

Lentse Lucht

Maandelijks uitgave
voor en door Lentenaren

OKTOBER 2016
jaargang 19

8

Windpark Nijmegen- Betuwe

Een geslaagd burgerinitiatief

Het gaat de honderd meter hoge windmolens bij de Grift voor de wind. Na een voorbereidingsperiode van 2,5 jaar zit het tempo er nu goed in en verrijst de ene molen na de andere. Lentse Lucht was op 8 september te gast bij het molenontbijt in de Mussenhut en kon samen met andere belangstellenden mastdelen, gondel en wieken van dichtbij bekijken. Op zaterdag 10 september was er pannembier, omdat het hoogste punt van de derde molen werd bereikt. Een prachtig spektakel, toen de gondel door Lagerwey definitief de lucht in werd gehesen. De wieken werden een paar dagen later geplaatst.

COVERSTORY (VERVOLG)

Ook Lentenaren zijn lid en/of aandeelhouder van dit milieuvriendelijke project. Marcel Joosten is zo'n Lentenaar. Hij was bereid om zijn ervaringen met Windpark Nijmegen-Betuwe met ons te delen

Waardoor is dit initiatief zo'n succes geworden, denkt u?

"Het burgerinitiatief wordt gedragen door de meer dan duizend leden van de coöperatie WindpowerNijmegen. Er is veel deskundigheid en betrokkenheid onder de bevolking zelf en daar is goed gebruik van gemaakt. Er is bij de leden niet alleen affiniteit met windenergie, ook is er kennis van zaken op het gebied van financiën, techniek, regelgeving, PR en het besturen van een organisatie. Dat geeft voldoening. Door deze molens kunnen straks meer dan zeventuizend woningen van elektriciteit worden voorzien."

Heeft u een bepaalde taak in de organisatie?

"Ik zit in een klankbordgroep en ben lid en aandeelhouder. We willen nog meer initiatieven opzetten, die later dit jaar worden uitgewerkt. Onder de windturbines en op de schuren aan de overkant van de A15 hopen we zonnepanelen te realiseren; ook denken we over aansluiting op het warmtenet. Dat net kan als buffer dienen, zodat de energie duurzaam kan worden opgeslagen en effectief gebruikt."

ER IS VEEL DESKUNDIGHEID EN
BETROKKENHEID ONDER DE
LEDEN ZELF EN DAAR IS GOED
GEBRUIK VAN GEMAAKT

Wanneer kunt u profiteren van uw eigen windenergie?

Marcel lacht: "Zo werkt het niet. De opgewekte energie wordt opgenomen in het openbare net en in mijn huis komt uiteindelijk dezelfde elektriciteit uit het stopcontact als bij anderen. Als iedere burger echter groene stroom gaat contracteren, zoals van ons windpark, dan wordt het openbare net steeds meer gevuld met groene stroom. Daardoor zal er steeds minder gas, olie en kolen nodig zijn. De bedoeling is dat de aansluiting van deze vier masten op het elektriciteitsnet half oktober zal plaatsvinden. Ook is er nog een vijfde mast in de planning."

Als je hier staat zijn de masten erg hoog. Zijn daar nog ontwikkelingen in?

"Deze masten zijn honderd meter en de wieken halen zelfs een hoogte van honderdvijftig meter, maar de techniek gaat door. Het bereik van de kranen is nu nog de beperkende factor. Er zijn ontwikkelingen waarbij de mast als kraan functioneert, waardoor de windmolens nog hoger kunnen worden. Hoe hoger, hoe meer effect er te behalen valt."

Er zijn mensen die klagen over het geluid van windmolens. Ik hoor wel de auto's op de A15, maar de molens hoor ik niet. Als ze allemaal draaien, geeft dat dan veel kabaal?

Marcel: "De molens geven een zacht zoemend geluid, sommige mensen ervaren dat als hinderlijk, maar het klopt: auto's maken meer kabaal."

Lentse Lucht is onder de indruk. Dit burgerinitiatief is een groot succes. De manier waarop de ideeën zijn uitgewerkt, de PR, het erbij betrekken van omwonenden en leden en de wijze waarop de organisatie is vormgegeven - dit alles kan als voorbeeld dienen voor andere burgerinitiatieven.

• TEKST LSO BEELD LR

INFORMATIE & COLOFON

Lentse Lucht wordt door vrijwilligers gemaakt en maandelijks gratis in Lent huis aan huis bezorgd. Abonnement buiten Lent: € 35,- per jaar.

Opzegtermijn: twee maanden.

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

Reacties:

024-3221095 / redactie@lentselucht.nl

Donaties en advertenties:

advertentie@lentselucht.nl

banknummer: NL69 RABO 0127 9961 33

Lentse Lucht niet ontvangen?

024-3221076 / bezorging@lentselucht.nl

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

Webredactie: Kim Dings, Rein Koning

SLUITINGSDATUM KOPIJ: 13 OKTOBER 2016

Opmaak & vormgeving: Rick Reijntjes

Fotoredactie: Jeroen Naus, Lenny Rijken, Marc Jeuken, Roos d'Hont

Tekstcorrecties: Marijke Munnichs, Ineke Zaalmlink

Illustraties: Hans Spaans, Marieke van Stippent

Drukker: Drukkerij Van der Weerd

Oplage: 3.750 exemplaren



UIT DE LUCHT

Wie kent de scène uit de roman van Cervantes niet? Gezeten op zijn boerenknol, met een papieren helm op zijn hoofd, galoppeert Don Quichotte de vijand tegemoet. Hij beseft in zijn waan niet, dat hij geen reuzen aanvalt maar windmolens. Maar zijn alle tegenstanders van windmolens dan Don Quichottes? Critici van windenergie hebben berekend dat er, om aan de Nederlandse energiebehoefte te voldoen, zestigduizend windmolens moeten worden geplaatst. Als je het, een beetje flauw, per inwoner berekent, zou dat alleen al voor Nijmegen betekenen dat we hier zeshonderd molens moeten bouwen. Moet er dan een windmolenpark komen op het eiland, of bij u in de achtertuin? Daarnaast wijzen tegenstanders op de investeringskosten, de hogere prijzen van windenergie, en de onbetrouwbaarheid van de energieleverantie.

Klinkklare onzin, zeggen voorstanders. Als je de 'onzichtbare' kosten van fossiele brandstoffen, zoals luchtverontreiniging, opwarming van de aarde en de risico's voor de volksgezondheid meerekent, dan is de prijs van windenergie zeker niet hoger. Windenergie zelf is een oneindige en schone energiebron en kan lokaal worden opgewekt. We worden dus minder afhankelijk van import. Volgens de Nederlandse WindEnergie Associatie kan windenergie in 2050 in veertig tot vijftig procent van onze energiebehoefte voorzien. Gekoppeld aan de ontwikke-



lingen op het gebied van zonne-energie zou dat betekenen dat we tegen die tijd grotendeels zijn afgekickt van onze fossiele verslaving. En als Don Quichotte desondanks de wapens wil blijven opnemen tegen windmolens? Dan kan hij beter die paar windmolens in de Waalsprong overslaan, een gammal bootje aanschaffen en de Noordzee opvaren. Daar zullen in de toekomst de echte megawindparken verrijzen.

• TEKST MBO ILLUSTRATIE MVS

OPROEP REDACTIELEDEN

Heb jij na je vakantie ook zin om iets nieuws te ondernemen en wil jij jouw kwaliteiten inzetten voor Lent? Dan zoeken wij jou!

De redactie is op zoek naar vrijwilligers die een bijdrage willen leveren aan Lentse Lucht. Dat kan middels het blad Lentse Lucht dat je nu aan het lezen bent, maar ook met de website lentselucht.nl, waar bewoners van Lent elkaar kunnen ontmoeten en op de hoogte blijven van het Lentse nieuws. Aan jou de keus!

Wij zijn in ieder geval op zoek naar:

REDACTEUREN/SCHRIJVERS (M/V)

Ben jij nieuwsgierig en klim je graag in de pen? Dan zit deze vrijwilligersfunctie je als gegoten. Als schrijver ga je op zoek naar het Lentse nieuws, neem je interviews af en schrijf je artikelen. Wij zoeken bij voorkeur iemand met een journalistieke/communicatie-achtergrond, maar dit is geen must.

WEBREDACTEUREN (M/V)

Als webredacteur beheer je de website, schrijf je korte online stukjes en ga je aan de slag met de Social kanalen van Lentse Lucht. Affiniteit met Social Media en contentmanagement is een pre, maar ook zeker geen must.

Heb jij zin om ons team te komen versterken? Laat het ons weten via redactie@lentselucht.nl en wij nemen contact met je op. Ook als je op een andere manier een bijdrage wilt leveren is dat mogelijk.

Hopelijk tot snel!

*Lentse
Lucht*

VAN DE WEBREDACTIE

Je kijkt vast wel eens op Marktplaats wanneer je iets nodig hebt of omdat je iets wilt verkopen. Maar wist je dat het nóg makkelijker en dichterbij kan? Op Lentselucht.nl is het mogelijk om prikbord-advertenties te plaatsen of hulp te vragen en/of aan te bieden.

Zo leen je net zo makkelijk die decoupeerzaag van de buurtgenoot even verderop. Maak een profiel aan, plaats gratis je bericht en start met aanbieden of vragen in je eigen buurt!

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



Tuinontwerp, realisatiebegeleiding en onderhoud

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769



zoeverS
ELECTRONIC VEHICLES

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

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

BY ILSE

SCHOO N H E I D O P M A A T

BIOPEELING

Een professionele dieptereiniging
van de huid !!

- Reinigend
- Zuiverend
- Huidvernieuwing van binnenuit
- Anti-aging
- Verbetert de huidstructuur

Deze behandeling geeft een heldere, frisse
uitstraling en een zijdezachte huid!

Boek deze behandeling nu voor € 60,00

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

ANNA EN GÉ

**Lekker, Lekkerder, Lent**

"Go Gé da's lang geleeje da we mekoar ien ut ech zage... Da skajpe is ok mar behelpe, vien jij da nou ok? Ik bin blij da je wer thuus bin. Hejje nog veul plezier gehad van je neijje boerkini ien de vakantie? Die stond je bar hups en alles kwam d'r zo goed ien uut djèrn. Jij kan da goed hebbe en da meen ik ech!"

"Nou Anna um erlik te sien: ik hê da ding mar un stief kwartierke* oangehad. Tis namelijk zo da die Hent van mien zo sje-loers is.... die kon nie tege al da geknip-oog en geknillefik* van die zuidfranse kjèrls. Bin jij nog weggewis dan?"

"Nou djèrn ik heb me elke dag kostelijk geamuseerd op ons mojje eigeste luilek-kereilent.

"Mar wa deeje dan de hille dag Anna?"

"Nou kiek, smerreges ging ik al vast veuruut um lekker te zwemmen noar de overkant en dan wer trug. En Theet kwam dan ekkes loater mit de thermos-fles mit verse koffie, want die zonnige Hent is zo vroeg nog nie open. As da gedoan was gingen we flaneren, ik in mien gebloemde opwaajende sommer-jurk en Hent ien sien witte capriboks en sien neijje gympen. En soms lunchten we ien zo'n hippe food-truck mit lounge uustraling. Mar ut mojste mot nog komme djèrn, want ik hê mit de Oeverspelen un bon gewonne."

"Anna wa bin je toch ok un bofkont. Woar geet de reis noar toe dan?"

"t Is un thuuswedstrijd mar mit un hoog vakantiegehalte, namelijk un nachtje sloape ien de bruidssuite ien ut Lentse Toekanhotel. Hent is nou al zemelachtig* umdat ie ien de bruidssuite mag sloape." "Nou djèrn dan wins ik je un lekkere zwoele Lentse nacht toe." Ajuus.

De verkloarende wordenliet is dit keer veur alle Lentse minse die langzaam mar zeker van Luilekkerlent gaan houwe.

* stief kwartierke: da is nie lang

* geknillefik: da is aije je oge d'r nie van af kan houwe

* zemelechtig: dan hejje de kriebels ien de buuk

DE DIERENDOKTER

Pijn is **niet** fijn

Iedereen snapt dat het pijn doet als je hond in een stuk glas trapt, en als je kat onder een auto komt en z'n rechter achterpootje staat scheef, dan zal dat ook wel pijn doen. Maar veel vaker is pijnbeleving bij onze huisdieren niet zo duidelijk zichtbaar, want pijn laat je niet zo snel merken als bang konijntje. De kans dat je wordt opgevreten is dan immers veel te groot. Honden laten pijnklachten duidelijker zien, ze piepen en janken, zoeken aandacht, vertonen ander gedrag en kunnen een andere lichaamshouding aannemen. Katten kruipen vaak weg, knijpen met de ogen, gaan blazen en grommen als er iemand in de buurt komt en gaan zich minder goed wassen.



Veel oudere honden (en katten!) hebben pijn in de gewrichten zonder dat de eigenaren dit door hebben. Ze lopen iets minder, komen iets minder snel en makkelijk de mand uit. Veel mensen denken dat dat nu eenmaal bij de leeftijd hoort, maar heel vaak wordt dit veroorzaakt door chronische pijnklachten, vaak door artrose.

Pijnbestrijding is lastig en complex, de informatie van de eigenaar is hierbij onmisbaar en van groot belang. Het gedrag van het dier thuis is namelijk vaak heel anders dan bij ons op de praktijk. Ook heeft op tijd beginnen met de juiste pijnbestrijding grote voordelen. Als je op tijd begint met pijnbestrijding is er vaak minder schade op de langere termijn en is er uiteindelijk veel minder pijnmedicatie nodig dan wanneer we eerst gaan afwachten "want zo erg is het nu ook weer niet..."

Ook is er een raar fenomeen, dat we 'wind-up' noemen. Wanneer uw dier langdurig pijn heeft en u geeft een tijd geen pijnstillers, kan het pijncentrum in de hersenen in het vervolg extra heftig reageren op eenzelfde pijn prikkel. Het dier ervaart dezelfde pijn prikkel dus als extra pijnlijk! Vandaar dat zo'n dier vaak levenslang aan pijnstillers vastzit. Wij kunnen over het algemeen pijn goed bestrijden; we hebben daar verschillende groepen pijnstillers en medicijnen voor (uiteraard naast aandacht voor voeding, gewicht en beweging). Dit kan alleen in een goede samenwerking en goede communicatie van uw als eigenaar en ons als deskundig dierenarts. Twijfelt u of u dier pijn heeft? Wacht dan niet te lang en ga er met de dierenarts over in gesprek.

• TEKST HANS DEKKER ILLUSTRATIE HS

www.lltv.nl

15.000m² woonplezier
onder één dak.

Nieuw!
Trendhopper 
Huissen

Jansen
totaal wonen



Jansen Totaal Wonen
Karstraat 95 Huissen
Tel. (026) 326 99 00
vrijdag koopavond
ELKE DAG GEOPEND

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

jansentotaalwonen.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

De Windroos

Na jaren bivakkeren bij andere scholen, heeft De Windroos Waalsprong een eigen gebouw in Lent. Op 13 mei was de opening van deze dependance van De Windroos 'de Goffert'. Lentse Lucht gaat kennismaken en wordt door Sjoerd Postma, (teamleider / intern begeleider) gastvrij ontvangen in de sfeervolle school naast de Ster.

Hoe is de verhuizing verlopen?

"Kinderen, ouders, leerkrachten en bestuur hadden afgelopen jaren met veel onzekerheid te maken. Waar komen we terecht? Wat willen wij? Hoe komt onze onderwijsvisie het best tot zijn recht? Dat is een goed samenwerkingstraject geworden waar we trots op zijn. Het gebouw is kindvriendelijk, rustig en leefbaar geworden."

Wat maakt deze SBO-school zo uniek?

"De Windroos is een algemeen bijzondere school voor speciaal basisonderwijs. De kinderen komen hier met meer dan een jaar leerachterstand en hebben vaak een negatief zelfbeeld opgebouwd. Die achterstand kan per kind een andere oorzaak hebben. Daarom bestaan de groepen uit 14 tot 18 kinderen, zodat we maatwerk kunnen leveren. Ze voelen zich hier thuis, horen erbij, krijgen zelfvertrouwen."

Is de onderwijsaanpak hier anders dan op reguliere basisscholen?

"De school is voor kinderen met achterstanden uit verschillende culturen en met diverse geloofsovertuigingen. De methode 'De Vreedzame School' is onze leidraad. Er wordt structuur en veiligheid geboden. Mensen die gespecialiseerd zijn in ontwikkelings- en leerproblemen werken hier. Kinderen moeten ervaren dat ze veel dingen wel goed kunnen, dat er naar ieders standpunt geluisterd wordt en dat verantwoordelijk zijn en je betrokken voelen belangrijke zaken zijn. Bij het weerbaarheidsprogramma 'Rots en Water' worden vanuit een lichamelijke invalshoek mentale en sociale vaardigheden in evenwicht gebracht. 'Rots' staat voor het opkomen voor jezelf, op jezelf vertrouwen. 'Water' is gericht op hulpvaardig zijn, openstaan voor de ander. Via instructief leren worden rekenen, taal en lezen op maat gegeven en worden de wereld-oriënterende

vakken in samenhang aangeboden; deels in thema's, deels klassikaal. Het onderwijs verloopt in kleine stappen, met aangepaste instructie passend bij het ontwikkelingsniveau van het kind. Ook ouders/verzorgers worden hierbij betrokken."

Wat is het verschil met het vroegere speciaal onderwijs?

"De wet is veranderd. Kinderen worden zo lang mogelijk in een reguliere school met een passend programma begeleid. Lukt dat niet, dan bieden SBO's extra ondersteuning in kleine groepen. In het kader van passend onderwijs heeft De Windroos een schoolondersteuningsprofiel. We hebben een intern zorgteam, bestaande uit een intern begeleider, orthopedagoog en maatschappelijk werker, maar ook de logopedist, schoolarts of hulpverlenende instanties kunnen aansluiten. De kinderen die onze school bezoeken hebben extra ondersteuning nodig bij het leren en bij het omgaan met hun

omgeving. Aandachtspunten zijn sociale vaardigheden en de taakwerkhouding, waarbij we bijhouden wat de ontwikkelingsperspectieven zijn. De leerstof wordt daarop afgestemd."

Werken jullie samen met Het Talent?

"We werken met alle basisscholen in de Waalsprong samen, maar Het Talent is onze buur en we delen de prachtige speelruimte Vieze Broek, die ontstaan is samen met de buurt en met 'Groen Verbindt', NSGK en vele andere donateurs. Dat houdt ook in dat we overleggen als burens."

We lopen door de school. Buiten speelt een groep kleuters. In het ene lokaal zijn kinderen met lezen bezig, in het andere zijn leerkrachten de laatste schooldag aan het voorbereiden. De rust en de openheid zijn treffend. Hier komen kinderen tot hun recht en ontdekken ze wat ze zelf kunnen en willen.

• TEKST LSO BEELD MJ





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

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)



Uitvaartcentrum Lent

06- 34045001 024-7508465

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

www.uitvaartverzorgersnijmegen.nl

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

Uitvaartverzorging, Thanatopraxie, Overledenenzorg

Steeksleutel en hakbijltje er bij neergegoid

Twee Lentse ondernemers sluiten op 1 oktober definitief hun deuren. Het gaat om Geert van Kempen van Slagerij Van Kempen en om Jos Buurman van het gelijknamige autobedrijf. Lentse Lucht sprak met hen.

Jos: "Op deze plek aan de Vossenpels ben ik op 1 maart 1975 begonnen. Mijn vader had hier een kwekerij die mijn broer overnam. Toen hij uit zijn jasje groeide verhuisde hij en kwam deze hal vrij. Ik werkte eerst bij andere garages, maar kluste hier al wel in mijn vrije tijd. Na mijn opleiding als automonteur heb ik ook nog het patroonsdiploma gehaald. Mijn hele leven ben ik cursussen blijven volgen op het gebied van autotechniek. In de loop der jaren is er veel veranderd. De elektronica deed zijn intrede. Een nadeel hiervan was dat reparaties soms erg duur werden. Bij een storing van bijvoorbeeld een ABS-pomp kunnen de kosten zomaar oplopen tot 500 euro en meer. Het is niet leuk om dit een klant te vertellen.

Naast repareren zijn we ook auto's gaan verkopen. Hier hebben we veel genoeg aan beleefd, want het geeft een goed gevoel als een klant met een nieuwe auto weggrijdt. Als kers op de taart kregen ze er altijd een bos bloemen bij. Overigens is de verkoop van auto's door de opkomst van het internet er niet gemakkelijker op geworden. De klanten werden mondiger en wij moesten er meer energie in steken. Vanaf het begin heeft mijn vrouw Wilma meegewerkt in het bedrijf. Ze deed de administratie en hield de telefoon en de mail in de gaten en deed alle voorkomende werkzaamheden tot aan auto's poetsen toe. Onze klantenkring wordt overgenomen door garagebedrijf Frank Pluym. Onze beide monteurs Ruud Elbers en Herman Keurhorst verhuizen mee. Garage Pluym houdt Open Huis op 1 oktober van 13.00 uur tot 17.00 uur, Griftdijk 95, Nijmegen-Noord. Iedereen kan ons dan gedag komen zeggen en tevens kennismaken met Frank Pluym.



Geert: "Mijn vader was slager en al heel vroeg wist ik dat ik ook slager wilde worden. Eerst heb ik nog een tijdje gedacht dat ik een supermarkt wilde. Behalve het slagersdiploma haalde ik ook de papieren voor kruidenier, groenteboer en drogist. Ik heb zelfs nog gewerkt bij supermarkt De Gruijter in Apeldoorn, maar de proeftijd daar heb ik niet eens volgemaakt. Mijn hart lag toch meer bij het slagersbedrijf. Als zestienjarige hielp ik al mee in de slagerij van mijn vader. Dat heb ik tien jaar gedaan met enkele onderbrekingen zoals de militaire dienst. Varkens en koeien werden toen nog aan huis geslacht. Op 1 januari 1979 nam ik de slagerij van mijn vader over. Dat we hier nog steeds zitten was niet de bedoeling. De gemeente Nijmegen heeft ons altijd een dikke worst voorgelaten. In een nieuw te bouwen winkelcentrum zouden de Lentse middenstanders de voorkeur krijgen. Je ziet wat er van gekomen is: er is nog steeds geen winkelcentrum en in het nieuwe supermarktcomplex werden alleen een kapper en een cafetaria toegestaan.

Het liefst sta ik in de worstmakerij, ik maak de producten graag zelf. Mijn vrouw Corrie was van onschatbare waarde. Zonder haar had ik het niet gered. Behalve dat ze meehielp in de winkel hield ze zich ook bezig met het personeel, maakte salades voor de catering en deed de winkelinrichting. Na 1 oktober heb ik meer tijd voor golf, tennis en zeilen. We hebben een zeilboot in Friesland en zullen daar vaak te vinden zijn. Het huis is verkocht en binnenkort zullen we hier vertrekken. We hebben hier een mooi leven gehad en verdienen een goede boterham. Ik zou het zo weer doen. Wij vinden het leuk om op 1 oktober om 15.00 uur samen met onze klanten de deur te sluiten onder het genot van een hapje en een drankje. Vanaf 13.00 uur is iedereen welkom."

• TEKST JK BEELD LR



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

De fietsendokter

Voor al uw reparaties
en onderhoud
van uw fiets.



**Goede en
betrouwbare
service voor een
eerlijke prijs.**

ROBERT BAGGERMAN
WEVERSTRAAT 11, 6663 AV LENT
REPARATIE OP AFSpraak 06-18538212



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



RoostHermsen
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



JEUGDTANDARTS WAALSPRONG & BEUNINGEN

TWEDE
LOCATIE NÚ
GEOPEND!

- Tandartspraktijken speciaal voor kinderen
- Van de allerkleinsten tot jongvolwassenen
- Waarvan één praktijk omgetoverd tot vliegtuig
- Contracten met alle grote zorgverzekeraars
- De nieuwste technologieën



MEER WETEN? BEL 024-3246324 OF
KIJK OP ONZE WEBSITE: WWW.JEUGDTANDARTS.NL

FOTOLENT

Oktober

Mail de oplossing met naam en adres vóór de sluitingsdatum (zie colofon) onder vermelding van de fotonummers en de plaats waar volgens u de foto is gemaakt naar: redactie@lentselucht.nl

Onder de goede inzendingen wordt een bon van €25 verloot.



1



2



3



4

• BEELD LR

De oplossing FotoLent juli 2016

- 1: Speeltoestellen in de speeltuin op de hoek van de Pavialaan en Goudenregenstraat
- 2: Bovenste raam zuidelijke zijgevel Thermion Lent
- 3: Entree Van der Valk-hotel Lent
- 4: Stenen op het grasveld Azaleastraat en Begoniastraat

Er waren 3 goede inzendingen dit keer. De **familie Kasanardjo**, Turennesingel 84 heeft dit keer de prijs gewonnen. Gefeliciteerd!

MAANDAGENDA

Zaterdag 1 oktober

13.00-15.00 uur, Feestelijke sluiting
Slagerij Van Kempen,
Lentse Schoolstraat 18

Zaterdag 1 oktober

13.00-17.00 uur, Open Huis garage
Pluym. Afscheid Jos en Wilma
Buurman, kennismaken met Frank
Pluym, Griftdijk 95, Nijmegen-Noord

Zondag 2 oktober

14.30 uur, Blijspel 'Rust, Vrede en
Flinterman' Woonzorgcentrum
St. Jozef, Lentse Schoolstraat 29,
entree € 7,50

Vrijdag 7 oktober

9.30 uur Damesgilde rondleiding/
proeverij bij Champignonfabriek
Banken

Vrijdag 14 oktober

20.00 uur, Gipsyconcert La Manouche,
Kerkje Ressen, entree € 10,-

Dinsdag 18 oktober

20.00 uur, Damesgilde en
Hersenstichting bijeenkomst in
Het Witte Huis, 'Hoe houd ik mijn
hersenen gezond?'

Voor de actuele agenda per maand,
kijk op www.lentselucht.nl

ZET JEZELF EENS OP JE PRIORITEITENLIJSTJE

GOED IN JE VEL MET THERAPIE & MASSAGE



BEL MIJ (06) 57054794

WWW.PUREFRAN.NL



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

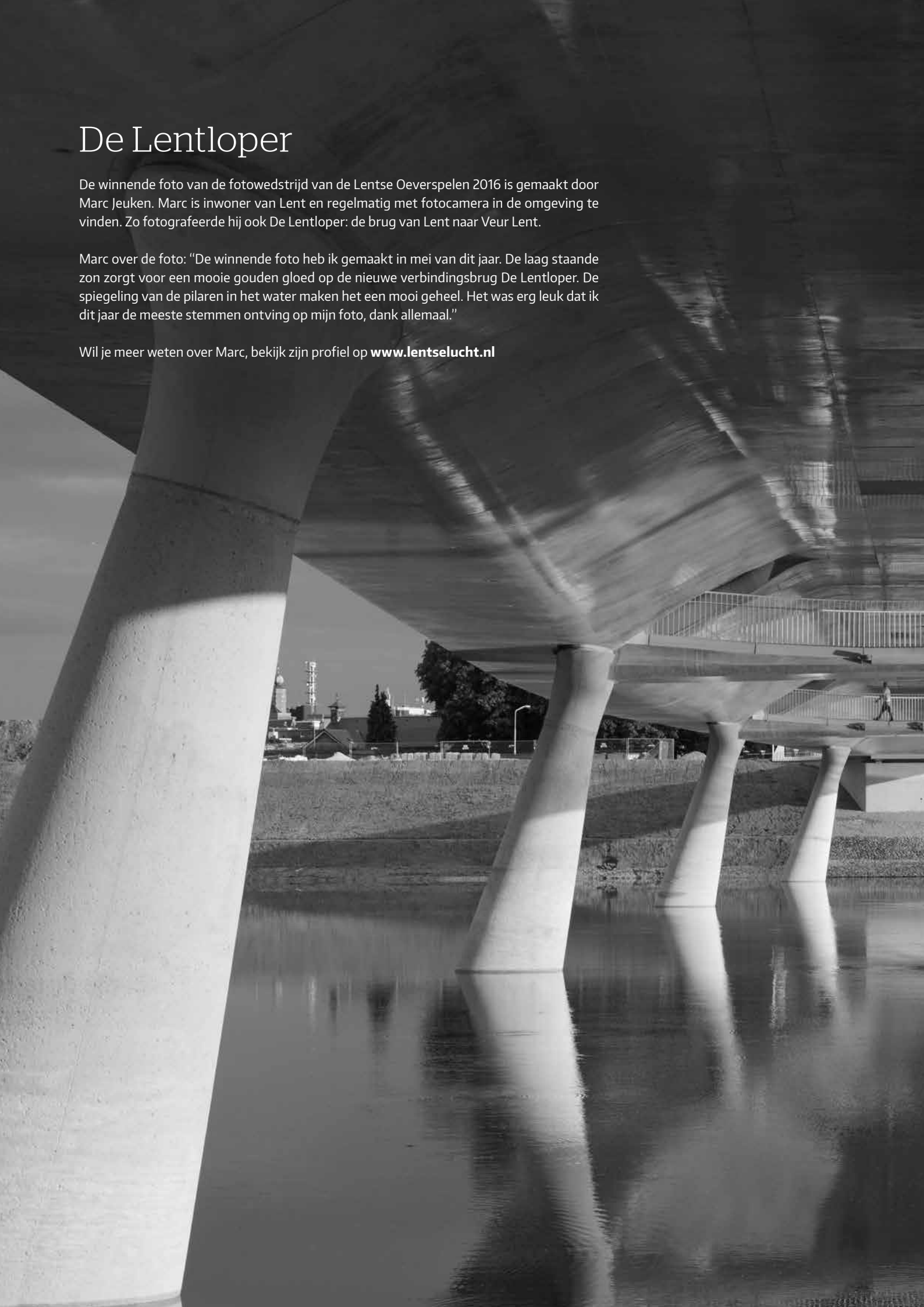
024 – 30 945 03 (voor beide locaties)
info@fysiotherapiethermion.nl

De Lentloper

De winnende foto van de fotowedstrijd van de Lentse Oeverspelen 2016 is gemaakt door Marc Jeuken. Marc is inwoner van Lent en regelmatig met fotocamera in de omgeving te vinden. Zo fotografeerde hij ook De Lentloper: de brug van Lent naar Veur Lent.

Marc over de foto: "De winnende foto heb ik gemaakt in mei van dit jaar. De laag staande zon zorgt voor een mooie gouden gloed op de nieuwe verbindingsbrug De Lentloper. De spiegeling van de pilaren in het water maken het een mooi geheel. Het was erg leuk dat ik dit jaar de meeste stemmen ontving op mijn foto, dank allemaal."

Wil je meer weten over Marc, bekijk zijn profiel op www.lentselucht.nl







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,
bedrijfsoefentherapie

Ook vestigingen in
Nijmegen/Oosterhout, Bommel en Gendt



LUNCH BORREL DINER

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

www.dinercafealtijdlente.nl



taxidewaalsprong@gmail.com

www.taxidewaalsprong.com

WWW.OPSLAGGELDERLAND.NL

OPSLAG GELDERLAND SELF STORAGE



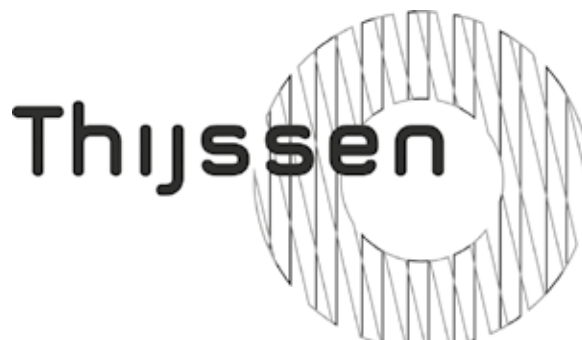
OPSLAG GELDERLAND
GROOTHANDELSWEG 6
6515 AJ NIJMEGEN-NOORD
024 348 20 01
INFO@OPSLAGGELDERLAND.NL



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

LENTGENOTEN

De zomer zit er alweer bijna op. Voor de Wijkraad betekent dit dat we in september de draad weer oppakken. Nog steeds zonder secretaris, maar wel met een nieuwe penningmeester, te weten Tonnie de Krosse. Een echte Lentenaar. Het is goed dat de Wijkraad weer op sterkte komt, maar helaas hebben we als bestuur nog geen enkele reactie op de vacante functie van secretaris ontvangen. Daarom doen we nogmaals een appèl op alle Lentenaren die ons werk appreciëren. Er moeten toch ook jonge Lentgenoten zijn die wat tijd hebben om dit werk op zich te nemen in het belang van de Lentse gemeenschap? Ook andere Lentse verenigingen zitten te springen om vrijwilligers. Laten we samen Lent leefbaar maken.

Omdat ik naast mijn voorzitterschap ook penningmeester van De Zonnebloem ben, doe ik een oproep om dit werk met raad en daad te ondersteunen. De Zonnebloem zoekt bestuursleden en vrijwilligers, maar ook nieuwe gasten zijn welkom. Als u iemand met lichamelijke beperkingen kent, die u een leuke middag of dagje uit zou gunnen, meld dat dan. De Zonnebloem vindt u elders in deze Lentse Lucht, in de rubriek met Lentse verenigingen en instanties.

Toen afgelopen zomer Zonnebloem Lent 25 jaar bestond, is dat gevierd met een dagje uit naar Doesburg en afgesloten met een etentje in het Witte Huis. Dit feestje werd financieel mogelijk gemaakt door de Stichting Wouter Reijnders en de Rabobank. Het geluk en de vrolijkheid van onze gasten konden we op hun gezichten aflezen. Wij hebben ze een ongelooflijk leuke dag kunnen bezorgen. De dank die we kregen met hun stralende en intens gelukkige lach voelde goed aan. Dat maakt het vrijwilligerswerk mooi.

Ik schrijf dit stukje midden in de Indian Summer. De zomer wordt bij ons altijd afgesloten met het plukken van de appels in mijn tuin. Als trotse opa word ik daarbij geholpen door mijn jongste kleinzoon Daniel, die opa's appelmoes de lekkerste vindt van de hele wereld.

Ik wens u een kleurrijke en goede nazomer toe en hoop op uw bijdrage aan ons Lent.

Uw voorzitter van de Wijkraad
Ton Pennings

Een jongerenraad in Lent

Wie had dat gedacht, dat er op woensdag 1 juni maar liefst 17 jongeren aanwezig zouden zijn bij de jongerenraad in Lent! Wij, jongeren met Nederlandse, Turkse, Afghaanse, Afrikaanse en Antilliaanse roots gaan zich inzetten voor Lent! Ja zeker, Lent gaat vooruit! Het leek ons slim om ook de rest van de wijk te vertellen wat er zoal in de jongerenraad gebeurt. Daarom willen we via een column in de Lentse Lucht iedereen up-to-date houden over onze belevenissen.

Wat betekent een jongerenraad voor Lent?

“Het idee om jongeren aan het wijkgebeuren te binden en over allerlei kwesties in de wijk mee te laten denken en doen, sprak ons erg aan. Wij zijn dan immers zelf actief voor de wijk en dragen ook verantwoordelijkheid. We gaan plannen maken met ondersteuning van de jongerenwerker en willen zo meehelpen om de wijk voor iedereen leuk te maken en te houden. Op 1 juni zijn we dan ook echt begonnen in onze eigen ruimte bij de Ster.”

Maar wat doet de Jongerenraad dan?

“Naast het bespreken van serieuze agendapunten willen we het ook gezellig hebben met elkaar. Daarom eten we tijdens de pauze samen en bij de eerste bijeenkomst zorgde Erdi ervoor dat de pizza's eerlijk werden verdeeld. We bespraken toen de bedoeling van de jongerenraad en de voorwaarden van deelname. Bijvoorbeeld: er mag niet alleen slap geluld worden, integendeel, we gaan actief meedenken over de wijk, maken plannen en zoeken naar oplossingen van problemen. Er is ook ruimte om zelf met agendapunten te komen,

die dan meteen worden behandeld. Zo staat het gras bij de JOP erg hoog, is het pad slecht te bewandelen en waren de lantaarnpalen defect. Ook waren jongerenactiviteiten tijdens de komende zomervakantie belangrijke onderwerpen. Er kwamen allerlei ideeën naar boven over workshops en sportactiviteiten. Dit geeft aan hoe serieus we bezig zijn. We willen iedereen op de hoogte houden en daarom hoort u elke maand van ons en elke keer schrijft een andere jongere een stukje!”

• TEKST JULES COENEN & DE JONGERENRAAD LENT
BEELD ROBIN VAN WEES



v.l.n.r. Geano, Darrel, Demba, Jules, Railyson, Ferdi, Sjors, Jimmi, Aryan, Can en Arda



- ✓ Kleinschalige opvang
- ✓ Vaste en flexibele opvangtijden
- ✓ Ervaren pedagogisch medewerkers
- ✓ Uitdagende en gezellige omgeving
- ✓ Opvang voor studie- en vakantiedagen



Steltsestraat 46, 6663BS Lent
www.stichtingsoos.nl - info@stichtingsoos.nl
Stichting SOOS: 024-3503874
Op Stelten: 06-230 23857

h Installatiebedrijf
Hans van 't Hullenaar bv

**CV ketels
al vanaf
€ 1.410,-**

Informeer ook naar onze onderhoudsabonnementen

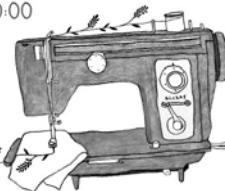
**Koop of huur nu
een nieuwe CV ketel!**

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

Persia atelier

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

maandag t/m vrijdag 14:00 - 20:00
adres: bloemenhof 8, lent
tel: 024 - 8444112



Voorkom een vlooienplaag in het najaar !

Bescherm u kat met 1 pipet 3 maanden tegen vlooien en teken.

Bescherm uw hond met 1 tablet 3 maanden tegen vlooien en teken. Voorkom.

Gratis vlooienkam bij aankoop van een anti-vlooien/teken middel

Loop gerust bij ons binnen voor de juiste adviezen

Dierenkliniek Lent

024 360 64 22

Laauwikstraat 20
6663 CK Lent

www.dierenklinieklent.nl



CHIROPRO

gezond in beweging met chiropractie

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

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

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

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

Edith Piafstraat 110c te Lent

Maurice Rugebregt

In het kader van de serie 'Muziek in Lent' spraken we met Maurice Rugebregt. Hij is jazzgitarist met als specialisatie Braziliaanse muziek en heeft al drie CD's op zijn naam staan. Met zijn muziek reist hij de wereld over als begeleider van vele vocalisten. Daarnaast geeft hij les aan twee conservatoria; sinds kort geeft hij ook muziekles in Lent.



Hoe ben je in Lent terecht gekomen?

"Ik kom uit Delft en ik studeerde gitaar aan het conservatorium in Rotterdam. Aanvankelijk woonde ik in Rotterdam met mijn gezin en na een tussenstop in Hilversum zijn we hier terecht gekomen. Het is hier rustiger en minder gejaagd dan in het westen. Lent is voor ons ideaal, zo dorps en zo dicht bij de stad."

Hoe is je voorliefde voor Braziliaanse muziek ontstaan?

"Tijdens mijn opleiding in Rotterdam werd er een latin-afdeling gestart. Er ontbrak nog een gitaarstudent in het Braziliaanse ensemble en toen werd gevraagd of het iets voor mij was. Tot dat moment had ik van Braziliaanse muziek geen kaas gegeten, maar ik greep die kans. Meteen heb ik toen een Braziliaanse band opgericht met Lilian Vieira als vocaliste. En zo heb ik het vak in de praktijk geleerd. Op mijn eindexamen bestond een kwart van het repertoire uit Braziliaanse muziek. De docent vond het moeilijk te beoordelen, maar ik vond het mooi om mee te nemen op mijn eindexamen."

Wat doe je nu op muzikaal gebied?

"Aan de conservatoria van Rotterdam en Amsterdam geef ik gitaar- en ensembleles. Verder geef ik één dag in de week gitaarles hier in Lent. In De Kleine Wiel op Plantje Vlag heb ik een lesruimte. Door de isolatie met stro en de afwerking met leem is de akoestiek daar waanzinnig goed. Wie weet ga ik er nog eens een CD opnemen."

MIJN AMBITIE IS NOG EEN KEER MET JOHN ENGELS TE SPELEN IN EEN KWARTET-BEZETTING

Heb je al eerder CD's gemaakt?

"Mijn eerste CD stamt al uit 2003. Hierop stonden Molukse traditionals die ik heb bewerkt met jazz- en Braziliaanse invloeden. Mijn roots liggen in de Molukken. De tweede CD uit 2014 bestond uit eigen composities. Dit jaar heb ik mijn derde CD uitgebracht. Samen met de Wageningse bassist Jasper Somsen ben ik weer teruggegaan naar de jazzgeoriënteerde muziek."

In welke groepen speel je?

"In het verleden heb ik onder andere in de begeleidingsbands van Laura Fygi, Denise Jannah en het Deep River Quartet gespeeld. Nu speel ik in een kwartet samen met een saxofonist, een contrabassist en een drummer. Ook met mijn vrouw Mirjam Verheem heb ik een duo. Zij is professioneel zangeres en we brengen een mix van standards, eigen composities en licht poprepertoire. Mijn ambitie is nog eens een keer met drummer John Engels te spelen in een kwartet-bezetting. Hij is tachtig, maar nog steeds actief als jazzdrummer." Meer weten? Zie www.mauricerugebregt.com

• TEKST JK BEELD RH

LENTS ALLERLEI

Woonvorm Campanula gestart

Op het Eiland van Laauwik is een woonvorm voor 32 mensen met complexe zorgvragen gestart. Vrijwilligershulp is daarbij van onschatbare waarde. Wil jij meehelpen, samen wandelen, gymmen, sjoelen, dansen, bakken, koken of duo-fietsen, neem dan contact op met Marion Brouwer (06)11472150.

'Hoe houd ik mijn hersenen gezond?'

Dinsdag 18 oktober 20.00 uur verzorgt het Damesgilde samen met de Hersenstichting in het Witte Huis een bijeenkomst met het boeiende onderwerp 'Hoe houd ik mijn hersenen gezond'.

Gipsy concert in middeleeuws kerkje Ressen

Op vrijdagavond 14 oktober geeft de groep La Manouche een concert met muziek uit de Roma- en Sinti-cultuur in het historische kerkje aan de Kerkenhofstraat 5, 6684 DJ te Ressen. Tijdens het concert krijgt het publiek tekst en uitleg over de gezongen stukken en achtergrondinformatie over het reizende volk. De groep bestaat uit Mouche Palts, gitaar/zang, Roelof Posthumus, klarinet, en Manito, gitaar. Aanvang van het optreden 20.00 uur, entree €10,00. Reserveren: info@manito.biz, tel. 06-23259107.

Crossbaan en skatebaan zijn een succes

De crossbaan en de skatebaan zijn een succes geworden. Bij de skatebaan kunnen de hindernissen voor beter gebruik nog logischer geplaatst worden. Maar er is niet alleen lol voor gebruikers, ook ouders en jongeren houden regelmatig schoonmaakacties (zie foto). Wie ook wil helpen is welkom. Contact: p.reuling@tandemwelzijn.nl

**Vrijwilligers gezocht voor het Sinterklaascomité Lent**

Wil je meehelpen met de organisatie van de intocht van Sinterklaas in Lent, bel (06)38301641.

Wijkraad Lent zoekt bestuursleden

Om Lent leefbaar te houden en burgerinitiatieven te kunnen blijven ondersteunen, is het belangrijk dat er meer (jonge) bestuursleden in de Wijkraad komen. Je kunt actief deelnemen in werkgroepen of secretaris worden. Contact Wijkraad Lent (info@wrlent.nl).

Stem op uw favoriete kunstwerk voor Hof van HollandArt

Met de kunstroute Hof van HollandArt wil de gemeente Nijmegen het nieuwe woongebied aan de noordoever van de Waal, tussen Spoorbrug en Oversteek, meer bekendheid geven. Kunstenaars zijn uitgedaagd om de verandering van het nu nog agrarische gebied naar een stedelijke omgeving vorm te geven. Tot 1 oktober kunt u op de gemaakte schetsontwerpen stemmen. De drie ontwerpen met de meeste publieksstemmen krijgen een plek in het gebied. Een vakjury kiest de andere zeven ontwerpen. Half oktober worden de gekozen ontwerpen bekend gemaakt. Informatie: www.langsdewaalnijmegen.nl

De Spiegelwaal

De Spiegelwaal is een prachtig stukje Lent geworden voor iedereen. Daarom vraagt de gemeente om geen overlast te bezorgen en geen afval achter te laten of in het water te gooien. Vanwege verschillende waterstanden en stromingen is het gevaarlijk vanaf de pijlers en bruggen in het water te springen.

Meld een Held voor het Nijmeegs Kinderlintje

Woensdag 30 november zal burgemeester Bruls kinderen uit de gemeente Nijmegen die iets bijzonders hebben gedaan, onderscheiden met een Kinderlintje. Kent u een Lents kind (4 t/m 12 jaar) dat een lintje verdient, dan kunt u haar/hem nomineren vóór 4 november a.s. via het digitaal loket www.nijmegen.nl, zoekterm kinderlintje. De jury kiest, onder deskundige leiding van Jochem van Gelder, de held van Nijmegen. En... strikte geheimhouding alstublieft.

DVOL viert feest

Vrijdagavond 28 oktober viert DVOL haar 85-jarig bestaan. Om 19.15 uur zal een reüniewedstrijd met vlaggenparade plaatsvinden en vanaf 20.00 uur barst het feest los waarbij ook een Wall of Fame zal worden onthuld. Meer informatie: Eef Knipping 06 12886402.

Try-out van blijspel 'Rust, Vrede en Flinterman' in St. Jozef

Zondag 2 oktober om 14.30 uur wordt door het Wijchens Amateur Toneel in Woonzorgcentrum St. Jozef, Lentse Schoolstraat 29 een blijspel opgevoerd vol melancholie en spanning, dat zich afspeelt in de showroom van een uitvaartonderneming. Kosten € 7,50 incl. koffie/thee en een drankje.

Studiebegeleiding Nijmegen is verhuisd

Naar Griftdijk Zuid 133! Onze leerlingen kunnen hier iedere schooldag van 11.00-18.00 uur in een ruime en prettige leeromgeving studeren! U bent van harte welkom om te komen kijken. Een intakegesprek is vrijblijvend. www.studiebegeleidingnijmegen.nl of 024-3448728.

Collectanten gezocht voor het Nationaal MS Fonds!

Van 21 t/m 26 november organiseert het MS Fonds een huis-aan-huis collecte om geld in te zamelen voor mensen met multiple sclerose. Over deze ziekte is nog steeds veel onbekend. Het Nationaal MS Fonds ontvangt geen subsidies en door de collecteopbrengsten kan in o.a. onderzoek worden geïnvesteerd. Er zijn nieuwe collectanten en coördinatoren nodig. Kijk op de website www.mscollecte.nl voor meer informatie.

Speel-o-theek WonderLent in de Ster

Rivka Benattar heeft met succes veel energie gestoken in het opzetten van een speel-o-theek in Lent. Op 23 september is dit burgerinitiatief gestart, waar ouders met hun kind speelgoed kunnen lenen en elkaar ontmoeten. De speel-o-theek is iedere vrijdag open van 15.00 tot 16.00 uur. Wil je lid worden, heb je vragen of wil je gebruikt speelgoed inbrengen, stuur dan een bericht naar rivkabenattar@gmail.com

LENTSE WOLKJES

Dynamische en Lichte Hatha Yoga. Yoga, een uurtje met en voor jezelf. De lessen zijn in De Ster. Instromen is mogelijk. Er zijn nog enkele plekken vrij. Zie hiervoor mijn website: www.yogalonneke.nl of neem contact op via: info@yogalonneke.nl of 06-36159692.

Je vitaler en energiever voel je? Last van gewrichtsklachten, algehele vermoeidheid, emotionele stress, orgaan-klachten, 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.

Gewoon Leven Nu voor integratieve psychotherapie en coaching. Integratieve therapie werkt bij zeer diverse klachten. Vergoeding via zorgverzekering mogelijk. Zelfmanagementcursus, 'Gewoon eten dieet', kennismakingscursus voetreflexologie, cursussen Reiki. Info: 024-6635806, info@gewoonlevennu.nl

Bootcamp & Bootcamp Boxing in Lent, Oosterhout en Bemmelt! Aan je kracht en conditie werken? Heerlijk buiten sporten, afwisselende lessen, motiverend en gezellig! Lessen in de avond & onder schooltijd. Voor alle niveaus. Gratis proefles. Info: 06-45458178 / petra@dotheextramile.com / www.dotheextramile.com

Pianoles in Lent. Is pianospelen iets voor jou? Ontdek het door het te doen! Tot 21 oktober mag je gratis komen voor een proefles. Voor info en aanmelden: www.beadejong.nl of info@beadejong.nl. Ook volwassenen mogen komen proberen!

Mindfulness training in Lent In oktober starten weer nieuwe mindfulness groepstrainingen bij Saskia van Leendert. Deze stressreductie-training bestaat uit acht bijeenkomsten (dinsdagavond of zaterdagochtend). Individuele training of tweetallen (vriend, vriendin) ook mogelijk. Info bel: 024-3888802 of kijk op: www.natuurgeneeskunde-vanleendert.nl

Alweer aan vakantie toe? Gun jezelf een moment van rust, ontspanning en aandacht. Maak een afspraak voor een heerlijke massage bij **Massagepraktijk Panta Rhei**. Je zit daarna weer vol energie. www.massagepraktijkpantarhei.nl voor intuïtieve, sport- en ontspanningsmassage (gediplomeerd). mieke@massagepraktijkpantarhei.nl of 06-37471979.

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.

Moppies en spaarpotjes. Alles is **uniek en handgemaakt**. Moppies zijn zachte pluchen knuffels; spaarpotjes om cadeau te geven of om zelf te sparen. Nieuwsgierig? Kijk snel. Ook Sint en Piet zijn welkom om te komen shoppen. www.uniekenhandgemaakt.com; uniekenhandgemaakt@hotmail.com

Na ruim 28 jaar oppas in Utrecht, wil ik graag in Lent opnieuw mijn diensten aanbieden, **oppas op baby of kleintjes**. Liefst 1 dag per week. Overleg is mogelijk. Tot binnenkort. Lioba, 06-40221920 of liobahoogenstraaten@hotmail.com

Vegetarische kooklessen met natuurvoeding. Voeding die ertoe doet. Ook voor mensen met intolerantie voor suiker, lactose, tarwe etc. heerlijk, inspirerend, leerzaam en gezellig. Locatie: woongemeenschap Eikpunt, Duitslandstraat, Lent. Info: 06-13079008 of www.kokenmetdominique.nl

Zangles? Kom zingen bij enthousiaste en gediplomeerde docente. Diverse muziekstijlen, zoals pop, musical en jazz. Vanaf 8 jaar, beginners en gevorderden. Wil je liever samen zingen? Kom dan bij het Popkoor voor volwassenen! Info: www.mirjamverheem.nl/agenda

Zondag 9 oktober **Open Dag bij De Kleine Wiel** in Strowijk lewan van 14.00-18.00 uur. Maak door middel van korte proeflessen kennis met: zang, gitaarles, holistische massage, Qigong, schrijfcafé en mindfulness. Wees welkom, ook bij het zondagscafé! www.dekleinewiel.nl. Karl Marxstraat 101 Lent.

Holistische massage, nieuwe praktijk op bovenverdieping De Kleine Wiel, Plantjevlag, Lent. Zeer ervaren massagetherapeut geeft je de massage die precies bij jou past op dit moment. Marjanne Marinissen tel 06-31763492. www.massagecursusnijmegen.nl. Kom ook 9 oktober naar Open Dag De Kleine Wiel.

Ayurvedische massage in Lent. Deze massage van lichaam en hoofd met warme olie werkt ontspannend, ontgiftend en verbindend, brengt lichaam en geest in balans. Duur van de massage ongeveer 5 kwartier. Er worden traditionele ayurvedische oliën gebruikt. Meer info: 06-44338221 of hellavandonk@outlook.com

Peter Raymakers

Loodgieter en installatiebedrijf

Complete badkamers
Loodgieterswerk
Centrale verwarming
Tegelwerk

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

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

studiekunst
huiswerk- en studiebegeleiding
www.studiekunst.nl



Huiswerk – en studiebegeleiding
Griftdijk Zuid 131 Lent
06 1205 7059



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
Ressen



GAVOORPUUR!
Dagelijks geopend
www.dewoerd.nl

Handbal

Sinds kort wordt de handbalsport in Lent serieus beoefend. Na een jaar voorbereiding is de Nijmeegse handbalclub Havana neergestreken in het Triangelgebouw. Lentse Lucht sprak met Yvonne van Vugt en Sanne van Onna, beiden betrokken bij de oprichting.

Waar komt jullie enthousiasme voor handbal vandaan?

Yvonne: "Bij mij is het met de paplepel ingegeven. Ik ben opgegroeid in Geffen en mijn moeder, broer en zussen handballden allemaal bij de handbalvereniging in Oss."

Sanne: "Bij mij is het net zo gegaan. Vanaf mijn kindertijd doe ik al aan handballen. Ons hele gezin was lid van de handbalvereniging in Gendringen, waar ik opgroeide."

Waarom zijn jullie in Lent neergestreken?

Yvonne: "Oorspronkelijk handballden we bij HA-STU (Handbal-Studenten, JK) op het universitair sportcentrum in Nijmegen. De regel is daar dat minimaal 80 procent van de leden student moet zijn. Toen dat percentage op een goed moment niet meer gehaald werd, hebben we met een aantal mensen besloten een tweede vereniging op te richten. Afgelopen jaar zijn we druk geweest met de voorbereidingen en hebben de organisatie op poten gezet. Havana refereert aan de stad Nijmegen, ook wel 'Havanna aan de Waal' genoemd. Maar het betekent ook 'Handbal van Nature'. Lent leek ons de beste locatie vanwege de mooie handbalzaal en het grote aantal nieuwkomers in de Waalsprong. We denken dat daar veel potentiële leden bij zitten."

HET MOOISTE ZOU ZIJN ALS HELE
GEZINNEN LID WORDEN, ZOALS
DAT OOK IN ONZE JEUGD GEBEURDE

Wat maakt handbal zo leuk?

Sanne: "Het is een snelle dynamische sport waarbij de tactiek belangrijk is. Daarnaast is het een contactsport en daardoor nogal fysiek, je mag elkaar bijvoorbeeld vastpakken. Handbal is verslavend, je kunt allerlei kwaliteiten in het spel kwijt. Sommigen vinden het leuk slimme gaatjes te vinden terwijl anderen meer bedreven zijn in de opbouw van het spel. Iedereen vindt wel iets waar hij goed in is. En natuurlijk is het leuk dat het een teamsport is, prestaties worden als team neergezet. Een wedstrijd duurt twee keer een half uur en er worden doorgaans flink wat doelpunten gemaakt. Een uitslag als 32-28 is bijvoorbeeld geen uitzondering."

Wat is de doelgroep?

Yvonne: "We hebben nu 40 leden die eind 20, begin 30 zijn. Graag willen we groeien, waarbij we ook op ouderen en kinderen mikken. Verder zijn zowel beginnende als ervaren handballers welkom. We zijn een maand geleden met een dames- en een herenteam aan de competitie begonnen, maar als mensen recreatief willen spelen is dat ook prima. Over een jaar willen we ook met jeugdteams aan de competitie meedoen. Jongeren vanaf een jaar of tien kunnen nu al lid worden. We organiseren speciaal voor hen één keer per maand allerlei activiteiten zoals clinics en toernooitjes."

Hoe ziet de toekomst van Havana er uit?

Sanne: "Iedereen is welkom, maar het zou mooi zijn als ook gezinnen lid worden, zoals dat ook in onze jeugd gebeurde. Mogelijk dat de goede prestaties van de Nederlandse handbaldames op de Olympische Spelen een rol spelen, maar we groeien tegen de trends in. Overal hebben clubs te maken met leegloop en fusies, maar daar hebben wij geen last van. We hopen op veel nieuwe Lentse leden." Meer weten? Zie: www.hvhavana.nl of www.facebook.com/havananijmegen

• 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

Mieke Stapelkamp

*Fysiotherapie
Oedeemtherapie
Bowen
Fascietechnieken*

De combinatie van Oost en West

Het Buske 79 Lent 024 3882882 www.miekestapelkamp.nl

Verbinden vervullen verrassen verwennen



WIJNFORT

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: het Wijnfort. Een plek om alles te vergeten en om nooit meer te vergeten.



WIJNFORT Bemmelsedijk 4
Lent (Nijmegen) 6663 KZ 024 3231746
www.wijnfort.nl - www.wijnforthuwelijk.nl
info@wijnfort.nl



Voetbalanz

Nieuw in Lent!

Praktijk voor voetreflextherapie (westers+Chinees)
Antoinette Marks

Ervaar eens diepe ontspanning of verlichting bij bijv. slaapproblemen, migraine, overgangsklachten, spierpijn, (o)vermoeidheidsklachten etc. Ook babyreflexologieworkshop voor ouders en/of opa en oma! Vergoeding veelal mogelijk via aanvullende zorgverzekering. Lid beroepsvereniging. Kijk op de website voor verdere info:

www.voetbalanz.nl

Gezondheidsz. en maatsch. dienstverlening

Huisartsenpraktijk	3094500
Avond/nacht en weekend	0900-8880
Tandarts	3230030
Jeugdstandarts Waalsprong	024-3246324
Apotheek de Waal	3094502
Huize St. Jozef	3813600
NIM Maatschappelijk Werk	3232751
ZZG zorggroep	3665777
Buurtzorg Lent Oosterhout	06-13003082
Swon het seniorennetwerk	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
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	3233704
Bridgeclub Waalsprong	3295335
Sjoelclub/Jeu-de-boules	06-12700996

Diversen

Dierenkliniek Lent	3606422
Dierenambulance	3550222
Informatiecentrum Open Huis	3292408
Bel & Herstelijn	14024
Milieutoezicht	3299511
Dienst Afvalstoffen & Reiniging	3716000
Dienst Sociale Zaken	3299222
Tandem Regio Noord	3650170
Wat heet oud	3236235
EHBO	0481-463449
Zonnebloem	3606455
Damesgilde	3227981
Wijkraad Lent	06-14833078
Wijkagent	0900-8844
Wijkbeheerder Carline Westen	06-52751720
Wijkmgr. Inge van den Hoogen	06-15903975

Ooievaars (3)

We kunnen terugkijken op een succesvol ooievaarsjaar. Het was de eerste keer dat een broedpaar neerstreek in Lent-Bemmel. Op 10 februari lieten we een nest plaatsen in onze boomgaard en op 22 maart verschenen de ooievaars. Opvallend was dat het nest sinds die dag niet meer alleen gelaten is, er bleef altijd een ooievaar achter. Ik denk dat ze bang waren dat het nest ingenomen zou worden door andere ooievaars. Regelmatig zagen we een derde ooievaar met één van onze ooievaars meevliegen als die terugkwam van het foerageren. Even werd er dan druk geklepperd waarna de derde ooievaar vervolgens verdween. Voedsel zochten ze meestal in de naaste omgeving. Energie-technisch is het handig om niet ver weg te hoeven. Een enkele keer zagen we ze de Waal oversteken om in de Ooijpolder hun geluk te beproeven. Ze zeilden dan vlak over de dijk. Vaak kwamen ze met takken terug om het nest uit te bouwen. Ondanks alle goede bedoelingen leek dit niet erg te lukken; bijna alle takken belandden weer op de grond. Een enkele keer ging een ooievaar de tak achterna, pakte hem weer vast en liep dan het dijktaalud op om hoogte te winnen. Vervolgens vloog hij met de tak weer terug naar het nest. Bossen takken heb ik uit de boomgaard verwijderd, terwijl het nest niet noemenswaardig uitgebouwd werd. Misschien was het gebrek aan ervaring?

Ergens in de maand april werd met broeden begonnen en op 22 mei, precies twee maanden na hun komst, werden er twee ooievaartjes geboren. Buurvrouw Liza kon vanuit haar zolderraam in het nest kijken en bracht ons op de hoogte van dit heugelijke feit. Toen brak een tijd aan waarin er geen dag voorbij ging zonder fotografen aan de dijk. Duizenden foto's werden er gemaakt. Via Google zijn ze voor een groot deel terug te vinden op internet. Op de foto's die zijn gemaakt met sterke telelenzen konden we zien dat het stapelvoedsel bestond uit regenwormen. Hele snavels vol werden naar het nest gebracht en aan de jongen verstrekt. Kennelijk was er aan voedsel geen gebrek, want de jongen groeiden als kool. Op 9 juni werden ze voor het eerst alleen gelaten op het nest en een maand later begonnen de eerste vliegproefjes. Die bestonden uit het klappen met de vleugels waarbij ze op het nest kleine sprongetjes maakten.

Op 27 juli vloog een jonge ooievaar van het nest. Hij vloog naar de dijk, bleef even midden op de weg zitten en ging toen weer terug. Een paar dagen later volgde de andere. Allengs bleven ze langer weg, maar 's nachts verbleven ze nog wel op het nest, samen met één van de ouders. De andere ouder had inmiddels een slaapplek gevonden op de schoorsteen van Sprok. In onze vakantie, begin augustus, verlieten de jongen het nest definitief. Waarschijnlijk zijn ze vlak daarna al vertrokken naar het zuiden. Tot 4 september overnachtten beide ouders nog steeds op het nest, om vervolgens hun jongen achterna te vliegen. We hebben samen met vele anderen ruim vijf maanden kunnen genieten van deze prachtige vogels. En nu maar hopen dat ze het volgend jaar weer terugkomen.

• TEKST JOHANNES ILLUSTRATIE MVS



Marcia Kuipers

Eerder dit jaar won onze plaatsgenoot Marcia Kuipers (42) de publieksprijs van ondernemers-netwerk Jong MKB Arnhem-Nijmegen. Lentse Lucht sprak met haar.

Wat is Jong MKB Arnhem-Nijmegen voor club?

“Het is een netwerkclub van ondernemers hier in de regio. Startende ondernemers (minder dan zeven jaar geleden gestart) zijn er lid van. In een ongedwongen en informele sfeer kun je informatie opdoen en andere ondernemers leren kennen. Er worden workshops, presentaties, bedrijfsbezoeken en clinics georganiseerd. Ieder jaar wordt er een verkiezing gehouden waarbij de genomineerde bedrijven flink aan de tand gevoeld worden door een vakjury. Op de verkiezingsavond zelf moeten de bedrijven zich nogmaals presenteren. De presentaties worden beoordeeld door een vakjury en door publiek. Dit jaar won ik dus de publieksprijs.”

Hoe verliep je carrière tot nu toe?

“Ik ben hier in Lent geboren op de plek waar nu het Van der Valk hotel staat. Mijn ouders hadden daar een plantenexportbedrijf. Later zijn ze in de Weverstraat gaan wonen, waar ze ook jarenlang de Vierdaagsecamping bestierden. Na het gymnasium heb ik aan de HEAO in Arnhem International Business & Languages gestudeerd. Na mijn opleiding heb ik ruim acht jaar in het bedrijf van mijn ouders gewerkt, met als doel het bedrijf op termijn over te nemen. Het was hard werken en de marges waren klein. Op een goed moment is het besluit genomen het bedrijf van de hand te doen. Ik heb toen gesolliciteerd bij de Hogeschool Arnhem Nijmegen en werd aangenomen. Eerst als coördinator van een internationale Masteropleiding en daarna als Senior Study Coach van internationale studenten. Ruim twee en een half jaar geleden heb ik mijn baan opgezegd. Ik was op een punt in mijn leven gekomen dat ik iets anders wilde. Organiseren en regelen ging me altijd al goed af.

Bij de evenementencommissie van de tennisclub, de ouderraad van de Geldershofschool en als teammanager/coach van een hockeyteam deed ik veel ervaring op en merkte ik dat ik dat heel leuk vond. Uiteindelijk besloot ik een eigen bedrijf op te zetten.”

Waar houdt je bedrijf zich mee bezig?

“Mijn bedrijf heet ‘Met Goesting’. Goesting is het Vlaamse woord voor zin, lust of trek. Alles wat ik aanpak, doe ik dus Met Goesting! Ik gebruik mijn organisatietalent en mijn voorliefde voor koken nu bij het organiseren en coördineren van evenementen met oog voor detail, en catering is daar ook een onderdeel van. Mijn eerste grote opdracht was de catering bij de opening van hotel Oranjestaete in Nijmegen. Ik vond het doodeng. Samen met mijn moeder maakte ik meer dan 700 culinaire hapjes en kleepte alles aan in oranje, tot aan de servetten, lepeltjes en M&M's toe. Daarna is het

balletje van lieverlee gaan rollen. Eind vorig jaar werd ik gebeld door de HAN of ik daar weer wilde komen werken. Inmiddels doe ik dat voor 20 uur in de week. Ik kan mijn werktijden flexibel indelen, zodat mijn bedrijf niet in de knel komt.”

Wat zijn je verdere ambities?

“Eigenlijk ben ik best blij met de situatie zoals die nu is, al is het leven van een ZZP'er soms best eenzaam. Mijn werk bij de HAN maakt dat wel weer goed, want daar zijn veel leuke collega's. Ik hoef niet per se verder te groeien, maar wil wel graag hoge kwaliteit leveren en me onderscheiden door creatief mee te denken met de klant. Door mijn werk bij de HAN heb ik een vast inkomen en ook een zekere structuur. Ik zie ‘Mijn Goesting’ als kers op de taart. Ik haal er veel energie uit en word er blij van.”

Meer weten? Zie: www.mijngoesting.nl

• TEKST JK BEELD MJ

