

Lentse Lucht

Maandelijks uitgave
voor en door Lentenaren

FEBRUARI 2018
jaargang 21

2

JEUGDPRINS EN ZIJN GEVOLG

GEVEN HET KIKKERGAT KLEUR



LENTSE OEVERSPLEN |
5

LIEFDE VOOR NEPAL |
14-15

CAFÉ ETEN & DRINKEN |
21

Belangrijke rol voor Jeugdprins Naud d'n Vrolijkerd tijdens het carnaval in Lent

Wie de jeugd heeft, heeft de toekomst. Naast Prins Carnaval Impie d'n Grabbelaar van carnavalsvereniging 't Durstige Bluumke is met carnaval ook de jeugdprins met zijn pages actief. Lentse Lucht sprak met jeugdprins Naud Hendriks (10 jaar), ofwel Naud d'n Vrolijkerd.

"Het begon allemaal drie jaar geleden, toen mijn vriend Mark me vroeg om bij de jeugdraad te komen. Dat heb ik toen gedaan", vertelt Naud. Het carnaval is Naud met de paplepel ingegeven. Oude fotoalbums worden tevoorschijn gehaald. De carnavalsoptochten van de afgelopen jaren in Lent passeren de revue. We zien Naud in 2013 op de sprookjeswagen, verkleed als Joris de Draak. In 2014 deed hij mee als piloot met de loopgroep 'De Piloten' van carnavalsvereniging 'Als een Balletje', voortgekomen uit leden van voetbalclub DVOL (inmiddels opgeheven, JK). De laatste keer deed Naud mee in 2017 in de loopgroep 'Kikkerdril'. De groep was verkleed als legerkikkers met een knipoog naar het echte leger, waar het drillen van de manschappen dagelijks kost is. Naud is dus met het carnaval opgegroeid en ziet ieder jaar weer uit naar het carnavalsfeest. Ook zijn jongere broertje Stan zit al in de jeugdraad. Naud wordt ondersteund door zijn pages Madelif van Woezik (9 jaar) en Juul van Dorland (9 jaar). De pages zijn klasgenootjes van Naud uit groep 6 van de Geldershofschool. Hij heeft ze zelf uitgekozen. Verder heeft Naud veel steun van Thijs Altena (12 jaar). Thijs is al twee jaar president van het jeugdcarnaval en heeft zodoende veel ervaring.

Hoogtepunten

"Het mooiste vind ik het uitreiken van de carnavalsonderscheidingen. Ik heb er 130 laten maken. Er staat een teken van een clown op, mijn naam en de namen van de beide pages. Ieder die ik er een wil geven ontvangt een onderscheiding. Zo krijgen alle leden van de jeugdraad er een. We gaan in Nijmegen op bezoek bij kinderen met een verstandelijke beperking. Dat doe ik al twee jaar en met één van de kinderen, Melvin, heb ik een speciale band gekregen. Hij krijgt zeker een onderscheiding. En we gaan naar St. Josef, waar we ook onderscheidingen uitreiken", vertelt Naud enthousiast. Daarnaast bezoekt de jeugdprins met zijn gevolg de Lentse basisscholen.

Hobby's

Naud zit al vier jaar op voetbal bij DVOL. "Ik speel in het E6-elftal als spits. Doelpunten heb ik nog niet gemaakt, want we moeten elke keer tegen sterkere E1-elftallen spelen. Maar ik leer er wel veel van." Verder speelt modelbouw met lego een belangrijke rol in zijn leven. Een hele kamer is ingericht als bouwplaats voor Naud en Stan. Naud: "Sinds mijn tweede jaar speel ik met lego. Van Star Wars ben ik een grote fan." Trots laat Naud een enorm ruimteschip zien dat hij onlangs bouwde. Voorlopig blijven de legoblokjes in de kast, want carnaval krijgt even voorrang!

• TEKST JK BEELD LR

Coverfoto v.l.n.r.: Juul van Dorland (page), Naud (Hendriks) d'n Vrolijkerd (Prins), Madelif van Woezik (page), Thijs Altena (President)

HET MOOISTE VIND IK
HET UITREIKEN VAN DE
CARNAVALSONDSCHIEDINGEN



INFORMATIE & COLOFON

SLUITINGSDATUM KOPIJ: 8 FEBRUARI 2018

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:** 4.200 ex.



Opsporing verzocht

De politie vraagt uw aandacht voor het volgende:

Wie herkent deze vreemde vogel? Hij leeft zeer verborgen en zijn aanwezigheid is vaak alleen door het horen van de roep vast te stellen. Het mannetje laat vooral 's nachts zijn tweelettergrepige 'kreks-kreks' horen. Rank postuur met een lange nek, als een ral. Opvallend lange poten, die hij laat hangen bij opvliegen uit vegetatie. Kenmerkende roodbruine bovenzvleugels, vooral in vlucht opvallend. Buik, borst en hals zijn blauwgrijs. Deze vreemde vogel is al geruime tijd niet meer waargenomen boven Lent. Er zijn sterke aanwijzingen dat hier sprake is van een misdrijf. Heeft u de afgelopen tijd nog het karakteristieke 'kreks-kreks' gehoord, neem dan alstublieft contact op met politie Gelderland-Zuid, Stieltjesstraat 1.

Dan nu aandacht voor een cold case. U ziet hier een oude foto van deze vermiste middelgrote steltloper met vrij lange rode poten en een rode basis van de vrij korte snavel. De opvallende brede witte achterrand van zijn vleugels onderscheidt hem in de vlucht van gelijkende soorten. Zijn meest gebruikte roep is een karakteristiek, vloeiend tju... of tju-lu-lu... Zijn roep is echter allang niet meer gehoord boven Lent. De politie Gelderland-Zuid wordt er tureluurs van en heeft de zoektocht gestaakt. Als u toch informatie heeft over deze steltloper, wendt u zich dan tot Peter R. de Vries. Wilt u meer weten over deze geheimzinnige vermissingen en vele andere misdrijven? Lees dan verder op pagina 27...

• TEKST MB ILLUSTRATIE MVS (REFERENTIE: MARIAN SCHELLEKENS EN HELEEN VAN VELZEN)



mariedestip.nl

CULTUUR

Denk mee, doe mee, praat mee **en win een subsidie**

De provincie Gelderland is via het platform 'Denk mee, doe mee, praat mee' op zoek naar vernieuwende ideeën op het gebied van cultuur en erfgoedparticipatie. De activiteiten, waar subsidie voor beschikbaar is, moeten mensen stimuleren in hun vrije tijd zelf kunst/cultuur (dans, muziek of urban art) te maken of iets met erfgoed (archeologie, storytelling of tradities) te doen. Deelnemers krijgen hulp van coaches uit de culturele sector en van medewerkers van de provincie Gelderland om hun idee om te zetten in een projectvoorstel. Inwoners van Gelderland worden uitgenodigd om mee te denken. Als het idee is omgevormd tot een projectvoorstel kunnen inwoners stemmen of het idee €10.000 subsidie waard is. Heb je een idee? Start dan met het maken van een projectpagina. Deze pagina is voor iedereen zichtbaar. Als het voorstel klaar is en ingediend, mag er (binnen een termijn) gestemd worden. Bij 75 stemmen ontvangt de initiatiefnemer € 10.000. Per jaar zal

aan ongeveer 30 projecten subsidie verleend worden. Meer informatie? <https://www.gelderland.nl/cultuur-en-erfgoed>

Uitvoeringen toneelvereniging 'Nieuw Leven' Lent
Toneelvereniging 'Nieuw Leven' speelt de klucht 'Bed, Bad en Brood' in de Open Hof, Pastoor van Laakstraat 40 op vrijdag 23 en zaterdag 24 februari (aanvang 20.00 uur) en op zondag 25 februari (aanvang 14.00 uur). De zaal is een uur van tevoren open. Reserveren is noodzakelijk en kan online via www.toneelnieuwlevenlent.nl vanaf dinsdag 6 februari of telefonisch bij Carla den Hartog op de dinsdagen 6, 13 en 20 februari tussen 18.00 en 20.00, tel. (024)3225748. Bent u rolstoelgebonden dan kunt u een plaats vooraan reserveren. De klucht gaat over Annelies, beheerder van de daklozenopvang. Haar zus Margot wil bewijzen dat ze het best een dag volhoudt in de opvang en sluit daar een weddenschap over af. Gemeenteambtenaar Van Dijk heeft andere plannen

met de opvang en laat een collega 'undercover' zijn ogen en oren de kost geven om malafide praktijken aan het licht te brengen. En een broer van medewerker Cora wordt uit zijn huis gezet. Waar kan hij terecht? Intriges, misverstanden en doldwaze acties zorgen voor hilarische momenten!

Spelender Grijs in St. Jozef
Klassieke muziek lijkt iets uit de tijd van oude mannen met witte pruiken, lange mantels en klavecimbels. Dit beeld klopt echter niet. Nog steeds wordt er fantastische klassieke muziek gemaakt. Componisten die mooie klassieke pianomuziek maken en spelen zijn bijvoorbeeld Giovanni Allevi en Ludovico Einaudi. Op woensdag 7 februari van 19.00-20.00 uur is er een uitvoering van Spelendergrijs, een orkest bestaande uit studenten die d.m.v. activiteiten contact met ouderen willen leggen. Niet alleen bewoners van Woonzorgcentrum St. Jozef, ook buurtbewoners zijn welkom. De kosten zijn € 5,- inclusief koffie en/of thee. Lentse Schoolstraat 29.

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**

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

Grifdijk Zuid 137, 6663 BE Lent/Nijmegen

www.zoevers.nl

BY ILSE

S C H O O 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

Toekomst **Lentse Oeverspelen** onzeker?

De Lentse Oeverspelen trekken ieder jaar duizenden belangstellenden uit Lent en wijde omgeving. Het wordt steeds lastiger de eindjes aan elkaar te knopen. Lentse Lucht sprak met werkgroepleden Ben Brouwer en Marcel Smeeman om te onderzoeken hoe de Oeverspelen voor de toekomst veilig gesteld kunnen worden.

Hoe zijn de Oeverspelen begonnen?

“Het is eigenlijk een voortzetting van de festiviteiten die georganiseerd werden rond het 800-jarig bestaan van Lent in 2005. Er werd een werkgroep ingesteld die tot taak kreeg de Oeverspelen jaarlijks op de eerste zondag van september te organiseren in de weilanden tussen de Waalbrug en de spoorbrug. Doel was aanvankelijk het verbinden van de inwoners van Lent. De Waalsprong was in volle gang en er heerste nogal wat onvrede bij een aantal Lentenaren vanwege de annexatie van Lent door Nijmegen. De Oeverspelen moesten oude en nieuwe Lentenaren met elkaar in contact brengen, zodat er meer begrip over en weer zou ontstaan. De contacten via supermarkt, sportclubs of schoolplein waren te vluchtig om dit doel te bereiken. Overigens weten ook inwoners van Oosterhout, Nijmegen Noord en Nijmegen de Oeverspelen steeds beter te vinden.”

Waren de Oeverspelen elk jaar een succes?

“Het succes hing heel sterk af van het weer. Soms was de wind zo sterk dat de tenten bijna omvergeblazen werden. We hebben daarvan geleerd; tegenwoordig hakken we de knoop zaterdagochtend pas door op basis van de weersverwachting. In het begin waren we minder gericht op kunst. Lentenaren die hun zolder wilden opruimen konden hun spulletjes op de Oeverspelen verkopen. Later kwam de kunstmarkt hiervoor in de plaats. Daarvoor werd het festivalterrein uitgebreid met de toegangsweg en de Oosterhoutsedijk. Kunst paste precies bij de doelstelling van de Oeverspelen: ieder kon zijn kunst laten zien aan andere Lentenaren. Dat gold ook voor het Open Podium, dat er bij de allereerste editie al was. Ook vinden we kinderactiviteiten belangrijk. Als je kinderen kunt trekken, trek je ook de ouders. Vorig jaar organiseerden we tien workshops zoals zang, dans en schminken, waar zo'n vijfhonderd kinderen aan deelnamen.”

Waardoor wordt voortzetting van de Oeverspelen bedreigd?

“De gemeentelijke subsidies lopen jaar na jaar terug, we krijgen nu bijna niets meer. Er is geen financiële ruimte meer om nieuwe dingen te organiseren. Met de verkoop van taarten en loten, en dankzij de Vrienden van de Oeverspelen, konden we afgelopen jaar het hoofd nog net boven water houden. Als het zo blijft zou 2017 wel eens de laatste keer kunnen zijn geweest en dat zou bijzonder jammer zijn. Wat we dringend nodig hebben zijn mensen met fantasie en nieuwe ideeën die onze werkgroep willen komen versterken. Vooral mensen die ons de weg kunnen wijzen naar nieuwe subsidies of naar nieuwe sponsors zijn meer dan welkom. We zijn als werkgroep een beetje vastgelopen en iedereen met enthousiasme en hart voor de Oeverspelen kan zich bij ons aansluiten. We willen de duizenden bezoekers van de afgelopen jaren van dit kleurrijke gratis festival niet teleurstellen!”

Aanmelding is mogelijk via het contactformulier op www.oeverspelen.nl

• TEKST JK BEELD LR





LLTV

Bij onze vereniging kan iedereen terecht, van beginner tot gevorderd, voor tennisles, competitie en toernooien maar vooral voor gezellig sportief samenzijn.
Voor meer info: info@lltv.nl

Te koop

Lent
Turennensingel 96






Perfect gelegen, dichtbij de uiterwaarden en het gezellige centrum van Nijmegen, in een jonge en geliefde wijk, een heerlijke, ruime middenwoning in een rij van drie woningen. Deze woning heeft vier slaapkamers, een zonnige tuin en een heerlijk groot dakterras met prachtig, vrijblijvend uitzicht aan de voorkant van de woning.

Voor meer informatie over deze woning of aan- en verkoopbemiddeling van woningen in Lent kun je contact opnemen met:
Buiten makelaars en taxateurs, Edith Piafstraat 110, 6663 MA Lent
I: www.buiten.nu -- E: info@buiten.nu -- T: 024-3888958

VBO MAKELAAR

Buiten
 meer dan makelaars



**Motivation gets you started,
 Do The Extra Mile keeps you going.**

Doe mee met Bootcamp,
 Baby&Fit of Buggy-Bootcamp
 Ook voor herstel-massages.

www.dotheextramile.com / 06 45 45 81 78




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
--	--

Geen angst en stress, dat zou fijn zijn: **Brambell** deel 1



De 'vijf vrijheden van Brambell', wie kent ze niet? Iedereen toch? Hmm... ik ben bang van niet, hoewel de wet die vertelt hoe wij met onze dieren moeten omgaan, gebaseerd is op deze vijf vrijheden. Dieren hebben het recht om:

- Vrij te zijn van honger en dorst
- Vrij te zijn van ongemakken door een niet geschikte leefomgeving
- Vrij te zijn van ongemak door ziekte of pijn
- Vrij te zijn van angst en stress
- Vrij te zijn om normaal gedrag te vertonen

Dit is - en was - niet altijd vanzelfsprekend. Nog niet zolang geleden gaven dierenartsen bijvoorbeeld alleen pijnbestrijding tijdens een operatie, en werd er geen pijnmedicatie meegegeven voor de eerste dagen na de operatie. Nu weten we gelukkig beter en geven we pijnstillers mee. Pijnbestrijding

verhandeld, vaak via Nederland, of aan broedfokkers, waar de honden in grote schuren in kleine vieze hokken dicht op elkaar zitten, vaak geen goede en stabiele start voor een pup. Dit alles heeft daadwerkelijk invloed op de hersenontwikkeling en levert vaak angst en problemen op in de toekomst.

Angst kan zich ook opbouwen. Zo kan een visite aan de dierenarts met het jaar meer problemen geven. Vroeger dachten we dat we dit maar gewoon moesten accepteren, even door de zure appel heen bijten. Maar we zien dat dit leidt tot het vermijden van een bezoek aan de dierendokter. Met de nodige gevolgen vandien. Daarnaast zijn gedragsproblemen de meest voorkomende argumenten voor euthanasie. Kortom, genoeg reden om dieren te trainen hoe om te gaan met angsten en onzekerheden, zodat ze een veilige en stabiele toekomst kunnen hebben. Ook wat dit betreft zijn het net mensen.

• TEKST HANS DEKKER ILLUSTRATIE HS

De sportinstuif in De Ster

Donderdag 28 december vond in De Ster een sportinstuif plaats. Zeventig kinderen in de leeftijd van 5 t/m 9 jaar deden mee. De groepen werden ingedeeld per leeftijd en elk half uur werd er van sport (tennis, floorball, volleybal, badminton en handbal) gewisseld. De kinderen hebben niet alleen kennis kunnen maken met deze sporten, maar ook gemerkt hoe leuk en gezellig het is om met andere kinderen samen te bewegen.

• BEELD TON SERRARENS





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



Lotte van der Kleij

Zang- en Theaterschool Lent

In september 2017 zette Lotte van der Kleij haar eigen zang- en theaterschool op, en met succes! Pas 22 jaar en net afgestudeerd aan de opleiding Muziektheater aan het ArtEZ Conservatorium in Arnhem, geeft ze zang-, theater- en musicallessen aan alle leeftijden, starters, gevorderden en talentgroepen. Lentse Lucht wilde er meer van weten en sprak met haar.

Wanneer ontstond je liefde voor zang en theater?

“Lang geleden, toen ik als klein meisje op balletles ging. Later ging ik op zangles en heb ik in een bandje gespeeld. Op mijn dertiende deed ik auditie voor een musicalschool in Amsterdam. Ik werd aangenomen en heb tot mijn zeventiende in verschillende producties gespeeld. Jaarlijks deden we in de Randstad een kleine toer van dertig voorstellingen en daar werd ik zó gelukkig van! Toen wist ik het: dit wil ik gaan doen. Ik deed de vooropleiding en studeerde later af aan het ArtEZ Conservatorium in Arnhem, waar ik ben opgeleid als muziektheaterdocent, maker en uitvoerend artiest.”

Hoe kwam je op het idee om een zang- en theaterschool te beginnen?

“Vlak voor ik met de studie begon dacht ik: ‘Het is heerlijk om zelf te spelen, maar het lijkt me fantastisch om mijn passie over te kunnen brengen op andere mensen. Hoe mooi zal het zijn als ik meer mensen hiermee gelukkig kan maken!’ In het derde jaar van mijn studie had ik mijn educatieve stage. Daarnaast gaf ik les op verschillende scholen. Ik vond dat waanzinnig leuk en merkte al gauw dat ik meer wilde.

Ik ging me steeds meer bezighouden met de organisatorische kant en ontwikkelde een eigen visie. Die visie wilde ik projecteren op mijn lessen en zo ontstond het idee om een eigen zang- en theaterschool te beginnen. Ik woonde toen al in Lent en dacht: waarom niet hier?! Na wat marktonderzoek besloot ik ervoor te gaan. Ondernemen zit bij ons in de familie. Het bloed kruipt dus waar het niet gaan kan.”

Wat is je doelgroep?

“Mijn doelgroep is vrij uiteenlopend en van jong tot oud. Wie geïnteresseerd is in zang- en theaterles is van harte welkom. Ik werk met verschillende docenten, zodat ik lessen in alle disciplines en voor alle leeftijden kan aanbieden. Zo start ik per 1 januari 2018 met een groep voor peuters: kinderen van 2,5 tot 4 jaar. Voor deze groep is actrice Eva Jonker(!) aangenomen als musicaljuf. Eva Jonker heeft in verschillende kindervoorstellingen gespeeld, waaronder ‘Peppa Pig, de grote plons’. Vanaf januari komt ze bij ons musicallessen geven aan de kleinsten!”

Wat is je ultieme doel?

“Mijn grote droom is een veilige thuisbasis creëren met een eigen identiteit, waar mensen ongenoeërd zichzelf kunnen zijn: een warme plek waar iedereen zich welkom voelt. In een eigen pand dus. Daar ben ik naar op zoek. Mocht iemand nog iets weten of suggesties hebben, dan zou ik heel graag met diegene in contact komen.”

Voor meer informatie zie: www.lottenvanderkleij.nl

• TEKST MICHELLE SMELTINK BEELD LR



**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:

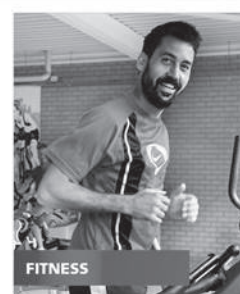
trampolines, vijvers, kabels, leidingen, rioleringen en funderingen uitgraven. Ook het egaliseren, bestraten, spitten en frezen van uw tuin.

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 Bommel!**



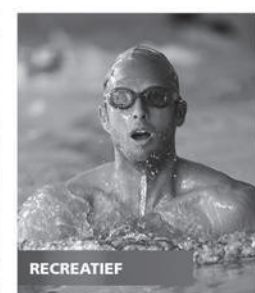
FITNESS



KNUFFELZWEMMEN



ZWEM-ABC



RECREATIEF



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

Spreekuur 'Uit elkaar'

Vanaf 30 januari 2018 kunt u elke dinsdagmiddag tussen 13.30 en 14.30 uur terecht bij het spreekuur 'Uit elkaar' bij Stip Noord in Thermion Lent. Dit spreekuur wordt uitgevoerd door twee maatschappelijk werkers en is een samenwerking van Stip Noord en Sociaal Wijkteam Noord. Het gaat om informatie en advies rondom vragen bij problemen in de relatie, uit elkaar gaan of scheiden. U kunt denken aan vragen als: Hoe maken we afspraken over de kinderen? Hoe krijg ik mijn leven weer op de rit? Hoe zit het met de financiën, het wonen en passende hulp.

Dierenpark De Kleine Kern Lent

Wij danken alle mensen die geld hebben gestort in de collectebussen van het dierenparkje. De totale opbrengst is € 733,40. Riet Jansen (voorzitter).

BINDKRACHT10: een nieuwe naam voor een nieuw begin

In het vorige nummer is aan de fusie van de welzijnsstichtingen Het Inter-lokaal & Tandem al aandacht besteed. De naam 'BINDKRACHT10' was toen nog niet officieel bekend. Deze symbolische naam verwijst naar een nieuwe wind en naar de toenemende behoefte aan onderlinge verbinding. In 2018 zullen oude merknamen, logo's en huisstijlen geleidelijk worden vervangen en websites en contactgegevens aangepast.

Damesgilde Lent

Damesgilde Lent is er in geslaagd om de cabaret/zanggroep 'Kneut' uit te nodigen voor een gezellige carnavalsavond op dinsdag 6 februari. Aanvang 20.00 uur. Accommodatie: Het Plein, Lentse Schoolstraat 29. Ook introducees zijn van harte welkom. Entree € 8,- inclusief koffie en drank.

Online cursussen van de bibliotheek

Ben je lid van Bibliotheek Lent, dan kun je gebruik maken van de gratis cursussen van de Online Bibliotheek, waar en wanneer je wilt. Zoek je een cursus time-management, solliciteren, Engels, Duits of Frans? Bekijk dan het complete aanbod op www.obgz.nl

Open atelier Crea Forma in 'De Ster'

Heb je zin om samen met anderen te schilderen, te boetsen of keramiek te maken? Iedere vrijdag van 15.00-17.30 uur zullen in De Ster in lokaal 1.49 de schildersezels klaar staan en kan er gebruik gemaakt worden van een klei-oven. Hieraan zijn geen kosten verbonden. Je bepaalt zelf het onderwerp en neemt jouw eigen materiaal mee. Kom vrijblijvend bij ons binnenlopen om kennis te maken. Aanmelden kan bij Wim, 06-41721189.

Sensor zoekt luisterhelden

Er bellen steeds meer mensen die een luisterend oor zoeken naar Luisterlijn Sensor. Bijvoorbeeld omdat de mantelzorg zwaar valt, ze eenzaam zijn of pijn, verdriet of zorgen voelen. Een vrijwilliger luistert, denkt mee en zoekt mee naar oplossingen. Vaak helpt een luisterend oor iemand al verder en is er geen professionele hulp meer nodig. Ook kan Sensor een aanvulling zijn op de (professionele) hulp die iemand al krijgt. Sensor Nijmegen verzorgt voor nieuwe vrijwilligers een training. Daarin oefenen ze gespreks- en luistervaardigheden via telefoon en chat. Professionele begeleiders geven training en advies bij de gesprekken. Op 2 maart 2018 start een nieuwe training voor vrijwilligers. Geïnteresseerden kunnen zich melden via www.sensor.nl/vrijwilligerswerk. Bellen voor een anoniem gesprek kan naar 0900-0767 en chatten of mailen via www.sensor.nl

Duurzaam leven in Lent

Voor het Nijmeegse Green Capital-jaar zijn Challenges gestart en hierbij willen we ook Lentenaren betrekken. Alle challenges zijn te vinden op: www.greencapitalchallenges.nl. Kijk bijvoorbeeld eens naar de challenge met appeltaartgesprekken, waarbij buurtbewoners samen met een energiecoach hun energierekeningen bekijken en adviezen krijgen. De energiecoach neemt de appeltaart mee en de bewoners hun energierekening. Wil je meer weten, neem dan contact op met Jan van der Meer tel. 06-53225254 of Elma Vriezেকolk tel. 06-49871449.

Help Voedselbank Nijmegen

Ook dit jaar hielden de regiogemeenten samen met ARN en Dar een inzamelactie in december en kwamen veel mensen in actie voor de voedselbanken. Ze zamelde maar liefst 55 dozen aan houdbaar voedsel in. Tip: help het hele jaar door, want je helpt niet alleen een ander, maar voorkomt ook voedselverspilling. Meer informatie hierover vindt u op: www.voedselbankennederland.nl
De inzamelactie van de Lionsclub van DE-punten voor koffie voor de voedselbank is ook een succes geworden. Alleen al uit Lent zijn er 80.753 punten binnengekomen, goed voor 160 pakken koffie! Alle gevers hartelijk dank!

Ring-Ring op de fiets voor Warmoes!

Door te fietsen met de app 'Ring-Ring' steun je goede doelen. Historische Tuinderij Lent wil graag dat iedereen op de fiets naar de Warmoes komt, maar mist nog een goede fietsenstalling. Met 'Ring-Ring' kunnen fietsers bijhouden welke afstand zij afleggen. Nijmegen doneert per gefietste kilometer een bedrag tussen de 2 en 5 eurocent. Als je de app 'Ring-Ring' downloadt en op 'sensing' zet, fiets je ook voor Warmoes. Wordt er gefietst in de wijk waar Warmoes ligt, dan tellen deze kilometers mee. Is er 15.000 km gefietst, dan ontvangt Warmoes € 500,- van de gemeente Nijmegen voor het maken van een fietsenstalling, die zeker van pas komt, want binnenkort openen we ons nieuwe tuincafé! Iedereen die 100 km fietst, ontvangt van ons een gratis kopje koffie als het tuincafé klaar is.

Muziekvereniging

St. Theresia Lent

Tijdens het Nieuwjaarsconcert op zondag 14 januari in de Maria Geboortekerk presenteerde Muziekvereniging St. Theresia Lent haar nieuwe naam:

Het Lents Orkest.

Samen met Multiplex en o.l.v. dirigent Jeroen Geurts werden prachtige klassieke en moderne blazerssymfonieën op indrukwekkende wijze uitgevoerd. Een orkest waardig.



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

Grifdijk Zuid 125, 6663BD Lent

Telefoon 024-3888645

www.chinees-lentplaza.nl

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



Lent Plaza

4 gangen keuzemenu

Van € 21,95

Voor € 17,95

Tegen inlevering van deze advertentie

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

Vrijdag 2 februari
Kindertheater Pat en Pet (2+)

Locatie: Bibliotheek in De Ster
Queenstraat 37b, tijd: 15.00-15.30 uur,
kosten: leden € 3,- overig € 4,-


Vrijdag 2 februari
Theatersport/improvisatie door BinnensteBuiten

Locatie: De Kleine Wiel, Karl Marxstr.
101. Aanvang: 20.00 uur, kosten € 5,-

Dinsdag 6 februari
Damesgilde carnavalsavond met cabaret/zanggroep 'Kneut'

Locatie: Het Plein, Lentse Schoolstr. 29
Aanvang: 20.00 uur, kosten € 8,-

Donderdag 8 februari
Wijkraadvergadering

Locatie: De Ster, Queenstraat 37b
Aanvang: 20.00 uur

Zaterdag 10 februari
Carnavalsoptocht Lent

Start: 13.45 uur Turennesingel
Info: www.durstigebluumke.nl
en facebookpagina

Vrijdag 23 en zaterdag 24 februari
Toneelvereniging 'Nieuw Leven'

Klucht 'Bed, Bad en Brood'. Locatie:
De Open Hof. Aanvang: 20.00 uur.
Reserveren: 024-3225748

Zondag 25 februari
Toneelvereniging 'Nieuw Leven'

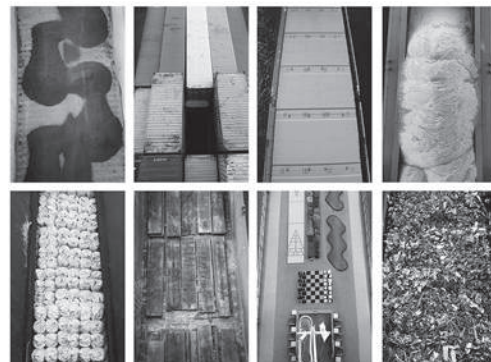
Klucht 'Bed, Bad en Brood'. Locatie:
De Open Hof. Aanvang: 14.00 uur.
Reserveren: 024-3225748



DE ACTUELE AGENDA: WWW.LENTSELUCHT.NL

'Take me to the river'

Het begint in het voorjaar van 2016. Ik fiets van Lent over de Waalbrug naar mijn studio in Nijmegen. Ik wil mijn nieuwe camera met zoomlens testen en stop midden op de brug om een naderend schip te fotograferen. De boeg met het opspattende water en de naam van het schip op de zijkant in dezelfde kleur als het dek komen op me af. En ik kijk. De lading met geel zand, de kajuit van bovenaf, de auto, de sloep, de scooter en veel schuim en golven. Ik sta perplex van de schoonheid van het beeld: de vorm, de kleuren, de symmetrie en de structuren zijn als een abstract schilderij. Zo dichtbij, maar nooit eerder gezien.



Sindsdien hang ik dagelijks over de reling om de schepen op de Waal recht van boven te fotograferen. Als ze op me afkomen, van richting Rotterdam, is het eenvoudig om het midden van het schip te bepalen. Komen de schepen uit Duitsland, van mijn rugzijde, dan wacht ik in spanning. Nog iets verder buig ik over de reling. Waar en wanneer komt de neus van het schip in beeld? De Waal is een drukke rivier. Soms varen er meerdere schepen naast elkaar. Dan is het rennen om op tijd te zijn voor het ultieme shot. Zonder vooropgezet plan of duidelijke structuur ben ik beelden gaan verzamelen. Hoewel ik nog dagelijks op de brug naar verrassingen loer, heb ik besloten dat de verzameling compleet is.

Expositie in de Bastei

Na jaren van hard werken is de historische bastei in volle glorie hersteld en zelfs verder uitgebreid tot een avontuurlijk pand. Eindelijk wordt het resultaat opengesteld voor het grote publiek. Er is meteen groots uitgepakt met de expositie en boekpresentatie van de Nijmeegse fotograaf Paul Breuker, 'Take me to the river', op 12 januari. In De Bastei beleef je hoe de rivier stad en natuur verbindt. 'Take me to the river' presenteert een creatieve interpretatie van die verbinding. Wanneer je deze enorme kunstwerken ziet, deel je de verwondering. Zo dichtbij, maar nooit eerder gezien. De foto-expositie is te zien van 19 januari t/m 11 maart 2018. De Bastei is gevestigd aan Waalkade 83-84 in Nijmegen, tel. 024-3297070 en is dagelijks geopend van 10.00 tot 17.00 uur. Kijk voor meer informatie en tickets op www.debastei.nl. Het boek 'Take me to the river' is te bestellen via www.paulbreuker.nl

• TEKST & BEELD PAUL BREUKER



Liefde voor Nepal

Veel mensen met een succesvolle baan komen er ineens achter dat er toch iets essentieels ontbreekt. Weinigen durven vervolgens hun leven een andere wending te geven en uit hun comfortzone te stappen. Lentenaar Bouke Lolkema (51) deed dit wel. Lentse Lucht sprak met hem.

Wat is je achtergrond?

“Na de middelbare school heb ik de officiersopleiding aan de Koninklijke Militaire Academie in Breda gevolgd. Ik kwam terecht bij de Landmacht en werkte daar bij de Technische Dienst als ICT-officier. Na wat omzwervingen kwam ik terecht in Nijmegen en ik woon sinds 2001 in Lent. Tien jaar geleden ging ik als projectmanager bij een bedrijf werken. Ruim twee jaar geleden ben ik van het ene op het andere moment gestopt. Mijn lijf gaf een meer dan duidelijk signaal: ‘of jij stopt, of ik stop’. Ik koos voor de eerste optie. Aanvankelijk heb ik een tijd rust genomen en daarna heb ik mijn huis verbouwd. De grote vraag was toen: ‘wat wil ik nu verder met mijn leven?’ Het antwoord wist ik eigenlijk al, want toen ik op één van mijn vele reizen in Nepal was, maakte ik een buitengewoon zware aardbeving mee die het hele land ruïneerde. Ik zat op dat moment met een groepje toeristen vast in een afgelegen berggebied en wierp me op als leider. Later, terug in Nederland, dacht ik: nu weet ik wat ik wil, mensen Nepal laten zien!”

Wil je iets meer vertellen over die aardbeving?

“Op het moment van de aardbeving, 25 april 2015, zat ik samen met negen toeristen en vijftien sherpa's precies in het epicentrum, in een smalle bergkloof. Het geluid was oorverdovend, vergelijkbaar met de start van een jumbojet. Grote brokstukken vielen links en rechts van ons naar beneden, voor en achter ons ontstonden scheuren in het aardoppervlak en vielen mensen om. Ik dacht dat de wereld instortte en wachtte tot het licht uitging. Gelukkig raakte niemand noemenswaardig gewond. Toevallig waren we allemaal bij elkaar omdat het net lunchpauze was. Dat was stom geluk. Alle paden waren weggeslagen, zodat we niet voor- of achteruit konden. De verbindingen met de buitenwereld waren verbroken, maar gelukkig waren er twee Zwitsers met een satelliettelefoon. Ik kon met die telefoon vrijwel meteen

bellen met het reisbureau en vanuit Nepal is vervolgens een reddingsactie opgezet. We werden met twee helikopters opgehaald. Ze pasten maar net in de kloof en konden op een klein postzegeltje landen. Via een jaargenoot van de KMA kon ik regelen dat we vanaf de hoofdstad Kathmandu snel het land konden verlaten. De sherpa's bleven in de bergen achter, maar na tien dagen kregen we gelukkig het bericht dat het ze gelukt was de kloof op eigen kracht te verlaten. Die aardbeving eiste ongeveer tienduizend slachtoffers.”

Hoe is je liefde voor Nepal ontstaan?

“In 1992 maakte ik een rondreis door Azië, twee weken India en twee weken Nepal. In Nepal waren we twee dagen vrij en toen trok ik samen met een reisgenoot de bergen in en overnachtten we in een klein tentje. Op dat moment besefte ik al: dit wil ik. Pas acht jaar later besloot ik een echte trekking te doen in Nepal. Vanaf die trip was ik helemaal verknocht aan het land en ik maakte sindsdien ieder jaar wel één of twee reizen naar Nepal, variërend van twee tot zes weken. Tussendoor bezocht ik ook nog andere landen als Groenland, Spitsbergen en Namibië. Toch boeide Nepal me het meest. Wat me vooral fascineert is dat de mensen daar zo authentiek zijn. Ze zijn helemaal zichzelf, veel meer dan hier. De dragers kijken je recht in de ogen en voelen zich gelijkwaardig aan ons. Ze zijn bijzonder trots op wat ze hebben. Als ik bijvoorbeeld een foto wilde maken van een schamel huisje ging de vrouw des huizes er trots voor staan. Ze haalde zelfs haar man van het land om mee te poseren, zo maakte ik mee. Tenslotte zijn de mensen dankbaar voor je aanwezigheid en wensen ze je oprecht het beste toe. Vordat een taxichauffeur bijvoorbeeld een brug over rijdt voert hij een klein ritueel uit om de gunst te vragen veilig aan de overkant te komen. Voor hemzelf en de passagiers.”

DIT IS HELEMAAL WAT IK WIL, **MENSEN NEPAL LATEN ZIEN** |



Pag. 14: Uitzicht vanuit de tent op 8.000 meter hoge bergen.

Pag. 15, van boven naar beneden:

- Bouke op een bergpas.
- Twee jonge tijgers in Bardia (West Nepal).
- Op 6.000 meter hoogte onderweg naar een pas.
- Yaks in Dolpo (Noord Nepal).

Wat is je ambitie?

“Ambitie is een woord uit het managersjargon. Het is niet van toepassing op mij. Ik sta open voor wat er op me af komt. Ik sta vooral open voor mensen die ik tegenkom. We krijgen ongemerkt veel aanwijzingen van mensen of van de natuur om ons heen. Ik weet niet waar ik over een jaar sta. Het kan best zijn dat ik dan iets totaal anders doe. Als er signalen komen heb ik daar serieuze aandacht voor. De aardbeving was voor mij zo’n signaal: hoewel ik op dat moment dacht dat het afgelopen was, ervoer ik volledige overgave. Degene die mij coacht zei tegen me: ‘De aardbeving heeft jou gebracht dat je dichterbij jezelf gekomen bent. Er is een last van je afgevallen.’ Toen ik na mijn ontslag tot rust gekomen was, ben ik als zzp’er in mijn oude vakgebied verder gegaan. Daarnaast werk ik aan een toekomst waarin Nepal een rol speelt. Graag wil ik bijzondere reizen organiseren waarbij fotografie, wildlife en coaching centraal staan. Veel mensen met een drukke baan als manager kunnen baat hebben bij een coachingsreis met mij. Gewone reisbureaus zijn er al genoeg; ik wil reizen organiseren met een toegevoegde waarde. Vaak gaat bij managers de persoonlijke ontwikkeling niet gelijk op met de carrièreontwikkeling. Door mensen uit hun comfortzone te halen komen er vanzelf essentiële vragen naar boven zoals: ‘Wat wil ik met mijn leven’ en ‘Past het wel echt bij mij wat ik nu doe?’ Ik ben er van overtuigd dat wanneer mensen terugkomen van zo’n reis, ze een veel duidelijker beeld hebben gekregen van zichzelf. Ze weten dan echt wat ze willen. Met heel veel vreugde en energie heb ik de afgelopen periode een website (www.lolkemaadventures.com) gemaakt. Wat zou het mooi zijn als ik het organiseren van bijzondere reizen zou kunnen combineren met mijn passie voor Nepal.”

• TEKST JK & MVS BEELD ARCHIEF BOUKE LOLKEMA





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 nekkklachten
- spijsverteringsklachten
- natuurlijk afvallen
- voedingsadvies
- begeleiding bij kanker



Schoolstraat 25 in Lent
024-3888802 / 06-16642789

WWW.NATUURGEEESKUNDE-VANLEENDERT.NL



taxidewaalsprong@gmail.com
www.taxidewaalsprong.com

WWW.OPSLAGGELDERLAND.NL

OPSLAG GELDERLAND SELF STORAGE



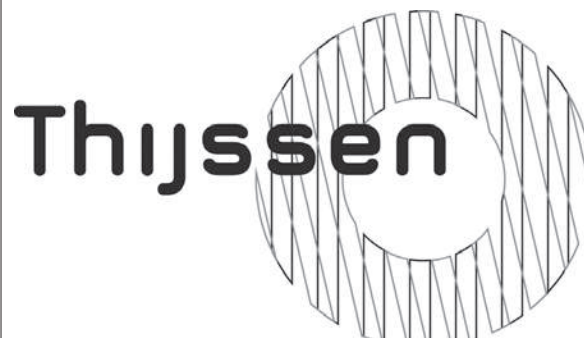
OPSLAG GELDERLAND
GROOTHANDELSWEG 6
6515 AJ NIJMEGEN-NOORD
024 348 20 01
INFO@OPSLAGGELDERLAND.NL



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

Ons dorpje is anno 2018 uitgegroeid tot een fors dorp, waar het prettig toeven en wonen is. Het jaar 2018 begon met een paar zeer stormachtige dagen, die je doen beseffen dat de natuur invloed heeft op onze veiligheid. Het hoge water maakte duidelijk dat de Spiegelwaal buiten de recreatieve functie ook een veiligheidsfunctie heeft. Het zou mooi zijn als we ook nog een vorstperiode krijgen. Ik herinner me dat we begin jaren zestig over de dichtgevroren Waal naar Nijmegen konden lopen en op de ondergelopen uiterwaarden konden schaatsen. Zou dat op de Spiegelwaal in de toekomst ook mogelijk zijn? Zou er dan koek en soepie zijn? Dat brengt me op het idee om de Lentse Warande, die langs de Spiegelwaal

loopt, wat gezelliger te maken. Buiten de boompjes die er zijn gepoot, zou wat meer aankleding met kioskes en kleinschalige horeca niet verkeerd zijn. Dan wordt het een echte flaneerdijk met prachtig uitzicht op de oude stad. En zouden hier ook niet wekelijks wat marktactiviteiten kunnen plaatsvinden? Zoals kunstenaars, sieradenmakers en andere ambachtslieden die hun zelf-gemaakte spullen aanbieden? Andere steden met hun oevers aan rivieren weten hoe ze hun stad nog aantrekkelijker en gezelliger kunnen maken. Loop maar eens langs de Seine in Parijs of de Donau in Wenen. De oudste stad van Nederland verdient een flaneerzone. Ook de jaarlijkse Lentse Kermis zou hier wellicht haar plaats kunnen vinden.

Enfin, mijn fantasie gaat met me op de loop. De realiteit is vaak wat grilliger. Een van mijn wensen, voordat ik de voorzittershamer overdraag aan iemand van de jongere generatie, is dat het tunneltje onder de spoordijk weer open gaat. Het heeft voor alle Lentenaren een meer dan monumentale waarde. Zeker wanneer het in de toekomst zorgt voor een verbinding van het oude Lent met de nieuwe wijk Hof van Holland. Kortom: er zijn nog mogelijkheden genoeg om met de genoemde spots meer te doen dan nu het geval is. Hebt u ideeën? Graag verneem ik die, om ze vervolgens met de gemeente of met Rijkswaterstaat te bespreken.

Ton Pennings (voorzitter Wijkraad Lent)

DUURZAAM LEVEN

Een Buurtschuur in Lent!

Wist u dat een boormachine tijdens zijn levensduur maar gemiddeld 16 minuten gebruikt wordt? En dat er nog veel meer gereedschap is waarvoor dit geldt? Niet alleen zonde van de aanschafkosten, maar ook zonde van de grondstoffen en energie die bij productie en transport verspild worden. Niet erg duurzaam dus. Maar wij willen een oplossing creëren. Simpel en binnen handbereik. De Buurtschuur: een plek om gereedschap te delen met je buurtgenoten.

Wie zijn wij?

Sinds kort wonen wij, de Nijmeegse Stadsnomaden, in Lent. Wij zijn een woongroep die staat voor een duurzame en verbonden wereld. Voorheen woonden wij bij Park Brakenstein en organiseerden daar buurt evenementen. In Lent zouden we ook graag weer een verbindende rol willen vervullen en laten zien dat een duurzamere levensstijl écht mogelijk is. Om deze doelen te bereiken zijn we onder andere een Buurtschuur aan het opzetten: een plek waar de inwoners van Lent gereedschap kunnen delen met elkaar, dan hoeft niet iedereen alles persoonlijk aan te schaffen en dan besparen we energie, kosten en opslagruimte thuis. We hebben gemerkt dat daar in Lent interesse voor is.

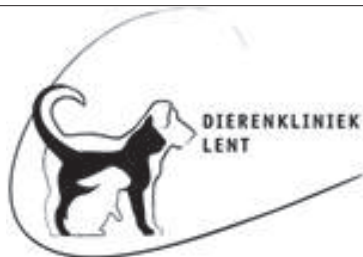
Hoe doen we dat?

We doen dit samen met u. Samen hebben we toegang tot meer gereedschap en kort gebruikte spullen en samen zorgen we op die manier voor een duurzamere wereld. Wij zijn al bezig met de plaatsing van een schuur op het terrein van de Stadsnomaden. Als er genoeg deelnemers zijn en er genoeg spullen beschikbaar worden gesteld, kunnen we snel van start gaan! De bedoeling is dat deze schuur één keer per week geopend zal zijn. Van de deelnemers vragen we een klein bedrag om de kosten van het initiatief te dekken. Zo kunnen we nieuw gereedschap aanschaffen en gereedschap dat stuk gaat repareren.

Wie doen mee?

Bent u geïnteresseerd? Geef u om duurzaamheid, hebt u ook zoveel ongebruikt gereedschap liggen of zou u het super vinden als u geen dure gereedschappen meer hoeft aan te schaffen, maar gewoon kan lenen? Doe dan ook mee. Voor meer informatie en een inschrijfformulier kunt u mailen naar destadsnomaden@gmail.com tnv Tieu van Gulick.





Februari de maand van het gebit
"Zorg voor uw dier,
zorg voor zijn gebit".

In Februari **gratis** gebitscontrole
10 euro korting op de
behandeling van het gebit
van hond, kat of konijn.

Dierenkliniek Lent

Laauwikstraat 20 Lent T. 024 360 64 22

h Installatiebedrijf
Hans van 't Hullenaar bv

NEFIT
Vaillant
INTERGAS
CR remeha

**CV ketels
al vanaf
€ 1.445,-**

Informeer ook naar onze onderhoudsabonnementen

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

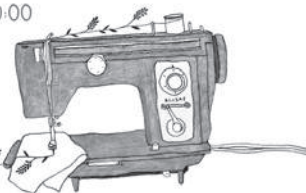
De Houtakker 12, Bommel \ Tel (0481) 461 656
info@hullenaar.nu \ www.hullenaar.nu

**Hans van 't Hullenaar bv - Bommel
DUURZAAM**

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

Edith Piafstraat 110c 1e Lent

Nijmegen-Noord

Voortgang wijkplannen 2017 | 2018

Oosterhout Ressen | Lent Ressen



► Beste bewoner van Nijmegen-Noord

Met plezier bied ik ook dit jaar de voortgangsbrieven over het wijkplan 2017/2018 aan. Samen maken we onze stad steeds mooier, daar ben ik trots op. In 2017 hebben velen van u meegedacht en (mee)gewerkt aan de inrichting van uw wijk. U kunt op het kaartje zien wat we in 2017 samen bereikt hebben.

In 2018 gaan we de website nijmegen.nl/mijnwijkplan verder uitbreiden. Hier kunt u meebepalen hoe het wijkbudget in uw wijk wordt besteed en uw wensen en ideeën voor de openbare ruimte plaatsen. We bekijken dan met u en andere wijkbewoners hoe we dit uitwerken en uitvoeren. De gemeente ondersteunt u daarbij graag.

Is er iets kapot, vuil of niet in orde in uw wijk? Meld dit ons dan via de vernieuwde Meld & Herstelapp of de website Nijmegen.nl.

Hartelijke groet,



Renske Helmer-Englebert
Wethouder Openbare Ruimte

Als wijkregisseur openbare ruimte voor Nijmegen Noord ben ik uw aanspreekpunt als het gaat om het beheer en onderhoud van de openbare ruimte. Het is belangrijk dat we er samen voor zorgen dat de openbare ruimte schoon, heel, veilig en voor iedereen goed toegankelijk is.

Graag ga ik samen met u aan de slag met uw initiatieven voor het verbeteren van de openbare ruimte. U weet tenslotte als geen ander wat er in uw leefomgeving speelt.

Goede plannen ondersteunen we graag. Ik nodig u daarom van harte uit om mee te doen en mee te denken en uw plan of idee op nijmegen.nl/mijnwijkplan te plaatsen. In deze brief kunt u lezen wat we in het afgelopen jaar samen in uw wijk hebben gedaan en wat we het komende jaar van plan zijn.

Hartelijk bedankt voor uw aandacht en inzet voor uw wijk en woonomgeving. Ik hoop dat u ook dit jaar weer meedoet.



Hartelijke groet,

Carline Westen
wijkregisseur openbare ruimte
Nijmegen-Noord

Contact

Kleine gebreken of klachten over onderhoud kunt u direct doorgeven met uw smartphone via de **Meld&HerstelApp** of via tel. **14 024**. Heeft u wensen of ideeën voor de openbare ruimte in uw wijk kijk dan op nijmegen.nl/mijnwijkplan. Andere vragen kunt u mailen naar c.westen@nijmegen.nl of bel **024-329 9336**.



Nijmegen





Een kijkje in Café Eten en Drinken

Vlak voor de feestdagen is in het voormalige 'Altijd Lente', op de hoek van de Laauwikstraat en de Lentse Schoolstraat, 'Café Eten en Drinken' geopend. Het is nog vroeg in de ochtend en al gezellig druk als Lentse Lucht wil meegenieten van de gastvrijheid van deze nieuwe Lentse ondernemer. Michiel Houkes, de initiatiefnemer van Café Eten en Drinken, is geboren in Millingen en is na zijn Vwo-diploma gaan werken als accountmanager bij een Nederlandse brouwerij. Tweeëneenhalf jaar geleden nam hij het besluit zelf een café te beginnen in Nijmegen-Oost. Het dynamische en uitgebreide concept van Café Eten en Drinken sloeg aan en dus is de volgende stap gezet: een tweede café in Lent.

Waarom koos je voor Lent?

Michiel Houkes: "Ik heb hier veel contacten en elke keer als ik in Lent ben, valt me op hoe leuk het dorp is. Je proeft cohesie en sfeer, maar ook zie ik hoe weinig (horeca) voorzieningen er in zo'n groot dorp zijn. Toen ik hoorde dat 'Altijd Lente' wilde stoppen, heb ik er niet lang over na hoeven denken om het succesvolle concept van Café Eten en Drinken hier naar toe te brengen."

Wat maakt dit concept zo succesvol?

"De combinatie van een café waar je binnen kunt lopen, gezelligheid vindt en ook nog kunt ontbijten, lunchen of dineren tegen schappelijke prijzen slaat aan. Iedereen is de hele dag welkom, ook kleine groepen, maar we geven geen besloten partijtjes. Dat we laagdrempelig zijn en vanaf 10.00 uur tot minimaal 24.00 uur open zijn, wordt gewaardeerd. Alleen op maandag zijn we dicht. Toch is een succesvol concept niet voldoende. We moeten ook kwaliteit leveren. We hebben vier beroepskoks en acht personen in de bediening die ervoor gaan."

Heb je ook specifieke menu's?

"We zijn een café en hebben een uitgebreide drankenkaart met warme dranken, fris, sappen en alcoholische dranken. Aan de tap kan een biertje gedronken worden. Er is keuze uit 7 tapbieren en 18 bieren op fles. We bereiden seizoensgerechten, vegetarische gerechten, kleine gerechten en hapjes. Op de kaart staan niet alleen gevarieerde ontbijten en lunches, maar ook voorgerechten, ovenschotels, spare-ribs en maaltijdsalades. En met allergieën en diëten houden we op verzoek natuurlijk rekening."

Wordt jouw bedrijf een echte Lentse onderneming?

"Dat ben ik wel van plan. Het café staat midden in de wijk en is laagdrempelig, ik hoop echt dat Café Eten en Drinken wat kan toevoegen aan de Lentse gemeenschap. We hebben al twaalf afwassers uit Lent kunnen werven. Daarnaast ben ik lid van de Ondernemersvereniging geworden. Ik wil actief deelnemen aan Lentse activiteiten, zoals de Vierdaagse, Carnaval en Green Capital. Die contacten zijn al gelegd."

Het jaar 2018 lijkt goed begonnen. Het is een en al bedrijvigheid in Café Eten en Drinken. Iemand zit met koptelefoon op geconcentreerd achter een laptop te werken en te genieten van een ontbijt. Bij het raam zitten een opa en oma met kleinkinderen een gebakje te eten en aan de grote ronde tafel zitten wandelaars zich moed in te drinken voordat ze de kou ingaan...

• TEKST LSO BEELD MJ

HET CAFÉ STAAT MIDDEN IN DE
WIJK EN IS LAAGDREMPELIG



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

29

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

DANKBETUIGING

Wij willen iedereen bedanken voor de mondelinge en schriftelijke steunbetuigingen bij het overlijden van onze vader, schoonvader en opa, **The Janssen**. Dit heeft ons allen goed gedaan in deze periode. Stefan, Donic en Ellen - Lindi en Pleun, Anthony en Christel - Daan, Cas en Thijs.

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

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/
Bridgeles? Bel Pierre Coehorst 024-3232829.

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 grip op je scheiding maar weet je niet hoe? Bel of mail mij voor een gratis verkenning. Wencke Slütter 06-15228832 / wencke@stuurkracht.nl

Woonruimte gezocht, huur. Voor een Canadese collega van Artsen zonder Grenzen zoek ik woonruimte in Lent e.o. per maart 2018. Uit de aard van haar werk zal ze langere periodes in het buitenland zijn. Voor tussenliggende periodes zoekt zij een pied à terre in Nederland. Huur rond de € 600,-. Reacties graag naar dezaakdeblonde@live.nl

Rebalancing: breng helderheid in je hoofd door middel van aandacht! **Onderzoek je gevoelens en emoties** waardoor je je patronen kunt leren herkennen en er meer helderheid in jou komt! Laat je (aan)raken, zodat spierspanningen kunnen oplossen en je beter contact kunt maken met je lichaam! Info: www.rebalancing-nu.nl of bel 06-13713117.

Tips & tricks nodig voor **meer flow tussen jou en je kind, partner of collega?** Geweldloze communicatie transformeert. Meer weten? Email NVC-trainer Renske op vragen@drivetolife.nl of bel 06-43033221. Kijk ook eens op 'Aanbod' bij www.drivetolife.nl

Zeemanskoor 'Schip Ahoy' in woonzorgcentrum St. Jozef. Wanneer: woensdag 7 maart 19.30 uur. Waar: Lentse Schoolstraat 29, Lent. Kosten: € 7,50 inclusief koffie/thee en een drankje. Ook buurtbewoners zijn welkom.

Volleybal op woensdagavond van 21.00-22.00 uur in De Spil. Welke dame of heer heeft ook zin? Wij zijn een sportieve en gezellige recreantengroep van middelbare leeftijd en op zoek naar teamgenoten. In de zomer spelen we ook regelmatig beachvolleybal. Info: wilma&josbuurman.nl

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.

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

Je vitaler en energiever voelend? Last van gewrichtsklachten, algehele vermoeidheid, emotionele stress, orgaan-klachten, rugklachten, hoofdpijn, of wil je 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.

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/afspraak: 06-44338221, hellavandonk@outlook.com

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

Wil je graag op **pianoles**: ik heb nog een paar plaatsen vrij in Lent, maar ook in Oosterhout/Nijmegen Noord. Kijk voor meer info op www.beadejong.nl of stuur een mailtje naar info@beadejong.nl

15.000 m² woonplezier onder één dak.



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

**ELKE
ZONDAG
OPEN!**

Jansen
totaal wonen

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



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

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.

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 16.00 uur
Za: 08.00 tot 16.00 uur

Green Capital 2018

Nijmegen is in 2018 het hele jaar lang European Green Capital, oftewel dé groene hoofdstad van Europa. Om Nijmegenaren en Lentenaren te betrekken bij deze bijzondere titel organiseert Green Capital Challenges uitdagingen waar iedereen aan mee kan doen. Je kunt niet meer met goed fatsoen denken dat duurzaamheid alleen voor bepaalde types is weggelegd. Circulaire economie is hot, tweedehands kleding kopen is hip en restjes voedsel weggooien kan echt niet meer. Duurzaamheid gaat verder dan zonnepanelen of elektrisch rijden. Ook in Lent zijn er volop mogelijkheden en je hoeft het echt niet allemaal zelf te bedenken, we helpen je een handje. We zijn nog steeds op zoek naar vrijwilligers en het zou fantastisch zijn als je je wilt aansluiten bij één van de lopende thema's en je burens wilt activeren en mobiliseren. De thema's worden hieronder kort behandeld.

Circulaire economie: Gebruik afval opnieuw als grondstof. Word gebruiker in plaats van eigenaar (bijvoorbeeld wasmachine leasen).

Afval: Nog beter dan afval scheiden is het minder produceren van afval. Er zijn vele goede mogelijkheden om dat te doen.

Biodiversiteit: De diversiteit aan planten, bomen, dieren en ecosystemen vormt de basis van een gezond en prettig leefklimaat in onze stad.

Mobiliteit: We kunnen het bestelverkeer slimmer organiseren en genieten van soepele doorstroming, betere gezondheid en verkeersveiligheid.

Duurzame evenementen: Nijmegen is een evenementenstad en bij veel evenementen staat duurzaamheid hoog in het vaandel.

Energie-opwekking: We willen zorgen voor versnelling en voor innovatie, onder andere door iedereen te helpen om van grijze naar groene stroom over te stappen.

Zorg en bewegen: gezonde voeding als medicijn en het bevorderen van bewegen zijn essentieel. Zo blijft ook voor onze kinderen de zorg betaalbaar.

Water: Nevengeul 'De Spiegelwaal' is het grootste klimaatadaptatieproject van Nederland.

Energiebesparing: We gaan voor een groene make-over van vele Nijmeegse woningen.

Voedsel: Samen eten én gezond eten, restjes benutten in plaats van weggooien.

Eerlijke handel: Eerlijke lonen, eerlijke werkomstandigheden, lokaal inkopen, eerlijke kleding en nog veel meer!

Sociale duurzaamheid en co-creatie: Er zijn veel manieren om samen in de wijk het gesprek over duurzaamheid te voeren. Wat kun jij zelf doen?



Speel je al mee met Dé Groene Prijsvraag?

Omdat we je ook de mogelijkheid willen bieden dit jaar in de prijzen te vallen, hebben we Dé Groene Prijsvraag in het leven geroepen. In 2018 gaan we vijf keer een nieuwe prijsvraag lanceren. De eerste staat nu online tot 15 februari. Daarna kun je vanaf 1 maart meespelen met de volgende ronde. Wij adviseren je elke ronde mee te spelen, want dan maak je vaker kans op de hoofdprijzen die we aan het einde van het jaar mogen uitdelen, onder andere een elektrische scooter of drie maanden gratis rijden in een BMWi3. Wie wil dat nu niet? Ga naar www.degroeneprijsvraag.nl om mee te doen.

Wil je meer weten over de challenges?

Kijk dan op de website www.greencapitalchallenges.nl.

Wil je weten wat de gemeente voor Lent in petto heeft?

Ga dan naar www.greencapital2018.nl.

• TEKST MARGOT RIBBERINK 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
Bemmelsedijk 4
6663 KZ 024 3231746

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



OSTEOPATHIE L E N T

Voor wie is osteopathie?

Voor iedereen, van baby tot volwassene.

Welke klachten behandelt de osteopaat?

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| * Rug- en nekklachten | * Huilbaby |
| * Migraine, hoofdpijn | * Reflux |
| * (vage) Buikklachten | * Voorkeurshouding |
| * Vermoeidheid | * Darmkrampjes |
| * Etc. | |

Gestigd op de Frankrijkstraat 141

Geregistreerd bij NRO en NVO.

Check bij uw zorgverzekeraar voor vergoeding.

Bel vrijblijvend voor meer informatie
024 - 20 30 216

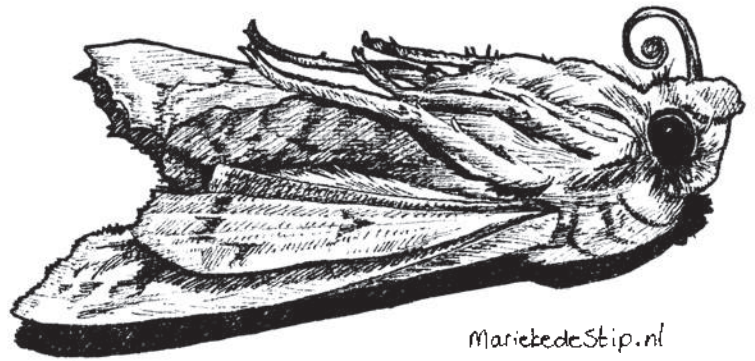
of kijk op www.osteopathie-lent.nl

Natuur in de knel

Nu uit een Duits onderzoek bekend is geworden dat de insectenstand schrikbarend teruggelopen is, zijn veel natuurorganisaties in rep en roer. Zo vermeldt Vogelbescherming Nederland in haar nieuwsbrief dat, gekoppeld aan de vermindering van insecten, ook de vogels het zwaar te verduren hebben. Nog niet zo heel lang geleden wemelde het hier achter de dijk van veldleeuweriken, kieviten, kemphanen, grutto's en tureluurs. Zelfs de kwartelkoning liep hier jarenlang rond. Inmiddels is het stil in het voorjaar, ze zijn er niet meer. Deze teruggang is niet fragmentarisch voor Lent en Bemmelt, maar geldt voor heel Europa. Sinds 1980 zijn er in Noordwest-Europa 421.000.000 vogels verdwenen. 421 miljoen! Eén van de oorzaken is dat de insectenstand met 76% achteruit is gegaan. En insecten vormen juist het vogelvoer waarmee de meeste jonge vogels worden grootgebracht, ook de zaadeters.

We kennen allemaal de discussies over de dioxinen, die de tapijten in de duinen hebben weggevaagd, en over de neo-nicotinoiden, bekend van de massale bijensterfte, die de insectenetende vogels danig hebben gedecimeerd. Daar komt nog bij, dat recent onderzoek heeft uitgewezen dat door kalkgebrek in de bossen eierschalen en pootjes van nog niet uitgevlogen zangvogels spontaan breken. Wellicht boeit het bovenstaande veel mensen nauwelijks. Feit is echter dat, als vogels er nu al last van hebben, wij als mensen ook aan de beurt gaan komen. Daar kun je gif op innemen. Dat is geen prettig vooruitzicht. Waarschijnlijk is het aftakelingseffect al aan de gang zonder dat we het zelf doorhebben.

Ook het Wereld Natuur Fonds (WNF) trekt aan de bel. In het radio-natuurprogramma Vroege Vogels deed Natasja Oerlemans van het WNF uit de doeken wat er moet gebeuren om het tij te keren. In Nederland moet weer meer biodiversiteit komen. Vanuit de overheid is tot nu toe uitsluitend ingezet op schaalvergroting in de landbouw. Bloemrijke slootranden, heggen, hoogstamboomgaarden en kruidenrijke overhoekjes zijn opgeofferd aan de productie. Vanuit Europa gaat er jaar-



lijks 750 miljard euro naar boeren en bedrijven. De oorsprong hiervan ligt in de zestiger jaren, toen de toenmalige Euro-commissaris Sicco Mansholt zich zorgen maakte over honger in Europa. WNF heeft laten uitzoeken waar de subsidies in Nederland naar toe gaan. Die bleken vooral terecht te komen in gebieden met de meeste bio-industrie, zoals West-Brabant en de Gelderse Vallei. Daar komt nog bij dat 80 procent van de hier geproduceerde producten naar het buitenland gaat. Vervolgens blijven wij zitten met een gigantisch mestoverschot en een verziekte en uitgeputte bodem door het forse gebruik van kunstmest en pesticiden. Oerlemans pleitte ervoor de subsidies niet meer te gebruiken voor een hogere productie, maar ze te benutten om boeren te stimuleren milieuvriendelijker te werken. Economisch gezien een lastige keuze. Een melkveehouder krijgt nu gemiddeld 22.000 euro per jaar en een akkerbouwer zelfs nog meer. Het is moeilijk deze verworvenheid op te geven, maar aan de andere kant heeft ons nageslacht ook niets aan een uitgeputte bodem zonder vlinders en vogels. Het roer moet om, zoveel is duidelijk. Er is wel een lichtpuntje: in het regeerakkoord staat dat de inkomstenondersteuning van boeren vervangen zou moeten worden door het stimuleren van duurzaamheid. Een schone taak voor minister Carola Schouten.

• TEKST JOHANNES ILLUSTRATIE MVS (REFERENTIE: ANGELA ROMEJN)



Huis verkopen of kopen in Lent?

Onze makelaar Mandy Boekhorst woont in Lent en vertelt graag vrijblijvend over onze succesvolle aanpak.

024-8457440 | www.inbeeldmakelaardij.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

Daniëlle van Reen

Naast het feit dat Daniëlle van Reen (40) uit Lent ruime werkervaring heeft in de activiteitenbegeleiding en in de kinderopvang, beschikt ze over een creatieve geest en bruist ze van energie. Haar laatste product is een door haar geïllustreerd meezingboek voor kinderen, 'Dag Eigenwijsje'.

Hoe komt iemand ertoe om kinderboeken te gaan illustreren?

"Het is iets wat ik als kind eigenlijk al wilde en het kwam bij toeval op mijn pad. Ongeveer vijf jaar geleden werd mij gevraagd om illustraties te maken voor het boek 'Ziza Zen'. Daarna heb ik de tekeningen voor 'Keesje' gemaakt. En het laatste door mij geïllustreerde boek is 'Dag Eigenwijsje'. De totstandkoming van zo'n boek kost zeker drie jaar. Verder maak ik op verzoek geboorte- en trouwkaartjes, maar ook flyers."

Werd je voor het illustreren van dit boek gevraagd?

"In het geval van 'Dag Eigenwijsje' was het meer een idee van oud-collega en vriendin Ise Tonn en mij samen. Ise is zangeres en schreef de teksten van de liedjes, waar ik dan de tekeningen bij bedacht. De lijntjes met de drukker zijn in dit geval kort, omdat haar man bij Pluryn werkt en op die manier connecties met drukkerij Nezzo heeft. Daardoor hebben we voor een groot deel zelf de layout en afwerking kunnen bepalen. Het bijzondere is, dat ik in eerste instantie het cd-boek ging illustreren. Omdat het makkelijker is om van groot naar klein te werken, vanwege de details, heb ik de opzet wat groter en in het vierkant gemaakt. Zo ontstond het idee om het in boekvorm uit te geven en niet op cd-formaat. De cd is in de binnenkant van het boek geplaatst. Er staan elf liedjes op. Ise schreef per maand één liedje. Al met al heeft het vijf jaar geduurd tot het boek af was, omdat wijzelf en de meewerkende muzikanten het allemaal naast onze baan deden en er geen deadline was."

Op jouw website zie ik dat je nog veel meer doet...

"Klopt. Ik heb sinds een jaar een eigen atelier, de Puzzelboom, waar ik creatieve workshops geef voor kinderen op maandag- en woensdagmiddag van 15.00 tot 16.30 uur. Ik werk vanuit een verhaal dat ik voorlees, waarna de kinderen met allerlei materialen iets gaan maken. Het is erg leerzaam, omdat ze ontdekken hoe je materialen gebruikt, wat je ermee kunt, en daarnaast ontwikkelen ze hun creativiteit. Ook is het mogelijk om een kinderfeestje hier te vieren. Men kiest dan vooraf een sprookje en een daaraan gerelateerde activiteit. Natuurlijk ontbreken cake en limonade niet. Sinds kort ben ik voor volwassenen ook workshops aan het organiseren. Elfenhuisjes maken en 'servies tekenen' behoren tot de mogelijkheden. Mijn laatste experiment is het geven van een workshop 'schatgraven', die ik samen met Irma Oostelbos van Irma Kindercoaching geef. O ja, wat ik ook nog doe: iedere derde donderdagmiddag van de maand geef ik een workshop in de Kinderboekwinkel in Nijmegen."

Nog even terug naar 'Dag Eigenwijsje'.

Hoe kunnen mensen aan het boek komen?

"Het ligt sowieso in meerdere winkels zoals Blixem, de Kinderboekwinkel en De Regenboog. Net als mijn twee vorige boeken ligt het ook bij 'Geknipt voor uw Tuin'. Het boek kost € 14,95 en heeft bij de eerste druk een oplage van 2500 exemplaren. Ook is het te bestellen via www.facebook.com/DagEigenwijsje."

En, smaakt het naar meer?

"Jazeker, de vierde gaat er vast en zeker komen!"

• TEKST ANNE-RIE BUS BEELD MJ



Info:

Atelier de Puzzelboom
www.puzzelboom.jimdo.com
www.facebook.com/puzzelboom

**JAZEKER, DE VIERDE
 GAAT ER VAST EN
 ZEKER KOMEN!**