

LENTSE



LUCHT

Oorlog in Lent
door de ogen
van Marietje

Vrede in Lent
... in het Sprokkelbos
... met Menno Oudeman
... bij de scouting

Aan Lentse Lucht werken mee



Martin Bos



Marije Braakman



Marije Brand



Anne-Rie Bus



Hans Dekker



Anouk de Graaf



Mieke Gijzels



Gerco Hiddink



Henry Jansen



Janneke Jansen



Marc Jeuken



Joop Koopman



Floris van de Laar



Marijke Munnichs



Marloes Müller



Marianne van der Pol



Lenny Rijken



Marieke van Stippent



Karin Veenendaal



Jorg Verweij



Marion Zwart

omslagbeeld *Wandelen in het Sprokkelbos* - Anouk de Graaf

DISVELD MAKELAARDIJ

WONING KOPEN OF VERKOPEN?

Korte lijnen,
oprechte
aandacht en
eerlijk advies.

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



Bel of mail ons voor een
persoonlijke kennismaking.

024 21 222 79

disveldmakelaardij.nl

Minigraver



www.minigraverhetzand.nl

Flexibiliteit in graaf- en tuinwerkzaamheden

zoals:

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

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

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

06-14 78 69 75 info@minigraverhetzand.nl



FORT LENT

N 51.864418° E 5.880551°

VERBINDEN, VERVULLEN, VERRASSEN & VERWENNEN

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



Fort Lent • Bemmelsedijk 4 • 6663 KZ • 024 323174 •
Lent (Nijmegen) • www.fortlent.nl • info@fortlent.nl

Wederopstanding

Sluitings-
datum kopij
donderdag 9
mei 2024



Uit de lucht

Is het toeval dat Pasen in de lente valt? De natuur ontluikt, de temperaturen vinden hun weg omhoog en de mens trekt de wijde wereld in. Het is misschien wat overdreven om te zeggen dat wederopstanding hét thema van dit nummer is, maar het sijpelt wel degelijk door in meerdere artikelen.

Waar kun je wederopstanding beter bespreken dan voor de poorten van de Jumbo? Misschien wel op bijna elke plek ter wereld, maar toch heeft onze verslaggeefster juist daar, tussen de volle boodschappenkarren, mooie gesprekken over wat Pasen voor mensen betekent. De hoop die je uit geloof kunt putten, de hoop op een betere en groenere wereld, de hoop dat de wereld in een rustiger vaarwater komt en de hoop dat mensen meer in zichzelf gaan geloven. Aan dat laatste zou ik eigenwijs willen toevoegen: geloof in jezelf, maar doe het met mate.

Van de Jumbo naar de plantenwereld is een grote stap, maar wij van Lentse Lucht deinzen nergens voor terug, dus ik maak deze onelegante overgang gewoon. Want Johannes heeft weer een fraai stuk geschreven. Ditmaal over de 'roos der armen', ofwel de vlier. Behalve de betekenis van het woord flierefluiter kunt u ook leren dat vlieren

vaak niet oud worden. Maar dat geeft niet, want naast de afgestorven exemplaren schieten de nieuwe scheuten al uit de grond. Had ik al geschreven dat wederopstanding een thema is in dit nummer?

Halfslachtigheid past niet bij wederopstanding. Maar wel bij politiek. Vandaar dat de gemeente Nijmegen het schaalmodel van een Lentse boerderij dat al een aantal jaren voorbijgangers verblijdt, wil verplaatsen en halveren. We spreken kunstenaar Leonard van Munster die niet geamuseerd is van het idee van een halve boerderij tussen de geitjes van de kinderboerderij. Zal zijn schepping toch nog gered worden?

Tachtig jaar geleden werden boerderijen op ware grootte gehalveerd tijdens de verwoede gevechten rondom Lent in 1944. We lezen mee met de opgeschreven oorlogsherinneringen van de 100-jarige Marietje Janssen-Verhagen. De kou, de ontberingen, het geweld van een oorlog die al lang voorbij is, maar waarover Marietje dichtte: 'de krater is gebleven'. En ook nu gaan de oorlogen door. Maar toch, deze oorlog ging voorbij in de lente en Marietje schreef in die warme meidagen: 'Je weet niet wat er door je heen gaat. Vrij! Vrij!!'

tekst Martin Bos • illustratie Martin Disveld

Colofon

Lentse Lucht wordt door vrijwilligers gemaakt en maandelijks gratis in Lent huis aan huis bezorgd. Heb je een nee-nee-sticker op je brievenbus, maar wil je wel elke maand genieten van Lentse Lucht? Vraag dan nu de Lentse Lucht Ja sticker aan. Stuur hiervoor een email naar bezorging@lentselucht.nl. De sticker wordt dan zo snel mogelijk bij je bezorgd.

Abonnement buiten Lent: € 40,- per jaar.

Opzegtermijn: 2 maanden. De redactie behoudt zich het recht voor om kopij niet te plaatsen of in te korten. Een bijdrage is verkregen uit het budget wijkactiviteiten / bewonersinitiatieven van de gemeente Nijmegen. Donaties: NL69 RABO 0127 9961 33. Lentse Lucht niet ontvangen? 024-3221076 / bezorging@lentselucht.nl. Vormgeving: Gerco Hiddink. Drukwerk: Nezzo. Oplage: 5.000 exemplaren.



**Steun jij ook
Lentse Lucht?**





Hulp voor Sprokkelbos: vele handen maken licht werk

Natuur

Voor veel inwoners van Lent is het Sprokkelbos, te vinden achter restaurant Stroom, een bekende en geliefde plek. In 2020 werd in het februari-nummer van Lentse Lucht een mooi stuk gewijd aan dit sprankelende speelbos en zijn ontstaansgeschiedenis. Nu, vier jaar later, zijn er veranderingen geweest in de groep vrijwilligers, zijn er zorgen over de toekomst van het Sprokkelbos en is Lent heel wat nieuwe bewoners rijker. Een goed moment dus om aandacht te schenken aan deze bijzondere, natuurlijke speelplek. Ik sprak met vier toegewijde vrijwilligers, allemaal 65-plussers, die zich met passie inzetten voor het behoud en onderhoud van dit bos.

Onze jeugd bestond voornamelijk uit buitenspelen, en dat gunnen we de jeugd van nu ook

Overtuiging

We ontmoeten elkaar tijdens de vaste koffieochtend in restaurant Stroom, waar de groep regelmatig bijeen komt. “Al jaren komen we hier elke vrijdagochtend rond

koffietijd samen,” vertelt Ad van Doorn (73), terwijl ik me bij het gezellige groepje aansluit. Aan het tafeltje zitten ook Tineke Elbers (67), Maria Duighuisen (66) en Champak Geijssen (75). Allen zijn ze vrijwilliger geworden vanuit de overtuiging dat buiten spelen en verbondenheid met de natuur van onschatbare waarde zijn voor kinderen. “Onze jeugd bestond voornamelijk uit buitenspelen, en dat gunnen we de jeugd van nu ook.”

Ad en Tineke kwamen wekelijks met hun kleinzoon naar het Sprokkelbos en ook Maria heeft hier heel wat uurtjes met haar vier kleinkinderen doorgebracht. Toen er om hulp gevraagd werd,

aarzelden ze niet om hun steentje bij te dragen. Champak, die eigenlijk helemaal geen groene vingers heeft, voelde zich verantwoordelijk en gunt de inwoners van Lent een fijn speelbos: “Ik houd er helemaal niet van om in de tuin te werken, maar het contact met de andere vrijwilligers en het werken in dit bos bleek ik heel leuk te vinden.”

Historie

Een jaar of negen geleden zorgden een aantal betrokken inwoners ervoor dat het Sprokkelbos niet gekapt werd, maar omgevormd tot speelbos. Oorspronkelijk wilde de gemeente de oude populieren verwijderen, maar de plannen werden gewijzigd en het bos werd door de inzet van vele vrijwilligers veilig en geschikt gemaakt voor spelende kinderen.

Sindsdien hebben talloze kinderen hier plezier beleefd, maken scholen en bso's gebruik van de speelplek, en is het een geliefde locatie geworden voor kinderfeestjes en het fotograferen van bruidsparen.

Stijging stikstofniveau

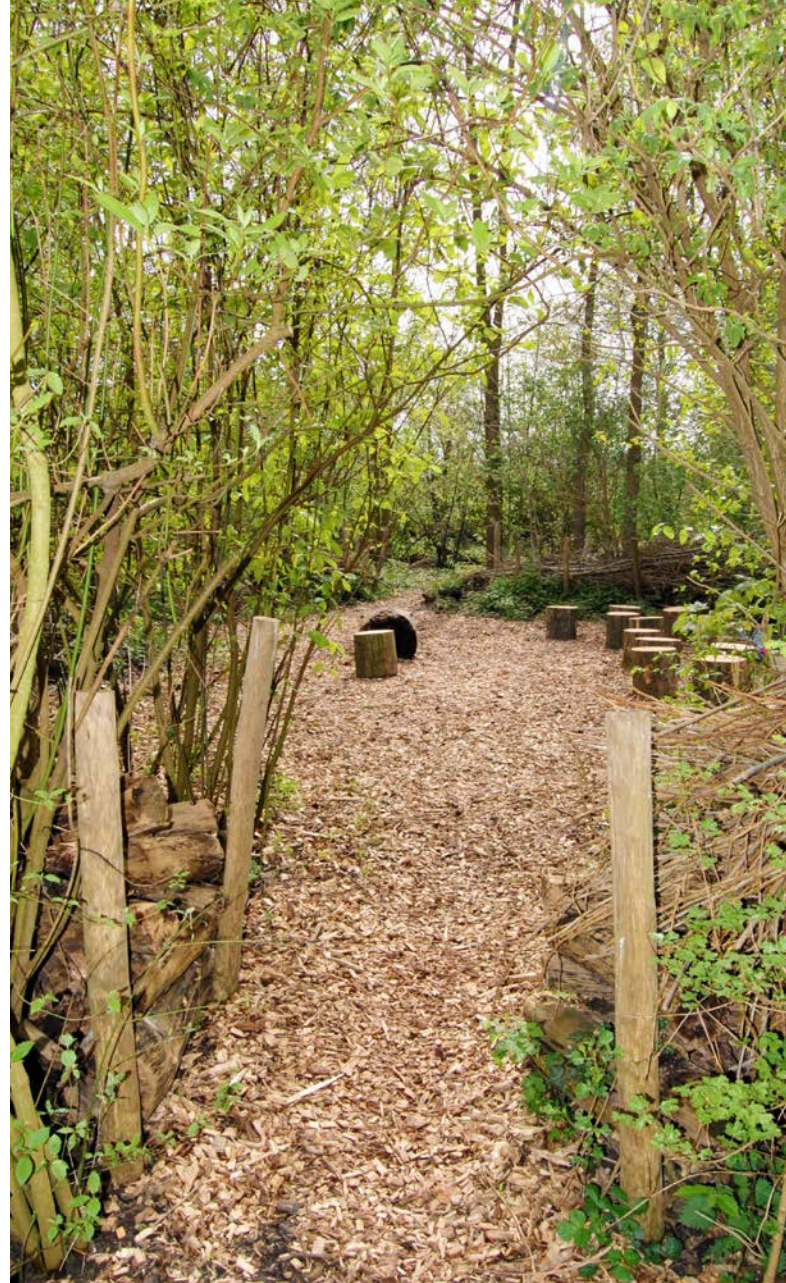
Dat meer mensen graag werken in het speelbos, blijkt uit de grote opkomst bij activiteiten zoals boomplantdagen en het verspreiden van houtsnippers. Iedereen is enthousiast en er heerst een gevoel van saamhorigheid. Het bleek echter lastig om dit enthousiasme om te zetten in een grotere betrokkenheid bij het noodzakelijke onderhoud. “We hebben meer mensen nodig die zich met wat regelmaat willen inzetten voor het Sprokkelbos,” aldus Ad.

Ook ervaren de vrijwilligers in het speelbos duidelijk het effect van het stijgende stikstofniveau. De bramenstruiken en brandnetels beginnen hen boven het hoofd te groeien. “Met het verstrijken van de jaren wordt het werk wat zwaarder,” merkt Champak op, “maar met wat meer helpende handen zou het snel geklaard zijn.”

Geen grote tijdsinvestering

Hulp die mensen willen geven is vrijblijvend en het hoeft geen grote tijdsinvestering te zijn. De vrijwilligers denken hierbij aan deelname aan een app-groep waarop af en toe oproepjes voor hulp geplaatst worden of aan de mogelijkheid om een stukje bos aan het pad te 'adopter' en dit op tijdstippen naar keuze te onderhouden. Ze vragen niet alleen om hulp bij het onderhoud, maar ook bij de organisatie, omdat ze behoefte hebben aan iemand met verstand van digitaal werk en aan een secretaris. “Ook zou het fijn zijn als iemand met verstand van fondsenwerving ons wil helpen, we krijgen namelijk geen subsidie,” voegt Tineke toe.

De vier vrijwilligers benadrukken tot slot dat het niet alleen nuttig en belangrijk is om het Sprokkelbos te onderhouden, maar dat het



ook enorm gezellig is om hier samen te werken - en vooral om samen pauze te houden met een lekker drankje bij Stroom.

Bijdragen

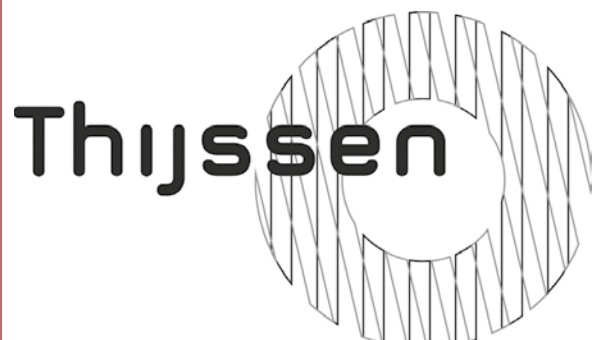
Wie het Sprokkelbos een warm hart toedraagt en een bijdrage wil leveren om de speelplek te behouden, kan een e-mail sturen naar info@speelbos.nl. Ook donaties zijn zeer welkom op het rekeningnummer NL09 TRIO 0197 8971 42 t.n.v. Stichting Speelbos Lent of via de QR-code.



Voor meer info zie: www.speelboslent.nl

tekst en beeld Anouk de Graaf

Welkom...
in de Wereld van



Brilmode
Contactlenzen
Optometrie

Markt 53/55
Bemmel
0481-470490

www.oogzorginbemmel.nl



"uw goed recht!"

goedrecht
advocaten

Voor bijstand en advies bij:

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



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

School voor
intuïtieve
ontwikkeling

JE INTUÏTIE VERTELT JE ALLES WAT JE MOET WETEN

Al 20 jaar de plek om je intuïtie en jezelf te ontwikkelen
workshops - cursussen - opleidingen - readings

Train je intuïtieve vaardigheden en creëer helderheid in je
leven. In **januari, april** en **september** kun je bij ons
starten met een basiscursus. www.intuïtieftraject.nl

”

Zo fijn om uit mijn
ratio-hoofd naar
mijn gevoel en
weten te komen

VANNATURE
fair, biologisch, lokaal

Dé biologische speciaalzaak,
met de lekkerste seizoensproducten
van boeren en bakkers uit de omgeving...



mét Gratis
Parkeer
Plaatsen

Gerard Noodtstraat 135 - Nijmegen
mét Gratis parkeerplaatsen

www.VanNature-Nijmegen.nl

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

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

vrienden van
verandering

www.vriendenvanverandering.nl/coaching

Gesmeerd horen

De huisarts

Het menselijk lichaam: er gaat van alles in, maar er komt ook een boel uit. Als je er even over nadenkt dan is de lijst van wat uit het lichaam kan komen eindeloos. Het meest geweldige product van het lichaam is toch wel de geboorte van een kind.

Ook koesteren we soms onze tranen bij ontroering of het zweet na een mooie prestatie. Maar meestal zijn onze lichaamsproducten nogal ordinair of zelfs een beetje vies. Denk bijvoorbeeld aan poep, plas, slijm en snot. In dat laatste rijtje past een onbekend en onderbelicht lichaamsproduct waar ik graag wat meer over wil vertellen: oorsmeer.

Dun beschermend laagje

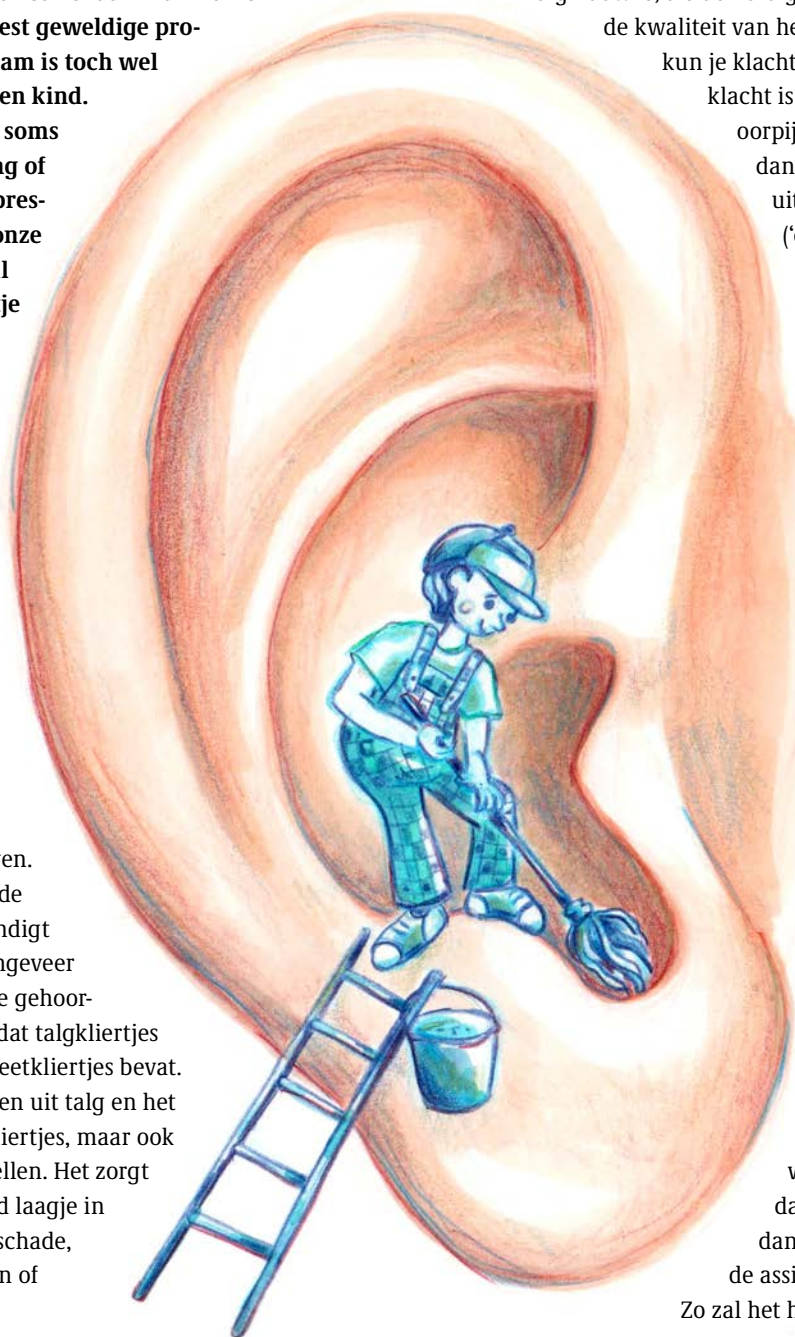
Oorsmeer, ook wel cerumen genoemd, is een vettig goedje dat gemaakt wordt in onze gehoorgangen. De gehoorgang begint bij de opening van het oor en eindigt bij het trommelvlies dat ongeveer 2,5 centimeter diep ligt. De gehoorgang is bekleed met huid dat talgkliertjes en 'vettige' (apocriene) zweetkliertjes bevat. Oorsmeer bestaat niet alleen uit talg en het 'vettige' zweet van deze kliertjes, maar ook uit afgestoten dode huidcellen. Het zorgt voor een dun beschermend laagje in de gehoorgang waardoor schade, bijvoorbeeld door bacteriën of water, minder kans krijgt.

Een 'oordouche'

Soms hoopt het oorsmeer zich op, bijvoorbeeld als de gehoorgang erg nauw is, als de huid geïrriteerd is of als door veroudering de kwaliteit van het talg afneemt. In die gevallen kun je klachten krijgen. De meest voorkomende klacht is een vol gevoel, minder horen en oorpijn. Als je deze klachten ervaart, dan kan de assistente van de huisarts uitkomst bieden. Met een kijkertje ('otoscoop') kijkt de doktersassistente of er inderdaad teveel oorsmeer is en zo nodig kan dit verwijderd worden met een soort 'oordouche': een straaltje water waarmee het oor wordt schoon-gepoeld.

Schoonmakende oorsprays

Opgehoopt oorsmeer komt best vaak voor. In Lent zoeken 1 op de 20 mensen hier hulp voor. Andere manieren om oorsmeer te verwijderen zijn met een klein haakje of een lusje, dit doet de huisarts. Eerst zelf behandelen kan ook. De drogist en apotheek verkopen schoonmakende oorsprays (bijvoorbeeld Audispray of Oroclean). Ga niet klooiën met wattenstaafjes diep in het oor, dit kan schade veroorzaken aan de gehoorgang. Blijf dus uit je oren en was alleen de buitenkant. Denk je dat je te veel oorsmeer hebt, gebruik dan gerust iets van de drogist of laat de assistente van de huisarts even kijken. Zo zal het horen gesmeerd blijven gaan.



tekst Floris van de Laar • illustratie Marije Braakman



**FRUITBEDRIJF - LANDWINKEL
CADEAUS - BOERDERIJTERRAS
VERGADEREN - CAMPERS**

dewoerdt.nl - Ressen

Huidzorg
CLINICS

15% KORTING

op één
behandeling
naar keuze!

Plan nu een
afspraak!





Così
Trattoria & Pizzeria

Thermionpark 30
6663 MM Lent
T 024 2001300

woensdag t/m zondag
17:00 – 22:00

EEN LEVEN LANG
GEZOND BEWEGEN
VOOR IEDEREEN

**het
Gymlokaal**



Wie zijn wij?

Het Gymlokaal Lent is een sport boutique met een nieuwe verfrissende kijk op fitness. Waar Lifestyle Coaches voor jou persoonlijke en hoogwaardige trainingsprogramma's maken. Een sport boutique waarin persoonlijke begeleiding gecombineerd wordt met onder andere de nieuwste trainingstechnieken voor fitness op maat in 30 minuten.

Onze diensten

- Sporten onder begeleiding van geschoolde trainers.
- Groot aanbod aan verschillende groepslessen!
- Om de drie maanden wordt de voortgang opgemeten.

Contact
024 - 204 5002
www.gymlokaal.com
info@gymlokaal.com

GRIFTDIJK NOORD 9B, 6663 AA LENT

ESPÉRANCE
ECHO CENTRUM

In het prachtige Thermion gebouw in Lent bevindt zich Echocentrum Espérance.
Al ruim 15 jaar specialist in medische echo's tijdens de zwangerschap zoals de 20-weeken echo.

Verwijzing via verloskundige of gynaecoloog



Thermionpark 11 in Lent
www.echocentrum-esperance.nl

Ontmoetingen bij... de Jumbo

Lente mensen

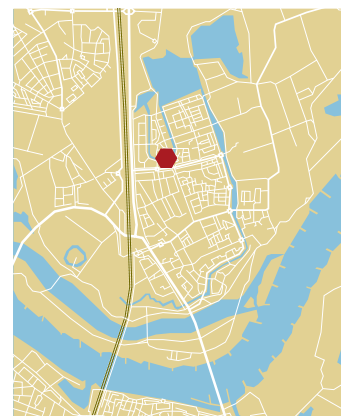
Het is stil tussen twee nummers van Lentse Lucht in, dagen van opluchting dat de deadline weer gehaald is, of stille tijd om nieuwe inspiratie op te doen... En toen was daar stille zaterdag en kwam het schrijven van dit artikel onder druk te staan door de vele leuke activiteiten rond Pasen. En daar was ineens het idee om het boodschappen doen te combineren met de ontmoetingen van deze maand, voor de deur van de Jumbo in Lent. Ook bij het boodschappen doen kun je elkaar tenslotte ontmoeten. Laten we eens kijken wat Pasen betekent en of er nog ruimte is voor de hoop waar het paasfeest tenslotte om draait. Wie komen we tegen, en wat willen ze kwijt?

Hoop voor de kleinkinderen

De eerste die de supermarkt uit komt lopen is Jellie van der Hoek, haar karretje is bescheiden gevuld. "Ik deed alleen nog wat verse aankopen nu, want ik had al eerder boodschappen gedaan." De betekenis van Pasen voor Jellie blijkt direct naar de herkomst van Pasen te wijzen. Op Witte Donderdag en Goede Vrijdag was ze dan ook in de protestantse kerk De Vierplek te vinden. En het meest kijkt ze uit naar de zondag, wanneer de opstanding van Jezus wordt gevierd. Waar Jellie vooral aan denkt bij 'hoop hebben'? "Ik hoop dat de volgende generaties ook hun geloof vinden. Ik hoop voor mijn kleinkinderen dat ze hier hun hoop in kunnen vinden, want ik geloof dat de wereld dat goed kan gebruiken."

Eitje tik

Ook de tweede persoon die we spreken ligt de jongste generatie nauw aan het hart: Tosca de Veen (72). Om die reden werkt ze nog altijd met veel plezier als vrijwilliger in de kinderopvang. Tosca is op weg om nog wat laatste boodschappen te doen. "Ik geef niet in het bijzonder iets om Pasen, maar wel altijd lekker om een lang weekend te hebben, in de tijd dat we nog werkten dan, haha. Wel gaan we natuurlijk lekker een eitje koken en dan het spelletje 'eitje tik', met de strijd om wie z'n eitje het langst heel houdt. Dat zorgt elk jaar weer voor een hoop lol!" Ze vindt het jammer dat haar dochter dit weekend weg is, maar ze snapt het wel, zelf gaan ze er ook veel uit. Zo is ze net terug uit de Flevopolder, waar ze zich verwonderde over de vele paddenstoelen. Haar hoop voor de lezer? "Dat men zich bewuster wordt van de omgeving; dat mensen meer kunnen genieten van de natuur en hun weg vinden in de wereld."



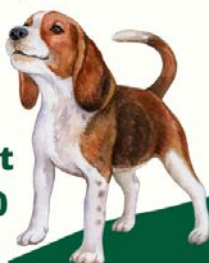
Jellie vol vreugde voor Pasen



Tosca op weg voor de laatste boodschappen



Vanaf **5 december** hebben wij een ruilkast voor denkspelletjes voor honden. Kom langs of kijk voor de spelregels op www.dierenklinieklent.nl



Dierenkliniek Lent
Laauwikstraat 20
024 3606422

Schoenmakerij Tweehuysen



Erkend Gildemeester

**Voor al Uw reparaties
en onderhoudsmiddelen**

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

www.schoenmakerijtweehuysen.com

Wil je weten wat je kind je wil vertellen met zijn of haar probleem?

Jouw kind kan je iets spiegelen van jezelf door je te raken. Als **Kindertolk** vertaal ik dat wat je zo bezig houdt bij je kind. Ik haal liefdevol en nauwkeurig een innerlijk deel van jezelf naar boven waar je weer contact mee mag maken. Zo kan je kind de spiegel loslaten.

**En kun jij weer de ouder zijn die je wilt zijn,
in contact met jezelf én je kind!**



Anke Zegers

jezelfgeheelinbeeld.nl

Eerst telefonisch
kennismaken?
06 19 21 43 45



Jezelf
GEHEEL IN BEELD



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

**Al meer dan 40 jaar een
begrip in Nijmegen Oost**



- ✓ Implantaten
- ✓ Mondhygiënist
- ✓ Kindertandarts
- ✓ Reguliere tandheelkunde
- ✓ Cosmetische tandheelkunde
- ✓ Bleken

☎ 024 323 33 66

🏠 Berg en Dalseweg 172,
6522 CC Nijmegen

www.tandartsnijmegenoost.nl

Samenkomen nog belangrijker

Intussen zijn Frank Giesen (39) en Sammie ((4) naar buiten gekomen; ze hebben wel tijd voor een gezellig praatje. Sammie vertelt met een grote glimlach dat ze met Pasen lekker eitjes gaan eten en Frank herinnert haar eraan dat de paashaas weer langs komt om de eitjes te verstoppert. Ditmaal is ome Michiel aan de beurt, weet Sammie. Frank vertelt hoe ze al jaren de traditie hebben om als familie samen te komen. "Dit jaar zijn we er ons zowel in mijn familie als in mijn schoonfamilie nog meer bewust van hoe belangrijk dit samenzijn is, nadat vorig jaar in korte tijd mijn vader en mijn schoonmoeder overleden..." Voor oma zal het een fijne afleiding zijn, ze geniet van de kleinkinderen om zich heen. Wanneer ik Frank vraag waar hij op hoopt, zegt hij te hopen op rustiger vaarwater. Met name wanneer je de tv aanzet geven de beelden uit Gaza en Oekraïne allesbehalve rust. Ook binnen Nederland hoopt hij op meer rust en hoop in plaats van de grote tegenstellingen in de politiek. Rustiger vaarwater, daar hopen we toch allemaal op?

Van de zorg naar de kassa

Sinds vorig jaar heeft Nancy Cornelissen (55) in ieder geval iets rustiger vaarwater gevonden. Vroeger altijd gewerkt in de zorg, maar dat werk ging tegenstaan. Het was heel intensief om als enige verantwoordelijk te zijn voor elf bewoners op een zorgboerderij met uiteenlopende zorgbehoeften. Verder was het ook fysiek zwaar, zeker na een gecompliceerde breuk in haar onderbeen. "Dat is een lang verhaal over de pomp van een zwembad, waar ik over gestruikeld ben. Die breuk maakte het lastig om te bukken om bijvoorbeeld steunkousen aan te trekken. Sinds januari 2023 werk ik dus hier, maar nóg moet ik er soms een krukje bij pakken..." Geen wonder dat ze het liefst achter de kassa zit, maar dat blijkt vooral vanwege het contact met mensen. Ze vindt het waardevol om iedereen oprechte aandacht te kunnen geven. Voor Pasen heeft ze niets bijzonders gepland, wel genoot ze donderdag van 'The Passion' op tv. "Het thema van dit jaar is wel een mooie boodschap. 'Geloof in jezelf,' zou ik tegen iedereen willen zeggen!"

Het opstaan maakt de held super

Of je nu gelooft in Jezus, Pasen het lentefeest wilt noemen, het liever bij de paashaas houdt, of nog even door zou willen praten over geloven in jezelf... Laten we als het gaat om hoop eens focusen op de veerkracht in de wereld. Want ook al zie je in de media veel ellende die door mensen is veroorzaakt, in deze rubriek ontmoeten we telkens weer zulke mooie mensen! Ik hoorde deze week (in een superheldenserie van de kinderen) iemand zeggen: "Het opstaan maakt de held super." Menige grote filosoof had de bedenker van die zin kunnen zijn, want of het nu de wederopstanding van Jezus is, iemand die na een paintball-nederlaag weer overeind krabbelt in zijn paashaaspak, de familie die na een overlijden samenkomt, of simpelweg het voorjaarsgroen dat tussen de steentjes door weer opkomt - het zijn allemaal tekenen van veerkracht! Tot zover de clichés, het is weer volbracht, dit artikel. Ik ga genieten van de stilte. En wellicht ontmoet ik jou binnenkort live voor het volgende nummer...

tekst en beeld Marije Brand





mansan
natural health & beauty

Rug - Nek - Schouder -
Knie - Elleboog - Hoofd -
Spier - Gewricht - **PIJN?**

ACUPUNCTUUR HELPT!

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

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

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

**NU VERKRIJGBAAR
IN ONZE WEBSHOP**

www.studiohartebeest.com



Het oudste verhaal ter wereld in muziek en beeld

**STUDIO
HARTEBEEST**

IDENTITEIT, INTERIEUR EN BEELDVERHAAL



**OSTEOPATHIE
LENT**

Frankrijkstraat 141
024 203 0216
osteopathie-lent.nl

Meer weten over wijn?

Als je meer weet over wijn, geniet je meer. Volg een wijncursus van Gerard Reijmer. Hij is vinoloog van de Wijnacademie, wijndocent en redacteur van wijntijdschrift Perswijn.



Voor de beginnende wijnliefhebber is er de cursus op niveau SDEN-2. Heb je al een goede basis kies dan de cursus op niveau SDEN-3. Elke avond proeven we 6 tot 8 wijnen. Locaties in Lent en Nijmegen op maandag of dinsdag avond.

De cursus SDEN 2 omvat vijf avonden, prijs 295 euro. Cursus SDEN 3 beslaat acht avonden, prijs 495 euro. De nieuwe cursussen starten eind september 2024

Bel of mail voor meer informatie:
gerard@foodteam.nl of 06-55157575.

**H INSTALLATIETECHNIEK
HULLENAAR BALK**



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

WWW.HULLENAARBALK.NL

Lentgenoten

De Burgerkamer

Van burgerparticipatie naar overheidsparticipatie

In Nijmegen brainstormt de GWBN (de overkoepelende organisatie van wijkraden) over een andere vorm van burgerparticipatie. Inzet is dat Nijmeegse burgers en ondernemers, gemeentelijke ambtenaren, het bestuur en de gemeenteraad, open en efficiënt samenwerken aan slechts één belang: 'Een leefbare stad voor alle burgers'.

Een illusie? Echt niet. De huidige versnipperde vorm met lobby-praktijken, wantrouwen en tegenstellingen, met 'een-paar-minuten-inspraak' op de politieke avond, bezwaarschriften, zienswijzen en lange procedures tot aan de Raad van State, werkt participatie juist tegen. Het lijkt meer een uithoudingswedstrijd om 'je-gelijk-te-krijgen' dan een samenwerkingsmodel van overheid en burgers.

In onze grondwet staat dat de volksvertegenwoordiger het mandaat bezit om, zonder last of ruggespraak, te handelen. Toen in 1848 ons democratische systeem zijn wortels kreeg, ging Thorbecke uit van een evenredige volksvertegenwoordiging. Armen en vrouwen (incapabel) werden nog uitgesloten. Politieke partijen bestonden nog niet. Nu zijn politieke partijvisies dé leidraad voor het beleid. Coalities worden gesmeed en partijbelangen overheersen.

Zolang deze partijen een achterban hebben en het algemeen belang dienen, is er niets aan de hand. Maar het vertrouwen in onze politieke vertegenwoordigers daalt (nu nog

maar 21%). Slechts 3,2% van de bevolking is partijlid en de opkomst bij gemeenteraadsverkiezingen was slechts 51% (data SCP 2022). Toch zegt 70% van de bevolking wel vertrouwen te hebben in een democratisch systeem. Wat is er dan mis? Hoe komen we tot een vertegenwoordigende democratie? Dat vraagt om 'anders-denken-en-doen' door burgers, politieke organisaties en overheidsinstellingen. Dat kan alleen maar door in dialoog te gaan, door samen te werken en wantrouwen los te laten. Dat eist inzet, tijd en verantwoordelijkheden durven delen.

Hoe?

Om voor burgers en politiek een brede achterban te realiseren, is een Burgerkamer een reële optie. Dit door de overheid gefaciliteerde burgerforum is een a-politieke plek. Een participatieplatform van onafhankelijke burgers en organisaties met, per onderwerp, wisselende leden en een evenwichtige volksvertegenwoordiging. In de Burgerkamer kunnen alle belanghebbenden per onderwerp samenkomen en staan de burger en een leefbare omgeving centraal.

De burgerkamer informeert, raadpleegt, adviseert, neemt initiatieven, denkt en doet mee, met als doel het algemeen belang in de gemeente/wijk/buurt te waarborgen. Eigen belang past niet in de burgerkamer; voor niemand! Politiek en overheid komen naar de Burgerkamer, waar betrokkenen elkaar open en tijdig informeren, overleggen, samenwerken en initiatieven nemen.

De gezamenlijke werkgroep Burgerparticipatie Nijmegen denkt intensief na over de mogelijkheden in de gemeente Nijmegen. Daarom richt zij binnenkort de Stichting SPINN op (Stichting Participatie INwoners Nijmegen). Zo hoopt Nijmegen een eigen vorm te vinden.

Gemeenteraad



B&W



Ambtenaren



Jenna Ekkelboom-van Deur



Léonie Schuijt-Overgoor



Raymond Smeets



Christa Verzijl



Miranda van de Burgt

tekst Léonie Schuijt-Overgoor
beeld Christa van Suilen-Verzijl

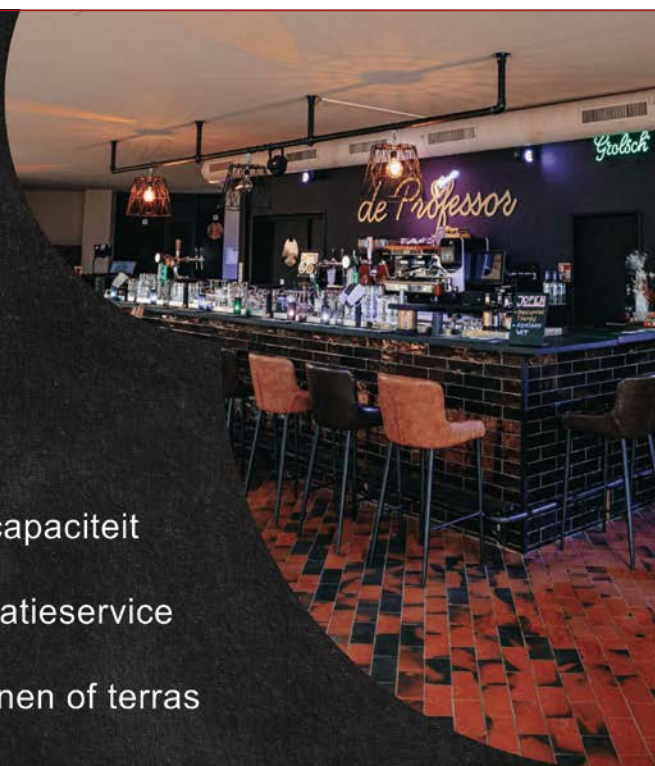


DE PROFESSOR
food - drinks - party

JOUW EVENEMENT, ONZE UNIEKE LOCATIE. SUCCES GEGARANDEERD

- Multifunctionele zaalverhuur: capaciteit voor 500 staand, 100 zittend
- Catering op maat, inclusief locatieservice
- Feesten tot 04:00 uur
- Groepslunches en -diners, binnen of terras

Meer informatie? Mail naar info@cafe-deprofessor.nl of bel naar 0621659224



 **sterker
Ouderenwerk**

Met een beetje hulp langer zelfstandig.

Wilt u nog veel zelf ondernemen?

Wij ondersteunen u hierbij met praktische hulp en advies.
Voor ouderen van 65+ in Nijmegen.

Neem gerust contact op:

☎ 088 - 00 171 21

✉ ouderenwerk@sterker.nl

🌐 www.sterkerouderenwerk.nl

Sunrise mindful sup

Mindfulness & Suppen



LENTSE PLAS

- Zondag 26 mei (07:30-09:30)
- Zondag 9 juni - ouder-kind editie (07:30-09:30)
- Zondag 8 september (07:30-09:30)



Dag van Noord



Zorg en welzijn

Na het succes van vorig jaar organiseren we voor de tweede keer de **Dag van Noord**. Tijdens deze dag zijn alle bewoners uit Nijmegen Noord – jong en oud – van harte welkom om te ontdekken wat er in ons bruisende stadsdeel te doen is op het gebied van:

- Fysieke gezondheid
- Mentale gezondheid
- Welzijn
- Hobby en ontspanning

We willen alle bewoners graag op een ongedwongen manier informeren over wat er allemaal in ons bruisende stadsdeel te doen is. Daarom organiseren we deze gratis interactieve marktdag. Zo kunnen bezoekers ervaren wat bepaalde activiteiten of initiatieven inhouden. En zorgen we ervoor dat bewoners en organisaties elkaar beter weten te vinden in Nijmegen Noord.

Interactieve markt

Op de markt is ook dit jaar weer veel te ervaren. Op gebied van fysieke gezondheid zijn bijvoorbeeld de buurtsportcoaches van de gemeente aanwezig. Maar ook Loopvereniging Nijmegen Noord en het Leefstijloket van het CWZ zijn present. Als het gaat om mentale gezondheid kan je laagdrempelig in gesprek met ervaringsdeskundigen op het gebied van psychische kwetsbaarheden (de levende bibliotheek). Welzijnsorganisatie Bindkracht10 is uiteraard van de partij, evenals de Buurteams en de STIP. Geïnteresseerd in hobby en ontspanning? Neem dan een kijkje bij de stands van Biljart-groep Stereffect of handwerkgroep Voortborduren. Wie weet raak je geïnspireerd om je bij een initiatief aan te sluiten of zelf iets te gaan organiseren.

Wanneer: zondag 9 juni 13.00 – 16.00 uur

Waar: Voorzieningshart De Ster, Queenstraat 37b1 in Lent

Meer weten?

www.gezond-in-nijmegen-noord.nl

Elone Quartel – Gezondheidsmakelaar GGD: 06 11 12 19 87 of

Paul Reuling – Opbouwwerker Noord Bindkracht10: 06 53 32 90 25
of paul.reuling@bindkracht10.nl

Oorlog in Lent door de ogen van Marietje



historie

Bij toeval ontmoette ik Marietje Janssen-Verhagen (100) in de werkplaats van Ambacht Haalderen, het bedrijf dat ooit werd opgericht door wijlen haar echtgenoot en nu wordt gerund door zoon Bart. Marietje is een kleine vrouw, misschien 1,50 meter. Daardoor zou je kunnen denken dat je te maken hebt met een frêle popje, maar vergis je niet: Ze heeft energie voor tien en haar geheugen is zo scherp als een mes. Ze stroomt bijna over van alle herinneringen

terwijl ze geanimeerd vertelt. Ze kan bijna niet rustig op haar stoel zitten en gebruikt veel haar handen tijdens het praten. Haar verhaal wil ze graag kwijt.

Het is daarom dat ik stukken uit door haarzelf opgeschreven herinneringen met u deel, in plaats van zelf een artikel te schrijven. Leest u mee over de oorlogsdagen van Marietje. Let wel: dit is maar een klein deel van wat zij opschreef.

1941

Juli 1941 verruil ik mijn werk van de Jamfabriek voor hulp in de huishouding bij de familie Berns in Lent. Mijn moeder moet gedacht hebben: weer een mondje minder, dat scheelt aan de tafel.

Nu kwam het oorlogsverhaal en de wederwaardigheden van twee kanten. Lent en Haalderen. In het weekend hoorde ik alles wat er in Haalderen gebeurde. Ik met mijn verhaal over Veur Lent. Ik vertelde dat ik elke avond melk kon halen bij Jacobs, burens tegenover, dat vader af en toe een brood meebracht. Ik was er zo eigen in dat gezin en noemde meneer en mevrouw vader en moeke. Hij was vertegenwoordiger van de meelfabrieken en van slaolie van Delft. De olie kwam in een vat aan, vader vulde zelf de flessen, en er schoot voor Moeke ook wat over. Als vertegenwoordiger kwam hij bij bakkers in de omtrek en kwam hij met een broodje thuis.

De schuilkelder

De nachten in de schuilkelder, ieder had een tas op de slaapkamer klaar staan met spullen erin die nodig waren mocht er iets gebeuren als er luchtalarm was. Ook ik had mijn koffertje. Luchtalarm vanuit je warme bed naar buiten naar de schuilkelder bij de familie van Kleef, die van overheidswege waren gebouwd om de bevolking een veilige plaats te bieden. Daarna weer in je koude bed. Het gebeurde vaak nachten achtereen, en de volgende morgen weer gewoon op tijd op om de boterhammen voor de kinderen te maken en haveremoutpap te koken. Elke morgen kwam ook de overbuurman Giesen zijn bordje pap eten. Als er appels of peertjes geschild moesten worden voor de inmaak hielp hij altijd mee schillen. De kinderen gingen met de pont in Nijmegen naar school. Theo en Jan naar de broeders in de Hertogstraat, Toos en Ria naar de zusters van J.M.J. op de Oude Stadsgracht. De winter van 1941/1942 was zeer streng en koud. Er lag zoveel sneeuw dat we samen met kinderen een sneeuwwhut gemaakt hebben, we konden er allemaal in staan. Ik heb er nog een foto van.

1942

De Waal ging dat jaar op 18 Januari dichtzitten. De ijsschotsen dreven tegen elkaar op en liepen vast. Er werd een pad gehakt zodat we over de bevroren Waal naar Nijmegen konden lopen. Auto's voor zover er die nog waren reden er ook zo over heen. Meestal waren het auto's van hoog geplaatsten, doctoren en Duitse wagens. Wel hobbelig maar je was zo aan de overkant. Het was een waar schouwspel.

Een schouwspel was ook het openbreken van de rivier. Medio Maart kwamen drie ijsbrekers het ijs weer opentrekken. Een grote stomer in het kielzog voorop, die de boeg op het ijs zette, en het brak, twee volgers ernaast schuin achter die het ijs verder weg duwden. Ik denk dat je zo iets maar eenmaal in je leven ziet. Beelden op je netvlies.

Ik woonde toentertijd in Lent aan de Veerдам, tussen spoor en Waalbrug. Deze waren door oorlogshandelingen zwaar beschadigd, niet bruikbaar. Er voer een pont heen en weer van Lent naar Nijmegen. Het huis stond vlak aan de straat, alles wat over de pont ging kwam bij ons voorbij. Zo ook nu op een Zaterdagmiddag.

Razzia! Duitse overvalwagens kwamen aangereden. Met daarin de Joodse slachtoffers. Het heeft me zo bezig gehouden en het is een van de diepste gebeurtenissen die in mijn leven is bijgebleven. Het wegvoeren van joden, die angst op hun gezichten.

1944 Tussen Spoor en Waalbrug.

Wanneer op zondag 17 september de parachutisten landen, hopen we: de bevrijding is nabij. Mensen drommen samen om een veilige plek te zoeken, soms met meer dan honderd bij elkaar, dan voelt men zich veiliger. Voor de nacht zoeken we onze toevlucht bij Jacobs in de schuren onder aan de binnenkant van de dijk. We verwachten immers het vuur van de andere kant. Stro wordt op de grond uitgespreid. Strobalen opgestapeld, enkele rijen dik als een muur voor eventuele rondvliegende scherven. Je wist niet waar je veilig was. Weer anderen hadden buiten een schuilplaats en zaten dicht bijeen, er was geen ruimte om je benen even te strekken.

Wij zaten met vele gezinnen bij elkaar. o.a. de familie Pekel die tijdens het bombardement van Nijmegen twee zonen verloren had. Bewoners van Hotel Lent, de heer en mevr. v. Kol, die met een woonboot in het haventje woonden, The en Jo Braam met zijn gezin, familie v.d.Zande, Bertus Hofs met zijn moeder, fam. Franssen, het gezin Berns, de familie Jacobs zelf, Roelfen en zijn vrouw. Enkele grote melkbussen stonden gevuld met melk waar de een na de ander uit ging drinken. Wat onwennig gingen we de eerste avond slapen naast elkaar in het stro met onze kleren aan, de schoenen aan het hoofdeinde. Je kon nooit weten.

Maandag 18 September

Je wordt vreemd wakker, wat gaat er gebeuren, toch nog even brood halen bij bakker Peters, de winkel is nog open, maar ook hier angstige gezichten. Van der Zande, een schokkervisser die met zijn schokker net even voor de waalbrug lag, had nog verse paling, moeder Jacobs maakte er een lekker soepje van. De maandag was nog vrij rustig hoewel het schieten richting Beek en Nijmegen steeds dichterbij kwam en zagen we de rookpluimen steeds groter worden. Het werd spannend. Steeds meer mensen kwamen binnen, vooral uit de Schans. Ze kunnen niet allemaal binnen de strobalen, dan maar daarachter. Ook daar wordt stro op de grond gelegd.

Dinsdag 19 September

Het schieten komt steeds dichterbij. Granaten ontploffen, vliegtuigen scheren laag over. De schrik komt er goed in. De Duitsers hebben hun stellingen langs de Lentse kant ingenomen. Het vuur komt nu van twee kanten. Vuur en tegenvuur. Niemand waagde zich nog buiten, alleen v.d. Zande die onbevange de Duitsers te woord stond. Hij bleef op zijn post. Hij hield ons op de hoogte. Vertelde dat de strijd om Nijmegen hevig was. Moeke Berns was heel erg gespannen, ze was in verwachting van haar zesde kind. Ria wiegde steeds maar heen en weer, met haar vingers in de oren gestopt en maar roepen: wanneer scheidt de oorlog uit, wanneer scheidt de oorlog uit!

Lees verder op pagina 19

De Wijnspecialist in Nijmegen Noord

*Soms word je geraakt door een wijn
en wil je dat iedereen erdoor betoverd wordt.*



www.redtemplewine.nl

Ter introductie nu 10% korting
met kortingscode Welkomnoord10

Op vrijdag besteld, voor het weekend in huis!
Laat je verleiden, meevoeren en geniet van
heerlijke wijnen tijdens de Feestdagen.

Wil je thuis lekker kokkerellen, bel me gerust
voor een wijn-spijs advies.
Ik verzorg ook Kerstpakketten en
belevingsproefavonden voor
particulieren en bedrijven.

Salute!
René Thijssen Register Vinoloog

Volg ons op    Red Temple Wine | www.redtemplewine.nl | René Thijssen | Tel. nr. +31652383824

PMU NIJMEGEN
PERMANENTE MAKE UP

*DÉ PRAKTIJK VOOR
PERMANENTE MAKE UP
WAAR MAATWERK EN PERSOONLIJKE
AANDACHT VOOROP STAAT!*

POWDERBROWS
OMBREBROWS
COMBIBROWS
HAIRSTROKES
EYELINER



OUDEDIJK 2 6663 KT LENT (NIJMEGEN NOORD)
(GRATIS PARKEREN VOOR DE DEUR)
WHATSAPP 06 24 170 150
INFO@PMUNIJMEGEN.NL

WWW.PMUNIJMEGEN.NL




eco-architecten.nl



Wienen
accountants en adviseurs

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



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

**Wools
Bloemen
van Schaijk
Advocaten**

WBvS Advocaten is hét allround advocatenkantoor
in Nijmegen en Elst voor al uw juridische vragen,
problemen, mediation en procedures. Dicht bij
Lent en makkelijk bereikbaar.

- Arbeidsrecht
- Verbintenissenrecht
- Echtscheiding
- Mediation
- Ondernemingsrecht
- Incassozaken
- Contracten
- Personen- en familierecht
- Burenrecht



Nieuwe Aamsestraat 88a te Elst
Oranjesingel 75 te Nijmegen
T 0481 - 365252 | E info@wbvs-advocaten.nl
www.wbvs-advocaten.nl

Iedereen was bang, Het was ook zo onwerkelijk. Als je alleen geluiden hoort en niet weet van hoe en wat er staat te gebeuren. We durfden die nacht bijna niet te slapen. Zelfs het ritselen van het stro maakte je bang,

Woensdag 20 September

Met angst en beven wachten we de komende dag af. Mitrailleurs ratelen onophoudelijk, granaten ontploffen, vliegtuigen in de lucht, de strijd is op zijn hevigst. Het is werkelijk geen minuut stil. Niemand durft zich te verroeren. In nood leert men bidden. Marietje bid jij maar voor, tientje na tientje, rozenkrans na rozenkrans, en telkens weer je hoofd naar beneden buigen als er een slag heel dichtbij is. Mijn tong was als zoolleer. Drink maar wat melk, zeiden ze dan, melk die bestemd was voor de baby's en kleine kinderen. Maar bid.

Toen het op z'n hevigst was kwamen drie Duitse soldaten bij ons binnen, met het geweer in de aanslag. Ze zeiden "Sie haben es verraten." "Nein, antwoordden we, Nein, das haben wir nicht. Iedereen moest met de handen omhoog gaan staan terwijl een Duitse militair het geweer op de voorbidster Marietje richtte en haar toesnauwde: "Bete sie noch." Als verlamd was je. Twintig jaar, flitste het door je gedachte, het is voorbij. Ze draaiden zich om en namen twee mannen mee achter de stobalen. Vader Berns en Bertus Hofs. Moeke het mag niet, flitst het door je heen. Moeke in verwachting van haar zesde kind. Je verwachtte schoten. Grijs en asgrauw, getekend door de angst kwamen de mannen weer bij ons zitten. Gelukkig gingen de soldaten weg. Al was je bang dat ze nog handgranaten naar binnen zouden gooien.

Tussen al die geluiden door dat horen en zien verging, granaat inslagen, het ratelen van de machinegeweren, horen we opeens een ander geluid. Tanks wordt er zacht gemompeld, tanks, zouden ze de brug overkomen. En dat terwijl wij elk ogenblik het springen van de brug verwachtten. Iedereen was doodstil, niemand durfde zich nog te verroeren, terwijl de strijd doorging en bang dat de Duitsers terug zouden komen. Het werd stil, akelig stil.

Het was vroeg in de morgen van 21 September dat burens van de overkant in onze schuilplaats kwamen. De Engelsen zijn er, ze zijn gisteravond al bij ons in de schuilkelder geweest. Bij Hof van Holland zijn ze aan land gekomen. Maar kom zeggen ze, de Oosterhoutse dijk staat in brand. We moeten blussen. Terwijl de mannen naar buiten gaan om te blussen, bidden we met de achterblijvers het Te Deum als dank. Met man en macht werd er geblust. Bij Braam werd emmer na emmer vol water gepompt en als een ketting doorgegeven naar de mannen die op een ladder tegen de gevels stonden. Hun silhouet tekende zich schril af tegen de hoog opblaaiende vlammen.

Het gevaar was nog niet voorbij. Terwijl we water aan het pompen waren, kwam een geallieerde soldaat het huis doorzoeken of er nog ergens Duitsers binnen waren. Zijn gezicht, zijn tronie een en al angst, schuim op zijn mond van de doorgestane angst van de oversteek. Je vergeet het nooit. Onze bevrijders. De vreugde was niet

van lange duur. We kregen nu te maken met het Duitse vuur. De geallieerden kanden de hele buurt af. Alle huizen werden doorzocht en waar ze het niet vertrouwden gooiden ze een handgranaat in.

Het werd nu te gevaarlijk om aan die kant van de dijk te blijven, we gingen naar de schuilkelder aan de andere kant van de dijk. Het huis van de familie Berns had flinke voltreffers gekregen. Maar de gewelfde kelder was intact en een goede schuilplek. De familie van de Zande zat ook bij ons in. De geallieerde militairen kwamen ook af en toe binnen, als het tenminste even rustig was. De Duitsers namen de bruggen elke avond onder vuur. Ondanks dat de geallieerden 's avonds alles in de mist zetten.

Zoals die avond, waren er ook soldaten bij ons in de kelder, we hoorden een fel fluitend geluid, daarna een inslag van een bom die een grote krater in het weiland sloeg, niet verder dan vijftig meter bij ons vandaan. De bom was bedoeld voor de brug,

Het is nu wat later (gedachten na 60 jaar)

Een bom sloeg
een diepe krater
in het gras.
Dat eertijds ongemoeid was

Een bom suisde
rakelings
langs de huizen.
Het is nu later
in je leven.
de krater, is gebleven.

1945

Oudjaarsavond brak bij moeke het water, de geboorte kondigde zich aan. Moeke zei "Marietje wil je de wieg en benodigde spullen van boven halen." Het stond bij de familie Vink op zolder. Moeke moest naar het ziekenhuis in Schijndel gebracht worden. Gelukkig had pappie Kortenhof de auto meegenomen, het was die avond spiegelglad op de weg. Vader kwam die nacht niet thuis en bleef bij moeke. Het kindje Ton genaamd liet nog een paar dagen op zich wachten. Maar wat waren we allemaal blij, een kindje erbij. Ik weet nog dat ik een oud stukje breiwerk uitgerafeld heb en daar een mutsje van hebt gehaakt, Ton was zo'n klein poppetje het mutsje was te groot, moest nog even blijven liggen.

Het duurde tot April toen de strijd weer in alle hevigheid begon. Bij de brug van Remagen werd nog hard gevochten, de Duitsers werden teruggedreven tot in Berlijn. 4 Mei 's avonds om 8 uur kwam op de radio het bericht dat Duitsland capituleerde. De oorlog voorbij, vijf lange jaren. Je weet niet wat er door je heen gaat. Vrij! Vrij!!!

Inleiding, keuze citaten en beeld Marion Zwart

FEESTJE VIEREN?

DAAR IS WAALZICHT GOED IN! Jouw gelegenheid + onze locatie = Een geslaagd feestje. Neem vrijblijvend contact op en we gaan samen op zoek naar de mogelijkheden. "Mooi wordt het sowieso"



**CAFE / ZAAL /
TERRAS / LOUNGE**

Mail: info@cafewaalzicht.nl
Website: cafewaalzicht.nl
Facebook: @waalzicht
Instagram: @cafe_waalzicht



Waa sprong

**Gratis 1,5 uur parkeren
op parkeerdek P1**

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

Solliciteren? Kijk op www.ahxlwaalsprong.nl
Oranje Marieplein 8, 6663 RL Lent



Tuinontwerp, realisatiebegeleiding en onderhoud

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769

SK superkeukens

8.3 1443 beoordelingen
★★★★★☆☆

Jouw keuken, onze inspiratie!

Jij maakt 'm super

**Rodez beton
terragrau**

Compleet met:
Bora inductie-kookplaat,
Etna Oven, Etna vaatwasser,
Etna koel-vriescombi,
Lanesto RVS spoelbak.

compleet
met apparatuur
€ 7.600,-
340 x 186 cm



Superkeukens Huissen Nijverheidsstraat 15, Huissen Tel. (026) 326 99 80 www.superkeukens.nl

Scouting Lent



Verenigingen

Scouting Lent werd in 1947 opgericht en was destijds gelieerd aan de kerk. Dat was ook af te leiden uit de naam: Scouting Lent Sint Bernardus. De scouting beleefde in de loop van haar bestaan hoogtepunten en dieptepunten. Lentse Lucht sprak met voorzitter Erik Mes (48) om te bekijken hoe Scouting Lent er anno 2024 voor staat.

Erik Mes, in Nijmegen geboren bewoner van Nijmegen Noord, is al praktisch zijn hele leven betrokken bij scouting. In de basisschoolleeftijd speelde hij vaak met een vriendje dat op zaterdag nooit kon, omdat hij op scouting zat. Om dat probleem te ondervangen nam het vriendje hem een keer mee naar scouting in Nijmegen Oost. Het sprak de kleine Erik zo aan, dat hij scouting nooit meer losgelaten heeft. Voordat Erik zich in 2019 aansloot bij Scouting Lent was hij actief bij zijn oude club, Scouting Paul Kruger in Nijmegen Oost. Regelmatig fietste hij door Lent en kwam dan langs de Blokhut van Scouting Lent aan de Parallelweg. Daar hing al tijden een spandoek met de tekst: Wij zoeken mensen. Erik besloot de Blokhut te bezoeken en trof daar de toenmalige voorzitter Harrie Rikken. Die vertelde dat er nog maar enkele kinderen lid waren en dat er een tekort aan vrijwilligers was. Erik: "Ik besloot me in te zetten voor scouting in Lent, want er was verder niets op dat gebied in Nijmegen Noord en Lent. Mijn ervaring bij Paul Kruger kwam daarbij goed van pas. Het eerste wat ik deed was een plan van aanpak schrijven en actief op zoek gaan naar vrijwilligers. Door mijn netwerk bij de Nijmeegse scouting en de hulp van onder andere Paul Reuling van Bindkracht 10 lukte het om voldoende mensen te vinden om te starten."

We zijn volop actief en willen als groep zichtbaar zijn in de wijk

Corona

Scouting Lent maakte op 7 maart 2020 een doorstart. Een week later sloeg corona toe en werden alle groepsactiviteiten in Nederland verboden. Erik koos ervoor om met de net aangemelde kinderen, 20 à 25, online door te gaan. Hij gaf ze iedere week nieuwe opdrachtjes en het lukte hem om de kinderen bij de club te houden. Gelukkig mocht scouting, als één van de eerste organisaties in Nederland, na vier maanden weer open. We zijn nu vier jaar verder en het aantal kinderen bij Scouting Lent groeit nog steeds. Momenteel zijn er bij Scouting Lent 24 Welpen (7-11 jaar), 20 Scouts (11-15 jaar) en 3 Explorers (15+). Elke zaterdag hebben ze buitenactiviteiten zoals hutten bouwen, bosspellen

en speurtochten, maar ook doen ze aan creativiteit en is er aandacht voor de samenleving. Erik: "We zijn volop actief en willen als groep zichtbaar zijn in de wijk. Daarom helpen we bijvoorbeeld mee bij de dodenherdenking en de avondvierdaagse."

Binnenkort Bevers?

Scouting Lent zit vol ambities. Erik: "We zitten voor de Welpen helemaal vol, maar de groepen Scouts en Explorers willen we nog laten groeien. Ook hebben we het voornemen om met een nieuwe groep van start te gaan voor de allerjongsten (5-7 jaar), de Bevers genoemd. Hiervoor zijn nieuwe vrijwilligers nodig. Zodra we er genoeg hebben, gaan we van start." Voor aanmelden, zowel van kinderen als van vrijwilligers: info@scoutinglent.nl

tekst Joop Koopman • beeld Lenny Rijken

Oeps.. foutje!

Dit zijn de gft-containermissers





Kattengrid



&

Uitwerpselen
van dieren



Restafval



Hout



Grof afval



www.dar.nl/gft    

Dar®
...en 't is weer fris!



erloskundigenpraktijk Partus

Tweede locatie per mei geopend in
Lent Living-Inn
Truus Gelsingstraat 213
6663 RE Lent

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

Meijer en ten Hove



uitvaartverzorgers 06 340 450 01
www.uitvaartverzorgernijmegen.nl

Afscheidshuis Lent

Meijer en ten Hove Uitvaartverzorgers

Gewoon omdat het al moeilijk genoeg is

024 7508465 06 34045001

www.uitvaartcentrumlent.nl



Kwaliteitsregister
Uitvaartverzorgers
Ed ten Hove-Meijer
John ten Hove-Meijer



KEURMERK
PERSOONLIJKE UITVAART

Lentse Wolkjes

Ecologisch verantwoorde tuinvrouw snoeit, wiedt, maait, plant, vlecht heggen in siertuinen en moestuinen bij particulieren, bedrijven en organisaties. Ik werk vaak samen met Tuinco Weer naar Buiten. Meer info: 024-7519228 en <https://tuinvrouwnijmegen.org>.

Koop lokaal bij boekhandel de Toren van Bommel. Een divers en interessant aanbod boeken (literair, thrillers, non-fictie, kinderen, jongeren, regionaal). Op voorraad en te bestellen. Ook tweedehands: boeken, muziek, films. Dorpsstraat 42, Bommel. Vier kilometer van Lent. Geen parkeerkosten. Info: www.torenvانبommel.nl

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

Maak eens kennis met opstellingenwerk in de Lentse Dorpsschuur. Elke 3e woensdag vd maand een (familie) opstellingenmiddag en diverse workshops. Ook welkom voor individuele sessies, voor opvoedopstellingen (bij gezinsvraagstukken) en human design opstellingen. Zie: praktijkvoorsystemischwerk.nl/agenda

Dammen iets voor jou? Kom eens kijken bij de jeugdafdeling van Damclub Lent op Sportpark Vossenpels, Jo Eversstraat 3. Iedere vrijdagavond welkom van 18.30-19.30 uur, senioren vanaf 19.45 u. Deskundige begeleiding aanwezig. Info: 024 3600137, tijdens de clubavond.

Vakkundig Pianostemmen en Reparatie. Ook voor een goede gebruikte piano of advies. **Jos Rensen, De goed gestemde pianostemmer**, www.rensenpianoservice.nl Vrouwe Udasingel 251, 06 23837559. Tarief € 90,- incl. btw.

Creatief schrijven voor beginners. Maak kennis met verschillende dicht- en verhaalvormen in zes interactieve bijeenkomsten op woensdagavonden van 19:30 tot 21:30. Start: 22 mei. Voor meer informatie kijk op www.inktlapje.nl

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

Wil je **meer plezier, energie en vertrouwen in je leven?** Het leven leven is **kiezen voor jezelf** op alle niveaus. Vanuit liefdevolle betrokkenheid, oordeelloosheid en scherpzinnigheid begeleid ik jou. Neem vrijblijvend contact met mij op: www.minkedenhollander.nl of bel 06-12085150.

Fysio, Fit & Zen bij Ush en Arent. **Massage, fysio-, manuele-, bekkentherapie & trainingen voor vrouwen & partners.** ZwangerFit, VrouwFit & Zen, Mama Herstel en Goddess Yogalessen. Met je baby of kindje? Neem contact met op via: www.gewoonbijush.nl of 0653723616.

Heb jij al geademd vandaag? Wil je meer ontspanning ervaren en in verbinding komen met je lijf? Voel je welkom bij **Muni Yoga. Yin en vinyasa yogalessen** in basisschool de Boomgaard in Lent, yogaretreats. Meer info: www.muniyoga.nl

Een Lents Wolkje plaatsen van max. 40 woorden? Een particuliere mededeling of oproep kost € 6,00 en een zakelijke € 15,00. Vóór sluitingsdatum 14 mei 2024. Betaling via NL69 RABO 0127 9961 33 en tekst naar wolkjes@lentselucht.nl.



FYSIOTHERAPIE LENT

Locatie Thermion

Thermionpark 6
6663 MM Lent

Locatie St. Jozef

Lentse Schoolstraat 25
6663 CP Lent

Locatie de Boog

Dick Boerrigterplein 2
6663 RC Nijmegen

www.fysiotherapielent.nl

info@fysiotherapielent.nl

024-3094503



Leonard van Munster



Terugblik

In 2017 schreven we over de Lentse kunstroute die eerder dat jaar, op 23 september, was geopend door wethouder Bert Veldhuis. Door een vakjury werd een aantal kunstwerken uitgekozen, maar het publiek mocht er ook een kiezen en dat werd een schaalmodel van een Lents boerderijtje. De foto van de kunstenaar,

Leonard van Munster (1972), poserend voor zijn kunstwerk, werd geplaatst op de voorpagina van het novembernummer. Op dit moment is het kunstwerk in gevaar, want het moet wijken voor nieuwbouw. Lentse Lucht zocht de kunstenaar op in zijn woonplaats Amsterdam.

Milieuvriendelijk

“Met plezier denk ik terug aan de periode dat ik in Lent was om het kunstwerk te maken. Ik maak kunst in de publieke ruimte. Anders dan in een museum kan iedereen mijn kunst gratis bewonderen, je hebt er geen kaartje voor nodig. Momenteel ben ik bezig met een kunstwerk voor een klein dorpje in Friesland. Er wonen maar 250 inwoners en het dorp dreigt te verdwijnen onder de druk van het nabijgelegen Leeuwarden. Vermogende stedelingen kopen huizen in het dorp, maar hebben geen interesse in het verenigingsleven. De gemeenschapszin verdwijnt op deze manier. Het wordt een groot kunstwerk, dat de dreigende vernietiging van het dorpje symboliseert.”

Kas

“Toen ik in Lent werkte aan mijn kunstwerk, fietste ik wel eens door het dorp en ben ik in een paar bloemenkassen wezen kijken. Ik raakte zo geïnspireerd door de

Lentse kassen, dat ik er zelf een gebouwd heb en nu gebruik als atelier. Ik kon van de gemeente Amsterdam een stuk grond pachten en bouwde daar een kas van 40 bij 12 meter en 6 meter hoog. De kas ligt aan een wandel- en fietsroute en veel mensen stoppen om te komen kijken als ik aan het werk ben. De ruimte in mijn kas beschouw ik als mijn canvas. Een kunstschilder die met zijn canvas in de weer is, kan iets wat hem niet bevalt zo weer overschilderen. Ik werk eigenlijk ook zo. Kunstwerken van mij die afgeschreven zijn komen hier vaak weer terug en daar maak ik dan weer nieuwe kunst van, ik recycle ze als het ware.”

Respectloos

“Net voor de kerst vorig jaar kreeg ik een telefoontje van de gemeente Nijmegen dat het kunstwerk over twee weken weg moest. De kunstcommissie van de gemeente was niet ingelicht. De gemeente bood een nieuwe locatie aan, maar dan moest ik het kunstwerk

wel halveren. Voor een nieuwe locatie had men het dierenweijtje in Lent in gedachten. Het kunstwerk zou hier volledig wegvallen in de omgeving, bestaande uit een aantal mini-boerderijachtige dierverblijven. Ik vond het aanbod respectloos. Vergelijk het met de vraag aan een schilder of hij een blauw geschilderd schilderij wil afleveren zodat het bij de blauwe bank past of een stuk van een doek wil afsnijden zodat het past in de wissellijst die ze nog hebben staan. Als de gemeente zich inzet, is er vast wel een goede vervangende plek te vinden. Ik weet ook wel dat alles tijdelijk is en wil verder ook geen klagende kunstenaar zijn, maar weet wel dat dit kunstwerk erg geliefd is bij de bevolking. De gemeente heeft hier geen boodschap aan. En om J. Boomgaard (adviseur kunst en openbare ruimte te Amsterdam) te citeren: ‘Als kunst zo snel vernietigd wordt, krijgt het weinig kans om kunstgeschiedenis te worden.’”

tekst Joop Koopman

beeld Archief Leonard van Munster

Lentse Lucht

Maandelijks uitgave
voor en door Lentenaren

NOVEMBER 2017
jaargang 20

9

HOF VAN HOLLANDART GEOPEND



WATERSPORT SPIEGELWAAL
9

BEWONERS EIKPUNT
14-15

SCHOLINGSPROJECT WEST-PAPOEA
20-21

Ontspanning & Heling

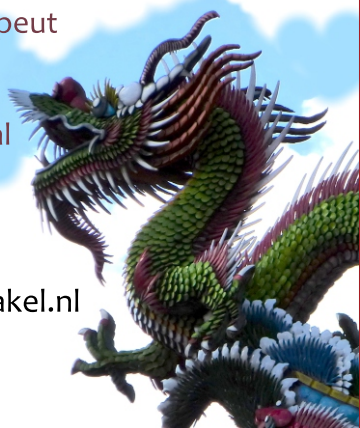
Maarten van Bakel

Gediplomeerd
massagetherapeut

- shiatsu
- cranio-sacraal
- intuïtief
- klankschalen

maartenvanbakel.nl

KVK-nr 88118010



Wij kunnen helpen als je kind:

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

Preverbale logopedie
voor kinderen van 0 tot 2 jaar

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



Volg ons
op instagram
voor tips!



GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT



www.deopstap-nijmegen.nl

Gratis Open Lessen op
zaterdag 2 en zondag 3
september 2023.

(U kunt zich hiervoor
inschrijven via de
website)

Vaak overprikkeld?

De Beweegpraktijk leert u hoe
prikkelverwerking werkt bij jong &
oud en helpt balans te (her)vinden. De
Beweegpraktijk helpt!

DEBEWEEGPRAKTIJK

Oefentherapie Cesar en Mensendieck

De Beweegpraktijk

voorheen Oefentherapie Cesar de Lint



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

scan QR-code
voor contact!



EEN LEVEN LANG
GEZOND BEWEGEN
VOOR IEDEREEN

mmfysio

Onze specialiteiten

- Sportfysiotherapie (o.a. hardlopen, zwem- en balsporten)
- Handtherapie
- COPD
- Covid-19 revalidatie
- Manuele therapie
- Schouderklachten
- Artrose
- Rugklachten
- Leefstijlprogramma: de beweegkuur



Sammy Tilburgs



Joris Botman



Loes Bons



Kasper Vullings



Luc Eltink

Leefstijlprogramma: de beweegkuur

De BeweegKuur GLI is bedoeld voor mensen met overgewicht of obesitas. Het gaat om mensen met een inactieve leefstijl, die gemotiveerd zijn om hun gedrag te veranderen. Een Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) is een leefstijlinterventie met aandacht voor de combinatie van bewegen, voeding en gedrag.

Maak een afspraak

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

GRIFTDIJK NOORD 9B, 6663 AA LENT

Lents Allerlei

Nimma Sportzomer opent met een driedaags watersport event



Ontdek watersport en geniet van het water om de hoek! Op donderdag 23, vrijdag 24 en zaterdag 25 mei 2024 vindt het openingsevent van de Nimma Sportzomer plaats bij watersportcentrum Het Bastion. Jong en oud kunnen op de Spiegelwaal gratis kennismaken met zeilen, kanoën, suppen en andere watersporten. Ervaren instructeurs staan klaar om jullie op weg te helpen. Op donderdag en vrijdag is er een programma voor kinderen van groep 5 tot en met 8 met minimaal zwemdiploma A. Op zaterdag is er een programma voor alle leeftijden. Programma en inschrijven: www.nijmegen.nl/nimmasportzomer

Ga in gesprek met D66 raadslid Erik Verschuren

Iedere derde woensdag van de oneven maanden houdt raadslid Erik Verschuren van 10 tot 11 uur een open spreekuur in bibliotheek Marienburg. De eerstvolgende keer is 15 mei. Het spreekuur is zonder afspraak. Het mag gaan over alles wat de inwoners van Nijmegen bezighoudt en waar de gemeente een rol in heeft: jeugdzorg, vuilnis ophaal, straatlantaarns, parkeerbeleid, sportfaciliteiten, armoedebeleid et cetera. Vragen, maar ook zorgen, ervaringen of opmerkingen zijn welkom. "Als huisarts weet ik hoe belangrijk het is voor mensen om gehoord te worden en hoe inspirerend persoonlijke verhalen zijn. Juist die verhalen helpen mij om mijn werk als volksvertegenwoordiger goed te doen. Ik kan in ieder geval luisteren en misschien kan ik burgers op weg helpen."

Loop mee tijdens de collecteweek



Heb jij een paar uurtjes tijd over, wil je nieuwe mensen leren kennen of gewoon iets goeds doen voor je medemens? Meld je dan aan als collecte-vrijwilliger bij de Maag Lever Darm Stichting. Dagelijks sterven er mensen aan spijsverteringsziekten, zoals darmkanker. Help jij ook mee aan een gezonde spijsvertering voor iedereen? De collecteweek vindt plaats van 17 t/m 22 juni. Ga naar: mlds.collecteweb.nl/aanmelden of meld je aan via de QR-code.

Nationale Dodenherdenking 4 mei: ook in Lent

In heel Nederland zijn wij op 4 mei om 20.00 uur twee minuten stil. Ook in Lent vindt deze plechtige herdenking plaats. Het begint om 19.40 uur bij het monument bij de Geldershofschool aan de Laauwickstraat en duurt ongeveer een half uur. Het Orkest Music & More onder leiding van Sander Waamelink verzorgt de muziek. U bent van harte welkom!

Avondvierdaagse Nijmegen-Noord, Lent en Oosterhout

Dit jaar vindt de avondvierdaagse plaats van 28 t/m 31 mei. En ook dit jaar kun je weer kiezen voor verschillende afstanden. De inschrijving opent half april via de website. Houd onze socials en website in de gaten voor het laatste nieuws! Vorig jaar hadden we een recordaantal lopers, wat ook de nodige uitdagingen met zich meebracht. Om de avondvierdaagse veilig te laten verlopen, zijn we daarom vooral op zoek naar verkeersregelaars. Moeilijk? Nee! Leuk? Ontzettend! Help je mee? www.avondvierdaagsenijmegennoord.com

Jaarlijkse Zonnebloemmarkt: 5 mei

Een mooie Lentse traditie. Voor de twaalfde keer alweer! Zondag 5 mei van 10.00 tot 15.00 uur vindt weer de jaarlijkse Zonnebloemmarkt plaats (Steltsestraat 18). Moederdagcadeautjes, voorjaarsbloemen, gezelligheid, curiosa, loterij, mooie verhalen, zelfgebakken taarten (zoet en hartig!). En wie weet raakt u wel geïnspireerd door onze vrijwilligers die zoveel goed werk doen. Versterking is altijd welkom. De opbrengst van deze markt is 100% voor de Zonnebloem afdeling Lent.

10e editie Lentse Pinksterit



Op 20 mei vindt weer de ultieme toertocht plaats voor klassieke autoliefhebbers in Lent en omstreken. Bent u in het bezit van een young- en/of oldtimer/kleine vrachtauto (minimaal 25 jaar oud), cabriolet of exoot (ongeacht leeftijd)? Rijd dan gezellig deze dag met ons mee! Inschrijven: lentspinksterit@gmail.com of 024-3603137 (na 18:00). We verzamelen tweede pinksterdag, 20 mei, om 10:00 uur aan de Oosterhoutsedijk te Lent. Komen jullie ons uitzwaaien?

Geslaagde 1 aprilgrap



In de vorige editie van de Lentse Lucht stond een artikel over de omvorming van het Spiegelbos tot een stadspark. Niet iedereen had door dat het om een 1 aprilgrap ging. Gelukkig gingen de mensen die er in traptten met een goed gevoel naar huis, want ze hadden toch het nodige haardhout weten te scoren.

Beeld: Lentse Lucht



INHOUSE



auping



ROT
PUNKT
KÜCHEN
Centre of life

OPENINGSTIJDEN:

Ma 13:00 - 17:30 uur

Di - Za 10:00 - 17:30 uur

Zo 12:00 - 17:30 uur

Jansen
totaal wonen

EST. 1966

15.000 m²
woonplezier
onder
één dak!

ELKE
DAG
OPEN!

Karstraat 95 Huissen | Elke dag open! | 15.000 m² wooninspiratie | ★★★★★ 9.1/10 klantwaardering

jansentotaalwonen.nl

OP ZOEK NAAR EEN NIEUWE OF GEBRUIKTE FIETS?

BEKIJK ONLINE ONS ASSORTIMENT

www.wheelstweewielers.nl

Plantverkoop

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

Waarvoor kunt u bij ons terecht:

- 📄 Professioneel advies
- 📄 Advies in onderhoud
- 📄 Levering van planten
- 📄 Inplanten
- 📄 Openingstijden en aanbiedingen

Woensdag t/m zondag geopend.

Kijk op onze website voor de openingstijden.

www.gekniptvooruw tuin.nl

Laauswikstraat 3a 6663 CD Lent

Geknipt
voor uw tuin

Kom gerust bij ons kijken!

**sneller
zwemmen
.nl**

borstcrawl cursussen
privélessen · video-analyses
groepstrainingen

www.snellerzwemmen.nl ✉ rob@snellerzwemmen.nl
 f i y t snellerzwemmen



Menno Oudeman

een wijkregisseur met hart voor Lent

Verenigingen

Als bewoner van Nijmegen kan Menno zich goed inleven in de wensen van bewoners die hun wereld elke dag een beetje mooier willen maken. Het geeft hem voldoening daaraan bij te kunnen dragen, samen met zijn collega's.

Na een tip van de wijkraad ga ik voor Lentse Lucht op bezoek bij wijkregisseur Menno Oudeman. Ik spreek hem in café Stroom, de ideale plek voor een ongedwongen gesprek.

Wijkteam

Menno startte als 'wijkregisseur fysiek' voor Lent en Ressen in december 2020. 'Fysiek' gaat over de openbare ruimte zoals de inrichting van wegen, groen en ontmoetingsplekken. Sinds 2021 is er een wijkteam, waarin projectmedewerker participatie Sharon Hermans en twee wijkregisseurs, Juliette Driessen ('sociaal') en Iris Wijen ('veiligheid'), Menno's collega's zijn. Via wijkregisseurnoord@nijmegen.nl is het wijkteam het hele jaar door bereikbaar. De projectmedewerker sorteert de vragen van bewoners. Zijn er urgente klachten zoals een gat in het wegdek, dan kunnen bewoners deze het beste melden via de Meld & Herstel-app. De klachten worden dan snel opgepakt. Is de vraag complexer, dan gaat deze naar de wijkregisseur.

Het wijkteam kan niet elke klacht oplossen. Een klacht over een onveilige verkeerssituatie kan bijvoorbeeld te maken hebben met buurtgenoten die te hard rijden. Het zou

mooi zijn als bewoners elkaar daarop zouden aanspreken. Een gewenste rotonde voor de verkeersveiligheid kan er voor de bewoners simpel uitzien, maar Menno kent de ondergrondse obstakels. Zo kan het wortelgestel van een boom of een complex leidingenstelsel flink in de weg zitten. Teleurstellend voor de betrokken bewoners natuurlijk. Dan moet je goed uitleggen waarom een bewonerswens niet kan, weet Menno. Het heeft hem meer begrip bij de wijkraad opgeleverd.

Dan moet je goed uitleggen waarom een bewonerswens niet kan

Resultaten

Successen zijn er ook. Toen jongeren lieten weten dat er voor hen in de Lentse openbare ruimte onvoldoende voorzieningen waren, startte het wijkteam een onderzoek. Samen met de jongeren uiteraard. Zij hadden een punt. Het wijkteam gaat nu kijken op welke plek nieuwe voorzieningen voor jongeren mogelijk zijn. Ook ouderen zijn een doelgroep. Voor hen is in de Petuniastraat de plek voor jeu-de-boules verbeterd.

In nieuwe buurten kunnen aankomende bewoners rekenen op ontmoetingsplekken. Als zij er eenmaal wonen, kunnen ze erover meedenken. Zo gaan die sociale knooppunten, bedoeld voor bewegen, ontmoeten, sporten en spelen, meer als 'eigen' voelen.

Een geslaagd project is de Frankrijkstraat. Door de constructie van de fietspaden konden kinderen niet veilig naar school. Dit probleem is opgelost door de fietspaden evenwijdig aan de autoweg te laten lopen. Met als bonus een betere relatie tussen het wijkteam, de bewoners en de wijkraad.

Dorpsplein Lent

Ronduit trots is Menno op het project vergroening Dorpsplein Lent, een lang gekoesterde bewonerswens. Hij heeft het proces opnieuw in gang gezet en er zijn informatieavonden geweest, zodat bewoners konden meedenken. Als het goed is, gaat de vergroening komend najaar beginnen.

Jammer genoeg kwam er op 1 april een eind aan Menno's wijkregisseurschap. In zijn nieuwe baan als manager stuurt hij de teams aan die de openbare ruimte onderhouden en beheren. De fijne samenwerking in het wijkteam en de directe contacten met de bewoners en de wijkraad gaat hij missen. Die maakten het extra leuk om wijkregisseur te zijn.

tekst Marianne van der Po
beeld Anouk de Graaf



ZOEVERS

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

GRIFTDIJK ZUID 137
WWW.ZOEVERS.NL

1

FORTUNA KLINIEK VOOR TANDHEELKUNDE

Uw glimlach voor een betere wereld

Op zoek naar een fijne tandarts?

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

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

024-2036180

info@fortunakliniek.nl



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

Kennismaken met HOCKEY?

Kom **PROEFTRAINEN** bij MHC800, de **GEZELLIGSTE** club in de buurt. Scan de **QR-CODE**, meld je aan en train **4x GRATIS** mee!




mhcb800.nl/kennismaken



CHIROPRO

gezond in beweging met chiropractie

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

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

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

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

Edith Piafstraat 110c te Lent



Mensen helpen?



Zorg of hulp nodig?



Mensen ontmoeten?



Een idee voor de buurt?



Vragen over regels en papieren?

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



WWW.STIPNIJMEGEN.NL/NOORD
@StipNijmegenNoord

Agenda

Theaterkerk Bemmel

- Film: *C'è ancora domani*. Rome 1946, een stad in de nasleep van de Tweede Wereldoorlog.
Donderdag 2 mei | 20.00 uur
- Muziek: *Montis*, Goudsmit & Directie. Dé Soul Jazz sensatie van Nederland. Kleinschalig akoestisch concert in de foyer
Vrijdag 3 mei | 21.00 uur
- Film: *Back to Black*. Ode aan Amy Winehouse.
Donderdag 16 mei | 20.00 uur
- Muziek: *Denise Jannah (TOP)*. Hommage aan Mahalia Jackson, the Queen of Gospel
Zaterdag 18 mei | 21.00 uur

www.theaterkerk.nl

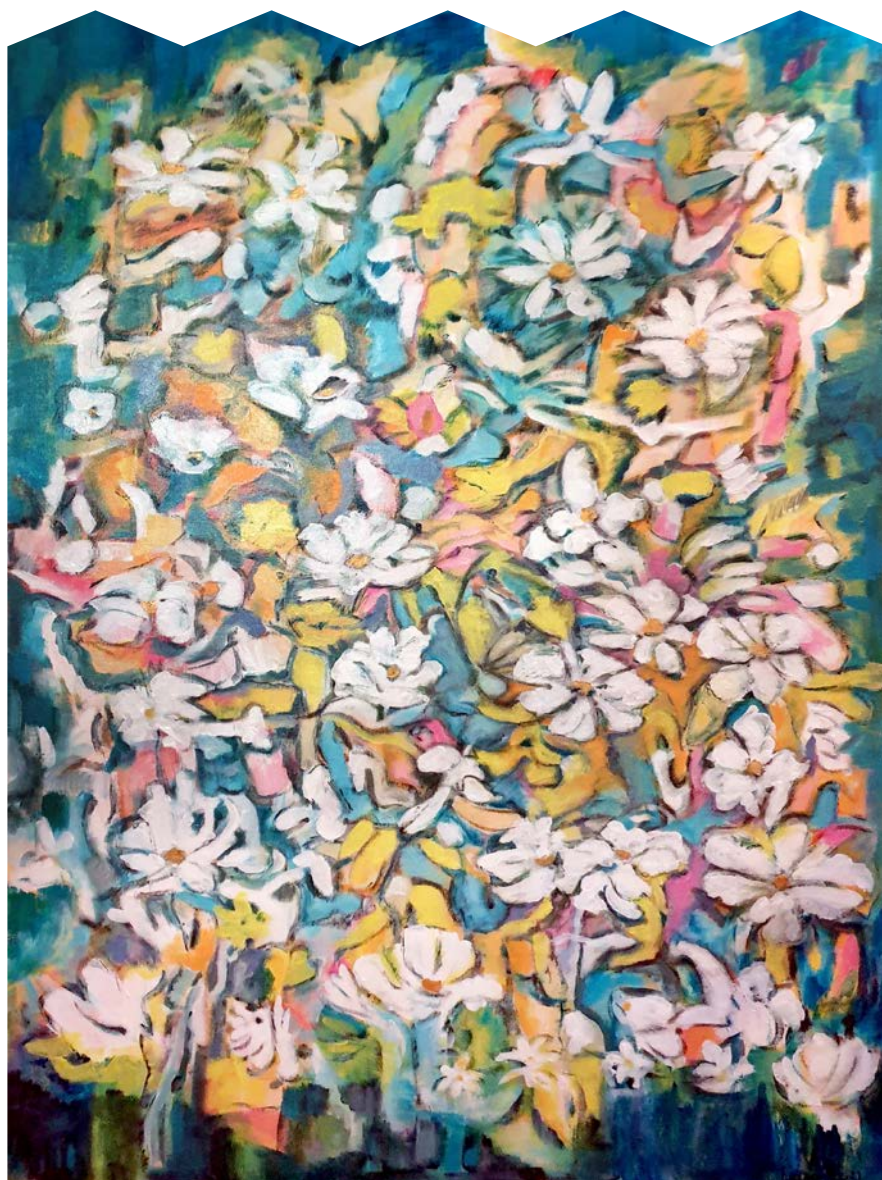
De Warmoes presenteert

- *De week van de radijs (15-19 mei)*
Om de wat minder bekende rassen of vergeten rassen onder de aandacht te brengen, organiseert de Warmoes een aantal keer per jaar 'de week van'. Dit keer is het de beurt aan de radijs! Kom vooral proeven en/of zelf een bosje oogsten of kopen.
- *Rondje Nijmegen Noord (19 mei)*
Op 1ste Pinksterdag gooien de groene initiatieven van Nijmegen Noord hun (tuin)deuren weer open. Maak kennis met bijzondere plekken die niet altijd vanaf de weg goed zichtbaar zijn. De deelnemers van dit jaar hebben weer een leuk programma samengesteld. Op de meeste locaties kan je ook een hapje en een drankje krijgen. Zie de website voor deelnemers of haal bij de Warmoes de flyer met overzichtskaart.

www.dewarmoes.nl

Kunst in kas Lucía Gosselink

Lente - Acryl op doek



Kunst in Kas is een rubriek waarin Lentse kunst in het zonnetje wordt gezet. Wil je graag je schilderij/tekening/beeld/andere kunstuiting laten zien, stuur dan een mailtje met een afbeelding naar redactie@lentselucht.nl en wie weet is je werk de volgende keer hier te zien.



CLUBSPORT.NL



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



**TANDARTS
LENT**

Wij nemen nieuwe patiënten aan!

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



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



Meijer & de Wit
Therapie en coaching

Samen **jezelf** leren kennen

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

*"Het was eerst een noodzaak.
Nu voelt het als een cadeau aan onszelf."*

*"Ik heb zoveel over mezelf geleerd.
Had ik dit maar veel eerder gedaan!"*

We werken met bewezen methodieken, zoals ACT en Verbindende Communicatie.




Meijer & de Wit
Therapie en coaching



Fenno Meijer en Mieke de Wit
Voor individuele en relatietherapie
Maak een afspraak via info@meijerendewit.nl,
bel 06 - 336 761 65, of stuur een Whatsapp-bericht.

Vergoeding mogelijk met aanvullende verzekering

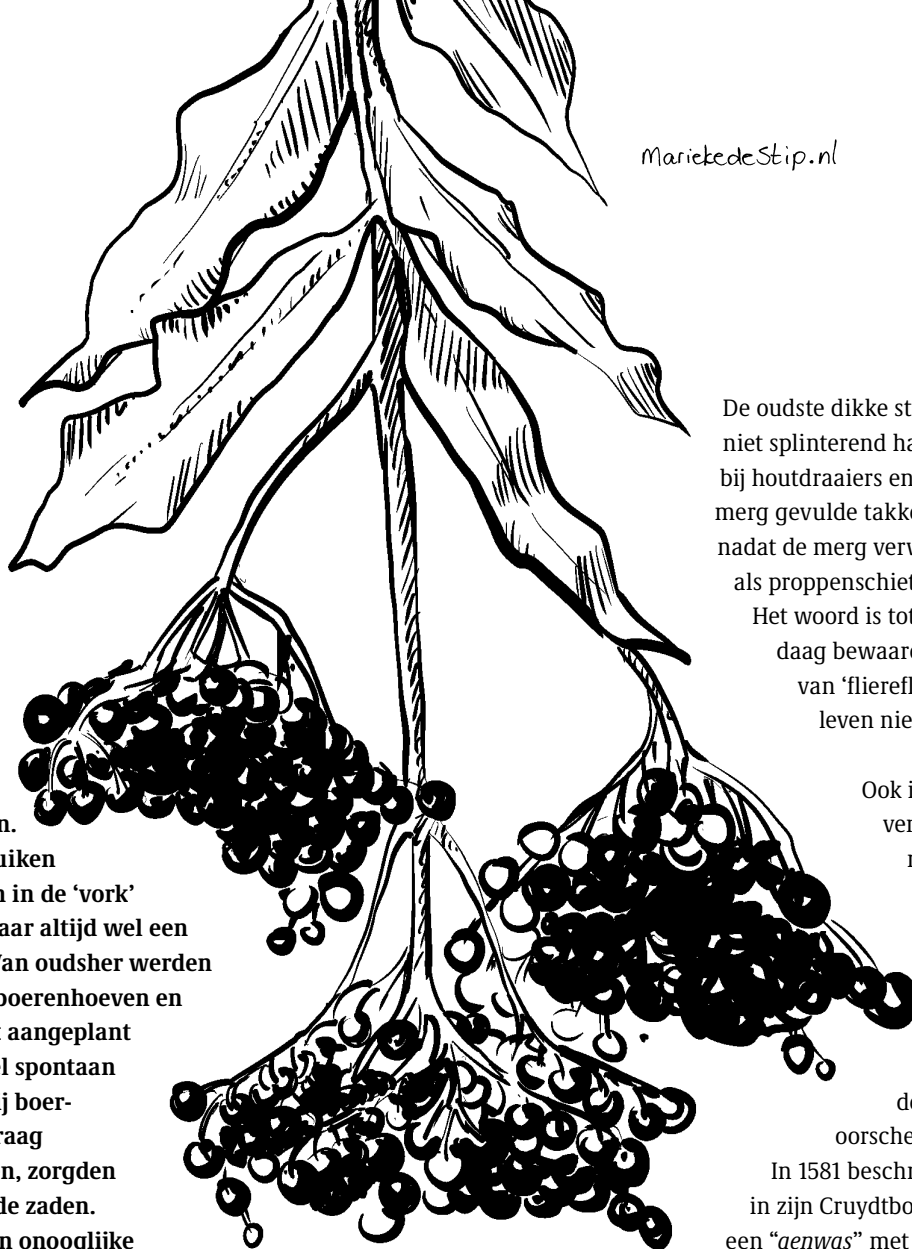
Vlier

Open lucht

De gewone vlier is eigenlijk een kleine boom, maar ziet eruit als een struik. De vlier is inheems en is één van de meest voorkomende heesters van ons land. Ze zijn overal te vinden want de plant groeit op alle grondsoorten en zowel op droge als natte plaatsen. Bij ons staan zelfs vlierstruiken in een dode perenboom en in de 'vork' van een walnotenboom waar altijd wel een beetje water blijft staan. Van oudsher werden ze aangeplant bij huizen, boerenhoeven en buitenplaatsen. Als ze niet aangeplant werden, verschenen ze wel spontaan op niet al te nette erven bij boerderijen. Vogels, die zich graag ophouden rond boerderijen, zorgden voor de verspreiding van de zaden. Vaak onttrokken de vlieren onopvallende schuurtjes aan het gezicht. Wat dat betreft zijn het echte cultuurvolgers: planten of dieren die ons mensen volgen qua woon- of leefgebied. Vroeger werd de vlier wel de roos der armen genoemd. Als men geen geld voor rozen had, plantte men een vlier aan. Ook in de buurt van Lent komen ze veelvuldig voor. In het Spiegelbos bijvoorbeeld zijn vlieren van allerlei leeftijden te vinden.

De oudste exemplaren zijn al afgestorven, want vlieren worden niet oud. Overal waar je kijkt schieten de opvolgers alweer uit de grond.

Een oude dichtregel uit de 17e eeuw gaf aan hoe belangrijk men de vlier in die tijd al vond: *"Den vlierboom is wel ongeacht, maer is nochtans van groote kracht."* In 1710 beschrijft hovenier Johann Herman Knoop hoe belangrijk de vlierstruik in die tijd was. Praktisch alle delen van de vlier werden benut. Knoop schrijft: *"Daar is bijna geen gewas zoo nuttig als in alle zyne delen als de vlierboom."* Van de rijpe zwarte bessen worden sappen, 'papkens en saucen' gemaakt. Vlierbessenschermen werden in pannenkoeken verwerkt.



De oudste dikke stammen, bestaande uit niet splinterend hard hout, waren geliefd bij houtdraaiers en plugsnijders. De met merg gevulde takken werden vroeger, nadat de merg verwijderd was, gebruikt als proppenschieters en flierenfluitjes.

Het woord is tot op de dag van vandaag bewaard gebleven in de vorm van 'flierefluiter': iemand die het leven niet al te serieus neemt.

Ook in onze tuin staan verschillende vlierbomen, sommige al heel oud. Op de oude stammen verschijnen naast veel korstmossen met grote regelmaat paddenstoelen met de vorm van een soort oorschelp, judasoren geheten.

In 1581 beschreef Mathias de Lobel in zijn Cruydtboeck een judasoor als een "aenwas" met *"ploijtjens en hollekens, de oore ghelijc is"*. Als medicinaal

gewas pastte men judasoor toe bij gezwellen, *"soo wel van buuyten als van binnen"*. Dit is een mooi voorbeeld van de signatuurleer waarbij men dacht dat het uiterlijk van een gewas helend was voor een kwaal met hetzelfde uiterlijk. Een boom met zoveel goede eigenschappen mag in de tuin eigenlijk niet ontbreken. Mocht hij

te groot worden dan kan hij in de herfst afgezaagd worden waarna in het voorjaar weer nieuwe scheuten ontstaan. Tegenwoordig zijn bij tuincentra allerlei siervlierstrui-

ken te koop met namen zoals Black Beauty, Thundercloud of Black Lace. Zoekt u struiken met veel bessen dan komt u uit bij rassen als Korsor, Donau of Samnor. Insecten en vogels zullen u dankbaar zijn.

Als men geen geld voor rozen had, plantte men een vlier aan

tekst Johannes

illustratie Marieke van Stippent



Aniek



Guusje



Lise



Boaz



Lynn



Puck



Rosalie

Van de Jeugdredeactie

Misschien ga je op reis in de meivakantie, maar een must is het zeker niet. Om te relaxen kan je ook prima in Lent blijven. Terrasjes, spelletjes, een dagje strand, zwemmen én sightseeing kan hier allemaal net zo goed. Wij wensen alle lezers een zonnige meimaand toe. Groeten!

*Met speciale dank aan het Van der Valk Hotel, waar we op grote hoogte een kijkje mochten nemen.

Fijne meivakantie!



*Zicht op Nijmegen
vanuit Lent*



Rosalie

Geniet ervan!

Goosje



Groeten uit Lent

R022

Rosalie

Happy holidays!

Fijne vakantie!

Oost west, thuis best

Rosalie

Puck

A portrait of Marijke Synhaeve, a woman with shoulder-length brown hair, smiling at the camera. She is wearing a dark blue jacket and a colorful, patterned scarf. The background is a blurred outdoor setting with trees and a building.

*De plek
waar je
woont is zó
belangrijk!*

Marijke Synhaeve

In beeld

Tja... nu hadden we in Lent een Tweede Kamerlid, blijkt ze uitgerend op de dag van het interview gestopt te zijn. Marijke Synhaeve zat sinds begin december in de Tweede Kamer voor D66, ter vervanging van een Kamerlid met zwangerschapsverlof. En die is nu weer terug. Maar Marijke heeft meer dan genoeg te vertellen. En wie weet, de kans dat ze opnieuw in de Tweede Kamer komt is niet denkbeeldig. Bovendien zit ze nog in de Nijmeegse gemeenteraad. We zoeken een rustig hoekje achterin De Ster en zien door het raam de schoolkinderen van de nabije school spelen op het plein.

Kijk vooruit!

Marijke is geboren in Kortrijk, West-Vlaanderen. Hoe komt een Vlaamse in Lent terecht? Marijke: "Ik kwam in 2008 naar Nijmegen voor de liefde en om te studeren - in die volgorde. Na de geboorte van onze oudste zoon zijn we in 2016 in Lent komen wonen." Vindt ze het fijn wonen hier? "Jazeker! Lent is toch niet voor niets in 2019 uitgeroepen tot beste woonwijk van Nederland? Wij willen hier niet meer weg. De sfeer is fijn, alle voorzieningen zijn dichtbij, de omgeving nodigt mensen uit om naar buiten te gaan, elkaar tegen te komen. Je bent zo aan de Waal, aan de Lentse Plas...

De plek waar je woont is zó belangrijk!" Zijn er ook zaken die beter kunnen? "Het kan nog veel groener. Daar zet ik me in de gemeenteraad voor in. Huizen bouwen is één ding, maar denk ook aan sport, ontmoetingsplekken en groen. En kijk vooruit! Er zijn nu veel speelplekken voor jonge kinderen, maar die kinderen worden pubers. Je moet er nu al voor zorgen dat het ook over een aantal jaren voor alle leeftijdsgroepen fijn wonen is hier."

Jeugdzorg

Reisde Marijke de afgelopen vier maanden op en neer naar Den Haag? "Ja, ik wilde in Lent blijven wonen. Het was wel druk. Je moet als Kamerlid op dinsdag, woensdag en donderdag aanwezig zijn voor plenaire debatten en stemmingen en dan zat ik al om 5.40 uur in de trein. De andere dagen ging ik op werkbezoek, op allerlei plekken met mensen in gesprek." Wat was haar portefeuille in de fractie? "Mijn belangrijkste onderwerp was de jeugdzorg. Die ligt mij na aan het hart." Ik vraag haar wat ze in de jeugdzorg het eerst zou veranderen als ze kon. Heel stellig: "Ik zou willen dat jongeren met complexe problemen niet meer worden versleept van instituut naar instituut. En dan verwachten we dat ze vanaf hun achttiende helemaal zelfstandig zijn

en alles zelf opknappen..." Er zou meer kleinschalige opvang in de buurt moeten zijn, zegt ze. "Er is, ook in Nederland, een groep jongeren die in hun jeugd zo beschadigd zijn dat ze daar altijd last van zullen hebben. We vinden het als maatschappij ongemakkelijk om te erkennen dat we deze jongeren niet genoeg hebben kunnen beschermen. En er zijn, in een rijk land als Nederland, nog steeds zaken waar we ons voor zouden moeten schamen. Zo heb ik me er in de Kamer voor ingezet dat huishoudens met kinderen niet meer worden afgesloten van drinkwater. Dat gebeurt nog steeds!"

Onderzoek

Wat gaat ze nu doen, na haar Kamerlidmaatschap? "Ik ben voorlopig terug in de gemeenteraad. En verder ga ik me richten op mijn promotieonderzoek, een vergelijkend onderzoek naar de jeugdzorg in Nederland en Schotland. In Schotland lopen ze een aantal jaren op ons voor. Ik zoek naar verbeteringen in de jeugdzorg waarvan bewezen is dat ze écht werken." Gaat ze ooit nog terug naar België? "Wie weet, maar dat is zeker niet het plan. Mijn leven is hier, in Lent. Dit is thuis."

tekst Marijke Munnichs
beeld Lenny Rijken