

Lentse Lucht

Maandelijks uitgave
voor en door Lentenaren

MEI 2017
jaargang 20

5

**WHEN YOU EDUCATE
A MAN, YOU FEED HIS
FAMILY. WHEN YOU
EDUCATE A GIRL, YOU
EDUCATE A NATION.**

OORLOGSJAAR '44/'45
14-15

OVERWAAL
19

PETER BROUWER
25

Empowering Girls Gambia is een ontwikkelingsproject bedacht en opgezet door Sabrina Cuijten uit Lent. Sabrina beseft door haar werk met Nederlandse tienermoeders hoe belangrijk het is dat meiden kansen krijgen. Meisjes in ontwikkelingslanden hebben vaak weinig keuze door seksuele vooroordelen, lage status en een beperkt toekomstperspectief. Al zijn vrouwenbesnijdenissen en kind-huwelijken meestal wettelijk verboden, het gebeurt nog steeds. Daarom besloot Sabrina een stichting voor jonge meiden in Gambia op te richten met als doel hun zelfrespect en zelfstandigheid te versterken en zo een positief draagvlak te scheppen voor toekomstige generaties. Op 26 oktober 2016 was het dan zover!

Waarom koos je voor een empowermentproject in Gambia?

“In Gambia heerst armoede maar geen oorlog en van de vrouwen boven de 15 jaar kan slechts 42% lezen. Kinderen gaan er gemiddeld zeven jaar naar school en leren er Engels. Dat maakt de communicatie gemakkelijker. Naast een naai-project bieden we weerbaarheidstrainingen en lesmateriaal over seksuele gezondheid en zelfontplooiing en stimuleren we de verspreiding van deze kennis. Geschoolde meiden zijn immers zelfstandiger, profiteren van een betere gezinsplanning en krijgen kinderen die weer meer kansen hebben. De contacten met onze belangenbehartigers onderhouden we ter plekke, dat werkt positief.”

Is seksuele voorlichting niet een beladen item?

“Je moet goed weten welke (voor)oordelen over seksualiteit bestaan en welke rituelen er zijn. Er is wel wat kennis over aids, maar te weinig over de verspreiding en de gevolgen van andere soa's. Ook is er veel onwetendheid over het gebruik van voorbehoedsmiddelen. Met behulp van educatieklappers geven wij voorlichting. Inmiddels voelen de meiden zich veilig en durven ook vragen te stellen. Het is

prachtig te zien dat de kennis nu gedeeld wordt met anderen en dat steeds meer jonge vrouwen zich aanmelden. Wij hopen zo een draagvlak te creëren en ook scholen erbij te betrekken.”

VERGEET NIET ALS JE JEZELF VOORBIJLOOPT EVEN TE ZWAAIEN

Hoe zien de weerbaarheidstrainingen eruit?

“We werken met de Rots en Watermethode, waarbij spelenderwijs positieve vaardigheden worden geoefend. Hieraan beleven de meiden veel plezier; bovendien houdt het hun een spiegel voor. Door rollenspel komen vragen naar boven die meteen besproken worden. Zo leren ze hun grenzen aan te geven en zichzelf te beschermen.”

Hoe loopt het naaiproject?

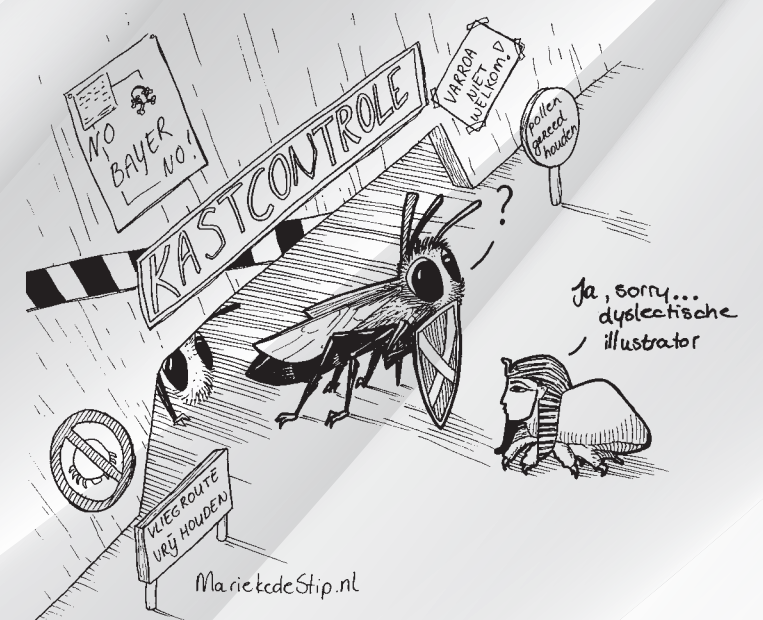
“Toen we ontdekten dat vrouwen niet de beschikking hadden over hygiënische verbandmiddelen en daarom niet naar school of werk gingen, ontstond het idee om het zelf te maken. Door sponsoring konden vijf naaimachines gekocht worden, waar per toerbeurt op genaaid wordt. Er wordt wasbaar maandverband gemaakt, want wegwerpverband geeft afval. Nu hebben 15 meisjes een leer-werkplaats en krijgen naailessen van een ervaren docent. We gaan ook maandverband verkopen en met de opbrengst nieuwe materialen en naaimachines aanschaffen.”

Kun je sponsors vinden?

“In Nederland brengen we de stichtingsdoelstellingen onder de aandacht en zoeken daarbij sponsors. We willen het wel kleinschalig houden en ontvangen nog geen structurele financiële hulp. Het is veel werk. Soms zegt mijn man: Vergeet niet als je jezelf voorbijloopt even te zwaaien!”
Meer informatie: <https://empoweringgirlsgambia.nl>

• TEKST LSO BEELD SABRINA CUIJTEN

Bij Lentse Lucht schrijven we graag over bloemetjes en bijtjes. Johannes bespreekt de poepgewoonten van zijn bijen en andere wetenswaardigheden. Ik ben blij dat zijn honingbijen de winter goed hebben doorstaan. Zo vanzelfsprekend is dat tegenwoordig immers niet. In 2015 beschreef een wetenschappelijk onderzoeksteam in het gerenommeerde tijdschrift Science welke factoren een rol spelen bij de massale bijensterfte van de laatste jaren. De exotische varroa-mijt zorgt voor het horrorelement. Deze spinachtige griezels liften mee op volwassen bijen, waarbij ze zich voeden met de lichaamssappen van de bij. Erger is nog dat deze mini-vampiers eitjes leggen in de broedcellen van de bijen, waarna de mijtjes voedingsstoffen onttrekken aan de bijen-larven. Producenten van bestrijdingsmiddelen, zoals Bayer, wijzen graag op het destructieve werk van de varroa-mijt. Helaas voor Bayer spelen volgens de onderzoekers bestrijdingsmiddelen zoals neonicotinoïden een grote rol in het verstoren van het afweersysteem van onze zoemende vrienden. En daar profiteert de varroa-mijt weer van. Tot slot wordt de schaalvergroting van de landbouw, waarbij geen plek meer is voor bloemenweides, genoemd als derde oorzaak van de bijensterfte. Moeten we deze zo vrolijk begonnen lente-editie dan afsluiten in mineur? Nee, een Lents lichtpuntje is Bloemrijk Nijmegen. Die organisatie wil aan de Waal een kleur-



rijk bloemperk maken waar u in de toekomst zelf uw zaden en stekken kunt halen. Zo krijgt iedere Lentenaar de mogelijkheid om van zijn eigen tuin een bijen- en vlinderparadijsje te maken. Is dat geen mooi voornemen voor de volgende lente?

• TEKST MB ILLUSTRATIE MVS



INFORMATIE & COLOFON

SLUITINGSDATUM KOPIJ: 11 MEI 2017

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.

Reacties en informatie:

024-3221095 / redactie@lentselucht.nl

Donaties:

banknummer: NL69 RABO 0127 9961 33

Lentse Lucht niet ontvangen?

024-3221076 / bezorging@lentselucht.nl

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

Webredactie: Rein Koning

Opmaak & vormgeving:

Rick Reijntjes
Fotoredactie: Marc Jeuken, Jeroen Naus, Lenny Rijken, Lieke Roodbol

Tekstcorrecties: Marijke Munnichs, Ineke Zaalmark

Illustraties: Hans Spaans, Marieke van Stippent

Drukkerij: van der Weerd

Oplage: 4.100 exemplaren



www.lentselucht.nl redactie@lentselucht.nl 024-3221095 @lentselucht facebook.com/lentselucht



Cherry blossom festival

Achter in de Cyclamenstraat de bloemenbuurt van Lent

steken puntige takken boven de daken uit bomen vol robijnrode bladeren

in de lente een hemelgordijn zwaar met roze kersenbloemen

ontroerd fiets ik er iedere keer weer onderdoor

in Japan is het een speciale dag wij hier hebben dat gewoon.

• TEKST ANNEKE TIJL BEELD LRO

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



mansan
natural health & beauty

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

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

Mansan | Vrouwe Udasingel 237 | 024 848 10 80 | info@mansan.nl

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



Den Hartog
TUINCREATIES

**Tuinontwerp, realisatiebegeleiding
en onderhoud**

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769



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

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

**BY
ILSE**
S C H O O N H E I D O P M A A T

Voor al uw gezichtsbehandelingen
ter ontspanning, huidverbetering
en verzorging.

BY ILSE kunt u ook terecht voor
manicure-, pedicurebehandelingen, CND
shellac en Marc Inbane Tanningspray.

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

Laauwikstraat 160

Al wandelend door Lent liet Simone haar oude studentenhuys boven kapsalon Double You aan Marcel zien. Bij toeval zagen ze dat één van de woningen in de oude school aan de Lentse Tuinstraat net te koop was gezet. Ze hebben er uiteindelijk 7 jaar gewoond. Hun dochters Lieve, Jasmijn en Merel zijn er geboren en zo ontstond er langzaam maar zeker meer behoefte aan ruimte.

Waarom juist deze plek?

“De locatie op de hoek van de Laauwikstraat en de Vossenpelsssestraat is ideaal; dicht bij het dorp, de natuur en de Waal. Omdat de kavel op de hoek van de straat ligt, is er rondom veel ruimte en uitzicht. Met het voornemen van de gemeente om de Vossenpelsssestraat verkeersluw te maken is de drukte van de weg even geen probleem.”

Hoe is het ontwerp tot stand gekomen?

“We wilden een open huis met één centrale ruimte voor de belangrijkste woonfuncties. Dit is door de architect vertaald in een flexibele plattegrond waar de kinderen rondom de vaste kern kunnen rennen. Door de schuifdeuren staan alle ruimtes met elkaar in verbinding of kunnen juist van elkaar gescheiden worden. Nu we er wonen blijkt dat ook goed te werken. Het ontwerp is modern maar oogt ook landelijk, mede door de toegepaste materialen. De houten schuur gaat over in de bovenbouw van de woning. Omdat dit deel van baksteen is, lijkt het te zweven boven de glazen onderbouw. Dit effect wordt nog meer versterkt door de glazen hoeken.”

Waar zijn jullie het meest blij mee?

“We zijn heel blij met de combinatie van de houten schuur en het metselwerk. Verder zijn er een heleboel mooie details. Het metselwerk bestaat bijvoorbeeld uit steenstrips die verticaal op de isolatie zijn verlijmd. Deze lopen door in de overkapping van de voorgevel. Dit was bij woningbouw nog niet eerder in Nederland gedaan. De klei van de steenstrips komt overigens iets verderop uit de Waal. Ook binnen is er veel aandacht voor details. Via de door de zus van Marcel ontworpen hangende trap kijk je door een glazen vloer dwars door het hele huis. Zo zijn er door het hele huis meerdere mooie doorkijkjes ontstaan.”

Hoe staat het met de duurzaamheid?

“De woning is natuurlijk goed geïsoleerd door onder andere het gebruik van driedubbel glas. Daarnaast maken we gebruik van warmtewisselaars, zonnepanelen en een zonneboiler. Het hemelwater wordt op eigen grond in de bodem geïnfiltreerd en kan worden opgepompt voor besproeiing van de tuin.”

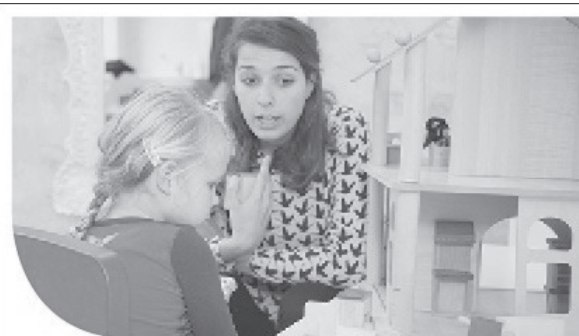
Hebben jullie nog tips voor aankomende zelfbouwers?

“We hadden relatief veel tijd om alles voor te bereiden. Hierdoor hebben we heel doordacht beslissingen kunnen nemen. De ruimtes hebben we tevoren met krijt op straat uitgezet om een goed beeld te krijgen. We zijn dan ook nooit in de situatie gekomen dat er halsoverkop keuzes gemaakt moesten worden. Wel raden we iedereen aan om zo snel mogelijk de tuin aan te leggen, gelukkig is dat in Lent geen probleem.”

• TEKST AB HANS BEELD LRO



**Volop competitie
op de banen.
Komt kijken naar
onze teams.**



- 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
Huissen
Lent
Didam
Oosterhout

ANNA EN GÉ

Elleke dag ien Lent een evenement

"Goh djèrn, hejje nou je neije flaneer-kleid al oan? Ik doch dajje die jurk wel neij zou houwe veur Moedersdag. En nou is ut neijs d'r al af."

"Anna, mien neije jurk hè'k nou oan en die doe ik veurlopig nie mer uut."

"Nie mer uut? En weurum dan nie?"

"Da za" k jou us ekkes uut de knup doen. Kiek, je mot overal goed op veurbereid sien ajje d'r nog bij wil heure. En da wil ik. En ik wil dan ok elleke dag knap veur de dag komme. Want ut is tegeswoordigs ien Lent zo, da d'r elleke dag wel un festival/wedstrijd/evenement is."

"Oh ja? En woar dan?"

"Natuurlik op ut evenemententerrein oan de Spiegelwoal. Kiek, ut kostte un poar miljoen euri, mar nou hebbe we wel wat. En Niemwège wil natuurlik ok un groantje doarvan meepikke. En doar

zurrugt die ouwe wethouwer Meer dan wer veur, want die is nou dikkedeur van 'Niemwège Summer City'."

"Oh ja? Nou, dan kumt alles goed. Want die kjèrl mot un echte veurtrekker sien. Da hè'k geheurd bij de neije Jantje L. En dan kan jij lekker elleke dag flaniere ien je neije opwoajende sommerjurk. Keileuk veur je. Mar nou goa'k fluks op huus oan um mien Theet hééél lief oan te kieke, want dan krieg ik misschien ok wel un neije jurk veur Moedersdag."

"Nou, dan mojje wel bar lief kunne kieke Anna, want jij bint tenslotte sien Moeder nie...."

Deze x gin verkloarende woordenliet, mar un evenementenopsomming, zodajje wit woar je noar toe kan goan as je eiges niks mèr kunt bedinke:

- Go Short Festival: Komt allen ien korte boks
- Pinkster Jezz Festival: Ajje nie van jezz houw, hoef je doar dus nie noar toe
- Wild Wijn Fest en Wild Eten: Doar kan je dus nie stil blieve zitte
- Drakenbotenrace: Wij doen nie mee met die flauwekul
- Triatlon: Hierveur mojje dus wel un neije racefiets, un neije (liefst gin gebreide) zwemboks of bikini, én neije hardloopsniekers oanschaffe
- RRRRRollend Niemwège: RRRRRollatorrace
- Down the Rabbit hole: Hou dan da hele weekend je kniene mar binne



DE HUISARTS

De aambeï

De kleine kwaal met de mooiste naam is de aambeï. Waar het woord vandaan komt weet niemand, maar waarschijnlijk is het verwant aan aardbei: de kleine rode vruchtjes die moeder natuur in het voorjaar massaal uit de vochtige grond duwt.

Aambeien – de verse althans – zien er ook uit als smaakvolle vruchtjes. Er ploepen dan rode bolletjes uit de anus van de eigenaar. Soms gaat dat vanzelf, maar vaker komt het doordat er eerst hard geperst is, bijvoorbeeld bij vaste ontlasting of het baren van een kind. Eigenlijk zijn deze anale

'beien' (bessen) uitstulpingen van de bloedvaten (aders) uit het laatste stukje van de darm. Dat is niet heel gek. De mens loopt immers verticaal en daardoor komt er behoorlijk wat druk op de anus én op de bloedvaten. Hadden we tijdens de evolutie maar gewoon op vier poten moeten blijven lopen net als de andere diersoorten, aldus Midas Dekkers.

Met het uiterlijk van de aambeï houdt de vergelijking met de vrucht wel op. De huisartsen van Thermion raden dan ook dringend af om er uw tanden in te zetten. Dat is niet alleen erg onaangenaam voor de eigenaar, maar waarschijnlijk ook niet lekker. De aambeï bevat dan ook geen vruchtvlees maar bloed! Het is immers een opgezette ader. Voor het overige geven aambeien meestal niet veel last. Mensen die er wél hinder van krijgen klagen over jeuk of een branderig gevoel. Ook kan het soms wat bloedverlies geven: helderrood bloed wat óp de ontlasting zit en/of op het wc-papier. In ergere gevallen is het bloedverlies zo fors dat er bloedarmoede ontstaat en de patiënt moe en slap wordt. Ook kan er soms een bloedstolsel in de aambeï komen wat (erg) veel pijn geeft. Neem in die gevallen contact op met uw huisarts. Andere gevallen kunt u gerust zelf behandelen door te zorgen dat u niet hoeft te persen bij het poepen. Dat doet u door voldoende rust en tijd te nemen bij de toiletgang. Maar ook is genoeg water drinken, veel vezels eten, en voldoende bewegen belangrijk. Bij last van jeuk of branderigheid zijn er bij de apotheek goede jeuk- en pijnstillende crèmes te krijgen. Meer goede informatie vindt u op de website www.thuisarts.nl. Heeft u teveel last, duurt het allemaal erg lang, of lijkt niks te helpen ga dan niet naar de fruithandel maar raadpleeg uw huisarts.



• TEKST FLORIS VAN DE LAAR ILLUSTRATIE HS



Bij Care Line kunt u terecht voor:

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

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

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



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



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. C.T.G. van Schie

mr. F.G.W.M. Huijbers

mr. S.T.W. Verhaagh

mr. D.W. Beemers

mr. S. van Oers

mr. H. M. Schurink - Smit

mr. B. Klomp - de Wijk

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



instituut voor rationele therapie

Praktijk voor
psychologische zorg
en psychotherapie

Cognitieve Gedragstherapie
Rationele Therapie (RET)
EFT Relatietherapie
Mindfulness
EMDR

Psychologische hulp nodig?

Onze praktijk bevindt zich net over de
Waalbrug aan de St. Canisiussingel 24 in
Nijmegen. Zowel volwassenen, jongeren
als kinderen kunnen bij ons terecht.

U kunt zich online aanmelden op de
website of telefonisch via de secretaresse.

Meer informatie?
tel. 024 - 32 32 4 36
www.rationeletherapie.nl



Wienen
accountants en adviseurs

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



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

HISTORIE

Een kleine geschiedenis van Huize Doornik

De veepest

Vlak achter de Waaldijk ligt de monumentale boerderij Doornik. Ooit stond hier een gelijknamige burcht. Lentse Lucht duikt in de woelige geschiedenis van kasteel Doornik. Een verhaal dat leest als een spannend boek. Vandaag deel 9: de veepest

“De gesel van de pestilentie onder het vee zweept al enkele jaren over ons land” (...) “De weidegronden bloeien jaar op jaar, maar er heerst stilte als op de dodenakker”, zo schrijft Adriaan van Buuren in februari 1751 in zijn dagboek. De veepest teistert in de achttiende eeuw drie keer Europa. De Betuwe wordt getroffen in 1713, 1744 en 1768. Eenmaal binnengedrongen houdt de runderziekte jarenlang huis. Zo duurt de veepest van 1768 maar liefst tot 1786.

Virusziekte

Van alle rampen die de Betuwse boeren treffen in de achttiende eeuw (watersnood, besmettelijke ziekten, mislukte oogsten door slecht weer en muizenplagen) is de veepest één van de meest ingrijpende. De veepest, ofwel pestis bovina, is een virusziekte die oorspronkelijk uit Azië stamt en wordt verspreid door rechtstreeks contact van gezonde dieren met besmette runderen. Ook het vlees, de melk, mest en verse huiden zijn besmettelijk. De pestis bovina breekt vier tot zeven dagen na de besmetting uit en eindigt meestal binnen tien dagen met de dood. Het besmette vee heeft hoge koorts, etterachtige ontstekingen en bloederige afscheidingen. Over de oorzaken voor het opslaan van de veepest zijn verschillende theorieën. Waarschijnlijk is de intensivering van de veeteelt, die dan al een tijdje aan de gang is, een belangrijke oorzaak: jong geslacht vee, ongelukkige fokpraktijken, slechte hygiëne, ondervoeding of verkeerde bijvoeding en ernstige overbevolking van runderen ten opzichte van de beschikbare weidegronden. De ziekte wordt snel verspreid door de internationale veehandel en oorlogvoerende legers die vee meevoeren.



afbeelding veesterfte uit 1745

Gevolgen

De sterftecijfers zijn schrikbarend. Vooral tijdens het eerste jaar kan het dodental oplopen tot zeventig procent van de totale veestapel, soms zelf hoger. Zo sterven in Friesland in 1744 maar liefst 135.000 stuks vee. In Holland leggen tussen april 1769 en maart 1770 ruim 160.000 koeien het loodje. Wat betreft de Betuwe beschikt uw redacteur niet over precieze cijfers, maar ook hier zullen de gevolgen desastreus zijn geweest. Wat betekent de veepest voor de bevolking? Voor een flink deel van de bevolking wordt vlees onbetaalbaar. Een groot aantal boeren vervalt tot armoede en wordt gedwongen de ‘spa te steken’, wat betekent dat de boer de spa in de grond steekt als teken dat hij het land aan het lot overlaat. Veel dijkvakken worden niet meer door de verarmde boeren bijgehouden wat de kans op overstromingen vergroot.

Biddagen

En hoe reageert de overheid? Door bede- en boetdagen uit te schrijven ‘om te bidden om de ophouding van alle de onheylen, waaronder Wij nog zugten, inzonderheit de Sterfte onder het Rundvee.’ Behalve het afsmecken

van hulp van boven nemen plaatselijke overheden ook praktische maatregelen zoals het verbieden van veetransport en het houden van veemarkten. Al in 1714 komen de Italiaanse geleerde Lancisi en de Engelsman Bates met het voorstel om besmette veestapels rigoureus te slachten en boeren financieel te compenseren. Rond 1770 ontwikkelt de Groningse boer Geert Reinders het eerste vaccin tegen de veepest. Toch duurt het nog lang voordat deze remedies worden toegepast in Nederland. De Nederlandse overheid is zwak en gedecentraliseerd en geeft wel de raad om het besmette vee te slachten, maar weigert financiële compensatie te bieden. Pas als de centrale overheid gedurende de negentiende eeuw sterker wordt kunnen er krachtige maatregelen worden genomen en boeren schadeloos worden gesteld. De veepest behoort daardoor tot het verleden, maar recente uitbraken van BSE, MKZ en Q-koorts leren dat het gevaar voor een epidemie nog altijd op de loer ligt.

• TEKST MB

GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT



www.deopstap-nijmegen.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)



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

My-LifeSlim
Verantwoord 1 tot 2 kilo per week afvallen!
50% korting op intakegesprek!

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

Samen sterk voor een gezondere levensstijl!

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

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

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

Lijnen zonder lijden is de sleutel naar langdurig succes.

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

www.mylifeslim.com

RoostHermesen
Logopediepraktijk

Specialisten in taal en communicatie!

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

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

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

Kapper de Krul

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

Maandag gesloten
Dinsdag 8.30 t/m 18.00 uur
Woensdag 8.30 t/m 18.00 uur
Donderdag 9.00 t/m 20.00 uur
Vrijdag 8.30 t/m 18.00 uur
Zaterdag 8.30 t/m 15.00 uur

Minigraver

Het Zand

www.minigraverhetzand.nl

Flexibiliteit in graaf- en tuinwerkzaamheden

zoals:

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

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

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

06-14 78 69 75 info@minigraverhetzand.nl

Kom sporten bij Laco sportcentrum Bommel!

FITNESS

KNUFFELZWEMMEN

ZWEM-ABC

RECREATIEF

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

LENTS ALLERLEI

Aanmelding voor Lentse Oeverspelen

De Oeverspelen zijn 3 september. Wil je jouw creaties op deze Kunst- en Creamarkt tentoonstellen of als podiumbeest de Oeverspelen en Veur Lent opvrolijken met muziek, dans of theater, meld je dan nu aan. Informatie: www.oeverspelen.nl

Vitaal Lent: Leefstijlcheck

De leefstijlcheckvragenlijsten over voeding en bewegen zijn af. De vragenlijst over welzijnsbeleving wordt op dit moment nog ontworpen. Studenten zullen nu verder onderzoeken of de vragenlijsten aansluiten bij de wensen en ideeën van Lentenaren en u mogelijk daarvoor benaderen.

Vrijwillige klussers gevraagd

Seniorennetwerk Swon zoekt vrijwilligers voor ouderen en mensen met een beperking die in teamverband eenvoudige klussen in-en-om-het-huis kunnen uitvoeren. Wilt u meehelpen en bent u handig, sociaal vaardig en heeft u een auto, rijbewijs en een verklaring van goed gedrag, dan biedt Swon u begeleiding en bijscholing. Onkosten worden vergoed en tijdens het werk bent u voor wettelijke aansprakelijkheid en ongevallen verzekerd. Geïnteresseerd? Stuur een brief of mail met motivatie en CV naar, Swon Seniorennetwerk, t.a.v. Susan Dijkstra De Ruyterstraat 246, 6512GG Nijmegen. E: klusservice@swon.nl

Reumafonds haalt in Lent €1800 op

Het Reumafonds dankt Lentenaren voor hun bijdrage aan de collecteweek. Naast het financieren van wetenschappelijk onderzoek geeft het Reumafonds voorlichting en ondersteunt de belangen van patiënten bij politiek en zorg. Wilt u alsnog een bijdrage leveren kijk dan op www.reumafonds.nl

Lentse Zonnebloemmarkt en lotenverkoop

Zondag 7 mei van 10.00-16.00 uur zal op de Steltsestraat 18 de jaarlijkse Zonnebloemmarkt worden gehouden en kunt u in ons Zonnebloemcafé een kopje koffie met gebak gebruiken. Ook zullen de komende maanden deur-aan-deur loten worden verkocht. De opbrengst van beide activiteiten besteden wij aan onze gasten van Zonnebloem Lent.

Welzijnzoekportal:

www.wegwijzer024.nl

Swon lanceert samen met de Nijmeegse Sociaal Wijkteams en Stips het portal Wegwijzer024.nl. Op deze website staat het aanbod op het gebied van welzijn, wonen en zorg van zo'n duizend verschillende organisaties, diensten of activiteit in het Nijmeegse sociale domein; van praktische hulp tot belangenbehartiging bij zorg, wonen, werk en inkomen. Je kunt filteren op wijk en onderwerp, zoals maatjesprojecten, schuldhulpverlening, ontmoetingsactiviteiten of woonvormen. Het portal voorziet in de behoefte aan wijkgerichte en themagerichte informatie voor zowel bewoners, professionals als vrijwilligers. Via een button kunnen nieuwe activiteiten of wijziging eenvoudig worden doorgeven. Vind je niet wat je zoekt, dan kun je binnenlopen bij de Stip of bellen naar de Informatie- en Advieslijn, tel. 088-0011300.

Open Dag Scouting Lent

Op 20 mei heeft Scouting Lent een open dag van 12.00-15.00 uur in de Scout blokhuut, Paralelleweg 28. Scouting kent drie speltakken: welpen (7-10 jaar), scouts, (10-14 jaar) en rowans (vanaf 15 jaar). Binnen die speltakken worden allerlei activiteiten ondernomen. Samen spelen, acceptatie en sportiviteit zijn daarbij belangrijk. Je maakt kennis met natuur, milieu en veiligheid, leert informatie overdragen, met seincodes werken via geluid of licht en omgaan met sporen, kompas en windrichtingen. De groepsavonden zijn op donderdag- en vrijdagavonden. Dan wordt er gekookt op houtvuur, maken we een kampvuur, gaan op speurtocht, pionieren met bouwwerken en touw of trekken erop uit met de tent. Het kaderteam bestaat uit vrijwilligers. Wil je meedoen als welp, scout of rowan of deel uitmaken van het kaderteam, neem dan contact op. H.H.F. Rikken, tel. 024-3239684

Meedoen aan de Lentse Pinksterrally?

Maandag 5 juni gaat de eerste lustrumeditie van de Lentse Pinksterrally van start, een ultieme toertocht van klassieke auto's. Voor meer informatie bel naar 024-3603137 (na 18.00 uur) of mail naar lentsepinksterrally@gmail.com.

Meld die held!

Op maandag 20 november reikt de burgemeester de Nijmeegse Kinderlintjes uit. Ken jij een kind dat op de basisschool zit en een beloning verdient omdat het iets bijzonders heeft gedaan? Kijk vóór 27 oktober op www.nijmegen.nl/kinderlintjes hoe je jouw held kunt aanmelden.

Gratis familiefoto

Het fotoproject van Paul Breuker is gestart. Boek en foto-expositie worden in september gepresenteerd. Wil je meedoen? Geef je dan op voor een gratis familiefoto via www.paulbreuker.nl

Opbrengst kinderkleding- en speelgoedbeurs naar goede doelen

De opbrengst van de lentekleding- en speelgoedbeurs is overgemaakt naar initiatieven in Lent die gericht zijn op kinderen en jongeren. Dierenpark De Kleine Kern en Jongerencentrum Lent hebben ieder € 250,00 ontvangen en Speeltheek WonderLent € 100,00. De volgende beurs is 30 september.

Fietscongres Velo-city

Velo-city, het internationale congres met expositie op fietsgebied, komt 13-16 juni naar Nijmegen-Arnhem. Voor de organisatie zijn vrijwilligers nodig. Informatie via website: www.velo-city2017.com/nl

LENTmark1 gaat open

Het terrein rond LENTmark1 bij het Notenlaantje is opgeschoond en de toren staat in al zijn schoonheid te wachten op gasten. Momenteel wordt van het terras een gezellige ontmoetingsplek voor buurtgenoten en passanten gemaakt. Op 19 mei is om 16.00 uur de opening van de kiosk en kunt u genieten van koffie, ijs en lekkers. Volg de ontwikkelingen op facebook: LENTmark-Kiosk.



maak positief verschil



Fenno Meijer Coaching & Therapie
Individuele coaching en therapie

Bel voor een afspraak of mail
T 06 - 336 761 65
fenno@maakpositiefverschil.nl
gespreksruimte in Lent

► www.maakpositiefverschil.nl

*Bewust worden van wie je bent,
op weg naar wie je wil zijn*

GEWOON LEVEN NU



Wil je af van?

Moeheid, chronische pijn, eetbuien,
overgewicht, roken of angst.

Weet je even je weg niet meer?

Na verlies van baan, een dierbaar
persoon of na een echtscheiding.



In Nijmegen-Noord.

Vergoeding mogelijk.

info@gewoonlevennu.nl
024-6635806

TELEFOONNUMMERS

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

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

Scholen en Kinderopvang
Basisschool De Geldershof 3233510
BSO De Geldershof 3233633
KDV De Geldershof 3296360
Peuterspeelzaal De Geldershof 3233633
Stichting Liz 06-39865179
KDV De Groene Wereld 3225725
Basisschool Het Talent 3604332
BSO Goudwinde 3489984
BSO Op Stelten 06-23023857
KDV Goudwinde 3489999
Peuterspeelzaal De Goudwinde 3489980
Basisschool De Verwondering 06-57599674
BSO De Verwondering 06-51729321
KDV De Verwondering 06-83242407
Het Citadel College 3297740

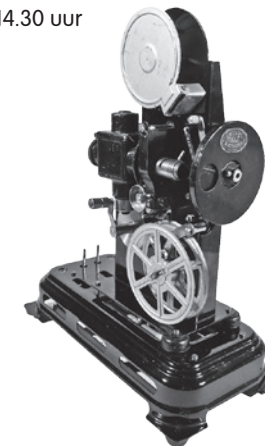
Cultuur, recreatie en sport
De Ster 3578712
De Open Hof 3235421
Toneelvereniging Nieuw Leven 3234345
Scouting 3239684
Harmonie St. Theresia 3229560
Koor Young at Heart 3225399
C.V. 't Durstige Bluumke 0481-453335
Historische Tuinderij 3232418
De Dorpschuur 3244531
Spaarkas Lent 3223115
Sportzaal de Spil 06-54700536
DVOL Voetbal 0481-462338
Tennisclub LLTV 3578092
Tennisvereniging Lentseveld 06-55193760
Damclub DC Lent 3600137
Sportclub DVOL 3240930
Judo DVOL 3235367
Badmintonver. 't Pluumke 3239684
Volleybalver. DVOL 06-42083393
Comby 55+ 3232196
Bridge Club Lent 3229649
Bridgeclub Waalsprong 3295335
Sjoelclub/Jeu-de-boules 06-12700996

Diversen
Dierenkliniek Lent 3606422
Dierenambulance 3550222
Informatiecentrum Open Huis 3292408
Bel & Herstellijen 14024
Milieutoezicht 3299511
Dienst Afvalstoffen & Reiniging 3716000
Dienst Sociale Zaken 3299222
Tandem Regio Noord 3650170
Wat heet oud 3236235
EHBO 0481-463449
Zonnestroem 3606455
Damesgilde 3227981
Wijkraad Lent 06-14833078
Wijkagent 0900-8844
Wijkbeheerder Carline Westen 06-52751720

MAANDAGENDA

Maandag 15 mei

College filmgeschiedenis
Locatie: 'Het Plein' St. Jozef,
Lentse Schoolstraat 29.
Aanvang: 14.30 uur



Donderdag 4 mei

Nationale Dodenherdenking
Locatie: monument Laauwikstraat
bij Geldershofschool
Aanvang: 19.50 uur

Zaterdag 6 mei

Lentemarkt 15e editie
Locatie: Warmoes Historische Tuinderij
Lent, Griftdijk Noord 11
Van: 10.30 tot 16.00 uur

Zondag 7 mei

Lentse Zonnestroemmarkt
Locatie: Steltsestraat 18, Lent
Van: 10.00 tot 16.00 uur

Zondag 7 mei

Open huis roeivereniging
Locatie: Oosterhoutsedijk Lent
v/h dakdekkersbedrijf Wijers
Van: 11.00 tot 15.00 uur



BEELD BART KOUWENBERG

Zondag 7 mei

**Rondleiding Ecologische
woongemeenschap Iewan**
Locatie: De Kleine Wiel,
Karl Marxstraat 101, Lent
Start: 14.30 uur

Donderdag 11 mei

wijkraadvergadering
Locatie: De Ster, Queenstraat 37b
Aanvang: 20.00 uur

dinsdag 16 mei

Damesgilde brengt bezoek aan
Den Haag en Scheveningen
Locatie: vanaf Het Witte Huis
Vertrektijd: 8.00 uur

Vrijdag 19 mei

Opening LENTmark kiosk
Locatie: Notenlaantje/Lentse Plas
Opening: 16.00 uur

Zaterdag 20 mei

Open dag Scouting Lent
Locatie: Paralelleweg 28, Lent
Van: 12.00 tot 15.00 uur

Zaterdag 27 mei - zondag 28 mei

Expositie schilderijen 'vogels en portretten'
Margriet Mönks & Koen Roordink
Locatie: Dorpschuur,
Oosterhoutsedijk 29, Lent
Van: 12.00 tot 17.00 uur

DE ACTUELE AGENDA: WWW.LENTSELUCHT.NL

JEUGDTANDARTS WAALSPRONG

- 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

COME
AND FLY
WITH
US!



Oorlogsjaar '44/'45 in Lent



Familie de Haan v.l.n.r.:
Ans, nicht Jet, vader
Piet, Wim, moeder
Dominica en Til (1942).



Win de Haan, zoekend
in het familiearchief

Als je nu op je fiets een rondje door lommerrijk en uitdijend Lent maakt, de lentezon op de wangen, bloesem in de bomen en vrolijke kinderstemmen boven de speelvelden, is het maar moeilijk voor te stellen hoe het hier in de oorlog geweest moet zijn. Lent was destijds nog een stuk kleiner en bestond vooral uit tuinderijen. Dorpsbewoners zagen in september 1944 van zeer nabij Duitse en geallieerde soldaten strijden in operatie Market Garden. Op meerdere adressen in Lent zaten Engelse, Belgische, Canadese en Amerikaanse soldaten ingekwartierd. Kassen en boerderijen raakten in het tere tuindersdorp zwaar beschadigd door bommen en granaten. Oogsten gingen reddeloos verloren. Thermion, destijds lampenfabriek van Philips, werd gebombardeerd en brandde af. Twee SS-ers namen verderop in de spoortunnel een groep schuilende dorpsgenoten onder vuur. Eind '44 moesten vrouwen, kinderen en ouderen evacueren; alleen de mannelijke helft van de bevolking bleef in Lent achter om voor de voedselvoorziening te zorgen.

Tuinder Piet de Haan schreef in de oorlog, net als veel anderen, brieven aan familieleden. En onderhield in die laatste gescheiden maanden vanuit Lent een innige correspondentie met zijn vrouw Dominica en hun kinderen Wim, Zusje en Tilleke (toen 11, 10 en 8 jaar), die bij familie in Hees verbleven. Zoon Wim heeft later alle brieven op chronologische volgorde gedocumenteerd en zijn eigen herinneringen eraan toegevoegd. Enkele fragmenten geven ons al een uniek inkijkje in het leven van een gewoon Lents gezin in oorlogstijd.

6 december 1944 (Piet aan zus Mansueta)

“Voordat de moffen de Betuwe onder water zetten, waren er (in sept '44) geregeld luchtgevechten en granaatvuur. Vier dagen en nachten hebben wij met onze burens in een eigen-gemaakte schuilkelder gezeten en de rest van de tijd hebben we geregeld in de spoortunnel gezeten op stroo met onze eigen dekens. We zaten er met ongeveer 170-200 mensen. De tunnel was ongeveer 42 m. lang, 2 m. breed en 2,5 m. hoog. Toen we er dertien dagen hadden doorgebracht, heeft een Engelse ambulancewagen Dominica en de kinderen naar Hees gebracht.”

30 september 1944 (zoon Wim schrijft dit later vanuit zijn herinnering)

“We zijn achterin gestapt. Vader is in Lent gebleven en wij zijn vertrokken. Door een luikje tussen de cabine en de achterraimte kon ik op de weg kijken. Van de rit kan ik me twee momenten goed herinneren. Dat was als eerste het troosteloze huis van Van der Werf, zonder ruiten en met flarden van vitrage en gordijnen. Het tweede moment was het passeren van de brug. Toen begonnen granaten op en om de brug te vallen, o.a. op het wegdek een honderdtal meters voor ons. De chauffeur bleef gewoon doorrijden, waarschijnlijk omdat er geen mogelijkheid voor dekking was en je dan maar beter zo snel mogelijk weg kon zijn. Ik herinner mij ook het angstige gezicht van moeder.”

30 maart 1945 (Piet aan Dominica)

“Voorlopig komen jullie nog niet in Lent, al is de oorlog morgen afgelopen. De burgemeester van Elst zegt dat de eerste vier maanden geen vrouwen en kinderen in de Betuwe mogen komen want er liggen hier veel blindgangers en ander oorlogstuig.”

3 april 1945 (Piet aan Dominica)

“Ik heb met dat mooie weer goed op kunnen schieten. Veertien dagen heb ik glas geraapt. Nu heb ik al een kas gespit. De draden in de druivenkas opnieuw gespannen, zoo goed en zoo kwaad dat ging, de perziken en druiven gesnoeid.”

5 april 1945 (Dominica aan schoonzus Tilly)

“Sinds zondag mag niemand meer over de brug. Zoo zit Piet dus op het manneneiland, zoo wordt Lent genoemd, opgesloten. Bij de Zusters gaat hij eten en bij Plaisier gaat hij slapen. Ons huis in Lent ziet er verschrikkelijk uit. Als er geen soldaten zijn gaat hij rond snuffelen. Je kunt je er geen denkbeeld van vormen. Als Piet het zelf niet schreef kon ik het niet geloven. De tafel uit de voorkamer staat met de pooten eraf buiten, gordijnen helemaal stuk, lampen kapot, het zeil (vloerbedekking) hebben ze voor de verduistering gebruikt. Maar het vuilste is dat ze zoo maar in huis hun behoefte doen. Hoe vind je dat Til? Op het ogenblik liggen er in de voorkamer geweren, revolvers, munitie en midden in de voorkamer een groote hoop steenkolen. Verder nog stukken uit het plafond, behang helemaal stuk en geen een ruitje erin dat helemaal in orde is. Ik kan niet begrijpen hoe dat weer goed moet komen.”

15 april 1945 (Dominica aan Piet)

“Heb je mijn laatste twee brieven ontvangen? Wat is het toch ongezellig nu ik helemaal niets meer hoor. Kun je een soldaat vinden die een berichtje brengt? Hoe lang zal het nog duren eer de brug weer open gaat. Dr. Huygen (huisarts in Lent sinds 1943) schijnt er wel over te mogen. Wat doe je toch met de vuile wasch? Ik zit er toch zo over in. Zeg Piet ik hoop dat je niet kwaad wordt wat ik je ga vertellen. Ik heb het kleine hondje verkocht en wel voor 100 gulden. Die man vond het direct goed. Hij had graag een jong hondje.”

25 april 1945 (Piet aan Dominica en kinderen)

“Even de briefjes van de kinderen beantwoorden. Je vraagt Wim of ik de Engelschen in Lent aardig vind. Dat gaat best, maar ik vind de Belgen beter. Jammer dat deze laatsten zoo vloeken. De luitenant noemt dat een Vlaamsch Vluukske. Dus jij hebt wel schik Wim dat ik de step gestuurd heb, maar wees toch voorzichtig!! Jij vraagt Wim of ik 't in Lent fijn vind. Ik kan me er best in schikken maar fijn is anders. Als wij weer bij elkaar zijn dan zal ik het wel fijn vinden.”

29 april 1945 (Dominica aan Piet, laatste briefwisseling)

“Zeg Piet, wat gaat het goed met de oorlog he. Ik hoop dat we nu gauw vrede hebben, dan zitten we misschien weer gauw in ons huis in Lent.”

• TEKST MARLOES MÜLLER (MET DANK AAN FAMILIE DE HAAN VOOR HET BESCHIKBAAR STELLEN VAN DE BRIEVEN) • BEELD JK & FAMILIEARCHIEF DE HAAN



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



LUNCH BORREL DINER

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

LENTGENOTEN

De lente is gearriveerd en je ziet dat de tuinen zich in volle pracht ontplooiën. En ieder jaar opnieuw zet het je zelf aan om te vernieuwen en gebruik te maken van ervaringen van het jaar ervoor.

In de vorige column vroeg ik aandacht voor de continuïteit van onze wijkraad. En ja, we zijn erin geslaagd om ons bestuur uit te breiden met nieuwe en jonge Lentenaren. Dit is een goed moment om ook over de richting van onze wijkraad na te denken. In onze statuten staan onder andere de volgende doelen:

- Het instandhouden en bevorderen van het leefklimaat;
- Het hiervoor onderhouden van contacten met de gemeente en andere overheidsorganisaties;
- Het informeren van de burgers etcetera.

Natuurlijk kun je deze doelen ruim zien en dan neem je als wijkraad alles op de schop wat zich voor doet, maar we raken er steeds meer van overtuigd dat we er niet zijn om een rol te spelen in alle onvrede van burgers. We willen geen gemeentebondsman of klachtenbureau worden. Toch betekent dit niet dat we geen rol willen vervullen in het meedenkproces wanneer de gemeente nieuwe plannen wil toetsen aan de samenleving.

Op basis van partnership en invulling gevend aan de nieuwe burgerparticipatiewetgeving willen wij onszelf de rol toedichten van meedenken en -doen in de gemeentelijke beleidsontwikkeling. Daarom zullen we vanaf 11 mei een andere agenda hanteren voor onze openbare vergaderingen. Het eerste uur zullen de lopende zaken met de gemeente en andere instanties behandeld worden op grond van actie- en schouwlijsten. Voor het tweede deel (start 21.00 uur) plaatsen we op de agenda een thema of zeer actueel onderwerp en nodigen we sprekers/deskundigen uit hieraan mee te werken. Vervolgens gaan we met elkaar in dialoog.

Het thema dat we kiezen voor de komende vergadering is **de nieuwe Omgevingswetgeving**.

We zullen aan de gemeente Nijmegen vragen om op deze wetgeving, die in 2019 wordt ingevoerd, haar visie te geven. Het is een wetgevingsoperatie, die na Thorbecke tot de grootste ooit zal behoren en waar wij als burgers zeker mee te maken krijgen.

Tot 11 mei in De Ster.

Ton Pennings (voorzitter Wijkraad Lent)



taxidewaalsprong@gmail.com
www.taxidewaalsprong.com

Feestelijke 15e editie van de LENTeMARKT!

Op zaterdag 6 mei staan er weer ruim 40 kramen in de sfeervolle hoogstamboomgaard van Warmoes Historische Tuinderij Lent. Inmiddels is deze oorspronkelijke 'stekjes- en plantenmarkt' uitgegroeid tot een regionaal begrip met enorme keus van verschillende aanbieders. De sfeer is altijd gezellig en gemoedelijk maar dit jubileum jaar extra feestelijk! De markt is van 10:30 - 16:00 uur en de entree bedraagt € 2,-.

De LENTeMARKT wordt georganiseerd door Warmoes in samenwerking met de Groei & Bloei afdelingen Overbetuwe/Lingewaard, Rijk van Nijmegen en Land van Maas en Waal. Op deze gezellige markt bieden zowel beroepskwekers als serieuze hobbyisten naast elkaar hun waren aan. Zoals marktmeester Joop aangeeft: "We zijn er best trots op dat enkele kraamhouders juist alleen onze markt uitkiezen om te komen staan. Nieuwe kraamhouders zijn welkom, maar we bekijken wel altijd of het aanbod en de kwaliteit van de producten past bij de huidige samenstelling."

Groen, lekker, gezond en eerlijk
Het plantseizoen start op de LENTeMARKT waar u kunt kiezen uit diverse en ook bijzondere vaste planten, eenjarige, perkplanten, kruiden, zaden, groenteplantjes en zelfs (fruit)bomen en -struiken. Daarnaast een aanbod van diverse en ambachtelijk vervaardigde streekproducten, zoals kaas, confituren, honing en verse asperges. Verder zijn er stands te vinden met informatie over onder andere snoeien en bemesten en aanbieders van tuin gerelateerde artikelen.

Naast de markt in de boomgaard van de Warmoes Historische Tuinderij Lent is de tuinderij open voor een bezoekje. Op en rond het terras bij de boerderij kunnen bezoekers genieten van een hapje en een drankje met muziek.

Er zijn leuke (kinder)activiteiten georganiseerd, kinderen kunnen zelf broodjes bakken, een springtouw maken of geschminkt worden en voor actie is er een stormbaan opgebouwd door de Scouting Weurt.



WWW.OPSLAGGELDERLAND.NL

OPSLAG GELDERLAND SELF STORAGE



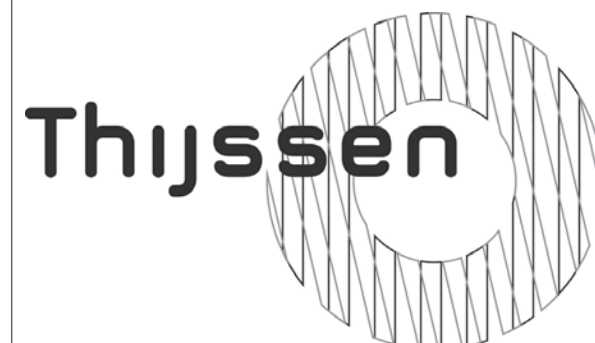
OPSLAG GELDERLAND
GROOTHANDELSWEG 6
6515 AJ NIJMEGEN-NOORD
024 348 20 01
INFO@OPSLAGGELDERLAND.NL



PAUL BREMER,
BEWONER WAALSPRONG

> VRAAG OOK NAAR ONZE VERHUISSERVICE!

Welkom...
in de Wereld van



Brilmode Markt 53/55
Contactlenzen Bommel
Optometrie 0481-470490

www.oogzorginbommel.nl

• BEELD MJ

10% verhuiskorting
bij inlevering van deze advertentie.

UTASTE
— WINE —

- wijnen vanaf € 4,99
- gratis bezorging
- wijnspijs advies

Utaste Wine - Bemmelsedijk 4 - Wijnfort
www.utaste.nl - 024-3608926

h Installatiebedrijf
Hans van 't Hullenaar bv

Zonnestroom is gratis!

**Zonnepanelen:
een slimme investering!**

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

ZORG EN WELZIJN

Overwaal, Top GGz in Lent

Sinds 1974 is Overwaal gevestigd in Lent. Maar wie weet nu precies wat er plaats vindt aan de Pastoor van Laakstraat? Lentse Lucht sprak daarom met dr. Gert-Jan Hendriks, psychiater, directeur van Overwaal en hoofd zorgprogramma Angststoornissen van Pro Persona.

Geschiedenis

Overwaal is in 1974 gestart in St. Jozef, aan de Lentse Schoolstraat. Het was de tijd dat de gedragstherapie zoals beschreven door Hans Orlemans (psycholoog en gedrags-wetenschapper) zijn intrede deed in de hulpverlening in Nederland. In de jaren 80 is op het terrein een nieuw complex gebouwd, geleid door dr. Willem Haaijman, psychiater. In die periode was er sprake van 32 bedden voor patiënten met vooral dwangstoornissen en er was een kleine polikliniek. Ook toen al was het een bovenregionaal centrum. Mensen kwamen uit het hele land naar Lent voor een behandeling.

Sinds wanneer ben je directeur?

“Ik ben in 2008, naast hoofd van het zorgprogramma Angststoornissen, directeur geworden van Overwaal. Medio 2012 zijn we deel gaan uitmaken van Pro Persona als een gespecialiseerde, bovenregionale afdeling voor de behandeling van angststoornissen. Vanaf dat moment heb ik me als hoofd van dit zorgprogramma volledig gericht op het behandel- en wetenschappelijk onderzoeksprogramma van Overwaal. Hoewel in de reguliere GGz de hoeveelheid bedden fors is afgenomen, zijn er op dit moment nog altijd 27 opnameplaatsen. De afdeling deeltijdbehandeling en de polikliniek zijn fors gegroeid. Op de Tarweweg in Nijmegen is nog altijd een gedeelte van de polikliniek gehuisvest. Op jaarbasis worden gemiddeld 90 patiënten opgenomen, terwijl er in totaal 1200 aanmeldingen zijn. Er werken ongeveer 80 medewerkers en op jaarbasis lopen er 25 stagiaires van diverse opleidingen rond.”

Wat is de grootste verandering sinds je komt?

“Dat is de integratie van polikliniek en deeltijdbehandeling tot één behandelcentrum voor Angststoornissen, in 2012 gevolgd door een TOP GGz erkenning. Cliënten die hier opgenomen worden, hebben allemaal al een of meerdere behandelingen achter de rug, zonder het gewenste resultaat. Voor de polikliniek en deeltijdbehandeling geldt dat voor 85% van de cliëntèle. Cliënten komen doorgaans pas naar Overwaal als alle behandelmogelijkheden in de tweede lijn zijn uitgeput. We zijn dan ook het grootse geïntegreerde Expertisecentrum voor Angststoornissen in Nederland.”

Is de patiënt veranderd?

“De problematiek waarmee cliënten binnenkomen is complexer geworden. Cliënten hebben soms meerdere angst-

stoornissen tegelijk of een combinatie met een andere psychiatrische aandoening, zoals een depressie. Daarom wordt voor elke patiënt een behandeling op maat in gang gezet.”

Wat is het resultaat van jullie behandelingen?

“Tweederde van onze patiënten bereikt een aanzienlijke klachtreductie waardoor hij of zij weer thuis en in de maatschappij kan functioneren. Dat klinkt simpeler dan het is. Een behandeling is zeer intensief en vraagt heel veel motivatie en inzet van de patiënt. Dat betekent ook dat we een groep mensen nog niet afdoende kunnen behandelen. Dat is een van de redenen dat we voortdurend wetenschappelijk onderzoek doen om onze behandelingen verder te kunnen optimaliseren en het behandelresultaat verder te vergroten.”

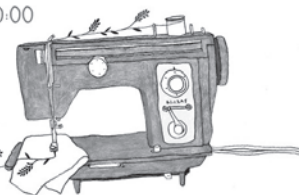
www.propersona.nl/overwaal

• TEKST AB BEELD PRO PERSONA

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



Konijnen vaccineren in Mei

- Bescherm uw konijn tegen konijnenziekte en myxomatose

Vaccinatiedagen

- Donderdag 4 mei van 9.00 tot 20.00 uur
- Donderdag 11 mei van 9.00 tot 20.00 uur



Bel wel even voor een afspraak

www.dierenklinieklent.nl

T. 024 3606422, LAAUWIKSTRAAT 20, LENT



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.chiropro.nl
of bel naar 024 - 737 03 24.

Edith Piafstraat 110c te Lent



dr. Gert-Jan Hendriks, psychiater,
directeur van Overwaal en hoofd
Zorgprogramma Angststoornissen.

CLIENTEN KOMEN
DOORGAANS PAS
NAAR OVERWAAL
ALS ALLE BEHAN-
DELMOGELIJKHEDEN
IN DE TWEEDE LIJN
ZIJN UITGEPUT

Roeivereniging De Waal: een aanwinst

Sinds een jaar is roeivereniging De Waal neergestreken in het leegstaande gebouw van voorheen Wijers dakbedekkingen aan de Oosterhoutsedijk. In de kantine van het tot monument verklaarde hoofdgebouw spreek ik op deze koude voorjaarsdag met Lentenaar Marcel Orth, actief lid van de vereniging.

RV De Waal werd al op 27 juli 2006 onder een andere naam opgericht door Cor Scheffers, nu Voorzitter, en Nico Rienks, oud olympisch roeier, met als doel een roeivereniging op te zetten bij het Wylermeer in Beek-Ubbergen. Uiteindelijk verbood de gemeente het roeien aldaar en moest worden uitgezien naar een nieuwe locatie. De vereniging is daarmee ook een groot deel van haar bestaan een vereniging 'op het droge' geweest. Het wachten op een locatie heeft ze uiteindelijk de hoofdprijs opgeleverd, "de Spiegelwaal, mooier hadden we het niet kunnen krijgen", aldus Marcel.

De vereniging heeft in de loop van de tijd al 170 leden mogen inschrijven en heeft op dit moment een 40 tal boten in gebruik waarvan er 20 à 25 ook daadwerkelijk in de vaart zijn. Veel van de boten zijn geschonken door andere verenigingen. Dit waren echt niet allemaal afdankertjes, maar wel boten waaraan het nodige onderhoud plaats moest vinden. Het is een fenomeen in de roeiwereld dat men voor boten die niet meer in de eigen stal passen, aan andere verenigingen denkt en deze doorgeeft. Ik zie in de loods oud aandoende,

maar vakkundig gemaakte houten boten en boten van polyester. Voor het onderhoud maakt dat overigens niet zoveel uit, geeft Marcel aan, ook polyester boten vragen veel onderhoud. Op de huidige locatie is er voldoende ruimte voor opslag van de boten en een werkplaats. Er is ook een kracht-honk opgezet waarbij de teams op het droge kunnen trainen. Roeien is tenslotte een activiteit waarbij het hele lichaam intensief gebruikt wordt. En natuurlijk is er de kantine.

Bij roeien denken veel mensen aan studenten, maar RV De Waal is er juist voor alle leeftijden. Zo is de voorzitter, Cor Scheffers, al in de 70. Studenten wordt aangeraden lid te worden van Phocas, maar Phocas en RV De Waal zijn collega verenigingen van elkaar, geen concurrenten. Waar nodig helpen ze elkaar, gedreven door de passie voor het roeien. RV De Waal wil, nu ze zich aan deze locatie heeft verbonden, zich onderscheiden door een vereniging te zijn voor de inwoners van Lent en omstreken en zich dus inzetten voor de lokale gemeenschap. Zo was er tijdens de intocht van Sinterklaas een boot met Pieten om de sfeer te verho-

gen. Een aantal Eritreeërs doet klusjes voor de vereniging. Voor hen is het dagbesteding en biedt ze de mogelijkheid om hun netwerk en vaardigheden uit te breiden.

De Spiegelwaal heeft één nadeel: het is ongeschikt als wedstrijdparcours omdat de onderdoorgang van de Zalige Brug te smal is. Nu de vereniging lid is geworden van de KNRB, de Koninklijke Nederlandse Roeibond, is het mogelijk om mee te doen met wedstrijden. Dit is echter niet het hoofddoel van de vereniging, dat ligt meer in de sfeer van recreatie en het verenigingsleven. Van de leden wordt dan ook verwacht dat ze zich naast het roeien naar vermogen inzetten voor de vereniging. De een doet dat door bardiensten in de kantine te draaien, de ander ontfermt zich over het onderhoud van de boten.

Het echte roeien vindt vooral op zaterdag plaats. Voorlopig kun je nog getuige zijn van het over de dijk tillen van de boten. Eenmaal in het water ligt er een parcours van vier kilometer klaar om los te gaan. Er is genoeg ruimte om te keren bij het uiteinde te Oosterhout of bij de overloop aan de Lentse zijde. Het vraagt heel wat discipline en teamwork om een roeiboot met acht roeiers te laten keren. Bij de grotere boten komt het daarbij op de stuurman aan. Voor alle categorieën zijn boten beschikbaar, van de skiffs voor één persoon tot inderdaad de achtplus.

Het huidige onderkomen is niet de definitieve locatie voor de vereniging. Er wordt uitgezien naar de verhuizing naar het Bastion, het enorme gebouw onder de verlengde Waalbrug. Het is de bedoeling dat hier een gezamenlijk thuis ontstaat voor verschillende watersportverenigingen uit

Nijmegen en omgeving. Dat zijn niet alleen roeiverenigingen, maar bijvoorbeeld ook een kanovereniging, een heel andere tak van sport, benadrukt Marcel. Voordat het echter zo ver is moeten nog de nodige hobbels genomen worden. De besluitvorming hierover verloopt traag en met kleine stapjes. Afgelopen januari is door de gemeente en een aantal verenigingen een intentieverklaring ondertekend, waarbij is vastgelegd dat het Bastion een uiteindelijke bestemming voor de watersport gaat krijgen. Inderdaad een klein stapje, maar wel in de goede richting.

Op zondag 7 mei aanstaande houdt de vereniging open huis. "We willen ons dan presenteren als Lentse vereniging voor de inwoners van Lent en omstreken en als vereniging voor alle leeftijden. Vooral de jeugd willen we uitnodigen om een kijkje te komen nemen. Je kunt op die dag in de botenloods rondkijken, deelnemen aan allerlei clinics en natuurlijk een stukje roeien in een boot naar keuze, behalve in de skiff. Als nieuw lid van de vereniging word je eerst een periode goed begeleid om te zorgen dat het ook veilig is om het water op te gaan", aldus Marcel. De vereniging is jong en dat maakt dat veel leden nog niet echt veel roei-ervaring hebben. Daarom kan er tijdelijk sprake zijn van een wachtlijst voor de beginner cursus, maar mensen met ervaring kunnen direct instromen. Het seizoen moet nog op gang komen en afhankelijk van de aanmeldingen zullen extra trainingen georganiseerd worden om iedereen de kans te geven zo snel als mogelijk -lees verantwoord- het water op te laten gaan.

www.rvdewaal.nl

• TEKST AB BEELD BART KOUWENBERG

WE WILLEN EEN VERENIGING
ZIJN VOOR IEDEREEN UIT
LENT EN OMSTREKEN



Leef je talent,
leef wie je bent

Mooi talent

Coach voor persoonlijke ontwikkeling voor jongeren en volwassenen

Bij: studiekeuze, studie motivatie, beroepskeuze, opvoeding, burn-out, partner communicatie en talentontwikkeling.

Bel Marion van Diemen voor een gratis kennismakings-gesprek 06-13397954 of mail naar info@mooitalent.nl. Stationsstraat 21a, Oosterhout (GLD)
www.mooitalent.nl

landwinkel®
De Woerd

Altijd wat te beleven:
Fairs - Appelplukdagen
Klompepad - Excursies



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

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

Uit de natuur voor de mens **Moederdag, verwendag.**
Cadeaubonnen, cadeauartikelen voor lichaam- en gezichtsverzorging. www.renatedisveld.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/

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

Baby&Fit; samen sporten met je baby (2-9 mnd). Kom na je bevalling weer terug in vorm en start je sportroutine (weer) op. Lessen in Lent, Oosterhout & Nijmegen. Ook met kinderopvang! Geef je op voor een **gratis proefles**. petra@dotheextramile.com | www.dotheextramile.com

Zaterdag 27 mei **Indisch Buffet in De Open Hof** met authentiek Indische gerechten. Zaal open om 18.00 uur, buffet om 18.30 uur. Kosten € 19,50 p.p. **Graag reserveren** via telefoonnummer 024-3235421 of 06-23716161 of mail: info@deopenhof-lent.nl | www.deopenhof-lent.nl
Pastoor van Laakstraat 40, 6663 CA Lent.

Dag mooi, 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 door zorgverzekering mogelijk. Sijtje Princen, 06-48856967, www.zachtekracht.nu

Druk in de tuin en een paar extra handen nodig? **Tuinhelp Ingrid** komt u graag helpen. Ruime ervaring. Vooraf kom ik gratis langs om uw wensen te bespreken. Betrouwbaar en betaalbaar! Info 06-28914107 of mail naar: ingridvanderzanden@hotmail.com

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

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.

Binnenkort start weer de training **Ouders en Balans**. Meer bij jezelf komen en van daar uit je kind beter aanvoelen. Interesse? Meer info bij Olga Jans via www.oudersbalans.nl of 024-3294880.

Meditatie aan de Waal: in de zomervakantie van 22 juli t/m 26 augustus elke zaterdag van 9.30-10.30 uur. De zintuigen wakker maken in de buitenlucht, met zitmeditatie, mindful bewegen en loopmeditatie. Meer info bij Ine Albers via www.mediterenisteleren.webklik.nl of bij Olga Jans via www.oudersbalans.nl

Marikenloop? Een **sportmassage** zorgt voor soepele spieren en verbetert de lichamelijke conditie. €15,- per half uur. **www.massagepraktijkpantarhei.nl** voor sport-, intuïtieve- en ontspanningsmassage. Info, liefst per mail: mieke@massagepraktijkpantarhei.nl of 06-37471979.

Bijles en huiswerkbegeleiding. Hiernaast verzorg ik ook studiebegeleiding, examenvreestraining en last minute bijspijkerlessen voor eindexamen. Persoonlijke aandacht is voor mij erg belangrijk. Neem gerust contact op voor meer informatie. Joyce Deckers, Studiebegeleiding+ www.studiebegeleidingplus.nl of 06-20604655.

Weer een **Lentse Lucht-medewerker** die haar producten aanbiedt. Vindt u een van de **illustraties van Marieke** mooi, of wellicht een van haar andere werken, kijk dan op www.etsy.com/nl/shop/MariekedeStip (iDeal of PayPal mogelijk) of www.MariekedeStip.nl

15.000 m² woonplezier onder één dak.



12-17UUR
**ELKE
ZONDAG
OPEN!**

Voor sfeervolle meubels, keukens, slaapkamers, woontextiel
en accessoires kijk op jansentotaalwonen.nl  

Jansen
totaal wonen

Jansen Totaal Wonen
Karstraat 95 Huissen, Tel. (026) 326 99 00
ELKE DAG OPEN - Vrijdag koopavond

Taxi Oriëntal Nijmegen
Personenvervoer



Bel direct tel. 06-23270615
www.taxioriental.nl



**Airport service en bij lange
ritten tot 50% korting**

Voor een Veilig en Comfortabel Vervoer
Vaste klanten 20% korting. Pinbetaling mogelijk

Peter Raymakers
Loodgieter en installatiebedrijf

Complete badkamers
Loodgieterswerk
Centrale verwarming
Tegelwerk

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

UW FIETSSPECIALIST

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



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

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

LENTENAREN

Peter Brouwer

“Ik kijk naar vogels omdat ik het leuk vind. Ik doe mee aan allerlei projecten van Sovon (Stichting Onderzoek Vogels Nederland). Vooral vind ik het leuk om rond te struinen in het buitengebied. Mijn aandacht gaat niet alleen uit naar vogels. Ook ontmoetingen met een bever of een wezel vind ik mooi. Het liefst ga ik 's ochtends vroeg op pad, dan is het nog lekker rustig. Ik ben geboren onder Den Helder in de Anna Paulownapolder. Na de middelbare school kwam ik naar Nijmegen om daar Niet Westerse Sociologie te studeren. In 1974 ben ik afgestudeerd maar ik heb niets met mijn studie gedaan. Het was een bijzondere tijd: je had alle vrijheid en je moest alles nog ontdekken. Daarna heb ik een blauwe maandag op een onderzoeksproject gezeten bij Medisch Maatschappelijk Werk en vervolgens was ik werkzaam bij Unitas, een werklozencentrum.”

Schillenboer

“Het langst heb ik gewerkt als schillenboer bij Milieudefensie. De schillen die ik ophaalde gingen naar boeren in de omgeving. Later heb ik nog een paar jaar bij kringloopwinkel ‘Het Goed’ gewerkt en de laatste jaren was ik huismeester bij ‘Karakter’, een instituut voor Kinder- en Jeugdpsychiatrie. Ik heb lang in Nijmegen oost gewoond maar sinds 2001 woon ik in Lent. Mijn interesse in vogels werd gewekt op Ameland. Ik ging daar kijken naar meeuwen. Dat er zoveel soorten waren fascineerde me. Sinds 1975 kwam mijn hobby pas echt op gang toen ik mijn diensten aanbood aan Sovon. Grauwe en Canadese ganzen werden geringd en ik ging dan kijken in de omgeving of ik ze terug kon vinden. Je gaat vanzelf beter en gericht kijken. Zo doe ik ook mee aan de jaarlijkse wintertelling. Het gaat hierbij om watervogels in het gebied tussen Lent en Dodewaard. Verder doe ik mee aan de jaarlijkse punt transecttelling in december. Op 20 punten tussen de Waalbrug en de Gendtse polder tellen we dan de vogels. Ook werkte ik mee aan de nieuwe vogelatlas van Sovon.”

Wie is toch die man die al fietsend door de bebouwde kom van Lent de huizen opvallend inspecteert? Niet zelden wordt hij aangezien voor een inbreker maar in werkelijkheid is hij begaan met het lot van huiszwaluwen. Niet alleen zwaluwen maar ook allerlei andere vogels hebben zijn aandacht. Lentse Lucht sprak met vogelaar Peter Brouwer.



EÉN VAN DE
LEUKSTE
VOGELS VAN
LENT IS DE
OEVERLOPER

Bebouwde kom

“Daarnaast inventariseer ik vogels binnen de bebouwde kom. Zo tel ik in Lent ganzen, mussen en huiszwaluwen. Vroeger zaten de huiszwaluwen in de gemeente Nijmegen vooral in Dukenburg en Aldenhof. Daar zijn ze allang weg en nu is Lent een toplocatie met 144 nesten vorig jaar. Het heeft te maken met het biotoop. Zwaluwen moeten dicht bij het water zitten en er moet klei beschikbaar zijn voor de

nesten. Eén van de leukste vogels van Lent is de oeverloper. Hij broedt al vier jaar in de buurt van het RijnWaalpad. Bijzondere ontmoetingen had ik met een sperwer op zijn nest en met een vos die rustig weg kuierde toen hij me in de gaten kreeg. Sinds zes jaar ben ik met pensioen. Ik doe aan sport, ik bridge, maar vogels kijken is het liefste wat ik doe. Ik hoop het nog lang vol te houden.”

• TEKST JK BEELD MJ

Schoenmakerij Tweehuysen



Erkend Gildemeester

Voor al Uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

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

www.schoenmakerijtweehuysen.com

CLUBSPORT.NL

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

OPEN LUCHT

Bijen

Het is ieder jaar weer spannend of onze honingbijen de winter gezond hebben doorstaan. Je komt er pas achter bij de eerste mooie voorjaarsdag. Begin maart was het zo ver. Na de lange winterzit kwamen ze massaal naar buiten. Gelukkig waren al onze vijf volken nog in leven. Ze ontdeedden zich op dat moment massaal van hun darminhoud. Het liefst doen ze dit op een witte achtergrond zoals lakens aan de waslijn en op witte auto's. Het heeft wel eens tot een schadeclaim geleid van een garagehouder aan een imker. Honingbijen werden een paar duizend jaar geleden ook al gehouden in Lent. Dit blijkt uit grafvondsten van Merovingers in de Waalsprong. Sieraden met bijtjes en gespen met een honingraatstructuur wijzen daar op.

Bijen werden aanvankelijk in korven gehouden maar een eeuw geleden kwam daar verandering in toen de bijenkasten werden uitgevonden. Hier kon veel makkelijker mee gemanipuleerd worden en de bijen hoefden niet meer doodgemaakt te worden om honing te winnen. Wij houden de bijen in zogenaamde spaarkasten. Die kasten bestaan uit bakken die ieder 10 raten bevatten. Onze bijen overwinterden op twee bakken dus op 20 raten. Ruimtelijk gezien is het volk als een bol in de kast gegroepeerd. Energietechnisch is dit de zuinigste vorm. Als de bijen aan het oppervlak het koud krijgen kruipen ze weer naar binnen en zo is de bol voortdurend in beweging. De hele winter blijft de kast aangenaam warm. Bijen produceren warmte door met hun vleugeltjes te wapperen. De energie die hiervoor nodig is krijgen ze door van de honing of suiker te eten. In het najaar zorgt de imker er voor dat er voldoende koolhydraten aanwezig zijn. Een kilo of 12 per volk is voldoende. De honing die geoogst wordt gaat ten koste van de wintervoorraad en moet weer aangevuld worden met suiker. Ergens in februari begint de koningin de eerste eitjes te leggen. Zoals gezegd komen de bijen begin maart voor het eerst weer naar buiten om meteen aan de slag te gaan met het verzamelen van nectar, stuifmeel en water. Inmiddels zijn de eerste larfjes geboren en die moeten voorzien worden van het eiwitrijke stuifmeel.



Half maart is het voor de imker tijd om in te grijpen. Hij doet dan zijn eerste voorjaarsinspectie, het liefst bij een temperatuur van boven de 15 graden Celsius. De kasten worden opengemaakt en er wordt gekeken of de volken moergoed zijn, dat wil zeggen of er een leggende koningin aanwezig is. Het broednest bevindt zich in de bovenste bak. Beide bakken worden omgeruild zodat de broedloze onderbak boven op de bak met het broed komt te staan. De eventuele honing of suiker uit de bovenbak wordt vervolgens door de bijen verplaatst naar de onderbak. Het voordeel hiervan is dat je op dat moment de lege raten, die te oud geworden zijn, kunt vervangen door nieuwe schone raat. Met deze handeling is het nieuwe bijenseizoen, dat tot half augustus duurt, begonnen. Dan wordt al weer gestart met het inwinteren van de bijenvolken. Is uw interesse voor bijen gewekt dan bent u van harte welkom op onze imkerij op de landelijke open imkerijdagen op 8 en 9 juli.

• TEKST JOHANNES ILLUSTRATIE MVS
(REFERENTIE PIET VAN STIPPENT)

Chinees-Aziatisch Restaurant

Griftdijk Zuid 125, 6663BD Lent
Telefoon 024-3888645
www.chinees-lentplaza.nl

elke zaterdag en zondag lopend buffet

De nieuwe eigenaren van Lent Plaza nodigen u van harte uit om hun gerechten uit te proberen



Kortingsbon

10% korting op de rekening

Zowel bij afhalen als in restaurant

Geldig tot en met 31 mei 2017

Niet in combinatie met andere acties



Fysiotherapie Lent

Lentse Schoolstraat 25, 6663 CP Lent
Reguliere fysiotherapie, maar vooral gericht op
de ouder wordende mens

Fysiotherapie Thermion

Thermionpark 6, 6663 MM Lent
Reguliere fysiotherapie / manuele therapie
sportfysiotherapie / bekkenfysiotherapie

024 - 30 945 03 (voor beide locaties)
info@fysiotherapiethermion.nl

Mieke Stapelkamp

Fysiotherapie
Oedeemtherapie
Bowen
Fascietechnieken

De combinatie van Oost en West

Het Buske 79 Lent 024 3882882 www.miekestapelkamp.nl



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

“De beste en leukste manier om af te vallen”

Wat is Zlim?

- Gratis en vrijblijvende figuuranalyse
- Doelgericht bewegen in warmtecabines
- Huidverbetering door ozontherapie
- Voedingsadviezen

Kennis maken met Zlim Ooij?

Mail of bel voor een gratis proeftraining!

zlim
voel je slank, voel je goed!

Zlim Ooij Pr. Beatrixstraat 53b Ooij
ooij@zlim.nl 0246639441 www.zlim.nl

familie Gelsing

Ze woonden 40 jaar bovenop het Fort Knodsenburg in het gelijknamige, statige huis. Sinds november vorig jaar is een klein overblijfsel van Fort Knodsenburg weer zichtbaar. Voor en tijdens de werkzaamheden voor Ruimte voor de Waal vonden archeologen restanten van het fort. Vanuit hun huidige woning in Berg en Dal halen de heer en mevrouw Gelsing (95 en 91) herinneringen op.

Eerst een stukje geschiedenis

Het stervormige fort dateert uit de periode van de Tachtigjarige Oorlog (1585). De protestantse magistraten werden door de inwoners van Nijmegen verdreven. Ook verklaarde de stad zich trouw aan de katholieke Spaanse koning. De Staatsen bouwden toen een fort om de stad alsnog te kunnen bestoken. In 1585 was de vierkante schans met op iedere hoek een bastion een feit. Het fort is diverse malen her- en veroverd. De naam 'Knodsenburg' ontleent het fort aan de katholieken die tijdens de Beeldenstorm (1566) de protestantse magistraten met knotsen verjoegen.

Hoe bent u in 'Knodsenburg' terecht gekomen?

De heer Gelsing: "Ik ben geboren in Druten en heb daarna jaren op de steenfabriek bij Rheden-De Steeg gewoond. Later ben ik met mijn ouders aan de Griftdijk in Lent komen wonen. Mijn vrouw komt uit Zeddam en verhuisde naar Nijmegen. We hebben elkaar bij gemeenschappelijke vrienden, die aan de Pastoor van Laakstraat woonden, leren kennen. Altijd als ik langs het huis 'Knodsenburg' liep, dacht ik: wat een rustieke woning. Eerst hebben we nog bij mijn schoonouders in Nijmegen ingewoond, maar in 1960 zijn we daar naartoe verhuisd. Ik heb, voordat we er gingen wonen, van alles laten verbouwen."

Wist u dat u boven een fort woonde?

"Vanwege de naam op het huis - het stond er met van die gietijzeren letters op - ben ik in de geschiedenis gedoken. Het huis zelf is in 1768 gebouwd. Zeg maar, heel in het kort, dat in het fort de Fransen zaten en aan de overkant, Nijmegen, de Spanjaarden. Toen we de paardenstal hebben laten bouwen, kwamen er diverse scherven van oude potjes tevoorschijn."

Het was een groot huis?

"Ja, maar we woonden er met z'n zevenen: mijn vrouw en ik met onze vijf kinderen. Ik had kantoor aan huis: een groothandel in bakstenen. Onze tweede zoon zet nu de familietraditie voort in Elst." Mevrouw Gelsing: "Er was in en rondom huis altijd wel wat te doen, ja. We hadden een groot stuk grond met een bongerd, de moestuin, twee paarden en zeven schapen. Toen de kinderen allemaal uit huis waren en wij op leeftijd, zijn we in 2000 naar Berg en Dal verhuisd. Knodsenburg was al verkocht voordat de plannen voor de rivier bekend waren. Onze kinderen vonden het, net als wij, ook allemaal heel erg."



Vorig jaar november is het fort heropend?

"Ja, wij waren als familie en voormalig bewoners voor de opening uitgenodigd. We kregen een luchtfoto van de nieuwe situatie overhandigd. Kijk, daar hangt-ie." Ook hangt er een originele ets van Fort Knodsenburg aan de wand, waarop de stervormige contouren goed te zien zijn. "De carnavalsvereniging Knotsenburg was ook uitgenodigd, maar ja dat schrijf je met een 't'."

Wat rest zijn overblijfselen van het fort, een kanon op de uitkijkplek en vier palen in de Spiegelwaal die de vroegere ophaalbrug markeren. Over niet al te lange tijd gaat er gebouwd worden.