



LENTSE

LUCHT

Het Arboretum van Ans
Op het strand met Jochem
De boom in met Leendert
Op de Kaaij met Terra Volta

Aan Lentse Lucht werken mee

omslagbeeld Uit de tuin van mevrouw Wolters - Marion Zwart



Martin Bos



Suzanne Botterman
Zambon



Marije Braakman



Marije Brand



Anne-Rie Bus



Jochem van Gelder



Anouk de Graaf



Mieke Gijzels



Gerco Hiddink



Henry Jansen



Janneke Jansen



Joop Koopman



Floris van de Laar



Marijke Munnichs



Marianne van der Pol



Lenny Rijken



Marieke van Stippent



Karin Veenendaal



Jorg Verweij



Marion Zwart

WORK IT MAMA!

VERANTWOORD FIT
NA JE ZWANGERSCHAP



ZIEN WIJ JOU IN
ONZE MOMMYJIM?

Scan de QR code
voor meer informatie of
om je aan te melden.



WWW.MOMMYJIM.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 5.880551°

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

Zomer

Uit de lucht

Zo vroeg in de zomer is er nog alle ruimte voor verwachtingen. We kunnen dromen over de aanstaande vakantie, de Zomerfeesten, een duik in het lauwarme water van de Lentse Plas, van lome zomerdagen die nooit voorbij lijken te gaan. Of de verwachtingen worden ingelost is altijd maar de vraag, maar wat is er mooier dan het zoete verlangen? Genoeg gekeuvel, laat ik u vertellen wat u van deze zomerse editie van Lentse Lucht kunt verwachten.

In ieder geval een muzikale noot. We spreken Marten van de zevenkopige band Terra Volta over hun swingende wereldmuziek. Werelds is ook de treksakmuziek van Desiree Dona. Heel dicht bij huis blijft het oeuvre dat het Campanula kwartet brengt. Bij binnenkomst hoort onze reporter al het welbekende 'Tulpen uit Amsterdam', enthousiast meegezongen door de bewoners van woonzorgcentrum Campanula.

Van Amsterdamse tulpen is het maar een kleine stap naar de bijzondere tuin van Ans Wolters. Is haar lievelingsbloem de roos? Je zou het zeggen gezien de rozenrijkdom die de tuin siert. Maar Ans vindt iedere bloem bijzonder, zelfs de paardenbloem. Juist de paardenbloem is bijzonder, zou uw betweterige columnist van

dienst willen toevoegen. Geen enkele plant in Nederland trekt zoveel verschillende soorten bijen. Laten we de ondergewaardeerde paardenbloem bij deze op een voetstuk zetten. En neem vooral eens een kijkje in de tweede tuin die Ans heeft ingericht aan het Laantje in Ressen. Deze wordt een arboretum genoemd vanwege de hoeveelheid bijzondere bomen die er staan. Dit paradijsje is vrij toegankelijk.



Niet elke plek is vrij toegankelijk voor blinde geleidehond Nina, zo vertelt Lisa Beumer, die geregeld ervaart dat er nog veel onbegrip is voor mensen zoals zij, en voor de honden die hun steun en toeverlaat zijn. De tekst die me nu nog rest is tekort om iedereen recht te doen, maar ik doe toch een poging. Onze huisarts ziet sterretjes, Johannes ziet vooral veel droogte, Marije ziet mensen op haar tuinbank en Boaz ziet, of beter gezegd maakt, personages. En zo is deze editie uitermate geschikt om de zomer mee door te komen op een berg, op het strand of gewoon in de achtertuin. Wilt u blijven genieten van nieuws uit de eigen Lentse achtertuin? Dan is een donatie zeer welkom. De bijbehorende brief vindt u in deze editie. We wensen u een prachtige zomer!

tekst Martin Bos • beeld Marion Zwart

Colofon

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

Heb je een nee-nee-sticker op je brievenbus, maar wil je wel elke maand genieten van Lentse Lucht?

Vraag dan nu de Lentse Lucht Ja sticker aan. Stuur hiervoor een email

naar bezorging@lentselucht.nl. De sticker wordt dan zo snel mogelijk bij je 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: Nezzo. Oplage: 5.400 exemplaren.



Sluitings-
datum kopij
dinsdag 9
sept 2025

De tuin van Ans Wolters

Tuinen

Net buiten Lent ligt aan de Woerdsestraat in het voormalige Ressen, nu Nijmegen Noord, de tuin van Ans Wolters (1938). Tuin is het verkeerde woord, want 'park' is beter op zijn plaats. Ook die benaming klopt niet helemaal want het is een heus arboretum. Ergens midden in het arboretum staat een bordje met de tekst Arboretum Rexna, hetgeen betekent 'arboretum in Ressen'. De oorspronkelijke benaming van Ressen was Rexna en dat was weer de Latijnse benaming voor Koningshof.

Op een vroege maandagochtend bel ik aan bij de in het groen liggende bungalow van Ans. In een prachtige serre in de vorm van een bloemenkasje word ik enthousiast ontvangen. Ans is geboren in Roermond en leerde haar man Eef daar in 1956 kennen op een bal. Eef was een Ressen jongeling die studeerde aan Hogere Agrarische School in Roermond. In 1961 kwam Ans in Nijmegen werken als directiesecretaresse bij Philips. In 1969 trouwde ze met Eef en in dat jaar werd ook hun bungalow naast het ouderlijk huis van Eef gebouwd. Eef ging werken bij zijn vader in het fruitbedrijf bestaande uit 20 hectare appels, peren, pruimen en in het begin ook nog kersen. De interesse in tuinen was bij Ans al vroeg gewekt: "Mijn ouders woonden in het centrum van Roermond en hadden een kleine stadstuin. We waren met zes kinderen, maar als mijn moeder tijd over had was ze aan het tuinieren. Ook Eef had naast zijn werk als fruitkweker een grote interesse in tuinieren. Vooral had hij een grote liefde voor bomen. In 1994 is het bedrijf opgeheven. Nijmegen had de grond nodig voor de Waalsprong. Eef en ik hebben altijd samen getuinierd, maar vier jaar geleden is hij overleden en sindsdien doe ik het alleen. Ik heb wel hulp van Jan Roelofs, hij helpt me een halve dag in de week en doet vooral het zwaardere werk zoals snoeien en maaien."

150 soorten

Het ontwerp voor de tuin hebben Eef en Ans samen gemaakt. Ans: "We zijn er in 1995 mee begonnen. Buiten de plantensoorten in de siertuin rondom het huis bevat het terrein zo'n 150 soorten. Voordat we begonnen hebben we verschillende arboreta bezocht in Nederland. Vooral waren we regelmatig te vinden in arboretum Belmonte in Wageningen en in de Dreijen daar tegenover. Ook kwamen we bij Arboretum Van Gelderen in Boskoop. We kochten daar onder andere prachtige esdoorns. Een aantal soorten verkleuren prachtig in de herfst. Bij Van Gelderen kochten we ook een bomenboek." Ans staat op en haalt het boek tevoorschijn. De

titel: *Das Grosse Buch der Garten- und Landschaftsgehölze*. Ans:

"We noemden dit boek wel onze bomenbijbel en deden er heel wat inspiratie in op. Ook deed ik veel inspiratie op tijdens de vele tuinreizen die ik maakte met mijn zus en twee vriendinnen. Eef ging nooit mee, hij bleef liever thuis."

Rozen zijn prachtig, maar dat zeg ik van iedere bloem, zelfs van een paardenbloem

Rozen

We lopen de tuin in om een betere indruk te krijgen van het geheel. Een pad gemaakt van waaltjes leidt naar de Lentse Plas. Vanuit de serre zie je een doorkijkje met uitzicht op bioscoop Pathé. De lievelingsplant van Ans is onmiskenbaar de roos. Overal staan solitaire exemplaren, maar de meest in het oog springende is wel de Kiftsgate. Hij staat in de voortuin en slingert zich metershoog in een metasequoia. Het lijkt wel alsof de boom bloeit met duizenden geurende bloemen. Ans: "Deze roos zag ik voor het eerst op een tuinreis. Rozen zijn niet de makkelijkste planten. Ze zijn gevoelig voor meeldauw, roetdauw en luizen. Rozen zijn prachtig, maar dat zeg ik van iedere bloem, zelfs van een paardenbloem. Op één van onze tuinreizen zag



ik ook eens een bijzonder mooie kornoelje, de *Cornus variegata*, die bijzondere meerkleurige bladeren heeft. Ook die hebben we toen aangeschaft. Bij de aanleg van het arboretum hebben we rekening gehouden met wat er al stond. Zo zijn er enkele appels, peren, pruimen en kersen blijven staan. Langs de weg staan een aantal magnolia's die in het voorjaar prachtig gebloeid hebben. Ook staat er een grote kweeper waarvan de vruchten ieder najaar geplukt worden door Historische Tuin de Warmoes om er onder andere jam van te maken.“

Legaat

Eef liet bij zijn overlijden een legaat na aan de gemeente Lingewaard om nóg een arboretum op te richten. Het viel niet mee om dit gerealiseerd te krijgen. Vooral dankzij de inspanningen van onder andere Lianne Duiven, van de Stichting Boomrijk Lingewaard, en gemeentebtenaar Jasper Wiersema is het na vier jaar gelukt. Ans: “Het ligt aan het Laantje, niet zo ver van het kerkje in Ressen en tegenover het voormalige Huis Ressen. Er is een wandelpad aangelegd en er is een informatiepaneel. Het arboretum is gevestigd op een driehoekig terrein en is vrij toegankelijk. Er zijn vijftien bijzondere boomsoorten te bewonderen, zoals de watereik, de oosterse beuk, de hopbeuk, de zwarte walnoot en de Mongoolse linde. Er is ook een strook bosplantsoen aangelegd met onder andere hondsroos, Gelderse roos en wilde mispel. Daarnaast is een plantenmengsel ingezaaid met inlandse kruiden, zodat de vogels en insecten er ook wat aan hebben.” Na anderhalf uur neem ik afscheid van Ans, een bijzondere vrouw. Nog nooit ontmoette ik iemand die aan de wieg stond van twee arboreta en in haar bescheidenheid zoveel betekent voor vogels, insecten en het klimaat.

tekst Joop Koopman • beeld Marion Zwart

Mediteren leren?



Boek nu gratis proefles



FRUITBEDRIJF - LANDWINKEL
CADEAUS - BOERDERIJTERRAS
VERGADEREN - CAMPERS

dewoerdt.nl - Ressen



Wijkkliniek CWZ Waalsprong

Spreekuren van bijna alle specialismen bij jou om de hoek. Makkelijk en vertrouwd.



EEN LEVEN LANG
GEZOND BEWEGEN
VOOR IEDEREEN

het
Gymlokaal



We zijn open in Nijmegen!

Onze nieuwe locatie op de Houtwerf in Nijmegen is officieel geopend. Bij MMfysio en Het Gymlokaal combineren we fysiotherapie en fitness om iedereen te helpen gezond en in beweging te blijven.

Met 500 m² aan ruimte, moderne apparatuur en een breed aanbod aan trainingen en programma's is er voor iedereen een passende manier om aan gezondheid te werken.

Kom langs en ervaar het zelf. Je vindt ons op de Houtwerf aan de Hatertseweg 23b in Nijmegen.

Samen maken we Nijmegen gezonder!

GRIFTDIJK NOORD 9B, 6663 AA LENT | WWW.GYMLOKAAL.COM

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-espérance.nl



Als je hond je ogen is en mensen dat niet begrijpen

Mensen in Lent

De redactie van Lentse Lucht ontving een e-mail van Jolanda Weerden (58), die aandacht vroeg voor een probleem waar haar blinde dochter Lisa Beumer (27) dagelijks mee te maken heeft.

Een beangstigende ervaring

Lisa woont sinds kort zelfstandig in de Waalsprong. Ze is blind en wordt begeleid door haar trouwe geleidehond Nina. Onlangs stond ze echter overstuur bij haar moeder op de stoep. Tijdens een wandeling rende er plotseling een loslopende hond blaffend op haar en Nina af.

Nina was op dat moment aan het werk, en mag dan niet worden afgeleid. Lisa probeerde haar instinctief te beschermen door tussenbeide te komen. Toen dat niet hielp, moest ze Nina uiteindelijk toch toestaan zichzelf te verdedigen.

Zo'n situatie - een luid blaffende hond die op je af komt rennen terwijl je zelf niets kunt zien - is op zichzelf al beangstigend. Maar het wordt extra gevaarlijk als Nina wordt gestoord tijdens haar werk. Zij fungeert namelijk als Lisa's ogen, en moet zich volledig kunnen concentreren op haar

taak. Wat Lisa nog het meest raakte, was de reactie van de hondeneigenaar. Deze kwam op z'n dooie gemak aanlopen, mompelde 'sorry' en zonder enige bezorgdheid liep hij gewoon weer door. Geen idee wat zijn hond had aangericht. Geen benul van hoe kwetsbaar Lisa is zonder zicht, of hoe belangrijk Nina is voor haar veiligheid. En dit is precies waarom Jolanda de e-mail stuurde. Want het gebeurt vaker.

Plotseling blind

Lisa is niet haar hele leven blind geweest. Vijf jaar geleden, op haar 22e, verloor ze in een paar weken tijd volledig haar zicht door een zeldzame en onverklaarbare aandoening. Wereldwijd zijn er maar vier andere mensen met dezelfde diagnose. Geen zicht, geen genezing, maar wél een enorme dosis doorzettingsvermogen. Want Lisa ging niet bij de pakken neerzitten. Met hulp van haar geleidehond Nina, veel doorzettingsvermogen en een flinke dosis lef, bouwde ze een zelfstandig bestaan op.

Onbegrip in de nieuwe buurt

Maar in haar nieuwe buurt kent niemand haar nog en loopt ze helaas tegen onbegrip aan. Het uitlaten van Nina bijvoorbeeld,



die dan géén tuig draagt en dus 'vrij' is, wordt voor Lisa steeds lastiger. Ze wordt regelmatig aangesproken of zelfs toegescreuwd door buurtbewoners. "Natuurlijk zou ik Nina's poep willen opruimen, maar ik zie het simpelweg niet," legt ze uit. Dat ze blind is, valt niet direct op - ze beweegt zich zelfverzekerd, kijkt mensen aan tijdens gesprekken, en lijkt op het eerste gezicht niet te verschillen van anderen. "Maar ik heb een blindenstok, en Nina draagt als ze in functie is een felgele band met tekst. Dat zou toch genoeg moeten zijn," zegt Lisa. Maar onlangs kreeg ze zelfs de opmerking: "Zo blind ben je nou ook weer niet!"

Ook binnen stuit ze op onwetendheid

Het blijft niet bij lastige situaties op straat. Ook in winkels en horeca loopt Lisa vaak tegen onwetendheid aan. Ze mag met haar hond overal gewoon naar binnen, maar personeel weigert haar regelmatig de toegang. Soms moet ze haar rechten letterlijk aantonen door het wetsartikel op haar telefoon te laten zien. Ze is zelfs een keer uit een hotel gezet omdat iemand Nina buiten had zien poepen. Absurd, maar het gebeurt.

Kennis en begrip

Jolanda en Lisa hopen dat veel mensen in Lent dit verhaal lezen. Want iets meer kennis en begrip kan een wereld van verschil maken. Het zou al veel schelen wanneer mensen hun hond bij zich houden als ze zien dat Nina haar tuig draagt en haar ongestoord haar werk laten doen. Lisa wil gewoon veilig ergens heen kunnen lopen en met plezier haar hond kunnen uitlaten. Het zou veel voor haar betekenen om zonder spanning bij haar moeder op de koffie te kunnen gaan - en voor Jolanda om haar dochter met een gerust hart te kunnen ontvangen!

tekst en beeld Anouk de Graaf



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

Al meer dan **45 jaar** een **begrip** in Nijmegen Oost



- ✓ Implantaten
- ✓ Mondhygiënist
- ✓ Kindertandarts
- ✓ Reguliere tandheelkunde
- ✓ Cosmetische tandheelkunde
- ✓ Bleken
- ✓ Airmile, de onzichtbare beugel

 L. Pennings en A. de Grood
+31 24 323 33 66
  Berg en Dalseweg 172
6522 CC Nijmegen

www.tandartsnijmegenoost.nl



Waalsprong

Gratis 1,5 uur parkeren
op parkeerdek P1

Openingstijden:
Maandag t/m zaterdag
08:00 tot 22:00 uur
Elke zondag
12:00 tot 22:00 uur



HART VAN DE WAALSPRONG

OP ZOEK NAAR EEN NIEUWE OF GEBRUIKTE FIETS?

BEKIJK ONLINE ONS ASSORTIMENT

www.wheelstweewielers.nl

Plantverkoop

Wij hebben 1000m2 aan buitenplanten. Bent u op zoek naar bomen, struiken, grassen, planten of bodembedekkers? Bij ons kunt u terecht! Is de plant toevallig niet aanwezig dan kunnen wij die voor u bestellen.

Waarvoor kunt u bij ons terecht:

-  Professioneel advies
-  Advies in onderhoud
-  Levering van planten
-  Inplanten

Maandag en dinsdag op afspraak.
Woensdag t/m zaterdag geopend.
Kijk op onze website voor de openingstijden.
www.geknipvooruw tuin.nl
Laauwikstraat 3a 6663 CD Lent

Kom gerust bij ons kijken!



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
- Burendrecht



Nieuwe Aamsestraat 88a te Elst
Berg en Dalseweg 122 Nijmegen
T 0481 - 365252 | E info@wbvs-advocaten.nl
www.wbvs-advocaten.nl

Sterretjes zien...

De huisarts

Vroeger verslond ik stripboeken. Suske en Wiske, Kuifje en Gilles de Geus waren mijn favorieten. Striphelden zijn onschendbaar: gewond raken ze zelden, sterven doen ze nooit. Als Lambik weer eens een dreun van Jerommeke krijgt, ziet hij wat sterretjes, vliegen er wat vogeltjes rond zijn hoofd en daarna gaat hij gewoon weer over tot de orde van de dag.

De werkelijkheid is anders. Gemiddeld zoeken elk jaar 22 van de 1000 mensen medische hulp na een hoofdletsel – letsel van het aangezicht niet eens meegerekend. In onze Lentse praktijk komt dat neer op zo'n 250 mensen per jaar; bijna dagelijks dus. Vooral (jonge) kinderen zien we vaak met dit soort klachten. Niet omdat we in Lent ruw omgaan met onze kinderen – integendeel. Ouders zijn meestal juist voorzichtig en zoeken snel hulp als hun kind een flinke smak maakt.

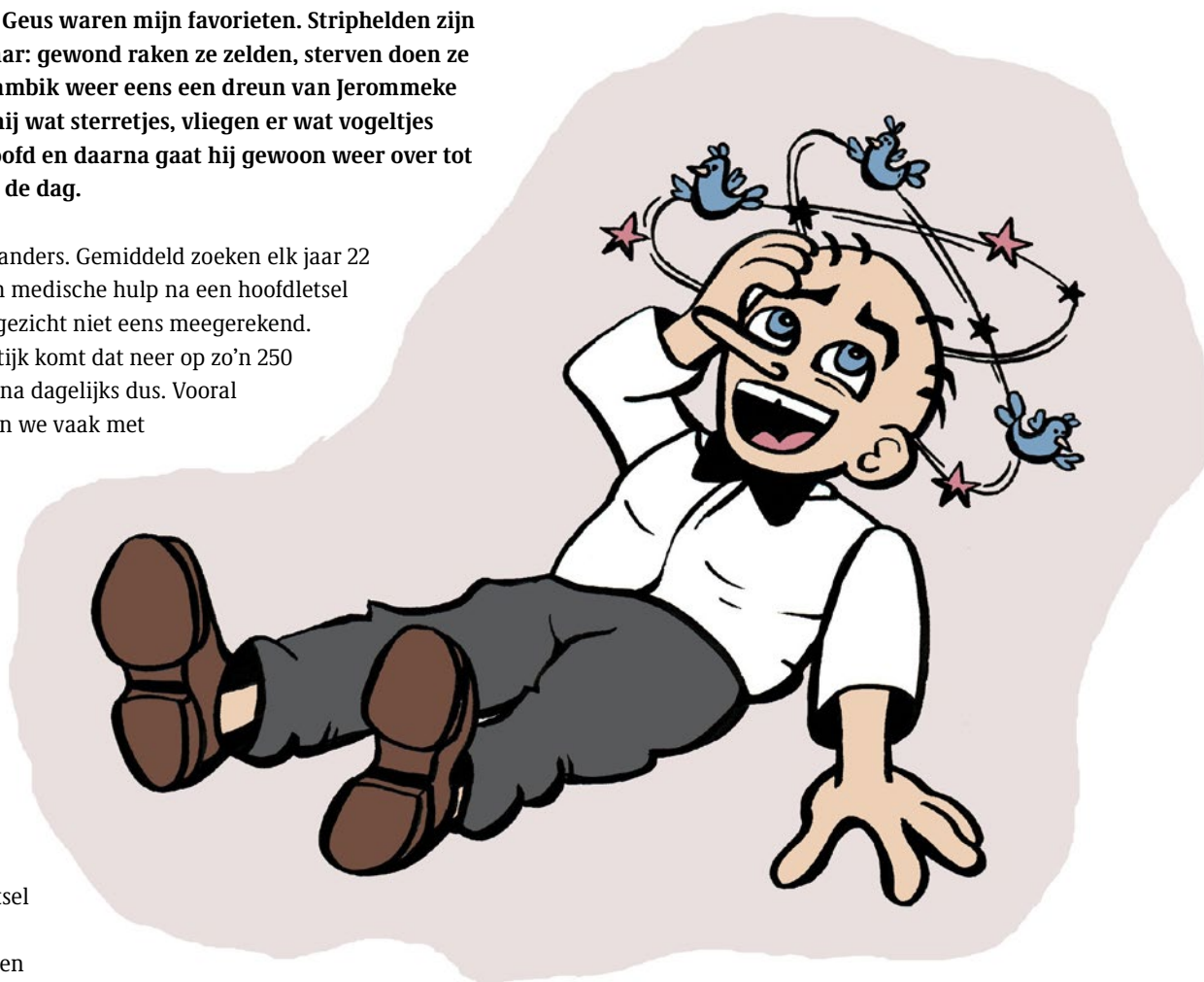
Soms is het hoofdletsel ernstig: een hersenschudding of zelfs een bloeding onder de schedel. Dat is zeldzaam, en zulke gevallen zijn meestal zo duidelijk dat er direct een ambulance wordt gebeld. Als huisarts zien we vooral de mildere twijfelgevallen. Bij die groep zijn levensbedreigende complicaties gelukkig uiterst zeldzaam. Ouderen en mensen die bloedverdunders gebruiken lopen wel iets meer risico. Het advies om iemand 's nachts meerdere keren wakker te maken is inmiddels achterhaald. Dat advies geven we niet meer.

Toch is er een groep mensen bij wie de klachten na een ogenschijnlijk mild hoofdletsel lang aanhouden: hoofdpijn, vermoeidheid, prikkelbaarheid, concentratieproblemen. Hoe je dat het beste behandelt weten we eigenlijk nog niet goed. Vast staat: neem de klachten serieus. Dus: geen volle kracht vooruit als het nog niet goed voelt. Maar laat ze ook niet je leven overnemen. Rust is goed,

maar isolement helpt niet. Zeker bij kinderen weten we dat het beperken van schermtijd kan helpen bij herstel. Verder is het vooral maatwerk, met aandacht voor lichamelijke fitheid, mentale balans en een steunende sociale omgeving.

Voor stripfiguren gelden al deze adviezen niet. Bij hen volstaat een kus van Sidonia of een stevig glas whisky voor Kapitein Haddock. Voor ons gewone stervelingen zijn voorzichtigheid, geduld – en soms een helm – de verstandigste keuzes.

tekst Floris van de Laar • illustratie Marije Braakman



TOP TICKETS ON SALE! SEIZOEN '25-'26



Vanaf woensdag 28 mei '25, start de ticket verkoop van het nieuwe theaterprogramma in de TheaterKerk Bemmelen

Verwacht **Maite Hontelé**, **Eric van Sauers**, **Rob & Emiel**, **Robin Borneman**, **Patrick Laureij**, **Luna Paige**, **Lebbis**, **Jort Kelder & Fré Hooft**, **Thom Gerrits**, **A Beatles Tribute**, **Andries Tunru**, **Joshua & Roza Herwieg**, **Julian Sas**, **Crazy Little Things-Queen Tribute**, **ArtEZ-New Dance Artist**, **Janne Schra**, **Spoken Word-Zo gezegd, Zo gedanst**, **Moedermonologen**, **Marlon Pichel**, **Salsa middag** en nog héél veel meer!

Tickets: theaterkerk.nl

powered by **TOP**

TheaterKerk BEMMEL



DIERENKLINIEK LENT

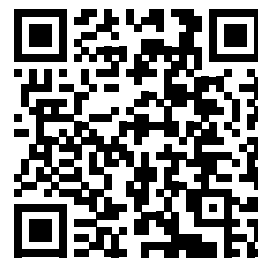
Hé puppie, zien we je snel ?



Dierenkliniek Lent
Laauwikstraat 20
www.dierenklinieklent.nl
024 3606422

Steun jij ook Lentse Lucht?

Geniet jij ook elke maand weer van dit mooie blad? Het wordt met veel passie gemaakt door een groep vrijwilligers.



Wil je ons voortbestaan ondersteunen, aarzel dan niet en doneer via deze QR code of met het iban nummer: NL 69 RABO 0127 9961 33
Elk bedrag is welkom!

Vijf muzikale vrijwilligers brengen bewoners Campanula aan het zingen

Muziek

Lentse Lucht gaat dit keer op bezoek bij woonzorglocatie Campanula, waar een muziekgroepje een keer per twee weken zingt met bewoners. Amper door de deur op de tweede verdieping hoor ik het al, het nummer 'Tulpen uit Amsterdam'. De ongeveer vijftien bewoners, voornamelijk mooi geklede vrouwen, krijgen per nummer de tekst uitgereikt en iedereen zingt mee. Als Joy enthousiast dirigeert en Bart bij het refrein van 'Zij kon het lonken niet laten' met zijn tamboerijn een ietwat wulpse houding aanneemt, zit de stemming er goed in. Later klinkt nog 'Omdat ik zoveel van je hou.'

Repertoire

Het Campanula kwartet dankt haar bestaan aan de toenmalige activiteitenbegeleider, die een oproep plaatste. Met de aanmelding van Joy ging de groep in november 2021 van start. Bart volgde in 2022. Nu bestaat de muziekgroep uit Joy Brattinga (67; piano), Bart Bors (71; dwarsfluit), Peter Teeuwissen (68; gitaar) en Eveline Knibbeler (68; klariet). Mantelzangeres Mireille Knibbeler (66; vrijwilliger die zingende bewoners helpt en zelf ook meezingt) maakt het gezelschap compleet. Met het oog op de leeftijd van de bewoners (gemiddeld 75 tot 85 jaar) speelt de groep voornamelijk Nederlandstalig repertoire uit de jaren vijftig en zestig, zodat de nummers herkenbaar zijn voor de bewoners. Rond Carnaval, de Vierdaagse, Sinterklaas en Kerst wordt het repertoire aan de feesten aangepast.

Stimulans

Om mee te doen heeft menige bewoner een stimulans nodig. Die komt van de verzorgenden. Niet iedereen doet mee, omdat sommigen te veel prikkels ervaren. Zo is er een bewoonster die niet mee komt zingen, maar er wel voor zorgt dat ze vanuit de gang de geluiden opvangt. Woonzorglocatie Campanula is gespecialiseerd

in zorg voor mensen met dementie. Gelet op de hogere leeftijd betekent dit, dat de groep die komt zingen aan verandering onderhevig is. Bewoners overlijden, er komen nieuwe bewoners, en ook familieleden zingen mee.

Ervaring met muziek en zorg

Dit muzikale vrijwilligerswerk voelt goed voor Joy en Bart. Zo dragen ze bij aan het belang van muziek voor het dementerende brein en de fysiek van de bewoners. Dat ze hen ziet genieten maakt, dat Joy met plezier naar de muziekmiddag gaat. Zij kan hier toepassen wat ze heeft geleerd op de pabo en als onderwijzeres op de basisschool. Bovendien zit ze in het popkoor Prestige, dat 120 deelnemers telt. Bart zit in een symfonieorkest en was in zijn werkzame leven fysiotherapeut. Beiden zijn blij met de steun vanuit de organisatie. Dat is activiteitencoördinator Constance wel tevertrouwd. Ze kopieert de teksten van de nummers voor elke zingende bewoner en zingt het laatste nummer van de middag mee. Ze ziet erop toe dat elke bewoner na afloop terugkomt op haar of zijn kamer. En ze biedt de muzikanten aandacht en waardering.

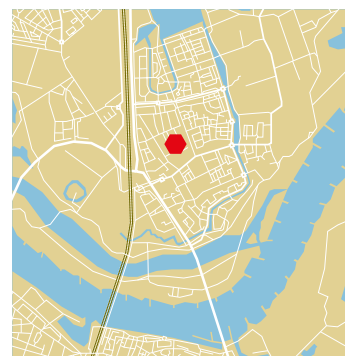
Vóór de komst van Constance had Joy even een dipje door het gebrek aan ondersteuning en waardering. Moest ze wel doorgaan met deze activiteit? Toen een bewoonster Joy toevertrouwde dat haar zoon was overleden en zingen het enige was wat ze nog had in haar leven, was die vraag snel beantwoord. En sinds de komst van Constance zijn die waardering en ondersteuning er weer.

Wil jij ook als vrijwilliger in de Lentse Lucht?

Mail naar: redactie@lentselucht.nl

tekst Marianne van der Pol • beeld Karin Veenendaal

Ontmoetingen op het bankje in de voortuin



Lenste mensen

Iedere maand gaat jullie reporter weer de straten op en de lanen in, op zoek naar ontmoetingen voor deze rubriek. Gesprekken aangaan met wildvreemden kan in principe iedereen, maar niets menselijks is ons vreemd en dus mag jij als lezer weten dat dit de ene keer meer energie kost dan de andere... en we zijn allemaal toe aan vakantie, nietwaar? Dus plaatste ik een oproep op *Next-door*: "Wie heeft er zin in een ontmoeting op het bankje in mijn voortuin?" Laat je inspireren, hoe leuk zullen de ontmoetingen deze zomer zijn, als je die voortuin even gezellig maakt en een oproepje de buurt in stuurt! Lees mee en ontdek wie zich melden bij het bankje en wat ze kwijt willen!

De geode

De oproep staat amper online of de eerste ontmoeting zit al klaar op mijn bankje. Niet door de oproep, maar door een mandje oude edelstenen. Het was voor mij oude rommel, maar voor kinderen uit de buurt een grote schat. Dat vinden ook Seb, Ezra en Daley (7-8), die grote moeite hebben er eentje uit te kiezen. We kletsen over hun verzamelingen en al snel gaat het over schatzoeken. Iets dat ze graag doen. Seb: "Ik heb pas nog een mooie steen gevonden waarop geschreven stond 'ik hou van jou tot aan de maan en terug'." Kristallen vinden is wel het summum voor de jongens, maar wanneer we verder praten komen ze op nog veel meer schatten, van vrienden tot kikkervisjes. Maar ook een zeldzame pokemonkaart is een schat, zegt Ezra: "Die hoop ik te krijgen op mijn verjaardag." De geode uit het mandje blijft ze intrigeren, het is ook verwonderlijk hoe zo'n 'gewone onopvallende steen' zo bijzonder is aan de binnenkant. Daley is het met mij eens dat dit bij mensen vaak ook zo is.

Schatkaart

Die wonderlijke binnenwereld, dat is waar Ryanne van Dooren-de Breed (35) zich mee bezighoudt als bewegingspsycholoog. Ze is vaak in Lent, omdat ze regelmatig met een cliënt rond de Lentse Plas loopt. Wat ze ieder zou willen aanraden in de gezondheidszorg: "Als je voelt dat je hulp nodig hebt, gebruik deze dan als jouw tweede brein. Je hoeft niet alles uit handen te geven aan testen die onderzoeken wat er allemaal mis gaat, maar zoek iemand die meedenkt, terwijl jij bepaalt wat bij jou past." Niet voor niets houdt ze zich bezig met 'Gezond in Noord', een platform om verschillende gezondheidsorganisaties in kaart te brengen. We hebben veel meer te bespreken dan in deze rubriek past, maar zijn het er vooral over eens dat je bij het zoeken naar hulp je onderbuikgevoel moet gebruiken. Het hoeft niet altijd een BIG-geregistreerde behandelaar te zijn, maar doe wel je huiswerk! Om te voorkomen dat je met kwakzalvers te maken krijgt: "kijk waar ze bij aangesloten zijn en onderzoek de ervaring van anderen". En zo zijn we weer terug bij het schatgraven...



Seb, Daley en Ezra met de laatste steentjes



Ryanne lekker in de zon



Femke toen er een fris windje opstak

Zonder oortjes

Behalve gericht graven, is even eruit stappen ook een manier om een schat te vinden, zoals deze rubriek ditmaal tot stand kwam door een oproep voor een ontmoeting op mijn 'bankje voor de deur'. Laat dat bankje nou een rol spelen in het werk van Femke van Erp (55): "Vaak speelt er zoveel in iemands leven, dat je even alles spreekwoordelijk je huis uit moet sturen en wat er vervolgens langskomt eerst moet ontvangen op het bankje voor je deur, voor je bepaalt wat je weer binnen laat in je huis." Maar ook letterlijk ziet Femke in het bankje voor de deur een ontmoetingsplek voor de buurt. "Daar zitten we graag met burens in de zon!" In persoonlijke gesprekken is Femke ook van het schatzoeken. Echte gesprekken, dát is waar we maatschappelijk veel baat bij hebben. Wat zit er achter de stilte of de herrie? Zeker nu Lent verder groeit, is de populatie steeds diverser en is het juist leuk om elkaar op te zoeken, in gesprek te blijven. Om het goede dat we in Lent hebben te blijven verspreiden. Het gaat altijd over het grote geheel. "Waar voeding niet meer voedt, raken mensen uitgeput. Zo gaat het ook met echt contact, anders verliezen we de interesse in elkaar." Femke's tip? "Wandel zonder oortjes en ga weer eens ouderwets slenteren!"

Naastenliefde

Iets dat Jan-Willem (56) niet vreemd is. "Slenterend vind ik echt goud op straat! Het gaat om de verbinding, om contact met elkaar! Hoe ga je om met de onbekende mens? Als je daar open in gaat, heb je vaak echt mooie ontmoetingen. Ik ga uit van het goede en ben daarnaast op m'n hoede voor het minder goede, niet andersom!" Dat klinkt simpel, maar het is niet altijd makkelijk om positief te blijven. Zeker niet na twee ongelukken en een beerput in de wereld van de letselschade. Maar juist door alles om te zetten in actie, dat letselschade-schandaal aan het licht te brengen én dieper over het leven na te denken. Jan-Willem zegt in die tijd geïnspireerd te zijn door Jezus en Gandhi. Waar Jezus oproept tot naastenliefde, spreekt Gandhi's motto 'wees zelf de verandering die je in de wereld wilt zien' hem ook aan. Zoals zovelen ziet hij graag een liefdevolle en rechtvaardige samenleving. "Dit drijft mij bij alles wat ik doe..." En veel doet hij. Zo is Jan-Willem onder andere voorzitter van de *Walk for Freedom Nijmegen*, zet hij zich in voor *buddy to buddy* en... en dan stopt hij. "Zo doet ieder wat kan, het is geen wedstrijd."

Verschil van mening

Wat een goede *reminder*: 'het is geen wedstrijd'. Daar mogen we allemaal wel eens aan herinnerd worden. Dus geen wedstrijd wie het meeste voor de ander doet, wie het meest aan zichzelf gewerkt heeft, wie het meest ontspannen is, wie de mooiste vakantiefoto's deelt of wie de grootste schatten heeft verzameld. Ook geen wedstrijd wie er gelijk heeft, maar zoek elkaar op en blijf je verwonderen, misschien juist over dat waarin je van mening verschilt. En dan is dat bankje voor de deur zo fijn, je ontmoet elkaar en hoeft niet meteen door één deur te kunnen, om toch verwonderd te zijn over dat wat je nog niet wist van elkaar.

Ken ik volgens jou die ene plek nog niet, waar ik na de zomer moet zijn voor een nieuwe reeks ontmoetingen? Mail dan naar lentse-lucht@marijebloei.nl

tekst en beeld Marije Brand



Jan-Willem in de miezerregen

Alles voor een fijn thuis...



Zansen EST. 1966
totaal wonen

Karstraat 95 Huissen
Elke dag open!
15.000 m² wooninspiratie
jansentotaalwonen.nl

OPENINGSTIJDEN:
Ma 13:00 - 17:30 uur
Di - Za 10:00 - 17:30 uur
Zo 12:00 - 17:30 uur

**INTUÏTIEF
TRAJECT**
SCHOOL VOOR
INTUÏTIEVE
ONTWIKKELING

www.intuitieftraject.nl

Train je intuïtie | ontwikkel jezelf
persoonlijk | professioneel | spiritueel

MEER INFORMATIE | Bel of mail ons
06-16051782 / info@intuitieftraject.nl

Volg een gratis proefles
cursussen & opleidingen

**kijk
voel
beleef
verwonder**



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



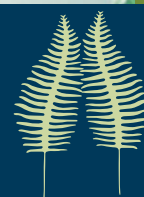
Meijer & de Wit
Therapie en coaching

Samen **jezelf** leren kennen

*"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

Lentgenoten



Als ik deze column schrijf is het mei, ook wel 'de bloeimaand' genoemd. Een mooi moment om stil te staan bij onze stadsnatuur. Voor dit artikel heb ik mij laten inspireren door twee Nijmeegse ecologen. Wijkraad Lent had stadsecoloog, Joep van Belkom, gevraagd om uitleg te geven over de stadsnatuur in Noord. Het was een interessante platformbijeenkomst. De presentatie en notulen vindt u op Wijkraadpagina van de website LentseLucht.nl. Opgedane tips wil ik graag met u delen, zodat we samen van Lent één groene woonoase kunnen maken.

Urban Rewilding NYMA-terrein

Rewilding is een natuurbeheerstroming waarbij de regie wordt teruggegeven aan de natuur. Het idee is om de natuur ruimte en tijd te geven om te groeien waardoor vegetatie spontaan en op eigen kracht kan ontstaan. Op het NYMA-terrein worden daarom op sommige plaatsen beton en steen weggehaald, zodat water de bodem in kan en planten kunnen wortelen. Ook worden er structuren voor klimplanten, stuifduinen, poeltjes en een oeverwaluwand aangebracht. Een interessante ontwikkeling!

Op wijk safari

Ben je geïnteresseerd in welke dieren en planten er in jouw buurt leven? Ook dit jaar vinden er weer wijk safari's plaats. Samen met een ecooloog wandel je langs allerlei natuurplekken. Zelf heb ik deelgenomen aan een wijk safari onder leiding van ecooloog Han Sluiter. Enthousiast vertelde hij over De Warmoes en Fort Beneden Lent. Inschrijven kan via de website van Museum De Bastei. Na de safari kreeg ik een handige app toegestuurd om beter te worden in het herkennen van planten en dieren. Deze app ObsIdentify kun je downloaden op je telefoon. Wanneer je waarnemingen van bijzondere natuur wilt registreren, is waarneming.nl handig. Hier kun je ook zien wat anderen hebben gespot.

Geveltuinen

In Hof van Holland, waar ik woon, worden steeds meer geveltuinen aangelegd door bewoners. Als je geen voortuin hebt, maar de voorkant van je woning toch groener wilt maken, is dat een mooie oplossing. De aanleg hoeft je niet te melden bij de gemeente, maar er zijn wel voorwaarden. Die vind je op de website van gemeente Nijmegen. Ook museum De Bastei heeft een handige folder en een filmpje over hoe je een geveltuin kunt maken. <https://www.debastei.nl/nl/steenbreek-nijmegen/zelf-aan-de-slag/geveltuin-aanleggen>



Werkgroep Groen

Er zijn in Lent verschillende natuurgroepen actief. Vroeger had wijkraad Lent ook een werkgroep Groen die deze activiteiten volgde en zo nodig bundelde. Deze werkgroep is jammer genoeg verwaterd. Heb je interesse? Meld je dan aan via info@wrlent.nl.

tekst Jenna Ekkelboom • illustratie Jeroen Helmer

Platformbijeenkomsten

Op donderdagavond 18 september is er een bijeenkomst van de Stadspartij voor Lentse bewoners. Onderwerpen zullen o.a. zijn: Verkeer en infrastructuur, Participatie en Sociale cohesie. Plaats, tijd en programma hoort u van de Stadspartij zelf via de website van de Lentse Lucht en andere media.

Attentie: De Platformbijeenkomst van de wijkraad zelf verschuift daarom naar 30 oktober

Plaats De Ster, Queenstraat 37b.

Tijd 20.00 uur tot maximaal 22.00 uur. Inloop 19.45 uur.

Agenda's en notulen vindt u op de website van de Lentse Lucht.

E-mail info@wrlent.nl Website www.wijkraadlent.nl FB facebook.com/wijkraadlent nextdoor.nl/pages/stichting-wijkraad-lent-lent-nl-ge/



Christa van Suilen-Verzijl
voorzitter, aandachtsgebied:
gezond in noord



Matthijs Kortekaas
penningmeester, aandachtsgebied:
stedelijke ontwikkeling



Michel Willemsen
aandachtsgebieden: mobiliteit
en stedelijke ontwikkeling



Jenna Ekkelboom-van Deur
secretaris, aandachtsgebied:
jeugd en jongeren



Miranda van de Burgt
aandachtsgebieden:
sociale cohesie en back up
stedelijke ontwikkeling



Léonie Schuijt-Overgoor
aandachtsgebieden: mobiliteit,
adviesgroep Veur Lent-Hoge
Bongerd en netwerkcontacten

OUTDOOR KRACHTTRAINING



**MEE DOEN?
SCAN DE CODE**

DOE MEE MET EEN GRATIS
PROEFLES. MELD JE AAN!



OUTDOORJIM.NL



**TANDARTS
LENT**

Wij nemen nieuwe patiënten aan!

Schrijf je in via www.tandartslent.nl
of
Bel voor een afspraak met 024-3230030



Info@tandartslent.nl Dorpsplein 3, 6663 CS, Lent



Den Hartog
TUINCREATIES

**Tuinontwerp, realisatiebegeleiding
en onderhoud**

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769



SK superkeukens

compleet
met apparatuur
€ 7.490
348 cm

Luanda zand

- ✓ In eigentijdse zandkleur
- ✓ Compleet met alle apparatuur
- ✓ 5 jaar apparatuurgarantie
- ✓ In elke opstelling leverbaar

Superkeukens Huissen

Nijverheidsstraat 15, Huissen Tel (026) 326 99 80 verkoop@superkeukens-huissen.nl ELKE ZONDAG OPEN

Lentse Wolkjes

Ben je handig met een naaimachine of schaar? Dan ben ik op zoek naar jou. Ik maak kleertjes voor te vroeg geboren kindjes. Ik kan een paar extra handen gebruiken. Een kleine vergoeding is mogelijk. Interesse? Ellen Louis: 0640942215; www.neokleertjes.nl

De Grote Vraag - Praktijk voor existentiële counseling en coaching. Voor wie zoekt, vastzit of worstelt met het leven. Niet voor wie beter wil leren plannen. Gesprekken die raken, ruimte geven en verdiepen. grotevraag.nl

Fysio, Fit & Zen bij Ush: Pelvic Therapy, fysio- en massageconsulten en trainingen voor vrouwen (en partners). ZwangerFit, Mama Herstel Traject, VrouwFit & Zen en Goddess Yogalessen. Met je baby of kindje? Neem contact op via: www.gewoonbijush.nl of 0653723616.

Vanaf september starten we weer! Nieuwsgierig hoe **Aplomb Yoga** je kan helpen om kracht, rust en balans te vinden? Sluit je aan bij onze donderdagochtendgroep in Lent, locatie Voorhuis, De Sterappel. Info en aanmelden (kan vanaf nu): ahimsa-yoga-mindfulness.nl

Kom de kracht van familieopstellingen ervaren. Heb je last van terugkerende patronen? Waar je ook tegenaan loopt, de oorsprong ligt vaak in je familiesysteem. Een familieopstelling kan beweging brengen. Zie: www.deinnerlijkeweg.nl voor familieopstellingen in groep en 1-op-1 in Lent

Ondersteuning nodig bij erven of nalaten? Wil je je goed voorbereiden op je (levens-)testament? Heb je hulp nodig bij het afwikkelen van een erfenis? Mail naar annet@bojang.nl of kijk op www.bojang.nl om te zien wat ik voor je kan betekenen.

Zoek jij een goede masseur/sporttherapeut in Lent?

Voor **sportmassage en sporttherapie** kun je bij mij terecht op locatie St. Jozef, Lentse Schoolstraat 25 te Lent. Meer info op www.sportmassage-sporttherapie-bas.nl. Of bel met BAS 06-22208237 Graag tot binnenkort!

Koop lokaal bij coöperatieve boekhandel De Toren van Bemmell. Divers en interessant aanbod boeken (literair, thrillers, non-fictie, kinderen, jongeren, regionaal). Op voorraad of te bestellen. Ook tweedehands: boeken, muziek, films. Dorpsstraat 42, Bemmell. Vier kilometer van Lent. Geen parkeerkosten. www.torenvanbemmell.nl

Bij **Praktijk Grondsteen** ben je welkom met jouw verhaal, jouw levensvragen rondom verlies van naasten, gezondheid, verlies van werk of na scheiding. **Speciale uitnodiging aan mannen die op verhaal willen komen.** Paulo Kessler, Praktijk Grondsteen, www.praktijkgrondsteen.nl, tel. 0642859318.

Maak eens kennis met opstellingenwerk in de Lentse Dorpsschuur. Met maandelijks een (familie)opstellingenmiddag en workshop 'stap in je **Human Design**'. Ook voor **individuele opstellingen** of een individuele opvoedopstelling (bij gezins- en opvoedvraagstukken). Zie: praktijkvoorsystemischwerk.nl/agenda

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 € 90,- incl. btw.

Een Lents Wolkje plaatsen van max. 40 woorden? Een particuliere mededeling of oproep kost € 6,00 en een zakelijke € 15,00. Vóór sluitingsdatum 9 september 2025 (oktobernummer-8) 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

Locatie de Boog

Dick Boerrigterplein 2
6663 RC Nijmegen

www.fysiotherapielent.nl

info@fysiotherapielent.nl

024-3031144



Ik hoop hier gewoon mijn ding te kunnen doen

Mensen in Lent

Na ruim zestig jaar in Beneden-Leeuwen vond Jochem het tijd voor iets nieuws. Met een knipoog noemt hij zichzelf een 'medische vluchteling', geboren in het ziekenhuis in Tiel vanwege een stuitligging, en opgegroeid in Beneden-Leeuwen, het hart van Maas en Waal. Toch lonkte Lent. En nu, sinds een maand, woont hij samen met zijn vrouw en hun twee hondjes in zijn nieuwe paleisje. "Het voelt nog een beetje als een vakantiehuis, maar dan wel met onze inboedel én beestenboel. Heel soms denk ik nog even: oké, en nu weer naar huis. Maar dat duurt maar een tel. Dit is nu thuis."

De lusten, maar niet de lasten

Met de kinderen uit huis werd de woning in Beneden-Leeuwen te groot. Nijmegen, altijd al 'de grote stad in de buurt', werd het startpunt van hun zoektocht. Een vertrouwde plek, mede dankzij Jochems diepgewortelde liefde voor de Nijmeegse voetbalclub NEC. Maar al snel liepen ze daar tegen de keerzijde aan: een oververhitte huizenmarkt, weinig parkeerplek en veel drukte. Hun focus verschoof naar Lent. Bovendien bleek Lent ook sociaal aantrekkelijk, want broer, zwager én zoons wonen in of rondom Lent. Zo werd hun zoektocht steeds gericht. "We hebben tientallen huizen bekeken voordat we bij dit huis in Lent uitkwamen,"

Lent voor Jochem van Lent

vertelt Jochem. "Toen wisten we: dit is het." Wat hen over de streep trok? De ligging, de rust én de nabijheid van alles wat de stad te bieden heeft. "Je hebt hier de lusten van de stad, maar niet de lasten."

Veel meer reuring

En al komt Jochem uit een gemoedelijk dorp, Lent bevalt goed. "Het is wel wat drukker hier. Veel meer reuring, bakfietsen, jonge gezinnen. In Beneden-Leeuwen was het rustiger, hier is gewoon meer te doen." Favoriete plekken? Die heeft hij inmiddels volop: "Moeke is heerlijk om te zitten, en het strandje vlakbij is ideaal voor onze hondjes. Veur-Lent is prachtig, met al die bruggen en fotografisch ook een leuke uitdaging. En richting Bemmelen: Baiana's, Fort Lent... er is echt veel moois om de hoek." Op zondagochtend is Jochem stevast te vinden bij bakkertje 't Kraaijennest, op een paar minuten fietsen van zijn huis. "Daar hebben ze de beroemde, of beruchte, rozebol: een soort kaiserbroodje, maar nét wat groter en knapperiger."

Aan het land

Wennen aan de nieuwe omgeving gaat stap voor stap. "Een van onze hondjes moet nog wennen aan het nieuwe huis en blaft constant de boel bij elkaar. Dat zijn de momenten dat we ons realiseren dat we wat minder privacy hebben en je toch wat dichter op elkaar woont. In Beneden-Leeuwen hoorde niemand hem, hier willen we graag rekening houden met omwonenden." Toch zijn de eerste contacten met de buren goed. "Echt leuk, al die nieuwe ontmoetingen!" Hoewel hij zich nog altijd een 'Maas & Woaler' voelt ("Je haalt het manneke wel uit het dorp, maar het dorp niet uit het manneke") is Jochem

elde meteen vertrouwd Gelder over zijn nieuwe leven in Lent



zichtbaar aan het land. “Als ik naar Lent rijd, voelt het goed. Het is comfortabel, prettig... het voelt als thuis.”

En mocht je hem tegenkomen op het pleintje bij Sound & Soul of met een rozebol onder de arm op de fiets? Groet gerust. Maar wel zachtjes, want hij blijft het liefst een beetje in de luwte. “Ik hoop hier gewoon mijn ding te kunnen doen. Een beetje anoniem, programma’s maken, genieten van de omgeving.” Hoe hij Lent in één zin zou omschrijven? “Veelzijdig en dynamisch... veel meer dan beton. Je hebt hier alles.”



tekst Suzanne Botterman Zambon • beeld Jochem van Gelder

mansan
natural health & beauty

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

ACUPUNCTUUR HELPT!

Nieuw bij ons in de winkel
LOVELI PRODUCTEN

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

Mansan | Immanuel Kantstraat 57a | 024 848 10 80 | info@mansan.nl

Voor actuele aanbiedingen kijk op onze website www.mansan.nl

DE BRANDENDE STAD
De strijd om Nijmegen en de Waalbruggen tijdens Operatie Market Garden, 17-20 september 1944



144 pagina's, full color
meer dan 75 historische foto's
en 50 dagboekfragmenten

Verkrijgbaar in o.a. de Nijmeegse boekhandels en onze webshop

STUDIO HARTEBEEST
WWW.STUDIOHARTEBEEST.COM

OSTEOPATHIE
LENT

Frankrijkstraat 141
024 203 0216
osteopathie-lent.nl

inbeeld
makelaardij

Onlangs **succesvol** verkocht:

VERKOCHT

Andalusiëstraat 86

VERKOCHT

Andalusiëstraat 10

Benieuwd naar de waarde van je woning?
Bel of mail ons gerust voor een vrijblijvende kennismaking of waardebeoordeling!

Op dit moment **te koop**:


Koeweidepad 40

Persoonlijk en professioneel: Wij realiseren voor jou de beste verkoopprijs!
Wij kennen alle ins & outs van Lent. Onze makelaar Mandy woont hier al sinds 2006

Volgens Google de beste makelaar van Nijmegen en Lent!
★★★★★ 4,9

024 - 845 7440
www.inbeeldmakelaardij.nl

@inbeeldmakelaardij
InBeeld Makelaardij

H INSTALLATIETECHNIEK HULLENAAR BALK



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

WWW.HULLENAARBALK.NL

Lents Allerlei

Kunstroute Lent keert als biënnale terug!!

Vorig jaar vond in september de eerste succesvolle editie van Kunstroute Lent plaats. Meer dan dertig lokale kunstenaars toonden op verschillende plekken in Lent hun werk. Na een evaluatie viel het besluit om van de Kunstroute een biënnale te maken en het bovendien te vervroegen. Dus in 2026 kan iedereen in het weekend van 27 en 28 juni weer al wandelend of fietsend genieten van Kunstroute Lent. Woon je in Lent, maak je beeldende kunst en lijkt het je wat om deel te nemen? Stuur dan een mail naar kunst@roderegelaar.nl. We vertellen je er graag meer over! www.kunstroutelent.nl



Foto-expositie: In vogelvlucht boven Rivierenland



Fotograaf en grafisch ontwerper Norbert Kolster van Highvisual legt met behulp van drones verrassende vormen, patronen en kleuren in het landschap vast. Na het succes van zijn eerste tentoonstelling tijdens de Kunstroute Lent in 2024, presenteert Norbert nu 'In vogelvlucht boven Rivierenland'. Vanuit de lucht legt hij de schoonheid van het landschap vast, met oog voor detail, compositie en sfeer. Dit levert verrassende en vaak indrukwekkende beelden op. De expositie is een visueel eerbetoon aan ons rivierenlandschap. Laat je verrassen door een artistieke en grafische kijk op het voortdurend veranderende rivierenlandschap bij Nijmegen en Lent. Wanneer: 12 en 13 juli 2025, van 11:00 tot 17:00 uur. Waar: Dorpsschuur Lent, Oosterhoutse dijk 29, Nijmegen. Meer informatie: www.highvisual.nl

Update van informatie over Nijmegen-Noord

Wist je dat er in Nijmegen-Noord handige overzichten bestaan voor allerhande zaken? De overzichten worden eens in de zoveel tijd bijgewerkt zodat ze actueel blijven. Er zijn nu nieuwe versies beschikbaar van zowel Infokaart Noord, als het overzicht Wandelgroepen Noord en het overzicht Vrijwilligers gezocht in Noord. Deze bijgewerkte versies bevatten de meest recente informatie. De Infokaart Noord biedt een uitgebreid overzicht van alle belangrijke voorzieningen, diensten en organisaties in dit stadsdeel. Of je nu op zoek bent naar waar je terecht kan met jouw vragen, of wie de jongerenwerker is in de wijk, contactgegevens van de wijkagent of welke wijkkranten en media er zoal zijn. Al deze informatie vind je in de Infokaart Noord. Daarnaast is het overzicht Wandelgroepen Noord vernieuwd. Dit overzicht helpt je om in contact te komen met de bij ons bekende wandelgroepen in Nijmegen-Noord. Of je nu een ervaren wandelaar bent of gewoon af en toe een frisse neus wilt halen: er is altijd een groep die bij je past. De tijden, dagen, vertreklocatie en de contactgegevens, het staat er allemaal op. Vrijwilligers gezocht is een overzicht van een twintigtal verschillende initiatieven uit Nijmegen-Noord die op zoek zijn naar vrijwilligers. Zo divers als de organisaties zijn die vrijwilligers zoeken, zo divers zijn ook de werkzaamheden waarvoor vrijwilligers worden gezocht. In dit overzicht zie je precies welke organisatie voor wat een vrijwilliger zoekt. De nieuwe versies van de overzichten zijn te vinden bij de Stip in de Boog (Dick Boerrigterplein 2 Lent). Maar ook op de social media van de Stip en Opbouwwerk, de wijkwebsites, en de website van Bindkracht10 www.bindkracht10.nl/locatie/noord/ (onder "Meer weten"). Mocht je ook op zoek zijn naar vrijwilligers voor jouw organisatie in Noord en wil je aan het overzicht toegevoegd worden of heb je nog vragen? Neem dan contact op met Paul Reuling 06-53329025 of paul.reuling@bindkracht10.nl.

2 juni t/m 31 augustus 2025

JUBILEUMEXPOSITIE KLOOSTER HUISSEN

Joke Catsburg
Resy Croonenberg
Coby Dam
Maurice Dorren
Marjo Dubbeldam
Wim Hage
Walter Hilgers
Leo Hytkema
Laura Kok
Hanneke Lackamp
Jan Willem Lackamp
Jan Willem Rutgers
Christine Thijssen
Gabriëlle Thijssen
Wim van der Vloet
Ine Voets
Marty Wijffelaars



groep85.nl

Dominicanenklooster Huissen
Stadsdam 1, 6851 AH Huissen
Dagelijks geopend van 9.00 tot 20.00 uur
www.kloosterhuissen.nl

parkeergelegenheid: Tegenover de hoofdingang van het klooster aan de andere kant van de dijk (Stadsdam 2).

STADSPRAAT van Stadspartij Nijmegen in Nijmegen-Noord



In samenwerking met Wijkraad Lent, organiseert Stadspartij Nijmegen een STADSPRAAT in Nijmegen-Noord. Op 18 september gaan we graag met de wijk in gesprek over verkeer en infrastructuur, ontmoetingsplekken in nieuwe wijken en participatieprocessen. STADSPRAAT is het politieke café van Stadspartij Nijmegen. Wij gaan daarmee alle stadsdelen in om met inwoners in gesprek te gaan over politiek in de praktijk. Over actuele kwesties, kleine én grote zorgen. STADSPRAAT kan over van alles gaan en vooral over wat de inwoners zelf willen vertellen. Dus: erger jij je aan al het verkeer dat nu via de Prins Mauritssingel door de wijk gaat? Sta jij elke dag eerst een halfuur vast voor je naar je werk gaat? Zou jij het ook tof vinden als je voetbalclub gewoon om de hoek zit en niet in een dorp verderop? En vind je dat de bewoners anders moeten worden meegenomen in veranderingen die plaatsvinden in de wijk? Kom dan vooral langs op 18 september, vanaf 19.45 uur. Binnenkort wordt bekend waar deze politieke avond gaat plaatsvinden. Houdt ons en de Wijkraad Lent in de gaten voor meer informatie.

Fotograaf zoekt Lentse hondenbezitters



In november 2025 verschijnt het tweede deel van het magazine Groeten uit Lent. Voor het vervolg zoek ik – fotograaf Paul Breuker – Lentenaren die met hun hond op de foto willen. Ook mensen met bijzondere interieurs, hobby's en verzamelingen zijn van harte welkom om zich aan te melden. Graag een mail naar info@lachendwater.nl Groet, Paul Breuker

Exposeer in de Boog!

Ben jij een kunstenaar, fotograaf of creatieveling uit Nijmegen-Noord? Wil je je werk tentoonstellen en delen met de gemeenschap? Dan is dit je kans! De samenwerkende organisaties in de Boog bieden je de gelegenheid om jouw kunstwerken een half jaar lang te exposeren in de Boog. De Boog is een prachtige expositieruimte in het hart van de wijk om je werk laagdrempelig te promoten. Of je nu schildert, foto's maakt, of andere creatieve uitingen maakt: voorwaarde is wel dat het opgehangen moet kunnen worden. Er is helaas geen ruimte voor vrijstaande objecten Interesse? Stuur een e-mail naar Paul Reuling paul.reuling@bindkracht10.nl met een korte beschrijving van jezelf en je werk. Wij kijken ernaar uit om jouw talent te ontdekken en te delen met Nijmegen-Noord!

Festival de Oversteek: 1ste weekend september



Op zaterdag 6 en zondag 7 september is het weer zover: Festival de Oversteek strijkt neer op zo'n 25 locaties in Nijmegen-Noord. Theateroptredens, dansvoorstellingen, songwriters, bands en beeldende kunst... Het is allemaal te beleven 'aan de oevers van de Waal'. Enkele highlights. Jazzicoon en vogelaar Ruben Hein neemt je mee op struintocht over de Doornikse akkers om de gekraagde rietzanger, bonte Lentse klauwier en gestreepte grasparkiet te ontdekken. De dames van theatergroep Teder brengen hun nieuwe buitenaardse voorstelling onder de luifel van Stroom. De jonge honden van de theatrale Gijsradijsjaband geven in moerstaal gas in Gaard Hof van Holland. Songsmid I Am Oak komt met nieuw werk. Hij brengt sfeervolle folk, pakkende Americana. En niet te vergeten de openingsvoorstelling FLITS door TG Absoluut. En er is nog zoveel meer. Komt dat zien, komt dat beleven! Hét weekend in het jaar dat Lent in één groot openluchttheater verandert; je hoeft er echt niet voor naar Oerol.... Programma en kaartverkoop: www.festivaldeoversteek.nl.

Help mee met het tellen van de huismus, gierzwaluw en dwergvleermuis

In Lent leven bijzondere dieren die we samen in de gaten kunnen houden: de huismus, gierzwaluw en dwergvleermuis. Deze dieren zijn voor hun nest afhankelijk van gebouwen. In de Stelt-Zuid zijn er 224 verblijfplaatsen gemaakt. Om te onderzoeken of deze ook worden gebruikt vragen we om uw hulp. Dit kan door uw waarnemingen door te geven via een formulier. Kijk op waalsprong.nijmegen.nl/dierentellen voor een handleiding en het invulformulier. Wilt u meedoen? Superleuk! U heeft geen ervaring nodig, alleen wat aandacht en enthousiasme!

Vooruit dan: nog één keer Leo's Schapenwei



Op zondag 29 juni keert het geliefde straattheater- en muziekfestival Leo's Schapenwei terug op het schapenweitje aan de Begoniastraat in Lent. Voor de achtste keer verandert deze groene oase tussen de kassen in een festival vol muziek, poppenspel, acrobatiek en gekkigheid. De sfeer is gezellig en laagdrempelig, met een programma dat jong en oud verrast. Voor deze achtste editie heeft 'pretkok' Leo Dirks (Pret op Recept) de handen ineen geslagen met de Nijmeegse band Misprint, die niet alleen optreedt maar ook meewerkt aan de organisatie. Hun dansbare indieliedjes vormen een vast onderdeel van de line-up, die verder gevuld is met lokaal talent en creatieve theatermakers. De locatie geeft het festival een extra lading. Het schapenweitje staat al jaren op de planning om bebouwd te worden, waardoor dit zeer waarschijnlijk de laatste editie van het festival zal zijn. "We weten niet hoelang deze plek nog blijft bestaan," zegt Leo, "maar zolang het er nog is, genieten we ervan!" Leo's Schapenwei is gratis toegankelijk via het paadje op de Begoniastraat tussen huisnummer 28 en 30. Het programma loopt van 13:30 tot 20:00. Naast Misprint treden onder meer SERVICE, De Stropers, Steven Luca en Duo Silas op.

Zwemmen bij de Lentse Plas? Fiets in het rek!

De Lentse Plas is een geliefde recreatieplek. Zeker voor zwemmers. Gelukkig komen veel mensen met de fiets naar de plas. Maar helaas worden die fietsen vaak het strand mee opgenomen. Dat is niet de bedoeling want het zorgt voor onveilige situaties. Gemeente Nijmegen heeft daarom de fietsenstalling vergroot en veiliger gemaakt. Er is nu ruim voldoende plek om uw fiets te stallen. Dus: komt u genieten bij de Lentse Plas? Zet dan aub uw fiets in het fietsenrek. Zo houden we het recreatiegebied samen veilig en toegankelijk voor iedereen. Met dank!



Mensen samenbrengen: met plezier!

De Veelhoek is een overleg van wijkprofessionals die zich bezig houden met wat er voor volwassenen nodig is aan welzijnsaanbod en -activiteiten.

Gisteravond was weer een hele geslaagde avond met Potje Gezellig. Met drie andere bewoners hebben we voor 20 mensen gekookt in de Klif en gezellig aan één lange tafel samen gegeten. Het was een heerlijke pasta pesto. En de pesto was ook helemaal zelfgemaakt. Dit was alweer de derde keer dat we samen hebben gekookt voor buurtbewoners. Nu nemen we even een zomerbreak van twee maanden, maar in september gaan we weer verder!

Potje Gezellig is een bewonersinitiatief om gezellig samen te koken en je buurtgenoten (beter) te leren kennen tijdens het diner. En het werkt. We krijgen hele leuke reacties: *"Hele lekkere pasta en gezellige gesprekken! Super initiatief :)"* *"Wel heel lekker. Dankjewel kookploeg!"* *"Succes met dit initiatief. Leuk!!"*



Dit is een voorbeeld van wat ik, Tanja, oppak als opbouwwerker van Bindkracht10 in Nijmegen-Noord. Aan deze kant van de Waal hoor ik veel mensen die graag (nieuwe) buurtbewoners willen ontmoeten. In zo'n snelgroeiend stadsdeel kan het soms lastig zijn om de eerste stap te zetten, of weet je simpelweg niet hoe/waar je moet beginnen. Bewoners ondersteunen om samen leuke initiatieven en activiteiten op te zetten is een onderdeel van mijn werk. En dat doe ik met plezier!

Met dezelfde insteek hebben we de laagdrempelige ontmoetingsmiddag *Eilandgasten* opgezet in de Dorpsschuur. Want ja, we zitten op het eiland en we zijn te gast. Eens in de twee weken opent de Dorpsschuur voor ons de deuren om nieuwe mensen te leren kennen, of om bij te praten met bekende gezichten. Dit doen we in de Dorpsschuur omdat het hier lekker rustig is en prikkelarm. Tijdens deze middagen is iedereen welkom. Bijzonder welkom zijn neurodiverse mensen; mensen die snel overprikkeld zijn, mensen met een vorm van autisme en/of ADHD/ADD.

De Klif en De Ster zijn natuurlijk ook mooie ontmoetingsplekken, maar daar kan het erg rumoerig zijn. In de Dorpsschuur zijn wijzelf de enige bezoekers. Sommige mensen spelen een spelletje, anderen komen een kopje thee drinken en kijken wat rond. Tot nu toe zijn we ook elke keer met een groepje mensen lekker gaan wandelen op het eiland. We bepalen samen met elkaar wat we gaan doen en jouw inbreng horen we graag.

Ben je nieuwsgierig geworden en wil je eens kijken of het iets voor jou is? Kom dan vooral eens langs: 11 juni, 25 juni & 9 juli zijn de eerstvolgende keren. Eilandgasten is in de even weken, op woensdagmiddag van 15.00-17.00 uur in de Dorpsschuur, Oosterhoutsedijk 29. En in de zomer gaan we gewoon door! Heb je vragen of ideeën? Neem contact met me op via 06-13729669 of tanja.vanommen@bindkracht10.nl. Of loop eens binnen bij de Stip in de Boog, Dick Boerrigterplein 4.

tekst en beeld Tanja van Ommen

Ontspanning & Heling

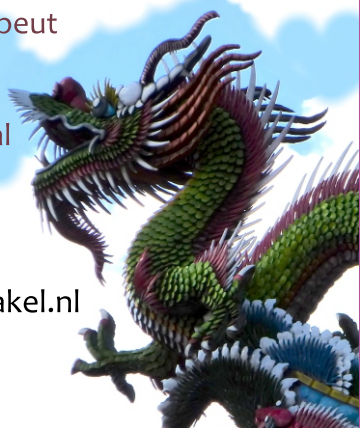
Maarten van Bakel

Gediplomeerd
massagetherapeut

- shiatsu
- cranio-sacraal
- intuïtief
- klankschalen

maartenvanbakel.nl

KVK-nr 88118010



Wij kunnen helpen als je kind:

- Veel kokhalst of verslikt
- Onrustig drinkt uit borst of fles
- (Mogelijk) een kort lipbandje of tongriempje heeft
- Refluxklachten heeft
- Moeite heeft met eten van een lepel of kauwen
- Ondersteuning nodig heeft bij beginnende communicatie

Preverbale logopedie
voor kinderen van 0 tot 2 jaar

Meer weten? Bel: 06-24287695
info@volmondiglogopedie.nl



Vakantie!

De Beweegpraktijk wenst u een heerlijke ontspannen vakantie!
Toch niet uitgerust? Kom gerust eens langs.

De Beweegpraktijk
De Boog, Lent
Noord (Oosterhout), Nijmegen
Oud West, Nijmegen
Thermion, Lent

scan QR-code voor contact!

EEN LEVEN LANG
GEZOND BEWEGEN
VOOR IEDEREEN

mmfysio

We zijn open in Nijmegen!

Onze nieuwe locatie op de Houtwerf in Nijmegen is officieel geopend. Bij MMfysio en Het Gymlokaal combineren we fysiotherapie en fitness om iedereen te helpen gezond en in beweging te blijven.

Met 500 m² aan ruimte, moderne apparatuur en een breed aanbod aan trainingen en programma's is er voor iedereen een passende manier om aan gezondheid te werken.

Kom langs en ervaar het zelf. Je vindt ons op de Houtwerf aan de Hatertseweg 23b in Nijmegen.

Samen maken we Nijmegen gezonder!



Sammy Tilburgs



Joris Botman



Loes Bona



Kasper Vullings



Nick Bender

Maak een afspraak

024-3580779
www.mmfysio.nl
info@mmfysio.nl

GRIFTDIJK NOORD 9B, 6663 AA LENT

Desiree Dona



Muziek

Deze keer ben ik voor de muziekrubriek op bezoek bij Desiree Dona (60). Tijdens het Ommetje Noord vorig jaar oktober werd ik verrast door de melancholische klanken die ze aan de trekzak ontlakte. Zij speelde op het terras van haar woonark op de Lentse Plas terwijl haar man Len een boeiend betoog hield over het wonen in een waterwoning. Reden genoeg voor Lentse Lucht om meer te weten te komen over dit bijzondere muziekinstrument en zijn bespeelster.

“Wij waren thuis met vier kinderen, ik was de oudste. Onze ouders vonden twee dingen belangrijk bij de opvoeding: een instrument bespelen en een sport beoefenen. Zoals veel kinderen begon ik met een blokfluit, maar stapte later over op de harp. Het was een Iers harpje, zo’n tussenmaat zonder pedalen. De muziekschool waar ik les kreeg had een muziekschoolorkest waar ik ook in speelde. Via een uitwisselingsprogramma met Duitsland kwamen we terecht in Singen Am See in Zuid Duitsland. Er ging daar een wereld voor me open. Het notenschrift was anders, het ritme mocht je zelf bepalen en er werd veel geïmproviseerd. Hier kwam ik voor het eerst in aanraking met *minimal music* en daar werd wat mij betreft het muzikale zaadje voor een brede muziekinteresse geplant. In die tijd was er nog geen elektronische stemapparatuur. Ik ontdekte dat ik geen absoluut gehoor had, wat nodig is om de harp te stemmen, en dat frustreerde me. Eigenlijk was ik in het orkest toe aan een pedaalharp om alles mee te kunnen spelen, maar die was te duur voor mijn ouders.”



en haar trekzak

Accordeon

“Toen ik een jaar of veertien was, heb ik in een vakantie eens op de boerderij van een oom gepast. Als dank kreeg ik een oude accordeon. Hij was niet helemaal in orde, maar ik kon er wel op spelen. Je zou kunnen zeggen dat daar de liefde voor de trekzak begon. Doordat ik na mijn studie ging werken en kinderen kreeg, raakte de muziek op de achtergrond. Het begon een jaar of tien geleden toch weer te kriebelen en ik wilde een instrument waarmee je gezellige muziek kon maken en dat je op vakanties mee kon nemen. Toen ik ergens een trekzak hoorde was ik verkocht. Via Marktplaats kocht ik mijn eerste trekzak. Ik heb er inmiddels drie.”

Waarom nie

“In 2016 meldde ik me aan bij de trekzakvereniging *Waarum Nie* in Mook. We hebben daar les van Mark Söhngen, die als docent aan de vereniging verbonden is. Hij bewerkt muziek uit de hele wereld zodat we die vijfstemmig kunnen spelen. Zo spelen we onder andere mazurka’s, Balkanmuziek, pop, Nederlandse streekmuziek en chansons. Af en toe treden we op, zoals vorig jaar op festival *Nijmegen Klinkt*. Momenteel speel ik even wat minder vanwege een promotietraject aan het Radboudumc. Nieuwe leden zijn van harte welkom bij onze vereniging. Noten lezen is niet noodzakelijk. Er zijn drie verschillende lesgroepen, ook voor beginners en één keer in de maand spelen we samen, erg inspirerend.”

Meer weten en aanmelding: zie www.trekharmonica-woarumnienl

tekst Joop Koopman • beeld Marion Zwart

Schoenmakerij Tweehuysen



Erkend Gildemeester

Voor al Uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

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

www.schoenmakerijtweehuysen.com



"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



COACHING LENT

als je het anders wil 💪 coachinglent.nl



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

werk je
in de zorg
en werk je aan
verandering ...

... of wil je iets veranderen
aan je werk of je leven?

**vrienden van
verandering**

www.vriendenvanverandering.nl/coaching



Boaz doet
Betweterig

Hoe maak je een leuk personage?

Ik vind het leuk om personages te maken. Het kan zijn voor spelletjes, tekeningen of gewoon voor de lol (ja, ik vind het leuk om personages te bedenken voor de lol). Hierdoor ben ik over de jaren heen wel enigszins goed geworden in dit doen. Dit werd ook wel geholpen door het feit dat ik houd van lezen en dat ik een kleine bal van geconcentreerde feitjes ben. Maar ik merk dat sommige mensen dit niet hebben, en dat vind ik jammer want personages bedenken is heel leuk! Dus ik ga jullie daarmee helpen met een stappenplan. Leuk voor in de zomervakantie! Ik ga hiervoor mijn personage gebruiken dat ik voor zowat alles gebruik: Shifty. Hier gaan we!

Chill Abnormaal Koffie Intrusief



Stap 1: Wat is zijn/haar naam en wat is zijn/haar persoonlijkheid?

Ik bedenk altijd eerst de persoonlijkheid, want daarvan kan je de naam en het uiterlijk bedenken. Ik gebruik de methode van: Omschrijf zijn/haar persoonlijkheid in 4 woorden. Voor Shifty zou het zijn: Chill, Abnormaal, Koffie en Intrusief. Hiermee zou ik dan de naam maken, alleen had ik deze standaarden nog niet, want toen ik Shifty bedacht was ik echt... 6 jaar oud ofzo, en ik heb een paar jaar later pas een echte persoonlijkheid bedacht. Daarvoor was Shifty gewoon een soort persona van mij. Mijn punt is dat het een tijdje duurt om ook echt personages te bedenken die niet allemaal hetzelfde zijn, je moet het een beetje leren. Terug naar het punt: probeer een beetje je personage een passende naam te geven. Of als jouw personage een slechterik is, kies een naam die ook slecht klinkt, of misleidend klinkt van hoe ze echt zijn.

Stap 2: Hoe ziet hij/zij/het eruit?

Dit kan of het makkelijkste deel zijn of het moeilijkste deel, en er is geen tussenin. Als ik het uiterlijk bedenk, denk ik terug aan die 4 woorden, en dan maak ik van elk woord een klein tekeningetje. Dan kan ik onderweg ook het uiterlijk een beetje vormen.

Bijv: Shifty is een beetje de personificatie* van intrusieve gedachten. En ik weet niet of iemand anders dat ook heeft, maar mijn intrusieve gedachten zijn altijd absoluut gestoord. En wat past wel bij absoluut gestoord? Scherpe tanden! Ik weet niet of ik de enige ben met deze gedachtengang, maar als ik veel commentaar krijg op deze paar zinnen dan weet ik wel dat mijn schrijfstijl best raar is (als dat niet al obviuus genoeg was).

Stap 3: Hun leven

Als je gewoon een simpel personage wilt, dan kun je dit overslaan. Maar voor de raardere mensen onder ons (AKA 75% van alle mensen op deze planeet): Hier zijn een paar vragen om je op gang te brengen met hoe hun leven is:

- Wat is de reden achter wat ze doen (maakt niet uit of dat nou goed of slecht is)?
- Wie is degene die ze het meest vertrouwen (en wie het minst)?
- Waren ze altijd zoals ze nu waren?
- Hoe zouden andere mensen om hem/haar heen hun beschrijven?

En dat was het weer! Ik hoop dat jullie het leuk vonden om een personage te maken (of het leuk beginnen te vinden)!

Bedankt voor het lezen, en doe!

tekst en beeld Boaz

*Personificatie is een vorm van beeldspraak waarbij dieren, levenloze dingen of abstracte begrippen worden voorgesteld als menselijke wezens.



CLUBSPORT.NL



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

Kennismaken met HOCKEY?

Kom PROEFTRAINEN bij MHCB800, de GEZELLIGSTE club in de buurt. Scan de QR-CODE, meld je aan en train **4x GRATIS** mee!





www.mhcb800.nl/kennismaken





ECO
ARCHITECTEN

eco-architecten.nl



Wienen
accountants en adviseurs

Ondernemers én particulieren kunnen op ons rekenen



Wienen ontcijfert en ontzorgt
024 323 23 33 • www.wienenaccountants.nl



sneller zwemmen.nl

borstcrawl cursussen
privélessen • video-analyses
groepstrainingen

www.snellerzwemmen.nl info@snellerzwemmen.nl
f i y snellerzwemmen

Historie Huize Doornik deel 24

Historie

Een kleine geschiedenis van Huize Doornik. Dit is deel 24 van de serie over Huize Doornik en zijn bewoners achter de Waaldijk. Ooit stond hier de gelijknamige burcht. Lentse Lucht duikt in de geschiedenis van Huize Doornik. Een verhaal dat leest als een spannend boek.

Nico van de Poll zette het boerenbedrijf van zijn vader na diens dood in 1899 voort. Hij trouwde in 1912 met Anna M.W. Hol uit Ophemert. Nico stierf op 42-jarige leeftijd in 1916, vier jaar nadat hij getrouwd was. Er was geen opvolger voor het bedrijf. Wel werd de boerderij nog negen jaar door de weduwe Van de Poll voortgezet met hulp van knechten en dienstbodes. In 1925 werd Pieter Gorzeman (1889-1976) de volgende pachter. Hij was landbouwer in Klaaswaal en trok met zijn vrouw Maria Mijs (1897-1980) en zoontje Arie (1923-2003) naar Bemmelen om het bedrijf van de familie Van de Poll voort te zetten. In Bemmelen kregen ze nog twee kinderen: Adriana Cornelia (1927-2004) en Dina (1928-2017). De laatste trouwde met Johan Trouw. Het echtpaar runde later een fruitbedrijf in Lent niet ver van de Mauritssingel. Arie trouwde in 1948 met Clara Akke de Roos (1916-2017) uit Apeldoorn. Zij kregen drie kinderen, van wie dochter Akke (1956) nog steeds in Lent woont. Arie volgde zijn vader op als landbouwer. Hij kon de boerderij op een goed moment kopen van de erven De Ranitz en zette het bedrijf voort tot 1990.

Witte zwaluwen

Bijzonder is dat niet alleen veel bekend is over de menselijke bewoners van Huize Doornik, ook andere bewoners haalden soms de krant. Zoekend naar informatie over Huize Doornik kwamen we in de Geldersche en Nijmeegse krant van 1936 een grappig bericht tegen.

Aankondiging huwelijk van Arie Gorzeman en Clara de Roos

ARIE, GORZEMAN
en

CLARA A. DE ROOS
hebben de eer U kennis te geven van hun voorgenomen huwelijk, waarvan de voltrekking zal plaats hebben op Vrijdag 10 December a.s. om 11.30 uur ten Gemeentehuize te Apeldoorn.

Huwelijksinzegening door de Weleerw. Heer Ds. P. Visser, om 12 uur in de Julianakerk, Deventerstraat 91 te Apeldoorn.
Bemmel: Huize „Doornik”
Apeldoorn: „De Pasch”
Deventerstraat 13

20 November 1948

Toekomstig adres:
Huize „Doornik”, Bemmel
Gelegenheid tot gelukwensen 10 December van 15—16.30 uur in Huize „Haytink”, Loolaan 25, Apeldoorn.

Witte Zwaluwen

Bijzonderheid in de natuur.

Als men de dijk tusschen Bemmelen en Nijmegen passeert, ziet men bij Huize Doornik een paar geheel witte zwaluwen vliegen, die daar in de buurt waarschijnlijk hun nest hebben. Deze witte vogeltjes lijken nog ranker en teeder dan de gewone huiszwaluw en komen weinig voor. Kan men hier te doen hebben met albino-vorm?

Het ging om drie witte zwaluwen die in de buurt van Huize Doornik gesignaleerd waren. De ranke vogeltjes waren vanaf de dijk te zien en vlogen om Huize Doornik. Ongetwijfeld hadden ze hun nest aan de gevel van de boerderij gemaakt.

Melkknecht

Huize Doornik was een gemengd bedrijf. In die tijd werden

bijna alle boerenbedrijven als gemengd bedrijf gerund. De meeste bedrijven waren kleine eenmansbedrijven. De boeren werden warmoezeniers genoemd. In deze streek werd er vooral geproduceerd voor de bewoners van Arnhem en Nijmegen. Vanuit Lent werden de landbouwproducten met een speciale wagen met een paard naar beide steden gebracht. Er is één exemplaar van de zogenoemde Lentse wagen bewaard gebleven en nog te zien in het Openluchtmuseum in Arnhem. De familie Gorzeman had voor die tijd een groot bedrijf. Regelmatig werden er ervaren melkknechten gevraagd. De meeste boeren waren blij dat ze één melkbus aan de weg konden zetten. Bij Huize Doornik stonden er wel tien!

tekst Martin Bos en Joop Koopman • beeld Archief Akke Gorzeman

Een advertentie uit 1936 waarin een ervaren melkknecht gevraagd werd

HELP GEERT OOK MEE

voor een schone

VIERDAAGSE



Geert



www.dar.nl/Vierdaagse



erloskundigenpraktijk **Partus**

Tweede locatie per mei geopend in
Lent Living-Inn

Truus Gelsingstraat 213
6663 RE Lent

L: Carbatinastraat 3 6515 GM Nijmegen • T: 06 40 18 16 44 • E: info@verloskundigenpraktijkpartus.nl • W: verloskundigenpraktijkpartus.nl



Meijer & ten Hove

en

Meijer en ten Hove
Uitvaartverzorgers

Aster Uitvaartzorg

Afscheidshuis Lent

Steltsestraat1, Lent

Gewoon, omdat het al moeilijk genoeg is

024 7508465 06 34045001



Aster

UITVAARTZORG

www.aster-uitvaartzorg.nl

Uitvaartverzorgernijmegen.nl

Leendert Martijn

Nomaden in lent

Je komt ze overal tegen. De één komt het verkeer regelen of laat zijn hond uit. De ander is op doorreis of doorzoekt de bodem. Deze keer betrapten we Leendert Martijn, die een bomensingel in een particuliere tuin in Lent onder handen nam. Het ging om vijftig jaar oude zomereiken die gesnoeid moesten worden. Boomverzorgers Leendert Martijn (42) uit Arnhem klaarde de klus.

Hoe kwam je op het idee om boomverzorgers te worden?

“Als kind had ik al grote interesse in de natuur. Ik ben geboren in Terneuzen, maar groeide op in Bruinisse. Ik speelde vaak in de bossen in de buurt en was gek op hutten bouwen. Na drie jaar in de horeca gewerkt te hebben, wist ik dat ik iets met natuur wilde doen. Ik ging naar Velp bij Arnhem om daar de opleiding bos- en natuurbeheer te volgen. Als keuzevak kon ik een boomklimcursus volgen en dat vond ik helemaal leuk. Toen stemde ik de rest van mijn keuzevakken af op het voor mezelf beginnen als boomverzorgers. Na mijn afstuderen ben ik in Velp blijven plakken. Met het boomonderhoudswerk ben ik in 2006 gestart als ZZP'er. Naast onderhoud doe ik ook veel onderzoek. Als er bijvoorbeeld een nieuwe riolering in een wijk komt, moet er eerst uitgebreid onderzoek gedaan worden als er bomen in de buurt staan. Zo werk ik voor gemeenten, bedrijven en particulieren. Momenteel werk ik in Renkum aan een lijst waardevolle bomen die het verdienen beschermd te worden.”

Gaat bomen snoeien op den duur niet vervelen?

“Naast het verzorgen van bomen kreeg ik steeds meer behoefte aan verdieping en zingeving. Ik volgde naast mijn werk reiki-workshops en ben toen, samen met twee vriendinnen, reiki-cursussen gaan geven. We droomden ervan een centrum te beginnen voor persoonlijke ontwikkeling. Ik vond in



Naast het verzorgen van bomen kreeg ik steeds meer behoefte aan verdieping en zingeving

2017 een geschikt huis in de Arnhemse wijk Malburgen. Het was een woning waar een fysiotherapeut in gezeten had. Er zat ook een zaaltje in en dat maakte het huis uitermate geschikt om daar cursussen te geven. Zo is er geleidelijk aan een centrum ontstaan waar inmiddels 25 aanbieders gebruik van maken. Er vinden onder andere evenementen plaats, er worden cursussen gegeven, er zijn workshops en er worden individuele sessies gehouden. De naam van het centrum is: Under the Tree. In de naam zit een verwijzing naar mijn bomenverzorgingswerk. De wortels staan stevig verankerd in de aarde, een metafoor voor stabiliteit. Boeddha zat vaak onder een boom en vond daar verlichting.”

Hoe ziet je toekomst er uit?

“Ik heb een droom om ooit les te gaan geven in bewustwording. Nu ben ik daar nog niet aan toe. Het is grappig dat ik een hele tijd gedacht heb dat ik in de toekomst meer onderzoeksklussen zou gaan doen in plaats van het fysiek zware onderhoudswerk. Dat houdt in dat je dan vaker achter het scherm zit om allerlei rapporten samen te stellen. Van dat idee ben ik teruggekomen. Ik merkte toch dat het buiten zijn en lichame-lijk bezig zijn beter bij me pasten, dus richt ik me daar voorlopig maar weer op.”

tekst Joop Koopman
beeld Marlou Bervoets

DISVELD MAKELAARDIJ

WONING KOPEN OF VERKOPEN?

Korte lijnen,
oprechte
aandacht en
eerlijk advies.

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



Bel of mail ons voor een persoonlijke kennismaking.

024 21 222 79

disveldmakelaardij.nl

Nieuw in Lent!

KLEINSCHALIGE KINDEROPVANG 0-4 JAAR

WWW.HETKETELHUISJE.NL



PER DIRECT PLEK VOOR
JOUW KINDJE(S)
VRAAG NU VRIJBLIJVEND
EEN RONDLEIDING AAN!

KINDEROPVANG

'T KETELHUISJE

SAMEN MAKEN WIJ HERINNERINGEN..



De Zon
OP 'T EILAND

Een uniek stukje Nijmegen...

Welkom voor koffie, lunch, borrel en ijs! Ook voor koffie to go tijdens je wandeling.

www.cafedezonlent.nl

kom van wo t/m zo
ook lekker bij ons
dineren!

Ik kijk met een compleet andere insteek naar het probleem van je kind.

"Het komt recht je hart binnen want het gaat over jou!"

Als **Kindertolk** vertaal ik dat wat je zo bezig houdt bij je kind. Ik haal liefdevol en nauwkeurig boven water wat je kind je over jezelf wilt laten zien.

Zo kan je kind de spiegel loslaten en kun jij weer de ouder zijn die je wilt zijn, *in contact met jezelf én je kind!*



Anke Zegers

jezelfgeheelinbeeld.nl

Eerst telefonisch kennismaken?

06 19 21 43 45



Jezelf
GEHEEL IN BEELD

Niet lekker in je vel?

Praktijk Mindfulkompas in Bommel biedt op maat begeleiding vanuit een fijne mix tussen nuchterheid en spiritualiteit.

Ervaren GZ-psycholoog en mindfulness trainer Gitta helpt jou om stappen te zetten naar een gelukkiger en gezonder leven.



www.mindfulkompas.com

Door een combinatie van mindfulness, inzichtgevende gesprekken en praktische oefeningen krijg je meer grip op stress, angsten en negatieve gedachten.

Plan nu je gratis kennismakingsgesprek (zonder verwijzing of wachttijd)



Vergoeding is mogelijk via aanvullende verzekering.

De wereld rond met Terra Volta

Muziek

In maart ontving ik in de mailbox van Lentse Lucht een persbericht over de nieuwe single van Terra Volta. Erbij stond een QR-code die linkte naar de clip. Wat een aanstekelijk nummer! Na vrolijk mee te hebben geswingd, las ik dat een van de bandleiden in Lent woont. Een mooie gelegenheid om in Lentse Lucht aandacht te besteden aan deze zevenkoppige band. En zeker nu: tijdens de Vierdaagsefeesten staan ze (weer) op De Kaaij!

Terra Volta speelt ska, reggae, balkan. "Wereldmuziek eigenlijk," zegt Marten. "We beperken ons niet tot een bepaald soort muziek. Verschillende bandleiden schrijven de songs en met ons allen werken we ze uit in de repetitieruimte." Zelf is hij in 2019 bij de band gekomen nadat hij reageerde op een Facebook-oproep waarin ze zochten naar een drummer. "Voorheen speelde ik meer punk en rock. Ska is net alsof je een andere taal moet leren spreken." De band bestaat al vanaf 2015 en is al jaren een graag geziene act tijdens de Vierdaagsefeesten. "Soms kom je wel op heel onverwachte plekken terecht. Zo waren we laatst als enige band op een Korenfestival. We waren een energieke uitsmijter en kregen iedereen enthousiast." Minimaal om de twee weken repeteren ze met elkaar. Want: "Studie betaalt zich uit. Het is heel belangrijk om je een nummer helemaal eigen te maken. En om voeling met elkaar te houden. Zo kun je nog eens improviseren tijdens een optreden."

Dromen

Tot nu toe wordt de band niet rijk van de optredens. Iedereen heeft er een baan naast. Optreden levert weliswaar geld op, maar het kost ook een boel: het huren van de repetitieruimte, studiokosten, een clip opnemen. Lachend zegt Marten: "Het is een zichzelf betalende hobby." Maar dromen zijn er genoeg. "We willen graag in de toekomst iedereen laten dansen, een goede achterban verder opbouwen, niet per se beroemd maar wel nóg beter worden en vooral de lol erin houden! En als we nog iets verder dromen, dan zou een internationale tour ook wel heel tof zijn."

Wil je de nieuwe single ook horen en de energie voelen die er vanaf spat, scan dan de QR-code hiernaast. Of kijk op hun website terravolta.nl. Hier staat deze clip, maar ook andere nummers die de band heeft uitgebracht.



- | | |
|--|-----------------------------|
| 1 Op 12 uur Jos Hendriks, trompet en bugel | 5 Dirk Pons, gitaar en zang |
| 2 Marten Gruppen, drums | 7 John Joosten, bas |
| 3 Arie Mooiman, gitaar | 9 Koen Dechering, saxofoon |
| 4 Willem van den Heuvel, piano/toetsen | |

Wat zegt Al over de bandnaam?

"Terra Volta" is de naam van een band uit Nijmegen die folk, ska, reggae, Balkan en Afrikaanse invloeden combineert. 'Terra' betekent in het Latijn 'aarde', terwijl 'volta' in de context van een sonnet een wending of draaiing betekent. De naam kan dus verwijzen naar een 'aarde'-thema of een wending/draaiing in de muziek van de band, maar het is geen directe vertaling.

Komende optredens

5 juli 2025, avond, Culucu Bar, Hohe Strasse 123, Kleve
14 juli 2025, Vierdaagsefeesten Nijmegen, 21:30 - 22:30 uur, De Kaaij



tekst Marion Zwart • beeld Terra Volta



ZOEVERS

**DE NR.1
E-BIKE STORE
VAN NIJMEGEN**

GRIFTDIJK ZUID 137
WWW.ZOEVERS.NL

FORTUNA KLINIEK VOOR TANDHEELKUNDE

Uw glimlach voor een betere wereld

Op zoek naar een fijne tandarts?

We staan graag met ons enthousiaste team van preventie-assistenten en mondhygiënisten voor u klaar!

Nieuwe patiënten zijn welkom!
Inschrijven kan online, maar ook telefonisch.

024-2036180

info@fortunakliniek.nl



Gezondheidsplein in De Boog
Dick Boerrigterplein 2
6663 RC Nijmegen
www.fortunakliniek.nl



OEFEN KRACHT BALANS MILDHEID

2 weken introductie: 25 euro

Gerard Noodtstraat 40 | 06-25234724 | www.almahotyoga.nl



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



Mensen helpen?

Mensen ontmoeten?

Zorg of hulp nodig?

Een idee voor de buurt?

Vragen over regels en papieren?

STIP NOORD
De Boog
Dick Boerrigterplein 2
ma en di 13.30-16.00
do 9.30-12.00

stip

WWW.STIPNIJMEGEN.NL/NOORD
@StipNijmegenNoord

Van droogteland naar waterland

Open lucht

De laatste jaren is er iedere zomer wel een moment dat drinkwater-bedrijven ons vragen zuinig te zijn met water. Het lijkt weinig te helpen. Wij zijn als consumenten de laatste jaren steeds meer water gaan gebruiken. Op dit moment is dat 120 liter per dag per persoon. Bijna 60 procent hiervan wordt gebruikt om te douchen. Gemiddeld douchen we vijf keer per week, doen we daar 8,3 minuten over en kost dat 70 liter water. Consumenten gebruiken veel meer water dan landbouw en industrie samen: 823 miljoen kuub versus 257 miljoen kuub. En dan te bedenken dat dit alleen maar het directe gebruik is. Indirect gebruiken we 3300 liter per dag. Een

T-shirt kost bijvoorbeeld 2700 liter water vanwege de water slurpende katoenteelt in Pakistan. Een onsje rundvlees kost 1550 liter en met een kopje koffie gaat 140 liter water verloren.

De verdroging van Nederland eist zo langzamerhand zijn tol. De funderingen van huizen ondervinden droogteschade die kan oplopen tot 22 miljard euro in 2050. Doordat het grondwater te laag komt te staan kan zout zeewater verder het land binnendringen. De kustprovincies en de Waddeneilanden kampen steeds vaker met dit probleem. De boomkwekerijen en de teelt van sier- en tuinplanten in de omgeving van Boskoop zijn een voorbeeld. Om de teelten van 770 boomkwekers in een

gebied van 1100 hectare te redden, moet bij extreme droogte dit gebied gespoeld worden met kostbaar water uit de Rijn. Ook de scheepvaart ervaart last bij een te lage stand van de rivieren. De laatste drie jaar moesten de vrachten bij lage waterstanden gehalveerd worden.

Het beleid van de waterschappen is er eeuwenlang op gericht geweest zogenaamd overtollig water zo snel mogelijk af te voeren. Het idee was altijd om wonen en landbouw overal mogelijk te maken en het waterpeil daarop aan te passen. Tegenwoordig kan dat niet meer. Het hogere watergebruik, een grilliger neerslagpatroon en de ongewisse wateraanvoer via de rivieren maken dat het anders moet. Om het droogteprobleem op te lossen zouden er twee dingen moeten gebeuren. Aan de ene kant moet het watergebruik naar beneden en aan de andere kant moet er minder water worden afgevoerd. Voorlichting aan consumenten werkt soms averechts. Consumenten uitleggen dat de natuur het loodje legt door droogte en dat ze zuinig met water moeten zijn, betekent vaak het tegenovergestelde. Ze geven de planten in de tuin juist extra water. Het is dus ingewikkeld om deze strategie te volgen.

De tweede benadering om droogte te bestrijden, is beperking van de afvoer. De meest effectieve manier om dat te bereiken is de afwatering en de ontwatering in de haarvaten van het zoetwatersysteem af te remmen. Een gemiddelde boerensloot mondt vaak al na enkele honderden meters uit in een gemeentelijke watergang. Die op zijn beurt weer uitkomt op een beek van het waterschap. Op deze manier zijn boeren, gemeenten en waterschappen tot elkaar veroordeeld. Daarnaast hebben ze elkaar ook nodig. Door op een effectieve en creatieve manier samen te werken kan Nederland van een droogteland weer een waterland worden.

Bron: Nederland Droogteland, René Didde (ISBN 378 90 8803 1205)

tekst Johannes
illustratie Marieke van Stippent



Selmar de Roo

de nieuwe eigenaar van restaurant Stroom

In beeld

Als we het interview (in Stroom natuurlijk) beginnen, vraag ik Selmar hoeveel tijd hij hiervoor heeft, als eigenaar van negen (!) horecabedrijven. Het antwoord: “Zolang als het duurt.” Of hij alle tijd van de wereld heeft. Hij kijkt niet één keer op zijn horloge en zit er ontspannen bij. Enig vooronderzoek had ook geleerd dat ik de vraag “had je al horeca-ervaring?” kan overslaan. Na De Hemel, Credible, Van Ouds, Renato's, De Pelgrim, De Wolfsberg, In de Kazerne en Pauw (allemaal hotels en horecazaken in en rond Nijmegen) is Stroom nummer negen.

Horecalegioen

Wilde Selmar van jongs af aan de horeca in? “Jazeker, dat was een bewuste keuze. Ik heb in Maastricht de Hotelschool gedaan en daarna op een aantal plekken stage gelopen, ook in het buitenland. Op een gegeven moment werkte ik op Aruba in een grote hotelketen en kregen mijn vrouw Ilfa en ik de kans om De Hemel over te nemen. Toen zijn we teruggegaan. Dat was in 2011. Tot 2019 hebben we het rustig aan gedaan - nou ja, rustig... wel de zaak flink uitgebreid, maar we hadden alleen De Hemel. Daarna ging het hard.”

Die negen horecazaken heten samen ‘het Horecalegioen’. Vanwaar deze overkoepelende naam? Selmar: “‘Legioen’ verwijst naar het Romeinse verleden van Nijmegen.

Maar het is ook handig om alles onder één noemer te hebben, als een soort merknaam, een visie die we uitdragen. Het zijn uiteenlopende zaken, van café tot *fine dining*, maar je kunt bij ons overal een bepaalde kwaliteit en service verwachten. We schenken ook overal onze eigen koffie, die branden we zelf. Dat doet Ilfa. Zij heeft een opleiding koffiebranden gevolgd. Toevallig is Stroom het enige restaurant waar we andere koffie schenken. Maar die is ook prima hoor.”

Duurzaam

Hoe kwamen ze op het idee om Stroom erbij te nemen? Selmar: “Ik kreeg in februari een uitnodiging van Frank, de vorige eigenaar, om eens te komen kijken. Wat ik zag sprak me aan. Frank had van het oude waterpompstation echt iets moois gemaakt. Veel licht, veel planten, de industriële uitstraling was gebleven en het is een heel duurzaam gebouw, met zonnepanelen, infrarood-verwarming, vloerverwarming. En zo'n prachtige plek... Wij houden van bijzondere locaties en panden met karakter. Ik ben heel gevoelig voor de sfeer van een pand.”

Het gebouw is milieuvriendelijk. Doen ze nog meer aan duurzaamheid? “Jazeker, we halen onze producten zoveel mogelijk van dichtbij: zalm van Doornik, groente halen we in Elst, vlees komt uit de regio, de bonbonnetjes uit Nijmegen. We kijken heel bewust met wie we samenwerken. En onze koffie wordt op de fiets rondgebracht.”

Selmar woont zelf niet hier. Wat vindt hij van Lent? “Ik ben hier goed thuis. Ik woonde vroeger in Oosterhout en kwam hier vaak; mijn kinderen voetballen regelmatig tegen DVOL. Lent is een dynamische plaats met een leuke mix van jong en oud. Er werken hier veel jongeren uit Lent en omgeving.”

Snelweg met vangrail

Hoe doe je dat: zoveel horecazaken runnen en toch ontspannen blijven? “Als je goede mensen hebt en alles loopt, hoeft je niet veel meer te doen. Ik geef mensen de vrijheid om hun werk te doen, een beetje zoals een snelweg met een vangrail ernaast. Ik kijk natuurlijk naar de cijfers, maar vooral naar hoe het op de werkvloer gaat. Je kunt dit doen, juist doordat je dingen los kunt laten.” Nog plannen met Stroom op korte termijn? “Jazeker. De openingstijden worden uitgebreid, voortaan zijn we zeven dagen en zes avonden in de week open. Het terras wordt flink uitgebreid en er komen halfronde banken waar je samen lekker kunt zitten. Het internet is ook verbeterd, dus je kunt hier prima werken. We blijven kijken wat beter kan; het is een continu proces.”

Als ik weggloop door de drukte zie ik iemand met stoffer en blik in de weer, iets opvegend van de vloer. Het is Selmar. Ik kijk er niet van op.

tekst Marijke Munnichs
beeld Anouk de Graaf