

Lentse Lucht

Maandelijks uitgave
voor en door Lentenaren

JULI 2016
jaargang 19

7

Anders Wonen

Nog tot en met 23 september 2016 laat het BouwLab Nijmegen een aantal objecten zien op de Lentse Warande. Het zijn niet alledaagse bouwsels om in te wonen of te werken. Stichting Fabriek en het Architectuur Centrum Nijmegen hebben van de gemeente de mogelijkheid gekregen om op deze bijzondere plek in de stad een half jaar lang contact te zoeken met geïnteresseerden en ideeën rondom anders wonen uit te wisselen.



NIJMEEGS LOPERTJE
9

SCHOOLVERLATERS
12-13

THEATERGROEP VOYAGE
17

COVERSTORY (VERVOLG)

Wonen doen we allemaal. De keuzes die we op dit gebied maken worden vaak ingegeven door het voorhanden zijnde aanbod, maar voorziet het huidige aanbod van woningen wel in de behoeftes en wensen die er bij de gebruikers leven? Jongeren en starters op de woningmarkt hebben vaak specifieke wensen op het gebied van wonen of willen iets creëren met een beperkt budget. Maar ook ouderen hebben veranderende wensen omtrent wonen en zoeken bijvoorbeeld naar mogelijkheden om met een aantal gelijkgestemden een woonvorm te realiseren en zo de oude dag door te brengen, soms gecombineerd met zorg. Wet en regelgeving staat het uitwerken van zulke ideeën vaak in de weg omdat een ontwerp aan een waslijst van minimale eisen moet voldoen voordat het gerealiseerd mag worden. Het BouwLab van het Architectuurcentrum Nijmegen en Stichting Fabriikaat bieden je nu de mogelijkheid om gericht aan de slag te gaan met een woonvorm die je voor jezelf hebt bedacht maar niet te vinden is binnen het bestaande aanbod.

VOORZIET HET HUIDIGE AANBOD VAN WONINGEN WEL IN DE BEHOEFTE EN WENSEN DIE ER BIJ DE GEBRUIKERS LEVEN?

Stichting Fabriikaat (Honigfabriek) organiseert tijdelijke 'placemaking projecten', ze brengen kale, lege en soms onmogelijke locaties tot leven. Ze doen dat door kunstenaars te koppelen aan andere disciplines en sectoren. Zo staat er een ontwerp voor een watertoren, de grote koepel als onderdeel van het zelfvoorzienend expeditiestation MIR. In deze ruimte worden de bijeenkomsten gehouden, maar je kunt ook gewoon binnenwandelen voor een kopje koffie of een drankje. Buiten de koepel wekken zonnepanelen energie op en drijft een windmolen de watertoren aan. Er is een kleine kas aanwezig waarin groenten gekweekt worden. Daarnaast staan er 'Tiny Houses', zogenaamde minihuisjes om

in te wonen, werken of te slapen. Een van de huisjes, Solid Family, is zelfs via Airbnb te boeken om een nacht in door te brengen. Deze huisjes zijn vooral bedoeld om de mogelijkheden rondom het nieuwe wonen te illustreren. Belangrijk bij deze nieuwe vormen van wonen is het integreren van de laatste ideeën over duurzaamheid en zelfvoorziening. De opstelling van het BouwLab zal niet de hele periode hetzelfde blijven. Zo is ondertussen een van de 'Tiny Houses' alweer verdwenen, maar vanaf 2 juli aanstaande wordt een speciaal voor Fabriikaat ontworpen paviljoen van Frank Havermans, beeldend kunstenaar, aan het BouwLab toegevoegd.

Het programma van het Bouwlab bestaat verder uit lezingen, exposities en debat, waarbij professionals en kenners van de woonmarkt samen met bezoekers antwoord geven op vragen rondom dit nieuwe wonen. Bezoekers worden uitgenodigd om nieuwe inzichten op te doen en hun ideeën te delen. Een van de komende activiteiten wordt verzorgd door de pioniers op het gebied van de 'Tiny House Movement'. Zij zullen een beeld schetsen van deze beweging en vertellen over hun ervaringen. Ook worden medewerkers van de gemeente uitgenodigd om informatie te geven over de regelgeving en mogelijke locaties in Nijmegen. Een medewerker uit de financiële woonwereld zal voorlichting geven over hoe zulke afwijkende woonvormen gefinancierd kunnen worden. Dat alles maakt Het BouwLab een unieke ontmoetingsplek voor iedereen die geïnteresseerd is in anders wonen. En dat op de Lentse Warande!

Kijk verder op:

architectuurcentrumnijmegen.nl

stichtingfabriikaat.nl

facebook: [BouwLab Nijmegen](#)

frankhavermans.nl

het BouwLab is geopend van do-zo 12.00-17.00 uur

• TEKST AB BEELD MJ



INFORMATIE & COLOFON

Lentse Lucht wordt door vrijwilligers gemaakt en maandelijks gratis in Lent huis aan huis bezorgd. Abonnement buiten Lent: € 35,- per jaar.

Opzegtermijn: twee maanden.

De redactie behoudt zich het recht voor om kopij niet te plaatsen of in te korten.

Reacties:

024-3221095 / redactie@lentselucht.nl

Donaties en advertenties:

advertentie@lentselucht.nl

banknummer: NL69 RABO 0127 9961 33

Lentse Lucht niet ontvangen?

024-3221076 / bezorging@lentselucht.nl

Redactie: Martin Bos, Alphons Backx, Kim Dings, Joop Koopman, Ben Schilder, Léonie Schuijt-Overgoor

Webredactie: Kim Dings, Rein Koning

Opmaak & vormgeving: Rick Reijntjes

Fotoredactie: Jeroen Naus, Lenny Rijken, Marc Jeuken, Roos d'Hont

Tekstcorrecties: Marijke Munnichs, Ineke Zaalink

Illustraties: Yvonne Bussche, Hans Spaans

Drukker: Drukkerij Van der Weerd

Oplage: 3.650 exemplaren

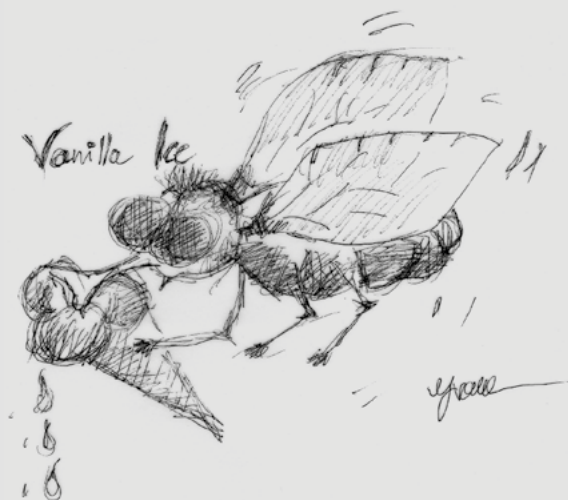


UIT DE LUCHT

Eendagsvlieg

In deze editie kunt u lezen over het wel en wee van eendagsvliegen. Mijn persoonlijke interesse gaat vooral uit naar de menselijke variant. De popmuziek kent talloze voorbeelden van artiesten die één knallende hit scoren, en vervolgens in vergetelheid wegzinken. Eén van mijn favoriete eendagsvliegen is Rob van Winkle, beter bekend als de rapper Vanilla Ice, die in 1990 een wereldhit scoort met Ice, Ice Baby. Zijn verhaal is van een treurigheid waar de echte eendagsvliegconnaissieurs van smullen.

Vanilla Ice rijst op uit het niets. Van zijn eerste album worden miljoenen exemplaren verkocht. Vanilla heeft een korte relatie met Madonna, speelt in de film Teenage Mutant Ninja Turtles II, en laat een biografie schrijven over zijn moeilijke jeugd. In de rapscene valt het echter niet goed dat de pretentieloze rap van de blanke Vanilla massaal wordt gedraaid op radio en tv, terwijl serieuze zwarte rappers, zoals Public Enemy, min of meer worden geboycot. Als ook nog blijkt dat Vanilla zijn moeilijke jeugd uit zijn duim heeft gezogen zijn de rapen gaar. Wat volgt is een reeks van geflopte albums, een mislukte zelfmoordpoging, en deelname aan een realityshow over vergeten artiesten, waarin



ook de besnorde porno-acteur Ron Jeremy figureert. De laatste keer dat Vanilla het nieuws haalt is vanwege diefstal van meubilair en zwembadmateriaal uit een villa. Mocht u van de zomer op de Oosterhoutsedijk een zwerm eendagsvliegen in uw mond krijgen, denk dan even aan Vanilla. Het kan altijd erger.

• TEKST MBO ILLUSTRATIE YVONNE BUSSCHE

Vertrek Roger Ritzen bij St. Theresia

Na 10 jaar als dirigent gewerkt te hebben bij muziekvereniging St. Theresia neemt dirigent Roger Ritzen afscheid. Lentse Lucht zocht hem op.

“Van huis uit ben ik saxofonist. Tien jaar geleden vroeg Lentenaar Ben Koebrugge mij om dirigent te worden bij St. Theresia. Wij speelden toen beiden in de Nijmeegse Politiekapel. Ik had er eigenlijk helemaal geen zin in maar Koebrugge bleef maar aandringen om te solliciteren. Toen ben ik toch maar eens naar Lent gereden. Ik vond het een aandoenlijk orkest en ben gebleven. Ik weet nog goed dat ik aangesproken werd door drummer Frans Berkien. Ik moest maar niet al te veel van hem verwachten. Hij had een hoorapparaat en bespeelde een drumstel terwijl hij ooit met één trommeltje begonnen was.

Hij kon nagenoeg geen muziek lezen maar volgde wel perfect mijn aanwijzingen. Hij was een van mijn helden. Mijn mooiste concert was op zaterdag 4 juni jl. samen met kerkkoor Young at Heart. De reden dat ik wegga is dat ik gevraagd ben om dirigent te worden van het Regimentsorkest Verbindings-troepen in Harskamp. Ik heb een fantastische tijd gehad in Lent en de vereniging zal me altijd na aan het hart blijven liggen.”

• TEKST JK BEELD MJ

Dirigent Roger Ritzen met drummer Frans Berkien



Van de webredactie

U wilt natuurlijk al dat u een bericht op lentselucht.nl snel en gemakkelijk onder de aandacht kunt brengen van een grote groep mensen. Maar wist u ook dat de aankondiging van uw evenement door de webredactie kan worden uitgelicht op de homepage van de site? En dat het bericht dan ook kan worden doorgeplaatst naar de Facebook- en Twitterpagina van Lentse Lucht? En dat u daarmee nog eens een paar duizend mensen extra kunt bereiken?

Dichterbij dan u denkt!



Drukkerij Van der Weerd
Koopmansweg 2, 6679 AL Oosterhout [Gld.]
t [024] 34 88 310 info@drukkerijvanderweerd.nl
www.drukkerijvanderweerd.nl

mansan
natural health & beauty

- (E.C.I.W.O.) Acupunctuur
- Schoonheidssalon
- Zwangerschapsongemakken
- IVF/IUI Ondersteuning
- Cadeaubon

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

Mansan | Vrouwe Udasingel 237 | 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

**BY
ILSE**
SCHOONHEID OP MAAT

WEGENS SUCCES VERLENGD

Indien u nu een voetbehandeling BY ILSE boekt,
kunt u tegen een meerprijs van slechts € 5,00
uw teennagels laten voorzien van shellac!!

Gegarandeerd minimaal 6 weken
lang mooie teennagels!!

Deze aanbieding is geldig tot 1 augustus 2016

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

ZOEVERS

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

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



...geven vierdaagselopers 10 tips um iedereen d'r uut te lope.

- | | | |
|--|---|--|
| <p>Tip 1. Goa op tied noar bed.</p> <p>Tip 2. Stoa op tied op.</p> <p>Tip 3. Drink un poar dikkoppe totda je hillemoal gin stress mer vuult.</p> <p>Tip 4. Verwijder op tied al je kraajepote en eksteroge.</p> <p>Tip 5. Doe veural schoene oan die nie knelle.</p> <p>Tip 6. Doe pompekejak ien je woater-flesje en vul um ut uur bij.</p> | <p>Tip 7. Kruup net zolang veur totda je achter die ene hupse Canadees kumpt te lope die altoos van die grote stappe nimt en zo netjes ien de moat luft.</p> <p>Tip 8. Goa veural iedere oavend danse op de Grote Mert.</p> <p>Tip 9. Griep je kans en loat je onderweg lekker verwenne deur je kuute en vuute te loate massere.</p> | <p>Tip 10. Stuur iemand veuruut mit je stempelkaart zoda je eiges lekker op un terras kan blieve zitte.</p> <p><i>Anna en Gé winse alle minse un hil werreme zomer toe mit hil veul opwaaiende sommerjurke.</i></p> |
|--|---|--|

DE HUISARTS

Kijken naar **de mens**

Er zijn héél véél manieren om naar de mens te kijken als huisarts. Mag ik u meenemen op een vakantietrip met uitzicht op de mens in het groot, tot een blik op het allerkleinste stukje mens?

Om te beginnen zien (huis)artsen mensen als deel van de (wereld)maatschappij. Ook in mijn Lentse spreekkamer ervaar ik de gevolgen van migratie, de oorlog in Syrië, en de afname van de sociale samenhang. Vaak is dit niet zo positief als dit resulteert in post-traumatische stress of een importziekte als malaria. Maar soms levert het ontroerend mooie verhalen op, of geeft de culturele vrijwing uiteindelijk glans. Een stapje kleiner is de mens binnen zijn stad en wijk. Oude Lentenaren hoor ik vertellen hoe ze (soms met moeite, soms met vreugde) leren omgaan met het veranderende 'dorp'. Problemen met puberende hangjeugd, de opening van een nieuwe school (De Windroos), of het eerste elftal van DVOL dat (slechts) achtste wordt in de competitie, het is allemaal van invloed op de gezondheid van de Lentse mensen.

De volgende stop in onze reis is het gezin: dit is elk huishouden waarbij minstens twee mensen een aanrecht delen. Mensen in een gezin zijn 'communicerende vaten'. Als de baby niet slaapt, dan heeft papa wallen onder de ogen. En als zoonlief te veel drinkt, dan krijgt mama de kater. Ook zien we dat de manieren waarop gezinsleden omgaan met ziekte en gezondheid vaak dezelfde zijn. Niet voor niets dat het Amerikaanse woord voor huisarts 'family doctor' is. Meestal – stapje kleiner – kijkt de arts in eerste instantie naar het 'mensniveau': de patiënt als een bezielde en intelligent wezen wat niet zonder meer is op te splitsen in onderdelen als 'lichaam' en 'geest'. Toch zijn veel aandoeningen, we gaan weer een niveauje lager, vooral goed te begrijpen als we het lichaam opdelen in anatomische onderdelen. Leest u mijn vorige column over de gal er bijvoorbeeld maar eens op na.

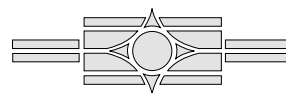
Weer kleiner, we hebben een microscoop nodig, zijn onze 100.000 miljard cellen. Elke cel is een klein fabriekje met een eigen functie. Er zijn er die kunnen bouwen, transpor-



teren, filteren, opruimen, samentrekken, opslaan, communiceren, etcetera. Kennis van de cel heeft de geneeskunde gigantisch veel kennis gebracht over oorzaken én genezing van ziekte. Soms kan een simpel onderzoek van een huidcel het verschil maken tussen iets goedaardigs of kwaadaardigs. Aan het slot van onze reis komen we aan bij het molecuul. Ons kleinste deeltje met een specifieke functie in het lichaam. Ook al zijn ze onzichtbaar, koester uw eiwitten, enzymen en mineralen. Als ze ontbreken of uit balans zijn kan dat lelijk opbreken. Gelukkig zijn er veel medicijnen die juist op dit niveau aangrijpen. En daar kan de cel, mens, gezin en maatschappij dan weer van profiteren. Fijne vakantie!

• TEKST FLORIS VAN DE LAAR ILLUSTRATIE HANS SPAANS

Zoek je een
uitdaging,
gezelligheid en
beweging? Kom
tennissen!



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. C.T.G. van Schie

mr. F.G.W.M. Huijbers

mr. S.T.W. Verhaagh

mr. D.W. Beemers

mr. S. van Oers

mr. H. M. Schurink - Smit

mr. B. Klomp - de Wijk

voor:

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

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



taxidewaalsprong@gmail.com

www.taxidewaalsprong.com

15.000m² woonplezier
onder één dak.

Nieuw!
Trendhopper 
Huissen

Jansen
totaal wonen



Jansen Totaal Wonen
Karstraat 95 Huissen
Tel. (026) 326 99 00
vrijdag koopavond
ELKE DAG GEOPEND

Voor sfeervolle meubels, keukens, slaapkamers,
woontextiel en accessoires kijk op

jansentotaalwonen.nl  

Praatjuf biedt
oplossingen voor
spraak-, taal- en
leesproblemen
voor jong en oud

**AANPAK VAN
COMMUNICATIE
PROBLEMEN**



Logopediepraktijken
in Lent, Huissen,
Bemmel, Angeren
en Didam.

Logopedie voor baby's,
kinderen en senioren.
Aangesloten bij NVLF
en ParkinsonNet.

kiwa
Gecertificeerd.



www.praatjuf.nl

Praktijk voor Logopedie

Griftdijk Zuid 131 c • 6663 BE Lent • (0481) 471 112
Meer informatie op: www.praatjuf.nl

Barbara Breedijk

Sommigen komen hier struinen of vissen. Anderen genieten van het uitzicht over de Waal vanuit een camper of zijn hier op vakantie. Deze keer betrapten we kleinkunstenaar Barbara Breedijk uit Amsterdam. Zij was in Lent om te schrijven aan haar theaterprogramma.

“Met Lent was ik al een beetje bekend want afgelopen jaar deed ik mee aan het theaterfestival ‘De Oversteek’. Ik trad op in de kersenboomgaard achter het station met eigen liedjes en begeleidde mezelf op de gitaar en ukelele. Het publiek zat op stobalen. Het was mijn leukste optreden ooit. De omgeving is hier prachtig. De mensen lijken minder gehaast dan in het westen en staan dicht bij de natuur en daardoor misschien ook dicht bij zichzelf. Het publiek is hier ook anders dan in Amsterdam. Daar moet je het publiek echt voor je winnen terwijl de mensen hier vanaf het begin al meer open staan voor je.

VANUIT MIJN EIGEN BEDRIJF VERZORG IK OPTREDENS BIJ BIJZONDERE GELEGENHEDEN

Ik ben opgegroeid in de bollenstreek en vanaf mijn zestiende maak ik muziek. Mijn idolen waren Tori Amos, Any DiFranco en Brigitte Kaandorp. Mijn eerste bandje heette ‘Almost Naked’. We oefenden in een container in een bollenveld. Regelmatig waren we te horen op de lokale radio en op alle podia in de omgeving hebben we wel gestaan. We maakten een soort Rock-'n-Roll muziek, althans, we deden een poging. Alle nummers schreven we zelf. Ik ben Nederlandse liedjes gaan schrijven toen ik na mijn dertigste een gevoel voor humor kreeg en als je dat goed wil overbrengen kun je dat het beste doen in je moedertaal. Naast het maken van muziek heb ik kort psychologie gestudeerd en ben daarna overstapt op de studie muziektherapie. Ik werk momenteel drie dagen in de week als muziektherapeut bij het Rode Kruisziekenhuis in Beverwijk. Ik combineer dus mijn werk met theateroptredens en dat vind ik een ideale combinatie. Vanuit mijn eigen bedrijf ‘Liedje voor jou’ verzorg ik optredens bij bijzondere gelegenheden zoals bij een huwelijk, een diploma-uitreiking of een verjaardag. Via bekenden verzamel ik dan informatie over de betreffende mensen en schrijf dan speciaal voor die gelegenheid een uniek lied. Daarnaast ben ik verbonden aan theatergroep ‘Fiere Vrouwen’.



Barbara Breedijk vond de rust in Lent

Met acht vrouwen brengen we een muzikale ode aan vrouwen met aanzien uit het verleden en het heden. Denk aan Aletta Jacobs, zangeres Mercedes Sosa, Sophie Hilbrand en Neelie Kroes. De reden dat ik een paar dagen in Lent ben is dat ik gewerkt heb aan dit programma. Amsterdam is daarvoor te hectisch en hier kan ik me volledig focussen op het schrijven. Ik kwam hier met een groot aantal tekstideeën en het is me gelukt er een aantal goed uit te werken. De focus lag vooral op de teksten en minder op de muziek. Het is me hier zo goed bevallen dat ik zeker nog eens terugkom”.

• TEKST JK BEELD JK

Heeft u computers in huis
die niet goed werken?
Wellicht kan ik helpen bij
u thuis!!

- . Problemen verhelpen met trage computers
- . Herstellen van vastgelopen computers
- . Verhelpen van WIFI-internetproblemen
- . Etc...



Tarief is maximaal €35 per computer
Windows (her)installatie indien mogelijk
€40 per computer

Hans van Riet
E: hvrcomputeronderhoud@gmail.com
Telefoonnummer: 0631370572
www.hvrcomputeronderhoud.nl





Wienen

accountants en adviseurs

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



Wienen ontcijfert en ontzorgt

024 323 23 33 • www.wienenaccountants.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



Bij Care Line kunt u terecht voor:

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

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

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

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



**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

Het Nijmeegs lopertje

is geboren in Lent

Het is geen jongen en geen meisje en het heeft een eigenwijs petje op het hoofd. Aan de armpjes en beentjes kun je zien dat het persootje fanatiek aan het wandelen of hardlopen is. We hebben het hier over het Nijmeegs lopertje, dropjes en winegums in de vorm van een wandelaar, een loper. De bedenker is Marloes van der Kemp (38), woonachtig in Lent. Lentse Lucht sprak met haar.

Hoe kwam je op het idee om het Nijmeegs Lopertje te maken?

“Een paar jaar geleden verloor ik mijn baan in het onderwijs. Omdat ik geen zin had om thuis op de bank te zitten heb ik het lopertje bedacht. Nijmegen had eigenlijk nog geen product dat nauw met de stad verbonden is en dat je gemakkelijk als souvenir mee kunt nemen als je Nijmegen bezoekt hebt. Er is wel een gebakje met de naam Nijmegenaar en Marikenbrood, maar die neem je niet zo makkelijk mee in je rugzak”.

Hoe ziet het souvenir er uit?

“Ik heb de hulp ingeroepen van grafisch ontwerper Kyah ter Haar Romeny, ook hier uit Lent. Zij heeft mijn gedachtenspinsels omgezet in concrete producten. De kern is een dropje en een snoepje in de vorm van een loper. Bij het bedenken ben ik geïnspireerd door de vele loopevenementen die Nijmegen kent waarvan de vierdaagse de belangrijkste is. Maar ook de Marikenloop en de Zevenheuvelenloop zijn bijvoorbeeld landelijk bekende loopevenementen. De winegums zijn uitgevoerd in de vierdaagse kleuren groen en oranje en zijn te krijgen in plastic zakjes en in nostalgische blikjes. Er zijn twee typen blikjes: één is speciaal voor de vierdaagse ontworpen en de andere is meer geënt op de stad Nijmegen.”

Heb je ook nagedacht over de samenstelling van de lopertjes?

“Aanvankelijk was mijn idee ze suikervrij en biologisch te maken maar dat zou de productiekosten te hoog maken. Zolang grote winkelketens niet om deze eigenschappen vragen zullen de productiekosten niet gauw lager worden. Als kleine ondernemer zal mij dat moeilijk lukken, daarvoor is de afname niet groot genoeg. Overigens zijn de winegums glutenvrij en de dropjes zijn het bijna.”

Waarom is het lopertje zo snel bekend geworden?

“Op zondag 24 april zat ik in het programma ‘De stem van de stad’ van radiostation Nijmegen 1 en vanaf toen is het balletje gaan rollen. Al gauw kwam er een artikel in de Gelderlander en op verschillende websites waardoor het lopertje al snel meer bekendheid kreeg. Toen we het bestaan van het lopertje via Facebook bekend maakten is het helemaal hard gegaan. We kregen aanvragen uit heel Nederland en ik weet dat er ook al lopertjes naar Australië verzonden zijn. Ik had er alleen maar van kunnen dromen dat het lopertje zo snel bekend zou worden.”

Wat zijn je verdere ambities?

“Graag wil ik het product uitbouwen. De blikjes wil ik bijvoorbeeld periodiek veranderen zodat ze actueel en fris blijven. In de toekomst wil ik me ook gaan richten op andere producten zoals serviezen en kleding. Ik kom nu eenmaal uit een familie van ondernemers.”

Marloes van der Kemp met haar lopertjes



**IK HAD ER ALLEEN MAAR
VAN KUNNEN DROMEN DAT
HET LOPERTJE ZO SNEL
BEKEND ZOU WORDEN**

• TEKST JK BEELD MJ




JEUGDTANDARTS
WAALSPRONG & BEUNINGEN

TWEDE LOCATIE NU GEOPEND!

- Tandartspraktijken speciaal voor kinderen
- Van de allerkleinsten tot jongvolwassenen
- Waarvan één praktijk omgetoverd tot vliegtuig
- Contracten met alle grote zorgverzekeraars
- De nieuwste technologieën




MEER WETEN? BEL 024-3246324 OF
KIJK OP ONZE WEBSITE: WWW.JEUGDTANDARTS.NL



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



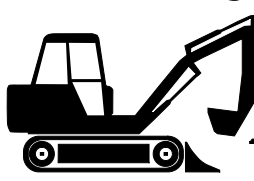
Kapper de Krul

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



Verantwoord 1 tot 2 kilo per week afvallen!

50% korting
op intakegesprek!



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

Samen sterk voor een gezondere levensstijl!

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

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

- Wekelijks 1 op 1 begeleiding van uw eigen persoonlijke coach.
- 3 gezonde maaltijden en tussendoortjes per dag.
- Alles gewoon te koop bij uw eigen supermarkt.
- Geen honger, slap of futloos gevoel door unieke voedings-supplementen.
- Een wijntje of een keer uit eten moet kunnen!

Lijnen zonder lijden is de sleutel naar langdurig succes.



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

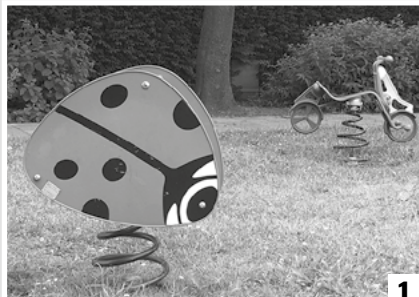
www.mylifeslim.com

FOTOLENT

Juli

Mail de oplossing vóór de sluitingsdatum (zie colofon) onder vermelding van de fotonummers en de plaats waar volgens u de foto is gemaakt naar: redactie@lentselucht.nl

Onder de goede inzendingen wordt een bon van €25 verloot.



1 2



3 4



• BEELD AB

De oplossing FotoLent juni 2016

- 1: Boom aan Visveldsestraat
- 2: Rij bomen aan Zaligestraat
- 3: Boomhut in boom nabij Fort Lent gezien vanaf Oosterhoutsedijk
- 4: (oer)boom Oosterhoutsedijk, Veur Lent

Er is wederom één oplossing binnengekomen, een goede. De winnaar is:
Hanne Hakvoort, Oosterhoutsedijk 74

GEDICHTENWEDSTRIJD

Drie leerlingen van groep 8 van de Geldershof, Tom Postma, Sofie Koster en Anne-Mare Bekkers, hebben de landelijke finale behaald bij de gedichtenwedstrijd VERS. Er deden zo'n 1500 kinderen uit het hele land mee. Knap werk. Tom werd zelfs tweede. Hieronder volgt zijn gedicht:

Ondersteboven

*Ik werd wakker op een koude grond
Er stond een rare wind
Ik keek naar boven
Een zwarte lucht
Of was het de grond?
Ik zag ijswitte wolken
Met grijszwarte wegen
Als een cadeaulint
Er doorheen
Ik riep naar boven
Maar mijn stem viel,
Als een blok
Naar beneden*

Tom Postma



• BEELD LS

Open huis
Campanula

Kom kijken en kennismaken bij Campanula in uw buurt

Een nieuw thuis voor mensen met dementie of een complexe zorgvraag.

Open huis: Zaterdag 2 juli van 13.30 tot 15.00 uur.

Adres: Barbarastraat 130 t/m 194, Lent

 **ZZG** zorggroep


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

SCHOOLVERLATERS

Zij gaan naar **een nieuwe school!**



de Windroos



het Talent



de Geldershof



de Verwondering

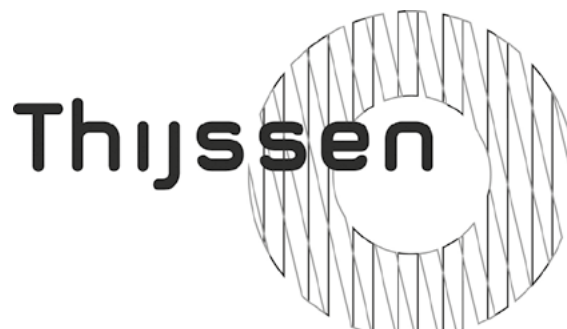


LUNCH BORREL DINER

Reserveren: www.dinercafealtijdlente.nl
Lentse Schoolstraat 61 | 6663 CP Lent

www.dinercafealtijdlente.nl

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



Brilmode
Contactlenzen
Optometrie

Markt 53/55
Bemmel
0481-470490

www.oogzorginbemmel.nl

GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT










www.deopstap-nijmegen.nl

Open Dag
4 sept. 2016
12.00-15.00 uur
de Ark van Oost
Cipresstraat 154
Nijmegen

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!

de oefentherapeut
CESAR-MENSENDIECK

**Oefentherapie Cesar De Lint
In Thermion**

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

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

Ook vestigingen in
Nijmegen/Oosterhout, Bemmel en Gendt

LENTGENOTEN

We gaan alweer de zomer tegemoet. Een seizoen dat vooral de laatste jaren geen garantie geeft op goed weer. Dan zijn veel woningen onbeheerd en verlaten. De bewoners zijn op vakantie om zeker te zijn van zon. Straten zijn dan stil en vooral later in de avond erg donker omdat er geen lichtjes branden. Daarom Lentgenoten, zorg ervoor dat er ergens een lampje gaat branden. Beveilig uw hebben en houden goed. U zult niet de eerste zijn die bij thuiskomst een ravage aantreft en met het gevoel blijft zitten dat er iemand letterlijk en figuurlijk in uw leven heeft ingebroken. Als uw burens thuis blijven, laat ze dan een oogje in het zeil houden en informeer de Wijkagent dat u er een aantal weken niet bent. Ook wij als Wijkraad houden er twee maanden mee op. In juli en augustus vergaderen we niet.

Op de valreep kregen we de melding dat er zich parkeerproblemen aandienen rondom het Witte Huis. Nog steeds zijn we met ons viertjes en weten we ons gesteund door een actieve verkeers- en mobiliteitswerkgroep, die ook dit probleem gaat oppakken.

Ook speelt de problematiek van de Dorpensingel nog steeds en zijn we er op gebrand om een verkeersluw Lent in de wacht

te slepen. Geen Laauwikstraat, Turenne- of Vrouwe Udasingel, waar snelheidsrecords kunnen worden gebroken door ze als sluiptwegen in te richten. Respect tonen voor de kinderen in het verkeer. Geen racebanen creëren om een paar miljoen te besparen op een al in 2011 genomen besluit. Temeer omdat onvolgende doordacht, miljoenen gemeenschapsgeld in projecten verdwijnt die onze gemeente helemaal niets opleverden. Daar mogen wij in Lent niet de dupe van worden. Verder moet me van het hart dat er nog steeds geen informatieavond is gepland voor het oostelijke deel van Lent. Hoe gaat de gemeente de verkeersproblematiek daar aanpakken? Voor het westelijke deel, wat zo gemakkelijk leek, zijn inmiddels drie inspraakavonden geweest. Op deze manier verdwijnen er wederom tonnen uit de pot die bestemd is voor onder andere de Dorpensingel. Gelukkig weten de Lentenaren nog dat we een dorp zijn. En die eenheid moeten we laten zien als het alsnog tot een inspraakavond komt, want dat is door de Wethouder Mobiliteit toegezegd. Ik wens u, mede namens de andere drie bestuursleden, een rustige, zonnige, maar vooral veilige vakantie.

Wijkraad Lent: Ton Pennings, Hotze Bleeker, Léonie Schuijt en Patries Lessmann

Lentse Oeverspelen op het eiland Veur Lent

De Oeverspelen zijn op zondag 4 september op de Waaloever bij het nieuwe haventje in Veur Lent. Dit gezinsfestival met een Kunst- en Creammarkt, zelfgebakken taarten, crêpes en ander lekkernijen is een bezoekje waard! In de Schuur van Henk zijn optredens van het Festival De Oversteek. En in de grote tent langs de Waal zijn gratis workshops. Wat dacht je van mode ontwerpen, schminken, buikdansen, schilderen, bootcamp voor ouder én kind, boogschieten, yoga, knutselen met materiaal uit de natuur of watersport in het haventje? We rekenen erop dat bezoekers vanaf 12.00 uur te voet of per fiets Veur Lent gaan ontdekken om aan de oever van de Waal een gezellige zondagmiddag te beleven. Lentse ondernemers hebben weer prijsjes en tegoedbonnen gegeven voor de loterij.

Open Podium

Op het Open podium kun je genieten van nieuw talent en oude bekenden. Wil jij je talenten vertonen en een bekende Lentenaar worden of ken jij iemand die wil optreden? Meld dat dan via e-mail: info@oeverspelen.nl t.a.v. Ineke Zeevalkink.

Taartenwedstrijd 'Heel Lent Bakt'

Wil je de wedstrijd winnen van 'Heel Lent bakt'? Je kunt jouw taart of hapjes 's morgens brengen bij de taartenkraam. Misschien ben jij dit keer wel de winnaar. De inkomsten van de taartenkraam en de loterij zijn van belang voor de financiering van de Oeverspelen.

Fotowedstrijd

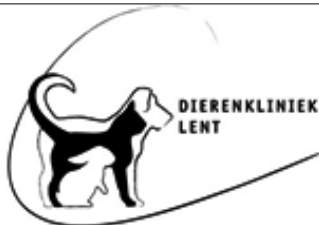
'Eiland' is dit jaar het thema van de fotowedstrijd van de Lentse Oeverspelen. Laat je inspireren door het bijzondere

landschap. Iedereen kan meedoen. Er is maar één eis: aan de foto moet je duidelijk kunnen zien dat die in Lent is genomen. De wedstrijdcommissie maakt een voorselectie van 25 foto's voor de expositie in de Dorpsschuur. Tijdens die expositie bepaalt het publiek welke foto wint. Foto's kunnen vóór 15 augustus in groot formaat gemaild worden naar: oeverspelen@gmail.com

Verdere informatie vind je op:
www.oeverspelen.nl

• TEKST FRANS MIKX BEELD ARCHIEF OEVERSPLENEN





Gezond op vakantie, gezond weer thuis

Hondsdelheid, niesziekte, bordetella, chip, paspoort, teken, zandvliegjes, vossenlintworm, hartworm, kennelhoest, vlooien, Leishmania, reisziekte....???

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

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

Lauwikstraat 20 Lent T. 024 360 64 22

h Installatiebedrijf
Hans van 't Hullenaar bv

Zonnestroom is gratis!

**Zonnepanelen:
een slimme investering!**

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

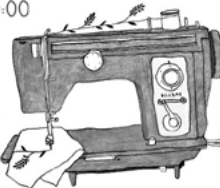
Persia atelier

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



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



- ✓ Kleinschalige opvang
- ✓ Vaste en flexibele opvangtijden
- ✓ Ervaren pedagogisch medewerkers
- ✓ Uitdagende en gezellige omgeving
- ✓ Opvang voor studie- en vakantiedagen



Steltsestraat 46, 6663BS Lent
www.stichtingsoos.nl - info@stichtingsoos.nl
Stichting SOOS: 024-3503874
Op Stelten: 06-230 23857

Theatergroep Voyage, zomaar in Lent

Heb jij ook wel eens zin om even uit je eigen wereldje te stappen? Uit nieuwsgierigheid of omdat je inspiratie zoekt? Of omdat je graag vermaakt wil worden met iets wat meer diepgang heeft? Lentgenoot Ditte Blitz vormt samen met haar partner Maurice Smit Theatergroep Voyage, waarbij Ditte regisseert en acteert en Maurice het geluid en de muziek regelt. Lentse Lucht is nieuwsgierig naar dit creatief Lents initiatief.

Ze hebben drie voorstellingen achter de rug en spelen nu de theatervoorstelling 'Walvismuziek' van Peter de Graef, geïnspireerd op het boek van Wally Lamb. In een prachtig samenspel nemen Ditte Blitz en Stefanie Emons je mee in het bizarre levensverhaal van Dolores Price. Een reis, waarbij je heen en weer wordt geslingerd tussen humor en pijn en waarin beide acteurs vanuit dezelfde personage (Dolores Price) subtiel overgaan in een ander personage. Geen luchtige kost dus, geen stuk om lui achterover in je stoel te hangen.

Nee, het is een bijna absurdistisch spel met humor en diepgang. De soberheid van het decor in combinatie met de wijze waarop het verhaal wordt gebracht laat ruimte voor eigen verbeelding. Het is alsof je een boek leest, met hier en daar een muzikaal accent als tweede dimensie.

Ditte, hoe kwam je op het idee om een eigen theatergroep op te richten?

"Van kinds af aan houd ik van toneelspeken. Na de middelbare school vond ik het moeilijk een beroep te kiezen en ben toen, aangemoedigd door mijn ouders, naar de PABO gegaan. Na het behalen van de onderwijsbevoegdheid wist ik het zeker: 'Ik wil toch iets met toneel doen!' Naast een baan in het onderwijs volgde ik daarom allerlei toneel- en danscursussen. Op aanraden van mijn dramadocent ging ik alsnog naar de Toneelacademie in Maastricht en koos daar voor de richting docent/regisseur. Nu combineer ik mijn werk als dramadocent op een middelbare school met onze eigen theatergroep."

Ditte heeft passie voor haar vak. Ze zoekt grenzen op, in zichzelf en in haar spel. Ze acteert en regisseert zelf, een combinatie waarvan ze gaandeweg ontdekt dat het bijna onmogelijk is. "Als regisseur ben je bij elke stap aanwezig, je moet een heldere visie hebben op wat je wilt overbrengen. Je regelt acteurs, geeft ze aanwijzingen, organiseert het decor, de kostuums, het licht en geluid en niet te vergeten de PR. Als acteur ben je heel anders bezig. Je moet teksten uit je hoofd leren, je inleven in het personage en de juiste timing hebben. Jezelf aanwijzingen geven is praktisch niet te doen. Dat vraagt om een sterke vertrouwensband met je medespeler en partner."

De professionele wijze waarop de voorstelling wordt gebracht, heeft me verrast en geraakt. Zo zie je maar, dat je vanuit je interesse voor toneel en zoekend naar vermaak, zo dicht in de buurt kunt stuiten op iets heel bijzonders, zomaar in De Kleine Wiel in Lent!

• TEKST MICHELLE SMELTINK BEELD RDH

Theatergroep Voyage

www.facebook.com/theatergroepvoyage
ditte.blitz@online.nl



Ditte Blitz en Stefanie Emons spelen rollen die vloeïend in elkaar overgaan

LENTS ALLERLEI

Placemaking: Ideeëncompetitie en Kunstroute Hof van HollandArt

Op 20 mei vond de startbijeenkomst plaats voor 16 kunstenaars die meedoen aan 'placemaking', een Ideeëncompetitie Tijdelijk Gebruik en de Kunstroute met LandArtkunstobjecten in de zuidwestkant van de Waalsprong. Gemeente Nijmegen, het Waterschap en StaatsBosBeheer faciliteren dit initiatief. Een vakjury en een Lentse medebewoner zullen tien ontwerpen selecteren, waarvan er ook drie via de website door het publiek gekozen worden. Deze website zorgt naast het kunnen stemmen op de ingediende ideeën en de 16 LandArt-voorstellen ook voor uitwisseling van gegevens. www.langsdewaalnijmegen.nl

Zonnebloem

De Zonnebloem helpt mensen die niet zelfstandig ergens naar toe kunnen. Dankzij uw opbrengst van de Zonnebloemarkt viert wij het 25-jarig bestaan, samen met onze gasten, op 8 juli in het stadje Doesburg. We vertrekken om 9.30 uur en brengen eerst een bezoek aan het Mosterdmuseum. Na de lunch zullen we genieten van een 'Hollandse middag' met zang en dans. Om 16.30 uur keren wij terug naar Lent, waarna we in Het Witte Huis de dag afsluiten met een hapje en een drankje.

Kampioenen bij tennisvereniging LLTV

Zes teams van Tennisvereniging LLTV zijn kampioen geworden, waaronder Heren 1. Bij de jeugd werden het meisjesteam en het mix-team 1 (t/m 14 jaar) kampioen. Wil je meespelen? Kom dan bij deze vereniging, waar zowel recreatief als prestatief tennis wordt gespeeld, met goede trainers en een gezellige sfeer. Contact: tonserrarens@hetnet.nl 06-18736104.

**Handbalvereniging Havana**

Handbalvereniging Havana start vanaf september in Lent met wekelijkse trainingen en twee competitieteam. Het heren- en het damesteam komen uit in de tweede klasse. Ook de jeugd is welkom. Komend seizoen worden maandelijkse handbalactiviteiten aangeboden en het volgende seizoen kunnen hopelijk ook de jeugdteams meedoen met de competitie. De trainingen zijn vanaf september op maandag- en donderdagavond in De Triangel in Lent. Belangstelling? Havananijmegen@gmail.com of kijk op www.hvhavana.nl

Kunstexpositie over dementie

In de weekenden 30-31 juli en 6-7 augustus exposeert Janny Freriks van 10.00 tot 17.00 uur in De Dorpsschuur haar grafische werk met de titel 'Dementie in beeld'. Janny ontwikkelde een nieuwe manier van kijken naar de sfeer in het dagelijks leven. Met behulp van technieken waarbij zij vlakdruk combineert met hoogdruk, probeert zij verstopte emoties uit te beelden. Een deel van de opbrengst van haar werken zal gestort worden op rekening van de stichting Alzheimer Nederland. Kijk op www.laviedulino.nl

Eiland RUN, hardlopen op Veur Lent

The Night Run Festival en Bruggenloop Nijmegen organiseren een derde hardloophwedstrijd. Op 1 juli zal om 19.30 uur vanaf de Lentse Warande de 5 kilometerafstand beginnen. Om 20.10 uur gaan de lopers voor de 10 kilometer van start. Het parcours brengt de renners naar alle hoeken van het stadseiland. De finish is op de Lentse Warande. Aansluitend is er gelegenheid tot een gezellig samenzijn op de Lentse Warande met muziek, eten en drinken. Informatie: www.024sport.nl

Tienerkoor Teens zoekt nieuwe leden

Het tienerkoor is op zoek naar nieuwe leden in de leeftijd 12-18 jaar. Vind je zingen leuk maar liever niet alleen? Dan is deze groep jongeren vast wat voor jou! We repeteren elke donderdagavond van 19.30-21.00 uur. www.tienerkoorteens.nl

Kinderkleding- en speelgoedbeurs

Op 17 september is van 9.30-12.00 uur in De Geldershof, Laauwikstraat 11, een winterkinderkleding- en speelgoedbeurs voor het goede doel. Van de vorige beurs is € 250,- overgemaakt aan Dierenpark De Kleine Kern in Lent, Speelbos Lent en Stichting Vakantiekind. Contact: kledingbeurslent@hotmail.com

Verbeter je buurt samen met Stadslab Nijmegen!

Stadslab Nijmegen ondersteunt bewoners met ideeën die het lastig vinden hiermee aan de slag te gaan en zet haar netwerk en kennis in om initiatieven verder te helpen, waarbij bewoners de kartrekker blijven. Heb jij een idee om je buurt mooier te maken en wil je hulp? Neem dan contact op met Stadslab Nijmegen en vul het webformulier in op www.stadslabnijmegen.nl

Gevraagd: gastgezinnen en taalcoaches voor Eritrese vluchtelingen

Project LiNK van Vluchtelingenwerk zoekt gastgezinnen in Lent, Oosterhout en Nijmegen die het leuk vinden om één keer per week twee Eritrese vluchtelingen (18 tot 23 jaar) thuis te ontvangen om samen te koken en te eten. Als gastgezin moet je bereid zijn om met handen en voeten te communiceren, omdat de meeste van de Eritrese jonge mannen nauwelijks het Nederlands beheersen. Daarnaast worden taalcoaches gezocht, die een jonge Eritrese vluchteling willen ondersteunen bij het leren van de Nederlandse taal. Als taalcoach spreek je één keer per week gedurende ongeveer anderhalf uur af met de vluchteling. Voor beide taken wordt een training aangeboden. Heb je interesse of wil je meer informatie, neem dan contact op met Ans Aerts, [tel.06-19732355](mailto:aaerts@vwon.nl), e-mail: aaerts@vwon.nl

Opbrengst collectie Longfonds

De Longfondscollectie heeft € 1.534,- opgebracht. Dank aan alle donateurs en complimenten voor de 21 collectanten. Gien Langen. E-mail: langen-lent@planet.nl

LENTSE WOLKJES

Ga je trouwen, of heb je iets anders moois te vieren? **Zoek je een fotograaf** die dit met veel plezier en liefde komt fotograferen? Kijk dan op www.roosdhont.nl voor een indruk van mijn werk, en neem gerust vrijblijvend contact met me op.

Vierdaagselopers reserveer tijdig voor **sportmassage**, om soepele spieren te behouden tijdens de 100e Vierdaagse. € 15,- per half uur. www.massagepraktijkpantarhei.nl. Ook voor intuïtieve- en ontspanningsmassage. Gun jezelf een moment van rust, ontspanning en aandacht. mieke@massagepraktijkpantarhei.nl of 06-37471979.

Gewoon Leven Nu voor integratieve psychotherapie en coaching. Integratieve therapie werkt bij zeer diverse klachten. Vergoeding via zorgverzekering mogelijk. Zelfmanagement-cursus 'Gewoon eten dieet', kennismakingscursus voetreflexologie, cursussen Reiki. Info: 024-6635806, info@gewoonlevennu.nl

Bootcamp & Bootcamp Boxing in Lent, Oosterhout en Bemmell! Aan je kracht en conditie werken? Heerlijk buiten sporten, afwisselende lessen, motiverend en gezellig! Lessen in de avond & onder schooltijd. Voor alle niveaus. Gratis proefles. Info: 06-45458178 / petra@dotheextramile.com / www.dotheextramile.com

"Wie wil zich nou niet **ontspannen en vitaal** voelen?" Dagelijks ervaren veel mensen stress, moeheid, pijnlijke spieren en klachten. Stap even uit de hectiek van alledag en **boek een massage**. Boek online op: www.purefran.nl. PureFran therapie & massage, gediplomeerd NGS wellness masseur.

Bridgen op de dinsdagavond van 19.30 tot 23.00 uur in De Open Hof in Lent. Wij zijn een kleine en laagdrempelige bridgeclub, waar het spelplezier voorop staat. Het nieuwe seizoen start 6 sept. Geef u op bij de clubsecretaris Hilde van Koolwijk 024-3229649.

Saxofoon- en klarinetlessen in Lent. Al plannen voor na de zomer? Inschrijven kan nog! Toffe en inspirerende saxofoonlessen voor alle leeftijden en niveaus. Info: www.gerwil.nl of info@gerwil.nl

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.

Geef eens een cadeaubon t.w.v. een behandeling kado. Keuze uit: Shiatsu massage, voetreflexologie, stoelmassage en Chi Nei Tsang. Te bestellen bij **www.i-blossom.nl**, Anouk, tel. 06-28782419.

Praktijk De Geluksvogels - Mindfulness voor kinderen! Vergroten van zelfvertrouwen en beter omgaan met onrust en spanning. In september start een 8 weekse training voor kinderen van 12 - 14 jaar in Lent. Voor meer informatie: Ellen Budding, tel. 024-3241609.

Schoenmakerij Tweehuysen: al meer dan 80 jaar het adres voor reparatie van schoenen en andere lederwaren. Deskundig advies. Ruim assortiment aan onderhoudsproducten. In de Betouwstraat 42, Nijmegen. www.schoenmakerijtweehuysen.com

Voor de thuisblijvers is er vanaf 16 juli in de zomervakantie wekelijks op zaterdagochtend van 9.30-10.30 uur **Meditatie aan de Waal**. Dit keer op een verstild plekje aan de nevengeul. Info: www.mediterenisteleren.webklik.nl / ine.albers@gmail.com / 06-19781414 / 024-3221101.

Springkussen huren? Dit doe je bij Pauzoo springkussen verhuur. Al vanaf € 45,- maak je er een geweldige dag van voor de kinderen. Voor meer informatie kijk op www.pauzoo.nl

Ayurvedische massage in Lent. Deze massage van lichaam en hoofd met warme olie werkt ontspannend, ontgiftend en verbindend, brengt lichaam en geest in balans. Duur van de massage ongeveer 5 kwartier. Er worden traditionele ayurvedische oliën gebruikt. Meer info: 06-44338221 of hellavandonk@outlook.com

Vanaf september starten **zanglessen in Lent**, gegeven door een ervaren en gediplomeerde docente. Diverse muziekstijlen, zoals pop, musical en jazz, voor iedereen vanaf 8 jaar, beginners en gevorderden. Inschrijven vóór 15 augustus = de eerste maand 1/2 prijs. Info: www.mirjamverheem.nl/agenda

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

landwinkel®

de Woerdt Ressen



GAVOORPUUR!

Dagelijks geopend
www.dewoerdt.nl

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

Monuta



De steun bij iedere uitvaart.

Monuta Nijmegen

Telefoon: 024 - 322 22 86

(24 uur per dag, ook in het weekend)

www.monuta.nl/nijmegen

UW FIETSSPECIALIST

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



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

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

Peter Raymakers

Loodgieter en installatiebedrijf

**Complete badkamers
Loodgieterswerk
Centrale verwarming
Tegelwerk**

e-mail: p.raymakers@hetnet.nl

tel: **06-44784316**

adres: **Pavialaan 37
6663EC lent**

ZOMERAGENDA

Juni

Van 11 juni t/m 22 oktober

Plukdag op de Warmoes, Historische Tuinderij Lent. Elke zaterdag van 11.00 tot 16.00 uur. Info: www.warmoes-lent.nl

Zondag 26 juni

Dag van het Park Lingezen. Thema: Wandelen. Landgoed Doornik Info: www.parklingezen.nl

Van 29 juni t/m 17 augustus

Graanwandelingen. Doornik Natuurakkers. Elke woensdagavond om 19.00 uur. Info: www.wiebakmee.nl



Juli

Vrijdag 1 juli

Eilandrun, 5 en 10 km, 19.30 en 20.15 uur. Inschrijven: 024sport.nl/eilandrun

Zaterdag 2 juli

Opening Paviljoen Frank Havermans, beeldend kunstenaar, Lentse Warande. BouwLab is open van do t/m zo van 12.00 - 17.00 uur

Zondag 3 juli

opening van Picknick bij Little Yard, Parallelweg 25, Lent. www.littleyard.nl

Zondag 3 juli

Jazzquintet Improvisions, Sprok, Waaldijk 9, vanaf 16.00 uur

Woensdag 6 juli

Opening Crossveldje en Skatebaan, van 15.00 uur tot 17.00 uur

Donderdag 7, 14 en 28 juli en 4, 11, 18 en 26 augustus

Koersbal Swon bij De Open Hof, van 14.00 tot 16.00 uur

Vrijdag 8 juli

Zonnebloemuitje naar Doesburg Vertrek 9.30 uur

Vrijdag 15 juli

Zomeravond diner in boomgaard Warmoes i.s.m. Atelier de Beleving Info: www.atelierdebeleving.nl

Van 16 t/m 22 juli

Festival Op 't Eiland Straattheater, kinderactiviteiten. Info: www.opheteiland.nl

Dinsdag 19 t/m vrijdag 22 juli

Nijmeegse vierdaagse

Woensdag 27 juli

Barbecue bij De Open Hof, 12.30 tot 14.30 uur. Aanmelden uiterlijk 25 juli bij Swon. Tel. 024-3650190 of www.swon.nl

Weekend 30-31 juli en 6-7 augustus

Expositie grafisch werk Janny Freriks Dorpsschuur van 10.00 tot 17.00 uur



Augustus

Woensdag 3, 10, 24 en 31 augustus

Spelletjesmiddag Swon bij De Open Hof, van 14.00 tot 16.30 uur

Woensdag 17 augustus

High Tea bij De Open Hof, 12.30 tot 14.30 uur. Aanmelden uiterlijk 25 augustus Swon. Tel. 024-3650190 of www.swon.nl

Woensdag 24 augustus

Workshop Bloembinden Warmoes, vanaf 19.30 uur. Aanmelden: info@warmoes-lent.nl

24, 25 en 26 augustus

Sport & Spel bij D.V.O.L. voor kinderen van 6-13 jaar. Aanmelden vóór 1 augustus. Info: facebook.com/sport-en-spel-lent

September

Alle zaterdagen in september

Appelplukdag Landwinkel de Woerd, 08.00 tot 17.00 uur

Donderdag 1 september

Wijkraad Lent De Ster, 20.00 uur

Zaterdag 3 september

Wildplukwandeling en lunch Warmoes van 12.00 tot 14.30 uur. Aanmelden: www.kunst-en-koken.nl

Zondag 4 september

Lentse Oeverspelen Waaloever Veur Lent, vanaf 12.00 uur. Info: www.oeverspelen.nl

Zondag 4 en 11 september

8e editie Festival de Oversteek Locaties: Bemmelen - Lent - Oosterhout Info: www.festivaldeoversteek.nl

Vrijdag 9 september

Zomeravond diner in boomgaard Warmoes i.s.m. Atelier de Beleving Info: www.atelierdebeleving.nl

Zaterdag 17 september

Kinderkleding- en speelgoedbeurs Basisschool De Geldershof 9.30 tot 12.00 uur

Zaterdag 24 september

Ladies Jazz met aansluitend een jazz jam sessie Sprok, Waaldijk 9, vanaf 20.30 uur

**Zomerreces Lentse Lucht**

Volgende editie eind september. Voor actuele zomeragenda zie: www.lentselucht.nl

Keurslager Van Kempen uw versspecialist ...



- In ambachtelijke vleeswaren uit eigen worstmakerij
- In het beste rundvlees
- In smakelijke grillspecialiteiten
- In heerlijke gourmet/fondue schotels
- In de beste barbecuespecialiteiten
- In maaltijden uit eigen keuken
- In compleet verzorgde partyservice



Van Kempen, keurslager

Lentse Schoolstraat 18 • Lent • Tel. 024-3222962

Mieke Stapelkamp

Fysiotherapie
Oedeemtherapie
Bowen
Fascietechnieken

De combinatie van Oost en West

Het Buske 79 Lent 024 3882882 www.miekestapelkamp.nl

Nagelsalon La Lime

Nu geopend in Lent; nagelsalon La Lime!
Hier kunt u terecht voor manicure behandelingen; kunstnagels;
gelpolish; nailart en cosmetische pedicure.
Tevens is het ook mogelijk om deze behandelingen bij u thuis
te doen, vraag naar de mogelijkheden!

Mara Nannings
Nagelsalon La Lime

U als nieuwe klant ontvangt 20% korting op
een behandeling naar keuze!

Mara Nannings
Vrouwe Udsingel 257
6663 GT Lent
Tel: 06-54247087
email: maratjel@hotmail.com



Verbinden vervullen verrassen verwennen

WIJNFORT

evenementenlocatie
trouwlocatie

Een eeuwenoud historisch verdedigingswerk dat de
laatste twintig jaar getransformeerd werd van rustend
cultureel erfgoed tot een van de meest unieke enter-
tainment buildings van Europa: het Wijnfort. Een
plek om alles te vergeten en om nooit meer te
vergeten.



WIJNFORT Bemmelsedijk 4
Lent (Nijmegen) 6663 KZ 024 3231746
www.wijnfort.nl - www.wijnforthuwelijk.nl
info@wijnfort.nl

Gezondheidsz. en maatsch. dienstverlening

Huisartsenpraktijk Lent	3094500
Avond/nacht en weekend	0900-8880
Tandarts	3230030
Jeugdstandarts Waalsprong	024-3246324
Apotheek de Waal	3094502
Huize St. Jozef	3813600
NIM Maatschappelijk Werk	3232751
ZZG zorggroep	3665777
Buurtzorg Lent Oosterhout	06-13003082
Swon het seniorennetwerk	3650190
Sociaal wijkteam, info	088-0011300
Verloskundige praktijk Ode	085-4897680
Betuweland Thuiszorg	0481-470660
STIP Nijmegen Noord	088-0011300

Levensbeschouwing

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

Scholen en Kinderopvang

Basisschool De Geldershof	3233510
BSO De Geldershof	3233633
KDV De Geldershof	3296360
Peuterspeelzaal De Geldershof	3233633
Stichting Liz	06-39865179
KDV De Groene Wereld	3225725
Basisschool Het Talent	3604332
BSO Goudwinde	3489984
KDV Goudwinde	3489999
Peuterspeelzaal De Goudwinde	3489980
Basisschool De Verwondering	06-57599674
BSO De Verwondering	06-51729321
KDV De Verwondering	06-83242407
Het Citadel College	3297740

Cultuur, recreatie en sport

De Ster	3578712
De Open Hof	3235421
Toneelvereniging Nieuw Leven	3234345
Scouting	3239684
Harmonie St. Theresia	3229560
Koor Young at Heart	3225399
C.V. 't Durstige Bluumke	0481-453335
Historische Tuinderij	3232418
De Dorpschuur	3244531
Spaarkas Lent	3223115
Sportzaal de Spil	06-54700536
DVOL Voetbal	0481-462338
Tennisclub LLTV	3578092
Tennisvereniging Lentseveld	06-55193760
Damclub DC Lent	3600137
Sportclub DVOL	3240930
Judo DVOL	3235367
Badmintonver. 't Plumke	3239684
Volleybalver. DVOL	06-42083393
Comby 55+	3232196
Bridge Club Lent	3233704
Bridgeclub Waalsprong	3295335
Sjoelclub/Jeu-de-boules	06-12700996

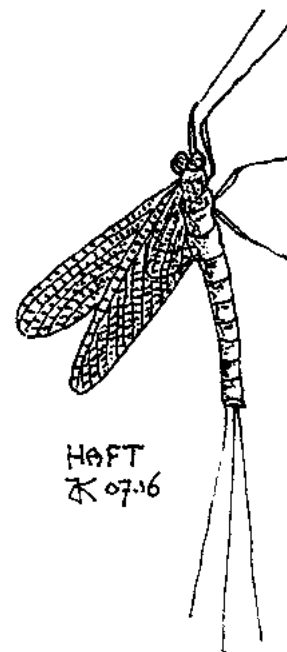
Diversen

Dierenkliniek Lent	3606422
Dierenambulance	3550222
Informatiecentrum Open Huis	3292408
Bel & Herstellij	14024
Milieutoezicht	3299511
Dienst Afvalstoffen & Reiniging	3716000
Dienst Sociale Zaken	3299222
Tandem Regio Noord	3650170
Wat heet oud	3236235
EHBO	0481-463449
Zonnebloem	3606455
Damesgilde	3227981
Wijkraad Lent	06-14833078
Wijkagent	0900-8844
Wijkbeheerder Carline Westen	06-52751720
Wijkmgr. Inge van den Hoogen	06-15903975

Haften

"Wat zijn dat toch voor vliegen in de zomer die als wolken boven de dijken hangen?", vroeg één van de collega-reportageurs een tijd geleden. "Kun je daar niet eens een stukje over schrijven?" Omdat de Lentse Lucht in de zomermaanden stil ligt en ik meestal over seizoensgebonden fenomenen schrijf, was het er tot nu toe niet van gekomen. Eigenlijk kun je er maar één dag per jaar over schrijven want het gaat hier om eendagsvliegen of haften. Het zijn ranke insecten met een teer lichaam, twee paar vleugels, grote ogen, korte borstelachtige antennes maar het meest opvallend zijn de lange staartdraden.

We komen ze alleen maar tegen in gebieden waar water te vinden is. Op de Veluwe tref je ze bijvoorbeeld niet aan terwijl Lent een uitgelezen plek voor ze is, zeker nu het waterareaal door de nevengeul aanzienlijk vergroot is. Het overgrote deel van hun bestaan brengen haften door als nimf onder water. Een nimf is de onvolwassen vorm van de eendagsvlieg zoals we die ook kennen bij libellen en sprinkhanen. De haften, waarvan in Nederland ongeveer 60 soorten voorkomen, kennen geen larve- of popstadium. Is de nimf toe aan gedaanteverwisseling dan begeeft hij zich naar het wateroppervlak waarna hij als zogenaamd subimago uit de nimfhuid kruipt. Dit subimago beschikt over vleugels en kan dan ook vliegen. Na enige tijd komt uit dit subimago het imago tevoorschijn. Het meest opvallende verschil tussen subimago en imago zijn de vleugels. Bij het subimago zijn ze dun, mat en grijsig als gevolg van de talloze microscopische haartjes. Deze zorgen er voor dat de insecten het water gemakkelijk kunnen verlaten zonder dat er water aan de vleugels blijft hangen. Het imago is te herkennen aan de heldere, glanzende en doorschijnende vleugels. Zijn de haften losgekomen van het water dan zijn ze snel ten dode opgeschreven want ze kunnen in dit stadium niet meer eten vanwege het ontbreken van monddelen. In de korte tijd die ze hebben moeten ze snel aan de slag om zich voort te planten.



Van juni tot augustus verzamelen de mannetjes zich in grote zwermen boven water, oevervegetatie en dijken. Ze bewegen als zwerm op en neer waardoor er een deinende beweging ontstaat. Talloze keren kreeg ik haften in mijn mond als ik door zo'n zwerm heen fietste. De zwermen hebben soort-specifieke patronen die door vrouwtjes herkend worden. In een rechte lijn vliegen vrouwtjes de zwerm in en worden vrijwel onmiddellijk besprongen door meerdere mannetjes. Het snelste mannetje klemt zich met zijn lange voorpoten vast aan het vrouwtje. Tijdens het vliegen vindt vervolgens de paring plaats waarna het mannetje, net als bij de bijen, dood ter aarde stort. Na de paring zet het vrouwtje de eitjes in het water af. Daarna is ook haar taak volbracht en sterft ze. Door de verbeterde waterkwaliteit waren er vorig jaar zoveel haften dat ze het landelijke nieuws haalden. Op de Rijnkade in Arnhem en op de Waalkade in Nijmegen verzamelden zich rond 10 augustus miljoenen haften. Ze zwermden daar rond de lantaarnpalen om vervolgens dood neer te vallen. De zwermen lichtgekleurde insecten deden denken aan fikse sneeuwbuien. 'Zomersneeuw' noemden de kranten dit wonderlijke fenomeen.

• TEKST & ILLUSTRATIE JOHANNES

Els Scholten

De Geldershof nam op 29 juni afscheid van Els Scholten. Ruim 700 Lentse kinderen en hun ouders hebben haar ervaren als een betrokken, creatieve vrouw, warm en speels, vol energie. Lentse Lucht brengt haar daarom 'in beeld'.

Je hebt een lange loopbaan achter de rug, zie je verschil tussen de huidige kleuter en de kleuter van vroeger?

"Nou en of. Toen ik in 1969 in Terborg begon, zaten er 38 kinderen in mijn klas. De groep was homogeen en we boden veel structuur. De aanpak was overwegend klassikaal. Crèches waren er nog weinig. Voor het eerst van huis: dat gaf de eerste dagen heimwee naar mama. Kinderen leerden samen onder duidelijke leiding van de juf. Nu lopen leeftijden en ontwikkelingsfasen veel meer door elkaar. De 'doorlopende leerlijn' is, sinds de basisschool (1985), steeds belangrijker geworden. De kinderen zijn niet anders, de maatschappij en het onderwijssysteem zijn veranderd en dat heeft weerslag op de kinderen. Ze krijgen ander speelgoed, andere prikkels en er zijn meerdere opvoeders in het spel. Dat vraagt een andere aanpak. Maar het kind blijft het kind met zijn eigen specifieke mogelijkheden en ontwikkelingsfasen."

Wanneer ben je in Lent begonnen?

"We zijn in 1981 in Lent gaan wonen, omdat mijn man in Nijmegen werkzaam was. Twee van onze drie kinderen zijn hier geboren. Al snel vroeg mijn buurman (destijds directeur van de Geldershof) of ik bij hem op school wilde invallen. Dat invallen werd uiteindelijk een vaste baan bij de kleuters. In het begin als vervangster voor zuster Francini en toen zuster Theresia even daarna met pensioen ging, kreeg ik een volledige baan."

Heb je ook les gegeven aan oudere leergroepen?

"Vanaf 2000 heb ik een aantal jaren in groep drie les gegeven. Dat was een leuke tijd; prachtig om te zien dat kinderen met kerst al konden lezen. Uitdagend en intensief waren vervolgens de twee jaren in de drie/vier combi. In 2010 werd ik coördinator van de onderbouw en kwam ik weer terug bij de kleuters. Naast het 'juf-zijn' kwamen er meer ambulante en andere taken bij. Het laatste jaar van mijn onderwijsloopbaan mocht ik samen met Pétranne Noten, een fijne en vertrouwde collega, de kleuters van 'Het Muizenhol' begeleiden. Ik heb genoten van de kinderen en het prachtige nieuwe gebouw."

Wat ga je doen als je gepensioneerd bent?

"Ik zal de kinderen, de dagelijkse structuur en mijn collega's wel missen. We hebben zo'n fijn hecht en gezellig team. Er zijn genoeg plannen voor de toekomst: het volgen van cursussen, hobby's en meer tijd voor de kleinkinderen. Verder wil ik me gaan inzetten voor de Stichting Kuychi, die kansarme kinderen in Peru toekomst biedt. Daarom heb ik een bijdrage voor deze stichting als afscheidscadeau gevraagd. Het is zo zinvol werk!"

Els geeft me het kaartje van de stichting. Met grote letters staan daarop de kinderrechten verwoord. Lentse Lucht wenst Els een goede nieuwe toekomst.

• TEKST LSO BEELD LR

EVERY CHILD HAS THE RIGHT
TO BE LOVED, TO DREAM,
TO PLAY, TO HOPE,
TO BE PART OF A FAMILY,
TO LEARN, TO BE

Stichting Kuychi

www.kuychi.org

banknummer:

NL94 FVLB 0699 0487 10



Juffrouw Els in groepsknuffel met de Muizen