

Lentse Lucht

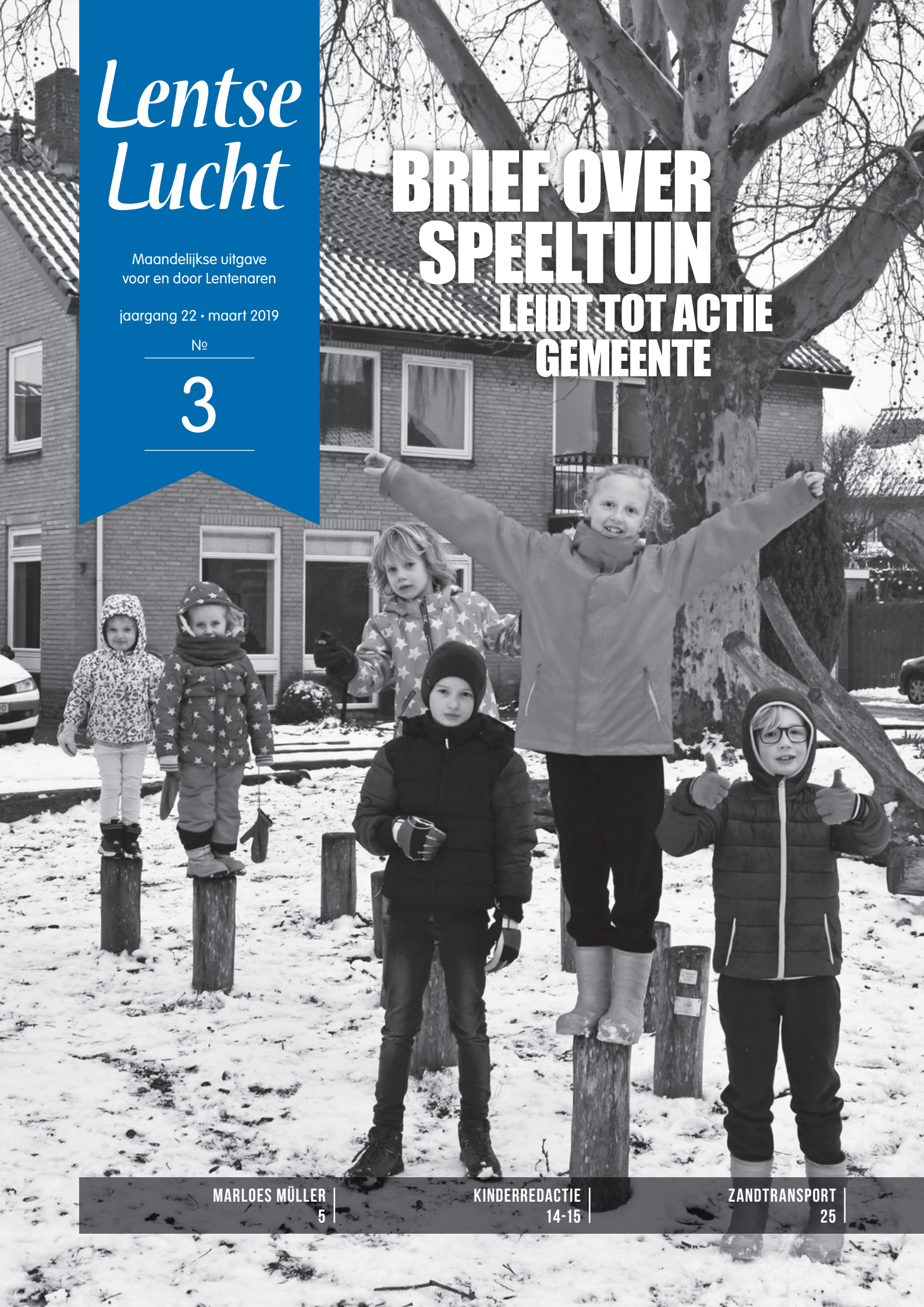
Maandelijks uitgave
voor en door Lentenaren

jaargang 22 • maart 2019

No

3

BRIEF OVER SPEELTUIN LEIDT TOT ACTIE GEMEENTE



MARLOES MÜLLER
5

KINDERREDACTIE
14-15

ZANDTRANSPORT
25

Speeltuin Floralaan is hard aan vernieuwing toe

Eind 2018 schreef Lorelei Kilzer (9), wonende aan de Pastoor van Laakstraat, een brief naar de gemeente omdat ze niet tevreden was over de speelgelegenheden in haar wijk. De speeltuin aan de Floralaan voldoet niet meer. Gemeenteambtenaren Jeannette Stevens (wijkregisseur openbare ruimte) en Marieke van Kan (adviseur bewegen/spelen/ontmoeten) kwamen naar de Geldershofschool om suggesties te horen van Lorelei, haar broertje Lancelot (7) en een aantal van haar klasgenootjes.

Na woorden van welkom door Marieke krijgt Lorelei het woord: "Nu liggen er een boomstam en een paar palen om op te balanceren. Daarnaast staan een paar superhoge palen waar je verder niets mee kunt. En er is een plantendoolhof met gekke planten. Laatst kreeg ik bijna een doorn in mijn oog van een overhangende tak. Andere speeltuintjes zijn te ver weg voor ons."

Behoefte

Iedereen mag antwoorden op de vraag hoe het speeltuintje veranderd moet worden. Lorelei kiest voor een schommel, een glijbaan en een zandbak voor de kleintjes. Lancelot ziet het liefst een klimmuur, een kabelbaan en een voetbalveldje. Emelie kiest voor een boomhut terwijl Guusje het liefst een duikelrek heeft. Samuel, die ook vlak bij het speeltuintje woont, vindt dat er meer moderne apparaten moeten komen. Nu is het saai met alleen maar hout. Mats opteert voor een boomhut met een klimrek er naar toe en voor de kleintjes een trap. Jeannette zegt dat de plannen ook aan de buurt voorgelegd moeten worden. Ook legt ze uit dat de gemeente een bepaald budget heeft.

DE GEMEENTE WIL GRAAG
MEEDENKEN WANT
SPELEN IS VOOR KINDEREN
KNETTERBELANGRIJK



"Stel dat dat 5000 euro is terwijl een schommel 3000 euro kost en een glijbaan ook 3000 euro. Dan moet je keuzes maken." De kinderen knikken instemmend en begrijpen dat. In haar brief heeft Lorelei nog twee andere locaties genoemd die eventueel in aanmerking kunnen komen voor een speeltuintje. De één ligt naast het dierenweide aan de Lentseschoolstraat en de andere aan de Bloemenhof. Deze plekken zullen serieus worden bekeken door de gemeente.

Knetterbelangrijk

Marieke: "De gemeente wil graag meedenken want spelen is voor kinderen knetterbelangrijk. De plannen en opties leggen we voor aan de wethouder en ambtenaren op het gemeentehuis. We gaan nadenken over hoe groot het speeltuintje moet worden, hoe dicht het bij de huizen komt te liggen en hoeveel geld het gaat kosten. Ik denk dat er verschillende mogelijkheden zijn. Het zal een kwestie worden van passen en meten. Overigens moeten de wat oudere kinderen zich ook thuis voelen in het speeltuintje. Het moet een plek worden waar alle kinderen zich welkom voelen. Tot slot willen we jullie bedanken voor het meedenken. Ik beloof dat we voor 20 februari met een plan komen."

TEKST: JK; BEELD: MZ



INFORMATIE & COLOFON

www.lentselucht.nl · redactie@lentselucht.nl · webredactie@lentselucht.nl · wolkjes@lentselucht.nl · advertenties@lentselucht.nl

Lentse Lucht wordt door vrijwilligers gemaakt en maandelijks gratis in Lent huis aan huis bezorgd. Abonnement buiten Lent: € 35,- per jaar. Opzegtermijn: 2 maanden. De redactie behoudt zich het recht voor om kopij niet te plaatsen of in te korten. Een bijdrage is verkregen uit het budget wijkactiviteiten / bewonersinitiatieven van de gemeente Nijmegen. Donaties: NL69 RABO 0127 9961 33
Lentse Lucht niet ontvangen? 024-3221076 / bezorging@lentselucht.nl

REDACTIE: Joop Koopman, Martin Bos, Alphons Backx, Léonie Schuijt-Overgoor **VORMGEVING:** Rick Reijntjes
ILLUSTRATIE: Hans Spaans, Marieke van Stippent
TEKSTCORRECTIE: Marijke Munnichs, Ineke Zaalmerk
FOTOREDACTIE: Lenny Rijken, Marc Jeuken, Jeroen Naus, Lieke Roodbol, Marion Zwart **WEBREDACTIE:** Rein Koning
DRUKKERIJ: van der Weerd **OPLAGE:** 4.200 ex.



UIT DE LUCHT

Banaan

“De beste manier om de smaak van een banaan te ervaren is door hem te proeven”, zegt Terry Kamp, oprichter van de Kung Fu school in Lent, tegen onze reporter. Een waarheid als een koe. Kamp doelt er op dat je iets pas echt kunt ervaren, in dit geval zijn Kung Fu les, door het gewoon eens te doen. In dit geval heeft hij ongetwijfeld gelijk. Maar toch wil ik een lans breken voor de dromer. Waarschijnlijk omdat ik er zelf zo eentje ben. De schoonheid van het bouwen van luchtkastelen wordt volgens mij nog wel eens onderschat.

Kent u bijvoorbeeld ook het moment dat u in de trein, op het terras - of waar dan ook - de blik vangt van een wel erg leuk uitziend medemens? En vervolgens helemaal niks doet. Behalve later fantaseren wat er allemaal wel niet had kunnen gebeuren als u wel op die leukerd af was gestapt. Wilde nachten, diners bij kaarslicht... Stel dat u wel een doener bent die onverschrokken op de leukerd afstapt. Dan zou ook kunnen blijken dat de leukerd naar uw achterbuurman keek, een dodelijk saaie gesprekspartner is, of dat die blik de eerste stap was naar uw huidige hel van een huwelijk. Soms is de magie van dat wat zich in je hoofd afspeelt veel mooier dan de aardse werkelijkheid.



Nu zou ik nog wel wat willen schrijven over de schoonheid van nooit uitgevoerde megalomane bouwprojecten, en over droomvakanties die alleen vooraf leuk bleken te zijn. Maar daar heb ik geen ruimte meer voor. Dus blijft mij niets anders over dan u veel plezier te wensen met deze nieuwe editie van Lentse Lucht. Een blad voor doeners en dromers.

TEKST: MB; ILLUSTRATIE: MVS

van de Jongerenraad

Even voorstellen, Joerie is vrijwilliger bij JC Lent. Hij is 14 jaar en in Nijmegen geboren. Hij woont nu drie jaar in Lent. In deze column vertelt hij ons over zijn activiteiten bij het jongerencentrum.

Wat ik zoal op het jongerencentrum doe!

“Ik vind het leuk om naar het jongerencentrum te komen en te chillen en om andere kinderen te ontmoeten van mijn eigen leeftijd. We hebben hier ook Fortnite en dat speel ik graag, te graag soms. Ik kom al sinds mijn negende in het jongerencentrum, eerst in Oosterhout en nu, sinds ik hier in Lent woon, meer in JC Lent. Ik kom hier voornamelijk om met vrienden te zijn en nieuwe jongeren te leren kennen. Ik ben ook vrijwilliger, een paar jaar geleden beheerde ik de kassa en nu help ik mee met het op- en afbouwen van de activiteiten bij het jongerencentrum. Ook vind ik het fijn dat je met de jongerenwerkers van JC Lent kunt praten als je ergens mee zit. Kom ook eens langs dan kun je zelf zien hoe leuk en gezellig het is.”

Mijn hobby's

“Ik vind het cool om elektronische apparatuur te repareren, ik heb laatst bijvoorbeeld een laptop weer werkend gemaakt. Soms ben ik ook te vinden bij de Stadsnomaden en dan help ik met klusjes. Ik vind het hele aardige en gezellige mensen die daar wonen. Maar het meest interessant vind ik vliegtuigen. Laatst ben ik naar Schip-

hol geweest om vliegtuigen te spotten, dit vond ik zo leuk om mee te maken en het is heel bijzonder om ze van dichtbij te zien opstijgen. Als er net zoals ik mensen zijn die vliegtuigen interessant vinden, dan zou ik daar graag mee in contact komen. Je kunt me benaderen via de jongerenwerker van Lent, Thomas Balvers 06-30192191.”

TEKST: JOERIE; BEELD: THOMAS BALVERS (JONGERENWERKER NIJMEGEN NOORD)



Dichterbij dan u denkt!



Drukkerij Van der Weerd
Koopmansweg 2, 6515 AL Nijmegen (Oosterhout)
t [024] 34 88 310 info@drukkerijvanderweerd.nl
www.drukkerijvanderweerd.nl



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

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



Tuinontwerp, realisatiebegeleiding en onderhoud

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769



mansan
natural health & beauty

RUG-NEK-SCHOUDER-PIJN?
Acupunctuur helpt!

Nu vanaf **€ 49,00 p.b.**

WIJ ZIJN VERHUID NAAR:
IMMANUEL KANTSTRAAT 57

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

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

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

BY ILSE
SCHOONHEID OP MAAT

PRAKTIJK VOOR HUIDVERBETERING

BY ILSE kunt u terecht voor een breed scala aan
huidverbeterende behandelingen.

Volg ILSE op
 
voor het laatste nieuws en blijf up to date!

MERKEN:
KLAPP Cosmetics, Quanis Dermafiller
Beauty Angel Collageen, Marc Inbane

**Microdermabrasie - Mesotherapie -
Radiofrequenttherapie - Ultrasoundtherapie -
Lichttherapie - Fruitzuurpeelingen - Biopeeling**

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

Marloes Müller (44)

zet zich in voor mensen met de zeldzame oogandoening ADOA.

Toenemende problemen met contrast zien, scherp zien en onderscheiden van kleuren, dat hoort bij ADOA. Net als zwaaien naar wildvreemden of juist beken- den niet herkennen. Marloes heeft deze oogandoening. Een ziekte waar geen bril bij helpt en die zo zeldzaam is dat de wetenschap er tot nu toe nauwelijks aandacht aan schonk. Een remedie is nog niet gevonden. Door het oprichten van een stichting en geld in te zamelen probeert ze samen met vier lotgenoten daar verandering in te brengen.

Wat is het precies voor oogziekte?

“Mensen met ADOA raken als kind slechtzind. Door een erfelijke genmutatie zijn er te weinig eiwitten voor de energiefabriekjes in de lichaamscellen. De oogzenuwen krijgen daardoor onvoldoende energie en sterven langzaam af. Als kleutertje was ik al slechtzind en kreeg ik een bril. De schoolarts dacht ook aan ‘luie ogen’ en dus werden om beurten beide ogen met pleisters afgeplakt. Bril of oogpleisters helpen echter niet bij ADOA. Toen ik twintig was, werd in het UMC in Utrecht duidelijk dat ik atrofie van de oogzenuwen heb. Ik zag vijftig procent van wat ik zou moeten zien. Ondanks alle obstakels in het dagelijks leven nam ik het in die tijd allemaal nog niet zo serieus. ‘Het is stabiel en er is toch niets aan te doen’ dacht ik. Dat was wat ik te horen kreeg; ik sprak er nauwelijks over met mensen.”

Hoe ging het verder?

“Nu anderhalf jaar geleden besteedde ik opnieuw aandacht aan mijn aandoening en kwam het verhaal in een stroomversnelling terecht. Voor het eerst hoorde ik over energiestofwisselingsziekten en het progressieve karakter van deze aandoening. Mijn ogen bleken nog een zicht van dertig en veertig procent te hebben. Ik ging via Facebook op zoek naar lotgenoten en kreeg contact met acht mensen. Inmiddels zijn we al met 76! En we zoeken nog verder want in Nederland moet het om een paar honderd patiënten gaan. Ook is er contact met Engeland en Amerika.”

ONS ULTIEME DOEL IS
DAT ER EEN THERAPIE
ONTWIKKELD WORDT



Wat wil je bereiken?

“We willen de aandoening meer bekendheid geven, ook onder oogartsen, en geld inzamelen voor wetenschappelijk onderzoek. We hebben het heft in eigen hand genomen en de Cure ADOA Foundation opgericht. Inmiddels hebben we een platform voor mensen met dezelfde aandoening. Er is een medische adviesraad actief die als denktank fungeert. Verder hebben we aansluiting gezocht bij de VSOP, een club van mensen met een zeldzame aandoening, en hebben we de ANBI status gekregen. We hopen dat er een medicijn komt om de achteruitgang te stoppen, dat zou al geweldig zijn. Ons ultieme doel is dat er in de toekomst

een therapie ontwikkeld wordt. Wat dat betreft hebben we de tijd mee want er wordt steeds meer bekend over ons DNA. Door middel van gentherapie zou het foute gen vervangen moeten worden door een niet-afwijkend gen. Daarvoor is dus onderzoek nodig en daar willen we geld voor verzamelen. Ons streven was om in 2018 minstens honderd donateurs te werven en dat is gelukt! Ook dit jaar hopen we dat te bereiken; een vereiste om in 2020 subsidie aan te kunnen vragen. Vooral voor kinderen vind ik het belangrijk dat er een therapie komt. Wat een verschil zou dat maken!”

Meer weten? Zie: www.adoa.eu

TEKST: JK BEELD: MJ




Bij onze vereniging kan iedereen terecht, van beginner tot gevorderd, voor tennissen, competitie en toernooien maar vooral voor gezellig sportief samenzijn.
Voor meer info: www.lltv.nl en mocht u vragen hebben, dan info@lltv.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
--	--

Wheels Tweewielers **AL MEER DAN 30 JAAR VAKMANSCHAP**



- 3 verdiepingen met gebruikte & nieuwe fietsen
- WEBWINKELPRIJZEN
- goedkope fietsreparaties, snelle service
- gediplomeerd, vakkundig & enthousiast

St. Annastraat 42 6524 GE NIJMEGEN www.wheelstweewielers.nl



VANNATURE
NIJMEGEN

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

Van Nature | Hét duurzame warenhuis
Burchtstraat 126 Nijmegen

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

www.vannature-nijmegen.nl



Buiten
meer dan makelaars

Edith Piafstraat 110, 6663 MA Lent
T: 024-3888958
I: info@buiten.nu
W: www.buiten.nu

DE HUISARTS

Coassistent

Stel, u wilt graag snel naar de huisarts, bijvoorbeeld met een vervelende buikpijn. Uw vaste dokter is er even niet, maar er is nog wel een plekje 'bij de coassistent'. Wat doet u?

In de huisartsenpraktijk Thermion is bijna altijd wel een coassistent werkzaam. Een coassistent is een student in opleiding tot arts. Coassistenten in de huisartsenpraktijk zijn altijd al ver gevorderd in de opleiding en hebben hun gehele theoretische opleiding afgerond en ook al ervaring opgedaan in het ziekenhuis bij onder andere interne geneeskunde, chirurgie, kindergeneeskunde, neurologie, gynaecologie en psychiatrie. De coassistent is grondig getraind in gespreksvoering, lichamelijk onderzoek, diagnosestelling en de meest voorkomende behandelingen, waaronder kleine ingreepjes. De coassistent is echter nog niet bevoegd om het vak zelfstandig uit te voeren en staat altijd onder supervisie van een ervaren (huis)arts. In onze praktijk is dokter Jaspers de coassistentenopleider, maar de andere artsen begeleiden ook regelmatig de coassistent. In de praktijk zal de coassistent dus over alles overleggen. Vaak al tijdens het consult en soms achteraf op dezelfde dag.



Bent u verplicht om door de coassistent gezien te worden als u een afspraak met de huisarts wilt? Nee, als u liever direct de huisarts wilt zien dan zal de assistente daar zeker gehoor aan geven. Het wordt echter zeer gewaardeerd als u wél graag door de coassistent geholpen wilt worden. De meeste coassistenten werken, juist door het gebrek aan ervaring, extra grondig en krijgen daarom ook meer de tijd. U helpt bovendien mee aan het opleiden van artsen en verbetert zo de gezondheidszorg. Uw eventuele feedback wordt dan ook zeer gewaardeerd: vertel wat u goed vindt, en wat u vindt dat beter kan.

Zelf herinner ik me nog met een dankbaar gevoel vele patiënten die door mij geholpen wilden worden, toen ik coassistent was. Van de allereerste die zelf een oud medisch specialist was en met buikpijn en een gele kleur binnenkwam, tot de jonge zanger van een rockband die met een hernia bedrust moest houden (dat laatste is trouwens totaal zinloos weten we nu).

Namens al onze coassistenten en mijn collega Rogier Jaspers dank ik u van harte voor uw hulp, geduld en enthousiasme.

TEKST: FLORIS VAN DE LAAR; ILLUSTRATIE: HS

Mijn Wijkplan

Begin 2018 is het digitale platform 'MijnWijkplan' door de gemeente Nijmegen gelanceerd met het doel om bewoners te betrekken bij het onderhoud en beheer van de openbare ruimte en om hen de kans te geven daar daadwerkelijk invloed op uit te oefenen. Bewoners kunnen via MijnWijkplan zelf ideeën voor de openbare ruimte indienen en reageren op andermans ideeën. En als het u niet lukt om bij belangrijke bewonersinformatie-avonden aanwezig te zijn, dan kunt u zich toch via MijnWijkplan van de ontwikkelingen op te hoogte stellen en reageren.

MijnWijkplan is opgebouwd uit vier modules:

- De informatiemodule

Hier vindt u nieuwsberichten en informatie over uw wijk, het wijkbudget en de wijkregisseur.

- De wensen- en ideeënmodule

Daar kunt u uw eigen ideeën indienen en ziet u ook de andere ingediende ideeën uit de wijk.

- De uitwerkingsmodule

Hier ziet u de uitgewerkte plannen en wat nodig is om deze uit te voeren.

- De uitvoeringsmodule

In deze module vindt u een overzicht van de geplande werkzaamheden in de openbare ruimte.

In ons stadsdeel Nijmegen Noord zijn in 2018 32 ideeën ingediend. De 12 meest gedragen ideeën zijn door bewoners, samen met de wijkregisseur, Jeannette Stevens, uitgewerkt. Daarvoor is door de gemeente een budget van € 70.000 ingezet. Een overzicht van deze projecten zal in de volgende Lentse Lucht worden beschreven. Voor 2019 is een nieuw wijkbudget beschikbaar. Bent u nieuwsgierig naar de ideeën die in 2019 aanspraak willen maken op dit wijkbudget of hebt u zelf ideeën? Kijk dan op nijmegen.nl/mijnwijkplan.

BRON: GEMEENTE NIJMEGEN



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



praatjuf

praktijk voor logopedie
oplossingen voor stem, spraak en taalproblemen

0316 - 225612

Angeren
Bemmel
Huissen
Lent
Didam
Oosterhout



Wienen

accountants en adviseurs

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



Wienen ontcijfert en ontzorgt

024 323 23 33 • www.wienenaccountants.nl

puremai
Acupunctuur Nijmegen Noord

Gespecialiseerd in
IVF/IUI, zwangerschaps-
en diverse pijnklachten
www.puremai.nl



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

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

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

www.tandarts-villawesthof.nl

Meijer en ten Hove Uitvaartverzorgers

Steltsestraat 1, 6663 BM Lent

(in de oude Bibliotheek)

Uitvaartcentrum Lent



06- 34045001 024-7508465

Wij hebben ook een 24-uurs kamer, u kunt uw
dierbare bezoeken wanneer u wilt.

www.uitvaartverzorgersnijmegen.nl

Al bent u elders verzekerd dan kunt u toch gebruik
maken van ons uitvaartcentrum Lent

Uitvaartverzorging, Thanatopraxie, Overledenenzorg



HOEVEEL GELD IK
ER MEE VERDIEN
EN OF MENSEN
HET MOOI VINDEN,
VIND IK NAUWELIJKS
BELANGRIJK

Philip Steenbergen

In het kader van de serie 'Muziek in Lent' spraken we met Philip Steenbergen (29). Hij zingt en bespeelt vele instrumenten maar vooral akoestische gitaar. Hij maakt albums en organiseert muziekavonden in De Kleine Wiel.

Hoe ontstond de liefde voor muziek bij jou?

"Pas laat ontdekte ik de muziek, zo rond mijn 15e à 16e jaar. Het kwam door de platen van mijn vader. Hij luisterde onder andere naar de muziek van The Doors en Pink Floyd. Vanwege David Gilmoure van Pink Floyd ben ik gitaar gaan spelen. Zijn solo's zijn weergaloos. Hij heeft maar weinig noten nodig om er heel veel emotie mee uit te drukken. Eigenlijk bij toeval belandde ik in het professionele muziek-circuit. Ik hoorde dat de band Omnia een gitarist zocht en na enkele audities werd ik aangenomen. Ze speelden Pagan Folk, een mengvorm van Keltische muziek en ritualistische muziek met invloeden uit wereldwijde folktradities. We hadden wel 50 optredens per jaar in clubs, theaters en festivals. Dat deed ik drie jaar maar er ontstonden knelpunten op het filosofische vlak. Omnia kenmerkte zich door een negatief, pessimistisch en duister wereldbeeld. Ik kon me daar steeds minder in vinden. Vrij plotseling ben ik er uit gestapt."

Wat ben je toen gaan doen?

"Toen ben ik rustig gaan nadenken over wat ik wilde. Dat heeft vrij lang geduurd. Hoewel ik gitaarles had van een fantastische docent nam ik het toch niet serieus genoeg.

Ik was meer bezig met het verkennen van mijn creativiteit. Nog steeds neem ik lessen van wisselende docenten. Ik probeer dan in korte tijd zoveel mogelijk stof op te nemen en daar vervolgens een jaartje op te kauwen. Dat werkt goed voor mij. Geleidelijk aan kreeg ik interesse in gipsy- en Balkanmuziek. Ik kwam op een sessie een violiste tegen, Pernilla Kannapinn. Met haar richtte ik een band op, Saffron Sun, waarin ik percussie speel. We hebben in augustus een EP opgenomen met vijf eigen nummers. Er is een videoclip gemaakt en het album wordt op dit moment gemixt en gemasterd. Daarnaast ben ik een soloalbum aan het opnemen. Ik speel er akoestische gitaarcomposities op en word begeleid door viool, harp en mandoline. Folk- en wereldmuziek brengen we op één album. Het is voor mij een soort afsluiting en het begin van een nieuwe periode."

Wat zijn je toekomstplannen?

"Eigenlijk wil ik verder met zo goed mogelijke muziek te maken. Hoeveel geld ik er mee verdien en of mensen het mooi vinden, vind ik nauwelijks belangrijk. Ik heb iets te lang muziek gemaakt die ik niet de moeite waard vond. Het voegde weinig toe aan de wereld. Graag wil ik iets wezenlijks bijdragen aan het muzikale landschap. Sinds een jaar organiseer ik in De Kleine Wiel muziekavonden. Het gaat me om muziek waar je met aandacht bij bent en waar van alles gebeurt. Pink Floyd blijft mijn grote voorbeeld."

Meer weten? Zie: www.philipsteenbergen.com

TEKST: JK; BEELD: MJ



Al jaren een begrip in de regio:
Lent, Waalsprong, Elst, Oosterhout, Driel, Zetten,
Herveld, Valburg, Slijk-Ewijk en Andelst.

Ode verloskundigen streeft naar een natuurlijke
benadering van zwangerschap, bevalling en
kraambed. Hierbij staan de begrippen rust, tijd,
laagdrempeligheid en aandacht voorop.

- * 2 teams van 4 verloskundigen
- * Wekelijks avondspreekuur
- * Echoscopie v.a. 7 weken zwangerschap
- * 2 spreekuurlocaties; Lent en Elst
- * 'Hartjes Spreekuur', 2 keer per week vrij inloop

Ode
verloskundigen

RoostHermesen
Logopediepraktijk



Specialisten in taal en communicatie!

- Voor jong en oud
- Onderzoek, behandeling, advies en voorlichting
- Spraak, taal, stem, gehoor en slikken
- Leer-, lees-, en spellingsproblemen
- Bij afasie, CVA of andere neurologische problemen

AGC Thermion-Thermionpark 17-Lent
www.logopedieroosthermsen.nl



AANMELDEN?
t. 024-3094558
m. 06-22946898



Kapper de Krul

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

Maandag	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

Minigraver



www.minigraverhetzand.nl

Flexibiliteit in graaf- en tuinwerkzaamheden

zoals:

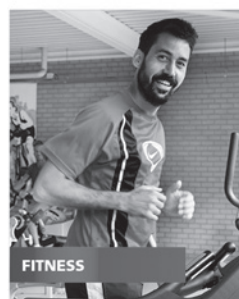
trampolines, vijvers, kabels, leidingen, rioleringen en
funderingen uitgraven. Ook het egaliseren, bestraten,
spitten en frezen van uw tuin.

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

**Kom sporten bij
Laco sportcentrum Bemmell**



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

LENTS ALLERLEI

Damesgilde Lent

Op 19 maart organiseert het damesgilde een avond in 'Het Plein', Lentse Schoolstraat 29. Josee van der Staak presenteert 'De kracht van tekentaal' en zorgt ook voor een muzikale afsluiting. De presentatie gaat over creatieve bewustwording en het plezier van tekentaal. Aanvang 20.00 uur. Introducees zijn welkom. Kosten: € 5,- inclusief consumpties.

Zonnebloem Lent

Op 21 maart verzorgt Zonnebloem Lent haar jaarlijkse 'Lentekriebelmiddag' in 'Het Plein', Lentse Schoolstraat 29. Laat u zich deze middag verwennen en verrassen! Aanvang 14.30 uur.

VoorleesExpress

Bindkracht 10 en Bibliotheek Gelderland Zuid (OBGZ) ondersteunen samen kinderen (en hun ouders) om spelenderwijs hun woordenschat en hun plezier in taal te vergroten. Gedurende twintig weken komt een vrijwilliger een keer per week in de gezinnen, die zich daarvoor hebben opgegeven, op bezoek om de kinderen voor te lezen, taalspelletjes te doen en tips te geven. Het programma start twee keer per jaar. Zie ook: www.voorleesexpress.nl/locatie/nijmegen.

Kinderkleding- en speelgoedbeurs Lent

Op 30 maart van 9.30 tot 12.00 uur wordt in De Geldershof, Laauwikstraat 11, een zomerkinderkleding- en speelgoedbeurs gehouden. De opbrengsten zijn voor goede doelen. In 2018 is in totaal € 1.500,- overgemaakt aan Stichting Die-renpark De Kleine Kern in Lent, Stichting Oranjecomité Lent, Ronald McDonald Huis Nijmegen, Stichting Jarige Job en Cliniclowns. Komt u ook?

Grip op je leven

Heb je het gevoel dat je weinig grip hebt op je leven? Bindkracht10 en RIBW organiseren samen bijeenkomsten in Lent die je helpen om meer grip te krijgen. Meer informatie: groepsbijeenkomsten@bindkracht10.nl of bel de Stip-lijn: (024)3502000

Workshops in de Historische Tuinderij Warmoes

Tijdens de workshop 'Mini ecosysteem maken' op 1 maart van 10.00 tot 11.00 uur leer je in een weckpot je eigen mini ecosysteem maken. Benodigde materialen zijn aanwezig. Kosten: € 20,- inclusief koffie/ thee. Op 10 maart leer je van 10.00-11.00 uur tijdens de workshop 'Ent je eigen fruitboom' de kneepjes van het vak enten. Voor materialen wordt gezorgd. Bovendien ga je met een eigen fruitboom naar huis. Kosten: € 15,- inclusief koffie/thee. Aanmelden via contact@dewarmoes.nl

Festival De Oversteek

Atelier TAW, werkplaats voor dans- en theater van Festival De Oversteek, daagt makers uit om nieuw werk te ontwikkelen op locatie in het rivierengebied van Nijmegen-Noord. Festival De Oversteek is op de eerste twee volle weekenden van september. Alle vormen van dans en theater zijn toegestaan. Originaliteit en de mate waarin maker(s) gebruik maken van een specifieke speellocatie zijn belangrijke selectiecriteria. Duur van de voorstellingen is 20-30 minuten. Kijk voor meer informatie op: www.festivaldeoversteek.nl. Aanmelden kan tot uiterlijk 1 april.

Hondenspeeltuin Fikkie zoekt een nieuwe locatie

Per mei 2019 wordt het prachtige als hondenspeeltuin ingerichte terrein van Fikkie, vlakbij het Citadel College VMBO, gereedgemaakt voor woningbouw. Gelukkig is er een tijdelijk stukje grond beschikbaar in De Koude Hoek, vlakbij de huidige locatie. De gemeente zet zich wel in voor een permanente locatie, maar kan nog niets toezeggen. Via het project Ring Ring is voor de inrichting van de nieuwe locatie al een bedrag van € 500,- bij elkaar gefietst. Hopelijk komt er binnenkort meer nieuws over een vaste speeltuin, want de honden willen met het mooie weer wel graag buiten spelen.

Spreekuur 'Uit elkaar'

Elke dinsdagmiddag tussen 13.30 en 14.30 uur kunt u terecht bij het spreekuur 'Uit elkaar', waar u informatie en advies kunt inwinnen over relatieproblemen, het uit elkaar gaan of scheiden. Vragen over: 'Hoe maken we afspraken over de kinderen? Hoe krijg ik mijn leven weer op de rit? Hoe regelen we de financiën, het wonen en passende hulp?' kunnen tijdens dit spreekuur, waarin Stip Noord en Sociaal Wijkteam Noord samenwerken, aan de orde komen. Locatie: Stip Noord, Thermion Lent. Meer informatie via: noord@stipnijmegen.nl

Opvoedspreekuur voor ouders en pubers

Marion van Klaveren, GGD-jeugdverpleegkundige, houdt elke vrijdagmorgen van 8.30 tot 9.00 uur een opvoedspreekuur voor ouders en pubers uit Nijmegen Noord. Loopt het thuis samen niet zo lekker? Bel of mail Marion van Klaveren T.(06)41591468 / E.mvanklaveren@ggd gelderlandzuid.nl

Lentse kermis is verleden tijd

De derde kermis van Nijmegen in september op het Dorpsplein in Lent zal voorlopig geen doorgang meer vinden door tegenvallende bezoekersaantallen. Een alternatieve plaats vond geen weerklank. Nijmegen zet zich nu in om de kwaliteit van de herfst- en zomerkermis in de stad te verbeteren.

Zondag 10 maart Mestactie Scouting

Het wordt inmiddels traditie. Ook dit voorjaar gaan de scouts van Scouting Paul Kruger weer op pad om Champost, een mengsel van stro, paardenmest, kippenmest, kalk en veen, te verkopen. De mest, afkomstig uit de champignonteelt, is heel geschikt voor gazon en border. De opbrengst van de mestactie gaat geheel naar de vereniging. Bestel de mest tijdig, want de voorraad is beperkt! Dit kan via www.mestnijmegen.nl. Kosten € 5,- per kruiwagen. Elke zesde kruiwagen is gratis. Over het tijdstip van levering wordt u vooraf geïnformeerd.

maak
positief
verschil



Fenno Meijer Coaching & Therapie

Gun het jezelf!

Bel of mail voor een vrijblijvende kennismaking

T 06 - 336 761 65

fenno@maakpositiefverschil.nl

gespreksruimte in Lent

► www.maakpositiefverschil.nl

*Aan de slag met waar je
steeds opnieuw
tegenaan loopt*

VRAGEN OVER REGELS EN PAPIEREN?
EEN GOED IDEE VOOR DE BUURT?
ZORG OF HULP NODIG?
ANDERE MENSEN HELPEN?
NIEUWE MENSEN ONTMOETEN?



Kom naar
de Stip!
Samen maken
we de wijk

Stip Noord (Thermion Lent)
www.stipnijmegen.nl/noord

Maandag: 09:30 - 12:30 uur

Dinsdag: 13:30 - 16:30 uur

Donderdag: 13:30 - 16:30 uur



INTUÏTIEF SCHOOL VOOR
TRAJECT 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

MAANDAGENDA

Vrijdag 1 maart

Workshop mini ecosysteem maken

Locatie: Warmoes, Griftdijk Noord 11
Kosten: € 20,- / Tijd: 10:00 tot 11:00 uur.

Muziek: TLC Saxotone Jazz Quartet

Locatie: Theaterkerk, Markt 5 in Bemmel. Entree: € 1,- / Aanvang 21:00 uur

Zaterdag 9 maart

Cabaret: Sjaak Bral - Sex met Sjaak

Locatie: Theaterkerk, Markt 5 in Bemmel. Entree: € 16,- / Aanvang 20:30 uur

Zondag 10 maart

Workshop 'Ent je eigen fruitboom'

Locatie: Warmoes, Griftdijk Noord 11
Kosten: € 15,- / Tijd: 10:00 tot 11:00 uur.

Muziektheater: Marjan Berk - Geniet ervan. Locatie: Theaterkerk, Markt 5 in Bemmel. Entree: € 15,- / Aanvang 14:30 uur.

Zaterdag 16 maart

Enge Buren - Vreemde Vogels

Locatie: De Klif, Pijlpuntstraat 1
Entree: € 18,50 / Aanvang: 20.00 uur.
Eigentijsde Muziekquiz: TOP ZEROES MUSICQUIZ. Voor 18 tot 35 jarigen.
Locatie: Theaterkerk, Markt 5 in Bemmel. Entree: € 5,- / Aanvang 20:30 uur.

Zondag 17 maart

Interactieve **Kindervoorstelling:** Fluisterfeestje (3+). Locatie: Theaterkerk, Markt 5 in Bemmel. Entree: € 7,50
Aanvang 11.00 uur

Dinsdag 19 maart

Damesgilde Lent 'De kracht van tekentaal'. Locatie: 'Het Plein', Lentse Schoolstraat 29. Entree: € 5,- Aanvang: 20.00 uur

Zaterdag 23 maart

Muziek: Janne Schra - LaLaLa Love
Locatie: Theaterkerk, Markt 5 in Bemmel. Entree: € 17,50. Aanvang 20:00 u.

Zaterdag 30 maart

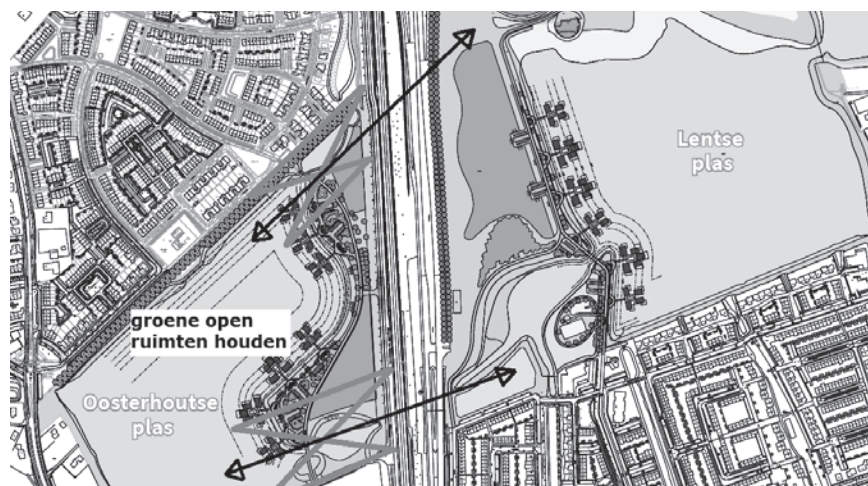
Kinderkleding- en speelgoedbeurs Lent. Locatie: De Geldershof, Laauwijkstraat 11. Tijd: 9.30 tot 12.00 uur.

Donderdag 21 maart

Zonnebloem Lent 'Lentekriebel-middag'. Locatie: 'Het Plein', Lentse Schoolstraat 29. Aanvang: 14.30 uur.

DE ACTUELE AGENDA: WWW.LENTSELUCHT.NL

Drijvende woningen op de plassen in de Landschapszone



In december 2009 is het bestemmingsplan Landschapszone door de raad vastgesteld. Hierin is een wijzigingsbevoegdheid opgenomen ten behoeve van de toekomstige ontwikkeling van drijvende woningen in de Lentse en Oosterhoutse Plassen. In het wijzigingsplan wordt invulling gegeven aan het realiseren van maximaal 25 drijvende woningen in het zuidwestelijk deel van de Lentse Plas. Een aantal inwoners heeft een zienswijze ingediend tegen deze plannen. Het wijzigingsplan is nu gewijzigd vastgesteld. Het plan ligt ter inzage bij de Stadswinkel, Mariënborg 30. Alleen betrokkenen kunnen tot en met 14 maart in bezwaar gaan bij de Raad van State.

De twee werkgroepen van bewoners rond 'Lentse Plas' en 'Oosterhoutse Plas' werken samen om informatie en standpunten uit te wisselen en om in afstemming met elkaar, richting gemeente en politiek, het geluid van betrokken bewoners te laten horen. Zij vinden het belangrijk dat er een visuele verbinding blijft in plaats van alles dicht te bouwen en pleiten ook voor verbindingen voor lopers en fietsers die rond de Lentse Plas en Oosterhoutse Plas willen recreëren. In een volgend nummer zullen beide werkgroepen meer over hun ideeën laten horen.

TEKST: BART-JAN DE LEUW, LSO;
BEELD: WERKGROEP OOSTERHOUTSE PLAS

van de Webredactie

Vorig weekend (2 februari) stuurde een scholier via het Vragen&Contact-formulier van de website het volgende bericht in: Wij gaan met een vriendengroep naar Den Haag om te protesteren voor een beter Klimaatakkoord! De enthousiaste reactie van de webredactie hierop was: "Geweldig dat jullie dit gaan doen, echt super! Ik neem aan dat je een Lentse scholier bent? Ik heb wel zitten denken hoe je hierbij gebruik zou kunnen maken van het platform van de Lentse Lucht. Begin deze week misschien een berichtje op de website plaatsen over wie jullie zijn, waarom, wanneer, wat de schoolleiding er van vindt etcetera? Je kunt dit zelf doen door even een account aan te maken en dan een bericht te plaatsen in de rubriek Nieuwsberichten. Als je me daarnaast dan nog een leuke foto van de deelnemers toestuur, kan ik het bericht ook uitlichten naar de homepage van de site met een linkje naar onze FB pagina. Eenmaal onderweg zou je me via WhatsApp je belevenissen toe kunnen sturen, dan plak ik deze wel vast aan het bericht op FB. Of zoiets. Lijkt dit je iets of heb je misschien andere ideeën?"

Vandaag (7 februari) is het zover en voeren duizenden scholieren in Den Haag actie voor een ambitieus klimaatbeleid. Van de bewuste (Lentse?) scholier heeft de redactie spijtig genoeg niets meer vernomen. Vandaag is echter ook de deadline voor het inleveren van kopij voor het maartnummer van het blad. Wellicht zijn er toch ook scholieren uit Lent naar Den Haag afgereisd...

Van de **Kinderredactie**

De kinderredactie is een feit. Een jongen en vijf meiden van 9 t/m 12 jaar popelen om ons wijkblad nog mooier maken. Op de eerste de beste vergadering bleken ze boordevol ideeën te zitten. En zie hier het resultaat. Sofie en Neele (De Geldershof) zullen regelmatig een boek bespreken, Mia denkt graag na over filosofische onderwerpen. Zij volgt daarvoor lessen bij Het Talent. En Jesse (ook Het Talent) heeft zoveel ideeën dat we daar een hele Lentse Lucht mee kunnen vullen. Sabirin zit op 'De Verwondering'. Zij verzint hele spannende verhalen. In deze Lentse Lucht staat het eerste hoofdstuk over Geesi, een moedige schapenhoeder die spannende avonturen beleeft. En dan mogen we Noa niet vergeten. Zij zorgt voor de illustraties en de foto's. De hoofdredactie van de Lentse Lucht is heel blij met deze jonge tak aan de stam van het wijkblad. Dat wordt echt genieten!

Léonie Schuijt-Overgoor (contactpersoon kinderredactie)



V.l.n.r.: Jesse, Mia, Noa, Sabirin, Sofie en Neele

BEELD: ELLEN BUDDING

icEman !



Filosofische gedachten

van Mia

Kunnen je gedachten je gezond houden?

Voor verschillende dingen heb je wel lef nodig, dan heb je daarbij helpende en niet helpende gedachten.

Helpende gedachten zijn:

ik kan het, dit lukt me

en niet helpende gedachte zijn:

ik kan het NIET, dit lukt me NIET.

Eigenlijk het tegenovergestelde dus.

Er zijn ook mensen die zo iets met ademen doen. Wim Hof, ook wel bekend als 'The Iceman', bijvoorbeeld. Hij heeft best wat records verbroken, zoals 57,5 meter onder een ijslaag door zwemmen. Je kunt me geloven of niet, maar je kunt het aan je ouders vragen of opzoeken op Google, want hij deed het echt.

TEKENING: NOA

Boekbespreking

door Sofie en Neele

Baron 1898

Wij hebben dit boek gekozen, omdat het over onze favoriete attractie in de Efteling gaat: Baron 1898! Ben je tussen de 9 en 12 jaar, dan is dit boek precies wat je zoekt! De schrijver van dit boek is Jacques Vriens. Hij heeft dit sprookje in 2015 speciaal voor de Efteling geschreven. Het verhaal gaat over hebzucht en liefde en het is heel spannend omdat het zich in een donkere mijn afspeelt. We hopen dat je door het lezen van deze recensie het boek ook gaat lezen. Veel plezier daarmee!



Samenvatting

We zitten in het jaartal 1893 in de Brabantse herberg van Jochems vader, waar Jochem en Doortje werken. Op een dag stapt er een vreemdeling binnen. Zijn naam is Gustave. Hij vertelt aan Jochem over zijn verre reizen. Jochem luistert aandachtig. Als Gustave weer vertrekt en over de Zompige Heide moet oversteken, gaat Jochem met hem mee om hem de weg te wijzen. De Zompige Heide is een gebied waar de gevaarlijke Witte Wieven de baas zijn. Wanneer Gustave bij een grot komt, waarschuwen de Witte Wieven hem om geen goud mee terug te nemen uit de grot. Toch steekt de hebzuchtige Gustave stiekem een klompje goud in zijn zak. In 1897 keert Gustave terug. Met de naam Baron Hoogmoed koopt hij de Zompige Heide. Dit zorgt voor onrust in het dorp. Ook Jochem en Doortje worden hierbij betrokken. Daardoor komt hun hechte vriendschap onder druk te staan. De Baron heeft veel mijnwerkers nodig en belooft de dorpsbewoners goud te geven als ze de mijn in gaan en goud naar boven halen. Maar iedereen die dat durft, komt weer spierwit terug... Wat is er gaande in de duistere mijnen van Baron 1898?

Een spannend vervolgverhaal

door Sabirin Hussien

Geesi en de leeuw

'Opstaan Geesi, je moet de schapen hoeden,' roept mama. 'Maar het is pas 2.00 uur, veel te vroeg om te gaan,' moppert Geesi. Geesi ziet de boze blik van zijn moeder. 'Oké, ik doe het,' zegt hij gauw. Na het ontbijt gaat hij de deur uit en als hij voor de schapen staat, zegt hij boos: 'Jullie zijn stout, want dankzij jullie moet ik zo vroeg opstaan.' 'Nou ja zeg, ondankbaar mens. Wij geven jou melk om sterk te worden,' blaten de schapen in koor. 'En nu mopper je op ons?' 'Kom we gaan het bos in,' zegt Geesi. 'Nee, niet het bos in, want dan worden we opgegeten door de leeuw,' mekkeren de schapen. 'Jawel', zegt Geesi beslist. 'Kom we gaan!'

Ze lopen urenlang door het bos. Opeens horen ze:... schrap, schraap, schrap, schraap... Dan is het geluid weer weg. Geesi telt zijn schapen, eerst had hij er tien en nu zijn er nog maar negen. Hoe kan dat? 'Aaah, we moeten terug,' schreeuwen de schapen in koor. 'Wij zijn bang!' 'Nee, we gaan niet terug. Ik moet mijn moeder bewijzen dat ik schapen kan hoeden,' zegt Geesi. Ze lopen verder het bos in en opeens horen ze opnieuw:... schrap, schraap, schrap, schraap en ook gebrul. Geesi schrikt en een aantal schapen vlucht weg. Hij telt er nu nog maar vier. Ook ziet hij grote pootafdrukken. Het is al laat en het begint weer donker te worden, ze moeten nu echt terug naar huis. Maar weer hoort hij brullen. Wat is dat? Een leeuw?

Wordt vervolgd



TEKENING: NOA



Oefentherapie Cesar De Lint In Thermion

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

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

Ook vestigingen in
Nijmegen/Oosterhout, Bommel en Gendt



ESENSA | Saskia van Leendert

Natuurgeneeskunde
Lichaamsgerichte Therapie
Mindfulness

GESPECIALISEERD IN:

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



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

BAKKER AREND
LANGE HEZELSTRAAT 31 NIJMEGEN
WWW.BAKKERAREND.NL
024-3220652
**Ambachtelijk Biologisch
Brood en Gebak**



**Tegen inlevering van deze
originele bon ontvangt u
één mueslibol
naar keuze.**



De gemiddelde woning in
Lent is met **9,8%*** in waarde
gestegen!

**Benieuwd wat uw woning nu
waard is?** Maak een afspraak
voor een vrijblijvende
waardebepaling.

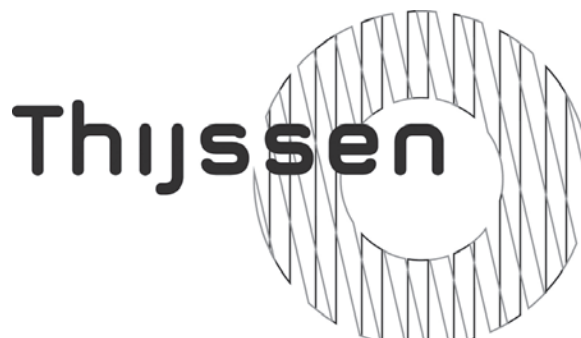
*Gebaseerd op waardes uit 2017 ten
opzichte van 2015



Strijbosch Thunnissen
DYNAMIS Makelaars

024 365 10 10 | stmakelaars.nl

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



Brilmode

Markt 53/55

Contactlenzen

Bommel

Optometrie

0481-470490

www.oogzorginbommel.nl

LENTGENTEN

De wijkraad: een platform

Een platform als de wijkraad is er om wijkbewoners te informeren en bij elkaar te brengen en is een plek waar voor de wijkbelangen wordt opgekomen in het overleg met de gemeente of andere overheidsinstanties. Er kunnen verschillende meningen zijn over uiteenlopende zaken en daarom is het altijd van belang dat de wijkraad zo'n platform kan bieden waar mensen elkaar kunnen treffen.

De wijkraad is daarin onafhankelijk. De raad is een belangenvertegenwoordiger, die open staat voor zeer diverse wijkbelangen. Belangen van toekomstige bewoners wier huizen gebouwd worden en van bestaande bewoners die al wonen in het gebied waar gebouwd wordt. Niet altijd zullen belangen overeenkomen en dan zal in de dialoog het contact en het begrip voor elkaars standpunten moeten ontstaan.

Samenkomen om tegenstellingen te overbruggen

Als er geen lamp meer brandt in het wijkraadkantoor, dan is er geen ontmoetingsplek meer om tegengestelde visies of meningen bij elkaar op tafel te leggen. Daarom zal er vanuit het huidige bestuur altijd een bijeenkomst georganiseerd worden. Er zal altijd een mogelijkheid zijn, waarbij mensen

elkaar kunnen ontmoeten en waarbij bewoners samen tot elegante oplossingen komen bij zaken waarbij schijnbare tegenstellingen zijn. En in ons groeiend stadsdeel waar straks 1/5 van de gemeente Nijmegen woont, zullen in toenemende mate meerdere belangen vragen om ruimte, begrip of tijd. Dat zagen we bij het gebruik van de plas, bij het gebruik van de weg door diverse weggebruikers of bij de ruimte die verschillende organisaties, zoals sportclubs, nodig hebben om hun activiteiten te ontplooiën.

Voor alle wijkbewoners

Als er een platform bestaat waar mensen elkaar kunnen treffen op 'neutraal' terrein om de samenwerking te zoeken of hun grieven te uiten, geeft dat mensen de ruimte. En als zij de ruimte voelen in een kleiner wordende ruimte, kan dat begrip of rust geven. Daarom zullen wij altijd het licht aandoen bij elke vergadering en heten wij jullie allemaal welkom: voor wensen, verhalen, grieven, vragen of gewoon om er te zijn.

Welkom bij de wijkraadvergadering! Iedere derde donderdag van de maand om 20.00 uur in De Ster.

VERKEERSPERIKELN

Van Laauwikstraat tot en met Vossenpelssestraat

In 2019 zal gemeente Nijmegen aanpassingen uitvoeren op de route Laauwikstraat- Vossenpelssestraat om de verkeersveiligheid te vergroten en de 30km zone te ondersteunen. Op 17 januari werd tijdens een inloopavond op De Geldershof informatie gegeven over aanpassingen van het deel Laauwikstraat tussen de Visveldsestraat en de Turennesingel en op 14 februari in het wooninformatiecentrum Waalsprong over het deel Laauwikstraat-Vossenpelssestraat. Tijdens deze inloopavonden konden bewoners vragen stellen, reacties geven en hun contactgegevens achterlaten.

Laauwikstraat (tussen Visveldsestraat en Turennesingel)

De plannen van dit gedeelte van de Laauwikstraat houden ondermeer in: het plaatsen van een inrit/uitrit-constructie ter hoogte van de bocht met de Visveldsestraat, extra groen langs de weg en het plaatsen van twee drempelvlakken ter hoogte van de kruisingen met de Petuniastraat en de Azaleastraat. Door bewoners werd met nadruk gevraagd om ook de verlichting te verbeteren en wat te doen aan de gladde drempel in het midden van de Laauwikstraat. De uitvoering, waarbij de weg tijdelijk zal worden afgesloten voor verkeer, is gepland in mei/juni en zal ongeveer twee weken duren. Zie ook: www.nijmegen.mijnwijkplan.nl/lent/

Laauwikstraat (vanaf Turennesingel) en Vossenpelssestraat (tot Bekkersland)

De herinrichting van deze route hangt samen met de aanleg van de Dorpensingel en is bedoeld om de verkeersveiligheid te vergroten en de 30km zone te ondersteunen. Tegelijkertijd zullen +/- 50 bestaande woonhuizen in dit gebied (inclusief Steltsestraat), die nu nog aangesloten zijn op vacuümriolering, worden overgezet op het algemene riool. De herinrichting omhelst een versmalling van het wegvlak en plaatsing van een trottoir aan beide zijden met aan één zijde een groenstrook. Ook komen er drempelvlakken en gelijkwaardige kruisingen. Fietzers zullen gebruik gaan maken van de rijbaan. Aannemer BAM en de gemeente hopen eind maart/begin april met een definitief ontwerp en planning te komen. De werkzaamheden zullen in 12 aaneengesloten weken plaatsvinden (april-juni óf na De Vierdaagse). Doorgaand verkeer wordt met borden omgeleid, aanliggende woningen en bedrijven en achterliggende straten en wijken zullen bereikbaar blijven.

Een aantal bewoners van de Vossenpelssestraat en Plantjevlag hebben vanaf november 2018 meegedacht over de uitvoering van de werkzaamheden. Komende maanden zullen bewoners en omliggende bedrijven door de gemeente worden benaderd over de verdere planning en fasering van de werkzaamheden in het licht van overlast en bereikbaarheid. Nog vragen? Mail naar: vossenpelssestraat@bam.com

TEKST: MARCEL FLENDRIE, LSO



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

Een begrip voor kwaliteit!

In de toonbank van Slager Traiteur René Derkse is de liefde voor het vak te zien en te proeven.

Mooi, mals en mager scharrel rundvlees uit de Franse regio Limousin
Origineel Black Angus entrecote, ossenhaas, ribeye, sucade (te bakken als biefstuk !!) en, de topper in het assortiment: de **Black Angus Steak!**
Daarnaast is het vers Hollands lams- en kalfsvlees, scharrelkip Poulet d'Yvonne en het Franse varkensvlees Porc au Grain de stabiele basis voor gezond, lekker en verantwoord eten.

De vele vleeswaren, maaltijden en salades worden in de eigen worstkeuken bereid, echte toppers zijn o.a. de achterham, boerenham, rosbief, krabsalade, boeuf bourguignon en uiteraard de bekoonde rookworst. Kortom, te veel om op te noemen. Daarnaast worden uit heel Europa de beste vleeswaren in huis gehaald, zoals een 24 maanden gedroogde Parmaham, de Serrano uit Spanje en de Mangalica uit Hongarije.

Kom kijken, proeven en overtuig uzelf!

Slager Traiteur René Derkse, niet zó maar 'n slager...

Installatiebedrijf
Hans van 't Hullenaar bv

**CV ketels
al vanaf
€ 1.445,-**

Informeer ook naar onze onderhoudsabonnementen

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

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

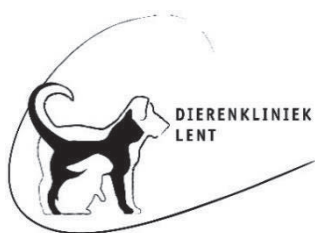
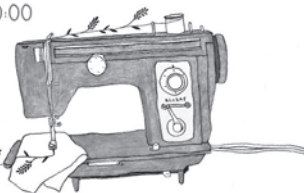
Persia atelier

Kleding, gordijnen, leer en suède
veranderen, vermaken en reparatie en maat kleding
ook reparatie motorkleding

maandag t/m vrijdag 14:00 - 20:00

adres: bloemenhof 8, lent

tel: 024 - 8444112



**DIERENKLINIEK
LENT**

Skinny-mind maand maart

Is uw kat of hond wat aan de zware kant ?

Kom langs voor een gratis weeg-consult.
We bepalen het streefgewicht en de juiste
hoeveelheid voeding om dit te bereiken.

**50% korting
op een zak
heerlijke-
slanke dieet
brokken**



Laauwikstraat 20 Lent T. 024 360 64 22



CHIROPRO

gezond in beweging met chiropractie

Expert in de diagnose, behandeling en preven-
tie van klachten die gerelateerd zijn aan het
bewegingsstelsel zoals:

**Rug- en nekpijn
Hoofdpijn
Hernia / ischias
Sportblessures**

Wij staan voor zorg zoals we zelf behandeld wil-
len worden. Met onze unieke behandelmethode
dringen we door tot de kern van uw klachten.

Kijk voor meer informatie op www.chiropro.nl
of bel naar 024 - 737 03 24.

Edith Piafstraat 110c 1e Lent

Reint den Boer

Je komt ze overal tegen. De één komt hier een boek schrijven of bereidt een theatervoorstelling voor. De ander komt meedoen aan een wielervedstrijd of treedt op met een rariteitenkabinet. Deze keer betrapten we Reint den Boer (57) uit Leersum die in een weiland aan de Steltsestraat hoek Bemmelsedijk grondwatermonsters nam op de plek waar ooit een potplantenkwekerij en nog eerder kasteel De Stelt stond.

“Op deze plek neem ik watermonsters om te kijken of het grondwater chemisch verontreinigd is. Een week geleden zijn hier op verschillende plekken buizen geslagen tot op een diepte van 4,7 meter tot 11,2 meter. We wachten vervolgens een week om alles weer tot rust te laten komen en nemen dan de watermonsters. Ik ben afgestudeerd aan de Wageningen University & Research in de landbouwtechniek. Veel van mijn collega's hebben een kantoorbaan maar ik had daar geen zin in, ik was liever buiten. Ik ben in dienst bij de firma Sialtech Europe uit Houten. 'Si' staat voor silicium, een element dat in zand voorkomt, en 'al' voor aluminium. Er zijn dependances in Sittard en Assen en er werken in totaal 30 mensen.

De monsters die ik vandaag neem gaan naar Agrolab in Deventer waar ze geanalyseerd worden. Ze gaan ook wel eens naar een laboratorium in Amsterdam maar dat is afhankelijk van de vraag. Ik werk in de functie van boormeester. Onze firma is onder andere gespecialiseerd in waterbodemonderzoek. We doen dit onderzoek op allerlei plaatsen zoals voor de aanleg van de Markerwadden en voor het verdiepen van de Nieuwe Waterweg en de Rotterdamse havens. Bij metingen moeten we de dikte van de sliblaag bepalen en bemonsteren en we moeten de onderliggende vaste bodem bemonsteren. Het doel van de metingen is te achterhalen wat er met de grond moet gebeuren als die afgegraven wordt. Dit is bijna altijd nodig bij het verdiepen van vaargeulen. Ook worden we soms ingehuurd om de zeebodem te onderzoeken op plaatsen waar windmolens gebouwd worden.



HET IS DE BEDOELING DAT OP DEZE PLEK OOI T HUIZEN GEBOUWD WORDEN EN DAN MOET EERST VASTGESTELD WORDEN HOE SCHOON DEZE LOCATIE IS

De opdrachtgever voor dit project is ingenieursbureau Bioclear earth die weer in opdracht werkt van de gemeente Nijmegen. Het is de bedoeling dat op deze plek ooit huizen gebouwd worden en dan moet eerst vastgesteld worden hoe schoon deze locatie is. Ons werk beperkt zich niet alleen tot Nederland. Regelmatig ben ik ook in het buitenland te vinden. In Zweden hebben we bijvoorbeeld heel veel gedaan. Daar werken we indien nodig met zware apparatuur die vanuit Nederland met diepladers naar Zweden verplaatst wordt. We nemen er soms monsters van aardlagen op 84 meter diepte. Vaak moeten we dan door dikke granieten steenlagen heen. Hier in Lent werken we veel kleinschaliger. Momenteel neem ik watermonsters die met een klein slangenpompje omhoog gepompt worden. Het is precies hetzelfde pompje dat in ziekenhuizen gebruikt wordt bij patiënten die aan een hart-longmachine liggen en waarvan het pompje de functie van het hart overneemt.

TEKST: JK; BEELD: MARLOES MÜLLER





4

Ooit was Lent een bloeiend tuindersdorp. Daar is bijna niets meer van over. In deze serie bespreken we gebeurtenissen, teeltmethoden en -technieken die de Lentse tuinbouw een voorname plek in agrarisch Nederland gaven. Ook komen gewassen aan bod die in Lent zijn geteeld en die u wellicht inspireren om er zelf mee aan de slag te gaan.



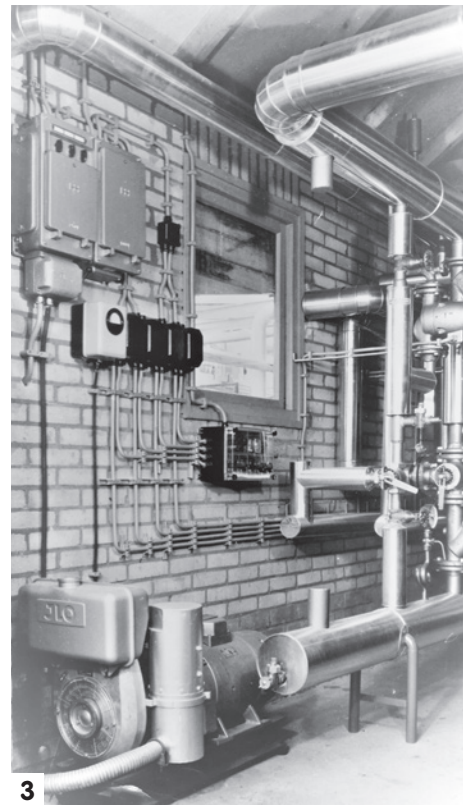
1

Foto 1:
Familie Rikken aan de Vossenpels 15 (1965), v.l.n.r.: zoons Sjaak en Henk, vader Jan en zoon Wim aan het sneeuwruimen

Foto 2:
Ijspegels aan de kas van de familie Rikken (1970)

Foto 3:
Ketelhuis anno jaren '90

Foto 4:
De bakkenplek van de gebroeders Berkien aan het Pelseland (2019)



3



2

Lent is toonaangevend geweest voor de agrarische sector in Nederland. Lent was in zijn hoogtijdagen belangrijk voor de ontwikkeling van producten en technieken die vandaag de dag nog steeds in de sector worden gebruikt. Ook was deze ontwikkeling belangrijk voor de mensen uit Lent zelf, Nijmegen en omgeving. Mensen hebben hier uit het niets welvaart voor zichzelf en anderen gecreëerd. Met recht dus een dorp met een rijke historie, een historie om trots op te zijn.

Ik schrijf dit artikel vanuit mijn warme huiskamer. Streng winters kennen we haast niet meer en zeker geen jaren achter elkaar. “Vroeger hadden we pas strenge winters!” horen we de ouderen onder ons zeggen. Metingen tonen aan dat de laatste eeuwen de temperaturen stijgen. Daarbij komt dat verwarming- en isolatietechnieken enorm zijn verbeterd. Hoe was dat vroeger op een tuinderij in Lent? Hoe beleefden de mensen de winter toen? Hoe kwamen ze de winter door? En waren de winters echt zo streng?

De winter van 1963

Oud Lentenaren herinneren zich nog wel de vele jaren dat er flinke hoeveelheden ijs door de Waal dreven. In 1929, 1947 en 1954 kon je over een dichtgevroren Waal naar Nijmegen lopen. Aan de keukentafel bij Henk Rikken in de Vossenpels vertelt zijn broer Sjaak over het kruisende ijs van 1956: “We mochten van ons vader niet naar de dijk. Het was veel te gevaarlijk.” Henk vult aan: “Herinner je nog de winter van 1963? Toen hadden we geluk. Wij hadden één verwarmingsbuis onder in de platte bakken. Er zat een bekisting om alle bakken. Op de ramen lag kaf (het omhulsel van graan dat overblijft na het dorsen). Het kaf hadden we afgedekt met twee matten voor isolatie. De primula’s en geraniums kwamen die winter onbevoren door.” Vroeger waren er veel platte bakken in Lent. Bakken waar van alles in werd geteeld. Om die platte bakken werden voor de winter bekistingen gemaakt. De ruimte tussen bak en bekisting was ongeveer vijf tot tien centimeter. Deze werd opgevuld met blad om de bakken te isoleren en de planten te beschermen tegen de kou. Dit blad werd met karren vanuit de bossen bij Berg en Dal naar Lent vervoerd. Sjaak: “Er viel in 1963 zoveel sneeuw dat we de sneeuw van de bakkenplek moesten wegkruien naar nabij gelegen sloten.” Het water dat door de buizen stroomde werd verwarmd door een kolenketel en vervolgens rondgepompt. Men moest dan een paar keer per nacht het bed uit om kolen bij te scheppen. Het isoleren van de bakken bracht altijd veel werk met zich mee. Met de komst van plastic werd dit een stuk makkelijker en efficiënter. Het grootste voordeel van plastic is dat het tocht en dus nadelige kou tegengaat. “’t houdt de trek uit de bak”, zoals de oude tuinders dat noemden.

Een extreme jaarwisseling

De jaarwisseling 1978-1979 was een hele gemene en zal menig oud tuinder zich nog wel herinneren. Velen hadden nog platte bakken maar er stonden ook al veel kassen in Lent. Tijdens de jaarwisseling was er sprake van een zogenaamde Polar Low. Dit is een relatief klein lagedruk gebied dat gepaard gaat met felle windstoten en enorme, vaak plaatselijke, sneeuwval. In dat oudejaarsetmaal daalde de temperatuur van 10 graden Celsius naar min 13. Daarbij stormde het flink waardoor de gevoelstemperatuur op min 20 graden Celsius lag. Sjaak vertelt: “Die winter was ongekend en staat in ons geheugen gegrift.” In de jaren 70, na een lange periode van stoken met kolen, is er een korte periode geweest dat er met olie werd gestookt. Al snel daarna ging men over op gas. Henk: “De prijs van een kuub gas was toen 4 guldencent, de prijs van olie 11 cent per liter. Dan schakel je al snel om.”

Monden voeden

Terwijl de mannen druk bezig waren met het door de winter brengen van de gewassen, waren de vrouwen druk met het voeden van de monden. Al in de zomer en herfst was het hard werken. Groenten als bonen, snijbonen, erwten, rode kool en fruitsoorten als morellen, peren, bessen en frambozen werden geweekt. Het gerookte vlees van het aan huis geslachte varken werd aan de balken gehangen. Aardappels en uien werden opgeslagen. Andijvie, snijbonen en natuurlijk de witte kool om zuurkool van te maken, werden in Keulse stenen potten op speciale wijze bereid en bewaard. In iedere Lentse moestuin stond tot ver in de winter prei, boerenkool en spruitkool. Noten werden verzameld en gedroogd. Af en toe werd er tijdens de winter een konijn of kip geslacht. Kleding werd hersteld, sokken en sjaals gebreid. Dit alles ter voorbereiding op de lange koude winter. Moeder zorgde tijdens de winter meestal voor de kachel in huis. Vaak werd er maar één ruimte verwarmd. Het was vochtig en het tochtte vaak in huis. Er was meestal geen dakisolatie en de bedden op zolder stonden soms letterlijk alleen maar onder een pannendak. Stelt u zich dat eens voor als u onder uw warme dekbed in uw heerlijk verwarmde huis ligt. Gelooft u nu onze ouderen als zij vertellen dat die winters van toen streng en lang waren?

De zorg bleef

De winter van 1996 was de laatste strenge winter die Nederland gekend heeft. Het was de winter van de laatste Elfstedentocht. “Hij was lang en koud” vertelt Henk. “Wij hadden het goed voor elkaar. Onze moderne kassen waren al voorzien van schermdoeken tegen de kou. Ook hadden we grote ketels die de kassen makkelijk konden verwarmen.” Sjaak onderbreekt: “Maar toch was er altijd die zorg. Die zorg die je als kind had meekregen. Toen we nog heel klein waren hoorde je vader en moeder natuurlijk praten. De zorgen om de winter door te komen waren enorm. Je verdiende bijna niets maar de kosten gingen wel door.” Tuinders in Lent hadden tot de jaren 60 vaak alleen maar platte bakken met soms één klein kasje. Tijdens de winter werden de planten uit de bak naar de kas verplaatst om daar in bloei te trekken. Op die manier hadden de tuinders nog wat inkomsten. Rond Allerheiligen (1 november) verdiende men de laatste centen. Het duurde dan vaak tot begin mei voordat er weer echt geld binnenkwam. Een periode van een half jaar was met zeer weinig inkomsten. Sjaak: “Ik herinner me nog een keer dat mijn vader tijdens een winter tegen mijn moeder zei dat hij hoopte de kolen te kunnen betalen. Ik heb toen in het voorjaar zelf, als kind, wat ageratum, salvia’s en ander tuin-goed gekweekt om vader en moeder te helpen. Die zorg en verantwoordelijkheid die ik als kind meekreeg heb ik altijd gehouden.” Met de komst van de moderne, goed geïsoleerde kassen kwamen ook de klimaatcomputers, de noodstroomvoorzieningen en warmte-opslag tanks. Technieken waardoor men in deze tijd in de winter gemakkelijker gewassen kan telen. Dat neemt niet weg dat er generaties lang met heel veel zorgen keihard gewerkt werd in de winter. Of zoals Sjaak het duidde: “De winters leken vaak meer op overleven dan leven.”



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

landwinkel®
De Woerdt

Altijd wat te beleven:
Fairs - Appelplukdagen
Klompenpad - Excursies



Woerdsestraat 4, Ressen - T: 0481-464027
E: info@dewoerdt.nl www.dewoerdt.nl



Monuta 

De steun bij iedere uitvaart.

Monuta Nijmegen

Telefoon: 024 - 322 22 86

(24 uur per dag, ook in het weekend)

www.monuta.nl/nijmegen




Van Anken
makelaardij
onroerend goed

29

Thuis in het Rijk van Nijmegen

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

Meer weten? Neem dan contact op met Onno Disveld of Juliëtte van Anken.



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

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 van 19.30 - 23.00 uur in De Open Hof in Lent. Wij zijn een kleine en laagdrempelige bridgeclub, waar het spelplezier voorop staat. Geef u op bij de clubsecretaris Hilde van Koolwijk, 024-3229649. Zie ook onze website: www.nbbclubsites.nl/club/15012/
Bridge les? Bel Pierre Coehorst 024-3232829.

Druk en tóch lekker, gezond en verantwoord eten? Zo'n twee keer per maand op dinsdagavond is er huiskamerrestaurant op woongemeenschap Eikpunt. Schuif gezellig aan (**ook alleen**) of neem je portie(s) mee! Kosten € 7,- / 9,50 Kind 50%. di 26 feb/5 mrt/19mrt/2 april
www.lovinglywholesome.nl/huiskamerrestaurant

Compassieweek "Je hart als leidraad": in het voorjaar 2019 in de Algarve in Portugal. info: zie website. Elke maandag, van 20.00-21.00 u "**Compassiemeditatie in de wijk**" in het stiltecentrum, bij woongemeenschap Het Eikpunt in Lent. Ine Albers info: www.mediterenisteleren.nl

Pure Mai Acupunctuur is gespecialiseerd in zwangerschapsklachten, IVF/UI-ondersteuning, infertiliteit, diverse pijnsklachten en stressreductie. Neem gerust contact op. www.puremai.nl

Meer ontspanning en balans in je leven? 6 mei 2019 start er weer een **Mindfulness training** in De Kleine Wiel in Lent. Kleine groep van max. 8 deelnemers. 8 bijeenkomsten op maandagavond, 1 oefendag op zondag 16 juni. Kosten € 375,- Info/aanmelden: Sandra Brinkman 0612589298, mcnijmegen@outlook.com, www.mcnijmegen.nl

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

Indisch Buffet op zaterdag 23 maart in **De Open Hof**. Zaal open vanaf 18:00 uur, buffet om 18:30 uur. De rijsttafel bestaat uit authentieke Indische gerechten. Kosten: € 19,95 p.p. Graag reserveren via tel. 024-3235421 of 06-23716161, e-mail: info@deopenhof-lent.nl, www.deopenhof-lent.nl.

BABY OP KOMST? 70% van ouders had beter voorbereid willen zijn op het ouderschap. Kom naar onze voorlichtingsavond over hoe je contact maakt met je baby, huilen en troosten en de weg vinden in het ouderschap. Thermion Lent. Zie: www.baby-proof.nl

8-weekse training mindfulness bij **De Geluksvogels** in Lent. Op adem komen en opmerken wat je nodig hebt! Voor: **Kinderen** vanaf 5 jaar, **Pubers, Ouders:** bewuste aandacht in de opvoeding. Meer informatie? www.degeluksvogels.nl, ellen@degeluksvogels.nl, 06-41090877

Zoek je hulp bij het verminderen van **fysieke** klachten? En ben je bereid zelf de regie te nemen? www.ankecoaching.nl Fysiotherapie maar dan anders. Ik help je om de **signalen** die je lichaam geeft te vertalen en je op weg te helpen naar **herstel**. mail@ankecoaching.nl

Ontspannen in je kracht en flow komen met Healing Tao: qigong, houdingsoefeningen en meditatie. Nieuwe lesreeksen met **open lessen** op **donderdag 4 april om 11.30 en om 19.30** bij Woongemeenschap Eikpunt, Duitslandstraat 4(A), Lent. Info en aanmelding: schockaertarie@gmail.com tel: 06-44166525

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.

Zeemanskoor "Schip Ahoy" in woonzorgcentrum St. Jozef. Wanneer: woensdag 6 maart om 19.30 uur. Waar: Lentse Schoolstraat 29, Lent. Kosten € 7,50 incl. koffie/thee en een drankje. Ook buurtbewoners zijn welkom.

Vindt u de Lentse Lucht mooi en zoekt u een ontwerper, dtp'er of vormgever voor uw drukwerk? Neem dan contact op via: rickreijntjes@gmail.com of 06-30688308.

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 - 17.00 uur
Zondag 12.00 - 17.00 uur

Jansen

EST. 1966
totaal wonen

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

jansentotaalwonen.nl  



Karstraat 95 Huissen



7 dagen per week open!



026-326 99 00



9.1/10 klantwaardering



OSTEOPATHIE

LENT

Frankrijkstraat 141
024 203 0216
osteopathie-lent.nl



Peter Raymakers

Loodgieter en installatiebedrijf

Complete badkamers
Loodgieterswerk
Centrale verwarming
Tegelwerk

e-mail: p.raijmakers@hetnet.nl
tel: 06-44784316
adres: Pavialaan 37
6663EC lent



Albert Heijn Bemmelland
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.ahbemmelland.nl
Buitengracht 2, 6681 JJ Bemmelland T: 0481-451100

Zand erover

Afgelopen weken is er veel te doen geweest rond de zandtransporten naar Stelt Zuid. Vele Lentenaren zijn teleurgesteld in de besluiten van de wethouders. De verkeerswerkgroep van de wijkraad heeft vanaf november met de project-ambtenaren over dit onderwerp contact gehad. Ook heeft Rob Stoof, lid van de verkeerswerkgroep, gebruik gemaakt van de inspraakronde tijdens de politieke avond van 6 februari. Op 15 februari heeft het hiervoor opgerichte actiecomité #ZandErover ook met de project-ambtenaren gesproken. De ambtelijke overleggen worden door allen als opbouwend ervaren, maar onze stadbestuurders stellen andere prioriteiten. Lentenaren die aan de route van de zandtransporten wonen, daar naar school gaan of winkelen voelen zich machteloos. Het is daarom nu aan de gemeenteraad om de Lentenaren te ondersteunen.

Acties van bewoners

Bewoners rond de Vrouwe Udasingel en Turennesingel vinden de argumenten van de wethouders niet acceptabel. Daarom heeft de SP, waarvan een raadslid in Lent woont, Lentenaren ondersteund met de handtekeningactie en werden op 7 en 19 februari informatieavonden georganiseerd, waar de verkeerswerkgroep van de wijkraad toelichting heeft gegeven over mogelijke alternatieven en de motivatie van het stadsbestuur om deze alternatieven naast zich neer te leggen. Het zit de bewoners en de verkeerswerkgroep bovendien dwars dat er nu al dagelijks zandtransporten rijden langs de drukke Vrouwe Udasingel en Turennesingel, waar sportvelden, een voorzieningencentrum, vier scholen, BSO's, een gezondheidscentrum en kinderdagverblijven zijn en boven het winkelcentrum ook ouderen en mindervaliden wonen.

Prioriteiten

In de gesprekken werd duidelijk dat de prioriteiten die het stadsbestuur stelt, niet overeenkomen met de wensen van Lentenaren. Voor deze (groene) wethouders is de doorstroming van het reguliere autoverkeer via Waalbrug en Mauritssingel prioriteit 1. Daarnaast zijn wegprofiel en menging van het verkeer belangrijke uitgangspunten. Ook voor de bewoners zijn menging van verkeer en het wegprofiel belangrijk, maar de interpretatie van deze uitgangspunten is anders. De gemeente spreekt over menging van verkeer als alle verkeersgroepen (fietsers en auto's) op hetzelfde wegdek rijden. De bewoners stellen dat menging van verkeer juist op 12 kruispunten op de route Vrouwe Udasingel/Turennesingel zal plaatsvinden. Daar zijn geen stoplichten en nodig

het wegprofiel uit om te hard te rijden. Meerdere kruispunten en rotondes zijn slecht te overzien en fietser komen van alle kanten. Ook mag de uitstoot van autogassen van het zandtransport in de woonwijk niet gebagatelliseerd worden. Meer dan 10 weken lang, iedere vijf minuten is teveel.

Alternatieven

De bewoners geven voorrang aan: veiligheid, luchtkwaliteit en leefbaarheid. De werkgroep heeft daarom meerdere alternatieven aangedragen waarvan de route over de Mauritssingel-Waalbrug-Turennesingel de voorkeur heeft en ook technisch mogelijk is. Deze route kan ingezet worden vlak voor of gelijktijdig met de afsluiting van twee banen op de Waalbrug. Deze gesloten banen kunnen worden doorgetrokken op de Mauritssingel en in combinatie met de busbaan dan dienen voor de zandtransporten die bij het stoplicht op de Waalbrug afslaan naar de Turennesingel. Het college van B&W heeft al laten weten vast te houden aan de al geplande route door de Vrouwe Udasingel, maar de Nijmeegse gemeenteraad kan hier een ander besluit over nemen. Op 19 februari zullen raadsleden door de bewoners in de Ster worden voorgelicht en op 13 maart zal waarschijnlijk tijdens de politieke avond het raadsdebat plaatsvinden en een petitie door bewoners worden aangeboden. Het is belangrijk dat zoveel mogelijk Lentenaren die petitie ondertekenen en naar het debat komen. De petitie rouleert online en is ook te vinden op de website van SP Nijmegen en op de website van de Lentse Lucht. Meer informatie via mfeddema@sp.nl en Wijkraad Lent.

TEKST: LSO; BEELD: MZ



**MHCB800, dé hockeyclub
voor de Waalsprong**

Kennismaken met hockey?

Kom **zaterdag 23 maart** naar onze open dag op sportpark Ressen:

- diverse open activiteiten
- kijk naar wedstrijden van onze jongste jeugd tot aan JA1 en MA1
- feestelijke afsluiting



Zie website voor programma & tijden

www.mhcbemmel800.nl
info@mhcbemmel800.nl



CLUBSPORT.NL



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

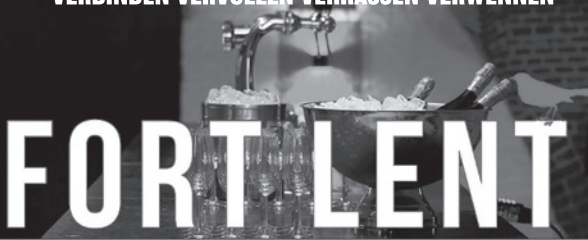
Mieke Stapelkamp

De combinatie van Oost en West

**Fysiotherapie
Oedeemtherapie
Bowen
Fascietechnieken**

Het Buske 79 Lent 024 3882882 www.miekestapelkamp.nl

VERBINDEN VERVULLEN VERRASSEN VERWENNEN



N 51.864418° E 5.880551°

EVENEMENTENLOCATIE | TROUWLOCATIE

Een eeuwenoud historisch verdedigingswerk dat de laatste twintig jaar getransformeerd werd van rustend cultureel erfgoed tot een van de meest unieke entertainment buildings van Europa: Fort Lent. Een plek om alles te vergeten en om nooit meer te vergeten.

FORT LENT
Bemmelsedijk 4
6663 KZ 024 3231746

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

**Schoenmakerij
Tweehuysen**



1933 – 2018

85 jaar

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

www.schoenmakerijtweehuysen.com

OPEN LUCHT

Tuinvogeltelling

Eind januari kon iedereen in Nederland weer meedoen aan de nationale tuinvogeltelling. Een half uurtje tellen vanuit je comfortabele kamer wordt steeds populairder. Dit jaar deden 77.316 mensen mee die samen 1.271.486 vogels telden. Wat waren de trends? De huismus werd het meest geteld. Toch werd de huismus in minder dan de helft van de tuinen waargenomen, maar omdat ze in groepen leven werden ze qua aantallen het meest gezien. In onze tuin was het ook de meest voorkomende vogel, ik telde er 18. De laatste decennia kwamen ze niet voor in onze tuin maar verrassend genoeg kwamen ze vorig jaar ineens terug. Het zijn cultuurvolgers en het liefst houden ze zich op in de buurt van menselijke behuizingen. Het geeft me een prettig gevoel, zo'n club kwetterende mussen.

De merel is weer wat aan het terugkomen, zo lijkt het. Vorig jaar duikelde hij uit de top drie waar hij sinds het begin van de vogeltelling had ingestaan. Dat kwam door het dodelijke usutu-virus. Bij deze telling werden in het zuiden minder merels geteld dan elders. De reden is dat het virus daar nog steeds rondwaart. De merel kwam dit jaar op de vijfde plek maar dat kan geflatteerd zijn. Vanwege de sneeuwval, net voor de telling, zijn veel merels

vanuit de bossen naar de bebouwing getrokken in de hoop een graantje mee te pikken van de voedertafels. Zelf telde ik er maar één. In totaal telde ik 42 vogels verdeeld over 14 soorten. Alle soorten uit de nationale top 10 nam ik ook waar in onze tuin. Landelijk stonden koolmees en vink op plaats twee en drie. In onze tuin op plaats drie en vier. Naast de vogels uit de top 10 nam ik ook een bosfazant waar in onze tuin. Hij probeerde krusbolletjes uit het gazon op te graven en op te eten. Het is duur vogelvoer want ieder jaar moet ik bolletjes bijplanten, wil ik in het voorjaar een bont bloementapijt overhouden. Eigenlijk is de bosfazant een exoot die vanuit China deze kant op gekomen is. Het was vroeger een gewaardeerd cadeau van hoge bezoekers uit China die Europese vorstenhuizen bezochten. Op een goed moment zijn ze ontsnapt uit de koninklijke volières en zo kwamen ze uiteindelijk ook in onze tuin terecht.

Nog zo'n exoot, die vooral in het westen van het land veelvuldig geteld is, is de halsbandparkiet. In steden als Den Haag, Rotterdam, Amsterdam en Haarlem stonden ze zelfs in de top 10. Er werden in Nederland 10.283 exemplaren waargenomen en daarmee kwam de halsbandparkiet op plaats



22 terecht, tussen de winterkoning en de wilde eend. Het eerste broedgeval in Nederland dateert uit 1968 en was in Den Haag. Ze hebben inmiddels de parken in de grote steden in het westen gekoloniseerd en rukken geleidelijk op naar het oosten. Vorig jaar zag ik ze al in een volkstuinencomplex in Utrecht. Ze vallen op door hun mooie uiterlijk en ongenueanceerde gekrijs. Het lijkt onvermijdelijk dat wij ze hier in de toekomst ook zullen zien. Het zou een ramp zijn voor de fruittelers want ze lusten heel graag een lekker stukje fruit, net als wij.

TEKST: JOHANNES;
ILLUSTRATIE: MVS (REFERENTIE: STEFANWIEBINGPHOTOGRAPHY)

GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT



www.deopstap-nijmegen.nl



FYSIOTHERAPIE LENT

Locatie Thermion

Thermionpark 6
6663 MM Lent

Locatie St. Jozef

Lentse Schoolstraat 25
6663 CP Lent

www.fysiotherapielent.nl

info@fysiotherapielent.nl

024 - 309 45 03

Terry Kamp

Sinds drie maanden heeft Lent er een nieuwe school bij, de Kung Fu school. De lessen worden gegeven in De Ster. Terry Kamp (31) is de oprichter en tevens de docent. Lentse Lucht sprak met hem.

Hoe kwam je in Lent terecht?

“Oorspronkelijk kom ik uit Twente maar de studie bracht me naar Nijmegen. Ik heb psychologie gestudeerd aan de Radboud Universiteit. Ik ben met judo begonnen vanwege wat pestproblematiek op de basisschool. Toen ik daar eens door zes jongens werd aangevallen heb ik er één te grazen genomen. De consequentie was wel dat ik na dit voorval mijn boterhammen alleen moest opeten in de middagpauze. Ik heb daaruit geleerd dat alleen geweld niet helpt omdat mensen alleen maar bang voor je worden, er is ook verbinding nodig. Vanuit deze achtergrond ben ik uitgekomen op de studie psychologie om zodoende het menselijk brein beter te doorgronden.”



Hoe kwam je uit op Kung Fu?

“Nadat ik naast judo allerlei vechtsporten had beoefend kwam ik uiteindelijk terecht bij Kung Fu. In het Chinees heet het Wing-Tczun, wat ‘Eeuwige Lente’ betekent. Zelf zeg ik altijd: WT. Het is een 2000 jaar oude vechtsport die in China ontstaan is. Een oude legende zegt dat de sport is uitgevonden door een vrouw die vervolgens alle mannen wist te verslaan. Een andere legende zegt dat er drie dynastieën lange tijd in oorlog verwickeld waren. Niemand kon winnen omdat er allerlei vechstijlen door elkaar gebruikt werden. Toen ontwikkelden een paar slimmeriken één stijl, de Wing-Tczun stijl, waarmee de oorlog gewonnen werd. Nog is het zo dat er allerlei vechtsporten naast elkaar bestaan. Een aantal, zoals judo en boksen, zijn vooral gericht op winnen. Andere vechtsporten, zoals Rots en Water en Aikido, zijn gebaseerd op feelgoodtrainingen. Het mooie van Kung Fu is dat het er precies tussen in zit, het gaat meer om samenwerking dan om competitie.”

*HET IS DE KUNST JE AGRESSIE,
TROTS EN EGO ACHTER JE TE LATEN*

Leg eens uit

“We trainen op een prettige manier zonder dat er schade aangericht wordt. Dat wil niet zeggen dat we niet hard trainen. Het is de kunst je agressie, trots en ego achter je te laten. Als je te hard gaat ten opzichte van je tegenstander is het zaak gas terug te nemen zodat er weer een evenwicht ontstaat. Je moet als het ware vrij zien te komen van je primaire motieven. Overigens is dit de filosofie van veel vechtsporten. Hier komen de vechtsport en de psychologie samen en dat maakt het voor mij zo interessant. Het is daarnaast wetenschappelijk bewezen dat sport een groot psychologisch effect heeft.”

Hoe werkt het in Lent?

“Momenteel heb ik twee klasjes, één voor kinderen en één voor volwassenen. De lessen zijn op dinsdagavond en zaterdagochtend. Als mensen meer informatie willen of de sfeer een keer willen proeven zijn ze van harte welkom. In plaats van toekijken laat ik ze meteen meedoen. Er is geen betere manier om te ervaren hoe het werkt. Het is een beetje vergelijkbaar met het uitleggen van de smaak van een banaan aan iemand. De beste manier om dit te ervaren is zelf proeven.”

Meer weten? Zie: www.kungfu-lent.com