

Lentse Lucht

Maandelijks uitgave
voor en door Lentenaren

JULI 2017
jaargang 20

7

EERSTE LUSTRUM VOOR **LENTSE PINKSTERRIT**



NYAWILE & IGOR
9

SCHOOLVERLATERS
19-21

SOCIAAL WIJKTEAM
25

Vijfde Pinksterit succesvol

Het begint echt al een traditie te worden, de Lentse Pinksterit. Ieder jaar zijn er meer deelnemers. De organisatie is in handen van Harry Houterman en zijn overbuurman Erik Bartelds. Lentse Lucht keek samen met Harry Houterman terug op de rally. Erik Bartelds kon wegens fileleed pas aan het eind van het gesprek aanschuiven.

Hoe is de autorit ontstaan?

“De aanleiding was dat er ieder jaar een Paasrally in Elst plaatsvond. Erik en ik zijn beiden gek op wat oudere auto's en ik zei op een goed moment tegen hem: ‘Zou het niet leuk zijn om zoiets in Lent ook eens te doen?’ En zo is het vier jaar geleden begonnen.”

Wat is de filosofie van de puzzelrit?

“Bij ons ligt de nadruk op gezelligheid. Je hoeft niet op de klok te kijken en het parcours hoeft je ook niet plankgas af te rijden. Na de carnaval starten we met de voorbereidingen. We beginnen met het uitzetten van een parcours. Dit keer was het een tocht van 120 kilometer door de Achterhoek. Vervolgens maken we een routeboek waarin aanwijzingen staan over de rit. Verder staan er foto's, vragen, cryptogrammen, rebussen in die de mensen moeten oplossen en tot slot de advertenties van de sponsors.”

Vertel eens iets over het parcours

“Ik heb een voorkeur voor onverharde openbare wegen. Ze zijn allemaal goed te berijden maar kunnen bij droogte stoffig zijn en bij regen modderig. Ieder jaar starten we op een andere locatie en we eindigen weer ergens anders. Op deze manier proberen we ondernemend Lent te steunen. Deze keer was de start bij café De Zon terwijl het eindpunt Het Witte Huis was.”

Deden er bijzondere auto's mee?

“Er deden 75 equipes mee verdeeld over drie categorieën: young- en old-timers (ouder dan 25 en ouder dan 40 jaar), de club van daklozen (cabriolets) en de exoten. Dat zijn speciale, meestal relatief jonge auto's. Zo deed een Maserati GranCabrio Sport mee uit 2011, een Lagonda 2 liter Low Chassis uit 1932, een Jaguar SS 100 uit 1938 (foto voorpagina) en een Porsche 365A cabrio uit 1955. Overigens kwam de helft van de deelnemers uit Lent.”

Waren er nog problemen onderweg?

“Het routeboek moest exact gevolgd worden anders gaat het fout. In Bemmel moesten de auto's een rondje om kasteel De Kinkelenburg rijden. Je moet dan eerst het kasteel passeren en dan via het linker weggetje er omheen. Sommige deelnemers namen de rechterkant eerst en dat leidde tot



een chaos, al vlak na de start. Ook was er een week voor de start een wegafsluiting in het parcours gerealiseerd. Het routeboek was al gedrukt maar we konden dat met een inlegvel nog net rechtzetten. Helemaal bizar was dat we onderweg een opdracht hadden gemaakt om van een auto, die op een zuil voor een garagebedrijf stond, de afstand tussen een autoband en de straat op te meten. De auto stond er al tien jaar maar was een dag eerder weggehaald. Aan de andere kant zijn dit zaken die de tocht spannend en avontuurlijk maken en daar gaat het om.”

• TEKST JK BEELD LR

UIT DE LUCHT

Mummies uit Lent

Buiten waait het woestijnstof over eindeloze zandduinen. Binnen, diep onder de grond, openen zich twee ogen. Langzaam staat een omzwachtelde figuur op uit zijn eeuwenoude graf...

Dat is het beeld dat Hollywood ons sinds de zwart-wit dagen van Boris Karloff voorschotelde van de mummie. Maar wat is een mummie nou echt? In feite is het een lichaam van een gestorven mens of dier dat door bepaalde omstandigheden nauwelijks is ontbonden, waardoor de huid en andere zachte delen zijn geconserveerd. Het meest tot de verbeelding spreken de mummies uit het oude Egypte. Hier werden de lichamen van mensen (maar ook dieren) volgens een ingewikkeld procedé voor de eeuwigheid bewaard, zodat de ziel altijd veilig zou kunnen terugkeren in het lichaam. De hersenen werden via een haak door de neusopening, en de ingewanden door een snede in de zij met een vuurstenen mes uit het lichaam verwijderd, waarna men het lichaam liet indrogen door deze gedurende 70 dagen in een mengsel van zout en natriumwaterstofcarbonaat te leggen. Vervolgens werd het gebaad in



bewarende stoffen en werd het lichaam omzwachteld met linnen doeken. Om uiteindelijk na een paar duizend jaar weer tot leven te worden gewekt... O nee, dat gebeurt alleen maar in de film. Er is echter ook een natuurlijke manier waarop lijken 'per ongeluk' worden geconserveerd. Dat gebeurt meestal door

uitdroging, maar ook door invriezing of door verzuring in een moeras. Johannes is gefascineerd door het verhaal achter gemummificeerde dieren. Laat u zich niet afschrikken door mummies? Lees dan vooral verder in een wederom spannende editie van Lentse Lucht!

• TEKST MB ILLUSTRATIE MVS



DE REDACTIE VAN DE LENTSE LUCHT
WENST IEDEREEN EEN PRETTIGE VAKANTIE!



INFORMATIE & COLOFON

SLUITINGSDATUM KOPIJ: 14 SEPTEMBER 2017

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: Alphons Backx, Martin Bos, Joop Koopman, Ben Schilder, Léonie Schuijt-Overgoor
FOTOREDACTIE: Marc Jeuken, Jeroen Naus, Lenny Rijken, Lieke Roodbol **WEBREDACTIE:** Rein Koning
TEKSTCORRECTIES: Marijke Munnichs, Ineke Zaalmink
ILLUSTRATIES: Hans Spaans, Marieke van Stippent
OPMAAK & ONTWERP: Rick Reijntjes
DRUKKERIJ: van der Weerd **OPLAGE:** 4.100 ex.



www.lentselucht.nl redactie@lentselucht.nl 024-3221095 @lentselucht facebook.com/lentselucht

van de Webredactie

Je wist natuurlijk al dat de berichtgeving in het blad de Lentse Lucht verzorgd wordt door zeer ervaren en lokaal goed ingevoerde journalisten. Je wist natuurlijk ook dat je als inwoner van Lent op de website lentselucht.nl al je berichten zelf kunt plaatsen. Heel gemakkelijk, zonder schroom en zonder te beschikken over bijzonder schrijverstalent: Gewoon omdat je iets te zeggen hebt of omdat je iets aan je buurtgenoten wilt vragen. Of omdat je een oproep wilt plaatsen. Of omdat je een leuk verhaal kent en dat graag met anderen wil delen.

Wat je waarschijnlijk niet wist, is dat de bemensing van de redactie van de website op dit moment wel wat aan de magere kant is. En dat we dus nog iemand zoeken die een

klein stukje wil overnemen van de taken die voor de website moeten worden verricht. Dat kan zijn: de mail afhandelen, geplaatste berichten uitlichten naar de homepage van de site, helpen bij het plaatsen van advertenties, up-to-date houden van het gebruikersbestand, ondersteunen bij het zelf plaatsen van berichten, onderhouden van de Facebookpagina van de Lentse Lucht.

Nu je dit weet zou het natuurlijk zomaar kunnen zijn dat je tijd en zin hebt om één of meer van deze taken voor je rekening te gaan nemen! Als dat het geval is, laat je dat dan even weten? Stuur dan een kort berichtje naar webredactie@lentselucht.nl en we praten verder.

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



mansan
natural health & beauty

- ACUPUNCTUUR
(Klassieke, BBRs, ECIWO en ABDOMINAL)
- SCHOONHEIDSSALON Phyto5
- Zwangerschapsongemakken
- IVF/IUI Ondersteuning
- Cadeaubon

**WIJ ZIJN VERHUISD NAAR:
IMMANUEL KANTSTRAAT 57**

**KNIP DEZE ADVERTENTIE UIT EN ONTVANG 15%
KORTING OP UW EERST VOLGENDE BEZOEK.**

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



Den Hartog
TUINCREATIES

**Tuinontwerp, realisatiebegeleiding
en onderhoud**

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769



Lease je e-bike!
vanaf €1,50 all-in per dag

Grifdijk Zuid 137, 6663 BE Lent/Nijmegen www.zoevers.nl

**BY
ILSE**
SCHOONHEID OP MAAT

Voor al uw gezichtsbehandelingen
ter ontspanning, huidverbetering
en verzorging.

BY ILSE kunt u ook terecht voor
manicure-, pedicurebehandelingen, CND
shellac en Marc Inbane Tanningspray.

Oudedijk 2, 6663 KT Lent, tel. 06 24 170 150
www.schoonheidopmaat.nl

Peter van der Ploeg en Christl Gross

Je komt ze overal tegen. De één verkoopt hier pizza's, de ander komt de hond uitlaten of een boek schrijven. Deze keer betrapten we Peter van der Ploeg en Christl Gross uit Hillegom. Zij bivakkeerden een nacht in een antieke camper op de parkeerplaats bij Sprok.

Peter: "We zijn van april tot oktober regelmatig op reis. Dat we hier staan komt door Vince, iemand die hier in de buurt woont en ons wees op deze plek. Wij kennen elkaar van een internetforum van mensen met als hobby het zoeken van oude munten en spulletjes met een metaaldetector. Langs de Waal mag je zonder vergunning zoeken. Deze camper hebben we in 2008 gekocht, hij was toen rijp voor de sloop. Hij is in 1973 gebouwd. Het chassis is gemaakt door Fiat en de ombouw is van Van Hool uit België. Ik heb drie jaar over de restauratie gedaan. Het hele interieur is vervangen. Er zijn er destijds 64 gebouwd waarvan er nu nog zes over zijn. Achter op de camper vervoeren we een motorfiets. Christl kan niet meer fietsen en zo kunnen we ons toch makkelijk verplaatsen."

Christl: "We nemen onze parkiet Peppie altijd mee. Met het avondeten mag hij uit de kooi en hij mag dan met ons mee eten. Daarna mag hij nog de hele avond vrij rondvliegen. Alleen als het heel warm is moet hij in de kooi blijven want dan hebben we de ramen open. We hebben een tweede parkiet gehad. Die was ergens ontsnapt en kwam spontaan op onze parkiet af. We hebben hem ook in de kooi gedaan maar na een week kregen ze ruzie en moesten we ze scheiden. Na een half jaar ging hij dood. We hebben daarna geen tweede parkiet meer genomen."

Peter: "We zijn een week geleden vertrokken en hebben in Putten en Aalten gestaan. Morgen trekken we verder naar Limburg en volgende week maandag moeten we weer thuis zijn vanwege doktersafspraken. Volgende maand gaan we naar Duitsland, samen met Oostenrijk één van onze favoriete vakantieplaatsen. Het is er ruim, de natuur is er mooi, de mensen zijn aardig en het is daar veel goedkoper dan hier. We hebben afgesproken met mensen die ook rondtrekken in een camper. We komen elkaar onderweg tegen en we vinden het leuk en gezellig om af en toe bij te praten. We hebben een zonnepaneel om elektriciteit op te wekken. Voor het nieuws hebben we een tablet en we luisteren naar een DAB-radio. Een televisie hebben we niet. Als we onderweg zijn leven we goedkoper dan thuis."

Christl: "Onze mooiste reis was een reis dwars door Oostenrijk. We begonnen in Voralberg en reden alleen maar over B-wegen. We kwamen door lieflijke dorpen met houten huizen en veel bloemen. Rijden met een camper is heerlijk, je bent vrij en kunt alle kanten op. Ooit zijn we begonnen in een tentje, toen kwam er een caravan. Dit is onze derde camper alweer en we vinden het nog steeds heerlijk."

• TEKST & BEELD JK



**RIJDEN
MET EEN
CAMPER IS
HEERLIJK,
JE BENT
VRIJ EN
KUNT ALLE
KANTEN OP**

**Van 7 tot 16 juli vindt
het grootste open
tennistoernooi van de
regio plaats: het LOT!
Kom kijken en genieten.**



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



praatjuf

praktijk voor logopedie
oplossingen voor stem, spraak en taalproblemen

0316 - 225612

Angeren
Bemmel
Huissen
Lent
Didam
Oosterhout

A N N A & G É

...Flierefluit mee met Anna en Gé

Kiek, wij weten heus wel wa Mindfullen is; mar wij vienden flierefluiten nê zo lekker. Dus veur jullie allemoal enkele luchtige tips, um de sommer van 2017 relekst deur te komme:

1. Goa nie op tied noar bed, mar blief lekker buute noar de luch kieke, nê zolang je un vallende ster ziet. Je mak doarveur de miste kans ien augustus.
2. Wa ok heel relekst is, is net zolang blieve zitte kieke totda de teunisbloem zomar uut zichzelf losgeet.
3. Doe 'smerregesvroeg de barbekjoe al oan en ok je korte boks.

4. Doe al heel vroeg je boerkini oan en nim un frisse duik ien de neijje Nevengeul. Nim gerust je nichten mee.
5. Lop de hele sommer op blote voete. Ajje doar nie tegen kan, lop dan op teenslippers mar loat je sokke uut.
6. Zurrug d'r veur dajje genoeg wiend ien je hoare krieg, want dan vliege al je zurruge geliek weg. Dit kan ok ajje gin hoar mèr hê, want op un koale klets vuult de wiend ok bar lekker oan.
7. Doe veural nie mee mit langeafstandsmarsen, en al hillemoal nie mit de 4Daagse, want da gif veuls te veul stress.

8. Ok al is ut volop sommer: schoats toch us un keertje un schève schaots.... Doe us lekker stout, want nou kan je ut nog en un mins kan doar geweldig goed van opknappe.
9. Goa duk un ijsje pruuve bij de enige echte werme bakker ien Lent en doe er heeeel lang mee met hele kleine likjes. Mmmmm

Anna en Gé wensen alle Lentenoaren un opwindende mar toch un bar relekste en werme sommer. Ajuus.



de Huisarts

Vakantie souvenirs

De vakantie breekt weer aan! Hoe fijn en ontspannend dat ook kan zijn, als huisartsen zien we onze patiënten geregeld thuiskomen met 'souvenirs' die niet in de brochure stonden. Ik geef drie voorbeelden en drie bijpassende tips. We starten met Legionella. Deze bacterie houdt zich graag schuil in slecht onderhouden waterleidingen waar de temperatuur niet hoog, maar ook niet laag genoeg is. Tijdens het douchen met besmet water adem je de bacterie in. Pas na één tot twee weken wordt men ziek (longontsteking) en de juiste antibiotica zijn dan zeer belangrijk. Toch overlijden er geregeld mensen aan deze aandoening.

Tip 1: Vertel als u ziek bent altijd aan de dokter wanneer en waar u op reis bent geweest. Ook mocht deze er onverhoopt niet naar vragen.

Legionella komt gelukkig niet veel voor, maar krentenbaard (impetigo) wel. Ook in Nederland kun je makkelijk krentenbaard oplopen. Het is een huidinfectie door een bacterie die roodheid geeft, gelige korsten en/of blaartjes die snel kapot gaan. Het kan over het hele lichaam zitten – dus niet alleen rond de mond. Omdat in het buitenland veel vaker (onterecht) antibiotica worden voorgeschreven zijn de bacteriën daar hardnekkiger en moeilijker te behandelen. Na de vakantie zien we dan ook vaker kinderen met lastig te behandelen krentenbaard.

Tip 2: Wees alert op wondjes en verzorg ze goed. Zorg dat je bacteriedodende crème of zalf in de reis-apotheek hebt (bijv. betadinezalf).

En tot slot is daar de ultieme vakantieherinnering: de SOA, ofwel geslachtsziekte. Niet gek natuurlijk, want aan de Spaanse kust ziet zelfs een Oostduitse koekenbakker er aantrekkelijk uit. De sangria, de verzengende zon en de

ophitsende zomerhits doen de rest. Toch eindigt een romantische zomerliefde niet zelden in blaasjes van onderen, jeuk, of een vervelende afscheiding uit de plasbuis of vagina. Niet dat een Duitse druiper erger is dan een Nederlandse, maar het blijft een druiper. En dan hebben we het nog niet gehad over chlamydia, trichomonas, HIV en hepatitis.

Tip 3: Het toverwoord heet rubber. Een latex bodysuit met badmuts is geen vereiste, maar een simpel condoom kan een boel ellende besparen.

Namens alle collega's in Thermion wens ik u een hete en gezonde zomer!

• TEKST FLORIS VAN DE LAAR ILLUSTRATIE HS



Bij Care Line kunt u terecht voor:

- Professioneel huidadvies en verzorging
- Gezicht- en lichaamsbehandelingen
- Diversen massages
- Wimperpermanent

- Medisch pedicure voor diabetische en reumatische voet
- Manicure
- Pedicure
- Orthese en nagelbeugels
- Acne behandelingen

Carlijn Willemsen Zandsepad 7 6663 KA Lent 06 57543349 www.schoonheidsspecialistcareline.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



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. C.T.G. van Schie

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



instituut voor rationele therapie

Praktijk voor
psychologische zorg
en psychotherapie

Cognitieve Gedragstherapie
Rationele Therapie (RET)
EFT Relatietherapie
Mindfulness
EMDR

Psychologische hulp nodig?

Onze praktijk bevindt zich net over de
Waalbrug aan de St. Canisiussingel 24 in
Nijmegen. Zowel volwassenen, jongeren
als kinderen kunnen bij ons terecht.

U kunt zich online aanmelden op de
website of telefonisch via de secretaresse.

Meer informatie?
tel. 024 - 32 32 4 36
www.rationeletherapie.nl



Wienen

accountants en adviseurs

**ZZP'ers én particulieren
kunnen op ons rekenen**



Wienen ontcijfert en ontzorgt

024 323 23 33 • www.wienenaccountants.nl

GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT



www.deopstap-nijmegen.nl



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

LENTSE LIEVERDIJES

Igor de labrador

**In de serie over Lentse huisdieren spraken we deze keer met Nyawile Nyangoma (15)
over haar labrador Igor (13½). Igor staat bekend als de hond met de bult.**

Nyawile: "Vroeger wilde ik altijd al graag een zwarte labrador. Tot voor een paar jaar woonde ik met mijn moeder in Oosterhout. Ze heeft toen Rick leren kennen en die had een zwarte labrador. In het begin bleef Igor wel eens logeren. Hij was zo lief dat ik af en toe samen met hem wilde slapen. Mijn matras ging dan naar de woonkamer en daar slapen we samen op. Igor nam wel de meeste ruimte in. Hij maakte me 's nachts soms wakker als hij eten wilde. Ook snurkte hij nogal zodat er van slapen vaak niet zoveel terecht kwam. Later kwamen Rick en Igor bij ons wonen. Nu wonen we al weer drie jaar in Lent in een nieuw huisje op Plant Je Vlag. Aan het begin kon ik hem niet alleen uitlaten omdat hij te sterk voor mij was. Wel borstelde ik hem regelmatig. We laten hem drie keer per dag uit en doen dat volgens een vast schema. Als Rick koffie zet krijgt hij altijd een koekje. Verder bedelt hij helemaal niet.

hij wil dan dat ik hem aai. Daar word ik weer vrolijk van. Twee jaar geleden zagen we een bultje op zijn rug. Toen het groter werd gingen we er mee naar de dierenarts. Vanwege de conditie en de leeftijd van Igor adviseerde hij er niets aan te doen. Narcose zou te belastend voor hem zijn. Het is een goedaardig gezwel dat steeds ietsje groter wordt. Het is nu al zo groot als een flinke voetbal maar Igor heeft er geen last van. Je ziet mensen wel vaak kijken maar bijna niemand durft te vragen wat er precies aan de hand is. Laatst zei iemand: "Kun je het niet leeg laten prikken?" Igor is heel lief en heeft eigenlijk nog nooit iets stouts gedaan. Oh ja, één keer waren we weggeweest en stond er een schaalte druiven op de salontafel. Hij had alle druiven één voor één opgegeten. De steeltjes lagen allemaal op de grond. Twee jaar geleden zei de dierenarts dat hij niet lang meer te leven had. Maar hij is er nog steeds. Ik merk wel dat hij slechter gaat zien en doof wordt. Maar wandelen doet hij nog steeds met plezier al houdt hij het niet langer meer uit dan zo'n minuut of tien. Ik hoop dat hij nog een tijdje bij ons blijft."

• TEKST JK BEELD LRO

ALS IK VERDRIETIG BEN VROLIJKT HIJ ME OP

Vier jaar geleden kreeg Igor suikerziekte. Sindsdien krijgt hij twee keer per dag een injectie met insuline. Ook dat doen we met zijn drieën volgens een vast schema. Het leukste aan Igor is dat hij stemmingen aanvoelt. Als ik verdrietig ben vrolijk hij me op. Hij legt dan zijn kop op mijn schoot. Hij probeert met zijn snuit onder mijn handen te komen en



My-LifeSlim Verantwoord 1 tot 2 kilo per week afvallen! **50% korting** op intakegesprek!

Ineke (- 40 kg)
"Ongemerkt veranderde mijn eetpatroon en eigenlijk mijn hele leven."

Samen sterk voor een gezondere levensstijl!

Vindt u afvallen ook niet makkelijk? Dan bent u niet de enige! De oplossing is: afvallen met begeleiding! Dat werkt in de praktijk veel beter dan in uw eentje aan de slag gaan.

"Het is nooit te laat om de eerste stap te zetten!"
Ragnhild van Dijk

Wekelijks 1 op 1 begeleiding van uw eigen persoonlijke coach.
3 gezonde maaltijden en tussendoortjes per dag.
Alles gewoon te koop bij uw eigen supermarkt.
Geen honger, slap of futloos gevoel door unieke voedingssupplementen.
Een wijntje of een keer uit eten moet kunnen!
Lijnen zonder lijden is de sleutel naar langdurig succes.

My-LifeSlim De Waalsprong Ragnhild van Dijk
Oktaviastraat 19 • 6515 CM Nijmegen-Noord
ragnhildvandijk@mylifeslim.com • T. 06-245 553 59 • Uitsluitend op afspraak.

www.mylifeslim.com

RoostHermesen 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 gesloten
Dinsdag 8.30 t/m 18.00 uur
Woensdag 8.30 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 15.00 uur

Minigraver

Het Zand

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 Bemmell!

FITNESS

KNUFFELZWEMMEN

ZWEM-ABC

RECREATIEF

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

LENTS ALLERLEI

Initiatievenfonds

Armoede en Schulden

Gemeente Nijmegen wil met subsidies nieuwe ideeën ter voorkoming of bestrijding van armoede en schulden stimuleren. In 2017 is er vanuit het fonds in totaal € 30.000,- beschikbaar gesteld. Als u een goed plan heeft ter preventie of bestrijding van armoede en schulden in Nijmegen, dan kunt u hiervoor maximaal € 5.000,- subsidie aanvragen. Een commissie adviseert de wethouder over de aanvragen. Wilt u voor subsidie in aanmerking komen dan is een projectplan met begroting noodzakelijk en mag uw plan nog niet gestart zijn. De ontvangen subsidie moet binnen 1 jaar gebruikt worden. Als het totaalbedrag is toegewezen, dan worden de daarna nog binnenkomende subsidieaanvragen afgewezen. U kunt subsidie via het digitaal loket van de gemeente aanvragen: www.Nijmegen.nl. Vragen kunt u stellen via e-mail initiatievenfonds@nijmegen.nl

De kunst van het studeren

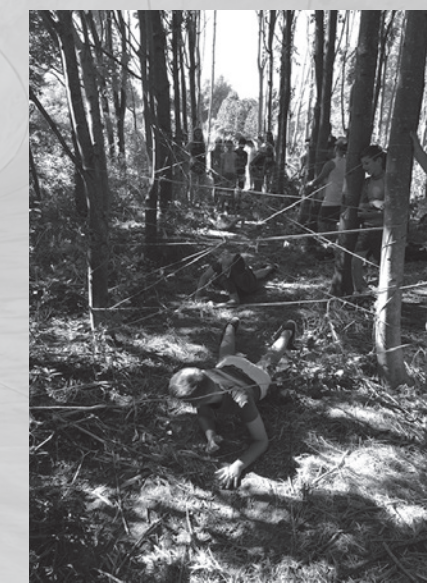
Als uw kind volgend schooljaar naar de middelbare school gaat, wordt de overstap naar brugklas vaak als groot ervaren; studiebegeleiding kan daar een uitkomst in bieden. Als u zich vóór 31 augustus aanmeldt kan uw zoon of dochter in september twee gratis introlessen volgen bij Studiekunst Lent. De eerste intro-les zal een kennismaking zijn, waarbij uw kind leert werken met de agenda. Tijdens de tweede intro-les gaan we aan de slag met het opgeven huiswerk. Voor vragen of aanmelden kunt u contact opnemen met Heleen Janssens via lent@studiekunst.nl of 06 1205 7059, of kijk op www.studiekunst.nl

Lustrum Meditatie aan de Waal

In de zomervakantie op zaterdagochtend 22 en 29 juli en 5, 12, 19 en 26 augustus is er voor het vijfde jaar van 9.30 tot 10.30 uur weer 'Meditatie aan de Waal' op een strandje aan de Lentse Spiegelwaal en worden met een frisse start in de buitenlucht alle zintuigen wakker gemaakt. Olga Jans en Ine Albers begeleiden dit mindfulness-meditatie uurtje. Meditatie aan de Waal is gratis, maar donaties zijn van harte welkom. De opbrengst gaat naar Hongersnood in Afrika, Giro 555. Voor meer informatie zie: www.oudersenbalans.nl en www.mediterenisteleren.webklik.nl

Sport en Spel 2017

Heb je zin in drie sportieve, leuke dagen op 23, 24 en 25 augustus? Meld je dan aan voor Sport en Spel 2017, een leuk, sportief en gezellig driedaags evenement voor kinderen van 6 t/m 13 jaar uit Lent. Ideaal om nieuwe kinderen te leren kennen en om lekker buiten bezig te zijn! Het evenement vindt plaats op het grasveld bij DVOL. Wil je als vrijwilliger helpen, dan kun je hiervoor ook aanmelden via het inschrijfformulier. Het programma en het inschrijfformulier vind je bij jou op school. Meer informatie? www.facebook.com/sportenspellent



Loop de Vierdaagse voor de Parkinsonvereniging

Net als eerdere jaren lopen tijdens de vierdaagse weer verschillende mensen mee voor de Parkinson Vereniging. Dat is mooi, want met het opgehaalde sponsorbedrag kan deze vereniging goede dingen doen voor parkinsonpatiënten. Meer weten? Mail Moniek@parkinson-vereniging.nl

Kunnen we nog prettiger samenleven?

In het eerste kwartaal van dit jaar hebben enkele inwoners van Nijmegen-Noord een verkennend onderzoek in ons stadsdeel uitgevoerd naar 'hoe we in Lent en Nijmegen Noord nog prettiger kunnen samenleven'. Kunnen we samen meer dingen ondernemen en zijn daarmee winsten te behalen? De uitkomsten zijn te vinden in het rapport en de bijlagen die van deze verkenningfase zijn gemaakt. De conclusie is dat het mogelijk is om in Nijmegen Noord gezamenlijk 1,3 miljoen te besparen en 42 fte aan werk te scheppen. Wil je ook meedoen en van Lent, Oosterhout en Grote Boel een nog fijnere plek maken, neem dan contact op met leonieschuur@icloud.com

Onderhoudsbeurt voor Sprokkelbos

In het Sprokkelbos neemt de natuur elk voorjaar bezit van de speelplekken, die dan onder woekerend groen verdwijnen. Met hulp van zo'n 20 vrijwilligers is onlangs een deel van dat groen, zoals brandnetels en de gevaarlijke reuzenberenklauw, opgeruimd, krijgen de aangeplante bomen meer ruimte en kunnen kinderen zich weer naar hartenlust uitleven. Wilt u ook actief bijdragen aan deze speelomgeving, meldt u zich dan aan via www.speelbos.nl



maak positief verschil



Fenno Meijer Coaching & Therapie
Individuele coaching en therapie

Bel voor een afspraak of mail
T 06 - 336 761 65
fenno@maakpositiefverschil.nl
gespreksruimte in Lent

► www.maakpositiefverschil.nl

**Bewust worden van wie je bent,
op weg naar wie je wil zijn**

GEWOON LEVEN NU



Wil je af van?

Moeheid, chronische pijn, eetbuien,
overgewicht, roken of angst.

Weet je even je weg niet meer?

Na verlies van baan, een dierbaar
persoon of na een echtscheiding.



In Nijmegen-Noord.

Vergoeding mogelijk.

info@gewoonlevennu.nl
024-6635806

Stipt-Leren

www.stipt-leren.nl

Leer- en gedragsbegeleiding

Bijles/ Remedial Teaching
Rekenen, taal,
spelling en begrip lezen

Leren van studievastigheden
Faalangst Training
Brugklas Training
CITO Training

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

TELEFOONNUMMERS

Gezondheidsz. en maatsch. dienstverlening	
Huisartsenpraktijk	3094500
Avond/nacht en weekend	0900-8880
Tandarts	3230030
Jeugd tandarts Waalsprong	3246324
Apotheek de Waal	3094502
Huize St. Jozef	3813600
NIM Maatschappelijk Werk	3232751
ZZG zorggroep	3665777
Buurtzorg Lent Oosterhout	06-13003082
Swon het seniorennetwerk	3650190
Sociaal wijkteam	088-0011300
Verloskundige praktijk Ode	085-4897680
Betuweland Thuiszorg	0481-470660
STIP Nijmegen Noord	088-0011300

Levensbeschouwing	
Pastorie R.K. Kerk	3220360
Caritas	3220438
Pastorie N.H. Kerk	0481-481457
Diaconie	3234345

Scholen en Kinderopvang	
Basisschool De Geldershof	3233510
BSO De Geldershof	3233633
KDV De Geldershof	3296360
Peuterspeelzaal De Geldershof	3233633
Stichting Liz	06-39865179
KDV De Groene Wereld	3225725
Basisschool Het Talent	3604332
BSO Goudwinde	3489984
BSO Op Stelten	06-23023857
KDV Goudwinde	3489999
Peuterspeelzaal De Goudwinde	3489980
Basisschool De Verwondering	06-57599674
BSO De Verwondering	06-51729321
KDV De Verwondering	06-83242407
Het Citadell College	3297740

Cultuur, recreatie en sport	
De Ster	3578712
De Open Hof	3235421
Toneelvereniging Nieuw Leven	3234345
Scouting	3239684
Harmonie St. Theresia	3229560
Koor Young at Heart	3225399
C.V. 't Durstige Bluumke	0481-453335
Historische Tuinderij	3232418
De Dorpschuur	3244531
Spaarkas Lent	3223115
Sportzaal de Spil	06-54700536
DVOL Voetbal	0481-462338
Tennisclub LLTV	3578092
Tennisvereniging Lentseveld	06-55193760
Damclub DC Lent	3600137
Sportclub DVOL	3240930
Judo DVOL	3235367
Badmintonver. 't Pluumke	3239684
Volleybalver. DVOL	06-42083393
Comby 55+	3232196
Bridge Club Lent	3229649
Bridgeclub Waalsprong	3295335
Sjoelclub/Jeu-de-boules	06-12700996

Diversen	
Dierenkliniek Lent	3606422
Dierenambulance	3550222
Informatiecentrum Open Huis	3292408
Bel & Herstelling	14024
Milieutoezicht	3299511
Dienst Afvalstoffen & Reiniging	3716000
Dienst Sociale Zaken	3299222
Tandem Regio Noord	3650170
Wat heeft oud	3236235
EHBO	0481-463449
Zonnebloem	3606455
Damesgilde	3227981
Wijkraad Lent	06-14833078
Wijkagent	0900-8844
Wijkmanager Ed Van Dael	3299037
Wijkregisseur Carline Westen	06-52751720

Lentse Oeverspelen op Veur Lent

Op zondag 3 september vanaf 12.00 uur zijn er weer Oeverspelen op het eiland Veur Lent. Dit jaarlijks terugkerende gezinsfestival met een Kunst- en Creamarkt, zelfgebakken taarten en andere lekkernijen, is een bezoekje waard! Te voet of per fiets kun je vanaf 12.00 uur Veur Lent ontdekken en aan de oever van de Waal een gezellige zondagmiddag beleven. Lentse ondernemers hebben voor de loterij weer prijsjes en tegoedbonnen gegeven. In de Dorpsschuur is een fototentoonstelling, op het podium zijn optredens te zien en in de grote tent langs de Waal zijn gratis workshops.

Open Podium

Op het Open Podium kun je genieten van nieuw talent en van oude bekenden. Wil jij je talenten vertonen en een bekende Lentenaar worden of ken jij iemand die wil optreden? Meld dat dan via e-mail: info@oeverspelen.nl. Ook zoekt het bestuur nog iemand die volgend jaar de organisatie van het Open Podium op zich wil nemen. Ben JIJ dit, neem dan contact op.

Taartenwedstrijd 'Heel Lent bakt'

Wil je de wedstrijd winnen van 'Heel Lent bakt' dan kun je jouw taart of hapjes 's morgens brengen bij de taartenkraam. De inkomsten van de taartenkraam en de loterij zijn helemaal bestemd voor de financiering van de Oeverspelen.

Oeverspelen fotowedstrijd 'Lentse nieuwe'

Steeds vernieuwend: dat is Lent

Pak je camera en laat je inspireren door alles wat nieuw is in Lent: het bijzondere landschap, de architectuur, nieuwe bewoners, nieuwe gewoontes, het maakt niet uit, als het maar nieuw is wat je signaleert. Er is maar één echte eis en dat is dat je aan de foto duidelijk moet kunnen zien dat die in Lent genomen is. Jong of oud, beginnend of (ver)gevorderd fotograaf, iedereen kan meedoen.

Zend de foto's in voor 20 augustus 2017

De wedstrijdcommissie kiest welke foto's doorgaan naar de expositie op de Lentse Oeverspelen op zondag 3 september. De geselecteerde foto's worden die dag in groot formaat geëxposeerd in de Dorpsschuur. Tijdens de expositie is het publiek de jury en bepaalt zij welke foto wint. Wil je meedoen, stuur dan jouw foto's (maximaal twee per deelnemer) in vóór 20 augustus naar: oeverspelen@gmail.com. In verband met het uitvergroten en afdrukken moet de foto als een zo groot mogelijk bestand (bytes, pixels) worden ingezonden. Vermeld daarbij je naam, adres en telefoonnummer. Met de makers van de geselecteerde foto's nemen we in augustus contact op.

Meer informatie

Wil je een kraam reserveren voor de kunst- en creamarkt, optreden of meehelpen bij de organisatie, mail dan naar info@oeverspelen.nl. Kijk voor meer informatie op: www.oeverspelen.nl



Festival De Oversteek

Als iedereen weer terug is van vakantie kunnen we nog even in vakantiestemming blijven door cultureel festival De Oversteek te bezoeken. Lentse Lucht sprak met Mirte ten Broek en Lieke Wouters over het programma.

Wat is jullie functie bij De Oversteek?

Mirte: “Na mijn studie cultuurwetenschap ben ik betrokken bij de organisatie van evenementen, onder andere bij de universiteit. Sinds februari werk ik bij De Oversteek als programmacoördinator. Dat houdt in dat ik meedenk over het programma, ik neem contact op met de deelnemende artiesten en maak afspraken met hen. Ik ben verantwoordelijk voor het reguliere programma.”

Lieke: “Ik studeerde kunstgeschiedenis en werk al acht jaar als freelance curator/fondsenwerver voor festivals en andere activiteiten. Sinds vorig jaar werk ik bij De Oversteek en ben verantwoordelijk voor sub-project ‘Expeditie Noord’. Verder is er nog een sub-project Atelier TAW (Theatraal am Waal) met theater en dans, daar is Helga Verheugd verantwoordelijk voor.

Wat is de doelstelling van het festival?

Mirte: “De doelstelling is tweeledig. In de eerste plaats is De Oversteek een cultureel festival waarin plaats is voor muziek, theater, dans, literatuur en kinderactiviteiten. In de tweede plaats vindt het festival plaats op idyllische locaties waarmee we de artiesten en het publiek willen laten kennis maken. Je komt op plaatsen waar je normaal nooit komt en altijd in de buurt van de rivier. Je moet denken aan ooibosjes, bunkers, boerenschuren, boomgaarden en landgoederen. Sommige theatermakers gaan interacties aan met de locatie. Zo zal in Doorniknatuurakkers dansmaker Niels Claes optreden. Zijn voorstelling gaat over de tradities van de agricultuur. Van oudsher nam de mens de tijd en moeite om tot een product te komen. In deze tijd is alles veel gehaaster en nemen we steeds minder tijd voor elkaar. Door middel van Litouwse liederen en dans legt Claes de vinger op de zere plek. Door het omringende landschap krijgt de inhoud van het stuk nog meer kracht.”

Hoe ziet het festival er uit?

Lieke: “In wezen zijn er drie evenementen in elkaar geschoven, elk met een eigen karakter. Negen jaar geleden is festival De Oversteek opgericht door Bas Broeder. Een aantal jaren geleden is daarnaast festival Atelier TAW met theater en dans opgezet aan de Nijmeegse kant van de Waal. Hier lag het accent vooral op dans en theater. Het werd in april gehouden en diende vooral als kweekvijver voor festival De Oversteek. Vorig jaar is gestart met Expeditie Noord. Het gaat hierbij om een wandeltocht met kunstenaars die op een andere manier naar het wisselende landschap kijken. De bestaande architectuur is het uitgangspunt en het publiek krijgt nieuwe perspectieven aangereikt hoe je naar de omgeving kunt kijken. Zowel Atelier TAW als Expeditie Noord zijn nu onderdeel van cultureel festival De Oversteek.”



Is er veel variatie in het programma?

Mirte: “Het festival is verdeeld over twee zondagen: 3 en 10 september. Het algemene deel bevat 25 acts waarvan het grootste deel muziek betreft. Te denken valt aan klassieke muziek, moderne gecomponeerde muziek, jazz, country, folk en als verrassende act ‘Kolfkop’ uit België met rockpoëzie en cabaret. Qua literatuur komen er drie schrijvers vanuit Wintertuin (Literair Productiehuis Nijmegen, JK). Zij laten zich inspireren door het landschap en op basis daarvan schrijven zij essays of gedichten die ze op het festival voordragen.

• TEKST JK BEELD MARTEN DE PAEPE



ZOMERAGENDA

Elke zaterdag in juli, augustus & september

Plukdagen bloemen en fruit

Locatie: Warmoes, Grifdijk-Noord

Van: 11.00 tot 16.00 uur



Van 5 juli t/m 9 augustus

Graanwandelingen

Locatie: Doornik Natuurakkers

Elke woensdag 19.00 – 20.30 uur

Donderdag 6 juli

Concert door leerlingen van pianodocent Bea de Jong

Locatie: B.S. De Geldershof. Van: 18.45 tot 19.15 uur en van 19.45 tot 20.15 uur

Donderdag 13 juli

Wijkraadvergadering

Locatie: De Ster, Queenstraat 37b

Aanvang: 20.00 uur

Zaterdag 29 juli, zondag 30 juli

Gé, Ruben en Casper Berns met beelden in brons, hout, smeedwerk, schilderijen en lampen

Locatie: Dorpsschuur, Oosterhoutsedijk 29. Van: 11.00 tot 17.00 uur

23, 24 en 25 augustus

Sport en Spel

Locatie: grasveld bij DVOL

Info: Facebook sportenspellent

Zondag 3 september

Lentse Oeverspelen

Zie artikel blz. 13. Aanvang: 12.00 uur

Zondag 3 en 10 september

Festival De Oversteek

Zie artikel blz. 14

Donderdag 14 september

Wijkraadvergadering

Locatie: De Ster, Queenstraat 37b

Aanvang: 20.00 uur

DE ACTUELE AGENDA: WWW.LENTSELUCHT.NL



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,
bedrijfs-oefentherapie

Ook vestigingen in
Nijmegen/Oosterhout, Bommel en Gendt



Saskia van Leendert

Praktijk voor
Natuurgeneeskunde
Lichaamsgerichte Therapie
Mindfulness

GESPECIALISEERD IN:

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



Schoolstraat 25 in Lent
024-3888802 / 06-16642789

WWW.NATUURGENEESKUNDE-VANLEENDERT.NL

LENT GENOTEN

Deze keer wil ik met u een boom opzetten over.. bomen. Zonder bomen zou onze leefomgeving immers veel ongezonder zijn. Laten we daar dus maar zuinig op zijn. Als kleine jongen ging ik op de fiets van Lent naar Elst uitsluitend door bongerds. De Griftdijk werd aan beide kanten omzoomd met kersen-, appel- en perenbomen. Tot vorig jaar lag aan deze route nog een bongerd waar je de lekkerste kersen van de Betuwe kon eten. Maar ook deze bomen moesten onlangs wijken voor nieuwbouw. Ter compensatie van dit rooien verstrekt onze 'Green Capital in wording' gratis fruitbomen. Werkelijk een goed initiatief, maar er zijn nog meer groene initiatieven waardoor we in Lent frisse adem kunnen blijven happen.

Park Lingezegen
Tijdens de laatste bijeenkomst van de wijkraad vertelden twee vertegenwoordigers van de gebruikersraad van Park Lingezegen, Frank van Rooyen en Arjan van Reden, over het prachtige park dat als een groen lint Nijmegen met Arnhem verbindt en nog steeds in ontwikkeling is. Frank en Arjan trokken aandacht met hun verhaal over het nut en de essentie van zo'n park als Betuwse oase tussen twee stedelijke gebieden én voor het verder ontwikkelen van het Spiegel- en het Voedselbos. Wandel, fiets of sport eens door dit veelzijdige stukje

pure natuur en geniet van de robuuste knotwilgen langs de sloten of help mee dit paradijs nog mooier te maken. www.parklingezegen.nl

Zelf ben ik ook een trotse beheerder van mijn eigen voedsel-tuin, met twee appelbomen, een perzikboom, een notenboom, een prachtige kersenboom met kilo's Hedelfinger waar de vogels ongestoord en volop van genieten, en wat laaghangende frambozen- en bramenstruiken. Ook staan er lei-perenbomen en een Gieser Wildeman, een stoofpeer die ik, nadat ik les kreeg van een van de laatste fruitbomenkwekers uit Lent, vakkundig probeer te snoeien.

Gelukkig vinden we, ook politiek gezien, steeds meer respect voor het Betuwse erfgoed. Bongerds worden gespaard en de Historische Tuin wordt steeds meer gewaardeerd. Ook hopen we dat de moestuinen van de Kleine Aarde in de nabije toekomst een vaste plek krijgen, want we gaan voor duurzaamheid. Met dit in gedachten wens ik jullie een ontspannen zomer met veel frisse lucht.

Ton Pennings (voorzitter Wijkraad Lent)



taxidewaalsprong@gmail.com

www.taxidewaalsprong.com

WWW.OPSLAGGELDERLAND.NL

OPSLAG GELDERLAND SELF STORAGE



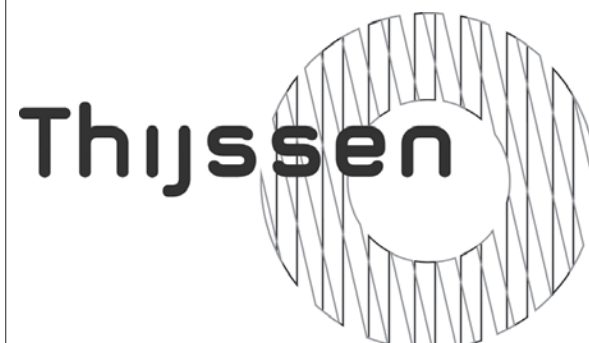
OPSLAG GELDERLAND
GROOTHANDELSWEG 6
6515 AJ NIJMEGEN-NOORD
024 348 20 01
INFO@OPSLAGGELDERLAND.NL



PAUL BREMER,
BEWONER WAALSPRONG

> VRAAG OOK NAAR ONZE VERHUISSERVICE!

Welkom...
in de Wereld van



Brilmode Markt 53/55
Contactlenzen Bommel
Optometrie 0481-470490

www.oogzorginbommel.nl

SPORT IN LENT

Sport in de Spiegelwaal

Afgelopen zomer is veel te doen geweest over vergunningen voor evenementen op en rondom de Spiegelwaal. Krantenkoppen, afgelaste activiteiten, gestreste organisatoren, onbegrepen ambtenaren, kortom we hebben samen nog veel te ontdekken. Ook bewoners van Veur Lent en de Hoge Bongerd kijken met gemengde gevoelens naar de ontwikkelingen. Ondertussen wordt er al volop recreatief gezwommen, zijn er watersportwedstrijden en hebben we

een heuse Triatlon op het eiland Veur Lent mogen meemaken. Maar wat kan wel en mag niet? N.a.v. de Nieuwjaarsduik is een voorlopige handreiking opgesteld. Als het beleid van de verschillende betrokken overheden zich uitkristalliseert en het beoogde gezamenlijke "loket" van Gemeente Nijmegen en Rijkswaterstaat gaat functioneren, dan zal deze handreiking worden aangepast en weten we met zijn allen echt waar we aan toe zijn.

Geslaagde triatlon op stadseiland Veur Lent

John Aalbers organiseerde op 17 juni de eerste Spiegelwaaltriathlon en probeerde direct een nieuwe wedstrijdopzet uit voor een kwart triatlon. Er was een kidstriathlon, duatlon, recreantentriathlon en een triatlonsprint voor wedstrijdathleten. In plaats van één keer, moesten de atleten twee keer zwemmen, fietsen en hardlopen. Deze unieke opzet kon op positieve reacties rekenen. Het parcours was prachtig, zeer compact en voor de toeschouwers spectaculair om naar te kijken! Vanaf één plek waren alle acties te zien. Op de fiets, tijdens het rennen én tijdens het zwemmen. Maar er ging ook wel wat mis. Zo begonnen alle wedstrijden een stuk later dan gepland, duurde de wachttijd op het startbewijs lang, was het parcours niet altijd even duidelijk en leken voorbijgangers zich er niet van bewust als zij zich op het parcours bevonden. Tijdens het evenement werd het eiland Veur Lent geheel afgesloten. Daar waren de bewoners niet blij mee. Klankbordgroep Veur Lent maakte dan ook met een spandoek 'Wij zijn voor elk evenement, maar niet voor afsluiting van Veur Lent!' een statement.

• TEKST LSO BEELD MJ



Een Triatlondruk in de Spiegelwaal

10%
JUNI / JULI KORTING

UTASTE
— WINE —

- wijnen vanaf € 4,99
- gratis bezorging
- wijnspijs advies

Utaste Wine - Bemmelsedijk 4 - Wijnfort
www.utaste.nl - 024-3608926

h Installatiebedrijf
Hans van 't Hullenaar bv

Zonnestroom
is gratis!

**Zonnepanelen:
een slimme investering!**

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

SCHOOLVERLATERS

Zij gaan naar een andere school!



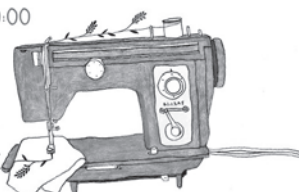
de Verwondering

• BEELD LR, MJ, LRO

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



**Albert Heijn
Bommel**

Gratis en droog parkeren
in onze parkeerkelder

Grootste en meest uitgebreide
supermarkt in de omgeving

Buitengracht 2
6681 JJ Bommel
Tel: 0481-451100

Openingstijden
Ma - Za 08:00u - 21:00u
Zo 10:00u - 19:00u

Kijk ook eens op www.ahbommel.nl

CHIROPRO
gezond in beweging met chiropractie

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

**Rug- en nekpijn
Hoofdpijn
Hernia / ischias
Sportblessures**

Wij staan voor zorg zoals we zelf behandeld wil-
len 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



de Geldershof



het Talent



de Windroos



Leef je talent,
leef wie je bent

Mooi talent

Coach voor persoonlijke ontwikkeling voor jongeren en volwassenen

Bij: studiekeuze, studie motivatie, beroepskeuze, opvoeding, burn-out, partner communicatie en talentontwikkeling.

Bel Marion van Diemen voor een gratis kennismakingsgesprek 06-13397954 of mail naar info@mooitalent.nl. Stationsstraat 21a, Oosterhout (GLD)
www.mooitalent.nl

landwinkel®
De Woerd

Altijd wat te beleven:
Fairs - Appelplukdagen
Klompenpad - Excursies



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



Monuta 

De steun bij iedere uitvaart.

Monuta Nijmegen
Telefoon: 024 - 322 22 86
(24 uur per dag, ook in het weekend)
www.monuta.nl/nijmegen



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.

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

LENTSE WOLKJES

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 Kiekebosc 06-15500129.

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**

Feestavond in woonzorgcentrum St. Jozef met muziek van 'The Sunny Boys'. Wanneer: **donderdag 27 juli** vanaf 19.30 uur. Waar: Lentse Schoolstraat 29, Lent. Kosten: € 7,50 inclusief koffie/thee en een drankje. Ook buurtbewoners zijn welkom.

Beeldhouwgroep zoekt werkruimte, min. 70m², met daglicht, water en stroom, die te verwarmen is in de winter. Wij zijn een beeldhouwgroep die al vele jaren samen hakt op de zaterdag, nu op zoek naar een nieuwe ruimte omdat onze huidige plek een andere bestemming gaat krijgen. Overleg is altijd mogelijk. Hetty 06-20023465.

Donderdag 3 augustus start ik met een **beginnerscursus digitale fotografie**. Om de 14 dagen komen we op donderdagavond bijeen. Fotografie, techniek en nabewerking van de foto's komen aan de orde. Samen er op uit trekken en de lessen in praktijk brengen maakt onderdeel uit van deze cursus. Aanmelden/info: Ton Dolphijn, tel. 06-38755234 of info@stijnline.nl

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 even rustig bijkomen met een kop thee. Info/afpraak: 06-44338221, hellavandonk@outlook.com

Salsa dansen!!! Salsadansschool Aguanilé start in september een beginnersgroep in De Ster. Altijd al eens willen dansen op **Caribische ritmes**, als de **merengue, montuno, bachata** en de populaire **salsa**? De smaak al te pakken? Houd onze Facebookpagina salsa dansschool Aguanilé in de gaten. Meer info: aguanile.society@gmail.com t.a.v. Juan.

Vakkundig pianostemmen en kleine reparaties. Bel voor informatie of afspraak: Vera Heitmeijer, telefoon 024-3234835.

Je vitaler en energiever voelen? Last van gewrichtsklachten, algehele vermoeidheid, emotionele stress, orgaanklachten, rugklachten, hoofdpijn of gewoon lekker ontspannen en innerlijke rust? Maak dan een afspraak en profiteer van de openingsaanbieding van **iBlossom** in Lent. Anouk, www.i-blossom.nl of bel 06-28782419.

Vakantie? Voor ontspanning hoeft je niet ver te zoeken. Met een **ontspanningsmassage** kom je weer tot rust. Even alle aandacht voor jou en jouw lijf. **www.massagepraktijkpantarhei.nl** voor sport-, intuïtieve- en ontspanningsmassage. Info, liefst per mail, mieke@massagepraktijkpantarhei.nl of 06-37471979.

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.

Te jong? Te oud? Natuurlijk niet! **Piano (leren) spelen** is leuk op alle leeftijden, vanaf groep 3 tot 70-plussers. Bovendien maakt zelf muziek maken slim: het stimuleert de hersenen. Er is nog plaats in Lent en Oosterhout. Voor info: www.beadejong.nl of mail naar info@beadejong.nl

Uw leven in een boek? Een levensverhaal in boekvorm is een juweel voor u en uw nageslacht. Geef een uniek inkijkje in uw leven en licht een tipje van de familiegeschiedenis op. Uw verhaal ook te boek laten stellen? Met aandacht en vlotte pen schrijven Johan en Marloes uw biografie. Meer info: www.nageschreven.nl of 06-20551679.

Op zoek naar een **origineel cadeau**? Het Nijmeegs lopertje is het cadeau voor iedere gelegenheid. **'Het dropje van Nijmegen'** in een typisch Nijmeegs of Vierdaagse blik gevuld met lopertjes drop of winegum. Voor verkoopadressen en webshop zie: www.hetnijmeegsloperkje.nl of bel 06-18486911. Ook verkrijgbaar op de Oeverspelen.

Vindt u de Lentse Lucht mooi? De vormgever van dit blad biedt zich aan! Bent u op zoek naar een ontwerper, dtp'er of vormgever voor uw drukwerk? Neem dan contact op via: rickreijntjes@gmail.com of 06-30688308.

15.000 m² woonplezier onder één dak.



12-17UUR
**ELKE
ZONDAG
OPEN!**

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

Jansen
totaal wonen

Jansen Totaal Wonen
Karstraat 95 Huissen, Tel. (026) 326 99 00
ELKE DAG OPEN - Vrijdag koopavond

Taxi Oriëntal Nijmegen
Personenvervoer



Bel direct tel. 06-23270615
www.taxioriental.nl



**Airport service en bij lange
ritten tot 50% korting**

Voor een Veilig en Comfortabel Vervoer
Vaste klanten 20% korting. Pinbetaling mogelijk

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

UW FIETSSPECIALIST

- ✓ grote E-bike collectie
- ✓ 's ochtens brengen, 's middags klaar
- ✓ uitsluitend A-merk fietsen
- ✓ al meer dan 25 jaar een begrip
- ✓ deskundig & vriendelijk personeel
- ✓ haal en brengservice (Oosterhout & Nijmegen-Noord)



Lentse Tuinstraat 13A
6663 BG Lent
Telefoon: 024-3243988
Mail: info@benbrouwerlent.nl
www.benbrouwerlent.nl

Openingstijden
Ma: gesloten
Di: 08.00 tot 18.00 uur
Wo: 08.00 tot 18.00 uur
Do: 08.00 tot 20.00 uur
Vr: 08.00 tot 18.00 uur
Za: 08.00 tot 16.00 uur

ZORG EN WELZIJN

Het Sociaal Wijkteam (SWT) in Lent

In het Sociaal Wijkteam-Noord werken maatschappelijk werkers, wijkverpleegkundigen, WMO-consulenten en ouderenadviseurs samen om vragen en problemen over bijvoorbeeld opvoeding, relaties, zelfstandig wonen, ziektes en beperkingen op te lossen. Omdat in het verleden een kluwen van allerlei zorginstanties was ontstaan, waardoor burgers en verwijzers niet goed meer wisten waar ze met de hulpvraag konden aankloppen, is op 1 januari 2015 een nieuwe wet in werking getreden. Het doel van deze wet is om de toegang tot de zorg te vereenvoudigen en burgers en zorgverleners snel en adequaat te ondersteunen door een multidisciplinaire wijkteamaanpak. Stichting SWON-NIM Maatschappelijk Werk kreeg de opdracht om de opbouw en coördinatie van de Nijmeegse wijkteams te regisseren. In Lent werkt dit team onder andere samen met de eerstelijnszorg van Thermion. We zijn nu ruim twee jaar verder en Lentse Lucht is benieuwd naar de voortgang. Paul Rikken, teamleider SWT Nijmegen-Noord, en Gerty Backhaus, maatschappelijk werker, willen hierover graag meer vertellen.

Wanneer kun je een beroep doen op het SWT?

Paul: "Burgers kunnen zichzelf aanmelden via de Stip in de wijk of de Informatie- en Advieslijn. Maar huisartsen, scholen, (school)maatschappelijk werk, GGD, wijkagent of woningbouwvereniging signaleren ook hulpvragen en kunnen doorverwijzen naar het SWT, dat in eerste instantie een preventieve taak heeft. Na aanmelding doen wij onderzoek naar de hulpvraag, nemen de eerste begeleiding op ons en geven een bindend advies, waarna de gemeente de beschikking afgeeft voor de gevraagde ondersteuning. Vervolgens zorgen wij voor een persoonlijke overdracht naar de definitieve zorgaanbieder."

Wat is de relatie met Opbouwwerk en het Stip (Steunpunt voor Informatie en Advies)?

"Met zowel Stip als Opbouwwerk werken we nauw samen, want beide organisaties staan dicht bij de burger en hebben een signaalfunctie voor het SWT. Samenwerking past goed binnen het idee om in een wijk preventief bezig te zijn. Stip en Opbouwwerk zijn organisaties gericht op welzijn van alle wijkbewoners. Het Sociaal Wijkteam heeft daarnaast een belangrijke functie in de eerstelijnszorg."

Zijn er wachtlijsten?

Gerty: "Er wordt momenteel hard gewerkt om de wachtlijsten terug te dringen. De gemeente heeft daarvoor extra geld vrijgemaakt. We kennen op dit moment een wachttijd van 3 tot 6 weken."

Welke hulpvragen komen zoal binnen?

"We krijgen alle soorten vragen over verschillende problemen van zowel jong als oud. In Nijmegen Noord wonen veel jongeren. Daarom zien we ook steeds meer opvoedingsvragen en echtscheidingsproblemen."

Hoe werkt de procedure bij keukentafelgesprekken?

"Keukentafelgesprekken vinden bij voorkeur thuis plaats en daarbij is meestal een eigen gekozen vertrouwenspersoon aanwezig. Tijdens het eerste gesprek wordt nagegaan wat iemand zelf kan doen en of mensen uit de omgeving kunnen meedenken over oplossingen. Pas dan wordt naar professionele ondersteuning gekeken. Na de gesprekken maakt de hulpvrager samen met de medewerker van het SWT een plan en volgt de fase van uitvoering."

• TEKST LSO BEELD SWT



Leden van SWT,
Opbouwwerk en Stip

Wilt u meer informatie
over de Sociale (Wijk)Teams?
Neem dan contact op via
de Informatie en Advieslijn:
(088)0011300 of ga naar
www.SWTnijmegen.nl

Schoenmakerij Tweehuysen



Erkend Gildemeester

Voor al Uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

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

www.schoenmakerijtweehuysen.com

CLUBSPORT.NL

DIAGNOSE - ONDERHOUD - TUNING
GRIFTDIJK ZUID 93 - 6663 BC LENT - 024 322 1171

OPEN LUCHT

Mummies

Iedereen heeft wel eens een ervaring met een dier gehad waarbij het dier het leven liet. Bijna niemand haalt het in zijn hoofd het inmiddels dode dier te bewaren. Verzamelaar als ik ben besloot ik jaren geleden dode dieren met een verhaal te bewaren. Aanleiding was een expositie in het Nijmeegse natuurmuseum over gemummificeerde dieren. Ik kwam die ook regelmatig tegen maar gooide ze tot dan toe weg. Een spectaculaire vondst, die niet bewaard is gebleven, was bijvoorbeeld een haas. Op één of andere manier was hij onze schuur ingelopen en beland bij een stapel haardhout die over hem heen viel waarbij de haas het niet overleefde. Jaren later vond ik hem geheel uitgedroogd bij het opstoken van het hout.

Inmiddels heb ik een verzameling van zo'n tien dode ratten. Ze hebben de meest bizarre houdingen waarbij het skelet zichtbaar is onder stukjes weggefallen huid. Zelfs de snorharen zijn intact gebleven. Stervende ratten zoeken een prettige plek om de laatste adem uit te blazen en dat is vaak onder een stapel haardhout. Enkele jaren geleden werden al onze kippen doodgebeten. Een paar dagen later vond ik de vermoedelijke dader, een bunzing, dood op de dijk, aangereden door een auto. Ik heb hem op laten zetten. Een van de meest recente vondsten is een pad die het leven liet toen ik de achterdeur van ons huis dicht deed. Hij zat in de hoek tussen de deur en het kozijn en werd geplet. Ik vond hem pas veel later toen hij al uitgedroogd was en de vorm van een haakse bocht had aangenomen. Soms lopen de rillingen over je rug als je weet hoe een dier gestorven moet zijn. Zo heb ik een gemummificeerd kauwtje gevonden achter een plaat van Ot en Sen die bij ons in een tot feestruimte omgevormd voormalig varkensstalletje hing. We ontdekten de overblijfselen van de kauw pas toen we het schuurtje afbraken om op dezelfde plaats een gastenverblijf te bouwen. Hij moet binnengekomen zijn via de schoorsteen boven de vuurplaats en kon er vervolgens niet meer uit. Inmiddels heb ik vele dode dieren met een verhaal en bij rondleidingen kan ik ze laten zien en mensen duidelijk maken hoeveel diersoorten hier leven.



De laatste 'aanwinst' is een dood ooievaartje. Hij had de pech dat hij door zijn ouders als overtoollig werd beschouwd en rücksichtslos uit het nest gekieperd is. Natuurlijk mag iedereen komen kijken naar mijn collectie maar in het Natuurhistorisch Museum in Rotterdam hebben ze een nog grotere collectie. Daar is bijvoorbeeld de dominomus te zien. Dat is de mus die doordrong in een grote hal in Leeuwarden waar duizenden dominosteentjes in stelling waren gebracht voor Domino Day. Nadat het musje, voorafgaand aan de rechtstreekse televisie-uitzending, duizenden steentjes had omgegooid is hij door de organisatoren met een windbuis afgeschoten. Topstuk van de expositie is een steenmarter die op 20 november jl. om 22:42 uur kortsluiting veroorzaakte in een hoogspanningsverdeelstation van de CERN-versneller in Genève. Het diertje ging er zelf aan onderdoor en is nu, zij het half verkoold, te bezichtigen, net als de traumameeuw, de Frühstückvleermuis, de McFlurry-egel, de Tweede Kamermuis en vele andere dieren die ooit het journaal haalden.

• TEKST JOHANNES ILLUSTRATIE MVS

Mieke Stapelkamp

**Fysiotherapie
Oedeemtherapie
Bowen
Fascietechnieken**

De combinatie van Oost en West

Het Buske 79 Lent 024 3882882 www.miekestapelkamp.nl

VERBINDEN VERVULLEN VERRASSEN VERWENNEN

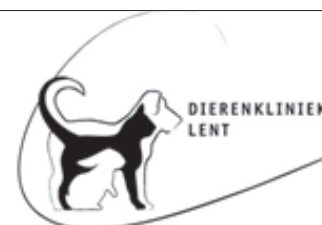
N 51.864418° E 5.880551°

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



Gezond op vakantie, gezond weer thuis

Hondsdolheid, niesziekte, bordetella, chip, paspoort, teken, zandvliegjes, vossenlintworm, hartworm, kennelhoest, vlooiën, Leishmania, reisziekte....???

Bel ons voor een gratis vakantie check, als u met uw hond op vakantie gaat, of als uw hond of kat uit logeren gaat tijdens uw vakantie.

Neem ook eens een kijkje op onze webshop www.dierenklinieklent.nl

Laauwikstraat 20 Lent T. 024 360 64 22

EEN GOED IDEE VOOR DE BUURT?
NIEUWE MENSEN ONTMOETEN?
Vragen over regels en papieren?
ZORG OF HULP NODIG?
ANDERE MENSEN HELPEN?

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
Woensdag: 09.30 – 11.30 (in de Klif, Oosterhout)



Fysiotherapie Lent
Lentse Schoolstraat 25, 6663 CP Lent
Reguliere fysiotherapie, maar vooral gericht op de ouder wordende mens

Fysiotherapie Thermion
Thermionpark 6, 6663 MM Lent
Reguliere fysiotherapie / manuele therapie sportfysiotherapie / bekkenfysiotherapie

024 – 30 945 03 (voor beide locaties)
info@fysiotherapiethermion.nl

Ton Pennings

Wellicht kent u hem van de column die hij als wijkraadvoorzitter maandelijks in deze wijkkrant schrijft. Ton Pennings is geboren en getogen in Lent. Na wat omzwervingen keerde hij op het nest terug en zet zich in voor de Lentse gemeenschap.

Waar staat jouw geboortehuis?

"Ik ben geboren in een van de zogenaamde PGEM-woningen aan de Oosterhoutsedijk. Als je het spoorviaduct onderdoor gaat, heb je aan je rechterhand een buurtgemeenschap, waar nu onder andere de roeivereniging gehuisvest is. Mijn opa en vader werkten bij de PGEM en zodoende kreeg ik daar ook mijn eerste baantje. Ik ben van de derde generatie Pennings."

Je bent uit Lent weggetrokken?

"Rond mijn 20ste had ik het wel gezien bij de PGEM. Ik ben een HBO-opleiding, AMBI (Automatisering en Mechanisering van de Bestuurlijke Informatievoorziening), gaan volgen. Inmiddels was ik getrouwd met Marian en zijn we ons in Culemborg gaan vestigen waar ik twaalf jaar bij Topform heb gewerkt en waar onze oudste zoon is geboren. In die periode zijn we naar Appeltern verhuisd, waar onze andere kinderen, een dochter en zoon, zijn geboren. Later hebben we in Beneden Leeuwen een voormalige boomgaard gekocht waarop we een huis hebben gebouwd waar we twintig jaar gewoond hebben. Ik heb in die tijd bij diverse ICT-bedrijven gewerkt, waaronder Intergraph, Cap Gemini en Arcadis. Bij alle bedrijven in de ICT met als specialisatie cartografie en geografie. Mijn jongste zoon en ik hebben een verwantschap met de ICT, hij houdt zich daarmee bezig in Athene. Alle twee de zonen hebben trouwens hun vleugels wat verder uitgeslagen: de oudste is net sinds acht jaar weer terug uit Argentinië, waar mijn vrouw en ik heel blij mee zijn. Onze dochter woont 'gewoon' in Schiebroek, onder de rook van Rotterdam."

Wanneer keerde je terug naar Lent?

"In 2006 zijn we teruggekeerd en ben ik voor mijzelf begonnen. Ik vind het belangrijk om lol in het werk te blijven houden. Als je werkomgeving je niet meer bevalt kun je die beter veranderen. Je loopt dan wel risico's, maar op mijn huidige leeftijd hoef ik mij daar geen zorgen meer over te maken."

Je maakt je verdienen voor de Lentse gemeenschap?.

"Vijf jaar geleden ben ik mij voor De Zonnebloem gaan inzetten. Misschien klinkt het gek, maar dit is het meest dankbare werk dat ik tot nu toe in mijn leven gedaan heb. In een tijd waarin de overheid zich steeds meer terugtrekt uit de zorg is het essentieel iets voor de hulpbehoevende mens te kunnen betekenen. Het gebaar of de blik van een 'gast' - zo noemen wij degene aan wie je 'gekoppeld' bent - doet iets met mij als mens. De activiteiten en begeleiding zijn heel divers: met een gast die in een rolstoel zit naar de Nijmeegse markt gaan, een uitvoering van de toneelvereniging bezoeken of gezellig met elkaar praten. Het bijzondere is dat mijn gast ook uit de buurt komt waar ik ben geboren. Van een heel andere categorie is mijn voorzitterschap van de wijkraad. Op dit moment zijn we druk met de heisa rondom de Dorpensingel, waarover ik nu niet wil uitweiden. Het is noodzakelijk dat er een wijkraad is, maar de beleving is totaal anders dan bij De Zonnebloem."

• TEKST ANNE-RIE BUS BEELD MJ

