

LENTSE

BUCHT

Ouijs en de dualiteit
Bruis in de dorpschuur
Feestgedruis bij DVOL
Thuis in Sprokkelenburg

Aan Lentse Lucht werken mee



Hans Dekker



Gerco Hiddink



Henry Jansen



Janneke Jansen



Marc Jeuken



Joop Koopman



Floris van de Laar



Marijke Munnichs



Marloes Müller



Paul Reuling



Lenny Rijken



Brigitte Rutten



Marieke van Stippent



Karin Veenendaal



Jorg Verweij



Gabi Verzuu



Marion Zwart



Praktijk Grondsteen Verlies- en rouwbegeleiding

Praktijk Grondsteen biedt begeleiding aan volwassenen bij verlies van naasten, werk of gezondheid

Paulo Kessler

Baumgartenstraat 31 6663 LH Lent

0642859318 | 0243550562

praktijkgrondsteen.nl

Minigraver



www.minigraverhetzand.nl

Flexibiliteit in graaf- en tuinwerkzaamheden

zoals:

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

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

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

06-14 78 69 75 info@minigraverhetzand.nl



FORT LENT

N 51.864418° E 5.890551°

VERBINDEN, VERVULLEN, VERRASSEN & VERWENNEN

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 323174 •
Lent (Nijmegen) • www.fortlent.nl • info@fortlent.nl

Een schildpad met legnood

Uit de lucht

“Ik voel me als een schildpad met legnood.” Kent u die uitdrukking? Ik ook niet, maar misschien wordt het na deze editie wel een gevleugelde uitdrukking in Lent en omstreken. We laten de schildpad nu even voor wat zij is en kijken eerst naar wat er verder valt te beleven in deze winterse aflevering van Lentse Lucht. Een editie van, voor en óver jong en oud, kan ik wel zeggen.

Annie van Heumen-den Boer (84) neemt jongere en oudere lezers mee naar haar jeugd in de roemruchte Sprokkelenburg, tegenwoordig beter bekend als De Sprok. Idylle en angst vermengen zich in een verhaal over overvloedige appeloogsten, (naakt)zwemmen in de Waal en de wending die toeval of lotsbestemming (wat u wilt) kan geven aan het leven. Op de vlucht voor het oorlogsgeweld belandt Annie met haar vader en moeder op 2 oktober 1944 in Putten. De dag daarvoor was vrijwel de gehele mannelijke bevolking van Putten opgepakt en afgevoerd als wraak voor een aanslag op Duitse militairen. Slechts weinigen keerden terug uit de dodenkampen. Wat zou er van haar vader zijn geworden als ze een dag eerder waren aangekomen?

Net als Sprokkelenburg heeft ook de Dorpsschuur (uit 1875) een roemruchte historie. Tegenwoordig is het een bruisende plek voor exposities, lezingen en nog veel meer. Good old Frans Mikx en Ben Brouwer nodigen u uit om uw dromen waar te maken in de Dorpsschuur. Ook onze trots DVOL (Door Vrienden Opggericht Lent) is een instituut op leeftijd dat generaties weet te verbinden. We kijken terug op ruim negentig jaar voetbalplezier. Nu we het toch over het opvolgen van generaties hebben, kunnen we u direct

wijzen op het interessante verhaal van Patrick Maas en Robert Jan Kentgens, die de tandartsenpraktijk van Joop van Eekeren hebben overgenomen. Ik verklap alvast dat Robert Jan de wereldkampioenschappen zeilen opgaf om in uw mond te mogen kijken. Niet dat ik u daar enige druk mee wil opleggen...

En wat is een mooier beeld van het wisselen van generaties dan de opkomst van nieuw leven midden in de barre winter? Johannes schrijft over de kleur die stinzenplanten geven aan de winter en het vroege voorjaar. Ook in de kerstvakantie gaat de cyclus van leven en dood door voor woudaapjes, glansspreeuwen en papegaai Nico, zo lezen we bij de Dierendokter. En hoe zit het met die schildpad dan? Ook daarover vertellen we meer. Ik verklap alvast: alles kwam goed.

tekst Martin Bos • illustratie Janneke Jansen

Colofon

Lentse Lucht wordt door vrijwilligers gemaakt en maandelijks gratis in Lent huis aan huis bezorgd.

Abonnement buiten Lent: € 40,- 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.

Vormgeving: Gerco Hiddink. Drukwerk: Van der Weerd. Oplage: 4.300 exemplaren.

www.lentselucht.nl

redactie@lentselucht.nl • webredactie@lentselucht.nl • wolkjes@lentselucht.nl • advertenties@lentselucht.nl

Sluitings-
datum kopij
dinsdag 8
feb. 2022



Simon Duijs: Kracht en kwetsbaarheid in de kunst

Kunst in Lent

Saudade. Het is een lastig te vertalen Portugees woord. Wikipedia: “Het beschrijft de mengeling van gevoelens van verlies, gemis, afstand en liefde. In het Nederlands wordt het vaak vertaald met heimwee, melancholie of weemoed.”

“Het bitterzoete, de dualiteit van het woord past bij mijn leven,” zegt Simon Duijs. “Ik heb een verlangen om het te voelen en te vatten.” Zijn werk is doordreept met dit verlangen. Het woord staat dan ook groot op zijn website en hij heeft er zelfs een tatoeage van. Hij zit tegenover mij aan tafel. Een markante bril verbergt gedeeltelijk zijn blik vol passie als hij met mij praat over zijn fotografie.

2oektocht

Ongeveer vier jaar geleden begon zijn zoektocht naar wat kunst eigenlijk is voor hem en wie hij is als kunstenaar. Het is een doorgaand zoeken naar de voor hem beste manier om zich uit te drukken in de fotografie. Door zijn baan in het onderwijs kwam hij in contact met leerlingen die de vooropleiding dans van de ArteZ hogeschool deden. Hij keek met steeds meer bewondering en verwondering naar de gigantische inspanning die moest worden geleverd met maar een heel kleine kans van slagen om zelfs maar te worden aangenomen op ArteZ. Ook studenten die het lukt op de dansacademie te komen gaan een zeer onzekere toekomst tegemoet. En als het lukt is de carrière erg kort.

Rauwheid

Via Instagram komt Simon in contact met enkele studenten van Artez en samen met hen probeert hij de dingen vast te leggen die hem eindeloos blijven boeien. Hij laat ze improviserend dansen, zodat naar voren kan komen hoe ze echt zijn. En om dit persoonlijke nog te benadrukken kiest hij er in de uitvoering van de foto's voor, om andere zaken bij iedereen hetzelfde te laten zijn. Zo maakt hij alle foto's in zwart-wit. Heeft iedereen dezelfde / weinig kleding aan om de rauwheid en sensualiteit goed tot uitdrukking te laten komen. Om dezelfde reden fotografeert hij ook altijd buiten, in de natuur.

Ik heb een verlangen om het te voelen en te vatten

Intimiteit

Wat is intimiteit? Hoe leg je dat vast? Hoe vind je een goede balans tussen rauwheid / echtheid en een esthetisch aantrekkelijk beeld? Simon heeft nog genoeg vragen die hij wil beantwoorden in zijn kunst. Je ziet de zoektocht duidelijk terug in zijn werk op zijn site. Een serie bevallingsfoto's waar de band tussen beide partners van het scherm springt. Een portretserie waar je duidelijk zowel de kwetsbaarheid als de kracht van de geportretteerden waarneemt.

Een serie waarin de modellen hun dierlijke kant onderzoeken / benadrukken. Het is een lust voor het oog. In eerste oogopslag, maar ook diep van binnen. De foto's zetten je aan het denken, geven inspiratie en een handvat om dieper in jezelf te graven. Ik ga Simons werk zeker volgen in de toekomst. Neemt u ook eens een kijkje op zijn site of instagram-account.

Simon is een boek aan het maken van zijn dansserie. Deze verschijnt in juli maar is nu al via zijn site te bestellen.

www.simonduijs.nl
[instagram.com/saudade_fotografia](https://www.instagram.com/saudade_fotografia)



tekst Marion Zwart • beeld Simon Duijs en Marion Zwart

het Gymlokaal

HET GYMLOKAAL IN LENT

Vergeet alles wat je weet van een reguliere sportschool.

Het Gymlokaal is een sport boutique met een nieuwe verrissende kijk op fitness. Wij bieden jou het volgende:

- *Persoonlijke* hoogwaardige trainingsprogramma's gemaakt door Lifestyle Coaches.
- Persoonlijke begeleiding gecombineerd met de nieuwste trainingstechnieken voor fitness *op maat* in 30 minuten.
- State of the art fitnessapparatuur van EGYM.
- Zelfs als je denkt dat fitness niets voor jou is, willen wij graag je mening doen veranderen!

PLAN NU EEN
PROEFLES

www.gymlokaal.com | info@gymlokaal.com
Griftdijk Noord 9B, 6663 AA Lent

024-2045002



"uw goed recht!"

goedrecht
advocaten

Voor bijstand en advies bij:

- ✓ Huur / koop
- ✓ Bouw
- ✓ Vergunningen
- ✓ Familie / echtscheiding / alimentatie
- ✓ Contracten / incasso
- ✓ MKB / ondernemers
- ✓ Strafzaken
- ✓ Ontslag
- ✓ Schade



Laauwikstraat 8a | 6663 CJ Nijmegen-Lent
024 - 73 70 017 | www.goedrechtadvocaten.nl



OSTEOPATHIE
LENT

Frankrijkstraat 141
024 203 0216
osteopathie-lent.nl



Afscheidshuis Lent

Meijer en ten Hove Uitvaartverzorgers

Gewoon omdat het al moeilijk genoeg is

024 7508465 06 34045001

www.uitvaartcentrumlent.nl



Een school die ook een dierentuin is

De dierenarts

Zoals ik hier al eerder verteld heb, werk ik als docent op een school in Barneveld, waar ik met name paraveterinair opleid. Ik ben daar ook eindverantwoordelijk dierenarts, en met ruim 2500 dieren is er altijd wel iets aan de hand. Gelukkig hebben we een compleet uitgeruste dierenartsenpraktijk en paraveterinair trainingscentrum bij ons op school, waar we onze eigen dieren meestal prima kunnen behandelen. En moet ik echt van alle dieren alles weten? Nee, gelukkig niet: naast mij zijn er vier andere dierenartsen verantwoordelijk voor onze dieren.

Maar zeker rondom een vakantie weten de diervverzorgers mij prima te vinden. Ik ben dus regelmatig in Barneveld, ook in mijn kerstvakantie. De (zieke) dieren houden hier geen rekening mee - en terecht. Zo was er net voor de kerst een ernstig zieke geit, die het helaas niet heeft gered. Nu hadden twee diervverzorgers twee dagen daarvoor allemaal zilversparren in de wei gelegd als verrijkmateriaal. Iets wat ze al jaren

deden in de dierentuinen waar ze vroeger werkten. Dus vroegen ze zich toch af of dat de doodsoorzaak was geweest. Ik heb de overleden geit achter in mijn oude Volvo gelegd en ben naar de faculteit Diergeneeskunde gereden om sectie te laten verrichten. Al was het maar om de diervverzorgers gerust te stellen. Gelukkig waren de kerstbomen niet de doodsoorzaak; de geit had lymfomen. Vervolgens werd net na kerst onze oude Nico ziek. Nico was onze oudste papegaai, een lieve trouwe Amazonepapegaai. Na drie dagen behandelen op school besloten we haar naar een vogelspecialist te sturen, naar Rob van Zon in Utrecht. Daar bleek bij een kijkoperatie dat er ernstige problemen waren in het maagdarmkanaal en werd besloten om Nico te laten inslapen. Hoe oude Nico precies was weten we niet, maar in ieder geval ruim boven de zestig.



Gelukkig geneest er ook wel eens een dier. Zo heb ik in de kerstvakantie twee ernstig zieke kanaries behandeld voor luchtwegproblemen. Die zingen nu weer het hoogste lied. Ook kon ik een schildpad met legnood verlossen van een vastzittend ei, zodat ook zij weer vrolijk ronddartelt - voor zover een schildpad dat kan. Tenslotte nog een gescheurde snavel van een kleine reiger ('woudaapje') met drie secondenlijm en visdraad weer aan elkaar geplakt, en een gebroken vleugel gespalkt van een drie-kleurglansspreeuw. Als tussendoortje een cavia geëchood om te kijken of ze drachtig was... en dat was ze!

tekst Floris van de Laar
illustratie Jurjen Kraan

Kom jij dit jaar de webredactie versterken en help jij mee Lent te verbinden?

Van de webredactie

Zoals je misschien weet bestaat er naast het blad Lentse Lucht ook een gelijknamige website. Inwoners van Lent en organisaties kunnen helemaal gratis hun nieuws, activiteiten en oproepen delen met de rest van Lent en omgeving. Niet alleen in Lent bestaat er een dergelijke site. In heel Nederland zijn er zo'n zeventig actief op hetzelfde platform, met soms meerdere webredacteurs per buurtsite. Op het moment doe ik dit voor de website van Lentse Lucht in mijn eentje, maar ik ben op zoek naar versterking!

Een aantal weken geleden had ik een online bijeenkomst met een aantal 'collega'-webredacteurs uit heel het land, ook wel buurtverbinders genoemd. Samen hebben we verschillende zaken besproken die je als buurtverbinder tegenkomt. Denk hierbij aan nieuwe mogelijkheden op de website en bijvoorbeeld het vinden van nieuwe buurtverbinders.

Ook wij kunnen wel wat extra hulp gebruiken. Juist in deze ogenschijnlijk rustige periode hebben wij behoefte aan jouw hulp! En wees gerust, je hoeft geen ict-technicus te zijn. Als je kennis hebt van je computer, een beetje bekend bent met

sociale media en het misschien ook leuk vindt eens een artikeltje te schrijven, kun je een welkome aanvulling zijn voor onze webredactie. Misschien heb je juist nu wat tijd over en zoek je daar nog invulling voor. De bedoeling is om bij toerbeurt zaken op te pakken zoals het verzorgen van de nieuwsbrief, het beantwoorden van e-mails van gebruikers en het bijwerken en onderhouden van de website. Je bent ongeveer 1 tot 2 uur per week kwijt en in overleg is een flexibele verdeling van werkzaamheden mogelijk. Spreekt het jou aan en zou je meer willen weten? Neem dan voor meer informatie vrijblijvend contact met ons op. Stuur een mail met je contactgegevens naar webredactie@lentselucht.nl

tekst Marc Jeuken



OPENINGSTIJDEN:

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

Jansen EST 1966
totaal wonen



Karstraat 95 Huissen | 026 326 99 00 9.1/10 klantwaardering

jansentotaalwonen.nl

Zwanger en opzoek naar verloskundige zorg waarbij:



- jouw wensen serieus worden genomen;
 - er tijd voor jullie is;
 - je de verloskundigen goed leert kennen;
 - er flexibele spreekuren zijn en
 - je elke controle een pretecho krijgt!
- Neem dan contact met ons op!



erloskundigenpraktijk Partus

Carbatinastraat 3 | 6515 GM Nijmegen
06-40181644 | info@verloskundigenpraktijkpartus.nl



**Protestantse
Kerk**



VOOR IEDEREEN

In november 2021 zijn de Protestantse gemeenten van Lent, Oosterhout en Ressen samengegaan in één nieuwe gemeente met de naam De 4-plek, met drie kerken in Lent, Oosterhout en Ressen. Voor de uitvoering van onze maatschappelijke en organisatorische taken zijn wij op zoek naar een:

Administratief medewerker / officemanager kerkelijk bureau (16-20 uur per week)

ter ondersteuning van onze predikant, kerkelijk werker en de kerkenraad. Het betreft een nieuw op te richten bureau, en biedt daarom volop ruimte voor je eigen inbreng en ontwikkeling. Naast reguliere administratieve werkzaamheden voor de kerkelijke organisatie heb je een doorverwijsfunctie en kunnen gemeenteleden bij jou terecht voor vragen.

Koster (5-8 uur per week)

voor de praktische zorg van het kerkgebouw in Oosterhout en taken voor de kerkdiensten die periodiek op zondag plaatsvinden. Iemand die ervoor openstaat om ondersteunende kostertaken te bieden aan de kerken in Ressen en Lent. Het betreft een functie waarin je veel eigen regie hebt over je werkzaamheden. Jouw maatschappelijke betrokkenheid maakt dat je het leuk vindt om samen met vrijwilligers een fijne plek te maken van de kerk waar mensen graag komen.

Voor beide functies geldt dat wij iemand zoeken met goede contactuele eigenschappen, die bij voorkeur kerkelijk meelevend is of affiniteit heeft met de kerk.

Interesse? Kijk voor de volledige vacaturebeschrijvingen en contactgegevens op <https://4-plek.nl/vacatures>.

Tot nu toe benaderde de gemeente Nijmegen bij omgevingsprojecten betrokken inwoners en vormde klankbordgroepen. Maar zijn deze burgers in de zin van de omgevingswet werkelijk participanten? Wat is hun verhouding tot de gemeente, de wijkraden en andere organisaties en bewoners in het ontwikkelgebied?

Peilingen en media

De gemeente Nijmegen verzamelt ook, onder het mom van burgerparticipatie, meningen via de volgende communicatievormen:

1. Stadspeilingen

Zijn de enquête-invullers voldoende betrokken bij het omgevingsproject, met kennis van de ins en outs? Hoe worden vragen gesteld, wie wordt geselecteerd? Door peilingen over een groter gebied te organiseren wordt per definitie de stem van direct omwonenden verdund.

2. Sociale media

Hoe worden reacties op sociale media beoordeeld en geteld? Krijgen die meningen méér gewicht dan de participerende betrokken burger die in de omgeving van het project woont of gaat wonen?

3. Berichten in de reguliere pers

Deze media zijn er om te informeren, niet om te raadplegen of te adviseren.

4. Projectontwikkelaars

Projectontwikkelaars hebben een tijdelijk, eigen belang. Verkoopt de gemeente grond aan projectontwikkelaars voordat een omgevingsplan mét participatie is vastgesteld, dan geeft zij het participatieproces uit handen.

Participatie is wezenlijk voor groeiend Lent, met Stadseiland, Prins Mauritssingel, drijvende woningen, Dorpensingel, de Stelt, Vossenspels en de nieuwe gebieden ten oosten van de spoorlijn. Daarom hebben we een wijkraad als platform. Wilt u reageren? Stuur een mailtje naar info@wrlent.nl !

tekst Léonie Schuijt-Overgoor en
Brigitte Rutten • beeld Lenny Rijken

Burgerparticipatie

Lentgenoten

Burgerparticipatie, een hot item

Deze zomer zal de nieuwe Omgevingswet ingaan waarop gemeenten zich aan het voorbereiden zijn. Geen gemakkelijke klus, omdat er ruimte is voor eigen inzichten en het beleid, met name het participatiebeleid, per gemeente kan verschillen. Voor Nijmegen Noord is deze Omgevingswet van groot belang: er is woningnood, er wordt veel gebouwd en de vraag is: 'hoe kunnen burgers hierbij participeren?' In Nijmegen hebben 21 organisaties daarom de koppen bij elkaar gestoken en zich verenigd in de Gezamenlijke Werkgroep Burgerbelangen Nijmegen (GWBN). Wijkraad Lent is daar nauw bij betrokken. Daarom willen wij u deelgenoot maken van onze gedachten over burgerparticipatie en de nieuwe Omgevingswet.

Hoogtevrees

Burgerparticipatie kent vijf niveaus: van geïnformeerd worden tot meebeslissen. De Omgevingswet vereist dat gemeenten hun participatiebeleid motiveren en belanghebbenden tijdig informeren over de plannen. De participatieladder kent daarnaast vier hogere treden: burgers raadplegen, laten adviseren, meedoen en meebeslissen. Maar gemeenten kunnen hoogtevrees hebben, inspraak lastig vinden en vrezen dat participatie vertragend of belemmerend werkt.

Wie zijn de burgerparticipanten?

In een omgevingsplan moet vastgelegd worden wie de burgerparticipanten zijn. Dat roept vragen op.

- Zijn dat de betrokken burgers met hun achterban (buurtvereniging, wijkraad, doelorganisaties en bedrijven) in de directe leefomgeving van het project?
- Zijn dat de huidige en/of toekomstige bewoners/bedrijven en hun achterban of is het de hele stad?
- Hoe en wanneer worden participanten geïnformeerd en welk participatieniveau is passend bij de ontwikkelfase van het project? Kan dat niveau in de loop van het traject veranderen, bijvoorbeeld als men tot uitvoering komt?
- Wat zijn de richtlijnen van de Raad van State aangaande burgerparticipatie?
- Wat is de rol van de projectontwikkelaar/uitvoerder?

Rol van de gemeente

De gemeenteraad vertegenwoordigt de burgers en is eigenaar van het participatieproces. Zij heeft een initiërende, wetgevende en controlerende taak. Het risico bij de uitvoering van de nieuwe Omgevingswet is, dat er ruimte gecreëerd wordt voor bestuurders, ambtenaren en ontwikkelaars om dit eigenaarschap naar zich toe te trekken. Politieke keuzes, tijdsdruk, financiële motieven kunnen het niveau van burgerparticipatie bepalen en zelfs een gemeenteraad buitenspel zetten.

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



De fietsendokter

Robbert Baggerman
Weverstraat 11, 6663 AV Lent
Ma, Woe, Vrij 09.00 tot 12.00
13.00 tot 17.00
Donderdag 18.00 tot 20.00
Zaterdag 09.00 tot 12.00
Dinsdag en zondag gesloten

Reparatie op afspraak! 06 18538212
www.defietsendokter-lent.nl

NU IN ONZE WEBWINKEL VERKRIJGBAAR!

en in de Nijmeegse
boekhandels en musea
www.studiohartebeest.com



Het boek *Theophanu, prinses uit het Oosten, keizerin van het Westen*. Over een van de belangrijkste vrouwen van de 10e eeuw en haar bijzondere band met Nijmegen. Bekend van de muurschildering aan de Waalkade.

STUDIO HARTEBEEST

GRAFISCH-ILLUSTRATIEF ONTWERP IN DE RUIMTE



PERSIA ATELIER

Coupeuse nodig voor maatkleding, kledingreparatie of vermaken? Dan heeft u die nu gevonden!

Denk aan bijvoorbeeld korter maken, innemen, uitleggen, nieuwe rits, gaatje repareren etc. Wij zijn ook gespecialiseerd in het (ver)maken & herstellen van gordijnen en motor kleding.

Kom een keer langs of neem contact op via telefoonnummer 024 8444 112.
Bloemenhof 8, 6663 BL, Nijmegen Lent
Maandag t/m vrijdag 14.00 - 20.00



DISVELD MAKELAARDIJ

WONING VERKOPEN IN LENT?

Dat laat je toch over aan een echte Lentse makelaar.

Disveld Makelaardij is een klein en jong kantoor met jarenlange ervaring in de regionale woningmarkt.

Bel of mail Onno Disveld voor een persoonlijke kennismaking.

06 424 855 58 disveldmakelaardij.nl

H INSTALLATIETECHNIEK HULLENAAR BALK



CENTRALE VERWARMING - HOUTPELLETKETELS
WARMTEPOMPEN - ZONNEPANELEN
ELEKTROTECHNIEK - AIRCO
WATER EN SANITAIR - SERVICE EN ONDERHOUD

WWW.HULLENAARBALK.NL




Nieuw elan in tandartsenpraktijk Lent

Gezondheid

Eind vorig jaar kwam de tandartsenpraktijk Lent in andere handen. Patrick Maas (30) en Robert Jan Kentgens (29) werden de nieuwe eigenaren. Lentse Lucht sprak met hen.

Hoe zijn jullie in dit vak beland?

Patrick: “Op de middelbare school ontstond bij mij al het idee dat ik later iets met mensen wilde doen, iets in de gezondheidszorg dacht ik zo. Maar ik wilde ook graag mijn handen gebruiken. Met mijn moeder ging ik naar een open dag bij Tandheelkunde in Nijmegen. We kregen daar een rondleiding en ik was verkocht, ik hoefde niet meer verder te kijken. Er was destijds een numerus fixus. Je kon alleen met zekerheid gaan studeren als je een acht gemiddeld haalde voor je eindexamen en dat lukte. Na mijn afstuderen als tandarts in 2015 heb ik gewerkt in praktijken in Twello, Rhenen, Elst en Oisterwijk. Ondertussen specialiseerde ik me in gebitsrehabilitatie en volgde onder andere cursussen in Groot-Brittannië en Oekraïne. Ik vind dat je jezelf moet blijven uitdagen om de zorg verder te verbeteren. De cursussen duurden wel 11 uur per dag, ik voelde me net een spons die alle kennis opzoog. Ik ontmoette Robert Jan in de mondzorgpraktijk in Twello. Onze droom was om ooit samen een mondzorgcentrum te beginnen met alle specialismen onder één dak.”

Robert Jan: “Van kinds af aan wilde ik de mondzorg al in. Als kind van elf had ik een beugel en die moest af en toe bijgesteld worden bij een orthodontist. Hij was bevriend met mijn opa en ik mocht na de behandeling de hele ochtend meekijken in de monden van kinderen. Vanaf dat moment was voor mij duidelijk dat ik iets in de mondzorg wilde doen. Ik volgde de havo en beoefende de zeilsport in de ynlingsklasse. Dit is een teamsport, je doet het met z'n drieën.

We bereikten de top en ons hoogtepunt was dat we een keer tweede werden bij de wereldkampioenschappen. Na de havo moest er een keuze gemaakt worden: of zeilen of mondzorg. Het werd mondzorg. Ik volgde de vierjarige HBO-opleiding in Nijmegen van 2011 tot 2015. Na mijn afstuderen als geregistreerd mondhygiënist ging ik in een mondzorgcentrum in Twello werken, waar ik Patrick ontmoette. Daarna werkte ik nog in Rhenen, Arnhem en Dieren, waarbij ik me vooral bezig hield met tandvleesbehandelingen, naast het boren en vullen van gaatjes. Mijn streven was altijd de standaard op een hoger niveau te brengen en er alles uit te halen wat mogelijk was. Daarbij keek ik met een brede blik naar het gebit en naar de persoon erachter.

Er wordt steeds meer bekend over de relatie tussen gebitsproblemen en algemene gezondheidsproblemen. Een voorbeeld is, dat bij een diabetespatiënt met onrustig tandvlees de bloedsuikerspiegel moeilijker in te stellen is. Een ander voorbeeld: bij stress knarsen mensen regelmatig met hun tanden, wat weer gebitsbeschadigingen veroorzaakt. Wij willen

mensen betrekken bij hun mondgezondheid. Daarom nemen we ruim de tijd om de kennis die we hebben opgedaan met de mensen te delen. We laten zien hoe de gebitssituatie is en wat we er samen aan kunnen doen door middel van een persoonlijk behandelplan.

We wilden ondernemer worden, maar wel met aandacht voor persoonlijke zorg

Hoe kwam jullie samenwerking tot stand?

Patrick: “In Twello klikte het tussen ons. We spraken af dat we eerst nog meer ervaring zouden opdoen om over tien jaar samen te gaan werken in een eigen praktijk. We wilden ondernemer worden, maar wel met aandacht voor persoonlijke zorg. In het algemeen gaat het er steeds onpersoonlijker aan toe in de zorg en dat wilden we niet.”

Robert Jan: “Vijf jaar later benaderde Patrick me. Voor mijn gevoel kwam hij te vroeg, maar het vuur ging toch branden. We hebben er

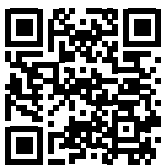


Dé specialist in e-bikes
al v.a. €1199,- of lease €1,50 per dag!

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



GOEDVRIEND
pensioencoach

Later wil je het toch ook goed hebben?
Ook al is het misschien een ver-van-je-bed show, pensioen is wel heel belangrijk!

Met welke vragen kun je zoal bij mij terecht?

- Hoe spaar ik (extra) voor mijn pensioen?
- Hoe vul ik mijn pensioengat op?
- Wat gebeurt er met mijn pensioen nu ik ga scheiden?
- Ik wil met deeltijdpensioen. Wat is de beste keuze?
- Ik wil mijn pensioen vervroegen/uitstellen? Wat is wijsheid?

Meer weten? Mail, app of bel me gerust voor een gratis intakegesprek bij jou thuis. Meer informatie vind je op goedvriendpensioen.nl of scan de QR-code.

Lent Gennep Nijmegen | jorg@goedvriendpensioen.nl
06 - 29 473 495
www.goedvriendpensioen.nl





Kapper de Krul

Kapper de Krul

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

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



Albert Heijn Bemmelen
Ruim 150 parkeerplaatsen,
gratis en overdekt

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

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

**Lent biedt alles...
... en KION heel veel!**

Lent biedt een scala aan woonplezier en KION biedt kinderopvang, meestal onder één dak met de basisschool, dus altijd dichtbij. Kinderdagverblijf De Groene Wereld is met de dieren en de grote tuin écht groen.

De Boomgaard, De Geldershof, De Groene Wereld, De Verbinding, De Verwondering, Goudwinde, Klimop

Je bent van harte welkom voor een rondleiding op afspraak.
Kijk op www.kion.nl

v.l.n.r.
Irene Boon, Marion Rossen, Verona Kuijpers, Maria Severt, Geert Verdaasdonk






Airflow.



Digitale fotografie.

veel over gesproken en onze visie en al onze wensen op papier gezet. Destijds was het plan om te starten in een kleinschalige praktijk met twee behandelstoelen en met groeipotentie. De persoonlijke benadering zou centraal moeten staan. We maakten een lijst van zestig tandartspraktijken van Den Bosch tot Wageningen. Lent leek ons een fantastische plaats om te werken. Het ligt mooi centraal tussen Arnhem en Nijmegen en is een groeikern. De praktijk heeft veel potentie, waarvan de basis gelegd is door onze voorgangers. We stuurden eind 2020 een mailtje naar de praktijk dat we graag een keer op gesprek wilden komen. Hierop reageerde Joop van Eekeren. We konden op Koningsdag komen, 'er was verder toch niets te doen vanwege corona,' zo liet hij weten. Het gesprek met Joop en zijn collega Jan Veeke duurde vier uur. Onze visies bleken overeen te komen. Toen we terug fietsten zei ik tegen Patrick: 'Wat je me nu toch aandoet!' Maar het voelde goed. Joop belde de volgende dag dat hij met ons verder wilde. We zijn het in de weken erna over alles eens geworden. Ik ben hier in september begonnen en Patrick een maand later. Iedereen die in de praktijk werkte is mee overgegaan. Joop ging met pensioen en Jan werkt nog één dag per week in de praktijk."

Hoe ziet jullie praktijk er uit?

Robert Jan: "Het is een algemene tandartsenpraktijk. Er werkt een gespecialiseerde kindertandarts, de enige in de wijde omtrek. Verder is er een tandarts gespecialiseerd in wortelkanaalbehandelingen. Daarnaast is er een preventieteam bestaande uit vier mondhygiënist en vier preventieassistenten. Patrick werkt als tandarts met de nadruk op esthetiek en complexe gebitsproblemen. Ikzelf houd me vooral bezig met complete tandvlesbehandelingen. Twee dagen in de week is er een orthodontist in huis en op de bovenverdieping zit een tandtechnisch laboratorium. Het is prettig om meerdere disciplines onder één dak te hebben."

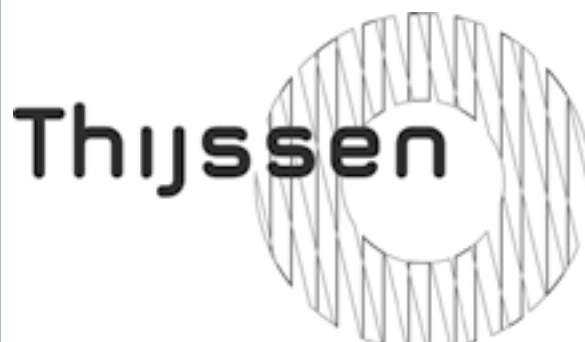
Patrick: "We proberen op elk gebied op het hoogste niveau te werken. Implantologie is nog een wens. Verder willen we met de digitale tandheelkunde aan de slag. Met behulp van een scanner is het mogelijk het gebit in 3D op een scherm te laten zien. In combinatie met lichtfoto's kunnen we de gebitssituatie nog beter in beeld brengen. Als er iets aan het gebit moet veranderen kunnen we een beeld maken van de nieuwe situatie. Dat wordt in vakkringen een smile design genoemd. Dit kunnen we over het bestaande gebit heen projecteren. Je kunt op deze manier betere voorlichting geven waardoor de betrokkenheid van de mensen wordt vergroot. We willen graag meegaan met de nieuwste ontwikkelingen. Hierdoor komt de basiszorg vanzelf op een hoger niveau te liggen."

Sylvia, Monique, Fidan, Cecile (kindertandarts) en Gera.



tekst Joop Koopman • beeld Marion Zwart

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



Brilmode

Markt 53/55

Contactlenzen

Bemmel

Optometrie

0481-470490

www.oogzorginbemmel.nl



Anderson Counseling
Miranda Anderson

Counseling
 Sjamanistische healing
 Horoscopen

Rust, ontspanning en inzicht

Rosa Luxemburgstraat 7, Lent
 06-39424863
www.andersoncounseling.nl
 Ruim 25 jaar ervaring



Wienen

accountants en adviseurs

ZZP'ers én particulieren
 kunnen op ons rekenen



Wienen ontcijfert en ontzorgt

024 323 23 33 • www.wienenaccountants.nl



**Tuinontwerp, realisatiebegeleiding
 en onderhoud**

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769

SK superkeukens

8.3 1443 beoordelingen
 ★★★★★☆

Jouw keuken, onze inspiratie!

Jij maakt 'm super

**Rodez beton
 terragrau**

Compleet met:
 Bora inductie-kookplaat
 Etna Oven, Etna vaatwasser
 Etna koel-vriescombi
 Lanesto RVS spoelbak

compleet
 met apparatuur
€ 6.799,-
 340 x 186 cm



Superkeukens Huissen Nijverheidsstraat 15, Huissen Tel. (026) 326 99 80 www.superkeukens.nl

*Samen
kunnen
we veel
fiks en!*

Dorpsschuur Lent

Een unieke plek voor en door Lentenaren

Het (gedeeltelijke) bestuur:

Brigitte Bruynen, Ben Brouwer en Frans Mikx.

Niet op de foto Geertjan Reuser (penningmeester)

en Theo Wolswijk (administratie).

Historie

Op de hoek van de Oosterhout-sedijk met het Lindepad, ligt de Dorpsschuur. Sinds 2002 is dit een bruisende plek voor en door Lentenaren. Exposities, lezingen, les- en vergaderruimte. Veel kan er en het bestuur verwelkomt nieuwe ideeën. Want mensen verbinden en dingen mogelijk maken, daar doen ze het met hart en ziel voor.

De schuur uit 1875 kende al vele bestemmingen. Ooit werden er de onderhoudsspullen opgeslagen voor de haven en het veerpontje, in die tijd de enige verbinding tussen Lent en Nijmegen. Later nam een aannemer er zijn intrek. Met de plannen voor de nevengeul dreigde het gebouw te verdwijnen. Dat is gelukkig voorkomen.

Stichting

De schuur werd grondig gerenoveerd en door het Waterschap in bruikleen aan de gemeenschap gegeven. Wel moest er een stichting komen die beheer en exploitatie op zich zou nemen. Voorzitter Frans Mikx en Ben Brouwer zijn bestuursleden van het eerste uur. Brigitte Bruynen ontfermt zich sinds een jaar over de verhuur. Met zichtbaar plezier spreken ze over het belang van deze unieke plek en het belang van nieuwe ideeën.

Feest

Ben Brouwer: "Frans en ik waren indertijd nauw betrokken bij de organisatie van een driedaags feest toen ons dorp achthonderd jaar bestond. Lent had toen zo'n drieduizend inwoners. Ik denk dat 2999 mensen het evenement hebben bezocht. Veel Lentenaren hebben het er nog steeds over." Frans vult aan: "De Stichting Lent 800 heeft vervolgens de zorg voor de Dorpsschuur op zich genomen. Als vanzelf meldden mensen zich met ideeën."

Meedenken

Voor Ben is geen project te gek. "Heb je een idee - of zelfs maar een half idee - kom dan vooral praten. Als het past binnen onze doelstellingen, denken we graag mee. Samen kunnen we veel fiks en!" Met dezelfde energie en instelling ontstonden ook de Oeverspelen, die vanuit de schuur georganiseerd werden. Frans: "Het is jammer genoeg doodgebloed, maar dat hebben we dertien jaar met veel plezier georganiseerd." Ben lacht: "De laatste editie was het drukst bezocht. Je kunt ook zeggen dat we op het hoogtepunt zijn gestopt."

Saamhorigheid

Met de Oeverspelen ontstonden er nieuwe verbindingen en werd de onderlinge saamhorigheid vergroot. Frans: "Mooi om te zien dat we de nieuwe bewoners ook bereikten." Brigitte: "Inmiddels is Lent flink gegroeid en veel mensen kennen de Dorpsschuur niet. Ik weet zeker dat er onder hen ook veel plannen leven, dus meld je vooral."

Betaalbaar

Om de huurprijs laag te houden, moet je wel alles zelf doen. Er zijn duidelijke instructies en er is een klein keukentje om koffie en thee te zetten. Brigitte: "Alleen zo kunnen we de Dorpsschuur voor iedereen betaalbaar en bereikbaar houden. Ik ben wel altijd aanspreekbaar hoor, als er vragen zijn." Na de lockdown opent de Dorpsschuur hopelijk weer snel haar deuren. En dan zou het mooi zijn als er versterking komt. Frans: "Alle hulp is welkom en we zoeken ook een nieuwe voorzitter, want na twintig jaar vind ik het wel mooi geweest."

www.dorpsschuurlent.nl
Lent800@hotmail.com

tekst en beeld Karin Veenendaal



op naar de honderd jaar!

Sport in Lent

Eind vorig jaar vierde onze Lentse voetbalvereniging haar negentig-jarig bestaan. Een hele prestatie voor een club die ooit begon met zo'n dertig leden. Een club die na de Tweede Wereldoorlog bijna ter ziele ging. Nu een levendige vereniging met maar liefst bijna negenhonderd leden. Een korte (dus onvollende) terugblik.



Ontstaan

Eind 1931 nam een aantal vrienden onder leiding van Bart Dams het initiatief om de verschillende voetbalclubjes die Lent rijk was, samen te brengen binnen één Lentse voetbalclub.

Ziedaar DVO: Door Vrienden Opgericht.



Overal en nergens

Er was nog helemaal niks. Geen eigen veld, geen eigen clubhuis. Wel veel enthousiasme. Spelen deden ze overal en nergens. Een paar palen in een weiland en hup, spelen maar. Nog niet in rood/wit, maar in oranje/zwart tenue. Toen DVO in 1942 lid werd van de Nederlandse voetbalbond kwam de L van Lent erbij: er bestond namelijk al een DVO...



Eigen stek

Het duurde lang, maar in 1957 kreeg DVOL eindelijk een eigen stek aan de Visveldsestraat: een speelveld en een kleedkamer met 'stromend' water en toilet. Het ijskoude water moest je met de hand oppompen. Snel je voeten afspoelen in de stenen goot en later thuis de rest wassen. Brrrr. Bij gebrek aan een clubhuis werd er na afloop bij Waalzicht vaak friet met kroket gegeten.



Geestelijk adviseur

Van oorsprong was DVOL een katholieke voetbalclub. Elke zondag was er verplicht een geestelijk adviseur aanwezig. Wat die precies deed? Geen idee, maar last had je er ook niet van. Ook de pastoors schoven graag aan. En een pilsje (of twee, drie) sloegen ze zeker niet af.



Kampioenen

In 1942-1943 werd DVOL voor het eerst in haar bestaan kampioen. In 1979 promoveerde DVOL zelfs naar de vierde klasse van de KNVB. Een hoogtepunt. Nog vele kampioenschappen, huldigingen en ritjes op de kar volgden. Ook de meisjes scoorden goed!



Eindelijk een clubhuis

In 1971 werd het nieuwe clubhuis geopend. Ook kwamen er nieuwe kleedkamers en een extra veld. Geld werd met een loting bij elkaar gebracht. In één dag werden 2500 loten verkocht. Hoofdprijs: een pony. De kantine werd een tweede huiskamer. Het zat er zondags vaak zo vol, dat de ramen besloegen.



Supporters

Zonder de aanmoedigingen (en soms de verwensingen) langs de lijn, is het geen voetbalen. Supporters maakten mede de club groot. Alweer 56 jaar geleden, in 1962, werd onze supportersvereniging opgericht.





De winst van 2021: Nóg beter gescheiden gft-afval

Acties gemeente Nijmegen

Resultaten gemeente Nijmegen

In verschillende wijken hielden we acties om de kwaliteit van het gft-afval samen te verbeteren. Dit had succes! We winnen steeds meer kwalitatief goed gescheiden gft-afval. En daar winnen we compost en groen gas mee. Bedankt voor jouw inzet!



START WIJKACTIONES



91%
SCHONE CONTAINERS
Bij de start was dit 74%



28.356
**CONTAINERS GECONTROLEERD
TIJDENS MEERDERE
OPHAALDAGEN**
Gestickerd met tips voor het
scheiden van gft-afval



61.900
COMPOSTZAKKEN
Mede door deze aanpak

TOP 5

CONTAINER MISSERS



**Blik en plastic
verpakkingen** = plastic+



Luiers = luiers en
incontinentiemateriaal



Uitwerpselen = restafval



Kattengrit = restafval



Bewerkt hout = grof afval



3.599
**VERVUILDE
CONTAINERS**
(13%)



24.757
**SCHONE
CONTAINERS**
(87%)



**OP NAAR
NOG MEER WINST
IN 2022**

www.dar.nl | info@dar.nl | 024-3716000



Dar®
...en 't is weer fris!



Nijmegen

DVOL commercieel

Vanaf 1982 speelden de teams met shirtreclame. De eerste sponsor was autobedrijf Henny van Doorn. Ook in het clubblad stonden steeds meer advertenties.



ELECTRISCHE INSTALLATIES HOUTERMAN ELECTRICITEIT N.V. LENT	In de koude Week voor een gezellig afje, een partij bijje en 'n lekkere hap naar Café Nieuw Rustwat Tel 33766
Bezoekt u reeds onze gezellige KANTINE? Dee het dan nu!	
A.H. WILLEMSSEN INTER-SPORTBEDRIJF Zandweg 17 Lent, Tel. 32103 SPECIAAL BLOEMEN EN PLANTEN	HOTEL-CAFE-RESTAURANT „HET WITTE HUIS“ Leeu- Wijneggen - Telefoon 24006 Rout. B.P. Bovenmolen 4, 2e Speciaal ingericht voor: Bruidsteden, Recepties en Tanja's.
Wist U dat BROMWATER voordeliger is dan Leidingswater Voor complete watervoorziening Bouwbedrijfs- en Grondbedrijfs „NEDERLAND“ Fa. J. BOUTEN Wijneggen - Telefoon 20163-53006	

Van de wieg tot het graf

In 2005 - na bijna tien jaar onderhandelen - verhuisde DVOL naar het sportpark aan de Vossenpels. Tegenwoordig kunnen kleintjes vanaf vier jaar meedoen aan het Nijntjesvoetbal en proberen de krasse knarren vanaf zestig jaar tijdens Walking Football niets te breken.



feest!

Naast voetballen kunnen ze ook goed feesten bij DVOL. Jubilea worden groots gevierd. Als het even kan trekken ze er meerdere dagen voor uit.



Going back in time

In 90 jaar verzamel je heel wat foto's. Hierbij een paar fijne sfeerbeelden.



tekst Karin Veenendaal • beeld DVOL

VANNATURE

fair, biologisch, lokaal

Dé biologische speciaalzaak,
met de lekkerste seizoensproducten
van boeren en bakkers uit de omgeving...



**mét Gratis
Parkeer
Plaatsen**

Gerard Noodtstraat 135 - Nijmegen
mét Gratis parkeerplaatsen

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



GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT



www.deopstap-nijmegen.nl



Oefentherapie Cesar De Lint In Thermion

Thermionpark 18 - 6663 MM 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, chronische pijn,
Mindfulness, Medical Kinetics,
slaapproblemen, bedrijfsoefentherapie

Ook vestigingen in
Nijmegen Noord en Bommel



Fysiotherapie in Lent!

MMfysio is een brede fysiotherapiepraktijk waarbij de focus ligt op algemene fysiotherapie en sportfysiotherapie. Wij behandelen niet alleen een knie of een rug, maar gaan bij elke patiënt uit van de volledige persoon. We hechten er veel waarde aan een toegankelijke, vriendelijke praktijk te zijn voor iedereen die bij ons binnenkomt.



Sammy Tilburgs



Joris Botman



Kasper Vullings

Onze Specialiteiten

- + Sport fysiotherapie
(o.a hardlopen, zwem- en balsporten)
- + Handtherapie
- + COPD
- + Covid-19 revalidatie
- + Manuele therapie
- + Schouderklachten
- + Artrose
- + Rugklachten

**MAAK NU EEN
AFSPRAAK**

www.mmfysio.nl | info@mmfysio.nl
Griftdijk Noord 9B, 6663 AA Lent

024-3580779

Lents Allerlei

Dorpschuur Lent zoekt nieuw voorzitter!

We zoeken iemand die onder meer vergaderingen leidt en onze vrijwilligers stimuleert en ondersteunt bij het uitvoeren van hun activiteiten. Iemand die tussen de mensen staat en helpt waar dat nodig is. Daarnaast zorgt de voorzitter ervoor dat afspraken worden vastgelegd en nagekomen, dat er beleidskaders zijn en dat de wettelijke voorschriften worden nageleefd. Het bestuur vergadert vier keer per jaar. Tijdsbesteding ongeveer vier uur per maand. Wil je meer weten? Neem dan contact op met Geertjan Reuser (penningmeester) via geertjan.reuser@gmail.com of 06-23103108. Zie ook het artikel op pagina 15.

Hersenstichting

Van 31 januari tot en met 5 februari komen onze enthousiaste collectanten van de Hersenstichting bij u langs in Lent. Het geld dat wordt opgehaald wordt ingezet voor belangrijk onderzoek en baanbrekende innovaties. Zodat er meer behandelingen komen die hersenaandoeningen genezen, stoppen of vertragen. Nu al heeft één op de vier mensen een hersenaandoening. Hersenaandoeningen zijn helaas hard op weg de grootste ziekte van Nederland te worden. Als we niets doen, neemt dat alleen maar toe. Dit moet stoppen! Helpt u mee? Heeft u ons gemist of voor meer informatie, kijk op www.hersenstichting.nl.



Agenda Theaterkerk. Markt 5, 6681 AE Bommel. Tel. 0481-769036

Voor meer informatie: www.theaterkerk.nl. Kaarten bij boekhandel 'de Toren van Bommel' en online verkrijgbaar en, indien niet uitverkocht, vóór de voorstelling aan de kassa. TLC (Top Life Café) sessions zijn kleinschalige, akoestische concerten in de foyer van de Theaterkerk.

Quo Vadis, Aida Donderdag 6 januari | 20.00 u. (Film).

Bosnisch drama, bekroond met Gouden Beer en Oscar. Entree € 7,50

Le Sorelle Macaluso. Donderdag 3 februari | 20.00 u.

Italiaans filmdrama. Kaarten à € 7,50

Rood Adeo (TLC session). Vrijdag 4 februari | 21.00 u. Kaarten à € 15,00

Nabil met 'Absurd'. Zaterdag 5 februari | 20.30 u.

Cabaret. Kaarten à € 19,00 (d.i. incl. consumptie)

Nomad Land. Donderdag 10 februari | 20.00 u.

Winnaar van drie Oscars in 2021. Kaarten à € 7,50

Pfeifer & Blom met 'En - En'. Zaterdag 12 februari | 20.30 u.

Kleinkunst. Dit is een try-out. Kaarten à € 18,50 (d.i. incl. consumptie).

Le Meilleur reste à venir. Donderdag 17 februari | 20.00 u.

Een grappige, tedere en ontroerende ode aan vriendschap en het leven.

Kaarten à € 7,50

Rob Mostert Hammond Group met 'Seks, Hammond & Rock 'n Roll'.

Zaterdag 19 februari | 21.00 u. Sta-concert. Kaarten à € 17,50 online verkr.

The Father. Donderdag 24 februari | 20.00 u.

Een fascinerend portret van een man die zijn greep op de realiteit aan het verliezen is. Kaarten à € 7,50 online verkrijgbaar.



Als reizen met bus of trein weer gewoon kan, is het misschien niet duidelijk hoe dat precies in zijn werk gaat. Dan bieden de interactieve online OV-informatiebijeenkomsten uitkomst. Er zijn bijeenkomsten gepland op dinsdag 1 februari, woensdag 16 februari en dinsdag 15 maart. De bijeenkomsten beginnen om 13.30 uur en duren maximaal een uur.

In een klein groepje legt een OV-ambassadeur stapsgewijs uit hoe je een OV-chipkaart aanvraagt en gebruikt in het openbaar vervoer. OV-ambassadeurs zijn vrijwilligers, senior en ervaren OV-gebruikers, die andere senioren wegwijs maken in het openbaar vervoer.

Na aanmelding via e-mail ov-ambassadeur@ervaarhetov.nl of telefoon 038-45 40 130 ontvangen deelnemers een inlogcode. Voor het deelnemen aan deze bijeenkomst hebben deelnemers een telefoon, tablet of computer nodig met camera en microfoon. Mensen die niet precies weten hoe een inlogcode werkt kunnen telefonisch op weg geholpen worden. Na deze bijeenkomst is er de mogelijkheid om een afspraak te maken met de OV-ambassadeur voor uitleg op het station en het maken van een proefreisje onder begeleiding. Deelname is gratis. Bij een eventueel proefreisje betaalt de deelnemer zelf de reiskosten.

**Wools
Bloemen
van Schaijk
Advocaten**

WBvS Advocaten is hét allround advocatenkantoor in Nijmegen en Elst voor al uw juridische vragen, problemen, mediation en procedures. Dicht bij Lent en makkelijk bereikbaar.

- Arbeidsrecht
- Verbintenissenrecht
- Echtscheiding
- Mediation
- Ondernemingsrecht
- Incassozaken
- Contracten
- Personen- en familierecht
- Burenrecht



Nieuwe Aamsestraat 88a te Elst
Oranjesingel 75 te Nijmegen
T 0481 - 365252 | E info@wbvs-advocaten.nl
www.wbvs-advocaten.nl



Herinneringen aan Sprokkelenburg 1940 tot 1952

Historie

Jaren geleden plaatste Annie van Heumen-den Boer (84) uit Bemmelen een oproepje in de Gelderlander met de vraag of iemand foto's had van Sprokkelenburg van voor de oorlog. De reden was dat zij daar als kind met haar ouders had gewoond. Door oorlogsgeweld was de familie alles kwijtgeraakt. Gelukkig circuleerde er nog één foto, die nota bene in 2001 in Lentse Lucht had gestaan. Dat was bij een artikel van Herman Jansen over zware ijsgang op de Waal waarbij Sprokkelenburg maar net aan een ramp ontsnapte. Herman Jansen had de foto weer uit de Maasbode van 9 februari 1940, die een artikel over de bijna-ramp publiceerde. Lentse Lucht ging met de foto op bezoek bij Annie en tekende haar verhaal op.

Wanneer ging jullie gezin wonen in Sprokkelenburg?

“Dat moet in 1940 geweest zijn. Ik ben in 1937 geboren in het toenmalige Canisiusziekenhuis. Mijn ouders werkten destijds op een binnenvaartschip, de Torrent. Sprokkelenburg was een grote typisch Betuwse T-vormige boerderij annex café. We woonden in een grote ruimte, een soort woonkeuken, aan de kant van de dijk. De slaapkamers waren boven. Wij huurden het van de eigenaar Sjaak Samson die zelf ook in Sprokkelenburg woonde. Zijn zoon Willie had de leeftijd van mijn vader en samen bouwden ze voor mij een poppenhuis. Het was zo groot dat ik er zelf ook in kon. Er stond een dressoir, een tafeltje en stoelen in. Sjaak Samson was niet alleen uitbater van café Sprokkelenburg, hij was ook reder. Hij bevrachtte binnenvaartschepen. In zijn vrije tijd jaagde en viste hij. Hij had twee jachthonden: Ida, een spaniel, en Tilly, een heidewachtel. Mijn vader, die inmiddels bij aannemer Moed in Bemmelen werkte, trok veel op met Willie Samson. Ze hadden samen een roeiboot en visten met kruisnetten. In die tijd werd er nog zalm in de Waal gevangen. De gevangen vis werd bij een Nijmeegse slager geruild tegen vlees. Op een dag haalde mijn vader een juten zak met een nog levend poesje uit het water. We hebben de poes jaren als huisdier gehad. In 1943 werd dokter

Huijgen huisarts in Lent. Hij woonde bij zijn praktijk in Lent, maar huurde een kamer in Sprokkelenburg als een soort vakantieverblijf. Hij vierde daar feesten met vrienden en er werd regelmatig naakt gezwommen in de Waal. Ik heb het zelf nooit gezien, maar als klein meisje luisterde ik gefascineerd naar die verhalen.”

Wat gebeurde er in de oorlog?

“In het najaar van 1944 moesten we hals over kop vertrekken uit Sprokkelenburg vanwege oorlogsdreiging. Ik was enig kind en met mijn vader en moeder liepen we richting Bemmelen. We liepen op de schuine kant van de dijk. Op de dijk was het kennelijk te gevaarlijk. Toen we aankwamen in buurtschap de Pas, twee kilometer verderop, vielen er twee vliegtuigbommen op Sprokkelenburg. Er was niets meer van over. We overnachtten bij de familie Daamen die in de Pas onder aan de dijk woonde. Als mijn vader naar buiten moest liep hij met een emmer boven zijn hoofd, zo bang was hij voor bommen. De volgende dag liepen we door naar Huissen. De familie waar wij de volgende dag overnachtten heette Publichhuissen. De familie was afkomstig uit het Duitse Zyfflich en had zich in Huissen een boerderij verworven. Bij dat gezin heeft een Duitse arts mijn leven gered. Ik kreeg difterie en dreigde te stikken door opgezette klieren. Door een sneetje te maken in mijn keel kon ik weer ademen. De volgende dag gingen we over met een veerpont, ik weet niet meer welke, en kwamen in de Liemers terecht. Van hieruit zijn we naar het noorden gelopen en kwamen we uiteindelijk in Putten terecht waar we onderdak vonden. Het moet 2 oktober 1944 geweest zijn, want een dag eerder was er een grote razzia geweest waarbij 552 Puttense mannen het leven lieten. Als we één dag eerder waren aangekomen was mijn vader ook opgepakt en hadden wij hem nooit meer teruggezien. We kwamen terecht op een boerderij aan de Oude Nijkerkerweg bij de familie Wassink-Van der Hoorn en kregen de beschikking over het bakhuis. Met de familie hebben we tot hun dood contact gehouden.”



Als mijn vader naar buiten moest liep hij met een emmer boven zijn hoofd, zo bang was hij voor bommen

Sprokkelenburg op 8 februari 1940 toen de dijk bijna doorbrak bij zware ijsgang.



Sprokkelenburg enkele jaren na de wederopbouw (ca. 1952).



Annie (12 jaar) in het nieuw gestoken ter gelegenheid van de plechtige communie.



Het huisje tegenover Sprokkelenburg waar Annie van 1946 tot 1952 woonde met haar ouders. Het huisje is in 1978 afgebroken om plaats te maken voor een nieuw huis.

Wanneer konden jullie weer terug?

“Dat was pas na de bevrijding. We waren negen maanden weg geweest en al die tijd wist niemand waar we verbleven. In deze tijd zou dat ondenkbaar zijn. We konden niet meer terug naar Sprokkelenburg omdat het nog steeds in puin lag. De familie Samson was niet alleen eigenaar van Sprok maar ook van het kleine witgepleisterde dijkhuisje daartegenover. Zij gingen na de oorlog tijdelijk in dit huisje wonen. Pas toen Sprokkelenburg herbouwd was, verhuisde de familie Samson weer naar de overkant. Toen wij terugkwamen uit Putten gingen we eerst een aantal maanden bij mijn oma en opa van vaderszijde in Lent wonen. Dat was de familie Den Boer, ze woonden aan de Parallelweg 12. Ze hadden negen kinderen waarvan mijn vader de oudste was. Zoon Kobus en dochter Truus woonden nog thuis. Truus zat op naailes en heeft het jurkje gemaakt dat ik droeg toen ik de plechtige communie deed in Lent. Daarna hebben we nog een tijdje gewoond bij een oom en tante in Ressen aan de Bouwlustlaan. Vandaaruit ging ik op een fietsje met klossen op de trappers naar de lagere school in Bemmelen. Op het moment dat de familie Samson terug verhuisde naar het weer opgebouwde Sprokkelenburg konden wij het dijkhuisje tegenover Sprokkelenburg huren. Aan die tijd heb ik mooie herinneringen. Bij de voordeur was een overkappinkje waar een prachtige geurende roos tegenop groeide. Ik herinner me de mooie boomgaard met allerlei appelrassen als goudrenet en present van Engeland. Er was veel te veel fruit voor onszelf. Vrienden en kennissen profiteerden mee van de oogst. Mijn vader zei altijd: ‘Het is beter te geven dan te ontvangen.’ We hadden een schuurtje met een grote ren er omheen. Daar werden een varken, vele konijnen en kippen gehouden. Ik zie het geslachte varken nog voor me, vastgebonden aan een ladder.”

Hoorden jullie bij Lent of bij Bemmelen?

“De woonplek lag in een soort niemandsland. Kerkelijk vielen we onder Lent maar burgerlijk hoorden we bij Bemmelen. Onze burens waren de erven Van Elferen. Het waren twee broers en een zus: Antoon, Theet en Willemien. Ze hadden een boerderij die gedeeltelijk in de dijk gelegen was. Hij stond op het terrein waar nu restaurant Zijdewinde ligt. Sprokkelenburg werd na de oorlog weer opgebouwd. Er kwam een café in en er werd een zwembad aangelegd in de Waal dat je met een stenen trap naar beneden kon bereiken. Je kwam dan uit bij een prachtig zandstrandje. Bij mooi weer was het erg druk met zwemmers. Iedereen kwam op de fiets in die tijd. Er was zelfs een bewaakte fietsenstalling waar je voor moest betalen. In 1952, ik was toen vijftien jaar, zijn we verhuisd naar de Boswei in Bemmelen. We moesten weg uit het dijkhuisje omdat Piet Samson, de broer van Sjaak uit Nijmegen, er ging wonen. Ik kan terugkijken op een spannende maar ook onbezorgde tijd in Sprokkelenburg en in het huisje aan de overkant!”

tekst Joop Koopman

beeld Maasbode, Archief Annie van Heumen-den Boer,
Regionaal Archief Nijmegen, Karin Veenendaal



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



praatjuf Angeren
Bemmel
Huissen
Lent
Didam
Oosterhout

praktijk voor logopedie
oplossingen voor stem, spraak en taalproblemen

0316 - 225612



Mensen helpen?



Zorg of hulp nodig?



Mensen ontmoeten?



Een idee voor de buurt?



Vragen over regels en papieren?

STIP NOORD
Thermion Lent

Bel voor een afspraak
024-3502000
ma-vr
9.00-17.00



WWW.STIPNIJMEGEN.NL/NOORD
@StipNijmegenNoord



FIND YOUR OWN PATH

Ben je (hoog)gevoelig, zit je veel in je hoofd, heb je last van stress, spanningen? Wil je nu eens echt voor jezelf gaan en meer luisteren naar je gevoel en eigen weten. De lessen en praktische tools van intuïtieve ontwikkeling helpen je om dagelijks voluit jouw leven te leven. Interesse? Meld je aan voor een gratis proefles. www.intuïtieftraject.nl

INTUÏTIEF TRAJECT
SCHOOL VOOR INTUÏTIEVE ONTWIKKELING

Apotheek in polikliniek CWZ Waalsprong
voor al uw medicijnen

Openingstijden
elke werkdag
van 8.00-17.00 uur.
Carbatinastraat 3, Nijmegen
www.cwz.nl/waalsprong




Lentse Wolkjes

Vakkundig **Pianostemmen en Reparatie**. Ook voor een goede gebruikte piano of advies. Jos Rensen, De goed gestemde pianostemmer, www.rensenpianoservice.nl Vrouwe Udasingel 251, 06 23837559. Tarief € 85,- incl.

Altijd al Indiaas koken willen leren? Gazi, oud-eigenaar van restaurant Indian Way geeft **Indiase kookles** in Lent. Ook gaat hij starten met authentieke **Indiase afhaalcurries** van rond de € 10 á 12. Voor meer info: www.gaziesspicyindianfood.nl.

Liefdevolle aanraking is een fundamentele behoefte van alle levende wezens. Wil jij leren je **baby** te **masseren** en samen meer ontspanning, verbinding en plezier beleven? Kijk dan eens op www.ontspannenbijmomo.nl of bel 06-10502358 (in coronatijd individueel of met tweetal mogelijk).

Welkom prachtige vrouw, met alles wat er in je leeft. Liefdevolle aandachtige aanraking is als voeding voor je lichaam en geest, hart en ziel. Ik help je om de taal van je lichaam weer te verstaan. Sijtje Princen www.zachtekracht.nu, 06 48856967.

Wil je **actief 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.

Een Lents Wolkje plaatsen van max. 40 woorden? Een particuliere mededeling of oproep kost € 4,00 en een zakelijke € 12,50. Voor sluitingsdatum (zie colofon) betaling via NL69 RABO 0127 9961 33 en tekst naar wolkjes@lentselucht.nl.



FYSIOTHERAPIE LENT

Locatie Thermion

Thermionpark 6
6663 MM Lent

Locatie St. Jozef

Lentse Schoolstraat 25
6663 CP Lent

www.fysiotherapielent.nl

info@fysiotherapielent.nl

024-3094503

Biologische sushi
Japanse lekkernijen

Dinsdag
Donderdag
Vrijdag

Bestel dezelfde dag
voor 14 uur
of bestel van te voren

Gratis bezorgd in Lent

Bestel hier 

www.sushivankai.nl
0623999074
@sushivankai

Nieuw
in Lent!

Foto: @Videomale.nl

Sushi van Kai



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 te Lent



U kunt nu ook

Online een afspraak maken

Maar bellen kan natuurlijk ook
gewoon: 024 360 64 22



www.dierenklinieklent.nl

Schoenmakerij Tweehuysen



Erkend Gildemeester

**Voor al Uw reparaties
en onderhoudsmiddelen**

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

www.schoenmakerijtweehuysen.com

duqaat
moderne boekhouders



☎ 024 234 01 02

✉ info@duqaat.nl

www.duqaat.nl



Jezelf geheel in beeld

**Anke Zegers
Kindertolk en Coach**

*Wil je weten wat jouw kind je
wil vertellen met zijn gedrag of
lichamelijke klacht?*

*Als Kindertolk® begeleid ik
ouders die worstelen met de
spiegel van hun kind.*

- Jij bent de ouder die:*
- ♥ merkt dat het gedrag of de lichamelijke klacht van je kind je raakt.
 - ♥ merkt dat je daardoor niet reageert zoals je zou willen.
 - ♥ open staat om naar je eigen verhaal te kijken.

*Je kind wordt geholpen doordat ik
jou als ouder help.*

Nieuwsgierig?
0619214345
anke.zegers@gmail.com
www.jezeltgeheelinbeeld.nl



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

**Leon Pennings
Annemieke de Grood**

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

www.tandarts-villawesthof.nl

Een nieuw jaar: welke regelingen kun je aanvragen in 2022?

Zorg en welzijn

Met de start van 2022 kun je opnieuw bekijken welke regelingen je kunt aanvragen. Misschien heb je dat al eerder gedaan, misschien heb je er dit jaar voor het eerst mee te maken. We geven een paar mogelijkheden.

Mantelzorgcompliment

Soms heb je hulp nodig, bijvoorbeeld bij boodschappen, huishouden, de administratie of om jezelf te verzorgen. Misschien heb je maar kort hulp nodig. Maar wat als je langere tijd hulp nodig hebt? Als iemand je meer dan acht uur per week vrijwillig helpt, en de taken zijn zwaarder dan je als partner, kind of buur mag verwachten, dan heb je een mantelzorger. Die zorg wordt vaak gegeven vanwege de persoonlijke band tussen mantelzorger en zorgvrager. Daarmee verschilt een mantelzorger van een vrijwilliger. De gemeente Nijmegen

kent het mantelzorgcompliment, dat je één keer per jaar kunt aanvragen voor jouw mantelzorger. Je kunt het bedrag aan één mantelzorger geven of verdelen als je van meer mensen hulp krijgt. Het compliment kan worden aangevraagd tot 1 juli 2022.

Meedoenregeling

Tot en met 31 december 2022 kun je de Meedoenregeling aanvragen. Hiermee kunnen mensen met een laag inkomen voor maximaal €150 aan een cursus of activiteit meedoen. Bijvoorbeeld zwemmen, zangles, yoga, taalles of naar het theater.

Kwijtschelding lokale belastingen

Als je de aanslag gemeente- en/of waterschapsbelasting niet kunt betalen, kun je kwijtschelding aanvragen. Of je in aanmerking komt, hangt af van je persoonlijke en financiële omstandigheden (zoals inkomen, vermogen en woonlasten).

Bus-voordeelpas

Voor inwoners met een laag inkomen is er een goedkoop busabonnement. Voor €15,- kun je een jaar lang reizen binnen de gemeente Nijmegen en een aantal omliggende dorpen.

Hulp nodig bij het aanvragen?

Heb je hulp nodig bij het aanvragen van een regeling, wil je meer weten? Heb je vragen over brieven, regelingen of zorg? Maak dan een afspraak bij de Stip voor advies en informatie. We kunnen helpen bij het aanvragen van regelingen of doorverwijzen naar organisaties die je verder kunnen helpen.

Adres: Thermionpark 16 in Lent. Stip Noord is geopend op dinsdag van 13.00u tot 17.00u en op donderdag van 9.00u tot 13.00u.

Gabi Verzuu coördinator stip Nijmegen-Noord

Herstel & Balans Nijmegen

Een groepsprogramma voor mensen, die na kanker een nieuw evenwicht willen vinden op verschillende levensgebieden.

Het programma bestaat uit:

- 10 themabijeenkomsten
- 24 maal oncologische fysiotherapie

In maart starten we met een nieuwe groep.

Voor meer info en aanmelding:

www.herstelenbalansnijmegen.nl

Of bel Theo van Kempen: 06-30101695



landwinkel® De Woerd

Altijd wat te beleven:
Fairs - Appelplukdagen
Klompepad - Excursies



Woerdsestraat 4, Ressen - T: 0481-464027

E: info@dewoerd.nl www.dewoerd.nl





mansan
natural health & beauty

- * Long-Covid klachten?
- * Kinderwens?
- * Zwanger+Ongemakken?
- * Menstruatie klachten?
- * Menopause+Ongemakken?
- * ME/CVS, Burn-Out?
- * Fibromyalgie?
- * Rug/Nek/Schouder klachten?
- * Migraine/Hoofdpijn?
- * Afvallen?
- * Hooikoorts?

ACUPUNCTUUR HELPT!

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



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: www.lltv.nl en mocht u vragen hebben, dan info@lltv.nl

OP ZOEK NAAR EEN NIEUWE OF GEBRUIKTE FIETS?

BEKIJK ONLINE ONS ASSORTIMENT

www.wheelstweewielers.nl



ESPÉRANCE
ECHO CENTRUM

In het prachtige Thermion gebouw in Lent bevindt zich Echocentrum Espérance.

Al ruim 15 jaar specialist in medische echo's tijdens de zwangerschap zoals de 20-weeken echo.

Verwijzing via verloskundige of gynaecoloog



Thermionpark 11 in Lent
www.echocentrum-esperance.nl

Je hebt al genoeg te doen als je gaat verhuizen. Daarom regelen wij **alles** rondom je hypotheek.

Dit is een van de **Jazekerheden** van De Hypotheker.

Meer informatie op hypotheeker.nl/jazekerheden



Jazeker. De Hypotheker.

We vergelijken alle banken en vinden voor jou de beste deal.

Lent, Edith Piafstraat 110, (024) 645 24 25
Nijmegen St. Canisiussingel 36A (024) 3605540

Van de Jeugdredactie



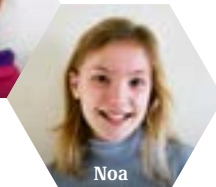
Janne



Puck



Guusje



Noa

Traditiegetrouw stijgt het water in de Waal in de eerste maanden van het jaar. Vooral na langere perioden met veel neerslag (regen, maar ook sneeuw) zien we bij Lent hoogwater. In de winter kan de bodem minder goed water opnemen en met de lagere temperatuur verdampt er bovendien weinig. Noa legde het natuurfenomeen mooi vast.



foto Noa



illustratie Guusje

Verderop in ons dorp krijgt de bodem ook wat te verstouwen: heipalen en veel bouwactiviteit! De wijken Woensdijk en Hof van Holland krijgen vorm en ook Koudenhoek en de Dijkzone komen eraan. Huizen schieten er als paddenstoelen uit de grond. Binnen Hof van Holland zal het nieuwe winkelcentrum 'Hart van de Waalsprong' het kloppend hart van de wijk zijn. Vanaf 2023 kan hier voor het eerst gewinkeld worden. Guusje ziet de wijk, op weg naar school, dagelijks groeien en maakte een treffend beeld.



CLUBSPORT.NL



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

Drukwerkspecialist
in klein en groot
formaat



Koopmansweg 2, 6515 AL Nijmegen (Oosterhout)
t [024] 34 54 124 info@drukwerkfabriek.nl
www.drukwerkfabriek.nl

Mieke Stapelkamp 

Het Buske 79, 6663 KP Lent
06 21 64 86 21

De combinatie van Oost en West

Praktijk voor Fysiotherapie,
Oedeemtherapie, Acupressuur
Bowen, Fascie Technieken,
Triggerpoint Reset, VIP en
Traject voor Chronische Pijn
www.miestapelkamp.nl



Meijer & de Wit
Therapie en coaching

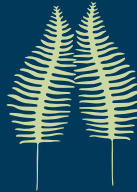
Samen jezelf leren kennen

Zie de nieuwe website
www.meijerendewit.nl
voor meer informatie

*"Het was eerst een noodzaak.
Nu voelt het als een cadeau aan onszelf."*

*"Ik heb zoveel over mezelf geleerd.
Had ik dit maar veel eerder gedaan!"*

We werken met bewezen methodieken, zoals ACT en Verbindende Communicatie.

Meijer & de Wit
Therapie en coaching




Fenno Meijer en Mieke de Wit
Voor individuele en relatietherapie
Maak een afspraak via **info@meijerendewit.nl**,
bel 06 - 336 761 65, of stuur een Whatsapp-bericht.

Vergoeding mogelijk met aanvullende verzekering

Stinzenplanten

Open
licht

Ieder voorjaar verandert ons gazon in een kleurrijk tapijt. Voordat het blad aan de bomen komt, verschijnen de bloemen van talloze bolgewasjes die bekend staan onder de naam stinzenplanten. De term is afgeleid van het Friese woord stins, waarmee een versterkt stenen huis wordt bedoeld. Dit type huizen werd vanaf 1400 gebouwd.

Sinds de vijftiende eeuw werden de stinzenplanten, die hier oorspronkelijk niet voorkwamen, naar Nederland gehaald.

De rijke bewoners van de stinzen wilden waarschijnlijk ook in het vroege voorjaar al genieten van bloeiende planten in hun tuinen of parken. Het exotische karakter van de planten zal in die tijd zeker statusverhogend hebben gewerkt. Hoewel de naam stinzenplanten uit Friesland stamt, kwamen ze ook voor in Groningen, in de binnenduinrand en in Gelderland. Het zou me niet verbazen als de sneeuwkllokjes rond Huize Doornik ook nog uit die tijd stammen.

Eenmaal aangeplant breiden de meeste stinzenplanten zich geleidelijk uit

De meeste stinzenplanten behoren tot de voorjaarsgeofieten. Dat zijn planten die vroeg in het jaar bloeien en zich na de bloei handhaven als knol, bol of wortelstok onder de grond. Als eerste verschijnt de winterakoniet. Hij bloeide bij ons al op de laatste dag van het vorig jaar. Ze worden opgevolgd door sneeuwkllokjes, krokussen en sterhyacintjes. Eenmaal aangeplant breiden de meeste stinzenplanten zich geleidelijk uit. De winterakonieten zaaien zichzelf uit na de bloei, zodat er hele eilanden ontstaan van fraaie gele bloempjes. De zaden van de krokussen bevatten een zogenoemd mierenbroodje. Mieren slepen de zaden naar hun nest om daar in alle rust het broodje op te eten. Vaak verliezen ze onderweg het zaadje zodat op de meest vreemde plaatsen het jaar daarop krokussen verschijnen, bijvoorbeeld tussen de stoeptegels. Sneeuwkllokjes helpen we een handje door de polletjes te splitsen en op andere plekken weer terug te plaatsen. Enkele stinzenplanten behoren tot de hemikryptofieten, zoals breed longkruid, adderwortel, Italiaanse aronskelk en lievevrouwenbedstro. Deze groep planten heeft winterknoppen vlak boven de grond en komt al vroeg in het voorjaar in bloei.

Het merendeel van de stinzenplanten komt oorspronkelijk uit Midden-Europa en het mediterrane gebied. Het sneeuwkllokje komt bijvoorbeeld uit Midden- en Zuid-Europa en de krokus uit de Alpen en de Pyreneeën. Het stinzenmilieu is door menselijk ingrijpen ontstaan. Bij ons gedijen ze goed op de zavelgrond die hier na vroegere dijkdoorbraken terecht is gekomen. Door bladval en door af en toe een handje kalk te strooien ontstond een ideale voedingsbodem: voedselrijk, humushoudend, vochtig en kalkhoudend. Ook inheemse planten zoals robertskruid, zevenblad, fluitekruid, look-zonder-

look en speenkruid profiteren van dit milieu. Naast de fraaie uitstraling van het bloementapijt is deze groep planten ook nog

eens uitermate geschikt om in het vroege voorjaar aan de voedingsbehoeften van insecten te voldoen. Tijdens de mooie dagen in maart vorig jaar, waarbij de temperaturen opliepen tot bijna 20 graden Celsius, werden de planten druk bezocht door de eerste hommelsoningen en door onze honingbijen. Een bijenkoningin begint half februari al met het leggen van eitjes. Als er dan nectar en stuifmeel wordt binnengebracht is dat een enorme boost voor de bijenvolken. Iedereen met een gazon of een grasveldje zou in het najaar bolletjes kunnen planten. Het voorjaar wordt er veel leuker door.



winterakoniet

tekst Johannes • illustratie Marieke van Stippent



CHANAPON

Thai Food

Best Thai Food in Lent

check het menu op
www.chanaponthaifood.nl
 Bel of app je bestelling door op 06 19 90 74 66

Openingstijden

Woensdag	11.00 – 20.00 uur
Vrijdag	11.00 – 20.00 uur
Zaterdag	11.00 – 20.00 uur
Zondag	11.00 – 20.00 uur

Sinds corona en de daarmee samenhangende maatregelen hebben ook jongeren het moeilijker. Jobke Kobossen (44), jongerencoach in Lent, constateert dat er een behoorlijk gat bestaat tussen lichte vormen van hulpverlening en de hulp waar meestal een verwijzing van de huisarts voor nodig is en waarvoor er lange wachtlijsten zijn. Enthousiast vertelt ze over haar nieuwe uitdaging.

Wat signaleer je op dit moment?

“Door de maatregelen kunnen jongeren elkaar veel minder ontmoeten, zich minder verbinden met elkaar, en ze missen een uitlaatklep zoals sporten. Met tien tot vijftien procent van de jongeren ging het al niet zo goed, maar je ziet dat jongeren die normaal gesproken wel functioneren het nu ook moeilijker hebben. Ik ben er om die jongeren te ondersteunen en op weg te helpen. Ik help hen zichzelf beter te leren kennen, zichzelf te accepteren en hun behoeftes onder woorden te brengen. Zij hebben vaak aan een aantal sessies al voldoende om weer verder te kunnen.”

Wat is jouw achtergrond?

“Na de middelbare school deed ik Sociaal Pedagogisch Werk (MBO) en aansluitend Maatschappelijk Werk en Dienstverlening (HBO). Ik heb jaren in de jeugdhulpverlening gewerkt, onder andere in de pleegzorg. Daarnaast heb ik de laatste jaren diverse trainingen en opleidingen gedaan om me te bekwamen in het coachen met beeld, in hooggevoeligheid en de werking van het zenuwstelsel, en in lichaamsgerichte oefeningen waardoor je sneller bij je kern kunt komen. Ook is mijn ervaringsdeskundigheid een enorme bron waaruit ik kan putten. Sinds een paar jaar werk ik als schoolmaatschappelijk werker aan een middelbare school in Nijmegen. Zeven maanden geleden begon ik voor mezelf als jongerencoach.”

Ik werk met ouders én jongeren



Jobke Kobossen

Hoe ga jij te werk?

“Meestal zijn het de ouders die contact opnemen. Dan inventariseren we samen wat in hun ogen wel en wat niet goed gaat met hun puber. Ik spiegel hun gedrag en verwachtingen naar hun opgroeiende zoon of dochter en leg uit wat die nodig heeft. Ik werk dus met ouders én jongeren; het werkt systemisch in elkaar door. Vaak denken ouders dat ik meteen met hun zoon of dochter aan de slag ga, maar het kan al voldoende zijn om ouders twee keer uitgebreid te spreken, zodat zij zelf weer handvatten hebben om hun kind bij te sturen. Ik

werk veel met beeld, met opstellingen van de persoonlijkheid en met familie-opstellingen op tafel. Verder ben ik gespecialiseerd in de eigenschap HSP (hoogsensitiviteit). Door hier niet een stempel op te drukken, maar het als een kwaliteit te zien - een diepere verwerking van gedachten en informatie gekoppeld aan eerder opgedane ervaringen - wil ik deze eigenschap ‘gewoner’ maken. Dit én bereiken dat jongeren meer veerkracht en greep op hun leven krijgen, dat is mijn voornaamste missie.”

Info: www.blijfcoaching.nl of 06-24140499