

LENTSE

LUCHT



DOORNIK: FRANSE SOLDATEN, HONGER EN KOU

Hoe gaat het met
DE LENTSE HORECA?

DE DAGEN VAN NYA EN MIRA
Twee 18-jarigen in coronatijd

ONDERZOEK IN HET SPIEGELBOS

AAN DE LENTSE LUCHT WERKEN MEE



Jolanda Brunnekeef



Anne-Rie Bus



Hans Dekker



Gerco Hiddink



Sjaan Huisman



Henry Jansen



Mirre Janssen



Marc Jeuken



Alphons Backx



Karliën den Blanken



Martin Bos



Rein Koning



Joop Koopman



Floris van de Laar



Marijke Munnichs



Paul Reuling



Lenny Rijken



Brigitte Rutten



Léonie Schuijt-Overgoor



Irene Smolders



Hans Spaans



Marieke van Stippent



Jorg Verweij



Gabi Verzuu



Marion Zwart

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

LEKKER LEESVOER

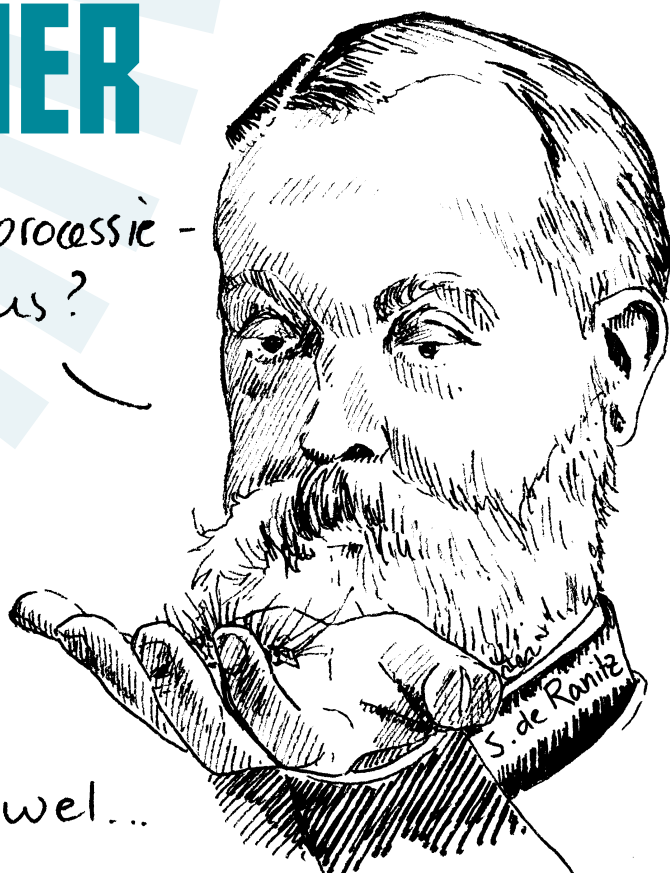
UIT DE LUCHT

We hebben weer ons best gedaan om een stukje lekker leesvoer bij u op de deurmat te laten ploffen. Welke mix van onderwerpen hebben we dit keer te bieden?

Laten we beginnen met een scheut historie. We duiken in de achttiende eeuw en volgen de wederwaardigheden van de onfortuinlijke heer De Ranitz in Huize Doornik. Eén van de weinige dingen waar De Ranitz geen last van heeft zijn eikenprocessierupsen. Dat is tegenwoordig wel anders, maar Johannes biedt hoop. In de eikenlanen rond Huize Doornik zijn de bomen volgehangen met nestkastjes voor mezen die wel raad weten met de vermalede rups. Nu ik het toch over het moderne landgoed Doornik heb, zal ik direct Maarke Klein en Bram van der Bor introduceren. Deze twee studenten van de HBO-opleiding Bos en Natuurbeheer onderzoeken, samen met een aantal andere studenten, hoe van het Spiegelbos en Doornik Natuurakkers één geheel kan worden gemaakt. Duide-lijk is in ieder geval dat beide studenten onder de indruk zijn van de schoonheid van dit stukje Lent: "Het deed me goed te merken dat er nog zulke mooie plekken zijn in Nederland" (...) "Ik was onder de indruk van de kleinschalige landbouw op de natuurakkers. Het is veel mooier dan de grootschalige landbouw die gangbaar is in Nederland."

Een eiken processie-
rups dus?

Jeukt wel...



We zouden het graag willen, maar ook deze editie komen we er niet onderuit om te schrijven over de gevolgen van het coronavirus voor inwoners van Lent. Die zijn namelijk groot. Dus laten we wat coronanieuws door onze mix heen roeren. Zo beschrijven de achttienjarigen Mira en Nya welke invloed het virus heeft op hun leven, besteden we aandacht aan het done- ren van bonnen en fitcoins en laten we de restauranthouders van Lent aan het woord. Welke initiatieven ontplooiën de restaurant- houders? Zien ze nog toekomstperspectief?

Wij van Lentse Lucht doen niet geheim- zinnig over onze ingrediënten. Dus ik mag best verklappen dat deze editie nog wordt gekruid met de onvolprezen kinderredactie, de Dierendokter, een smaakmakend artikel over Cafeteria Lent en tal van vaste rubrieken. Ik wens u veel leesplezier en hoop dat ook deze editie weer naar meer smaakt!

TEXST Martin Bos

ILLUSTRATIE Marieke van Stippent

COLOFON

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

Abonnement buiten Lent: € 40,- per jaar.

Opzegtermijn: 2 maanden. De redactie behoudt zich het recht voor om kopij niet te plaatsen of in te korten.

Een bijdrage is verkregen uit het budget wijkactiviteiten / bewonersinitiatieven van de gemeente Nijmegen.

Donaties: NL69 RABO 0127 9961 33. Lentse Lucht niet ontvangen? 024-3221076 / bezorging@lentselucht.nl.

Drukwerk: Van der Weerd. Oplage: 4.200 exemplaren.

www.lentselucht.nl

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

Sluitings-
datum kopij
dinsdag 16
juni 2020

VAN DE KINDERREDACTIE



Vol energie heeft de kinderreductie aan het juninummer van de Lentse Lucht gewerkt, ook al konden ze niet vergaderen en moesten ze afstand houden. En het bleef niet bij schrijven alleen: ook tekenen, fotograferen en zelfs s'mores bakken blijken bij de activiteiten van deze journalisten in de dop te horen. En er is goed nieuws, er is een tweede illustrator: Guusje. Zij gaat nauw samenwerken met Noa. We zien hier haar eerste tekening.

HET GEZICHT VAN NIJMEGEN



Ben jij op 8 april bij de plaatsing van het Gezicht van Nijmegen geweest? Ik wel en daar vertel ik jullie nu over.

Het gezicht is eigenlijk een Romeins masker en de maker is Andreas Hetfeld. Hij won een wedstrijd waarbij je kunstwerken kon bedenken die tijdelijk op plekken in Nijmegen Noord mogen staan, daar waar straks nieuwbouw komt. De gemeente Nijmegen vond het masker van Andreas zo mooi dat het over een paar jaar blijvend aan de overkant van de Waal zal staan.

Door de coronacrisis ging de afspraak van de kinderreductie met Andreas in zijn

werkplaats in Millingen niet door. En nu was ook de verhuizing van het masker naar het eiland moeilijker, want er mochten niet zoveel mensen komen kijken. Léonie (eindredacteur kinderreductie) belde daarom Andreas. Hij zei dat hij de tijd niet kon vertellen, maar dat het tijdstip in de krant verkeerd was. Léonie dacht dat de plaatsing dan wel vroeger zou zijn, dus ze stuurde ons een appje dat wij het beste rond 11 uur naar de Warande konden komen. Toen we daar aankwamen was de boot met het masker er al. Jesse en Jona waren er ook. Ik zag Léonie niet. Mijn zusje wou naar huis, dus mama ging haar wegbrengen. En net toen ze 10 minuten weg was, werd het

masker opgetild en verplaatst. Ik schoot helemaal in de stress en liep op en neer alsof ik een kip zonder kop was. Onder-tussen heb ik ook nog 100 foto's gemaakt. Ik wist niet dat ik dat allemaal tegelijk kon. Twee minuten nadat het masker was geplaatst kwam mama terug met een bericht van Léonie dat ze bij het fort zat. Toen we haar vonden, hebben we nog even nagepraat en vertelde Léonie waarom het masker op Nijmegen uitkijkt.

Het was wel een stressvolle maar ook een hele coole dag. Ik voelde me een echte journalist! Op de website van de Lentse Lucht staan ook foto's.

DE STRIJD TEGEN HET PLASTIC deel 4

De Tijger moet sinds de Leeuw gevlucht is het dierenland besturen. Als hij een koele grot zoekt om na te kunnen denken, dan vindt hij daar de Schildpad die bijna stikt. Met de Schildpad op zijn rug holt hij door het woud en stopt bij een groot meer waar 'de Koning van het water' woont. Die wil zich wel over de Schildpad ontfermen. Maar is de Schildpad wel veilig?

De Tijger rent zo snel mogelijk terug naar zijn paleis en roept alle burgemeesters bij elkaar. De eerste die binnenkomt is de Cheeta. Hij heeft bosbruine ogen en bij zijn rechteroog zit een lelijk litteken. Hij loopt stevig de grote zaal in, die vol hangt met schilderijen van vorige koningen. In het midden van de zaal staat een lange eettafel met daarover een paars tafelkleed, gedekt met gouden borden, bekers en bestek. Dan komen de Kikker en de Krokodil. De Kikker ziet er bekakt uit in zijn zwarte pak en blinkende schoenen, terwijl de Krokodil juist intimideert met zijn littekens en één parelwit oog. Even later stappen ook de Vlinder, de Adelaar, de Gazelle en de Dolfijn de paleiszaal binnen. Dan schraapt de Tijger zijn keel en zegt: "Goedemorgen allen"

Wordt vervolgd

TEKST Sabirin • ILLUSTRATIE Noa



TINY FOREST LENT

Woensdag 9 maart ben ik naar de informatieavond van Tiny Forest geweest en heb daar Linda Ijmkker geïnterviewd. Linda is projectleider van Tiny Forest Lent.

Wat is een tiny forest en waarom wordt er een in Lent aangelegd?

Linda: "Een tiny forest is een klein bosje ter grootte van een tennisveld. Het bosje wordt heel dicht begroeid, maar er komt ook een speciale plek om rustig te kunnen zitten. Een tiny forest in Lent is wel belangrijk omdat er heel veel nieuwe huizen worden gebouwd en de dieren ook een plek moeten hebben om te leven."

Waar en wanneer komt het in Lent?

Linda: "Waarschijnlijk komt het bosje achter De Ster bij het speeltuintje. Het duurt nog ongeveer een halfjaar voor de toestemming er is, maar de planten poten we zelf in één dag."



TEKST Mia • ILLUSTRATIE Guusje

S'MORES

een smulrecept



Stap 1

Verwarm de oven voor op 135 graden.

Stap 2

Pak een kleine ovenschaal en de ingrediënten.

Stap 3

Leg de chocola op de bodem van de kleine ovenschaal en pak daarna de 80 gram marshmallows en leg die op de chocola.

Stap 4

Doe de kleine ovenschaal in de oven en bak de s'mores tussen de 10 en 15 minuten op 135 graden.

Stap 5

Dip de koekjes in de s'mores-dip.

Dit keer schreven we een recept. Dat bakken ging de eerste keer niet zo goed. De s'mores waren verbrand. De tweede keer waren ze wel erg lekker.

Maar waarschijnlijk schrijven we de volgende keer wel weer iets over sport. Hahaha.

TEKST EN BEELD Jesse en Jonah

A woman with blonde, wavy hair is standing on a large, weathered log in a forest. She is wearing a brown, textured coat over a colorful, patterned top, blue jeans, and brown leather boots. She is smiling at the camera. The background is filled with trees and foliage in shades of green and yellow, suggesting an autumn setting. The ground is covered with fallen leaves.

BEWEGEN: SLIM VOOR JEZELF ÉN VOOR ANDEREN

Voor 'Rijk van Nijmegen Vitaal' heeft de coronacrisis niet alleen negatieve gevolgen. Het gloednieuwe initiatief, gericht op het verbeteren van gezondheid, kon zelfs in positieve zin inspelen op de ontstane situatie: door een slimme draai te geven aan het gebruik van de app 'It's My Life' en beloning voor meer bewegen te koppelen aan waardering voor mensen in vitale beroepen. Lentse Lucht interviewde Isabel Voet, een van de initiatiefnemers.

“Vorig jaar kwamen we met ons vieren bij elkaar, allen werkzaam als coach ten behoeve van lichamelijke, mentale en sociale fitheid. Als vitaliteitscoach was ik er daar een van,” aldus Isabel Voet. “Ons idee was, de bestaande app ‘It’s My Life’, bedoeld om mensen meer te laten bewegen, uit te zetten in Nijmegen en omgeving. Daaruit kwam ‘Rijk van Nijmegen Vitaal’ voort”, vertelt de Lentse enthousiast.

“Onze bedoeling is, door middel van de app mensen in Nijmegen en omgeving te stimuleren om meer te gaan bewegen. Door te bewegen verdienen mensen ‘fitcoins’. Deze fitcoins kunnen ingewisseld worden voor een beloning. Met 1000 stappen lopen of 10 minuten fietsen verdien je 1 fitcoin. Een x-aantal fitcoins kun je vervolgens inwisselen voor een beloning uit onze catalogus op de website, bijvoorbeeld een workshop koken of mediteren.”

“Terwijl we bezig waren met onze plannen, barstte het coronavirus los. Uiteindelijk heeft dat het proces juist versneld. Gezondheid kwam door deze pandemie zo direct in beeld, dat we niet anders konden dan daarbij aanhaken. De beloningen voor verdiende fitcoins zijn er nu op gericht iets terug te geven aan mensen in vitale beroepen. Zo kun je met je fitcoins bijvoor-

beeld een vakkenvuller in de supermarkt een kaartje voor een NEC-wedstrijd in het nieuwe seizoen cadeau doen. Of je kunt een meditatie-training voor onderwijspersoneel regelen”, legt Voet uit. “Zo koppelen we persoonlijke fitheid aan een bijdrage voor mensen die nu extra hard moeten werken en juist minder met hun eigen gezondheid bezig kunnen zijn.”

Het idee blijkt een schot in de roos. Binnen vier weken kon ‘Rijk van

Nijmegen Vitaal’ de honderdste deelnemer verwelkomen. “Iedereen uit Nijmegen en omgeving kan meedoen, maar ook bij de beloningen schakelen we het liefst lokale partijen in. Bijvoorbeeld het vitaliteitsboek van Marjolein Dubbers, vitaliteitscoach voor vrouwen en woonachtig in Nijmegen. Dat boek kan gekozen worden voor 250 fitcoins en geschonken worden aan een heldin in

de zorg. Als corona straks voorbij is, of afgenomen, kunnen deelnemers hun fitcoins ook weer inwisselen voor een beloning voor zichzelf. Iedereen kan meedoen, voor zichzelf én voor anderen!”

Voor meer informatie en aanmelden:
www.rijkvannijmegenvitaal.nl

TEXST Jolanda Brunnekreef

FOTO Jeanne Buchner (uit Lent) / VISAGIE Karen van Keeken (uit Lent)

“Iets teruggeven aan mensen in vitale beroepen”



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

**Leon Pennings
Annemieke de Grood
Stef de Grood**

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

www.tandarts-villawesthof.nl

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

Thijssen 

**Brilmode
Contactlenzen
Optometrie**

**Markt 53/55
Bemmel
0481-470490**

www.oogzorginbemmel.nl



zoeverS
RENT & VERHUUR

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

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

BY ILSE

SCHOONHEID OP MAAT
PRAKTIJK VOOR
HUIDVERZORGING & HUIDVERBETERING



**HEEFT U UW
AFSPRAAK AL
GEMAAKT?**

Ik hoop u snel te mogen
ontvangen in mijn praktijk op
het eiland Vuur - Lent!

Geduld 2 | 0032 87 | Lent
06 - 26 170 106
info@schoneheidopmaat.nl
www.schoneheidopmaat.nl



Kapper de Krul

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

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



Albert Heijn Bemmelen
Ruim 150 parkeerplaatsen,
gratis en overdekt

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

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



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



CAFETARIA LENT

Het zal iedereen zijn opgevallen: Cafetaria Lent aan ons Dorpsplein is flink opgeknapt afgelopen winter. Vlak voor opening waren er de eerste signalen van corona. Spannende tijden, ook voor de familie Cantürk. Al meer dan 33 jaar runnen zij de cafetaria. De kostbare verbouwing met de daarop volgende crisis zal toch niet funest worden?

Extra werk

Het is half april als ik heb afgesproken met Necati Cantürk en zijn vrouw Miyese. Ik word hartelijk ontvangen door zoon Alper. “Vader en moeder zijn nog aan het werk. Ze komen zo,” vertelt hij. “Zo gaat dat als je een cafetaria hebt. Het is hollen of stilstaan. Door de crisis is er extra werk. We houden ons goed aan de maatregelen. Zo zijn er mensen die bakken en gerechten voorbereiden en anderen die wegbrengen. Iedereen draagt mondbescherming en handschoenen. Niemand mag zich ook maar een beetje ziek voelen. Wij werken met veel familieleden en houden elkaar scherp ten aanzien van de hygiëne.” De zaken lopen goed, maar door de omstandigheden zijn de kosten ook hoger. Er wordt veel thuis bezorgd, in het weekend soms wel 80 bestellingen per dag. Ook iedere doordeweekse avond is het flink doorrijden om alles bezorgd te krijgen. Daarnaast is er de afhaal. Er mag niet worden gegeten in de cafetaria, ook niet op de bankjes buiten. Alper: “De mensen die afhalen willen het liefst buiten wachten. Dat kan prima bij dit mooie weer.”

“Lent is ons thuis”

Dan schuiven Necati en Miyese aan. Het is half negen en de drukte is voorbij. Miyese blaast even uit en vertelt dat het tijd wordt om het wat rustiger aan te doen. Necati beaamt dat: “Alper neemt al veel verantwoordelijkheid en taken over. Maar door de crisis komen er extra werkzaamheden bij, dus moeten we nog steeds flink aan het werk.” Necati en Miyese woonden tot 1976 in hetzelfde dorp in Turkije, Erzincan. In 1976 kwamen zij naar Nederland. Necati werkte in Turkije

in een theehuis. Ook in Nederland kwam hij al snel in de horeca terecht. Na te hebben gewerkt bij restaurant Ankara en cafetaria Martin in Nijmegen startte hij in 1987 met een compagnon Cafetaria Lent. Inmiddels hadden zij twee kinderen, dochter Alev en zoon Alper. In 1999 kwam daar dochter Ela bij. Miyese: “Wij voelden ons gelijk thuis in Lent. Wij vertelden ook onze familie: Lent is ons thuis. Wij hebben ons hier altijd welkom gevoeld. Nu wonen wij in Oosterhout, we wilden kleiner gaan wonen. Maar Lent is nog steeds ons thuis.”

“Gastvrijheid zit in onze familie”

mensen steeds meer online bestellen en verwachten dat er snel geleverd wordt. Het is dan ook vaak een race tegen de klok.” Necati en Miyese vinden online bestellingen iets minder prettig: “Je houdt het niet tegen, maar het contact met de klant is daardoor weg. Vroeger kende je iedereen. Daarom is het tijd dat we een stapje terug doen en de zaak overdragen. Alper is gastvrij en werkt al lang mee in de zaak. Hij kan de cafetaria overnemen als hij er helemaal klaar voor is.”

Alper studeerde na zijn administratieve studie nog toerisme. Alper: “Het is traditie dat je lang ingewerkt wordt voordat je de zaak overneemt. Het zal nog wel even duren hoor. En ja, ik ben erg gastvrij. Gastvrijheid zit in onze familie. Daarom hopen we Lent nog lang te mogen verwennen met onze gerechten.”

Race tegen de klok

Er is flink verbouwd aan de cafetaria. Alper: “Iedereen ziet dat we een nieuwe indeling hebben en nieuwe banken. Maar de grootste investering is gedaan in de apparatuur. We hebben nu meer capaciteit. We zien dat



VAN NATURE NIJMEGEN

**Duurzaam, biologisch en
fairtrade winkelen op twee
locaties in Nijmegen**

Van Nature | Hét duurzame warenhuis
Burchtstraat 126 Nijmegen

Van Nature | Dé biologische speciaalzaak
Gerard Noodtstraat 135-137 Nijmegen

www.vannature-nijmegen.nl



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. F.G.W.M. Huijbers

mr. S.T.W. Verhaagh

mr. D.W. Beemers

mr. S. van Oers

mr. H.M. Schurink - Smit

mr. B. Klomp - de Wijk

mr. L.I. Siers

voor:

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

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

GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT

www.deopstap-nijmegen.nl

Open Dag
6 sept. 2020
12.00-15.00 uur
de Ark van Oost
Cipresstraat 154
Nijmegen



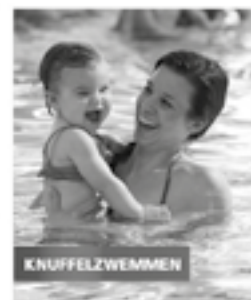
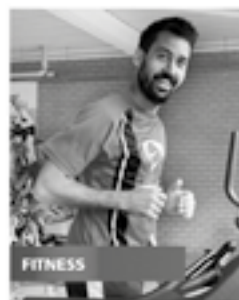
Oefentherapie Cesar De Lint In Thermion

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

U kunt bij ons terecht voor
rug-, nek- en schouderklachten,
houding- en bewegingsproblemen,
baby- & kinderoefentherapie,
spanningsklachten & burnout, psychosomatiek,
bekkenklachten rondom zwangerschap,
urine-incontinentie, chronische pijn,
Mindfulness, Medical Kinetics,
slaapproblemen, bedrijfsoefentherapie

Ook vestigingen in
Nijmegen Noord en Bommel

Kom sporten bij Laco sportcentrum Bommel!



Laco sportcentrum Bommel
v. Nijmegen 2, 6681 CZ Bommel | telefoonnummer: (0411) 461687
www.laco.nu/bommel

RUST IN DE DIERENTUIN

DE DIERENDOKTER

Het is coronatijd, dat zal niemand zijn ontgaan. Mijn school in Barneveld (AERES MBO Barneveld), die met de dierentuin, is dicht. Gelukkig moet - of liever: mag - ik er nog regelmatig heen, iets wat ik met veel plezier doe en wat nu ook een fijne afwisseling is.

Iedere dinsdag ga ik naar Barneveld om alle vogels te verzorgen en een rondje te doen bij de overige dieren. Ook op vrijdag loop ik hier regelmatig een controlerondje, want met ruim 2000 dieren is er altijd wel wat. De dierenverzorgers en diervertwoordelijken weten me te vinden.

Wat echt opvalt: hoe goed de dieren het nu doen. Inmiddels twee maanden zonder leerlingen, dat betekent ook twee maanden rust en vrijheid voor de dieren. Geen praktijklessen, geen leerlingen die moeten leren hoe ze grote ara's moeten vasthou-

den, hoe ze veilig een stokstaartje kunnen benaderen of hoe ze een halster om moeten doen bij een kameel. Niet twee keer per dag eerstejaars leerlingen die je hok, kooi, volière binnenkomen om de verzorging te doen. Ook valt op hoeveel jonge dieren er geboren worden. Bij de watervogels zijn er dit jaar extra veel broedparen en hebben we al meer eieren uitgebroed dan ooit, ook van zeer zeldzame watervogels. Zelfs de eenjarige kieviten hebben al jongen! Een van de Walibi-vrouwtjes heeft een 'Joey', zo wordt het jong genoemd. De cavia's hebben veel jongen, die gelijk na de geboorte al vrolijk rondrennen, en bij vier geiten lopen nu in totaal veertien lammeren rond! Kortom, de beestenbende gedijt goed in coronatijd.

Uiteraard zijn er ook nu regelmatig dieren die medische zorg nodig hebben. Gelukkig hebben wij een eigen, volledig ingerichte (trainings)dierenartsenpraktijk op school, met een zeer ervaren, gezellige en han-



dige praktijkmanager. Samen kunnen we veel problemen oplossen. Zo hebben wij deze week een stokstaartje onder narcose gebracht en gehecht; de twee dames in het hok hadden heftig gevechten. Stokstaartjes lijken wel lief, maar dat zijn ze echt niet. Daarnaast hebben we vier schildpadden gechipt, een wond bij een baard-agaam opgeschoond en gewassen en verbonden. En gisteren hebben we een van onze kamelen onder narcose gebracht met de blaaspijp. Hij loopt al een tijd kreupel en we wilden röntgenfoto's maken van beide voorbenen en ook meteen bloed afnemen. Bij onze kamelen gaat dat niet als ze vrolijk wakker zijn. De röntgenfoto's van zijn voorbenen waren goed, dus dat is goed nieuws; nu nog even wachten op de bloedsuitslag. Het is nooit saai met zoveel dieren, dat is zeker!

TEXST Hans Dekker • ILLUSTRATIE Hans Spaans

VAN DE WEBREDACTIE

In het algemeen is een website een handige plek om informatie te geven over je bedrijf en de producten of diensten die je aanbiedt. Instrumenten als social media, emailmarketing of sponsoring kun je dan gebruiken als marketingtool om je bedrijf te promoten. Wat voor jou het beste werkt hangt af van aspecten als bijvoorbeeld je doelgroep en de te maken kosten. Gebruikersanalyses kunnen vervolgens inzicht geven in de behoeftes van je klanten en deze informatie kun je dan weer gebruiken om je marketing nog beter aan te passen aan je doelgroep.

Ook Lentse Lucht maakt gebruik van een website en van sociale media om een 'doelgroep' te bereiken. Niet zozeer als marketingstrategie om producten of diensten aan de man te brengen, maar wel als platform voor bewoners om elkaar op een relatief gemakkelijke en snelle manier te bereiken. De gebruikers van het platform

vormen als het ware hun eigen doelgroep. Vaak geven statistische gebruikersgegevens over deze 'doelgroep' dan wel enig inzicht in de behoeftes, de interesses en de bezigheden van de inwoners van Lent.

Zo is het aantal bezoekers van de website in de afgelopen tijd toegenomen van 2100 naar 2980 in maart van dit jaar! Als we kijken naar de top drie van het aantal bezoekers op de Facebookpagina van Lentse Lucht vinden we de volgende gebruikersgegevens. Op 21 april bereikte het bericht van Omroep Gelderland over de terugkeer van historische namen rondom de Lentse Plassen in totaal 704 lezers. Op 28 april bereikte het bericht van Henry over Koningsdag 2020 in Lent in totaal 792 mensen. Op 30 april bereikte het bericht van Fort Beneden Lent over de cideroogst van dit jaar in totaal 785 bezoekers van de pagina.

Blijkbaar zijn we in de uitbraakfase van het coronavirus in Lent opvallend actief geworden bij het online verzamelen van informatie. Met betrekking tot de inhoud van de informatie zijn we met name geïnteresseerd geweest in Lentse historie, traditie en goede wijnsoorten van eigen bodem!

TEXST Rein Koning



Word de mooiste versie van jezelf

Coaching voor kinderen, jongeren en volwassenen voor: *Mooi talent*

- gelukkiger leven;
- wijsheid en plezier in opvoeding;
- een passende studie en beroepskeuze;
- passie in je werk en liefdevolle relaties.

Bel Marion van Diemen op 06 13397954
of mail naar info@mooitalent.nl
Praktijk: Annabellstraat 26 6515 CH Nijmegen
www.mooitalent.nl



"Uw goed recht!"

goedrecht
advocaten

Voor bijstand en advies bij:

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



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



OSTEOPATHIE
LENT

Frankrijkstraat 141
024 203 0216
osteopathie-lent.nl



Afscheidshuis Lent

Meijer en ten Hove Uitvaartverzorgers

Gewoon omdat het al moeilijk genoeg is

024 7508465 06 34045001

www.uitvaartcentrumlent.nl



LENTS ALLERLEI



Vanaf 1 juni Warmoes weer open!

Zoals het er nu uitziet, gaat Warmoes weer open per 1 juni. Precies op het goede moment, want het eerste fruit is in juni rijp en ook de bloemenpluktuin geeft al veel kleur. De boomgaard van de Warmoes biedt veel ruimte; afstand houden is geen probleem. Het tuincafé is helemaal ingericht op zelfbediening. Gasten halen zelf hun lekkers en zoeken een fijne plek buiten. Dat betekent wel dat Warmoes alleen open is bij mooi weer! In juni is de menukaart wat kleiner en kan er genoten worden van zelfgebakken taart, kleine lunchgerechten en heerlijke biologische koffie, sapjes, bier, wijn en fruitijs. Koffie en taart kan ook 'to go' meegenomen worden. Houd voor de spelregels de website in de gaten: www.dewarmoes.nl. Ook op de facebooksite staan nieuwsberichten. Natuurlijk let Warmoes op de hygiëne en worden de regels van het RIVM gevolgd. Dat kan betekenen dat alles net een beetje anders gaat, maar het blijft genieten tussen het groen, het fruit en de bloemen! Open (bij mooi weer) op woensdag, donderdag en vrijdag van 10-16u en in het weekend van 10-17u. Alle geplande activiteiten in juni gaan ivm de 1,5 meter afstandsregel niet door.

Handbal

Handbal voor kinderen weer van start! In verband met corona moest de Lentse handbalvereniging Havana tijdelijk stoppen met de handbaltrainingen. Maar sinds begin mei zijn ze weer van start. Op maandagen zijn er trainingen voor jeugd van 6 tot 12 jaar. Op donderdagen van 10 tot 17 jaar. Wil jij of uw kind ook handbal uitproberen? Je mag vrijblijvend meedoen tot aan de zomervakantie. Uiteraard worden de strikte veiligheidsrichtlijnen, daarom is vooraf aanmelden ook nodig. Voor meer informatie en aanmelden kunt u appen met 0657219877 of kijk op www.hvhavana.nl.



Buurtgezinnen

'Buurtgezinnen' is sinds kort actief in Nijmegen. Gezinnen die het zwaar hebben (vraaggezinnen) worden gekoppeld aan een warm en stabiel gezin in de buurt (steungezinnen). Zo krijgen kinderen wat extra aandacht en worden ouders even ontlast. In Lent heeft al een eerste koppeling plaatsgevonden! De hulp van een steungezin is alledaags en vriendschappelijk. Het kan gaan om een wekelijkse speelafpraak, een weekend logeren of samen iets leuks ondernemen. Dat is iedere keer maatwerk. In Lent zoeken we nu een steungezin voor een jongen van 15 die graag wekelijks langskomt. Voor zijn profiel en voor meer informatie kunt u kijken op: www.buurtgezinnen.nl/nijmegen/.

Art Laboratory Fabrikaat verhuist

Fabrikaat - nu gevestigd in de witte boerderij aan de Oosterhoutsedijk 88 - maakt zich op voor verhuizing naar de naastgelegen boerderij, Zaligestraat 8. Op deze locatie zet Fabrikaat haar programma voort. Naast het experiment met de Nijmeegse rivierklei zal hier ook horeca komen. Deze zomer al kun je het zelf komen beleven, in aangepaste vorm vanwege de corona-omstandigheden. Zo kun je bijvoorbeeld onderweg naar het Spiegelwaalstrand een picknick afhalen, een rijk belegd broodje op een biologisch afbreekbaar kleibord dat je na afloop weer teruggeeft aan de rivier. Houd onze facebook- en website in de gaten! <https://nl-nl.facebook.com/stichtingfabrikaat> en www.stichtingfabrikaat.nl



Oproep: oude foto's Vierdaagse en Vierdaagsefeesten gezocht!

In het julinummer van Lentse lucht willen wij een overzicht plaatsen met foto's van de Vierdaagse en Vierdaagsefeesten in Lent in vroeger tijden. Daarom vragen wij u eens te graven in oude fotoalbums en ingescande foto's te mailen naar Lentse-luchtonline@gmail.com.

Cursus Mental Health First Aid: eerste hulp voor 'verwarde' mensen

De cursus Mental Health First Aid (MHFA) vergroot je kennis over psychische aandoeningen en leert je situaties beter inschatten. Je ontwikkelt vaardigheden om te kunnen handelen, zowel bij mensen met beginnende psychische problemen als bij mensen die in een crisis verkeren. Dit najaar organiseert Indigo deze cursus gratis in de gemeenten Berg en Dal, Beuningen, Druten, Nijmegen en Wijchen. De cursus is bedoeld voor inwoners, vrijwilligers en werkenden in de genoemde gemeenten zónder of met weinig kennis van de GGZ (geestelijke gezondheidszorg) en wordt gefinancierd vanuit subsidie van ZonMW. Kijk voor een cursus in de buurt op www.mhfa.nl of informeer bij Indigo tel. 026-3124483 of info@indigogelderland.nl.

Co-bomen, zoek het groen op in Noord!

Co-bomen beheert sinds vijf jaar een aantal fraaie hoogstamboomgaarden in Nijmegen Noord. We hebben de bomen voor kappen en rooien weten te behoeden en vormen ze geleidelijk om tot groene parkjes temidden van de oprukkende nieuwbouw. Wees zo vrij en breng ze een bezoek, juist nu in het fraaie voorjaar. Hier is ruimte, hier is rust! Zie www.cobomen.nl voor meer info en ligging van de boomgaarden. Wilt u lid worden van co-bomen en/of meehelpen in het beheer en onderhoud, dan ook daarover meer info op onze website.



Bezorger gezocht in Lent

- 's Ochtends voor 07.00 uur kranten bezorgen (zaterdags voor 08.00 uur)
- Vergoeding afhankelijk van de wijkgrootte, maar minimaal € 270,- voor vier wijkdelen
- Startpremie **€ 200,-** • Gratis de krant lezen

!!! alle leeftijden maar tenminste 15 jaar !!!

Interesse of aanmelden?
krantenbezorgen.nl

Mensen helpen?

Mensen ontmoeten?

Zorg of hulp nodig?

Een idee voor de buurt?

Vragen over regels en papieren?

STIP NOORD
Thermion Lent

Ma 09.30-12.30 uur
Di 13.30-16.30 uur
Do 13.30-16.30 uur

stip

WWW.STIPNIJMEGEN.NL/NOORD

@StipNijmegenNoord

INTUÏTIEF TRAJECT SCHOOL VOOR INTUÏTIEVE ONTWIKKELING

In januari, april en september kun je bij ons starten met een cursus. 11 lessen met meditatie, mindfulness, visualisatie, energie- en lichaamswerk. Meer informatie op www.intuitiesftraject.nl

Al 15 jaar de school om jezelf en je intuïtie te ontwikkelen.

JEUGDTANDARTS WAALSPRONG



COME AND FLY WITH US!

- > Tandartspraktijk speciaal voor kinderen
- > Van de allerkleinsten tot jongvolwassenen
- > Praktijk omgetoverd tot vliegtuig
- > Gevestigd in Thermion, hét multifunctioneel centrum van Lent
- > De nieuwste technologieën
- > Contracten met alle grote zorgverzekeraars
- > Tweede praktijk in Beuningen

"Een stralende kinderlach. Wij kunnen ons niets leukers voorstellen. Daarom maken we werk van mooie tanden! De Jeugdtandarts is expert in kindvriendelijke tandheelkundige behandelingen."

Meer weten of inschrijven? Kijk op onze website www.jeugdtandarts.nl of bel 024 - 324 6324

Zoekt u een dierenarts ?



- Professioneel en up to date
- Met aandacht voor mens en dier
- Eerlijk en informatief

U bent bij ons van harte welkom !

Laaauwikstraat 20 Lent

T. 024 – 3606422

www.dierenklinieklent.nl

Schoenmakerij Tweehuysen



Erkend Gildemeester

**Voor al Uw reparaties
en onderhoudsmiddelen**

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

www.schoenmakerijtweehuysen.com

Herziening Plan Vossenpels Midden en Noord?

Eind 2018 heeft de gemeente Nijmegen het Ambitiedocument Vossenpels gepresenteerd dat uitgaat van 650 woningen. Wijkraad Lent is van mening dat de ambities van de inwoners van Lent slechts mondjesmaat terugkomen in dit document. Zij hebben vele wensen en ideeën ingebracht voor méér voorzieningen, sport en groen, maar de gemeente legt de prioriteit bij de woningbouw en heeft al die wensen nauwelijks gehonoreerd. Momenteel wordt gewerkt aan het bestemmingsplan. Om te voorkomen dat dit binnenkort definitieve vormen krijgt, hebben wij op 28 april 2020 een brief gestuurd aan het College en de Gemeenteraad. Wij vragen het proces tijdelijk stil te leggen en te onderzoeken of, voor een deel van het gebied, een andere invulling kan komen voordat héél Lent is volgebouwd en het te laat is!



Leefbaarheid, sport en meer groen in Lent?

Centraal in het plangebied ligt het huidige sportpark met voetbalvelden, tennisbanen en het clubgebouw van de damvereniging. Wij zouden dit park graag willen uitbreiden met een overdekt zwembad en mogelijkheden voor bijvoorbeeld atletiek, korfbal, hockey, etcetera. Ook denken wij aan een speeltuin voor de allerkleinsten en een beweegroute voor jong en oud. De huidige sportclubs hebben grote

behoefte aan uitbreiding van de capaciteit. Lent is de grootste wijk van Nijmegen en heeft nu al 11.192 inwoners, en daar komen er nog duizenden bij. Wij zien hier graag een mooi groot sportpark gerealiseerd worden in een parkachtige, groene setting met ruimte voor jong en oud om te sporten, te recreëren, te spelen, te wandelen en elkaar te ontmoeten, voor nu en voor de toekomst. Het is nu of nooit meer!

Zwembad voor héél Nijmegen-Noord?

NV Sportfondsen Nijmegen wil al jaren een nieuw zwembad in Nijmegen-Noord. Wij denken dat in de Vossenpels mogelijkheden liggen! Sportfondsenbad Nijmegen West is verouderd; wanneer dit vervangen zou worden door een vestiging in Lent, kunnen de woningen die eerst gepland waren in de Vossenpels, in de Planetenstraat worden gerealiseerd.

Heeft u vragen, opmerkingen of ideeën? Stuur ons een mailtje: info@wrlent.nl. Via onze website <https://lentselucht.nl/pagina/wijkraad-lent> houden wij u van alle ontwikkelingen op de hoogte!

LENTSE HORECA IN CORONATIJD

Lent kent een behoorlijk aantal horecabedrijven (zie kaartje). Welk effect heeft de coronacrisis op hun bedrijf? En hoe ziet voor hen de toekomst er uit, nu de restricties langzamerhand minder streng worden? Acht bedrijven gaven Lentse Lucht inzicht in hun situatie. En hoewel ze alle getroffen zijn door de crisis, leeft de ondernemersgeest meer dan ooit. Dit levert creatieve en verrassende initiatieven op. Dank zij de positieve reacties van veel Lentenaren voelen onze horeca-ondernemers zich gesteund en is deze periode voor de meesten gelukkig niet alleen maar een tijd van kommer en kwel.

MICHEL HOUKES VAN CAFÉ ETEN EN DRINKEN LENT

Een paar dagen nadat bekend werd dat we noodgedwongen onze deuren moesten sluiten, hebben we met ons team besloten dat we maaltijden zouden gaan bezorgen / laten afhalen. Het eerste weekend was het al erg druk! Uiteraard ging dat niet vlekkeloos in het begin, maar inmiddels zijn we er een beetje aan gewend. Mensen kunnen bij ons maaltijden, borrelboxen, cadeaubonnen en ontbijtjes (voor speciale gelegenheden als Moederdag) bestellen. Je kunt deze afhalen of laten bezorgen door één van onze medewerkers. Je kunt bij ons ook dagelijks terecht voor een verse Coffee to Go.

Hoewel het best goed loopt, is het natuurlijk niet vergelijkbaar met 'normaal', als we gewoon onze gasten kunnen ontvangen. Het is ook best wel raar om elke dag ons café binnen te wandelen en te beseffen dat we niet kunnen doen waar we goed in zijn.

Onder voorbehoud mogen we vanaf 1 juni weer beperkt gasten ontvangen! Blijf allemaal gezond en we hopen jullie weer snel te zien op het terras of in het café, want we missen jullie enorm!

CAFÉ ETEN
EN DRINKEN





PATRIES LESSMANN VAN LENTMARK-KIOSK

Als eigenaar van LENTmark-KIOSK aan de Lentseplas verkoop ik sinds 2017 koffie, ijs en lekkers vanuit een loket. Er is een klein terras bij de uitkijktoren LENTmark1, die staat op een groot open terrein. Tijdens deze crisis mag ik het terras niet uitzetten, maar gelukkig kunnen gasten op de grasvelden en het strandje gemakkelijk anderhalve meter afstand in acht nemen. Het was wel even zoeken naar een route met paaltjes en bordjes, naar en van het loket.

Betalen met de pinpas kon altijd al, maar voor de nieuwe omstandigheden heb ik een stempelkaart ingevoerd. Met contant geld betalen kan ook nog steeds, ook al is dat wel omslachtig voor mij: het wordt apart verzameld en munten worden thuis in kokend sop gewassen; papiergeld wordt gestreken. 'Schoon' geld gaat weer in de kassa.

Een collega-ondernemer van de foodtruck Crêpes Nomades, die nu bij gebrek aan festivals geen locatie heeft, ga ik de mogelijkheid bieden om een dag in de week samen te werken. Zijn truck kan op mijn terras staan. Zo helpen we elkaar.

Stroom

Sprak

Zijdewinde

Lovingly Wholesome

Fort Lent

FRANK TOERING VAN STROOM



We zijn gestart met Stroom op donderdag 12 juli 2018. Prachtig weer, volle bak en blijde gezichten. En nu, bijna twee jaar later, zijn we dicht. Gesloten vanaf zondag 15 maart om 18.00 uur: coronamaatregelen. Wat nu? Dicht blijven was het meest 'voordelig' gezien de Noodmaatregel Overbrugging Werkgelegenheid (NOW). Alles stopzetten, alles uitzetten of uitstellen zodat de kosten beperkt bleven. Wat overbleef was een lege zaak - en dat voelde heel raar.

Maar er is perspectief. Sinds donderdag 14 mei zijn we open met afhaalmenu's en lekkers daar omheen. We wilden namelijk weer aan de slag. We konden niet meer wachten. En gelukkig mag er vanaf 1 juni weer meer. Heel fijn, want we hebben een megagroot terras met een nieuwe grote stretchtent op ons achterterras. We kunnen dus weer mensen verwelkomen, verwennen en ontmoeten.

Ik krijg nog wel eens de vraag: "Ben je nog blij dat je voor Stroom gekozen hebt?" Ja, dat ben ik nog altijd. Het zijn natuurlijk lastige tijden nu. Maar ik ben positief over de toekomst. Wij ontvangen veel steun uit Lent en dat sterkt ons.



ZIJDEWINDE IN CORONATIJD: PANNENKOEKEN DRIVE INN

Een file aan auto's stond er het eerste weekend van mei bij ons op de dijk. Allemaal mensen voor onze Pannenkoeken Drive Inn. Die zondag verkochten we een recordhoeveelheid, zelfs meer dan buiten coronatijd! Wat zijn we blij dat Lent en omstreken volop gebruik maakt van ons corona-aanbod!

Want we missen de bedrijvigheid op het terras, in het restaurant en de zaal enorm. Niet alleen qua financiën en werk, maar ook qua sfeer. Gelukkig zien we veel vaste én nieuwe gasten die genieten van onze weekmenu's, de boodschappenbox waarmee je lokale leveranciers steunt en de borrelbox met allerlei lekkers van diverse 'Nimweegse' bedrijven. Zo - en ook door klussen te doen zoals schilderen en onze mini-festivalplek mooi maken - blijft ons team betrokken en van de straat.

Natuurlijk zijn we ook volop in voorbereiding voor de heropening in juni, met passende anderhalvemeter-maatregelen. Gelukkig hebben wij zowel binnen als buiten op ons terras heel veel ruimte, dus bij ons zit je ook straks weer veilig te genieten! Via onze sociale media blijf je op de hoogte van ons aanbod, onze openingstijden en de plannen voor komende tijd. Tot snel!

MARIJE VAN DER VALK EN THIJSS BOOMKENS VAN HOTEL-RESTAURANT VAN DER VALK

Wat missen wij onze gasten! Op 15 maart kregen we te horen dat we onze horecafiliteiten moesten sluiten. Gelukkig is er licht aan het einde van de tunnel en mogen we (als het kan) op 1 juni weer gedeeltelijk open voor gasten van buitenaf. In de tussentijd hebben we meerdere initiatieven opgestart om onze gasten toch van dienst te kunnen zijn. Zo organiseerden we een Paasontbijt-to-go, zijn er verschillende Toekan Take Away pakketten verkrijgbaar (denk aan een zondags ontbijtpakket, een BBQ-pakket of klassieke aspergegerechten).

Verder is het mogelijk om bij ons een hotelkamer te reserveren als werkplek. Het is namelijk niet voor iedereen mogelijk om rustig thuis te werken! Wij zorgen voor een kamer met eigen bureau, nespreso-apparaat, waterkoker, onbeperkt wifi én spectaculair uitzicht over Nijmegen. De 'werkkamer' kan gereserveerd worden voor één dagdeel, maar ook voor een hele week.



DAAN EN ANNEKE PATTY VAN DE OPEN HOF

Daan en Anneke Patty van De Open Hof zijn druk bezig met koken wanneer ik hen bel. Maar ook al loopt de zaak voorlopig nog door, het zijn moeilijke tijden nu met de coronacrisis. "De bijdrage die we van de overheid krijgen ter compensatie, is heel snel op. Er komt vrijwel niets binnen nu. Het is echt spannend of we het vol kunnen houden", vertelt Anneke. "Iedere ochtend koken we, ook nu, voor ongeveer vijf ouderen in Lent. Vanaf half zes 's avonds regelen we maaltijden volgens een weekmenu. Voor deze maaltijden kunnen mensen zich aanmelden. Wij zijn geen normaal horecabedrijf, eerder een soort

Sinds 29 april mogen hotelgasten weer ontbijten, lunchen en dineren in ons restaurant en in Lola's Bar. Ons hotel is volledig ingericht volgens de richtlijnen van het RIVM, zodat alle gasten veilig en vertrouwd in de watten gelegd kunnen worden. We hopen dan ook op korte termijn weer gasten van buitenaf te mogen verwelkomen.



kantine of wijkcentrum. Bij ons komen vooral groepen, zoals toneel, bridge, een zanggroep, de ouderensoos, de Indische soos 'De Pondok 24' en vergaderingen. Soms organiseren we Indische avonden of een ouderensoos. Maar eigenlijk altijd groepen. Wij zijn dus extra kwetsbaar in deze periode," legt Anneke uit. "Tegelijkertijd verandert de crisis niets aan onze normale kosten. De verwarming moet toch blijven draaien tenslotte. Naar verhouding hebben we nu veel hogere onkosten, en we weten eigenlijk niet hoe dit op termijn verder moet. Hopelijk gaat de versoepeling van maatregelen voor ons net op tijd komen."



't KETELHUIS

In eerste instantie betekende corona stilstand voor 't Ketelhuis. Maar na overleg met het personeel werd al gauw besloten om in aangepaste vorm de bedrijfsvoering voort te zetten. Een woordvoerder van 't Ketelhuis vertelt: "Een afhaal- en bezorgconcept werd in sneltreinvaart uit de grond gestampt. De maatregelen die nodig waren, zoals anderhalve meter afstand houden, voelden niet gastvrij, maar gasten reageerden juist heel positief en vol waardering. Dit gaf ons een enorme oppepper."

"Door deze crisis wordt onze creativiteit extra gestimuleerd. Dat moet ook wel, anders is het niet vol te houden. Want dat het lang gaat duren, is wel duidelijk. De versoepeling die nu aangekondigd is, biedt weinig perspectief. We kunnen daarmee nog steeds niet terug naar de oude manier van werken, dat zou niet rendabel zijn bij maximaal 30 klanten, inclusief personeel. We zullen dus op onze nieuwe koers door moeten gaan."

"Wat de toekomst zal brengen is koffiedik kijken. Het enige wat we kunnen doen is zo goed mogelijk anticiperen op de omstandigheden zoals ze zich aandienen. Straks gaat het terras weer open, en we overwegen een uitbouw van ons assortiment met pizza en pasta. We doen veel aan het vergroten van onze naamsbekendheid en de nieuwe manier van werken past daar wonderwel bij. Zo proberen we ondernemend te blijven denken. De crisis leert ons ook hoezeer we elkaar nodig hebben, en onze klanten zijn in die zin een enorme steun."

Stroom

Sprak

Zijdewinde

Lovingly Wholesome

Fort Lent

"De ondernemersgeest leeft meer dan ooit"

NANCY GODDING-KROON VAN OSTERIA POMODORO

Tijdens de coronasluiting hebben wij klusjes kunnen doen, zoals de vloer in de was zetten en het magazijn ordenen. We zijn druk bezig geweest met het samenstellen van de nieuwe menukaart, met lekkere zomerse Italiaanse gerechten. Daar hoort natuurlijk ook een goede wijn bij, de wijnkaart is ook wat aangepast. Alle personeelsleden hebben diverse online cursussen gedaan.



De sluiting heeft lang geduurd, wat onze onderneming zwaar getroffen heeft. Sommige investeringen zullen 1 jaar uitgesteld moeten worden, zoals een buitenspeelplaats voor de kinderen. We zien de toekomst positief tegemoet. We hebben zoveel ruimte

dat we de anderhalve meter afstand tussen de tafels gemakkelijk kunnen toepassen. Het terras willen we beter overkappen, zodat er vaker gebruik van gemaakt kan worden. Afhaalmenu's zullen vanaf eind mei beschikbaar zijn. Wij hopen u snel weer te zien!



mansan
natural health & beauty

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

ACUPUNCTUUR HELPT!

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

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

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



LLTV

Bij onze vereniging kan iedereen terecht, van beginner tot gevorderd, voor tennisles, competitie en toernooien maar vooral voor gezellig sportief samenzijn.

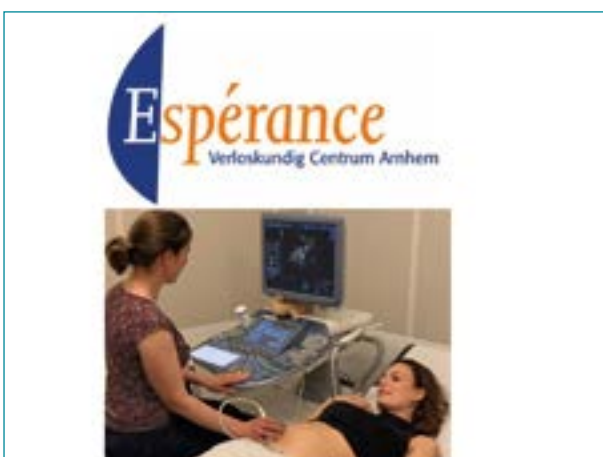
Voor meer info: www.lltv.nl en mocht u vragen hebben, dan info@lltv.nl

FIETSENWINKEL - FIETSENMAKER VAKMANSCHAP SINDS 1985



WHEELS
ST. ANNA STRAAT 42 NIJMEGEN WWW.WHEELSTWEEWIELERS.NL

450 m2 nieuwe & gebruikte fietsen: SENSa, BSP, TARGET, WELLINGTON



Espérance
Verloskundig Centrum Arnhem

- Ruim 12,5 jaar specialist in medische echo's tijdens de zwangerschap, waaronder de 20 weken echo
- Persoonlijke benadering in een prettige sfeer
- Ruim de tijd om alles goed uit te leggen
- Vergoed door alle zorgverzekeraars

Locatie **Lent**: Thermionpark 11, 1e verdieping, route 5
Verwijsformulier via verloskundige of gynaecoloog

www.esperance-arnhem.nl

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

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

Meer informatie op hypotheek.nl/jazekerheden



Jazeker. De Hypotheker.

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

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



EEN KLEINE GESCHIEDENIS VAN HUIZE DOORNIK

HISTORIE

Dit is deel 13 van de serie over Huize Doornik 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.

In de winter van 1795 kreeg Doornik het zwaar te verduren. De ingekwartierde Franse soldaten hadden er een puinhoop van gemaakt en bijna was de burcht afgebrand door een schoorsteenbrand. Het tij lijkt echter te keren: “Al acht dagen genieten wij rust; zijnde een geheele week zonder inkuartiering geweest,” schrijft De Ranitz begin februari 1795 aan zijn dochter in Gouda.

Sauvegarde

De familie voelt zich inmiddels veilig in de burcht, want ze hebben een *sauvegarde* toegewezen gekregen, iemand die op last van het militaire gezag een bewakingstaak uitvoert. In dit geval moet de *sauvegarde* het gezin De Ranitz beschermen tegen het geweld en de overlast van de eigen troepen. De Ranitz is tevreden over hem, want hij schrijft: “Hij is een goed mensch en is altoos bij ons en eet met ons.” De Franse soldaten mogen dan vertrokken zijn, de familie heeft het zwaar: “De koude is hier schrikkelijk en wij hebben geen koolen noch droog hout, dus bittere koude lijden. Hier is alles gebrek. Alles is droefheid, verdriet en ellende.” Het lijden bereikt die winter een hoogtepunt, want naast de bittere kou raakt ook

het voedsel op, zowel voor de mensen als voor de dieren. Voor de koeien van De Ranitz is nauwelijks nog voor: “Wij hebben geen halm hooij voor onse beesten, dus moet deselve op stroo hun leven zien te behouden. Wij hebben er maar twee meer. Eén heb ik nog in tijds voor 50 gulden verkocht; anderen moeten hun beesten genoegzaam voor niets wegdoen.” Door de schaarste rijzen de prijzen van voedingsmiddelen de pan uit. De Ranitz geeft ons een inkijkje in zijn onkosten: “De groene zeep kost 6 stuiver het pond, de coffijbonen tot 24 stuiver, de losse suiker 12 stuiver; stroop is niet te bekomen; aardappels tegen 6 guldens de sak, wortelen 3 guldens.”

*“Alles is droefheid,
verdriet en ellende”*

Brandstof

Niet alleen voedsel is schaars en duur, ook brandstof is een groot probleem: “Geen turf, geen koolen en nat hout. Koude moeten wij leyden, tot we swart worden. En God weet, hoe wij die bittere winter nog doorkomen.” Alsof het niet genoeg is dreigt ook nog het hoge water. De dijken zijn door het oorlogsgeweld overal beschadigd, dus hoog water zou funest zijn voor het achterland. Berichten bereiken Lent dat het water in Keulen al hoger staat dan in de barre winter van 1784. Naarstig brengt de familie allerlei spullen van waarde naar de bovenverdieping “om in nood naar boven te vlugten”. De Ranitz praat zichzelf moed in: “Wij hopen dat het leugens zijn.” In korte tijd gebeurt er zoveel in en rond de burcht, dat de Ranitz verzucht: “Om een aantekening te houden van al wat hier gepasseerd is, dat is voor U vader niet doenlijk geweest bij gebrek aan lust en tijd.”

Uw woning verkopen?

Kies voor zekerheid en expertise van
Strijbosch Thunnissen Makelaars

024 365 10 10 | stmakelaars.nl

Al ruim 85 jaar uw specialist op het gebied van

- ✓ Verkoop
- ✓ Aankoop
- ✓ Taxaties
- ✓ Hypotheken
- ✓ Verzekeringen



Strijbosch Thunnissen
DYNAMIE Makelaars



Wienen

accountants en adviseurs

ZZP'ers én particulieren
kunnen op ons rekenen



Wienen ontcijfert en ontzorgt

024 323 23 33 • www.wienenaccountants.nl



Tuinontwerp, realisatiebegeleiding en onderhoud

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769



15.000 m²
woonplezier
onder
één dak



OPENINGSTIJDEN:

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

Zansen

EST. 1966
totaal wonen



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

jansentotaalwonen.nl

POSITIVITEIT IN BIJZONDERE TIJDEN

ZORG EN WELZIJN

We weten niet hoe de wereld er over een aantal maanden uit zal zien. Allerlei scenario's zijn denkbaar. Het zijn onzekere tijden. En juist daarom kunnen we wel wat positiviteit gebruiken! Maar hoe doe je dat? Door bijvoorbeeld iets voor een ander te doen, hoe klein ook. Dat kan voor positiviteit bij jezelf zorgen.

Je ziet het in het hele land gebeuren. Er ontstaan allerlei hulp- en aanbodsites, mensen koken voor elkaar, nemen een boodschap mee, houden een oogje in het zeil of organiseren leuk tijdverdrijf voor kinderen of voor de hele wijk.

Ook in Lent en Nijmegen Noord zijn er veel mensen die op deze manier een bijdrage leveren en zorgen voor positiviteit in de wijk. De coronacrisis zorgt, naast alle negatieve gevolgen, dus ook voor het opbloeien van de inventiviteit en creativiteit bij veel mensen. Kijk bijvoorbeeld eens op de websites van de wijkraden: www.lentselucht.nl of www.nijmegennoordonline.nl om te ontdekken wat er voor positiefs gebeurt in de wijk! Op de facebook-site van de GGD Gelderland Zuid vind je bijvoorbeeld allerlei tips over hoe je gezond kunt blijven. Wat je ook ziet gebeuren is dat mensen iets nieuws gaan leren of uitproberen, zichzelf een uitdaging geven. Zo kun je ervoor zorgen dat je de aandacht even op iets anders kunt richten. Daarnaast is het natuurlijk ook heel leuk om nieuwe dingen te leren, die geven energie en een positief gevoel.

En ondanks alle beperkingen kunnen we nog steeds onze sociale contacten onderhouden (natuurlijk met inachtneming van de richtlijnen van het RIVM). Soms moet het op een manier die we niet gewend zijn. Maar inmiddels is bijna iedereen handig met Zoom, Teams of House Party. Het team van Bindkracht10 is regelmatig in de wijk te vinden. Zo hebben we laatst kleine enveloppen met bloemzaad uitgedeeld en tal van wijkbewoners gesproken. We vroegen de mensen hoe het met ze ging. De meeste mensen vonden het leuk om even te vertellen waar ze zich momenteel mee bezig hielden. Zo hebben we een mevrouw ontmoet die een heel groot, prachtig borduurwerk tevoorschijn toverde, kregen we koffie op de stoep, hebben we iemand gesproken die didgeridoo speelt en ontdekten we dat veel mensen voor elkaar klaar staan. Laten we dat nog even volhouden met elkaar!

De stip-lijn is dagelijks bereikbaar voor al je vragen van 9.00-17.00 uur: 024-3502000.

Check onze Facebooksite om op de hoogte te blijven:
<https://www.Facebook.com/StipNijmegenNoord>



Gabi Verzuu COÖRDINATOR STIP NIJMEGEN-NOORD:

LENTSE WOLKJES

Jos Rensen, de goed gestemde pianostemmer; is ruim 35 jaar de vakman voor uw piano. Bel 06-23837559 voor een afspraak. Ook voor de juiste toon in tweedehands piano's. Uw goede stemming is een piano waard en uw piano een goede stemming! www.rensenpianoservice.nl

Bridgen op de dinsdagavond: 19.30-23.00 uur
in De Open Hof in Lent. Wij zijn een kleine en laagdrempelige bridgeclub, waar het spelplezier voorop staat. Geef u op bij de clubsecretaris Hilde van Koolwijk, 024-3229649.
Zie ook onze website: www.nbbclubsites.nl/club/15012/

Dag mooie, drukke vrouw.

Ervaar je stress? Woon je in je hoofd? Heb je lichamelijke klachten? Je lichaam heeft alle antwoorden. Met aandachtige aanraking, liefdevolle aandacht en intuïtieve vragen hervind jij jouw Zachte Kracht d.m.v. massagetherapie in Lent. Vergoeding mogelijk. Sijtje Princen, 06-48856967, www.zachtekracht.nu

Wil je **aktief zwanger** zijn? Dat kan ook in Lent. Kijk voor informatie op www.aktiefzwanger.nl. Ineke Dijkstra verzorgt deze lessen in De Ster op woensdagavond om 20.00 uur.

Zangles net even anders. Proefles voor €15!

Zoek je meer durf en vrijheid in het zingen? Of heb je moeite met goede ademverdeling, hoge noten of last van heesheid? Kom eens langs en ontdek je mogelijkheden. Lesruimte is groot en coronaproof. Anne-Marie ter Beke, 06-23136576 www.zangschoolzingjezelf.nl

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

*“Sociaal contact
onderhouden kost
nu natuurlijk veel
meer moeite”*

NYA EN MIRA

Twee 18-jarigen, de een was zich aan het voorbereiden op het eindexamen, de ander had plannen voor een verblijf van drie maanden in Thailand.

Hoi! Wij zijn Nya en Mira (beiden 18 jaar) en wonen in Lent. Tot voor kort waren we zelfs buurmeisjes! Wij leidden totaal ander soort levens, maar door de quarantaine zitten wij nu, samen met de rest van Nederland, in hetzelfde schuitje. We hebben elkaar geïnterviewd om u een kijkje te geven in ons leven in deze coronatijd.

NYA

Wat is er voor jou veranderd sinds de coronacrisis?

Ik heb dit jaar een tussenjaar waarin ik zo veel mogelijk wilde werken, bij Stroom Lent, bij Albert Heijn en als oppas. Een aantal maanden ging dat prima, tot Stroom helaas moest sluiten en het oppassen ook niet meer doorging. Gelukkig ging mijn baan als vakkenvuller bij de Appie wel gewoon door, daar heb ik geluk mee! Ook is er veel veranderd in mijn sociale leven. In mijn vrije tijd vond ik het altijd leuk om met vriendinnen naar de kringloopwinkel te gaan of gezellig in de stad iets te drinken. Natuurlijk kan dat nu niet meer...

Zijn er plannen afgezegd?

Ik zou eind april samen met een vriendin naar Thailand gaan om daar vrijwilligerswerk te doen en om te backpacken! Ontzettend jammer dat dit ook niet door kan gaan, ik keek er al een jaar naar uit! In juli zou ik ook naar een eendaags festival in Londen gaan en naar een concert in de Ziggo Dome.



Heb je een nieuwe dagbesteding gevonden, iets wat je anders niet gedaan zou hebben?

Ik ben nu meer aan het lezen dan voorheen, ook vind ik het leuk om te koken en nieuwe recepten uit te proberen. Ik merk wel dat ik veel op m'n telefoon zit dus ik probeer dat een beetje te verminderen door bijvoorbeeld te gaan hardlopen of gitaar te spelen.

Hoe hou je sociaal contact?

Sociaal contact onderhouden kost nu natuurlijk veel meer moeite... Ik probeer vaak buiten af te spreken, zoals bijvoorbeeld sporten, wandelen of picknicken (allemaal wel op anderhalve meter afstand natuurlijk!). Ook is het superfijn dat er sociale media bestaan, zo ben je toch een beetje op de hoogte van hoe het met je vrienden gaat. Wat wel iets lastiger is, is dat mijn vader in Arnhem woont en omdat je niet onnodig met de trein mag reizen, zie ik hem veel minder vaak dan voorheen...

MIRA

Wat is er voor jou veranderd sinds de coronacrisis?

Dat ik al een paar weken niet meer naar school ga. Ik zit in 6-VWO op het NSG, en dan gaan opeens de landelijke examens niet door, waardoor ik nu vijf maanden 'vakantie' heb. Maar niet op vakantie kan. Ik weet nog dat ik het bericht van de minister las dat de landelijke examens niet door gingen, en dat ik me toen realiseerde dat ik klaar was met de middelbare school. Dat was nogal surrealistisch. Het voelde alsof je een marathon aan het lopen bent en iemand opeens 5 kilometer voor de finish zegt "stop maar, je bent er al". Het voelde heel gek dat ik opeens niks meer te zoeken had op een plek waar ik zes jaar naartoe ben gegaan.

Hoe voelt het om te slagen zonder een eindexamen?

Ik moet zeggen dat ik het niet heel erg vind dat de landelijke examens niet doorgaan. Maar dat alles wat er ook bij hoort niet doorgaat, dat vind ik wel erg jammer. De laatste schooldag, het gala, de examenfeesten, met de vriendengroep op examenreis... gaat allemaal niet door. En ik ben natuurlijk heel blij dat ik geslaagd ben. Alleen, ik heb het moment dat je 'het' telefoontje krijgt en hoort of je bent geslaagd niet gehad en heb ook niet de enorme opluchting, blijdschap en alles wat erbij hoort, gevoeld. Het was een beetje een anticlimax. Toen we met z'n allen in quarantaine moesten en de horeca dicht ging, had ik ook geen werk meer. Mijn daginvulling was helemaal weg, naast mijn telefoon en Netflix dan.

Zijn er plannen afgezegd?

Er zijn heel veel plannen afgezegd. Ik had meerdere plannen om met vrienden op vakantie te gaan. En mijn vriend en ik zouden gaan interrailen in juli, maar de kans dat het door kan gaan, lijkt me ook niet groot. En dan alle feestjes, reizen en gala die niet doorgaan. Ik had notabene al een galajurk gekocht. Mijn vriend en ik hebben toen onze galakleren maar een keer aangetrokken toen we samen hadden gekookt en gegeten.

Dag Mira:		Dag Nya:	
8:00		8:00	Opleuwcantiloes
9:00	Opleuwcantiloes	9:00	
10:00		10:00	Wylkes (Kilani) Helel
11:00		11:00	
12:00	Vrijen	12:00	Heelkopen
13:00		13:00	Lentkopen
14:00		14:00	Baastmaal koken geven
15:00	Mijnken met een vriend/vriendin, piano, spelen, schaken	15:00	
16:00		16:00	Winkelen met een vriendin
17:00	Aankomen	17:00	
18:00		18:00	Aankomen
19:00	Netflix kijken/wandelen	19:00	
20:00		20:00	Netflix kijken/voetbal
21:00		21:00	
22:00		22:00	Slaapen
23:00			
00:00	Slaapen		

Heb je een nieuwe dagbesteding gevonden, iets wat je anders niet gedaan zou hebben?

Ik ben schilder geworden! De eerste weken voelden als vakantie en dat was heerlijk, maar daarna had ik dat ook wel gehad. Ik ben toen op zoek gegaan naar een nieuw baantje zodat ik wat te doen had en alvast kon sparen voor mijn studie. Ik ben bij ons thuis begonnen met het verven van deuren en kozijnen. Mijn moeder en stiefvader hebben me leren kitten, afplakken, gaatjes vullen en toen ben ik begonnen. Ik kreeg er ook wat geld voor. Dit werk bevalt me heel goed en ik heb nu al een grote verflus bij iemand die net een nieuw huis heeft gekocht. En die zijn ook heel tevreden. Ik ben nu dus tijdelijk schilder. Dus als je een verflus hebt... mail me dan: mira.kraaikamp@gmail.com :)). Verder speel ik nu veel piano, lees ik veel, wat netflixen en ik ga vaker wandelen.



Nya (links) en Mira (rechts)



Hoe hou je sociaal contact?

Ik zie mijn vriend geregeld en ik spreek ook af en toe af met een vriend of vriendin. Ik heb denk ik nog nooit zoveel gewandeld, gepicknickt en spelletjes gespeeld. Ik heb erg geluk dat Nya in Lent woont en wij nu veel contact hebben en iedere dag weer een andere bestemming vinden om naartoe te rijden voor de kleinste dingetjes. En via sociale media hou ik ook nog contact met mensen.

TEKST EN BEELD Mira Kraaikamp en Nyawile Nyangoma

VOOR ALLE

ONS ASSORTIMENT

- PICANHA
- COTE DE BOEUF
- BLACK ANGUSSTEAK
- BAVETTE
- SATE
- SCAMPI'S
- HAMBURGER
- MERGUEZ
- SALCICCIA



YVOMULDER.NL



CLUBSPORT.NL



DIAGNOSE - ONDERHOUD - TUNING

GRIFTDIJK ZUID 93 - 6663 BC LENT - 024 322 1171

BAKKER AREND

LANGE HEZELSTRAAT 31 NIJMEGEN



024 - 3220652
BIOLOGISCH BROOD EN GEBAK



**WAARDEBON
VOOR EEN**

**GRATIS
MUESLIBOL!**



**id by
aimee.**

- ontwerp
- kleuradvies
- lichtplan
- meubelplan
- styling
- maatwerk

interieuradvies op maat

Komende tijd veel thuis en zin
om je huis aan te pakken?

Uw bedrijf 1,5 meter proof maken?

Nu ook advies op afstand:
telefonisch/e-mail/Facetime/Skype

Neem vrijblijvend contact op

info@idbyaimee.com 06 - 42 30 13 16

www.idbyaimee.com

landwinkel®
De Woerd

Altijd wat te beleven:
Fairs - Appelplukdagen
Klompenpad - Excursies



Woerdsestraat 4, Ressen - T: 0481-464027

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





“Het deed me goed te merken dat er nog zulke mooie plekken zijn in Nederland”

MAARKE KLEIN EN BRAM VAN DER BOR

Je komt ze overal tegen. De één doet hier bodemonderzoek of telt vleermuizen. De ander staat hier met een kraampje of bereidt een theaterprogramma voor. Deze keer betrapten we Maarke Klein (26) uit Zuidwolde (Drenthe) en Bram van der Bor (22) uit Uchelen. Zij volgen de HBO-opleiding Bos en Natuurbeheer aan Hogeschool Van Hall Larenstein in Velp.

NOMADEN IN LENT

Waar komt jullie belangstelling voor bos en natuur vandaan?

Maarke: ‘Ik heb eerst op het MBO Ruimtelijke Vormgeving gestudeerd en ben verder gegaan aan de kunstacademie, waar ik autonoom beeldende kunst deed. Mijn docent was een architect die samenwerkte met een ecooloog. Ik vond de plannen die ze maakten erg inspirerend. Ik heb van jongs af aan al een passie voor natuur en wil creativiteit, kunst en natuur combineren. Ik leer nu alles over de natuur en ik

hoop dat alle aspecten samenkomen in mijn toekomstige baan.”

Bram: “Al vroeg kwam ik in mijn woonplaats Uchelen in contact met het bos. We lieten de hond uit in het bos, zo begon mijn interesse. Toen de Havo niet lukte heb ik de opleiding Bos en Natuurbeheer gevolgd op MBO-niveau. Nu zitten we beiden in het tweede jaar van de HBO-opleiding Bos en Natuurbeheer.”

Wat brengt jullie in Lent?

Maarke: “We volgen het vak Landschapsinrichting en een onderdeel daarvan is een praktijkopdracht. Onze docent had contacten met de gemeente Nijmegen en zodoende zijn we hier. In opdracht van de gemeente onderzoeken we hoe het Spiegelbos en de Doornik Natuurakkers één geheel kunnen vormen.”

Bram: “In totaal werken we hier met acht studenten. Vier van hen houden zich bezig met recreatieve aspecten in het gebied. De andere vier, waaronder wij, houden zich met de natuur bezig. Wij gaan een rapport schrijven over onze bevindingen en dat moet begin april ingeleverd worden.”

Hebben jullie al een idee wat er in jullie rapport komt te staan?

Maarke: “Toen we hier voor het eerst kwamen, vonden we het gebied heel verrassend. We vroegen ons af of we er nog wel iets aan zouden moeten doen. Het deed me goed te merken dat er nog zulke mooie plekken zijn in Nederland. Het is zo inspirerend hier, dat ik me afvraag of ik ook zoiets in mijn woonplaats Zuidwolde zou kunnen opzetten.”

Bram: “We denken er aan zonering toe te passen, zodat op sommige plaatsen rustgebieden ontstaan waar geen mensen komen. Een deel van het Spiegelbos zou bijvoorbeeld die functie kunnen krijgen. We mogen er acht weken aan werken. Vanaf nu hebben we nog een maand de tijd. De onderzoeksfase ronden we momenteel af, waarna we het ontwerpplan maken. Ik was onder de indruk van de kleinschalige landbouw op de natuurakkers. Het is veel mooier dan de grootschalige landbouw die gangbaar is in Nederland.”

Gaat de gemeente iets doen met jullie aanbevelingen?

Bram: “We verwachten niet dat de gemeente onze plannen klakkeloos zal overnemen. Wel hopen we dat bij de ontwikkeling van de plannen onze aanbevelingen meegenomen zullen worden.”

TEXST Joop Koopman ● BEELD Maarke Klein en Bram van der Bor

Relatietherapie in Nijmegen

Relatietherapie en individuele therapie
met o.a. ACT en mindfulness

Bel, app of mail voor een afspraak

www.maakpositiefverschil.nl

fenno@maakpositiefverschil.nl

06 - 336 761 65

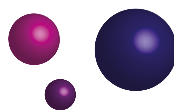


Drukwerkspecialist
in klein en groot
formaat



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

Mieke Stapelkamp



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

De combinatie van Oost en West

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



Thuis in het Rijk van Nijmegen

Met meer dan 30 jaar ervaring in het Rijk van Nijmegen kennen we zo'n beetje iedere straat, steegje en laan. Uw garantie voor een zorgvuldig advies over welke woning aansluit bij uw persoonlijke woonwens. Door lokale markt- en mediakennis weten wij precies hoe wij uw woning bij verkoop in het juiste daglicht moeten zetten.



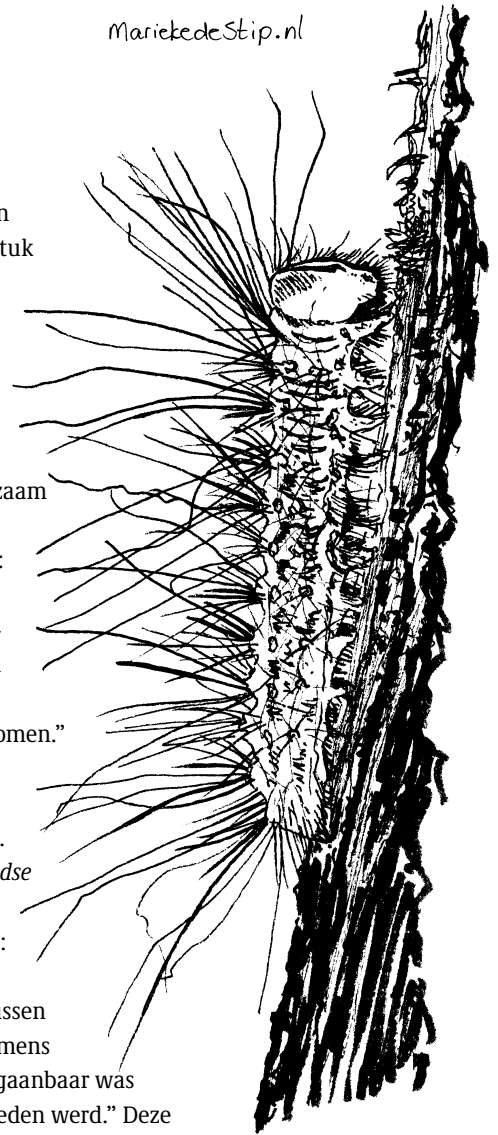
Pontanusstraat 1 | 6524 HA Nijmegen | 024 - 322 36 26 | info@vananken.nl | www.vananken.nl

EIKENPROCESSIERUPS

OPEN LUCHT

Sinds 1980 heeft de eikenprocessierups zich geleidelijk verspreid over heel Nederland. De afgelopen twee zomers namen de aantallen explosief toe. Dit leidde tot veel klachten bij mensen. De kleine loslatende haartjes van de rupsen kunnen intense jeuk, huiduitslag en irritatie aan de ogen veroorzaken. De meeste mensen denken dat de eikenprocessierups een exoot is maar dat is niet zo. In de 18e eeuw kwam hij hier ook al voor en gelukkig is hij door allerlei mensen in boeken en geschriften vastgelegd, zodat we een inkijkje kunnen krijgen in de aanwezigheid en de gevolgen van de rups in vroeger tijden. De naam 'processierups' is bedacht door de Fransman René Antoine Réaumur, die de rups in 1737 waarschijnlijk als eerste uitvoerig beschreef en hem *processionaire* noemde. In Nederland werd de rups voor het eerst in 1767 door Martinus Houttuyn beschreven in een 37-delige serie over dieren, planten en mineralen. Hij baseerde zich op de teksten van Réaumur. Het was al bekend dat ze 'grote jeuk en vuurigheid op het aangezicht en handen veroorzaken'. Houttuyn voegt hier nog aan toe dat niet het grove haar, maar de fijne microscopisch kleine haartjes de boosdoeners waren. Een observatie die juist bleek te zijn.

In 1860 wijdt Snellen van Vollenhoven een hoofdstuk aan de eikenprocessierups in een vlinderboek dat is uitgegeven door de familie Sepp. Hij schrijft dat de eikenprocessierups tot 1860 zeldzaam was in Nederland, maar daarna werd het anders: "Plotseling evenwel werden zij in Noord Brabant in grote massa's en in Gelderland hier en daar in aantal waargenomen." Een kleine twintig jaar later werd Gelderland overspoeld door de rups. In zijn boek *De Nederlandse Insecten*, uitgegeven in 1900, schrijft Oudemans: "Ik herinner mij dat, ik meen in 1878, de weg tussen Nijmegen en Hees voor mens noch dier straffeloos begaanbaar was en zoveel mogelijk gemeden werd." Deze anekdote kreeg in 1910 een vervolg in de *Provinciale Geldersche en Nijmeegsche Courant*. In de rubriek 'Ornithologische Waarnemingen' wordt melding gemaakt van de vestiging van de boomklever in de regio Hees. En vanaf het moment dat hij daar neerstreek "heeft men van deze onhebbelijk plaag nooit meer iets bemerkt".



Hier zit precies de kern van de oplossing. Die zit niet in het weghalen van de nesten of in het spuiten met gif, maar in herstel van een verloren gegaan evenwicht. Met het gebruik van gif worden ook talloze andere insecten om zeep gebracht. Hierdoor zullen vele kleine zangvogels die de giftige insecten aan hun jongen voeren of zelf opeten eveneens het loodje leggen. Hetzelfde zagen we een paar jaar geleden bij de bestrijding van de buxusmot. Mogelijk sneefden toen als gevolg van het gif zoveel zangvogels, dat de eikenprocessierupsen vrij spel kregen. Gelukkig krijgen overheden steeds meer in de gaten dat bestrijden met gif symptomatisch en dus zinloos is. Zo deelt de gemeente Ede aan de bewoners zakjes met bloemzaden uit om op deze manier de natuurlijke vijanden van de rupsen, zoals sluipvliegen en sluipwespen, te stimuleren. In Park Lingezegen zijn in de nieuw aangelegde eikenlanen rond Huize Doornik vele mezenestkastjes opgehangen. Herstel van biodiversiteit is dus het belangrijkste wapen bij de bestrijding van de eikenprocessierups.

TEKST Johannes • ILLUSTRATIE Marieke van Stippent



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



praatjuf
praktijk voor logopedie
oplossingen voor stem, spraak en taalproblemen
0316 - 225612

Angeren
Bemmel
Hulssen
Leent
Didam
Oosterhout



**DE
FIETSENDOKTER**

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

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



www.studiohartebeest.com

**STUDIO
HARTEBEEST**

GRAFISCH-ILLUSTRATIEF ONTWERP IN DE RUIMTE

PERSIA ATELIER

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

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

Kom een keer langs of neem contact op via telefoonnummer 024 8444 112.
Bloemenhof 8, 6663 BL, Nijmegen Lent
Maandag t/m vrijdag 14:00 - 20:00




ESENSA | Saskia van Leendert

Natuurgeneeskunde
Lichaamsgerichte Therapie
Mindfulness

GESPECIALISEERD IN:

- stress / burn-out klachten
- rug-, schouder- en nekklachten
- spijsverteringsklachten
- natuurlijk afvallen
- voedingsadvies
- begeleiding bij kanker



Schoolstraat 25, Lent
024 - 388 88 02
06 - 16 64 27 89
WWW.ESENSA.NL

**H INSTALLATIETECHNIEK
HULLENAAR BALK**



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

WWW.HULLENAARBALK.NL

LENTS ALLERLEI



Pelgrimswandelingen Pleisterplaats hervat

Op zaterdag 6 juni gaan wij weer op pad voor de eerste pelgrimswandeling sinds lange tijd. De kerk is om 9.30 uur open. Na een kop koffie of thee vertrekken we om 10.00 uur. Neem een lunchpakketje mee, na afloop van de wandeling van 7km lunchen we samen. Uit veiligheids-overwegingen vragen wij u om zich van te voren aan te melden, zodat wij zeker weten dat de groep niet te groot wordt en we de anderhalve meter afstand in acht kunnen blijven nemen. Locatie: Protestantse kerk Ressen, Kerkenhofstraat 3. Aanmelden bij: nennykegels@hotmail.com



Bibliotheken gaan op maandag 18 mei in aangepaste vorm open

De grotere vestigingen van de Bibliotheek Gelderland Zuid openen op maandag 18 mei weer hun deuren. Bibliotheekleden kunnen tijdens de normale openingstijden in de bieb terecht voor het inleveren en lenen van boeken en andere materialen. Ook kunnen er dan weer materialen worden gereserveerd. Om alles veilig te laten verlopen voor medewerkers en bezoekers volgt de bibliotheek de richtlijnen van het RIVM. In de bibliotheek worden bezoekers verzocht zich te houden aan een aantal huisregels. Kijk voor een overzicht van alle maatregelen op www.obgz.nl/heropening.

Drive-in markt Vasim

Smakelijk shoppen kan gewoon vanuit je auto bij de nyma drive-in markt! Een nieuw initiatief in deze 1,5 meter economie, dat inmiddels ruim een maand met succes loopt op het terrein van Cultuurspinnerij de Vasim te Nijmegen. Hier bieden diverse foodtrucks en horecaondernemers hun lekkernijen aan. Van BBQ-pakketten, verse groenten en fruit tot warme snacks. Iedere week een gevarieerd menu! Op locatie geef je je bestelling door, deze wordt verzameld en in je auto gezet, alles volledig contactloos. Kortom, een initiatief waarbij onze locals worden gesteund én je een bezoek aan de drukke supermarkt wordt bespaard. Win-win! Geopend vrijdag, zaterdag en zondag van 10.00-18.00u.

Rectificaties

- In het artikel over Mindset Wonen in het meinumner is bij eindredactie per abuis de zin 'Ja en nee schudden en lachen gaan zonder hulp' terecht gekomen. Deze zin had verwijderd moeten worden.
- In het artikel 'In beeld' in het meinumner is niet vermeld dat Lenny Rijken en Jorg Verweij naast zzp'er ook lid zijn van de redactie van Lentse lucht.



studiekunst
huiswerk- en studiebegeleiding

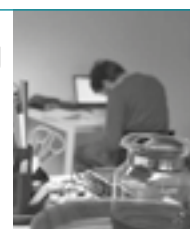
www.studiekunst.nl



Huiswerk – en studiebegeleiding

Grifdijk Zuid 131 Lent

06 1205 7059





FYSIOTHERAPIE LENT

Locatie Thermion
Thermionpark 6
6663 MM Lent

Locatie St. Jozef
Lentse Schoolstraat 25
6663 CP Lent

www.fysiotherapielent.nl

info@fysiotherapielent.nl

024-3094503

KAREN VAN KEEKEN

Stel: je hebt een creatieve geest, kunt door de coronacrisis je beroep tijdelijk niet uitoefenen en wilt iets doen voor de zorghelden in de frontlinie van het CWZ en UMC Radboud. Dus nam Karen van Keeken het initiatief tot het opzetten van 'Doneer een Bon'.

IN BEELD

Wat is het idee achter 'Doneer een Bon'?

"Toen de coronacrisis begon, wilde ik graag mijn steentje bijdragen, vooral omdat mijn eigen werkzaamheden als zzp'er stil kwamen te liggen. Ik ben visagist en heb voornamelijk te maken met cabaretiers en bruidjes.

Tja, dat is nu dus niet aan de orde. Toen dacht ik: hoe mooi zou het zijn om straks de zorghelden in de frontlinie te kunnen bedanken met een bon van lokale ondernemers? Het mes snijdt aan twee, of eigenlijk drie kanten: de ondernemer wordt financieel gesteund en de zorgmedewerkers ontvangen onze waardering middels een cadeaubon. En de thuisblijver heeft iets om handen: een ondernemer kiezen en een bon doneren."

Hoeveel ondernemers hebben zich aangemeld?

"In eerste instantie ben ik zelf actief ondernemers gaan benaderen en heb ik een Facebook- en Instagrampagina aangemaakt. De eerste week deed ik niets anders dan telefoneren, mails en appjes beantwoorden en versturen. Al snel bood een mediabedrijf aan om een website te bouwen. Vanaf dat moment wisten lokale ondernemers zelf de weg naar mijn initiatief te vinden. Inmiddels zijn er 45 ondernemers uit het Rijk van Nijmegen aangesloten, waarvan tien Lentse en één uit Oosterhout. Het gaat om 't Bloemenschuurtje, By Ilse, Eten en Drinken, Hemels, iBlossom, Kaatjes, Haarbalans, Het Nijmeegs Lopertje, Neerlands Label, Stroom en Yoga Focus. Uit diverse sectoren doen ze mee: de horeca, bloemisten, kledingzaken en schoonheidsbehandelaars, maar ook het Muzieum."

Je bent visagist, en daarnaast heb je nog een bedrijf?

"Ja, dat is 'Kaatjes'. Ik vind het heerlijk om te haken en maak vooral baby-accessoires, zoals booties (slofjes) met al dan niet bijpassend mutsje, bijtringen, (muziek)knuffels, maar ook mutsen voor volwassenen, vloerkleden en manden. Je kunt zelf de kleur bepalen. Voor meer info: <https://www.facebook.com/leukekaatjes> of www.leukekaatjes.nl."



Hoe zullen de bonnen straks aangeboden worden?

"Dat ligt nog open. De beide ziekenhuizen heb ik nog niet benaderd, die hebben op dit moment wel iets anders aan hun hoofd. Het is ook afhankelijk van het totaal aantal bonnen dat gedoneerd gaat worden. De teller staat op dit moment op 400 stuks. Naarmate er meer bonnen gedoneerd worden, kunnen er meer zorghelden bedankt worden."

Oproep!

- Ben jij ondernemer in Lent en omstreken en wil jij zorgmedewerkers die coronapatiënten verplegen op de IC bedanken, meld je dan aan voor 'Doneer een Bon', of
- wil jij een lokale ondernemer steunen én zorgmedewerkers bedanken door een cadeaubon te doneren, ga dan naar www.doneereenbon.nl