

Lentse Lucht

Maandelijks uitgave
voor en door Lentenaren

DECEMBER 2017
jaargang 20

10

VERKEERSPERIKELEN IN LENT

WORDT HET DOSSIER EINDELIJK
GESLOTEN EN KOMT ER EEN
GROENE DORPENSINGEL?



Een integrale aanpak voor de infrastructuur

Het is een heet hangijzer, die infrastructuur in Lent. Bewonersgroepen, actiegroepen en de wijkraad zijn al jaren bezig om te zorgen dat Lent verkeersluw en verkeersveilig wordt en men niet de problemen bij elkaar over de schutting gooit. Lent groeit, er komen nieuwe wijken en nieuwe Lentenaren. Verkeersperikelen zorgen voor een ongekennde saamhorigheid tussen oude en nieuwe Lentenaren en tussen Lentenaren en Ressenaren. We hebben allen dezelfde wensen: leefruimte, bereikbaarheid, veiligheid en een gezond milieu met schone lucht en zo min mogelijk geluidsoverlast.

De Dorpensingel

In 2011 nam de gemeenteraad van Nijmegen al het besluit om vanaf de Ovatonde een dorpsingel aan te leggen richting Bemmelen. Deze interlokale dorpsingel ten noorden van de Lentse en Zandse Plas, zou op Nijmeegs én op Lingewaards grondgebied komen voor het verkeer Bemmelen-Lent-Nijmegen. Een knip bij de Vossenpels zou dan het verkeer op de Vossenpelssestraat verminderen. Maar juist die knip vormde een probleem en bleek onbespreekbaar bij de gemeente Lingewaard. Daarom werd in 2013 in een convenant tussen de beide gemeentes vastgelegd, dat Nijmegen verkeersluwe maatregelen zou kunnen treffen op de Vossenpelssestraat, maar geen harde knip. Provinciale Staten Gelderland was bereid een bijdrage te leveren op voorwaarde dat de beide gemeentes met een gezamenlijk plan zouden komen en dat geld voor de dorpsingel werd gereserveerd. Nieuwe gemeenteraadsverkiezingen kwamen, andere wethouders kregen de regie, maar er kwam geen akkoord. Ondertussen groeiden de wijken ten noorden van de Waal en werd een infrastructurele totaaloplossing noodzakelijk. Snelfietsroutes en verkeerswegen voor nieuwe wijken werden aangelegd, maar de dorpsingel bleef uit beeld.

Een compromis of een betere oplossing?

De gemeentes leken elk een eigen beleid te voeren. Lingewaard wilde, als er verkeersbelemmerende maatregelen op het Nijmeegse deel van de Vossenpelssestraat zouden



Een eerste aanzet van een dorpsingel

komen, het Bemmelse verkeer door Ressen en via de busluizen naar de A325 leiden. Inwoners van Ressen waren daar niet gelukkig mee. Lentenaren en Ressenaren sloegen de handen ineen en creatieve denkers uit Ressen kwamen met het idee om de dorpsingel groener en goedkoper te maken door de snelheid te beperken tot 50/60 km per uur. Vele Ressenaren en Lentenaren konden zich daarin vinden. Er kwam weer leven in de brouwerij. Nijmegen beloofde de ideeën door te rekenen en in oktober kwamen de gemeenteraden samen om de cijfers te bespreken. Beide raden staan achter de groene variant. De nieuwe berekeningen én de wil om eruit te komen zullen er hopelijk voor zorgen dat dit dossier eindelijk gesloten kan worden, er een veilige en leefbare verkeersstructuur komt in Lent en Ressen, en de Bemmelen een goede aansluiting vinden naar de A325. Hopelijk hebben we hiervan geleerd en zal in de toekomst bij elk nieuw project het totaalplaatje in het oog worden gehouden.

• TEKST LSO BEELD LRO



INFORMATIE & COLOFON

SLUITINGSdatum KOPIJ: 7 DECEMBER 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 Zaalmark

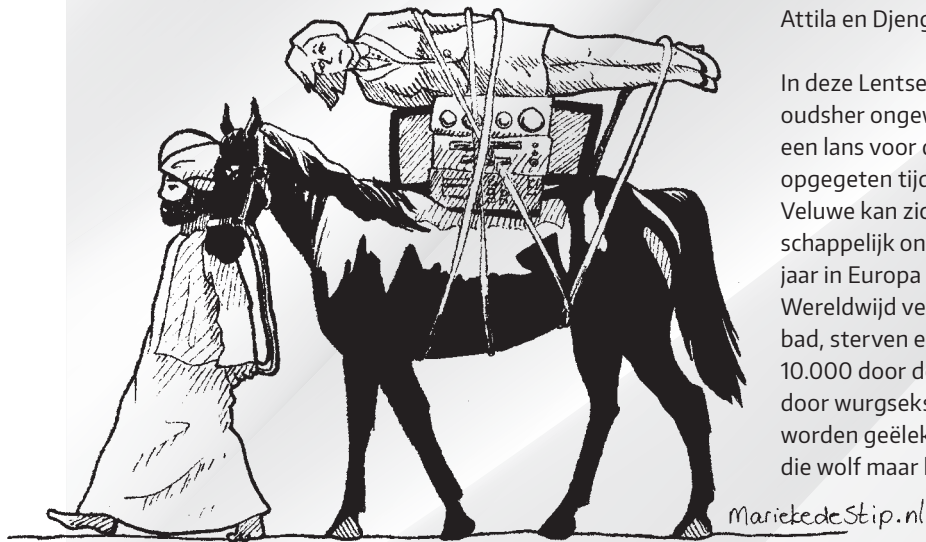
ILLUSTRATIES: Hans Spaans, Marieke van Stippent

OPMAAK & ONTWERP: Rick Reijntjes

DRUKKERIJ: van der Weerd **OPLAGE:** 4.200 ex.



Eeuwenlang leidden naderende stofwolken en het steeds luidere gedreun van hoeven tot paniek onder stedelingen, boeren en buitenlui. Hunnen, Magyaren, Mongolen en tal van andere nomadenvolken overspoelden van tijd tot tijd de beschaafde wereld in hun zucht naar goud en vrouwen. Lent krijgt nu zijn eigen stadsnomaden.



Moet u als huizenbezitter bang zijn dat uw Vinexpaleisje in vlammen opgaat en uw vrouw of - nog erger - uw stereo-installatie wordt meegevoerd op de rug van een paard? Dat valt reuze mee als we de stadsnomaden mogen geloven. Dit allegaartje van filosofen, ontwerpers en maatschappelijk werkers houdt zich liever bezig met het organiseren van filmavonden, muziekoptredens, lezingen, zonnepanelen en stadslandbouw. Attila en Djengis zullen zich omdraaien in hun graf.

In deze Lentse Lucht kunt u ook lezen over een andere van oudsher ongewenste indringer: de wolf. Johannes breekt een lans voor dit roofdier. Wie bang is dat zijn kroost wordt opgegeten tijdens een zondagmiddagwandeling over de Veluwe kan zich laten geruststellen door een Noors wetenschappelijk onderzoek. Hieruit blijkt dat in de afgelopen vijftig jaar in Europa welgeteld 4 mensen zijn gedood door wolven. Wereldwijd verdrinken er jaarlijks 30.000 mensen in hun eigen bad, sterven er 25.000 door de gevolgen van een hondenbeet, 10.000 door de bliksem, 700 door een val van een stoel, 600 door wurgseks, 150 door vallende kokosnoten en 45 mensen worden geëlectrocuteerd door hun eigen broodrooster. Laat die wolf maar komen!

• TEKST MB
ILLUSTRATIE MVS (REFERENTIE: TRICIA HENNINGSEN)

van de Jongerenraad

Het goede doel van Jan Linders 2016. Hard Work Pays Off!

Een diepe wens voor veel jongeren in Lent is werkelijkheid geworden. Hoe is dit tot stand gekomen? Zo'n anderhalf jaar geleden was er overlast van jongeren bij supermarkt Jan Linders. Zelf werkte ik er toen ook al. Op een gegeven moment stapte de manager, Marc Schoeber, op mij af. Het werd tijd dat wij (de jongeren en Jan Linders) in positieve zin iets voor elkaar zouden gaan betekenen. Als wij ons zouden inzetten voor de supermarkt, zou Jan Linders ook iets voor ons doen. En zo werd het Jongerencentrum Lent 'het goede doel van Jan Linders 2016'.

Maand in maand uit hebben jongeren (ook de overlastveroorzakers) zich ingezet voor de wijk en de supermarkt en geld ingezameld voor het Jongerencentrum. Met succes! Niet alleen wisten we een groot bedrag binnen te halen, ook hebben een aantal jongeren een baan bij Jan Linders gekregen en is de overlast bij de winkel enorm verminderd. De jongeren die zich hebben ingezet mochten zelf beslissen hoe het geld voor het Jongerencentrum zou worden besteed. Mark Janssen schreef daarover al in het oktobernummer. Zijn groepje is naar Walibi geweest.

Een andere groep jongeren wilde naar Parijs. En dat is gelukt. Met acht jongens zijn we twee dagen in de Stad der Liefde geweest onder begeleiding van de jongerenwerker en de vader van een van de jongeren. De voorbereidingen voor de reis en het maken van het programma hebben we grotendeels zelf gedaan. Op vrijdag 20 november zijn we in alle vroegte vertrokken vanaf (waar anders?) de parkeer-

plaats van Jan Linders. Slenterend over de Champs-Élysées, de Grande Arche en het Centre Pompidou hebben we Parijs verkend, de fijne Franse keuken geproefd en 'la Tour Eiffel' zien schitteren. We hebben ons geweldig vermaakt en zijn een ervaring rijker. Van hangen voor Jan Linders naar wandelen door Parijs. Bravo! Merci beaucoup, messieurs!

• TEKST JULES & DE REST VAN DE BOYS BEELD DARNELL MARTINUS

v.l.n.r.: Aldison (vader), Wendel (jeugdopbouwwerker), Stephan, Jules, Darnell, Sjors, Darrell, Jimmi, Raily en Demba



Dichterbij dan u denkt!



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**



Tuinontwerp, realisatiebegeleiding en onderhoud

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769



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

Griftdijk Zuid 137, 6663 BE Lent/Nijmegen

www.zoevers.nl

BY ILSE

SCHOO N H E I D O P M A A T

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

Een Taalcafé in de Ster

Samen praten, samen leren, samen zijn

In de Ster in Lent wordt iedere woensdagmorgen van 10.00 tot 11.30 uur een nieuwe activiteit georganiseerd: het Taalcafé, een initiatief van Stip Noord en Bibliotheek Gelderland Zuid om de Nederlandse taal te oefenen door met elkaar in gesprek te gaan. Een mooie manier om nieuwkomers en andere bewoners met elkaar in contact te brengen, elkaar beter te leren kennen en elkaars cultuur beter te begrijpen. Het is het vierde taalcafé in Nijmegen. Lentse Lucht is aanwezig bij een van de bijeenkomsten en heeft daarna een gesprek met Annelies Korten (bibliotheekmedewerker) en Marjo Scheffer (coördinator Stip Noord).

Hoe is het idee van een Taalcafé ontstaan?

Annelies: “Taal leer je het beste door met elkaar te communiceren en taal is meer dan het leren van woorden en uitdrukkingen. Daarom is met elkaar praten zo belangrijk. Waar het om draait is dat de Chinees, de Brit, de Spanjaard, de statushouder, het maakt niet uit waar iemand vandaan komt, vertrouwd raakt met het Nederlands én met Nederlandse gewoontes.” *Marjo vult aan:* “Het is de bedoeling dat samen met vrijwilligers op een ongedwongen wijze zowel in groepjes als individueel kan worden geoefend. Niet alleen asielzoekers, ook mensen die door werk, studie of de liefde hier zijn komen wonen, zijn welkom. Het Taalcafé in Nijmegen Noord staat nog in de kinderschoenen en moet een plek krijgen, zowel bij de nieuwkomers als bij vrijwilligers.”

Is er een programma bij zo'n bijeenkomst of is het alleen een gezellig samenzijn?

Marjo: “Elke bijeenkomst heeft een thema in de vorm van laagdrempelige gesprekken en taalspelletjes, maar daar wordt wel flexibel mee omgegaan. Het onderwerp hangt af van de groep en het aantal deelnemers. Het is belangrijk dat de blik verbreed wordt en dat er ook over andere dingen gesproken wordt dan over familie thuis en oorlogservaringen. Dat zijn onderwerpen die vaak aan de orde komen en die mensen elke keer weer verdrietig maken. Het kan gaan over het nieuws of iets wat typisch is voor de Nederlandse cultuur, zoals de verschillende eetculturen, sporten, de manier van omgaan met elkaar, werk en onze manier van plannen en organiseren.”

Wat wordt er van vrijwilligers verwacht?

Annelies: “Vrijwilligers zijn gastvrouw/gastheer, verzorgen de activiteiten, leiden de gesprekken en maken daar eventueel materiaal voor. Soms worden met foto's of tekeningen gesprekken verduidelijkt. Ervaring met het begeleiden van taalactiviteiten is echt geen voorwaarde om gespreksleider te zijn. Een goede beheersing van de Nederlandse taal, gemakkelijk contact maken, duidelijk spreken, belangstelling en respect hebben voor anderen en andere culturen, dat is natuurlijk wel belangrijk.”

Blijven Stip Noord en de bibliotheek het proces ondersteunen?

Marjo: “Het is de bedoeling dat we wel de faciliteiten bieden voor het Taalcafé, maar dat de groepen na verloop van tijd zelfstandig gaan draaien. We zijn nog maar net begonnen. De andere Taalcafés lopen al goed, dus we hopen dat dat hier in Nijmegen Noord ook zal gebeuren.”

• TEKST LSO BEELD LR

Taalcafé in de Ster, Queenstraat 37 in Lent

Kom je uit een ander land en wil je beter Nederlands leren spreken en nieuwe contacten leggen? Wil jij als vrijwilliger op een ontspannen manier het gesprek aangaan met nieuwkomers, zodat zij contacten opdoen en spelenderwijs Nederlands leren spreken? Kom dan naar het Taalcafé.

Iedere woensdagmorgen van 10.00-11.30 uur
Meer informatie? Kijk op www.obgz.nl/taalvaardig



Amanuel en Dori Elemans

**Winterhardt is
er weer veel
tennisplezier op
de club op de
vrijdagavond en in
het weekend.**



Buiten *meer dan makelaars*

De makelaar met de mooiste etalage
bij u in de buurt!

Verkoop uw woning via Buiten makelaars met full service of met ons makelaars-basis verkooppakket.

Loop eens bij ons binnen of bel/mail ons voor een afspraak, wij komen graag bij u langs.

Buiten Makelaars & Taxateurs

Edith Piafstraat 110 te Lent

024-3888958, www.buiten.nu



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

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



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. 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

...sien wer goed bezig

"Hé Gé wa zit je toch gezellig op ut rijmbenkske en zo lekker breeduut ok."
 "Pepernoot en un ouwe bok."
 "Hejje je lieske ok al kloar?"
 "Dikke buuk en un klapsigoar."
 "Ze sien hier veur dajje ut wit."
 "Pruumenboom en un kersenpit."
 "Surpriesus en un moj gedicht."

"Fiets ient donker wel mit licht."
 "Wa hè jij opt lieske stoan?"
 "Knienenhok ien volle moan."
 "Pepernoot en marsepein."
 "Scheve schoats is ok nie fijn."
 "Bruun of blauw of swerte Piet."
 "Kruidje wel of roermeniet."
 "Sinterkloas opt witte peerd."

"Pompekejak is nie verkeerd."
 "Gé we komme op ut end."
 "Lekker zitte op je krent."
 "Ik vien die Kloas un hupse vent."
 "Veul plezier mit hum ien Lent."



Activiteiten in **Zorgcentrum St. Jozef**

Wie kent niet dat statige gebouw aan de Lentse Schoolstraat waarin een zorgcentrum van de RijnWaal-Zorggroep is gevestigd, het prachtige historisch klooster in de dorpskern van Lent? In St. Jozef wonen niet alleen ouderen met een zorgvraag (dertig appartementen in het kader van de Wet Langdurige Zorg), maar ook alleenstaanden en echtparen in zesendertig aanleunappartementen. Naar behoefte maken zij gebruik van diverse diensten van het zorgcentrum. Daarnaast zijn er twee topkamers voor ouderen die tijdelijk zorg nodig hebben. Het management en de bewoners hebben een belangrijk doel voor ogen: zij willen dat de ouderen deel uit blijven maken van de maatschappij en geen geïsoleerd bestaan leiden. Lentse Lucht neemt daarom samen met Helmine Lankhorst (manager) en Diny Welling (activiteitenbegeleider) de nieuwste ontwikkelingen onder de loep.



Samen herfststukjes maken in 'Het Plein' van St. Jozef

Staat de recreatiezaal 'Plein Lent' ook open voor andere Lentenaren?

Diny: "Dat klopt. We hebben in 'Plein Lent' een gezellig restaurant en een recreatiezaal. Het is een ontmoetingsplek waar verschillende activiteiten plaats vinden, niet alleen voor een mooie daginvulling maar ook om actief te blijven. De bewoners kunnen meedoen met zingen, bewegen op muziek, gymnastiek, koersballen en kaartspelen. Er zijn optredens en filmvoorstellingen en allerlei creatieve bezigheden zoals handwerken en bloemschikken. Ook worden er regelmatig workshops en uitjes georganiseerd. Om te zorgen dat de bewoners van St. Jozef deel uitmaken van de buurt worden buurtbewoners ook uitgenodigd om met activiteiten mee te doen. Ieder haalbaar initiatief is welkom."

Wat doen bewoners en buurt nu al samen?

Helmine: "Op 5 juli hebben bewoners van Campanula en van St Jozef volop genoten van een wandeltocht en lunch

in De Ster samen met Citadel-leerlingen. Studenten van de opleiding Zorg en Welzijn van de HAN hebben als studieopdracht een jeu-de-boulesbaan ingericht waar ook buurtbewoners gebruik van kunnen maken. Als je wilt jeu-de-boulen op deze prachtige baan achter St. Jozef, maak dan een afspraak bij de receptie (op werkdagen open van 8.30-12.30 uur). Neem wel zelf je eigen jeu-de-boulesballen mee."

De gemeente heeft als prioriteit toegankelijkheid. Is dat geen hot item voor deze buurt?

Helmine: "De rollator-wandelgroep maakt regelmatig samen met actieve vrijwilligers een ommetje door de buurt, maar komt nog weleens obstakels tegen. De gemeente is in overleg met ons en met de wijkraad om de omgeving van het Dorpsplein toegankelijker te maken voor rolstoel- en rollatorgebruikers. Dan wordt het wandelen, maar ook het organiseren van activiteiten op het plein nóg aantrekkelijker."

• TEKST LSO BEELD LR



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. Canisiusweg 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

Participatieteam

Openbare Ruimte Gemeente Nijmegen

In maart 2017 begonnen Johan Bosch en Gerrie Wijers als Participatieteam Openbare Ruimte (groen en grijs) van de gemeente Nijmegen. Ze werken nauw samen met wijkregisseur Carline Westen. Johan (60) werkt sinds 1981 bij de gemeente Nijmegen en heeft vooral een groene achtergrond. Gerrie (46) werkt sinds 2005 bij de gemeente, voornamelijk op het gebied van grijs (verhardingen). Samen werkten ze ook bij de bekende Bel- en Herstellijn.

Wat is het doel van het participatieteam?

“Het doel van het participatieteam is onder andere om meer aandacht te geven en ondersteuning te bieden aan de participatieprojecten in de openbare ruimte die Nijmegen rijk is. Er zijn in de afgelopen jaren veel bewonersinitiatieven op het gebied van de openbare ruimte ontstaan en succesvol gerealiseerd. Bewoners willen weten bij wie ze moeten aankloppen en wat wel en niet is toegestaan én wat van hen wordt verwacht. In de meeste gevallen worden participatieovereenkomsten gesloten tussen bewoners en gemeente. In deze overeenkomst wordt vastgelegd wat bewoners zelf doen aan beheer en onderhoud en wat de rol van de gemeente is. Bij de initiatieven die vroeger zonder overeenkomst zijn gestart gaan wij alsnog in gesprek om de afspraken in kaart te brengen. Omdat er sprake is van een nieuwe opzet, zijn we vanaf 1 maart vrijgemaakt om de participatiekaart te actualiseren. Voor alle bekende en succesvolle projecten in de openbare ruimte hebben we de contacten en afspraken nu vastgelegd. Een overzicht van Nijmeegse bewonersinitiatieven staat op www.participatiekaart.nl.”

DE WIJKBEWONERS ZIJN
VAAK HEEL ENTHOUSIAST
EN WAARDEREN HET DAT
ER AANDACHT AAN HUN
PROJECT WORDT BESTEED

Dat is een flinke administratieve klus, maar hoe werkt het systeem voor de burgers?

“Bij de wijkregisseur komen in de meeste gevallen de wensen van bewoners binnen. Zij kan ons inzetten om de eerste contacten te leggen. Daarna bezoeken wij jaarlijks de projecten die wijkbewoners hebben ontwikkeld en adviseren en assisteren zo nodig bij het beheer daarvan. De initiatiefnemers staan er niet alleen voor en kunnen gebruik maken van onze kennis en ervaring: Ook ondersteunen we bij de aanleg van nieuwe kleinschalige initiatieven, zoals de aanleg van een boomspiegel, plantenbak, groenstroken enzovoort. Bij de kruising Pavialaan / Diederik van Lentlaan staat bijvoorbeeld zo'n plantenbak die de buurtbewoners zelf hebben bedacht en ook zelf onderhouden. Bij grotere projecten zoals de Lentse Aarde is er meer overleg en advies nodig. De gemeente faciliteert éénmalig bij de aanleg van het project. Daarna zijn de participanten zelf verantwoordelijk voor het onderhoud. Je kunt immers niet elke plantensoort in een boomspiegel planten; misschien moet er ook een trottoirbandje langs en moet er wat grond of compost geleverd worden. Soms komen we meerdere keren terug, bijvoorbeeld om het snoeien van bomen te begeleiden en te bekijken hoe de werkzaamheden door bewoners zijn verlopen. Zijn er problemen of wensen? Komt men nog gereedschap te kort (harken, schoffels e.d.)? Ook voor de nodige compost en houtsnippers kan men bij ons terecht. Het directe contact met ons is heel belangrijk. We hebben leuk werk. De wijkbewoners zijn vaak heel enthousiast en waarderen het dat er aandacht aan hun project wordt besteed. Dat geeft veel voldoening.”

• TEKST LSO BEELD LR



Gerrie Wijers en Johan Bosch

Een nieuw idee, een wens of een nog niet lopend participatieproject? Neem contact op met wijkregisseur Carline Westen: E: c.westen@nijmegen.nl of T: (024)3299336
Mail voor bestaande participatieprojecten naar: g.wijers@nijmegen.nl of j.bosch@nijmegen.nl



**DE
FIETSENDOKTER**

**Voor al uw reparaties en
onderhoud voor uw fiets.
Goede en betrouwbare service
voor een eerlijke prijs.**

Robbert Baggerman
Weverstraat 11, 6663 AV Lent
Reparatie op afspraak! 06 1853 8212



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:

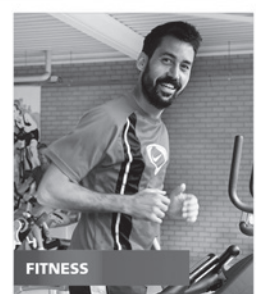
trampolines, vijvers, kabels, leidingen, rioleringen en funderingen uitgraven. Ook het egaliseren, bestraten, spitten en frezen van uw tuin.

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/bemmel

Het Ketelhuis

Bent u ook via Jan Linders druk bezig zegeltjes te sparen voor een gratis ontbijt, lunch of diner bij het Ketelhuis en volgt u vol spanning de bouwontwikkelingen? Oos Yakkan kan u geruststellen, het Ketelhuis wordt mooi. De gevel is schoongemaakt en de ronde ramen zijn gerenoveerd. Nu is het wachten op nieuwe kozijnen. In week 4 of 5 van het nieuwe jaar zal de opening plaatsvinden en kunt u genieten van uw ontbijt, lunch of diner.

Repair Café Nijmegen-Noord

Zaterdag 25 november van 14:00-16:30 u. in de Ster, Queenstraat 37b. Iedere vierde zaterdag van de maand is er een repair café in Nijmegen Noord. De ene keer in de Klif, de andere keer in de Ster. Vrijwilligers helpen u om kleine mankementen van elektrische apparaten, kleine meubels, laptops, printers, fietsen en kleding op te lossen. De naai-vrijwilligers helpen bij verstelwerk. Soms moet u even wachten want per repair café hangt het van de beschikbaarheid van de vrijwilligers af of u ter plekke geholpen kunt worden. Ook vragen sommige reparaties wat meer tijd dan andere. Maar de koffie staat altijd klaar! www.repaircafenijmegen.nl

Een gravelbovenlaag voor het Crossveldje

Het crossveldje wordt zo goed gebruikt dat de gemeente dit jaar geld heeft vrijgemaakt voor een verharde bovenlaag. Bovendien wordt de startheuvel zo ingericht dat ook kleine kinderen er gemakkelijk op kunnen komen. Een kroon op het werk van de vrijwilligers. Laten we het samen zo houden en onderhouden. Wilt u ook helpen? Mail naar info@wrlent.nl

Meewerken aan de Lentse Lucht?

Bent u ook zo trots op onze Lentse Luchten, zowel op de papieren versie van de Lentse Lucht als op onze website? Vindt u het ook leuk om mee te doen? Hoe meer mensen actief zijn, hoe gevarieerder en boeiender de Lentse Lucht kan zijn voor alle Lentenaren. Hebt u interesse in vormgeven/opmaken, wilt u zich aansluiten bij de (web)redactie of wilt u freelance artikelen schrijven? Stuur dan een mail naar redactie@lentselucht.nl of webredactie@lentselucht.nl

Het Winterconcert slaat een jaartje over

Om uiteenlopende redenen zijn meerdere koren niet in staat deel te nemen aan het Winterconcert 2017. Volgend jaar zal dit concert weer normaal plaatsvinden op de eerste zondag voor kerstmis.

Kerstavond Damesgilde

Op dinsdagavond 19 december vanaf 18.00 uur viert het Damesgilde kerst in Het Plein, Lentse Schoolstraat 29. Na een luxe broodmaaltijd met warme hapjes en kerstbrood zal de avond sfeervol worden afgesloten met het optreden van een cabaret/zang-gezelschap.

Zonnebloem Lent

Op vrijdag 15 december van 14.30 tot 17.00 uur zal de kerstmiddag voor onze Zonnebloemgasten in Zorgcentrum St. Jozef plaatsvinden. Met muziek, chocolademelk en kerstbrood worden de gasten verwelkomd. Samen worden kerststukjes gemaakt. U kunt zelf kleine kerstversieringen meenemen voor de kerststukjes. Voor kerstgroen en bakjes wordt gezorgd. De kosten bedragen €5,00 p.p.

Wintertuindag bij de Warmoes, Griftdijk Noord 11

Op 17 december van 14:00-16:00 uur drinken we bij de vuurton warme chocolademelk en Glühwein en genieten van de winterse sfeer in boomgaard en moestuin. Kinderen kunnen marshmallows roosteren en misschien komt er een verhalenverteller. De laatste groenten worden van het land gehaald en er worden heerlijke groentetassen voor 3 à 4 personen samengesteld met verschillende koolsoorten, snijbiet, peen, kruiden, koolrabi, cavolo nero en mispels, inclusief recepten. Kosten € 10,-. Groentetas reserveren? E-mail: info@warmoes-lent.nl

Nieuwjaarsconcert van muziekvereniging St. Theresia

Op 14 januari zal muziekvereniging St. Theresia, onder leiding van dirigent Jeroen Geurts, een nieuwjaarsconcert geven in de Maria Geboorte Kerk te Lent. Tijdens dit concert wordt ook de nieuwe naam van de muziekvereniging bekend gemaakt en het nieuwe logo onthuld. Als gast zal blaasorkest Multiplex uit Nijmegen optreden. Aanvang: 16.00 uur. De toegang is gratis.

Wijkraad Lent heeft dringend behoefte aan nieuwe bestuursleden

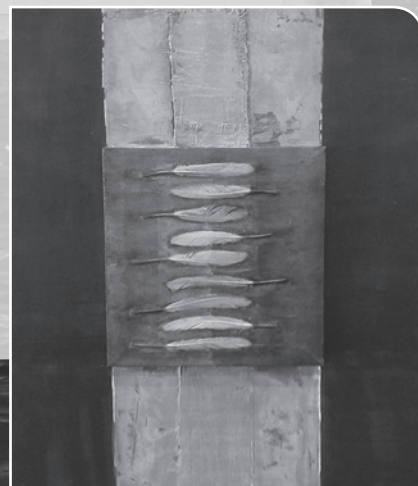
Lent verandert en telt steeds meer inwoners. Daarom is het zo belangrijk dat we een goed functionerende wijkraad hebben, met bestuursleden met een helicopterview, die qua leeftijd en interesse een afspiegeling vormen van Lent. We zitten te springen om een secretaris en een vicevoorzitter. De secretaris wordt ondersteund door een vaste notulist en een webmaster. De vicevoorzitter onderhoudt samen met de voorzitter de contacten met de gemeente. Daarnaast zijn er verschillende werkgroepen en buurtgroepen actief die in de wijkraad hun bevindingen rapporteren. Doe mee en maak van onze wijk een prachtige levenslustige gemeenschap. We moeten er immers samen voor gaan! Mail naar info@wrlent.nl en geef uw voorkeur aan.

Lionsclub spaart DE-punten voor de voedselbank

In december is er een inzamelingsactie van Douwe Egberts punten. Voor die punten krijgt Voedselbank Nijmegen gratis pakken koffie. Bij Jan Linders staat een doos waar u uw punten in kunt doen. Spaart u mee?

In de Dorpsschuur...

Lin Hageman is keramiste en schilderes. Op 2 en 3 december exposeert zij van 11.00-17.00 uur in de Dorpsschuur, Oosterhoutsedijk 29. De natuur is voor deze kunstenaar een belangrijke inspiratiebron. In keramiek werkt ze meestal met een techniek die Raku heet. Daardoor krijgt het keramiek prachtige kleuren. Haar doeken beschildert ze laag op laag om meer kleurintensiteit te creëren. Naast acrylverf gebruikt ze pigmenten, papier, zand en andere materialen. De ontstane abstracte 'beelden' vinden vaak hun oorsprong in symbolen uit oude culturen. Informatie? Mail naar E.lin.hageman@hotmail.com



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*

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



Kom naar
de Stip!
Samen maken
we de wijk

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 uur (in de Klif, Oosterhout)



Chinees-Aziatisch Restaurant

Griftdijk Zuid 125, 6663BD Lent
Telefoon 024-3888645
www.chinees-lentplaza.nl

elke zaterdag en zondag
lopend buffet € 19,80 all-inclusive



1 december en 22 december

Veganbuffet

€ 22,50 all-inclusive

JEUGDTANDARTS WAALSPRONG



COME
AND FLY
WITH
US!

- > 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
Jeugdtandarts 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
Bibliotheek	3274911
EHBO	0481-463449
Tandem Regio Noord	3650170

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	0655384291
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
Wat heet oud	3236235
Zonnebloem	3606455
Damesgilde	3227981

Diversen

Dierenkliniek Lent	3606422
Dierenambulance	3550222
Informatiecentrum Open Huis	3292408
Bel & Herstelijn	14024
Milieutoezicht	3299511
Dienst Afvalstoffen & Reiniging	3716000
Dienst Sociale Zaken	3299222
Wijkraad Lent	06-14833078
Wijkagent	0900-8844
Wijkmanager Ed Van Dael	3299037
Wijkregisseur Carline Westen	06-52751720

MAANDAGENDA

Zaterdag 2 en zondag 3 december

Expositie Lin Hageman

keramiste en schilderes

Locatie: Dorpschuur, Oosterhoutsedijk 29,
Lent. Van 11.00 tot 17.00 uur

Zaterdag 9 december

Singles feest voor 45+

Locatie: Sprok, Waaldijk
Zie ook website Lentse Lucht

Zaterdag 9 december

Loes Luca en Art-Jan de Vries

Locatie: De Klif, Pijlpuntstraat 1, Nijmegen
Noord. Aanvang 20.30 uur

Donderdag 14 december

Wijkraadvergadering

Locatie: De Ster, Queenstraat 37b
Aanvang 20.00 uur

Vrijdag 15 december

Kerstmiddag De Zonnebloem

Locatie: St. Jozef
Lentse Schoolstraat 29, Lent
Van 14.30 tot 17.00 uur

Zondag 17 december

Wintertuin dag Warmoes

Locatie: Griftdijk Noord 11, Lent
Van 14.00 tot 16.00 uur
tevens afhalen bestelde groentetas

Dinsdag 19 december

Kerstavond Damesgilde

Locatie: St. Jozef, 'Het Plein'
Lentse Schoolstraat 29, Lent
aanvang 18.00 uur

DE ACTUELE AGENDA: WWW.LENTSELUCHT.NL

Meld&Herstel-app werkt snel en simpel, 24 uur per dag

Niet werkende verkeerslichten of straatverlichting? Rondslingerend vuil, hondenpoep of verstopte riolen? Een kapot wegdek? Vernield straat- en speelmeubilair en wildgroei van onkruid, struiken of wortels? Signaleert u deze gebreken in uw wijk, neem dan contact op met Bel&Herstel Nijmegen. Ook bij terugkerende overlast door foutparkeren, geluid, stank of gedrag van anderen, schroom dan niet de verbeterde Meld&Herstel-app te gebruiken. Met deze app kunt u bij de gemeente Nijmegen melden wat er mis is. Binnen 5 dagen krijgt u een reactie.

Als u de app laadt vraagt deze eenmalig naar uw naam, e-mailadres of telefoonnummer, zodat u op de hoogte gehouden wordt van de ontwikkelingen rond uw klacht. Door een foto ter plekke te nemen, de probleemcategorie te kiezen en te beschrijven, meldt u wat er aan de hand is. Als u geen smartphone heeft, kunt u een meldingsformulier met uw klacht invullen via www.nijmegen.nl/meld&herstel. Meldingen over situaties die direct gevaar opleveren verneemt de gemeente graag telefonisch via 14024

Buurtsportcoaches in Nijmegen Noord

In september heeft Gemeente Nijmegen de inzet van de buurtsportcoaches (BSC) anders ingedeeld. Per stadsdeel is er nu één buurtsportcoach voor de wijk(en) en één buurtsportcoach voor verenigingen.

In Nijmegen Noord richt Ron Janshen zich op de sport- en beweegsector in het sociale domein (zoals welzijn, onderwijs en zorg). Hij gaat aan de slag met initiatieven van zowel jong als oud die 'het bewegen'

stimuleren. Linda Mekkelholt kan op verzoek van sportverenigingen, een aantal maanden ondersteunen bij vraagstukken als ledenwerving, beleid, vrijwilligersproblematiek enz.

Sportorganisaties en -verenigingen die graag meer informatie willen over mogelijke ondersteuning kunnen contact opnemen. Schroom niet en mail of bel naar: Ron Janshen: T. (06)11473611 / E. r.janshen@nijmegen.nl of Linda Mekkelholt: T. (06)46919712 / E. l.mekkelholt@nijmegen.nl



Nijmeegse stadsnomaden

strijken neer in groen paradijsje

Eindelijk zijn ze er dan: De Nijmeegse stadsnomaden. Ingeklemd tussen spoorlijn, zandwinning en Griftdijk Noord en verscholen achter het Citadelcollege ligt een onopvallend kampement van campers, woonwagens, 'tiny houses' en andere bouwsels. Sinds kort wonen hier tien stadsnomaden, waarbij wonen een groot woord is. Alles is nog in opbouw. Lentse Lucht sprak met Tim Simons (29), nomade in hart en nieren.

Hoe begon het allemaal?

"Twee jaar geleden had ik een wild idee. Ik wilde met een groep mensen iets betekenen voor de omgeving. Na goed overleg met de gemeente konden we met vijf vrienden een woonproject starten aan de d'Almarasweg in Nijmegen. Het werd een succes. Door de buurt werd het project omarmd, er is nooit een wanklank gevallen, het was erg positief allemaal. We brachten leven in de brouwerij. Nu we er weg zijn is de plek weer een saaie parkeerplaats."

Wat zijn de doelstellingen van dit project?

"Ons project steunt op drie pijlers: het is een woonexperiment, we hebben een semi-permanent festivalterrein en we gaan voor duurzaamheid. Het wonen in een woongroep is best uitdagend: hoe sta je in de maatschappij, wat zijn je idealen en hoe ga je met elkaar om. Sociaal willen we iets betekenen voor de buurt. In samenwerking met mensen uit de omgeving willen we graag allerlei dingen organiseren. De duurzaamheid uit zich hierin dat we vooral met materialen werken die andere mensen niet meer nodig hebben. Via tips, Facebook en Marktplaats wordt van alles gratis aangeboden. Het gaat om materialen zoals vlonders, stoeptegels, containers, timmer- en brandhout. Gisteren kon ik nog 20 vierkante meter hardhout ergens ophalen. Mensen vinden het vaak leuk om overbodig geworden dingen aan ons te geven. Als ze ons dan later een keer bezoeken zien ze hun spullen weer terug. We proberen materialen zoveel mogelijk te upcyclen. Dat betekent dat we de producten als geheel hergebruiken en niet na bewerken pas weer gebruiken, zoals dat bij recycelen het geval is."

Wat voor mensen wonen hier?

"Ongeveer de helft van de bewoners werkt of studeert op het gebied van ontwerpen, filosofie en kunst. De andere helft zit meer in de hoek van psychiatrische verpleegkunde en maatschappelijk werk. Zo is er een interessante mix ontstaan van filosofen die er nooit uitkomen en mensen die met strakke protocollen werken, en dat werkt prima voor onze groep."

Is dit kampement tijdelijk?

"Ja, als de gemeente de grond weer nodig heeft moeten we weg. Het ziet er naar uit dat we de komende twee à drie jaar hier wel kunnen blijven. Onze planning is om voor de winter alles op orde te hebben. We hebben hier geen water, gas, elektra en riool. Voor alles hebben we innovatieve oplossingen. Ooit begonnen we met één klein zonnepaneeltje. Nu hebben we een echt zonnepark, waarbij we de gewonnen energie ook op kunnen slaan. We zijn bezig een riool aan te leggen dat werkt met een helofytenfilter. En zo zijn we nog wel even druk voordat alles klaar is."

**ONS PROJECT
STEUNT OP DRIE
PIJLERS: HET IS EEN
WOONEXPERIMENT,
WE HEBBEN EEN
SEMI-PERMANENT
FESTIVALTERREIN
EN WE GAAN VOOR
DUURZAAMHEID**



Hebben jullie concrete plannen?

“We hebben een zogenoemde spijkstaalkar, die we om kunnen toveren tot een muziktent, zoals je ze vroeger had in ieder dorp. Daarnaast hebben we ook nog een grote tent. Graag willen we muziekgroepen uit de regio laten optreden. Er is al een boeking van een Lents bandje. Ook zijn er plannen voor het runnen van een eetcafé. Het is de bedoeling dat we eetavonden gaan organiseren met driegangenmenu's. Dit gaan we doen met onverkochte producten van supermarkten. Supermarkten gooien wekelijks gemiddeld 300 kilo voedsel weg dat nog goed eetbaar is en wij willen daar gebruik van maken. We willen ook hoogleraren van de Radboud Universiteit uitnodigen om publiekslezingen over allerlei interessante onderwerpen te geven. Een andere activiteit die we voor ogen hebben is het organiseren van filmavonden voor mensen uit de buurt. Zo proberen we op deze plek waar op dit moment zandauto's en graafmachines het beeld bepalen een sociale voorziening te creëren. Alles is in principe mogelijk. Iedereen uit de buurt die een goed idee heeft, kan dat met ons bespreken. We hebben hier de ruimte; mensen uit Lent kunnen bijvoorbeeld hier hun buurtfeest geven of een keertje komen kamperen. Tot slot willen we ook ons eigen voedsel verbouwen. We zijn geen boeren, maar moeten het allemaal nog uitzoeken. In ieder geval gaan we ook bijen houden. De kasten hebben we al en met de hulp van stadsimker Remco moet dat lukken. Als alles een beetje op orde is willen we in samenwerking met therapeuten een dagbesteding bieden aan alternatieve jongeren.”

• TEKST JK BEELD MJ





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, 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.NATUURGEGENEESKUNDE-VANLEENDERT.NL



taxidewaalsprong@gmail.com
www.taxidewaalsprong.com

WWW.OPSLAGGELDERLAND.NL

OPSLAG GELDERLAND SELF STORAGE



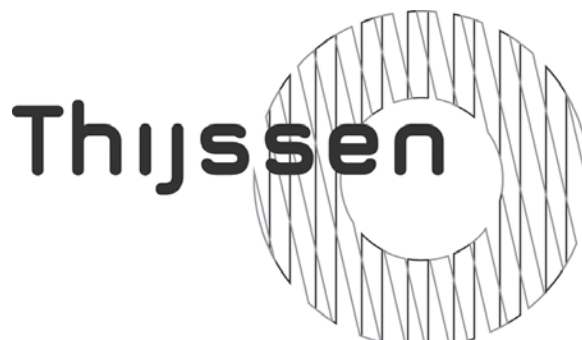
OPSLAG GELDERLAND
GROOTHANDELSWEG 6
6515 AJ NIJMEGEN-NOORD
024 348 20 01
INFO@OPSLAGGELDERLAND.NL



PAUL BREMER,
BEWONER WAALSPRONG

> VRAAG OOK NAAR ONZE VERHUISSERVICE!

**Welkom...
in de Wereld van**



Brilmode
Contactlenzen
Optometrie

Markt 53/55
Bommel
0481-470490

www.oogzorginbommel.nl

LENTGENOTEN

De afgelopen maand waren er weer enige memorabele momenten, zoals de heropening van ons 'Praathuis', Jan Linders. Het valt op dat hier, zowel in de winkel als voor op de stoep, Lentenaren de tijd nemen om met elkaar een praatje te maken en er op woensdag, met de markt, een lekker visje eten of kiezen uit het brede assortiment van de markt-bakker.

Het plein bij Jan Linders wordt nu het nieuwe ontmoetingscentrum van Lent, dat eigenlijk nooit een echt dorpshart gekend heeft. Wel waren er in de oude kern vier bakkers, drie slagers, twee supermarkten, een Winkel van Sinkel (Van Bremen) waar ook speelgoed werd verkocht, twee zuivelwinkels, een zaadwinkel, een Boerenbondzaak, een kledingzaak met furnituren en ondergoed etc. Hoe kan het dat we, met bijna

tien keer zoveel potentiële klanten, maar één supermarkt hebben? Het lijkt wel een monopolie. De vragen die ik mezelf dan stel: Wordt het niet tijd voor een tweede supermarkt en een gezellig winkelcentrum? En wordt het ook niet eens tijd om onze eigen Lentse tradities te heroverwegen?

Vroeger werden de feestdagen Allerheiligen en Allerzielen in Lent gevierd met bloemen, die dan op het kerkhof de graven sierden. Vaak waren het witte chrysanten, waardoor de anders zo grijze begraafplaats lichter en feestelijker werd. Wat mij nu opvalt is, dat in de nieuwe wijken van Lent het uit Amerika overgewaaid Halloween wordt gevierd. Lekker griezelen! Dit fenomeen is afgeleid van onze eigen christelijke feestdagen Allerzielen en Allerheiligen.

Hoe komt het, dat we geen waarde meer hechten aan onze eigen tradities? Waarom vieren we niet meer uitbundig St. Maarten en Driekoningen, waarbij kinderen zingend langs de voordeuren gaan? Hoe komt het dat de Kerstman (Santa Claus) St. Nicolaas verdringt als kinderfeest en dat de Pieten in het verdomhoekje zijn beland? We slaan de Elfstedentocht over en maken er de Elfstedenwandeltocht van Leeuwarden van, omdat het niet langer vriest. En we vervangen de Fietsvierdaagse van Nijmegen door de Elektrische Fietsvierdaagse. Dát is natuurlijk de reden dat onze bestuurders met vooruitziende blik de snelfietsroutes dwars door Lent hebben aangelegd. Kortom: genoeg stof om over na te denken.

Ton Pennings (voorzitter Wijkraad Lent)

de Dierendokter

Nascholen, bijscholen en levenslang leren...

Een mens is nooit te oud om te leren. En daarom volgen alle leden van ons veterinaire team, uiteraard inclusief onze erkende paraveterinair (zie de vorige column), met veel plezier elk jaar verschillende nascholingscursussen. Soms is dit een eendaagse cursus, soms duurt het drie dagen. De ene keer gaat het om de introductie van nieuwe medicijnen, de andere keer gaat het over communicatie of een nieuwe operatietechniek.

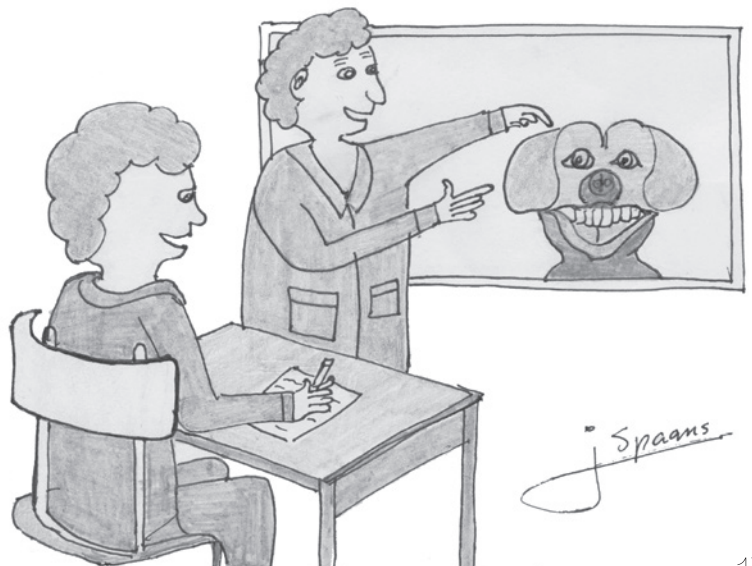
Voor dierenartsen is het volgen van nascholing nog steeds geen wettelijk verplichting, wat op zich natuurlijk raar is. Neem je jezelf serieus als ondernemer en als dierenarts, dan moet je natuurlijk wel op de hoogte blijven van de laatste ontwikkelingen. Niet dat je alles direct in je praktijk moet toepassen, maar je moet wel weten wat er binnen je beroepsgroep leeft en speelt, en het houdt je werk leuk. De veterinaire wereld is een kleine wereld, en zo kom je op deze dagen ook altijd oude bekenden en soms ook goede vrienden tegen. Een dierenarts vergeet nooit het sociale aspect, en de mensen die deze cursussen organiseren weten dat gelukkig ook. Het eindigt vaak met een lekker etentje en een borrel. Gelukkig heeft Lent een lief klein stationnetje...

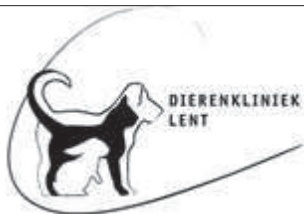
Zo was Ellen onlangs naar een tweedaagse echografiecursus in Utrecht. Uiteraard wordt er daar geoefend op honden en katten. Ellen nam onze twee honden mee, zodat ze oefenmateriaal hadden. Tot grote schrik van Luuk kwam Douwe, zijn Friese knuffel-Stabij, terug met een kale buik. Je moet immers voor een echo de buik scheren, ontvetten en met speciale gel insmeren. Ook ging het hele team naar een nascholing over gebitsproblemen. Zo maakte Ellen kennis met de nieuwste gebits-extractietechnieken. De andere

dames kregen scholing over het onderhoud en het slijpen van de tand-instrumentaria en over de communicatie met de eigenaren, teamwork dus. Ook gingen ze samen naar een congres over de oudere (zieke) kat en naar een konijnensymposium.

En ik? Ik volg via mijn school in Barneveld diverse veterinaire cursussen en congressen vanuit mijn rol als relatiebeheerder en eindverantwoordelijk dierenarts bij ons op school, die nu ook een dierentuinvergunning heeft. Zo ben ik met een collega naar New York geweest, naar een congres van de IWVA (International Wild Waterfowl Association). Uiteraard eerst New York verkend en daarna naar het congres over wilde watervogels. Ik moet zeggen, het was niet heel vervelend...

• TEKST HANS DEKKER ILLUSTRATIE HS





Uw kat laten controleren op nierfalen?

Veel katten, ouder dan 8 jaar, lijden aan nierfalen zonder dat u iets merkt aan de kat.

Op tijd ontdekken van de ziekte zorgt ervoor dat katten gelukkiger en langer leven.

In november starten we met de prik-poli.

U bent ma- t/m vrijdag tussen 13.00 en 13.30 uur welkom om bloed af te laten nemen bij uw kat van 8 jaar en ouder. (inloop)

Bloed wordt op beginnend nierfalen onderzocht.

U krijgt de uitslag na 2 dagen.

Alleen in de maand november: slechts € 30,-

www.dierenklinieklent.nl

T. 024 3606422, LAUWIKSTRAAT 20, LENT

h Installatiebedrijf
Hans van 't Hullenaar bv

**CV ketels
al vanaf
€ 1.445,-**

Informeer ook naar onze onderhoudsabonnementen

**Koop of huur nu
een nieuwe CV ketel!**

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

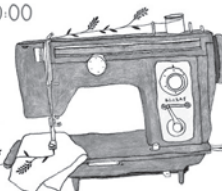
Persia atelier

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



10% korting

UTASTE

— WINE —

Open vrijdag en zaterdag
van 11.00 - 18.00

Bemmelsedijk 4 - Lent - T: 024 360 89 26



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.chiopro.nl
of bel naar 024 - 737 03 24.

Edith Piafstraat 110c 1e Lent



v.l.n.r.: Mara Jorritsma, Marijke Eggink en Heleen Broekema

Op weg naar een **andere huisartsenpraktijk**

In Nijmegen-Noord is een initiatief gestart om een integratieve huisartsenpraktijk mogelijk te maken. Lentse Lucht sprak met de initiatiefnemers. De werkgroep Integratieve Huisarts Nijmegen-Noord (WIHANN) bestaat uit zeven mensen. Het gesprek vindt plaats met Mara Jorritsma, Heleen Broekema en Marijke Eggink in de gemeenschappelijke ruimte van Eikpunt, een woongemeenschap in Lent.

Wat is een integratieve huisarts?

Dat is een huisarts die de reguliere medische zorg als uitgangspunt neemt en de nadruk legt op het bevorderen van gezondheid en preventie van ziekte. Maar bij het behandelen van klachten, aldus Mara, kiest de integratieve huisarts uit een breder scala van mogelijkheden. De integratieve huisarts werkt vanuit een holistisch mensbeeld en stelt zich op als deskundige coach. De regie over en verantwoordelijkheid voor de eigen gezondheid ligt bij de patiënt zelf, maar de keuze voor de meest passende en voor mens en milieu minst belastende behandeling wordt in nauw overleg tussen arts en patiënt gemaakt. De uitkomst is dan eerder een natuurlijke en op zelfherstel gerichte behandeling dan een behandeling die zich richt op het bestrijden van symptomen. Een integratieve huisarts is deskundig op het gebied van de invloed van leefstijl, woonomgeving, persoonlijke thema's en voeding op de gezondheid en kijkt daarbij naar de hele mens, naar lichaam én geest. Wij denken aan een huisarts die kennis heeft van diverse therapievormen zoals antroposofie, homeopathie, acupunctuur, natuur-, voedings- en orthomoleculaire geneeskunde en hier ook affiniteit mee heeft, vult Heleen aan. De integratieve geneeskunde (Inte-

grative Medicine) is een wereldwijde beweging die zich baseert op veiligheid, effectiviteit en de persoonlijke voorkeur van de patiënt. Voor steeds meer mensen is het vanzelfsprekend om zelf de regie over hun gezondheid te voeren.

En dit type huisarts is er nog niet in Nijmegen-Noord?

Wij vinden dat iedereen moet kunnen kiezen voor een huisarts die bij hem of haar past. Wie in Nijmegen-Noord woont, kan nog niet kiezen voor een integratieve huisartsenpraktijk. Als voorbeeld noemt Marijke Hypericon, centrum voor integratieve geneeskunde in Nijmegen-Oost. Wij kunnen daar echter niet terecht omdat wij buiten hun zorggebied wonen. Met de groei van het aantal inwoners in Nijmegen-Noord en de veranderende beleving van gezondheid, vinden we de tijd rijp voor een integratieve huisartsenpraktijk.

Wat is daar voor nodig?

Om een integratieve huisartsenpraktijk te realiseren, zijn bij voorkeur meer dan 2000 mensen nodig die deze wens delen. We zijn onlangs gestart met het in kaart brengen van de behoefte. Er hebben zich al een paar honderd mensen gemeld, maar nog lang niet iedereen in Nijmegen-Noord is op de hoogte van ons initiatief. Heleen benadrukt dat iedereen welkom is, want een integratieve huisarts is natuurlijk ook 'gewoon' huisarts. Als je jezelf, al dan niet met partner en/of gezin, wilt aanmelden, mail dan naar het adres onder dit artikel of ga naar de Facebookpagina 'Integratieve Huisarts Nijmegen Noord'. We zullen je uiteraard op de hoogte houden van de vorderingen.

integratiefnijmegennoord@gmail.com.

• TEKST AB BEELD MJ



Mongolië



IK HEB ALTIJD AL EEN BETERE WERELD
WILLEN MAKEN VOOR **MENSEN DIE HET
MINDER HEBBEN DAN WIJ**



Van kinds af aan wist Astrid van der Looij al dat ze iets wilde betekenen voor de medemens. Samen met haar man Haaije Postma trok ze de wereld over. Het stel raakte met name gefascineerd door de manier van leven van de mensen in Mongolië. Sindsdien zetten zij zich in voor de nomadische bevolking in Mongolië die vaak leeft onder behoeftige omstandigheden. Lentse Lucht sprak met hen.

Als klein meisje vond Astrid het al bijzonder dat haar wieg in Nederland gestaan had en niet in een arm land. Ze studeerde sociale geografie in Nijmegen en liep voor haar afstudeerscriptie stage in Ghana. Haaije had niet dezelfde fascinatie voor het buitenland, al ontwikkelde dat gevoel zich wel in de loop der tijd. In 1995 lifte hij al eens in zijn eentje door Zuidelijk Afrika, en op het moment dat hij uit het vliegtuig stapte zijn land en continent volledig onder zijn huid gekropen. Vooral de grote culturele verschillen met Nederland vond hij interessant. Haaije: "In datzelfde jaar kreeg ik een relatie met Astrid. We spraken toen af ooit met een auto naar Zuid-Afrika te rijden en weer terug. Hoewel we beiden een vaste baan hadden, waagden we in 2000 de sprong. Het zaadje dat al geplant was ontkiemde, werd alsmaar groter en is uiteindelijk een boom geworden. De reis was avontuurlijk. Onze reisverhalen zijn in een automagazine gepubliceerd, maar we hadden er net zo goed een boek over kunnen schrijven."

Mongolië

Via de Stichting Nederlandse Vrijwilligers werd Astrid uitgezonden naar Harare in Zimbabwe. Haar werk bestond uit Human Resources Management (HRM, personeelswerk) en talentontwikkeling van het personeel. Astrid: "Net op het moment dat mijn contract afliep kreeg Haaije een verzoek om in Mongolië te gaan werken." Haaije: "Een geoloog, die we op onze rondreis hadden ontmoet, bood me een baan aan. Ik heb een opleiding gevolgd in werktuigbouwkunde en autotechniek en kon daar aan het werk als logistiek manager bij een mijnbouwbedrijf. Voor allerlei technische zaken die nodig zijn om geologen in de Gobi-woestijn hun werk te laten doen, werd ik verantwoordelijk. Denk aan transport, tijdelijke kampen, water en elektra. De eerste drie maanden reisde ik op en neer vanuit Zimbabwe. In 2006 zijn we verhuisd naar Mongolië. Onze twee kinderen, Sam en Tom, waren toen 3 en 1 jaar oud."

Steppenomaden

Astrid had aanvankelijk de handen vol. Allerlei zaken moesten worden geregeld. Astrid: "Je moet de weg zien te vinden. Waar kun je eten kopen, waar is een geschikte school voor de kinderen, hoe bouw je een netwerk op, enzovoort. Toen de beginfase achter de rug was ging ik me richten op mijn werk en kon ik betaalde opdrachten binnenhalen. Daarnaast wilde ik me inzetten voor de Kazakh steppenomaden. Deze groep mensen krijgt van de overheid te weinig aandacht." Mongolië is het dunst bevolkte land ter wereld. Er wonen drie miljoen mensen waarvan meer dan de helft in de hoofdstad. Er is een enorm urbanisatieproces op gang gekomen. Mensen die op het platteland wonen, denken dat in de steden geld te verdienen is. Toch zijn er ook nog veel mensen die een nomadenbestaan leiden. Ze trekken rond met schapen, koeien, paarden en kamelen. Paarden en kamelen fungeren als lastdieren. Een kameel kan een complete tent dragen. In dit gebied worden typische ronde vilten tenten

gebruikt, 'ger' genoemd. Vanwege het voedsel voor het vee wordt er vier keer per jaar verkast. Het probleem van deze situatie is dat er geen basisvoorzieningen zijn. De overheid wil wel investeren in salarissen voor personeel, maar niet in gebouwen zoals scholen en klinieken.

Kleuterschool

Het vrijwilligerswerk van Astrid richtte zich vooral op het realiseren van basisvoorzieningen. Astrid: "Altijd al heb ik sterk het gevoel gehad een betere wereld te willen maken voor mensen die het minder hebben dan wij. Mijn schoonvader hielp vanaf 2007 mee met fondsenwerving, zodat we het jaar daarop al een gezondheidskliniek konden openen in West-Mongolië. In de loop der tijd heeft hij 60.000 euro aan fondsen bij elkaar gekregen." Haaije: "Mijn vader heeft ook een bezoek gebracht aan Mongolië. Als landbouwingenieur viel het hem op dat de voeding wel erg eenzijdig was, met alle gevolgen van dien. Hij is zich toen gaan inzetten voor het verbouwen van groenten in kassen naast kleuter- en basisscholen. Op die manier kun je kinderen een betere start geven."

Stichting Vrienden Steppenomaden

In 2008 werd Haaije door zijn werkgever overgeplaatst naar Australië. Toen zijn functie daar na twee jaar werd opgeheven vond Haaije werk bij een mijnbouwmaatschappij in Liberia. In 2011 streek het gezin met inmiddels drie kinderen neer aan de Griftdijk Zuid in Lent. Mongolië bleef op de achtergrond een grote rol spelen. In 2013 werd de stichting Vrienden Steppenomaden Mongolië opgericht. Via die stichting (www.vriendenssn.nl) wordt het werk van de vader van Haaije, die inmiddels overleden is, voortgezet. Astrid heeft een eigen HRM-bedrijf, maar door daarnaast als vrijwilliger voor de stichting te werken kan ze haar passie, het helpen van mensen, nog steeds realiseren.

Trektocht

Graag willen Astrid en Haaije met de kinderen een trektocht door Zuidelijk Afrika maken, in ieder geval vóór de kinderen het huis uit zijn. Astrid: "Toevallig hebben we dat vanochtend aan de ontbijttafel besproken. Ooit zien we ons ook wel weer in Afrika wonen en werken. Het blijft trekken. Het is ook mogelijk dat we ooit weer in Mongolië terechtkomen. Het is daar zo onvoorstelbaar afgelegen. Fascinerend is het om te zien hoe mensen daar in het leven staan. We hebben nog wel enkele projecten met de stichting voor ogen: de in 2006 geopende kleuterschool is dringend aan vernieuwing en verbouwing toe, en veel steppenomaden hebben dierenstallen nodig ter bescherming van de dieren in de strenge winter. Verder dragen we structureel elk voorjaar bij in de aanschaf van groenten- en graszaden, en ieder najaar geven we een donatie voor medicijnen en vitamines. En misschien gaan we ooit nog eens reizen daarheen organiseren. Plannen te over in ieder geval!"



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 kennismakings-
gesprek 06-13397954 of mail naar info@mooitalent.nl.
Stationsstraat 21a, Oosterhout (GLD)

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

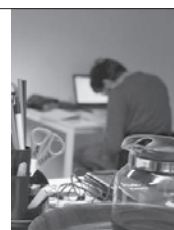
www.studiekunst.nl



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.



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

Single feest voor 45+ Levensmaatje organiseert een feest voor vrijgezellen vanaf 45 jaar. Zin in een avond borrelen, dansen, flirten en kletsen met nieuwe mensen? Kom dan op **9 december 2017 bij Sprok** aan de Waaldijk. Kosten € 10,- inclusief welkomstdrankje, hapjes en lekkere muziek. Aanmelden en informatie bij: info@levensmaatje.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/

Stuurkracht Succesvol Scheiden jouw scheidingscoach voor een stressvrije en respectvolle omgang met je ex-partner. Worstel jij met negatieve emoties en ga je het liefst je ex-partner uit de weg? Wil je greep op je scheiding maar weet je niet hoe? Bel of mail mij voor een gratis verkenning. Wencke Slütter 06-15228832 / wencke@stuurkracht.nl

Vrouwencirkel 'Down to Earth', zaterdag 16 december. Inspiratie voor **de winter**. Rust, verstillig. Welke zaden neem je mee de winter in? Een dag voor jezelf met innerlijk reizen, natuur, winterritueel. Binnen en buiten in de Ooij. Info: rietvanrooij.nl | 024-3229722.

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 Kiebosch 06-15500129.

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.

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

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.

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

Jos Rensen, de goed gestemde pianostemmer is al 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

Je vitaler en energiever voelen? Last van gewrichtsklachten, algehele vermoeidheid, emotionele stress, orgaan-klachten, 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.

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

Dweilband Excel-Lent is op zoek naar 1e en 2e trompettist, trombonisten, saxofonist (alt & tenor) en bekkenist. Wij repeteren op de woensdagavond in sporthal de Spil van 19.00-20.30 uur. Info: Willy Polman, tel. 06-27188291.

Origineel Sint- of Kerstcadeau? Geef een massage cadeau. Leuk om te geven, nog leuker om te krijgen! www.massagepraktijkpantarhei.nl voor sport-, intuïtieve- en ontspanningsmassage. Info, liefst per mail, mieke@massagepraktijkpantarhei.nl of 06-37471979.

Badmintonvereniging 't Pluumke-Lent heeft plaats voor badmintonners. Jeugdleden zijn welkom op dinsdagavond vanaf 18.30 uur in De Spil. Voor senioren hebben we nog plaats op de vrijdagavond vanaf 20.00 uur. Zoek je een leuke sport bij een gezellige vereniging, kom dan badmintonnen bij Bv 't Pluumke-Lent. info: www.pluumke-lent.nl

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



Stoffeeratelier **Geurts**

Stofferen met persoonlijke aandacht

Een meubelstoffeerderij die de naam atelier mag hebben

www.stoffeerateliergeurts.nl
contact@stoffeerateliergeurts.nl
06 16710540

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



IK HEB EIGENLIJK NIET
VOOR DORIS GEKOZEN,
DORIS HEEFT ZELF
ERVOOR GEKOZEN OM
HIER TE WONEN.

Doris, de poes

Een kleine advertentie in dagblad De Gelderlander trok de aandacht. De Lentse Lous Le Loux vroeg een kattenbak omdat ze zich over een zwervende buurkat ontfermd had. Lentse Lucht was nieuwsgierig naar de afloop en zocht Lous op.

“Het ging allemaal geleidelijk. Mijn eigen drie poezen waren alle gestorven van ouderdom toen ik af en toe in onze tuin een witte poes met zwarte vlekken zag. Ik babbelde soms tegen hem en vond hem leuk. In de zomer vond ik hem ineens slapend op de bank in de kamer. Ik kwam er achter dat de poes bij een huis in de buurt hoorde en dat hij Doris heette. Hij was ooit als een klein scharminkeltje in een weiland gevonden. Op een zeker moment verhuisden de baasjes van de poes en drie maanden later verhuisde ik zelf ook. We betrokken dus een ander huis, maar bleven wel in dezelfde buurt wonen. Iedereen had het naar de zin behalve Doris, hij kon niet aarden op zijn nieuwe woonplek. Hij keerde alsmat terug naar de plaats waar hij opgroeide. Daar kon hij lekker struinen door de voor hem bekende tuinen. Op 19 september vond de hele buurt een brief in de bus van de baasjes van Doris met de vraag of er misschien iemand was die de zorg van Doris op zich zou willen nemen. Ik ben toen op de fiets gestapt en in de oude tuin riep ik hem

zoals ik altijd deed: Dóóóris!! Geen reactie. Thuisgekomen riep ik nog eens en toen rende hij zo op me af. En sindsdien woont Doris hier. Ik heb eigenlijk niet voor Doris gekozen, Doris heeft zelf ervoor gekozen om hier te wonen. Er moesten natuurlijk wat spullen komen en ik deed daarom een oproepje in De Gelderlander. Dat leverde 25 telefoontjes op en 20 heel leuke gesprekken, over poezen natuurlijk. Ik kon ook een kattenbak ophalen. Ik had er al een gekregen van de baasjes van Doris, maar ik wilde er graag nog een voor boven. Ook heb ik er nog een reismandje aan overgehouden. In oktober paste ik een week op de poes van mijn dochter in Twello. Gelukkig heeft een buurvrouw die tijd voor Doris gezorgd. Vreemd is wel dat hij die week niet naar buiten wilde. Pas toen ik weer thuis kwam waagde hij zich weer de deur uit. Poezen kunnen niet denken, maar misschien voelde hij instinctief: je weet maar nooit of ik nog naar binnen kan. Doris is een lieve en aanhankelijke poes, hij spint en knort als hij het naar de zin heeft. Ik ben blij met Doris, het is gewoon gezellig met hem. Zijn oude baasje liet nog weten dat ze ook blij is dat Doris zijn plekje gevonden heeft. Zelf zou ik niet zo makkelijk meer voor een huisdier gekozen hebben maar het is grappig dat ik opeens weer een kat heb. Het is goed zo.”

• TEKST JK BEELD LRO

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

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

FORT LENT

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
Bemmeldijk 4
6663 KZ 024 3231746

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

René Derkse

SLAGER TRAITEUR

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

De feestdagen staan weer voor de deur!

**Velen zoeken naar mooie, nieuwe recepten,
anderen herhalen hun topers.**

**Of je nu voor iets nieuws gaat of je favoriete
gerecht, héél belangrijk is de kwaliteit.**

**Wij van Slager Traiteur René Derkse stáán
voor die kwaliteit!**

Bij ons kunt u terecht voor het originele France Limousin rundvlees en het Porc du Grain varkensvlees uit de Limoges, Black Angus rundvlees uit Amerika, vers Hollands lams- en kalfsvlees, scharrelkip Poulet d'Yvonne en volop wild, zoals hertenbiefstuk en hertenfilet, wildzwijnhaas, hazenbout en hazenrugfilet, gevulde parelhoen, konijnenbouten, vers of gebraden, gekonfijte eendenbout en hoenderfilet, wildragout, hazenpeper en hertenstoof uit eigen keuken, boordevol vlees en heerlijk gekruid.

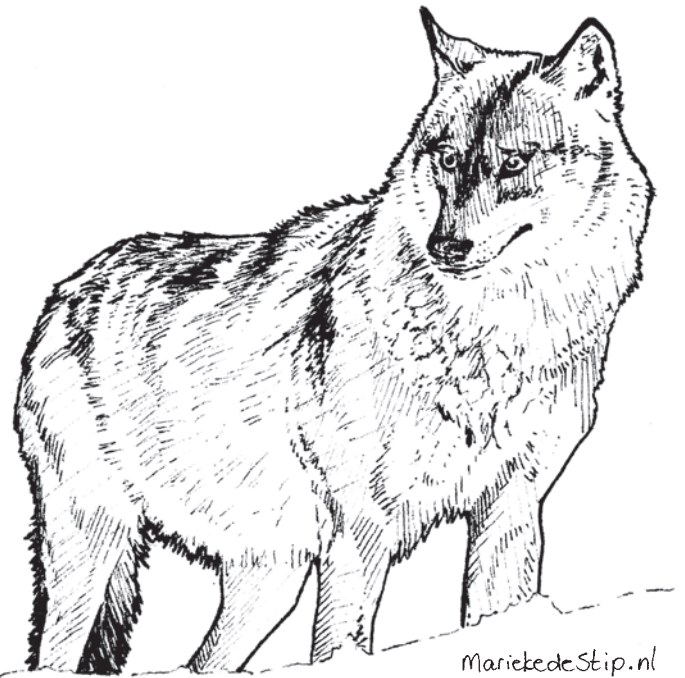
Samen met u zetten we iets moois op tafel!

Wij wensen u hele fijne feestdagen!

Wolven

Iedere keer als er een wolf gesignaleerd wordt in Nederland ontstaat er een hype. Ineens besteden de media veel aandacht aan het fenomeen en de ondertoon is steeds: zijn we nog wel veilig? Een mevrouw uit Arnhem fotografeerde op zondag 15 oktober ergens op de Veluwe een wolf toen ze met haar hond aan het wandelen was. De plek waar de wolf gezien was is niet bekend gemaakt omdat men bang was voor een grote toeloop van nieuwsgierigen, net als een paar jaar geleden toen er een 'poema' gespot was op de Veluwe. Als je een beetje nadenkt zal het in de buurt van Arnhem geweest zijn en volgens de foto op een groot open terrein. Ik gok op het Rozendaalse Veld. Het is een hondenuitlaatgebied, bekend in de hele regio. Honden mogen daar vrijelijk loslopen. Op een willekeurige doordeweekse dag staan er wel vijf busjes van hondenuitlaat-centrales en rennen er wel 30 honden in het veld. Hoe krijg je ze na afloop allemaal weer in de busjes, vraag ik me wel eens af. De foto was inderdaad van een wolf, zo stelden gerenommeerde instituten in Nederland en Duitsland vast.

Deze wolf was ongetwijfeld op zoek naar een plaats om een bestaan op te bouwen. Wolven kunnen zich zomaar 100 kilometer verplaatsen binnen één etmaal. Waarschijnlijk is het een vrouwtje, meestal verschijnen zij als eerste. Later voegt zich een reu bij haar en dan heb je het begin van een roedel. De gespotte wolf komt uit Duitsland. Daar werden rond het jaar 2000 de eerste wolven gezien na een afwezigheid van 150 jaar. Inmiddels zijn er 70 roedels actief, verspreid over het hele land, en hetzelfde geldt voor Frankrijk. We zullen er dus ernstig rekening mee moeten houden dat de wolven zich blijvend in Nederland gaan vestigen. Onderzoek heeft uitgewezen dat er plaats is voor 250 wolven, afgaande op de beschikbare ruimte en voedsel. Ze zullen vooral snoepen van edelherten, wilde zwijnen en reeën met als toetje hazen, konijnen en fazanten. En ja, in enkele gevallen zullen ze een keer een schaap pakken. De pakkans voor schapen is terug te brengen tot nul als er schrikdraad om de percelen wordt aangebracht.



Het zou goed zijn als de wolf zich hier blijvend zou vestigen. In de eerste plaats is het een toppredator die zieke en afwijkende prooien pakt en op die manier populaties van grote dieren gezond en levensvatbaar houdt. In de tweede plaats is het mooie en spannende dier een enorme publiekstrekker en in die zin goed voor het toerisme. Misschien kan de wolf de Amsterdamse binnenstad ontlasten als buitenlandse toeristen in elektrische treintjes wolvenroedels gaan opzoeken. Het gevaar voor mensen is verwaarloosbaar, want als er één dier is met risicomijdend gedrag dan is het de wolf wel. Je hebt niets van ze te duchten als je ze niet opjaagt of voert. We kennen allemaal de nare verhalen die we als kind over de wolf te horen kregen, zoals het sprookje van Roodkapje. Het punt met de wolf is dat hij een groot imagoprobleem heeft - maar dat zegt meer over ons dan over de wolf.

• TEKST JOHANNES ILLUSTRATIE MVS

Lentse Lucht

WIJ ZIJN OP ZOEK NAAR MANNEN EN VROUWEN DIE ALS:

- (freelance) schrijver
- vormgever / opmaker

een bijdrage willen leveren aan de inhoud en opmaak van de Lentse Lucht. Iets voor jou? Neem dan contact met ons op via redactie@lentselucht.nl



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

René Lamers

Denk je eens in: je wordt geconfronteerd met het feit dat je spraak gaat haperen en je je motoriek steeds minder onder controle hebt. Je staat middenin het leven, de medici staan voor een raadsel. Het overkwam René Lamers (53). Hij schreef er een boek over: 'Niet duwen'. Het is duidelijk dat ik op het goede adres ben in de nieuwe wijk De Stelt: op de oprit staat een mooie driewieler. Hiermee kan René, nog altijd sportman in hart en nieren, zich goed verplaatsen.

Hoe kwam je tot de ontdekking dat er iets mis was?

"Toen we vier jaar geleden op vakantie in Indonesië waren en ik tijdens het remmen met de mountainbike viel. Er waren al eerder signalen geweest, maar die had ik lachend weg-gewuifd. Het kostte me namelijk steeds meer moeite om goed te praten. Mijn woorden kwamen met een dubbele tong mijn mond uit, alsof ik dronken was. Ook kostte het me steeds meer moeite om goed te lopen, waardoor het nog meer leek of ik te diep in het glaasje keek."

En dan?

"Na die vakantie toch maar eens langsgegaan bij de huis-arts, waar ik eigenlijk nooit kwam. Die verwijst je door naar een specialist en dan begint de medische molen te draaien. Diverse onderzoeken heb ik ondergaan en diverse veronderstelde diagnoses te horen gekregen, van MS tot ALS. Uiteindelijk luidde de diagnose 'cerebellaire ataxie' ofwel een hersenaandoening in de kleine hersenen. Maar hoe en wat precies is tot op de dag van vandaag onduidelijk."

Je leven wordt op zijn kop gezet?

"Gelukkig ben ik optimistisch van aard en heb ik door al die onderzoeken en ziekenhuisbezoeken gezien dat het altijd nog erger kan. Ik kan nog een heleboel wel, al is het frustrerend als een kuur of behandeling toch weer op niets uitloopt. Mijn eigen bedrijf, een adviesbedrijf voor gemeentes in sport en beweging in Ede, heb ik moeten opgeven. Ik fietste twee keer per week naar mijn werk, was gewend om te tennissen en te golfen. Nu ben ik arbeidsongeschikt en meestal thuis; vooral omdat het allemaal veel energie kost. Mijn kracht is niet afgenomen, maar mijn coördinatie wel. Als je tegen mij aanloopt, val ik zo om. Vandaar de titel van mijn boek 'Niet duwen'."

Waarom ben je gaan schrijven?

"Alhoewel het me veel moeite kost - met twee vingers typen - had ik zoiets van: misschien heeft iemand anders nog iets aan deze informatie. Het is ook een manier van verwerken. In twee maanden tijd was het boek een feit. Het is uitgegeven bij Boek-Scout en via hun website te bestellen voor € 18,99. Rijk word ik er niet van, want ik krijg maar 10% van de verkoopprijs. Verwacht niet dat ik nog meer ga schrijven, want zo is het mooi geweest. Hooguit één reden om nog een boek te schrijven: als er een behandeling gevonden is, waardoor mijn aandoening tot stilstand gebracht of genezen kan worden. Hoewel het soms frustrerend is, blijf ik een optimist en draag ik humor hoog in mijn vaandel."



Een laatste vraag: hoe bevalt het jou in Lent?

"Vanwege mijn aandoening zijn we vanuit Nijmegen vorig jaar naar een patiowoning hier in Lent verhuisd. Mijn vrouw, Jacqueline, is makelaar en wist zodoende wat er allemaal gebouwd ging worden. De dochters zijn inmiddels het huis uit, waardoor we ook wat dat betreft kleiner konden gaan wonen."

Als ik afscheid neem, geeft René mij een exemplaar van zijn boek mee. Het is een reis door de medische wereld en gaat daarnaast over de invloed die zijn ziekte heeft op zijn leven. Ik hoop van ganser harte dat René in de (nabije) toekomst zijn tweede boek kan schrijven