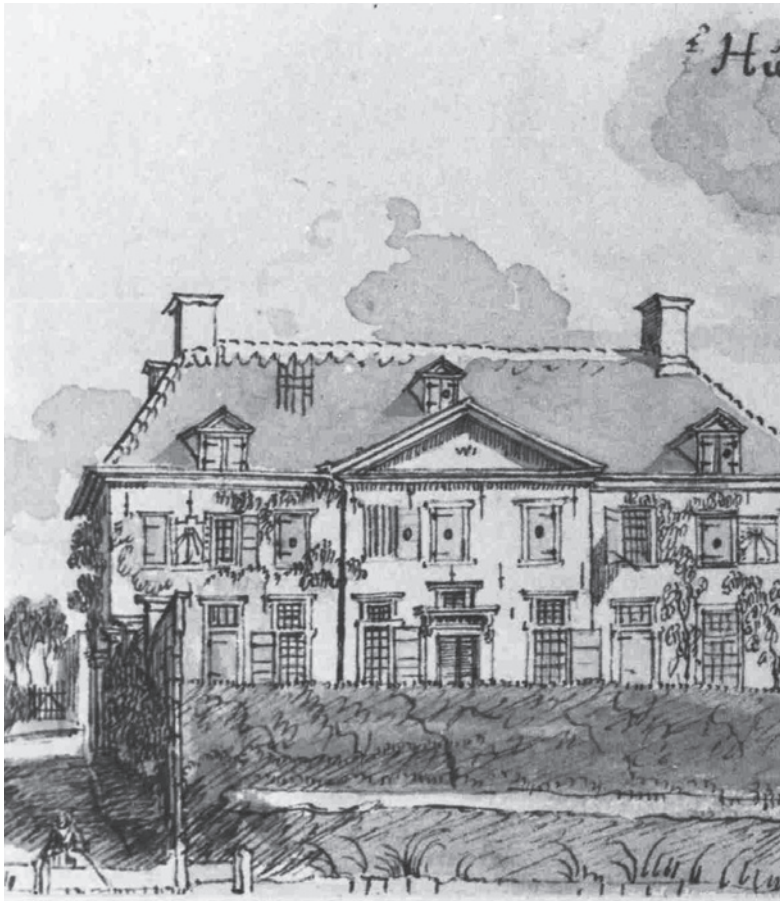
Hoe dan ook, ik kon de VDR de kaart van Hottinger opsturen zodat het raadsel over de locatie van het huis was opgelost. Dit bleek echter slechts het begin van een nieuwe zoektocht. De VDR wist mij namelijk te vertellen dat ter plaatse van het Huis Ressen een kasteel zou hebben gestaan. Mijn interesse was direct gewekt. Zeker omdat het zoeken naar verdwenen kastelen en landhuizen mij inmiddels goed was bevallen.[2]

VOLGENS DE TEKENING VAN JAN DE BEIJER UIT 1744 BETREFT HET EEN GEBOUW IN EEN TYPISCH 17E EEUWSE HOLLANDS-CLASSICISTISCHE STIJL

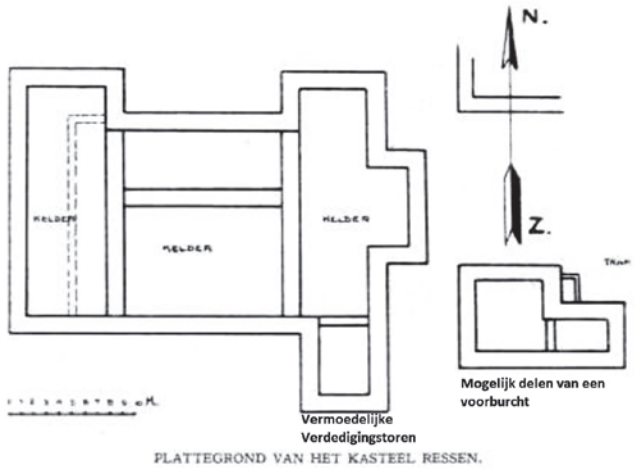
Over het kasteel zou al het een en het ander zijn gepubliceerd. Het meeste gebaseerd op een artikel uit 1936 getiteld "Het kasteel en de kerk te Ressen." [3] En inderdaad staat in dit artikel: "Omstreeks 1890 heeft de eigenaar van 'het Huis te Ressen' (het huis was al gesloopt, maar het stuk land droeg nog wel die naam) de grondvesten van het middeleeuwse Kasteel Ressen laten verwijderen. Hij heeft ze nauwkeuring opgemeten en naar deze gegevens heeft de heer B. van Uden te Rotterdam ze op schaal in kaart gebracht." [4]

Mocht u nu denken: 'dat kasteel in Ressen zal wel klein geweest zijn', denk dat dan nog maar een keer, want het kasteel zou volgens de beschrijving een afmeting hebben gehad van 31,94 bij 20,78 meter met muren van 1,40 meter dikte en een flinke verdedigingstoren! Bovendien zijn aan de oostzijde van het kasteel nog meer (delen van) grote gebouwen opgetekend, wellicht delen van een voorburcht.

TEKST: JORIS HABRAKEN; BEELD: FOTO 1 GOOGLE MAPS, AFBEELDING 2 REGIONAAL ARCHIEF NIJMEGEN, AFBEELDING 3 COLLECTIE JORIS HABRAKEN, AFBEELDING 4 KAART VAN UDEN EN VAN OLST (1936), NABEWERKING JORIS HABRAKEN

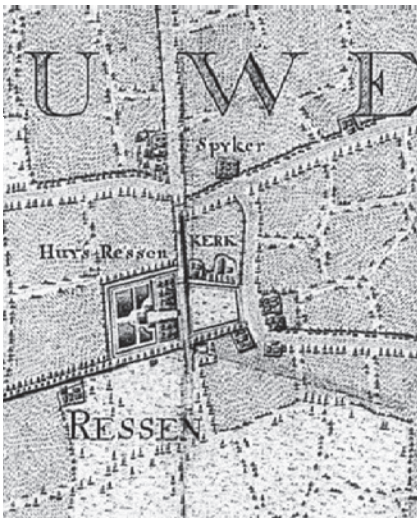


[1] *Voor het maken van deze verwachtingskaart is de kadastrale kaart uit 1832 als basis genomen. Oudere kaarten zijn slechts sporadisch geraadpleegd, waardoor bepaalde zaken zijn gemist.*
[2] *Zie artikel "Een kasteel in je achtertuin?" in de Lentse Lucht van april 2018.*
[3] *Uden, van, J.D.H. & G.J. van Olst, 1936: Het kasteel en de kerk te Ressen, in: Bijdragen en Mededeelingen der Vereeniging Gelre, deel XXXIX.*
[4] *Een verwijzing naar de originele bron ontbreekt helaas. En wie dhr. B. van Uden was, wordt ook niet uit de doeken gedaan.*



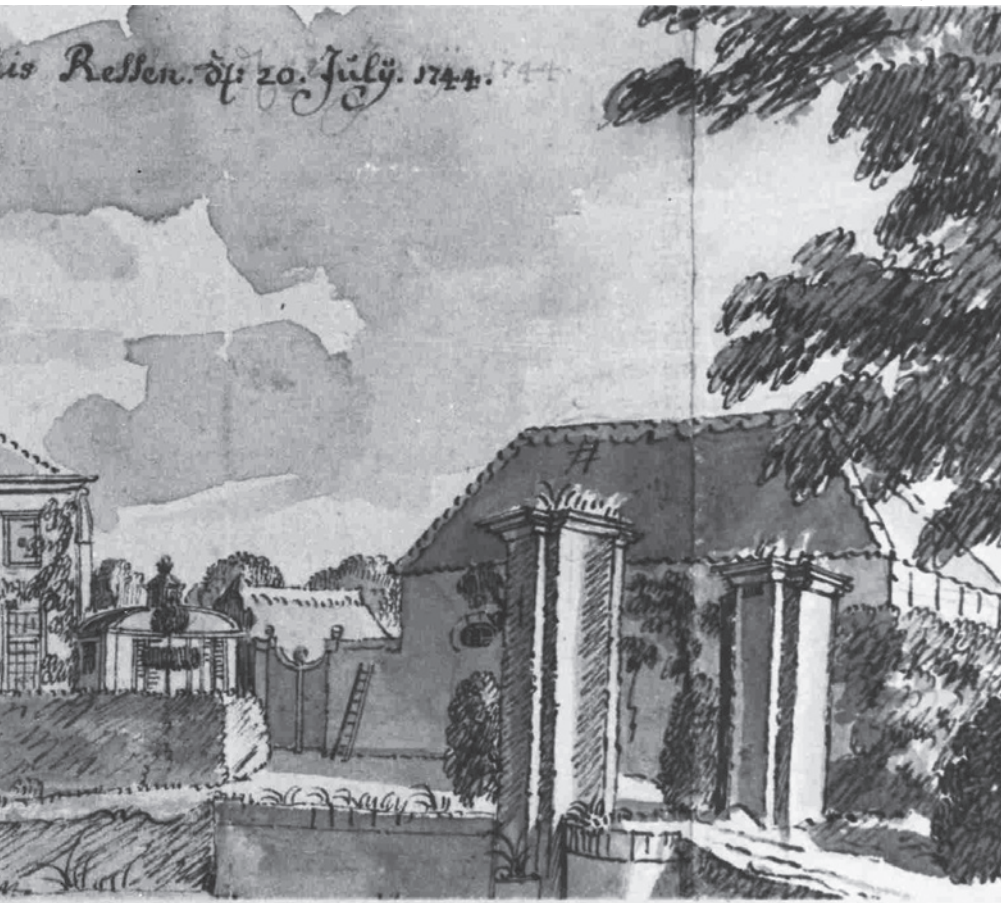
1

2



3

4



Afbeelding 1:
Plattegrond van het kasteel Ressen (Uden, van, J.D.H. & G.J. van Olst, 1936 pagina 96) nabewerkt door Joris Habraken.

Foto 2:
De locatie van het kasteelterrein in Ressen. Ten westen hiervan ligt de A325, ten noorden hiervan het knooppunt met de A15. In het zuiden zijn de Lentse plassen zichtbaar. Bron: www.sattelietdataportaal.nl, sattelietopname 2018.

Afbeelding 3:
Kaart Hottinger ca. 1790, collectie Joris Habraken

Afbeelding 4:
Huis te Ressen door Jan de Beijer 1744, Regionaal Archief Nijmegen, documentnummer F74178

Mooi talent

Coaching voor kinderen, jongeren en volwassenen voor:

- gelukkiger leven;
- wijsheid en plezier in opvoeding;
- een passende studie en beroepskeuze;
- passie in je werk en liefdevolle relaties.

Bel Marion van Diemen op 06 13397954
of mail naar info@mooitalent.nl
Praktijk: Annabellastraat 26 6515 CH Nijmegen
www.mooitalent.nl

landwinkel®
De Woerdt

Altijd wat te beleven:
Fairs - Appelplukdagen
Klompenpad - Excursies

Woerdsestraat 4, Ressen - T: 0481-464027
E: info@dewoerdt.nl **www.dewoerdt.nl**

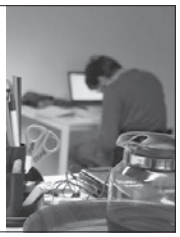
studiekunst
huiswerk- en studiebegeleiding

www.studiekunst.nl

Huiswerk – en studiebegeleiding

Griftdijk Zuid 131 Lent

06 1205 7059



Van Anken
makelaardij
onroerend goed

Thuis in het Rijk van Nijmegen

Met meer dan 30 jaar ervaring in het Rijk van Nijmegen kennen we zo'n beetje iedere straat, steegje en laan. Uw garantie voor een zorgvuldig advies over welke woning aansluit bij uw persoonlijke woonwens. Door lokale markt- en mediakennis weten wij precies hoe wij uw woning bij verkoop in het juiste daglicht moeten zetten.

Meer weten? Neem dan contact op met Onno Disveld of Juliëtte van Anken.

NVM

Pontanusstraat 1 | 6524 HA Nijmegen | 024 - 322 36 26 | info@vananken.nl | www.vananken.nl

LENTSE **WOLKJES**

Jos Rensen, de goed gestemde pianostemmer; is ruim 35 jaar de vakman voor uw piano. Bel 06-23837559 voor een afspraak. Ook voor de juiste toon in tweedehands piano's. Uw goede stemming is een piano waard en uw piano een goede stemming! **www.rensenpianoservice.nl**

Bridgen op de dinsdagavond van 19.30 - 23.00 uur in De Open Hof in Lent. Wij zijn een kleine en laagdrempelige bridgeclub, waar het spelplezier voorop staat. Geef u op bij de clubsecretaris Hilde van Koolwijk, 024-3229649. Zie ook onze website: www.nbbclubsites.nl/club/15012/ **Bridge les?** Bel Piérre Coehorst 024-3232829.

Druk en tóch lekker, gezond en verantwoord eten? Zo'n twee keer per maand op dinsdagavond is er huiskamerrestaurant op woongemeenschap Eikpunt. Schuif gezellig aan **(ook alleen)** of neem je portie(s) mee! Kosten € 7,- / 9,50; kind 50%; di 2 april/16 april/30 april www.lovinglywholesome.nl/huiskamerrestaurant

Een nieuw huis? Een nieuwe inrichting? Of alleen een andere kleur op de muur? **ID by Aimee voor al uw interieurontwerp en -advies**. Samen kijken we wat de mogelijkheden zijn, een intake is altijd gratis en vrijblijvend. Aimee van Marion, info@idbyaimee.com of www.idbyaimee.com

Heerlijke **massage**, stevig en zacht, met **ayurveda invloeden**. Praktijk sinds 12 jaar. Bel gerust voor een afspraak. Lifecircle.nl of 06-36011445.

Wil je **aktief zwanger** zijn? Dat kan ook in Lent. Kijk voor informatie op www.aktiefzwanger.nl. Ineke Dijkstra verzorgt deze lessen in De Ster op woensdagavond om 20.00 uur.

De Werkgroep Integratieve Huisarts Nijmegen-Noord werkt aan de realisatie van een **integratieve huisartsartsenpraktijk**. Deze huisarts staat naast de reguliere geneeskunde open voor complementaire geneeswijzen en kijkt samen met u naar een natuurlijke manier om uw gezondheid te bevorderen. Info & inschrijven: integratiefnijmegennoord@gmail.com

Stichting Soos is op zoek naar enthousiaste **overblijfkrachten**! Vind je het leuk om met kinderen te werken? Kom dan het overblijfteam van De Geldershof versterken! 024-3503874, www.stichtingsoos.nl

Cursus Intuïtieve Ontwikkeling. Vanaf woensdagochtend 17 april start er in Lent een nieuwe basiscursus. Werk in 11 lessen aan je intuïtieve en persoonlijke ontwikkeling met meditatie, mindfulness, visualisatie, energie- en lichaamswerk. Meer informatie over onze cursussen op www.intuitieftraject.nl

Salsadansschool Aguanilé: **salsadansen** in Nijmegen-Noord! In april start er weer een nieuw dansseizoen. Houd onze Facebookpagina en website www.aguanile.nl in de gaten voor de gratis demolessen. Voor meer info: info@aguanile.nl

Dag mooie, drukke vrouw. Ervaar je stress? Woon je in je hoofd? Heb je lichamelijke klachten? Je lichaam heeft alle antwoorden. Met aandachtige aanraking, liefdevolle aandacht en intuïtieve vragen hervind jij jouw Zachte Kracht d.m.v. massagetherapie in Lent. Vergoeding mogelijk. Sijtje Princen, 06-48856967, www.zachtekracht.nu

Meer ontspanning en balans in je leven? 6 mei 2019 start er weer een **Mindfulnesstraining** in De Kleine Wiel in Lent. Kleine groep van max. 8 deelnemers. 8 bijeenkomsten op maandagavond, 1 oefendag op zondag 16 juni. Kosten € 375. Info/aanmelden: Sandra Brinkman 0612589298, mcnijmegen@outlook.com, www.mcnijmegen.nl

Je **kind** weer zien **lachen**, **genieten**, vol **vertrouwen** de wereld in zien stappen? **Positief**, met **vertrouwen** en **kracht het gedrag** van je kind begrijpen en begeleiden? Als gecertificeerd kind- en gezinscoach kan ik jullie helpen. Femke Bouwmeister 06-24127961 of **www.coachpraktijkbinnenstebuiten.nl**

Geef het **FEEST** van je leven! Zoek je een DJ die meer doet dan alleen leuke muziek draaien? Een mooi feest voor jezelf, maar ook voor je gasten! Kijk op www.muziquest.nl of bel Simone Kiekebosch 06-15500129.

Weldadig en ontspannend: **Ayurvedische massage**. Deze massage van lichaam en hoofd met warme olie werkt ontgiftend en verbindend, brengt lichaam en geest in balans. Er worden traditionele Indiase oliën gebruikt. Duur: 5 kwartier, plus rustig bijkomen met een kop thee. Info/afspraak: 06-44338221, hellavandonk@outlook.com

EEN LENTS WOLKJE PLAATSEN VAN ONGEVEER 40 WOORDEN? EEN PARTICULIERE MEDEDELING OF OPROEP KOST € 3,50 EN EEN ZAKELIJKE € 12,-. VÓÓR SLUITINGSDATUM (ZIE COLOFON), BETALING VIA **NL69 RABO 0127 9961 33** EN TEKST NAAR **WOLKJES@LENTSELUCHT.NL**

15.000 m² woonplezier onder één dak

OPENINGSTIJDEN:
Ma t/m Do 10.00 - 17.30 uur
Vrijdag 10.00 - 21.00 uur
Zaterdag 10.00 - 17.30 uur
Zondag 12.00 - 17.30 uur

Zansen totaal wonen EST. 1966

Voor sfeervolle meubels, keukens, slaapkamers, woontextiel en accessoires kijk op
jansentotaalwonen.nl

Karstraat 95 Huissen | 7 dagen per week open! | 026-326 99 00 | 9.1/10 klantwaardering

OSTEOPATHIE LENT

Frankrijkstraat 141
024 203 0216
osteopathie-lent.nl

NIEUW in LENT

Peter Raymakers
Loodgieter en installatiebedrijf

Complete badkamers
Loodgieterswerk
Centrale verwarming
Tegelwerk

e-mail: p.raijmakers@hetnet.nl
tel: 06-44784316
adres: Pavialaan 37
6663EC lent

Albert Heijn Bemmel
Ruim 150 parkeerplaatsen, gratis en overdekt

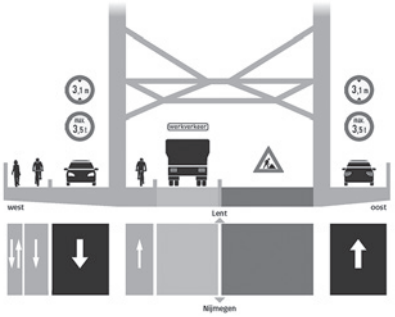
Openingstijden:
Maandag t/m zaterdag
08:00 tot 21:00
Elke zondag
08:00 tot 21:00

Kijk ook eens op www.ahbemmel.nl
Buitengracht 2, 6681 JJ Bemmel T: 0481-451100

Verkeershinder op Waalbrug

wordt nu werkelijkheid

Na een lang oponthoud vanwege de aanwezigheid van chroom-6 zal de renovatie van de 80 jaar oude Waalbrug eindelijk plaatsvinden. Rijkswaterstaat is eigenaar van de brug en verantwoordelijk voor de onderhoudswerkzaamheden, en werkt daarbij nauw samen met de gemeente Nijmegen die als wegbeheerder verantwoordelijk is voor het wegverkeer over de brug. Aannemerscombinatie Team Waalbrug gaat tijdens de renovatie onder andere het betonnen rijdek vervangen en de staalconstructie schilderen. Daarnaast wordt in opdracht van de gemeente Nijmegen de busbaan omgebouwd tot een fietspad in twee richtingen en wordt de vormgeving zoveel mogelijk teruggebracht in de oorspronkelijke staat. Maar eerst zal aannemerscombinatie Team Waalbrug de weg op de brug ombouwen voor de nieuwe verkeerssituatie. Er zullen tijdelijke verkeerslichten geplaatst worden, zodat fietsers veilig over de brug kunnen blijven rijden.

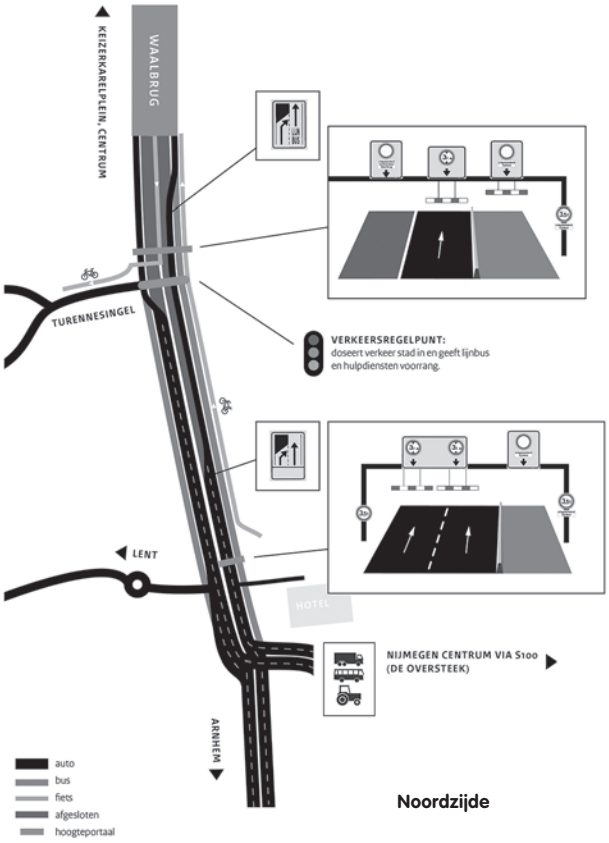


Vanaf vrijdagochtend 22 maart 06.00 uur zal er in beide richtingen op de Waalbrug maar één rijstrook beschikbaar zijn voor auto's en ov-bussen. Fietsers, voetgangers en hulpdiensten kunnen de brug dan wel steeds blijven gebruiken, maar tot aan het einde van de renovatie kunnen vrachtwagens, touringcars en landbouwvoertuigen geen gebruik meer maken van de Waalbrug. Tijdens de vervanging van het betondek zullen automobilisten stad inwaarts over de busbaan en stad uitwaarts over het oostelijke fiets- en voetpad rijden. Fietsers en voetgangers stad uitwaarts krijgen een aparte, veilige ruimte binnen de bogen. Voor fietsers en voetgangers stad inwaarts verandert er echter niets. Deze situatie gaat naar verwachting 1,5 jaar duren.

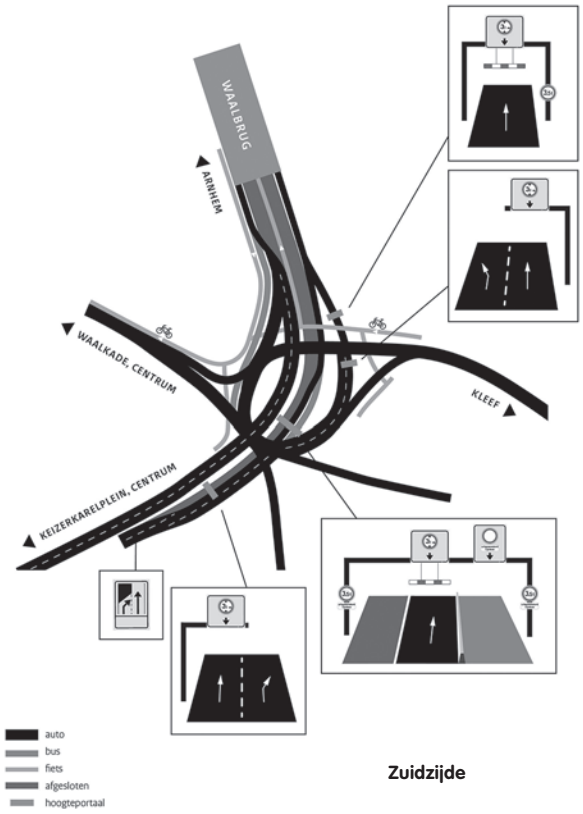
Bereikbaarheid Nijmegen

De bereikbaarheid van de stad Nijmegen tijdens de werkzaamheden blijft voor Rijkswaterstaat, Team Waalbrug en de gemeente Nijmegen een belangrijk aandachtspunt. De gemeente heeft verschillende kruispunten en wegen in de stad al aangepast voor een situatie met 2x1 rijstroken op de Waalbrug. Daarnaast zet de gemeente een extra programma 'SLIM spitsen' in, waarbij automobilisten worden gemotiveerd om op andere wijze te reizen. Fietsers wordt aangeraden om zoveel mogelijk De Snelbinder te gebruiken. Tijdens de Vierdaagse zal niet aan de brug worden gewerkt en kunnen de wandelaars traditiegetrouw over de brug lopen.
Voor meer informatie over de Waalbrug zie: *www.rijkswaterstaat.nl/renovatiewaalbrug.* Ook kunt u bellen met de Publieksinformatielijn RWS *0800-8002*.

BRON: MARIJN RUTTEN, OMGEVINGSMANAGER RWS



Noordzijde



Zuidzijde

HOUWEN
MAKELAARS

Jouw Lent, Mij Bekend

Duidelijke verkooppakketten
tegen **scherpe tarieven**

Altijd op de hoogte met **24/7 app**

Als jouw **NVM Makelaar** behalen
we voor jou het beste resultaat

Dienstverlening die **inzichtelijk en transparant** is

>18 jaar werkervaring als Makelaar in Nijmegen

6 dagen per week met jouw huis bezig

Jan Martijn Houwen · www.houwenmakelaars.nl

Mieke Stapelkamp

Fysiotherapie
Oedeemtherapie
Bowen
Fascietechnieken

De combinatie van Oost en West

Het Buske 79 Lent 024 3882882 www.miekestapelkamp.nl

N 51.864418° E 5.880551°

EVENEMENTENLOCATIE | TROUWLOCATIE

Een eeuwenoud historisch verdedigingswerk dat de laatste twintig jaar getransformeerd werd van rustend cultureel erfgoed tot een van de meest unieke entertainment buildings van Europa: Fort Lent. Een plek om alles te vergeten en om nooit meer te vergeten.

FORT LENT
Bemmelsedijk 4
6663 KZ 024 3231746

Lent (Nijmegen)
www.fortlent.nl
info@fortlent.nl

Schoenmakerij Tweehuysen

SCHOENMAKERS GILDE®

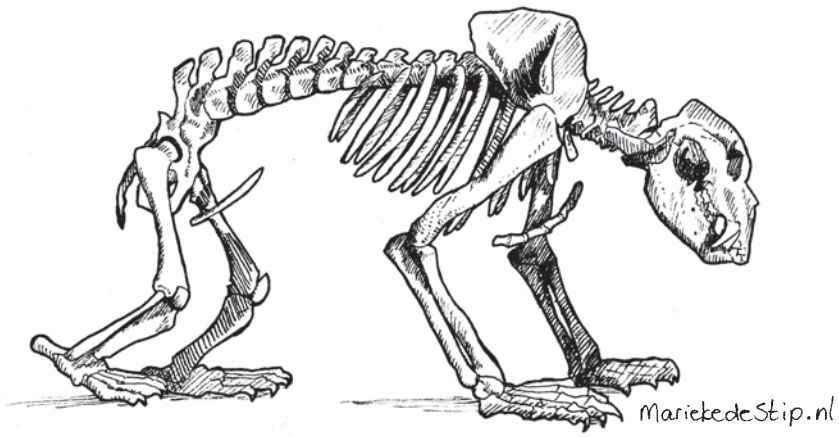
1933 – 2018

85 jaar

In de Betouwstraat 42
6511 GD Nijmegen
Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com

OPEN **LUCHT**



Beren

Eén keer eerder schreef ik over beren. Het ging toen over de winterslaap. Bruine beren, die in zuidelijk Europa in het wild leven, schakelen hun stofwisseling in de winter een paar versnellingen terug en kunnen zo in een beschermd hol de kou zonder veel problemen trotseren. Ze raken niet in een diepe winterslaap zoals bijvoorbeeld egels, maar zijn ieder moment wakker te maken en kunnen dan onmiddellijk tot actie overgaan. Het overgrote deel van de berensoorten is omnivoor. Met andere woorden: ze eten zowel vlees als planten. Deze eigenschap is goed af te lezen aan het gebit. Scheurkiezen en sabeltanden ontbreken, maar de kiezen zijn knobbelig zoals je dat ook ziet bij andere omnivoren, zoals varkens en mensen. Bruine beren eten voornamelijk fruit en andere plantaardige materialen. Steeds vaker komen er berichten uit met name Canada dat ze zich ook tegoed doen aan kampeervoorraden en picknickmanden. Toch houden niet alle beren zich aan de voedselregels. De ijsbeer bijvoorbeeld is zelfs uitsluitend carnivoor. Hij is dat noodgedwongen vanwege zijn voorkomen op de ijsvlaktes waar planten niet of nauwelijks te vinden zijn.

De grote panda, bekend van het logo van het Wereld Natuurfonds, is qua voedselkeuze de tegenhanger van de ijsbeer. Ze leven in China in de bamboebossen en snoepen van de stengels. Hun voorkeur gaat uit naar harde verhoute stengels en niet naar de bamboespruiten die je bij de Chinees voorgeschoteld krijgt. Mijn eerste vishengeltje zou de pandabeer met smaak hebben opgepeuzeld. Het vreemde is dat de beren vallen onder de zoogdierorde van carnivoren, wat ‘vleeseters’ betekent. De ijsbeer past uitstekend in dat profiel, maar de panda juist helemaal niet. De panda wordt dan ook wel een herbivore carnivoor genoemd. Bovengenoemde drie berensoorten zijn op 30 autominuten hiervandaan te bewonderen in Ouwehands Dierenpark in Rhenen. Je hoeft de provincie er niet voor uit om ze te zien. Heel vroeger hoefde je zelfs Lent niet uit om ze tegen te komen.

In het late Pleistoceen leefde in onze contreien een inmiddels uitgestorven berensoort: de holenbeer. Deze benaming is niet juist. Het is een germanisme, dat wil zeggen dat de naam is overgewaaid uit Duitsland. Höhle betekent in het Duits grot en niet hol, hoewel het er etymologisch wel aan verwant is. Bij een hol denken we aan een door konijnen gegraven nestplaats. Een grot is een natuurlijk ontstane holte in een rotspartij. In landen als Duitsland, Tsjechië en Oostenrijk worden in grotten regelmatig fossiele geraamtes van beren en leeuwen gevonden. Ze werden daarom Höhlenlöwe en Höhlenbäre genoemd. Dan is het nog maar een kleine stap naar ‘holenleeuw’ en ‘holenbeer’. Correcter is het dus om ze grottenleeuw en grottenbeer te noemen. In Nederland worden met name aan de kust nog steeds botfragmenten gevonden van de grottenbeer. Met regelmaat worden er ook botten opgevist uit de Noordzee tijdens het vissen. Qua botten en gebit lijken de botten van de grottenbeer sprekend op die van andere berensoorten. Alleen de schedel wijkt af. Er zit een knikje in zijn voorhoofd, terwijl de bruine beer een gewelfd voorhoofd heeft en de ijsbeer een recht profiel. Jammer dat de grottenbeer uitgestorven is. Ik was hem graag eens tegengekomen.

TEKST: JOHANNES; ILLUSTRATIE: MVS (REFERENTIE: JAN KITZING)

GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT
DE OPSTAP
BEWEGING
COMPUTER
CREATIVITEIT
INTUÏTIEVE ONTWIKKELING
KENNIS & CULTUUR
TALEN
MEER CURSUSSEN
www.deopstap-nijmegen.nl

FYSIOTHERAPIE LENT
Locatie Thermion
Thermionpark 6
6663 MM Lent
Locatie St. Jozef
Lentse Schoolstraat 25
6663 CP Lent
www.fysiotherapielent.nl info@fysiotherapielent.nl 024 - 309 45 03

Frank Pluijm

Frank Pluijm (60 jaar) heeft op 1 maart jl. een koninklijke onderscheiding gekregen voor zijn 22-jarige inzet voor de brandweerpost in Nijmegen Noord. Hij is nu lid in de Orde van Oranje-Nassau. Stilzitten kan Frank niet, want naast het werk in zijn garagebedrijf geniet hij van het organiseren van allerlei vrijwilligerswerk en het restaureren van zijn vakantiehuis in Frankrijk. Lentse Lucht wil deze markante persoonlijkheid graag in beeld brengen.

Tweeëntwintig jaar bij de vrijwillige brandweer! Wat was jouw drijfveer om dit werk te doen?
"Wij hadden sinds 1993 op Griftdijk Zuid een garagebedrijf en woonden daar ook. De grens tussen privé en werk is dan heel dun. Toen ik 38 was, werden ik en vijf anderen benaderd met de vraag of we bij de vrijwillige brandweer wilden werken. Ik had er wel oren naar en het leek goed te combineren met ons gezin en het garagebedrijf. Het is een echte parttime baan, waar een reële vergoeding tegenover staat. Je bent oproepbaar, maar hebt ook je andere werk.
Als je solliciteert moet je eerst door een strenge keuring. Je wordt getest op je fysieke en psychische gezondheid, geen last hebben van claustrofobie of stress, het samenwerken en scherp kunnen blijven. Na de keuring krijg je een gedegen opleiding. Toen ik in 1997 als 'manschap' begon was ik al wat ouder, had de nodige levenservaring en leidde thuis een bedrijf. In 2002 werd ik bevelvoerder en in 2007 groepschef."

Wat is het voordeel van de combinatie beroepskrachten/vrijwilligers bij de brandweer?
"Het is heel effectief. Je kunt extra mankracht inzetten als dat nodig is. Je vult elkaar aan en vrijwilligers nemen ook vaak kennis mee vanuit andere vakgroepen, wat veel voordelen heeft. Je zit minder in een bubbel. Hier in Nijmegen loopt de samenwerking erg prettig. De organisatie is heel transparant, de mensen zijn gedreven en de onderlinge solidariteit is groot. We werken in verschillende groepen samen. Zo leer je elkaar allemaal kennen."

Het lijkt me dat je veel heftige dingen meemaakt. Kun je daarmee omgaan?
"Je maakt leuke en verschrikkelijke dingen mee, maar ik heb het altijd gelukkig van me af kunnen zetten. Heb je het erg moeilijk dan kun je een beroep doen op het Team Collegiale Ondersteuning. Dat werkt goed. Bovendien is het heel afwisselend werk. Je wordt niet alleen opgeroepen bij branden, maar ook bij ongelukken op de weg en in het water, bij kapotte gasleidingen enzovoorts. Preventie is heel belangrijk en je moet wel technisch inzicht hebben. Soms zijn we actief bij evenementen, zoals bij de Vierdaagse, het modder wegspuiten bij een roeiwedstrijd, het spuiten van schaatsbanen op het Dorpsplein en bij De Ster en het meedoen aan de activiteiten van Stichting Kinderdroomwens. Van zulke dingen kan ik dan echt genieten."

Hoe heb je het ervaren om jullie thuis én bedrijf te moeten verplaatsen vanwege de dijkverlegging?
"Het was een ingewikkelde tijd. Je wist nooit precies wat de politiek zou kiezen. Achteraf gezien hebben we geboft en de tijd meegehad. We hebben nu een mooi huis en een goedlopend bedrijf, allebei redelijk vlak bij ons oude stekje. En twee van onze vier kinderen werken nu in de zaak."

Kun je jouw brandweercarrière wel afsluiten?
"Ja absoluut, maar het doet wel pijn. Het is tijd voor de jongere generatie. Ik hoop dat twintigers door dit verhaal enthousiast worden. Het is zo'n prachtige baan en goed te combineren met parttime werk. We zoeken vooral vrijwilligers voor overdag. Het werk geeft veel levenservaring, vriendschap en solidariteit."

TEKST: LSO; BEELD: LR