

A photograph of two young boys playing in a muddy environment. The boy in the foreground is crouching, looking towards the camera with a playful expression, his face and clothes covered in mud. The boy in the background is standing, also covered in mud, and smiling. The background is a muddy bank with some cracks.

Lentse Lucht

Lucht

Lentse Lucht neemt afscheid van:

... de zomer

... het damesgilde

... Pierre Muisers

.... kapper Willem



Aan Lentse Lucht werken mee



Martin Bos



Marije Braakman



Anne-Rie Bus



Hans Dekker



Gerco Hiddink



Henry Jansen



Janneke Jansen



Marc Jeuken



Joop Koopman



Floris van de Laar



Wendy Marechal



Marijke Munnichs



Marioes Müller



Marianne van der Pol



Paul Reuling



Lenny Rijken



Léonie
Schuijt-Overgoor



Marieke van Stippent



Meis Thewissen



Krijn van der Velden



Karin Veenendaal



Jorg Verweij



Marion Zwart



FYSIOTHERAPIE LENT

Locatie Thermion

Thermionpark 6
6663 MM Lent

Locatie St. Jozef

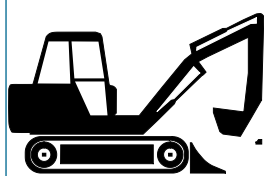
Lentse Schoolstraat 25
6663 CP Lent

www.fysiotherapielent.nl

info@fysiotherapielent.nl

024-3094503

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

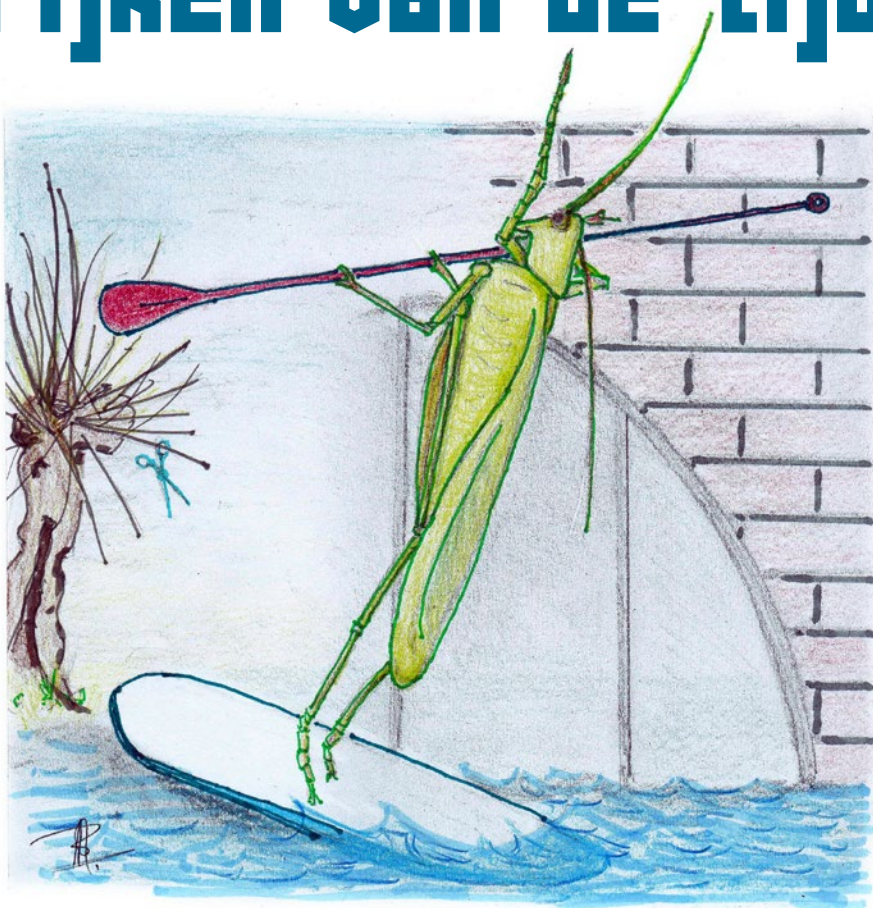
Het verstrijken van de tijd

Uit de lucht

Hij is weer voorbij, die droge zomer... In deze nieuwe editie blijven we deels nog in zomerse sferen als Johannes verhaalt over de tsjirpende boomkrekkel. Een krekkel met een kenmerkend geluid, dat tot voor kort vooral deed denken aan zonovergoten vakantiedagen in de Provence, maar die zich tegenwoordig erg thuis voelt in het klimaat van onze eigen uiterwaarden. Dat geeft me ook wel een unheimisch gevoel. De wereld om ons heen verandert sneller dan wij beseffen. Achter de oneindige zomerdagen schuilt een gevaar dat niet meer zo heel ver in de toekomst ligt.

Maar genoeg gepiekerd, terug naar de fijne kant van de zomer. Suppen! We spreken Eva Janssen Venneboer over haar sup-avontuur met hond Dex op onze eigen Lentse Plas. Een mooi zomers plaatje, nietwaar? Zelfs deze zinderende zomer is echter eindig gebleken. Eindigheid is ook één van de rode draden van deze editie. We vragen de vriendinnen van het Damesgilde - dat vanaf 1959 het sociale leven van Lent opfleurfde met toneelstukken, voorlichtingsavonden, uitjes en vooral veel gezelligheid - waarom daar nu toch een eind aan komt. Daarnaast herdenken we in deze editie Pierre Muisers, die als penningmeester jarenlang een grote bijdrage heeft geleverd aan Lentse Lucht en die ons helaas kort geleden is overleden. Eindig blijkt ook het betere knipwerk van kapper Willem van Double You. Hij geeft na 23 jaar het stokje over aan Denise, die ook al 18 jaar in de zaak werkt. Reden genoeg om Willem bij ons In Beeld te zetten.

Maar misschien is Lent nog wel meer de plek van een nieuw begin. We berichten over het nieuwe complex De Boog, dat op 10 september in Hof van Holland is geopend. In dit fonkelnieuwe



gebouw komen een sportcomplex en een zogeheten Gezondheidsplein, waar een groot aantal (sport)zorgaanbieders onder één dak samenkomen. Een nieuw begin is het ook voor onze nieuwe webredacteur Marianne van der Pol, die net als vele anderen de oversteek naar ons oude dorp en nieuwe stadsdeel aan de overkant van de Waal heeft gemaakt. Haar valt op, dat alles hier toch net wat minder gehaast gaat dan in hartje centrum. Ik zou zeggen: voeg een nieuwe dimensie toe aan uw Lentse onthaasting en neem gerust de tijd voor deze nazomerse editie van Lentse Lucht...

tekst Martin Bos • illustratie Janneke Jansen

Colofon

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

Abonnement buiten Lent: € 40,- per jaar.

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

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

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

Vormgeving: Gerco Hiddink. Drukwerk: Van der Weerd. Oplage: 4.500 exemplaren.

www.lentselucht.nl

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

Sluitings-
datum kopij
dinsdag 11
okt. 2022

Het Damesgilde stopt na 63 jaar



Verenigingen

Op een zonnige dinsdagochtend neem ik plaats aan de eettafel van mevrouw Annemie Som (75). Ook haar vriendinnen Veronica van der Logt (77) en Gerda Rikken (78) zijn er. We drinken koffie uit mooie gebloemde kopjes. Een porseleinen hertje kijkt me vanuit de boekenkast afwachting aan. De dames halen met elkaar herinneringen op aan hun tijd bij het Damesgilde. En dat is een lange tijd zo alles bij elkaar. Elk van hen was meer dan veertig jaar lid en ook langere tijd bestuurslid.

Ze spreken over het Damesgilde met plezier in hun ogen, maar ook met weemoed. Het doek is namelijk gevallen voor het gilde, de vereniging is opgeheven. Ondanks verwoede pogingen is het niet gelukt om nieuwe leden te werven de laatste jaren. Ook het vinden van een accommodatie voor de activiteiten en de stijgende kosten van alles waren belemmerende factoren. "Bovendien," vertelt mevrouw Som, "kregen we geen nieuwe aanmeldingen voor bestuursfuncties. Het maken van het programma en het organiseren van alle activiteiten is best intensief. En na vele jaren ben je er ook wel eens aan toe om een stapje terug te zetten." Al deze zaken samen hebben dus geleid tot de opheffing van het Damesgilde.

Voor Lentenaren die hier al lang wonen is het gilde een begrip, maar nieuwe bewoners vragen zich misschien af wat het doel was van het gilde. Zij hebben dit zelf goed omschreven in de papieren die ik mag inzien: "Het brengen van ontwikkeling en ontspanning. Het bevorderen van sociale contacten." "Vroeger kwam je nergens," vertelt mevrouw Van der Logt, "dus alle uitjes en gezellige avonden waren echt een feest. Je keek er naar uit." Mevrouw Rikken gaat verder: "De kerstavonden werden altijd



goed bezocht. En we maakten toneelstukken die we voor de andere leden opvoerden. Twee keer per jaar gingen we een dagje weg. Dan hadden we altijd veel lol. In de bus werd er heel wat afgelachen."

*Alle uitjes waren een feest,
je keek er echt naar uit*

Naast al het vertier was er ook ruimte voor serieuze zaken zoals voorlichtingsavonden over maatschappelijke wetgeving of van de politie. Zelfs deze avonden konden voor hilariteit zorgen. Zo kwam er eens een bedrijf vertellen over hun wollen dekens. Aangestoken door elkaars enthousiasme bestelden veel dames de dekens, maar toen ze ze eenmaal thuis hadden, bleken die dekens veel te zwaar. Toen zat half Lent dus met dekens waar ze niets aan hadden. De anekdote zorgde nog jarenlang voor veel plezier.



Ook voor de individuele leden was er aandacht. Elke wijk had een wijkleidster. Zij ging bij de mensen langs bij jubilea, ziekte of geboorte. In het verleden was er bij geboorten een 'geboortekoffertje' waar de kraamvrouw dan een cadeautje uit mocht kiezen. Op alle belangrijke momenten in je leven was er het Damesgilde.

Vanaf de oprichting in 1959 tot de opheffing in 2022 heeft het Damesgilde een warm en betrokken hart gehad voor Lent. Een stukje dorpsgeschiedenis om te koesteren.

tekst Marion Zwart • beeld Lenny Rijken en archief Damesgilde



Dit lied werd gezongen op het afscheidsfeest (melodie: "Those were the days" van Mary Hopkin):

Het Damesgilde Lent
Bij velen welbekend,
Ontmoetingsplaats, verrijking, goed gevoel.
Wij hadden heel veel pret,
Dit wordt nu stopgezet,
Samen ons beste beentje voorgezet.

DISVELD MAKELAARDIJ

WONING VERKOPEN IN LENT?

Dat laat
je toch
over aan
een echte
Lentse
makelaar.

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

Bel of mail Onno Disveld voor een persoonlijke kennismaking.

06 424 855 58

disveldmakelaardij.nl

H INSTALLATIETECHNIEK HULLENAAR BALK



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

WWW.HULLENAARBALK.NL



Opening De Boog

10 september 2022

Gezondheid/Sport

Lent is vanaf 10 september officieel een nieuw multifunctioneel gebouw rijker. Na een spetterend dansoptreden, opende burgemeester Bruls De Boog. In dit gebouw komen gezondheid en sport samen. Naast een prachtige sporthal waar van alles mogelijk is, bevinden zich in het gebouw tal van zorgverleners.

Sporthal De Boog

Namens sporthal De Boog is teamleider Sanne Teuwsen aan het woord. Zij is verantwoordelijk voor het beheer van meer dan dertig sporthallen in Nijmegen en was vanaf het prille begin met de architecten in gesprek over de bouw en de voorzieningen in en om De Boog. Enthousiast vertelt zij over de nieuwe locatie. "Naast gebruik overdag door scholen is de sporthal 's avonds te huur voor gebruikers uit de buurt. In de weekenden zullen er ook grote sportmanifestaties plaatsvinden, zoals de Nederlandse kampioenschappen korfbal. Ten behoeve van die topsporters is aan alle eisen voldaan, zoals een met de kleedkamer verbonden EHBO-voorziening. De tribunes kunnen maar liefst 750 personen dragen, dus publiek is meer dan welkom.

Naast de enorme sporthal, die zich op de eerste verdieping bevindt, zit een horecavoorziening die met schuifwanden aangepast kan worden aan de bezoekersaantallen. Er zijn kleedkamers in alle kleuren van de regenboog, dus makkelijk herkenbaar voor de jonge scholieren en andere gebruikers. Voor verenigingen is er zelfs een bescheiden vergaderruimte beschikbaar met uitzicht op de wedstrijdvelden - al blijft de belangrijkste ruimte natuurlijk die van de wedstrijdleiding, die pontificaal midden boven de tribunes zit. De voorzieningen zijn natuurlijk rolstoel-toegankelijk middels een royale lift. Zodra de omgeving van De Boog afgebouwd wordt, komt er een Urban Fit Track, met maar liefst vijf banen die in de hal van de boog beginnen met een duidelijke nummering, bedoeld voor hardlopen, skeeleren en wat er verder uit de buurt nog aan initiatieven kan ontstaan. De sporthal is zichtbaar intern verbonden met de medische en welzijnsvoorzieningen in het bogengebouw en incidenteel direct inzetbaar voor bijvoorbeeld een sporttraining met de fysiotherapeut, die wat meer ruimte vraagt."

Welzijn: zwangerschapsbegeleiding

Technisch directeur Miranda de Jong vult aan: "Het Verloskundig Centrum betreft een coöperatie van dertien praktijken in Druten, Grave, Groesbeek, Nijmegen en Lent. De samenwerking in de coöperatie leidt tot innovatie van de voorzieningen en verbetering van de voorlichting. Via Zoom wordt er digitaal voorlichting aangeboden over zwangerschap, bevalling, borstvoeding en ouderschap, en in samenwerking met Kraamzorg Gelderland Zuid worden zwangerschapsgroepen begeleid. Tot op heden is er een spreekkamer bij het CWZ in de Carbatinastraat. Per oktober wordt de nieuwste echomachine geïnstalleerd, maar ook nu al worden echo's aangeboden bij dertien en twintig weken zwangerschap. Op openingsdag 10 september werden pretecho's verloot en getoond."

Welzijn: buurtteams

Tenslotte vertelt Christina Oost namens het buurtteam Jeugd en Gezin vol optimisme over de voordelen van de onderlinge nabijheid van de maatschappelijke organisaties in de Straat van Welzijn. "Binnen de Buurtteams ervaren de gezinswerkers al veel meer interactie met andere



hulpverleners, maar door de verbeterde communicatie die er onderling ontstaat tussen de werkers zal de Straat van Welzijn de samenwerking nog intensiveren, is de verwachting. Alleen het STIP heeft een inloopfunctie, de andere organisaties werken op afspraak, maar die kan vaak

wel door de hulpverlener al georganiseerd worden voor een cliënt. Alles wordt vergemakkelijkt door de nabijheid van jongerenwerkers en kindwerkers en door de onderlinge contacten met de Buurtteams binnen scholen en buitenschoolse opvang.

De Boog is een ontmoetingsplaats voor Lente-naren van alle leeftijden en zal, zeker als de omliggende gebouwen voltooid zijn, een centrale plek innemen in onze gemeenschap."

tekst Krijn van der Velden
beeld Karin Veenendaal



Jouw levensverhaal!

Mooi en integer op papier gezet
door een professionele auteur

Hilde Reiding
06 12 04 76 45
www.jaarringen.nl



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

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



GOEDVRIEND
pensioencoach




Later wil je het toch ook goed hebben?
Ook al is het misschien een ver-van-je-bed show, pensioen is wel heel belangrijk!

Met welke vragen kun je zoal bij mij terecht?

- Hoe spaar ik (extra) voor mijn pensioen?
- Hoe vul ik mijn pensioengat op?
- Wat gebeurt er met mijn pensioen nu ik ga scheiden?
- Ik wil met deeltijdpensioen. Wat is de beste keuze?
- Ik wil mijn pensioen vervroegen/uitstellen? Wat is wijsheid?

Meer weten? Mail, app of bel me gerust voor een gratis intakegesprek bij jou thuis. Meer informatie vind je op goedvriendpensioen.nl of scan de QR-code.

Lent Gennep Nijmegen | jorg@goedvriendpensioen.nl
06 - 29 473 495
www.goedvriendpensioen.nl




Kapper de Krul

Kapper de Krul

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

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



Albert Heijn Bemmell
Ruim 150 parkeerplaatsen,
gratis en overdekt

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

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

Kom werken bij KION!

Wij zoeken nieuwe collega's! Bij onze kinderdagverblijven, de peutergroepen én speciaal bij onze locaties voor buitenschoolse opvang ben je van harte welkom. Er is altijd wel een locatie die bij jou past.

Heb je zin in een nieuwe uitdaging? Mail onze recruiter Lonneke via werken@kion.nl of kijk op onze site www.werkenbijkion.nl.



De Geldershof,
Klimop, De Groene
Wereld, De Verbinding,
De Verwondering,
De Boomgaard,
Goudwinde



Luan Buleshkaj en Yassine Belghanch

Ons programma komt voort uit onze eigen belevingswereld

Nomaden

Je komt ze overal in Lent tegen. De één komt een boek schrijven of de hond uitlaten. De ander doet archeologisch onderzoek of is hier op vakantie. Deze keer betrapten we Luan Buleshkaj (38) uit Amsterdam en Yassine Belghanch (33) uit Boxtel. Ze vormen een duo en traden op bij Festival de Oversteek.

Hoe is jullie samenwerking begonnen?

Yassine: "We leerden elkaar kennen via een gemeenschappelijke vriend, Soufiane Moussouli. Hij is acteur en heeft onze theatervoorstelling 'Leeuwenkind' geregisseerd. Ons eerste gezamenlijke optreden was in oktober 2019 in theater Bellevue in Amsterdam. Aanvankelijk speelden we als trio samen met een violist, maar hij is afgehaakt omdat hij het te druk had."

Wat doen jullie eigenlijk hier in Lent?

Luan: "Wij treden samen op in een heel mooie tuin aan de Waal. We brengen daar een deel van ons theaterprogramma 'Leeuwenkind'. Ik ben *spoken word* artiest en Yassine begeleidt me op gitaar en levert een vocale bijdrage." Yassine: "De afgelopen tijd waren we in een stedelijke omgeving actief. Voor ons zijn dit korte *resets*. Hier voelt het voor ons als een verademing. Leven op een plek als deze zou normaal moeten zijn. Ik heb er geen kaas van gegeten hoe dat zou moeten. Er gaat een soort magie van uit die de meesten van ons in het dagelijks leven missen. Op middelbare scholen zou eigenlijk een cursus tuinkunde gegeven moeten worden."



Luan: "Het genre dat we brengen staat dicht bij de poëzie. Ons programma komt voort uit onze eigen belevingswereld. Zo vertel ik bijvoorbeeld over de achtergrond van mijn ouders. Mijn vader was Albanees en woonde in Kosovo. Hij vluchtte naar Nederland en ontmoette mijn moeder, afkomstig uit Eindhoven, op het Leidseplein in Amsterdam. Ook vertel ik over mijn jeugd in Amsterdam-West, waar ik voetbalde op hetzelfde pleintje waar ook Gullit en Rijckaart leerden voetballen."

Hoe komen jullie hier terecht?

Luan: "Festival de Oversteek is een jaarlijks cultureel festival en wij zijn geboekt door theaterbureau KorthalsSchuurman. Dit bureau verzorgt een groot deel van onze optredens. We spelen op allerlei plekken in heel Nederland. We komen op bijzondere plaatsen. Soms spelen we midden in de bossen, we waren op Terschelling en regelmatig spelen we op festivals, zoals ook vandaag."

Wat zijn jullie toekomstplannen?

Luan: "We staan van oktober tot volgend jaar maart in de Nederlandse theaters met ons programma 'Leeuwenkind'. Yassine is singer-songwriter en heeft ook een aantal eigen projecten. Omdat we vrienden zijn en elkaar goed aanvullen zullen we altijd wel blijven samenwerken."

Meer weten? Zie www.luanbuleshkaj.nl

tekst Joop Koopman • beeld Marion Zwart



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

dewoerdt.nl - Ressen

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



Praktijk Grondsteen Verlies- en rouwbegeleiding

Praktijk Grondsteen biedt begeleiding aan volwassenen bij verlies van naasten, werk of gezondheid

Paulo Kessler
Baumgartenstraat 31 6663LH Lent
0642859318 | 0243550562
praktijkgrondsteen.nl

HOORT HET BIJ

PLASTIC+?

JA OF...

LET OP! ZORG DAT DE VERPAKKINGEN LEEG ZIJN!

NEE

Dar®

www.dar.nl | info@dar.nl | 024-3716000

[f](#) [@](#) [t](#) [v](#)

VERPAKKINGEN VAN WASMIDDELEN'SHAMPPOO

DRANK BLIKJES

HAAR- EN VLEES- EN VISVERPAKKINGEN

HAAR- EN TANDPASTATUBES

CONSERVENBLIKJES

MEEL-, YOGHURT-, EN SAPPAKKEN

YOGHURT- EN SLAGROOMBEKERS

PLASTIC FLESSEN

PAPIER, KARTON EN PIEPSCHUIM

VOLLE VERPAKKINGEN

SPUITBUSSEN ZOALS DEO EN SLAGROOM

GFT EN ETENSRESTEN

HARD PLASTIC ZOALS EMMERS

GLAS

BIJ TWIJFEL CHECK JE WWW.DAR.NL/PLASTIC



Wijkraad Lent
samen in beweging

Heuglijk nieuws

Lentgenoten

Stichting Wijkraad Lent is uit de nood, maar doet u ook mee om van Lent een prachtig leefbaar woongebied te maken?

Het is gelukt! Ondanks de vakantie hebben meerdere betrokken Lentenaren gereageerd; zij zijn bereid om zich voor Wijkraad Lent, dus ook voor u, in te zetten. Sommigen hebben zich opgegeven voor het dagelijks bestuur, anderen voor werkgroepen.

De wijkraad heeft nu vijf wijkraadbestuurders en drie wijkraadvolgers, die nauw betrokken zullen zijn bij de werkgroepen en intensief zullen communiceren met het dagelijks bestuur. De bestuurders en volgers vertegenwoordigen Lent in alle opzichten. Ze komen uit oud en nieuw Lent, van beide kanten van het spoor. Twintigers, dertigers, veertigers, vijftigers, zestigers en zeventigers zijn vertegenwoordigd. U bent vast benieuwd aan wie Brigitte Rutten haar stokje heeft overgedragen.

Op 1 september zijn we aan de slag gegaan, hebben we kennis met elkaar gemaakt en samen met wijkregisseurs nagedacht over de toekomst van de wijkraad en haar positie in Lent aan de hand van een door Rob Stoof geschreven discussiestuk over de missie/visie van de wijkraad als platform. Iedereen stond achter de inhoud. In een volgend nummer zullen wij daar dieper op ingaan.

Er zijn vast meer werkgroepen en buurtverenigingen, die volkomen onafhankelijk van de wijkraad opereren en een grote betekenis hebben voor heel Lent of voor hun buurt. Dat willen we ook zo houden. Wel willen we graag, voor een nieuwe informatiebrochure, al deze organisaties opnieuw in kaart brengen zodat nieuwe Lentenaren snel hun weg kunnen vinden. Wilt u daar aan meewerken? Mail info@wrlent.nl

tekst Léonie Schuijt-Overgoor
beeld Marc Jeuken



Achterste rij (v.l.n.r.): Christa Verzijl, Raymond Smeets, Charles Meijers, Rob Stoof
Voorste rij: Léonie Schuijt-Overgoor, Dorien Heebink, Marjolijn Dehue

Bestuur

Léonie Schuijt-Overgoor

interim voorzitter en actief binnen de paraplugroep Prins Mauritssingel en klankbordgroep Stadseiland

Christa Verzijl

secretaris

Marjolijn Dehue

penningmeester, daarnaast aandachtsgebied Hof van Holland

Dorien Heebink

aandachtsgebieden 'jeugd in Lent' en nieuwe wijken achter het spoor

Raymond Smeets

aandachtsgebied werkgroepen in Lent

Wijkraadvolgers

Rob Stoof

aandachtsgebied infrastructuur en mobiliteit. Om de interim-voorzitter te ontlasten zal Rob de wijkraadvergaderingen leiden totdat een nieuwe voorzitter zich aanmeldt en ingewerkt is.

Masoud Kamalizadeh

werkgroep Verkeer (infrastructuur en mobiliteit) met extra aandacht voor de wijk Vossenpels en de Vrouwe Udasingel.

Charles Meijers

werkgroep Verkeer, ons geheugen op het gebied van omgevingsplannen. Daarnaast bestuurslid van de ondernemersvereniging Waalsprong.

Charles Meijers, Rob Stoof en Léonie Schuijt zijn binnen de werkgroep Verkeer al jaren betrokken bij de aanleg van de Dorpsingel en ook bij het project Stadseiland is hun aandachtsgebied infrastructuur en mobiliteit.

Werkgroepen, buurtverenigingen en projecten

Krijn van der Velden en Mieke Gijzels

werkgroepen: Verkeer, Geluid, Lucht en Groen

opknappen van het Dorpsplein en het speelveld

buurtvereniging Hoge Bongerd en Veur Lent

nieuwe gemeentelijke projecten waaronder Vossenpels, Stadseiland

Welkomsttases

Prins Mauritssingel

Kern Oud Lent

GewaLent

Klankbordgroepen

CAFÉ - LOUNGE - TERRAS
ZAAL(HUUR) - BORREL(S)
HAPJES - GEZELLIGHEID



**COME FOR THE VIEW
STAY FOR THE VIBE**

WAALZICHT

OOSTERHOUTSEDIJK 21 | VEUR LENT | 06 57 34 55 80
WWW.CAFEWAALZICHT.NL



Wienen

accountants en adviseurs

ZZP'ers én particulieren
kunnen op ons rekenen



Wienen ontcijfert en ontzorgt

024 323 23 33 • www.wienenaccountants.nl



**Tuinontwerp, realisatiebegeleiding
en onderhoud**

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769

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
€ 6.799,-

340 x 186 cm



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

In Memoriam (28 december 1936 – 20 augustus 2022)

Pierre Muisers



Maandag 22 augustus bereikte ons het bericht dat Pierre Muisers twee dagen eerder op 85-jarige leeftijd was overleden. Pierre was van 2000 tot 2009 'onze' penningmeester bij Lentse Lucht. Een tweetal jaren na de start van Lentse Lucht in 1998 werd hij door ons benaderd met de vraag of hij het penningmeesterschap van Giovanna van Ijendoorn over wilde nemen. Hij zag het belang van zo'n maandblad voor de Lentse bevolking en antwoordde meteen positief.

Hij ontvouwde een financieel plan waar het huidige bestuur nog steeds de vruchten van plukt. Ook woonde hij regelmatig uit pure belangstelling onze redactievergaderingen bij - overigens zonder zich in de discussies te mengen of zijn mening te geven, want dat vond hij niet zijn taak. Wel wilde hij graag

op de hoogte blijven. Pierre stond ook mede aan de wieg van verdere professionalisering van Lentse Lucht, door mee te werken aan de vorming van een bestuur en een aparte redactie. Toen dit zijn beslag had gekregen, kwam hij niet meer op de redactievergaderingen omdat hij belangenverstrengeling wilde voorkomen. Het tekent de zorgvuldigheid waarmee hij alles deed.

Pierre was een innemende persoonlijkheid. Hij was bescheiden, maar wist toch duidelijk zijn mening kenbaar te maken. Ook was hij een doorzetter. Hij heeft veel voor de Lentse gemeenschap betekend: onder meer in het bestuur van harmonie St. Theresia, bij voetbalvereniging DVOL, als mede-oprichter van 'Wat Heet Oud'. Hij maakte daarnaast jarenlang films en foto's van vele activiteiten in Lent. Zijn videotheek is van onschatbare

waarde; hopelijk vindt dit materiaal zijn weg naar het archief van de gemeente Nijmegen.

Op 17 augustus sprak een van ons Pierre nog in het zorghotel bij Dekkerswald. Hij was vol goede moed en had nog veel plannen, onder meer om te gaan figuurza-gen. Het bericht van zijn overlijden kwam dan ook totaal onverwacht en we beseffen dat we deze geweldige man gaan missen. Lentse Lucht is hem veel dank verschuldigd.

Anne-Rie Bus
Giovanna v. Ijendoorn
Hans Jansen
Hans Spaans
Lucie Gosselink
Marijke Munnichs
Ton Serrarens

beeld Gabriël Roodbol

Leven in Lent

van de webredactie

Ruim anderhalf jaar geleden was het na tientallen jaren gedaan met mijn woonplek in centrum Nijmegen. Voor een stadse-tot-in-haar-tenen is dat nogal wat. Maar ja, mijn grote liefde wilde naar Lent en hartje stad is minder leuk zonder hem.

Inburgeren in Lent dus. Als autoloze fietser vallen mij meteen de riant brede fietspaden en -straten op. Maar ook het andere type automobilist dat hier rondrijdt. Nader je in Nijmegen-stad een rotonde en is je leven je lief, dan rem je af. Zo niet in Lent.

Heeft een automobilist tientallen meters voor de rotonde het vage vermoeden dat er wel eens een fietser kan oversteken, dan is het rempedaal snel gevonden. Pluspunt voor Lent.

Dat heeft ook een andere kant. Want ik ben natuurlijk behept met stadse haast. Zo moest ik laatst toch echt stoppen voor een overstekende moeder met zoontje op een zebepad. Snel om de twee heen slommen kan hier echt niet.

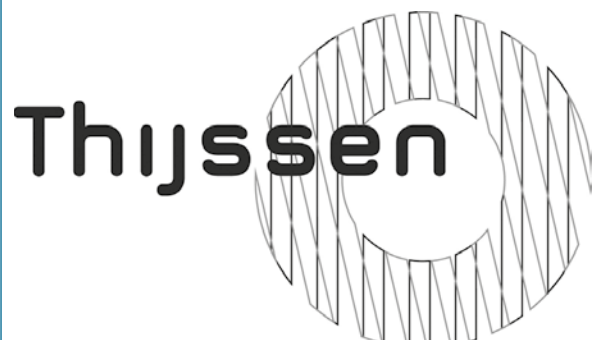
Die tergend trage stadse stoplichten ontwennen is dan weer niet nodig. Vanuit huis fiets ik lekker door naar de Bastei, mijn werkplek net over de Waal. Geen stoplicht te zien. In het rustige Lent schiet je meer op dan in de stad.

Boodschappen doen is ook zoets. Uit luiheid bezocht ik vroeger vooral Spar City en Jumbo City, op vijf minuten loopafstand. Nu is het zes minuten fietsen naar Jan Linders. Maar de brede paden daar zijn een stuk handiger dan de kruip-door-sluip-door paadjes in de city-supermarkten. Zeker als we weer eens afstand moeten houden vanwege corona of een ander eng virus. Het Lentse winkelaanbod is nog wat karig, maar daar wordt aan gewerkt.

Inburgeren in Lent gaat het best door zelf actief te worden. Ik heb me dan ook aangemeld bij de webredactie van Lentse Lucht, waar ik met plezier de wekelijkse nieuws-brief samenstel.

tekst Marianne van der Pol

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



Brilmode
Contactlenzen
Optometrie

Markt 53/55
Bemmel
0481-470490

www.oogzorginbemmel.nl

Vakantie en verhuizing
van 18/7 t/m 4/9
**Feestelijke opening
10 september**

**Stip
Noord
gaat
verhuizen**

Na de zomer
vind je ons in
**De Boog in Lent,
Dick Boerrigter-
plein 2**
(bij de Aldi)



✉ noord@stipnijmegen.nl
f @StipNijmegenNoord
Ma 15.00 - 18.00 (vanaf sept)
Di 13.30 - 16.30
Do 9.30 - 12.30

STIP-LIJN
024 - 350 2000
(ma-vr | 9.00-17.00)

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

**Apotheek
in polikliniek
CWZ Waalsprong**

voor al uw medicijnen

Openingstijden
elke werkdag
van 8.00-17.00 uur.
Carbatinastraat 3, Nijmegen
www.cwz.nl/waalsprong



Lentse Wolkjes

Nieuw in Lent: Meer lucht, **wandelcoaching voor (jonge) ouders**. Bewustere keuzes maken in een stressvol leven. Kijk voor meer informatie op www.meerlucht.nu en neem bij vragen gerust contact op. Hester van Vliet (psycholoog en wandelcoach).

Een **ontspanningsmassage** met warme olie is puur genieten. Verwen jezelf of een ander met deze ervaring. Zie voor meer info www.ontspannenbijmomo.nl of bel 06-10502358. Ook met de Meedoenregeling mogelijk.

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 € 85,- incl.

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.

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

HABITAT, een expositie van Inge Winter, Els Crum en Andro de Jong. Mixed media, fotografie, schilderijen, poëzie en objecten. Kunstkapel NDDA, Beek-Ubbergen, 1 t/m 23 oktober, za/zo 13-17 uur. www.notredamedesarts.nl

Yoga en meditatie in stilte: Een middag met echt even tijd en aandacht voor jezelf. Met hathayoga, ayurvedische hapjes, een stiltewandeling en meditatie. Zondag 30 oktober 13.00 tot 17.00 bij het bos in Brakkenstein. Info anjahuinink@hotmail.com of www.inyogalent.nl

Terug van weggeweest! Maarten van Bakel, **gediplomeerd massagetherapeut** (voorheen praktijk 'effe kalm aan'). Voor ontspanning en heling; shiatsu, cranio-sacraal, intuïtief. Woensdag / donderdag en elke 2e zaterdag van de maand 10-17u. (Begoniastraat Lent), tel. 024-3602262, maartenvanbakel@gmail.com.

Welkom prachtige vrouw, met alles wat er in je leeft. Liefdevolle aandachtige aanraking is als voeding voor je lichaam en geest, hart en ziel. Ik help je om de taal van je lichaam weer te verstaan. Sijtje Princen, www.zachtekracht.nu, tel. 06 48856967. Sijtje Princen www.zachtekracht.nu 06 48856967.

Oproep!

Zorg en welzijn

Vanuit mijn functie als coördinator van de Stip in Nijmegen Noord werk ik samen met verschillende professionals in de wijk die zich bezighouden met welzijn. Dit keer geen column vanuit de Stip, maar een oproep om mee te denken vanuit de samenwerking met mijn collega's van de GGD en Sterker.

"Actieve ouderen zitten niet achter de geraniums, die beginnen een kwekerij!" Aldus een van de bekende Loesje-teksten. Maar aan welke activiteiten heeft de senior in Nijmegen-Noord behoefte? Het is een cliché, maar voor een langer zelfstandig leven thuis zijn activiteiten belangrijk; ze zorgen voor daginvulling, afleiding, gezelligheid, sociale contacten en bevorderen het welzijn. Wij hulpverleners zijn vaak geneigd om te denken dat wij wel weten waar mensen behoefte aan hebben; ploeterend gaan we aan de slag en staan verbaasd te kijken als er geen bewoner op af komt... Hadden we van te voren niet even moeten checken

bij de mensen zelf? In de verschillende wijkcentra wordt al heel veel aangeboden, maar is dit voldoende en sluit het aan, of wordt er iets gemist in het huidige aanbod?

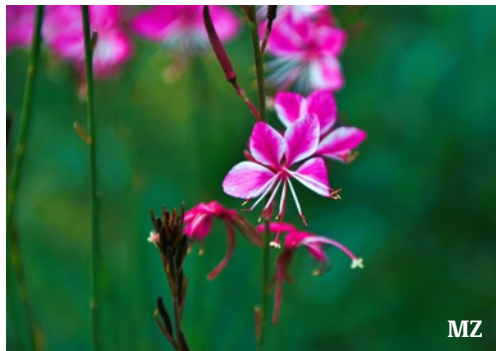
Daarom deze oproep aan u, 65-plusser in Nijmegen Noord, om ons te laten weten waar u behoefte aan heeft in de wijk. Mist u een bepaalde activiteit? Of mist u een plek om samen te komen? Mist u een vorm van dagbesteding? Laat van u horen, zodat wij weten wat er leeft en kunnen kijken of en hoe we dit een plek in de wijk kunnen geven.

Contactgegevens: **Nicole Cobussen**, Ouderenadviseur, 06 226 573 57 of n.cobussen@sterker.nl
Elone Quartel, gezondheidsmakelaar, 06 111 219 87 of equartel@ggdgelderlandzuid.nl



Wendy Marechal
coördinator stip Nijmegen-Noord





het Gymlokaal

HET GYMLOKAAL IN LENT

Vergeet alles wat je weet van een reguliere sportschool.

Het Gymlokaal is een sportboutique met een nieuwe verrissende kijk op fitness. Wij bieden jou het volgende:

- *Persoonlijke* hoogwaardige trainingsprogramma's gemaakt door Lifestyle Coaches.
- Persoonlijke begeleiding gecombineerd met de nieuwste trainingstechnieken voor fitness *op maat* in 30 minuten.
- Zelfs als je denkt dat fitness niets voor jou is, willen wij graag je mening doen veranderen!

Sport nu met korting tot 40% op jouw lidmaatschap via bedrijfsfitness!



www.gymlokaal.com | info@gymlokaal.com |
024-2045002 | Griftdijk Noord 9B, 6663 AA Lent



"Uw goed recht!"

goedrecht
advocaten

Voor bijstand en advies bij:

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



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



OSTEOPATHIE
L E N T

Frankrijkstraat 141
024 203 0216
osteopathie-lent.nl



Afscheidshuis Lent

Meijer en ten Hove Uitvaartverzorgers

Gewoon omdat het al moeilijk genoeg is

024 7508465 06 34045001

www.uitvaartcentrumlent.nl







mansan
natural health & beauty

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

ACUPUNCTUUR HELPT!

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

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

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



LLTV

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

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

OP ZOEK NAAR EEN NIEUWE OF GEBRUIKTE FIETS?

BEKIJK ONLINE ONS ASSORTIMENT

www.wheelstweewielers.nl

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



@maaske-volmondiglogopedie

Volg ons op Instagram voor tips!

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





KV



MZ



LR



MZ



LR

FORTUNA KLINIEK VOOR TANDHEELKUNDE

Uw glimlach voor een betere wereld

Passie • Kwaliteit • Persoonlijke aandacht

fortunakliniek.nl

Vanaf deze zomer gevestigd in gezondheidsplein 'De Boog' (naast de Aldi).
U bent van harte welkom zich alvast in te schrijven via onze website. Tot gauw!



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

De fietsendokter

Robbert Baggerman
Weverstraat 11, 6663 AV Lent
Ma, Woe, Vrij 09.00 tot 12.00
13.00 tot 17.00
Donderdag 18.00 tot 20.00
Zaterdag 09.00 tot 12.00
Dinsdag en zondag gesloten

Reparatie op afspraak! 06 18538212
www.defietsendokter-lent.nl

NU IN ONZE WEBWINKEL VERKRIJGBAAR!

en in de Nijmeegse
boekhandels en musea

www.studiohartebeest.com



Het boek *Theophanu, prinses uit het Oosten, keizerin van het Westen*.
Over een van de belangrijkste vrouwen van de 10e eeuw en haar bijzondere
band met Nijmegen. Bekend van de muurschildering aan de Waalkade.

STUDIO
HARTEBEEST

GRAFISCH-ILLUSTRATIEF ONTWERP IN DE RUIMTE



VANNATURE

fair, biologisch, lokaal

Dé biologische specialzaak,
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



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. F.G.W.M. Huijbers

mr. S.T.W. Verhaagh

mr. D.W. Beemers

mr. S. van Oers

mr. H.M. Schurink - Smit

mr. B. Klomp - de Wijk

mr. L.I. Siers

voor:

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

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

GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT



www.deopstap-nijmegen.nl

de oefentherapeut
CESAR-MENSENDIECK
Oefentherapie Cesar De Lint

In Thermion

Thermionpark 18 - 6663MM - Lent

024-3483329

info@cesartherapiedelint.nl

www.cesartherapiedelint.nl

Wij zijn naast reguliere Oefentherapie
Cesar gespecialiseerd in
(Kinder)Psychosomatische Oefentherapie
(Kinder)Slaapoefentherapie
Bekken(bodem)oefentherapie
Chronische Pijn
Mindfulness
Leefstijloefentherapie
Groepslessen

Ook vestigingen in
Nijmegen Noord en vanaf zomer 2022 in
De Boog

mmfysio

Fysiotherapie in Lent!

MMfysio is een brede fysiotherapiepraktijk waarbij de focus ligt op algemene fysiotherapie en sportfysiotherapie. Wij behandelen niet alleen een knie of een rug, maar gaan bij elke patiënt uit van de volledige persoon. We hechten er veel waarde aan een toegankelijke, vriendelijke praktijk te zijn voor iedereen die bij ons binnenkomt.



Sammy Tilburgs



Joris Botman



Kasper Vullings

Onze
Specialiteiten

- + Sport fysiotherapie
(o.a. hardlopen, zwem- en balsporten)
- + Handtherapie
- + COPD
- + Covid-19 revalidatie
- + Manuele therapie
- + Schouderklachten
- + Artrose
- + Rugklachten

**MAAK NU EEN
AFSPRAAK**

www.mmfysio.nl | info@mmfysio.nl
Grifdijk Noord 9B, 6663 AA Lent

024-3580779

Lents Allerlei

LAAG VOOR LAAG

LAAG VOOR LAAG keramiek
schilderijen LAAG VOOR LAAG
LAAG VOOR LAAG collages
tuinobjecten LAAG VOOR LAAG
LAAG VOOR LAAG tuinobjecten
collages LAAG VOOR LAAG
LAAG VOOR LAAG schilderijen
keramiek LAAG VOOR LAAG

EXPOSITIE

za 15 & zo 16 okt
carienkoldewey daantjekip
karinveenendaal maartenboon

dorpsschuur Lent 12-17 uur
oosterhoutsedijk 74

Expositie Dorpsschuur Lent. Za 15 en zo 16 okt, 12-17 uur. In LAAG VOOR LAAG tonen vier verschillende kunstenaars, via vier verschillende disciplines, gelaagd werk. Daantje Kip bouwt haar schilderijen op uit verschillende lagen. Los van de vele lagen olieverf, zijn de beplakte panelen waarop zij werkt ook een stapeling. De werken ontstaan intuïtief, maar wel vanuit een geometrische ordening. Met haar keramiek onderzoekt Carien Koldewey de gelaagde mogelijkheden van klei en porselein. Haar werk draait om thema's als verstoppen & ontdekken en binnen & buiten. Tijdens deze expositie toont Carien vooral haar zoektocht. Maarten Boon maakt kleurrijke tuinsierkunst van polyester en roestig (beton)staal. Zijn autonome kunstobjecten komen goed uit in een natuurlijke omgeving. Het zonlicht (zelfs een beetje) doet de rest. Het werk van Maarten is daarom in de open lucht rondom de Dorpsschuur te zien. Karin Veenendaal ontdekte tijdens haar studie Photographic Design de vele mogelijkheden van fotografische collages. Ook haar werk bestaat uit meerdere lagen. Naast eigen beelden en vintage foto's voegt zij met stof en garen een extra dimensie aan de collages toe.

Kamers met Aandacht

Stichting Kamers met Aandacht zoekt woonruimte voor kwetsbare jongeren tussen de 18 en 23 jaar, die op eigen benen willen staan, maar nog niet geheel zelfstandig kunnen wonen. Het gaat om jongeren die eerder (jeugd)hulpverlening kregen, op een groep of in een pleeggezin woonden of thuisloos zijn. Deze jongeren hebben geen (of nauwelijks een) sociaal netwerk waar ze af en toe op terug kunnen vallen. De stap naar helemaal alleen wonen is voor hen vaak net te groot, terwijl ze met een klein beetje informele hulp wel overeind blijven. Heeft u een kamer over en wilt u een jongere helpen? Kijk voor meer informatie over het verhuren van een Kamer met Aandacht op www.kamersmetaandacht.nl. Er is iedere maand een online informatieavond waar een verhuurder vertelt over haar ervaring met deze vorm van woningdelen. Wilt u daar niet op wachten? Stuur een mail naar Anne-Marie Akkers (annemarie@kamersmetaandacht.nl), dan neemt zij rechtstreeks contact met u op.

Nacht van de Ommetjes: zaterdag 1 oktober ontdekkings-tocht door Lent Noord!

Het is weer bijna zo ver. De Nacht van de Ommetjes is een van de leukste culturele uitstapjes van het jaar. En het is nog gratis ook! Vorig jaar werden we al wandelend getraakteerd op poëzie, popmuziek, een klassiek concertje en mooie verhalen. Wat het dit jaar wordt, houden we uiteraard nog geheim. Want dat is juist de lol: je weet niet wat er voorbij de bocht op je wacht. Wat je wel mag weten is dat het Ommetje dit jaar start op zaterdag 1 oktober om 19.30 uur vanaf de de Warmoes (Grifdijk Noord 11). We gaan dan op ontdekkings-tocht door Lent Noord. En onderweg word je vast en zeker verrast door het een of ander. Wil je mee lopen? Meld je dan aan via <https://den-achtvandeommetjes.nl>. En nogmaals: het kost je niets. Vraag niet hoe het kan, maar profiteer ervan. Graag tot dan!

ZIT HET IN DE LENTSE LUCHT?



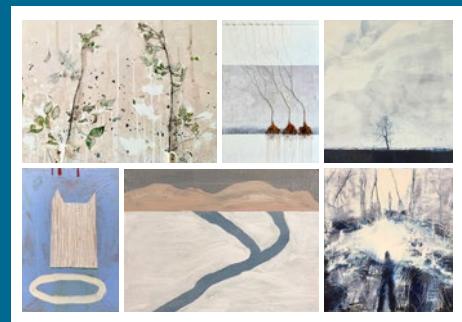
Een evenement met Lentse boekmakers

Meet & greet, voordrachten, foto's, proeverijtjes en nog veel meer

Woensdag 9 november 2022 - 15.00 - 22.00 uur
Locatie: Stroom, Vossenpelsstraat 16, Lent

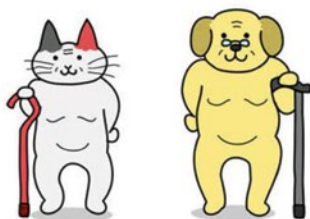
*Een evenement met Lentse boekmakers
woensdag 9 november, Stroom, Lent*

HABITAT



Een expositie van Inge Winter, Els Crum en Andro de Jong. Mixed media, fotografie, schilderijen, poëzie en objecten. Drie kunstenaars uit Lent laten zich inspireren door hun habitat. Habitat wordt omschreven als leef-en woonomgeving, als het leefgebied van een organisme. De woonomgeving van de kunstenaars is de Waal en het rivierenlandschap. Hier strijden natuur en water, maar ook verstedelijking en cultuurhistorische elementen om een plek. De connectie en interactie hiermee wordt door hen onderzocht. Zij geven vorm, creëren, maar stellen ook vragen als: in welke mate houdt onze leefomgeving ons een spiegel voor? Immers, de natuur toont haar kwetsbaarheid, schoonheid en overlevingsdrang, maar we zien haar ook getemd en geketend, de verstedelijking zoekt haar grenzen. Wat deze kunstenaars intrigeert en inspireert is de cyclus van leven en dood. Wat sterft? Wat overleeft? Wat ontwaakt? Kunstkapel NDDA Beek-Ubbergen, 1 t/m 23 oktober, za/z 13-17u. www.notredamedesarts.nl

Laat ze nakijken



In oktober besteden we extra aandacht aan de gezondheid van oudere katten en honden.

Maak een afspraak voor een senior check-up.



www.dierenklinieklent.nl

Schoenmakerij Tweehuysen



Erkend Gildemeester

**Voor al Uw reparaties
en onderhoudsmiddelen**

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

www.schoenmakerijtweehuysen.com

duqaat
moderne boekhouders



☎ 024 234 01 02

✉ info@duqaat.nl

www.duqaat.nl

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

Als **Kindertolk** laat ik je zien dat jij de sleutel bent in wat je bij je kind zo lastig vindt. Je kind spiegelt namelijk jouw persoonlijke blinde vlek door je te raken. Ik kan je helpen door deze spiegel van je kind te vertalen, zodat je weet wat er in beweging wil komen.

**Zo kun jij weer de ouder zijn die je wil zijn,
*in contact met je kind!***



Anke Zegers

jezelfgeheelinbeeld.nl

Eerst telefonisch
kennismaken?

06 19 21 43 45



Jezelf
GEHEEL IN BEELD



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

**Leon Pennings
Annemieke de Grood**

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

www.tandarts-villawesthof.nl

Gezocht: filmbeelden van de universiteit



Volgend jaar bestaat de Radboud Universiteit in onze stad honderd jaar. Aan die instelling, de vroegere Katholieke Universiteit, zal daarom flink wat aandacht worden besteed in de komende filmvoorstellingen van de Stichting Nijmegen Blijft in Beeld. Op 3 april 2023 is er dan een middag- en een avondvoorstelling in de grote zaal van Concertgebouw De Vereniging. Mede hierom blijft de stichting geïnteresseerd in bewegend beeldmateriaal van universiteit of ziekenhuis. Dit ter aanvulling van haar collectie. Dat kunnen oude films, video's of dvd's of beelden opgenomen met het mobieltje zijn. Het gaat natuurlijk om beelden van onderwijs, onderzoek of ziekenzorg in de instelling. En van gebouwen en terreinen, vroeger verspreid in de stad en later steeds meer geconcentreerd op Heijendaal. Maar bijvoorbeeld ook beelden van sport- of studentenverenigingsactiviteiten, voorlichtings- en promotiewerkzaamheden, protest- of kraakacties, festiviteiten, academische activiteiten in de stad of beelden van belangrijke personen die op de universiteit werkzaam waren of zijn. Wellicht zijn er nog (oud-)werknemers, (oud-)studenten of bezoekers die dit soort bewegend materiaal hebben? Of weet u dat dit nog ligt bij familie, vrienden, kennissen of bedrijven? Stuur dan een berichtje naar de Stichting Nijmegen Blijft in Beeld, telefonisch (06-13999627) of via e-mail (info@snbib.nl), dan nemen wij graag contact met u op.

Doneer uw appels voor Lentse cider!

Wijngaard en cidermakerij Het Hamerstuk zoekt Lentse appels en peren om cider van te maken. Heeft u appels en peren die u zelf niet gebruikt, dan kunt u contact met ons opnemen via 06-23369542. U krijgt er, afhankelijk van de hoeveelheid fruit, een proeverij van onze ciders voor terug. Wij gebruiken voor onze ciders graag geplukt, rijp, schoon en gaaf fruit.

Steungezinnen gezocht



Om nog meer gezinnen te kunnen ondersteunen is Buurtgezinnen op zoek naar Steungezinnen. Stabiele, warme ouders met kinderen, grootouders en volwassenen zonder kinderen maar met opvoedervaring, die op vrijwillige basis iets willen betekenen voor een ander gezin dat het moeilijk heeft. We zoeken bijvoorbeeld een steunouder voor een enthousiaste jongen van 10 in Nijmegen Noord, om in het weekend iets leuks te ondernemen samen. Spreekt deze vraag - of Buurtgezinnen in het algemeen - jullie aan? Dan horen we het graag! Aanmelden als steungezin kan via www.buurtgezinnen.nl. Heb je eerst nog vragen? Neem gerust contact op met Neeltje Pierik via 06-28444689 of neeltje@buurtgezinnen.nl.

Wijn cursus SDEN3 bij restaurant Stroom in Lent



Wat bepaalt de smaak van wijn? Wat gebeurt er in de wijnkelder? Hoe proef ik een wijn? Hoe herken ik de verschillende druivenrassen? Hoe kies ik wijn bij mijn gerechten? Heb je al enige kennis van wijn en wil je meer weten? Dan is deze SDEN3 wijn cursus de juiste keus. In acht avonden maken we een reis langs alle belangrijke wijngebieden in de wereld. Steeds proeven we zes tot acht wijnen uit het besproken gebied. De negende avond combineren we een driegangsmenu uit de keuken van Stroom met bijpassende wijnen. Het certificaat SDEN-3 is vereist om toegelaten te worden tot de Vinologenopleiding. Uw docent is Gerard Reijmer, vinoloog van de Wijnacademie en redacteur van wijntijdschrift Perswijn. Aanvang: elke maandag vanaf 14 november met uitzondering van feestdagen en vakanties. Tijdstip: van 19.30 tot 22.00 uur. Locatie: Stroom, Vossenpelssestraat 16, 6663 KC, Lent. Kosten: 495 euro voor 8 avonden. Optioneel: lesavond 9, de wijn&spijs avond. Info en aanmelden: gerard@foodteam.nl

Wat is er nodig voor een nieuwe school?

Scholengroep Sint Josephscholen vindt een Jenaplanschool een mooie aanvulling op het huidige onderwijsaanbod. Om deze school te kunnen realiseren, zijn er 147 ouderverklaringen nodig. Bestuurder Karin Albers vertelt: "Wij zorgen er graag voor dat ook in de wijk Hof van Holland goed basisonderwijs geboden wordt. Daarom willen we een inspirerende Jenaplanschool starten. Om dat te bereiken, hebben we hulp nodig van alle ouders die een ouderverklaring af kunnen geven!" Via www.josephscholen.nl/over-josephscholen geeft St. Josephscholen meer informatie over hun plannen en de wijze waarop ouderverklaringen kunnen worden afgegeven.

Inloopavond over Griftdijk

Op 12 oktober 2022 organiseert de gemeente Nijmegen een inloopavond over de inrichting van de Griftdijk. Tussen 18.30 en 21.00 uur bent u van harte welkom in Voorzieningshart De Klif in de Theaterzaal aan de Pijlpuntstraat 1 in Nijmegen. U kunt op elk gewenst moment binnenlopen, aanmelden is niet nodig. Tijdens de avond kunt u uw wensen, ideeën en voorkeuren voor de inrichting van de Griftdijk met ons delen. Ook kunt u vragen stellen aan ons team. Aanvullende informatie over de inloopavond vindt u op MijnWijkplan of door te mailen naar griftdijk@nijmegen.nl.

Agenda Theaterkerk

- 29 sep. Film | Belfast | 20:00u | € 7.50
 - 1 okt. Muziek | Orgelconcert Vincent de Ridder | 15:00u | € 12.50
 - 6 okt. Film | The biggest little farm | 20:00 u. | € 7.50
 - 7 okt. TLC | Lloyd Spiegel - Cut and Run | 21:00u | € 12.50
 - 8 okt. Cabaret | Duo Cabaret: Maarten Westra Hoekzema, Martijn Crins | 20:30u | € 17.50
 - 13 okt. Film | House of Gucci | 20:00 u. | € 7.50
 - 15 okt. Swingavond 25jr. | TOP Beatles Tribute Band - HELP! | 21:00u | € 20.00
 - 20 okt. Film | Madres Paralelas | 20:00 u. | € 7.50
 - 27 okt. Film | Downton Abbey - A new era | 20:00 u. | € 7.50
 - 30 okt. Kinder-/familievoorstelling | Mad Science - Heksen bestaan niet | 14:30u | € 8.50
- Zie theaterkerk.nl/programma



15.000 m²
woonplezier
onder
één dak

OPENINGSTIJDEN:

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

Jansen EST. 1966
totaal wonen

ELKE DAG OPEN!

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

Zwanger en opzoek naar verloskundige zorg waarbij:

- jouw wensen serieus worden genomen;
- er tijd voor jullie is;
- je de verloskundigen goed leert kennen;
- er flexibele spreekuren zijn en
- je elke controle een pretecho krijgt?

Neem dan contact met ons op!



verloskundigenpraktijk Partus

Carbatinastraat 3 | 6515 GM Nijmegen
06-40181644 | info@verloskundigenpraktijkpartus.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



de Rank

Kom je ook?

Maandag 7 november

Kom met je peuter naar ons peuterplein!

Op maandagmorgen 7 november zijn jij en je peuter van harte welkom bij ons peuterplein! De 2 en 3 jarige peuters kunnen samen met onze kleuters op het plein spelen. Onder het genot van een kopje koffie voor de ouders vertellen we meer over de school en is er ruimte voor vragen.

Hoe laat? Van 9.30 uur t/m 10.00 uur
Alle ouders zijn welkom, aanmelden is niet nodig.



Je bent WAARDEVOL

ebs-derank.nl waardevol - leren - verbonden

Suppen met de hond

Suppen met de hond in Lent kan van april tot september.
Voor nadere informatie: zie www.supensurf-nijmegen.nl

Sport

We dachten dat we elke sport in Lent wel zo'n beetje behandeld hadden, maar dankzij een tip ontdekten we een sport die ons tot nu toe ontgaan was. Het bedrijf 'Sup en Surf', met een plankenverhuurbedrijf aan de Lentse Plas, introduceerde deze zomer een nieuwe tak van sport: suppen met de hond. Lentse Lucht was erbij op een zwoele zomeravond in augustus en sprak met één van de deelnemers, Eva Jansen Venneboer (26) met haar hond Dex (1,5) uit Elden.

Hoe kwam je op het idee om met je hond te gaan suppen?

"Op een vakantie in Griekenland ontdekte ik dat ik suppen heel leuk vond, ook al deed ik het maar één keer. Via Facebook kwam ik er achter dat je in Lent kunt suppen met je hond. Mijn vriend Mike en ik wilden al drie jaar een hond, maar we woonden te klein in het centrum van Arnhem. We wilden graag een actieve hond en kwamen uit bij het ras *Australian shepherd*. Toen we een grotere woning met een tuin in Elden konden betrekken, hebben we Dex aangeschaft. We wonen vlak bij een park en zorgen er voor dat hij iedere dag twee uur beweging krijgt. Twee weken geleden heeft Dex zijn eerste zwemles gehad. Hij ging niet uit zichzelf het water in, maar had een zetje nodig. We hadden al eerder drie cursussen met Dex gevolgd: een puppycursus, een jonge-hondencursus en een teambuildingscursus."

Was het spannend?

"Het ging gelukkig allemaal goed. In het begin was Dex wel zenuwachtig. Het eerste kwartier piepte hij af en toe. Dat was niet alleen vrees voor het onbekende, maar dat kwam ook door Mike. Hij had ook een plank gehuurd en ging soms een andere kant op. Na een tijdje werd Dex rustiger en ging liggen. We hadden hiervoor speciale hondenmatjes meegekregen. Er deden zeven honden met hun baasjes mee en we zagen andere honden soms in het water vallen. Onze



Eva met haar hond Dex



instructrice Ciska, tevens gecertificeerd hondenbegeleidster, supte ook mee en hielp de honden weer terug op de plank. In de instructie vooraf kregen we tips hoe je je hond op zijn gemak kunt stellen en rustig kunt houden. Ook kregen we tips over andere plekken in de buurt waar je met je hond kunt suppen. Na afloop hebben we nog wat gedronken bij Moeke op het sfeervolle terras. Het suppen met de hond is zo goed bevallen dat we het zeker vaker gaan doen!"

tekst Joop Koopman • beeld Lenny Rijken

Van de Jeugdredactie



illustratie
Guusje

‘Hé Puck, ik zag je laatst fietsen met je zussen en moeder. Wat leuk dat jullie een surfplank op een karretje achter de fiets hadden hangen! Doen jullie dat op de Lentse plas?’ Een glazige blik volgde. Ook Rosalie keek nu bedenkelijk. Een surfplank?? ‘Dat is een sup hè?’ Juist. M’n eigen kinderen zouden me nu *boomer* noemen. De nieuwste sport is niet meer te missen uiteraard. Lekker suppen op de Lentse wateren, op een plank dus, maar dan .. anders!!

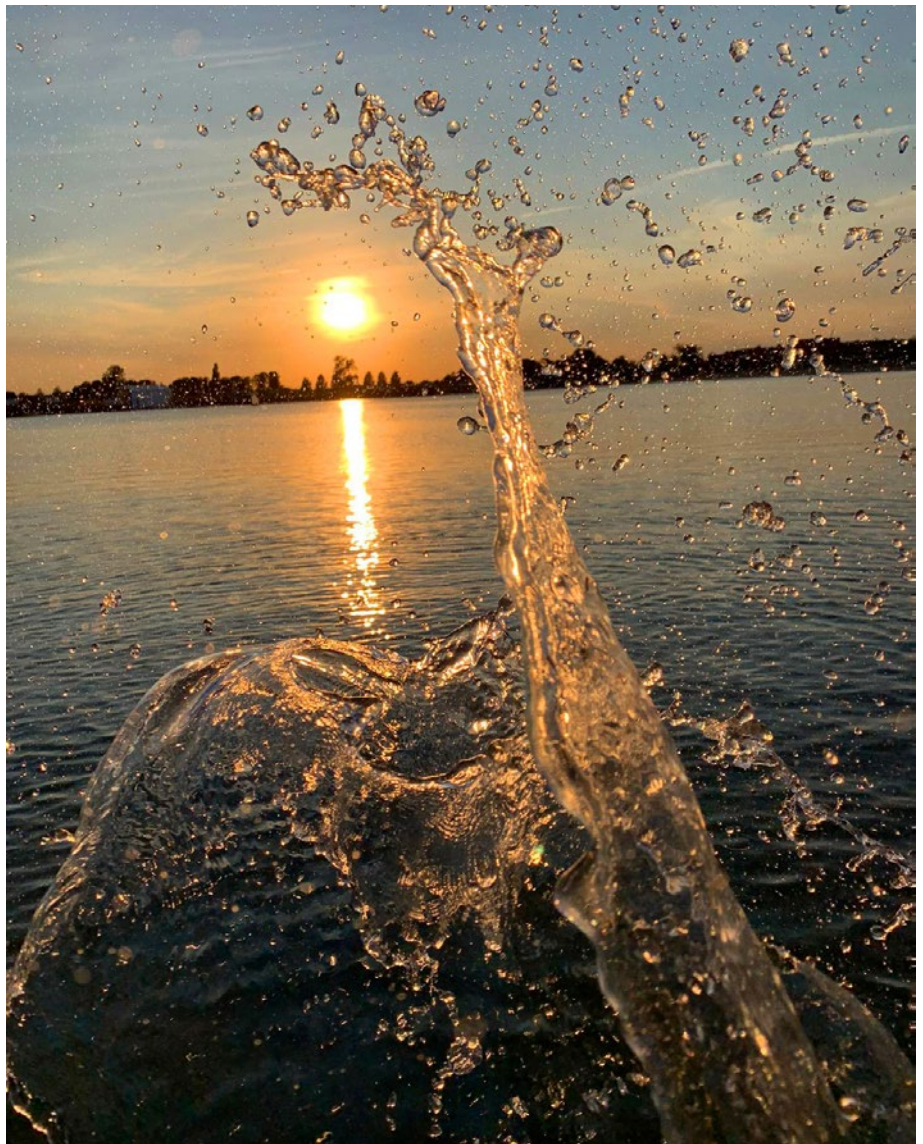
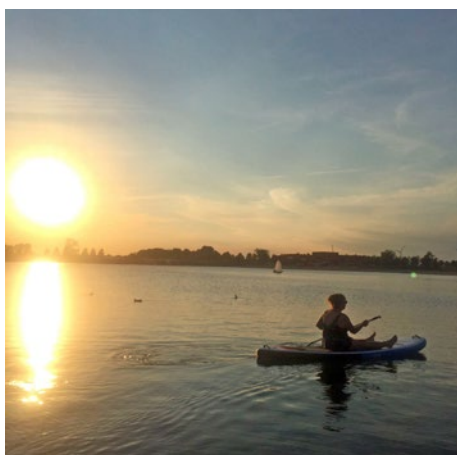
tekst Marloes Müller

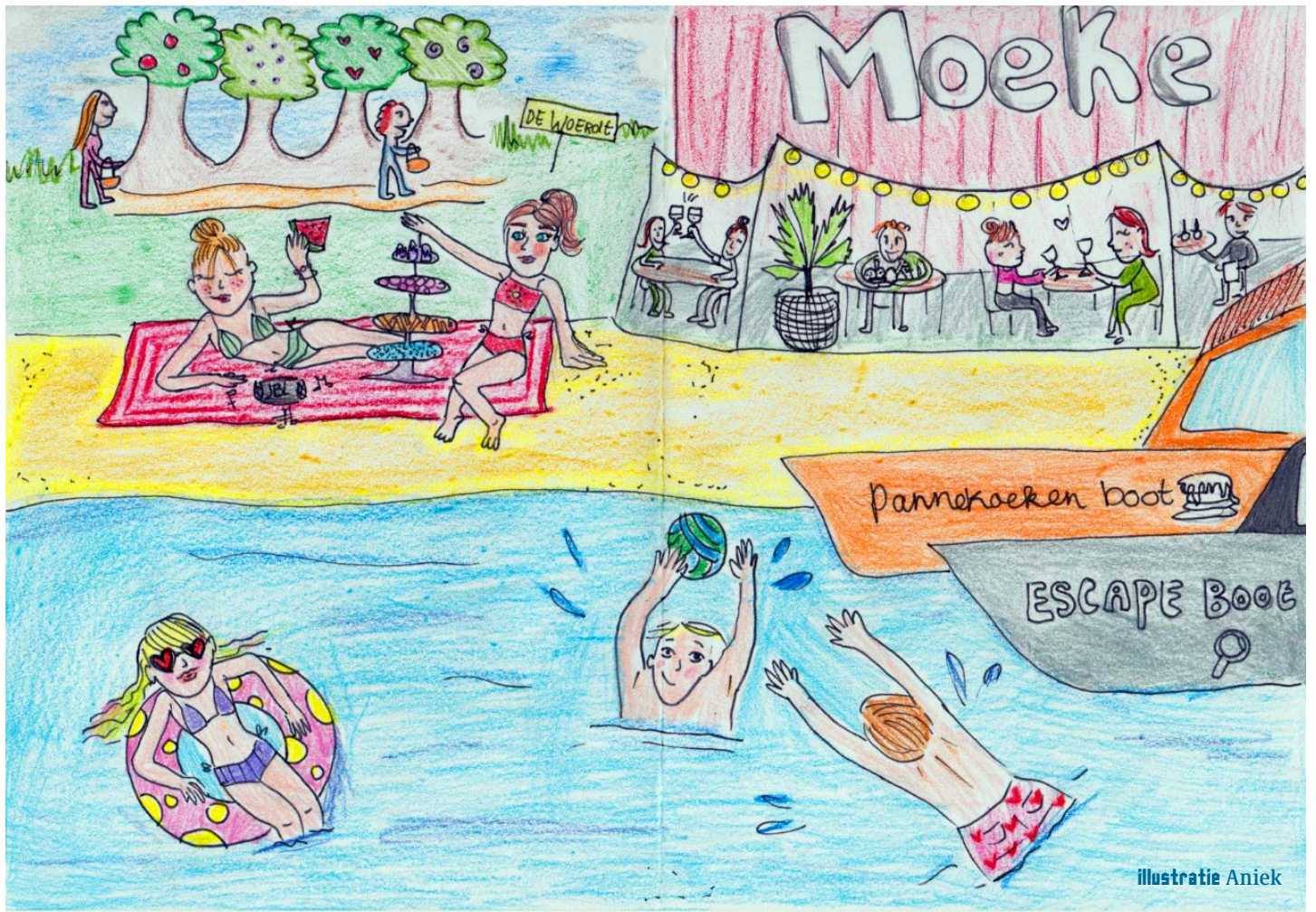
Suppen

We hebben foto’s gemaakt van de suppers en water, wist je dat suppen staat voor Stand Up Paddle. Deze foto’s hebben we zelf gemaakt! Onze mooiste foto was die foto met water. Wist je trouwens dat best veel mensen suppen in Lent?

Wij hebben allebei een sup. Rosalie supt meestal in de vakantie en Puck vindt het vooral leuk om er vanaf te springen.

tekst en beeld Rosalie en Puck





De Stadstuin

Een van de nieuwste wijken van Lent

Ongeveer drie jaar geleden startten ze met de bouw van een nieuwe wijk: de Stadstuin. Na één jaar bouwen waren de eerste huizen klaar en kregen de eigenaren hun sleutel. Ik woon nu twee jaar in deze wijk en ik vind het hier prettig. Er wonen heel veel kinderen.



Maar er wordt hier nog steeds gebouwd zoals achter ons een winkelcentrum. In dat winkelcentrum komt een: slager, bakker, drogist, twee supermarkten en vergeet niet heel veel appartementen. En het allerfijnste is dat er nu een veilige tunnel van mijn wijk naar het winkelcentrum is aangelegd voor mensen maar ook voor dieren.



tekst en beeld Lynn



CLUBSPORT.NL



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

**Drukwerkspecialist
in klein en groot
formaat**



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

Mieke Stapelkamp 

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

De combinatie van Oost en West

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



Meijer & de Wit
Therapie en coaching

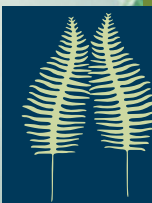
Samen jezelf leren kennen

"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.

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

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

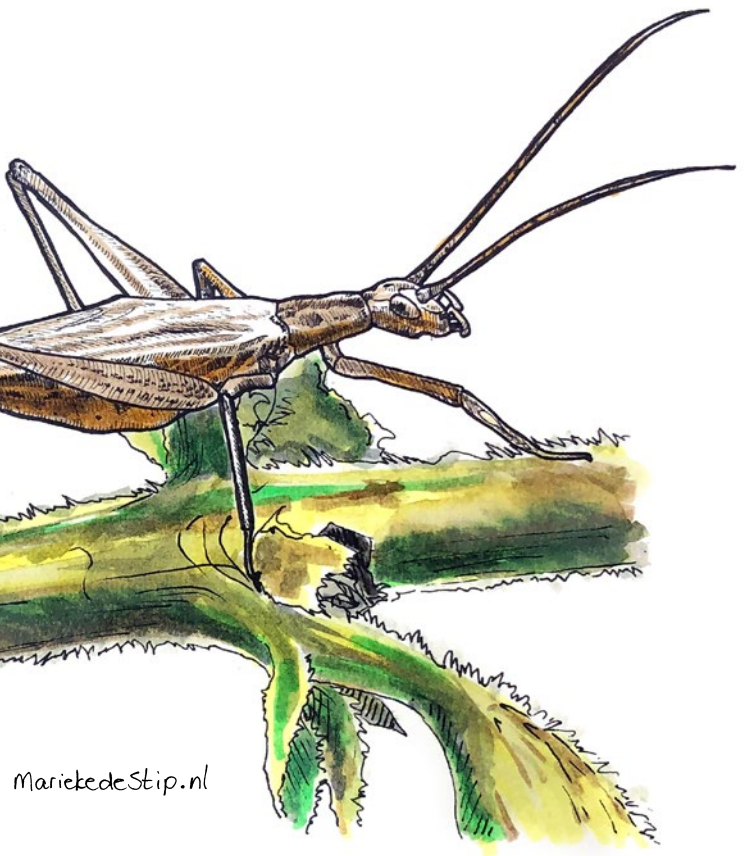
Boomkrekkel

Open Lucht

Toen ik op een mooie zomeravond in juli 2019 over de dijk naar Nijmegen fietste, hoorde ik een tsjirpend geluid dat ik nooit eerder gehoord had. Het geluid was vooral hard en een beetje jodelend. Wie zou dat geluid produceren, vroeg ik me af. Na enig zoeken ontdekte ik dat het de boomkrekkel moest zijn. In het maart-nummer van Lentse Lucht uit 2020 noemde ik de boomkrekkel al, zonder hem zelf ooit gezien of gehoord te hebben. Ik had al wel in natuur tijdschriften gelezen dat hij in aantocht was. Ze houden van warmte en ze leven in Zuid-Europa rond de Middellandse Zee, maar ze zijn ook te vinden in noordelijk Afrika en delen van Azië. Langzaam rukken ze op naar het noorden vanwege de klimaatverandering. Het begint hier, qua klimaat, steeds meer te lijken op het Zuid-Frankrijk van enkele decennia geleden.

De eerste waarneming van een boomkrekkel in Nederland stamt uit 2004, toen er één langs de Rijn bij Lobith werd gespot. Daarna breidde het leefgebied van de boomkrekkel gestaag uit. In 2010 en 2011 werd door de Flora- en Faunawerkgroep Gelderse Poort onderzoek gedaan naar het precieze verspreidingsgebied van de boomkrekkel. Per vierkante kilometer, 'kilometerhok' genoemd, werd gekeken en vooral geluisterd waar de boomkrekels voorkwamen. In 2010 werd de boomkrekkel in 26 kilometerhokken aangetroffen; een jaar later bezette hij al 57 kilometerhokken. Uit vele waarnemingen en uit dit onderzoek bleek dat de boomkrekels uitsluitend langs de grote rivieren voorkomen en tot nu toe niet veel verder kwamen dan Nijmegen. Merkwaardig is, dat ze een grote voorkeur hebben voor de buitendijkse gebieden. Het beheer van deze plekken speelt ze wel in de kaart. Steeds meer wordt overgestapt op extensief beheer waarbij vaak grote grazers ingezet worden. Het resultaat is dat de biodiversiteit toeneemt en de oorspronkelijke weilandstructuur geleidelijk verdwijnt. Er verschijnt steeds meer struweel zoals meidoorn, hondsroos en bramenbosjes langs de grote rivieren. Dat

In Zuid-Europa hebben ze een voorkeur voor druivenranken; ze worden daarom ook wel 'wijnkrekels' genoemd



zijn precies de struiken die door het vee min of meer ongemoeid gelaten worden vanwege de scherpe doornen. De buitendijkse gebieden rondom de Defensiedijk zijn daar een mooi voorbeeld van. Het landschap daar doet denken aan een savanne, een type landschap dat kenmerkend was voor het laagland vóór de komst van de mens.

De naam 'boomkrekkel' is in feite misleidend, omdat ze vooral houden van niet al te hoog struikgewas. Vorige zomer hoorde ik er één tsjirpen in een tuintje in PlantjeVlag. Het zou kunnen dat deze boomkrekkel per ongeluk is meegekomen uit een zuidelijk land. Ieder jaar verschijnen wel enkele waarnemingen uit heel Nederland die te linken zijn aan teruggekeerde vakantiegangers. Boomkrekels zijn omnivoor. Behalve plantendelen eten ze ook kleine insecten. In Zuid-Europa hebben ze een voorkeur voor druivenranken; ze worden daarom ook wel 'wijnkrekels' genoemd. Ze tsjirpen bij voorkeur in de schemer op warme zomeravonden. Vorig jaar hoorde ik de eerste op 14 juli en de laatste op 22 september. Dit jaar hoorde ik de eerste op 27 juli bij Baiana. Het melodieuze geluid van de boomkrekels maakt een fietstochtje op een warme zomeravond compleet.

tekst Johannes

illustratie Marieke van Stippent (referentie: Olivier Smit)

Stoppen is lastig. Het is toch je kindje

In beeld

Kapper Willem (68) legt na bijna 23 jaar zijn kappersschaar neer. Hij zag het vak én Lent veranderen, maar kijkt terug op een heel fijne tijd aan de Steltsestraat. Zijn laatste 'werkdag' is zaterdag 29 oktober. Dan gaat de zaak een dagje dicht en kan iedereen die dat wil Willem vanaf 13 uur uitzwaaien. Na een verbouwing opent zijn rechterhand Denise (35) op 15 november weer de deur.

Willem blikt terug: "Ik had vroeger allerlei baantjes. Van postbode tot etaleur. Totdat mijn zus zei: 'kom jij maar bij mij werken'. Dat was een goede zet, want ik was voorgoed verkocht. Het vak is allesbehalve saai. Naast alle nieuwe technieken en producten, groei je ook mee met je klanten. Vooral dat sociale spreekt me heel erg aan. Mensen vertellen je van alles. Ook trieste persoonlijke verhalen. Dat is niet altijd makkelijk, maar je leert er mee omgaan. Gelukkig is het meestal vooral heel gezellig."

Hij herinnert zich nog goed hoe hij de kapsalon overnam. "Als stadse werd me hier door Lentenaren geleerd dat je altijd iedereen moet groeten. Dat gezellige dorpse ben ik echt gaan waarderen. Vaak bellen en zwaaien klanten even als ze langs fietsen." Denise, die al achttien jaar in de zaak werkt, vult lachend aan: "Er kwam zelfs een keer iemand fietsend binnen. En heel lang hadden we op zaterdag vier vaste klanten die alle laatste nieuwtjes wisten. Dat was ook heel gezellig." Willem, peinzend: "Dat dorpse is er met alle uitbreidingen wel een beetje van af. Best jammer. Aan de andere kant



Vaak bellen en zwaaien klanten even als ze langs fietsen

leverde het ook veel nieuwe klanten op. Hierdoor zijn we van 'wassen en watergolven' gegroeid naar een modern kappersbedrijf."

En daar heeft Denise zeker aan bijgedragen, zegt Willem. "Ach, ik zie haar nog zo als zeventienjarige aankomen op haar scootertje. De meeste medewerkers hielden het maar een paar jaar met mij uit, maar wij hadden meteen een klik. Ik zag bij haar de *drive* en de wil om het vak te leren. Denise bracht ook nieuwe kennis mee. Ik wilde er bijvoorbeeld eerst niet aan, maar dankzij Denise kunnen klanten nu online zelf hun afspraak inplannen."

Willem leerde Denise hoe je met klanten om moet gaan. "Op school besteden ze hier helemaal geen aandacht aan," zegt Denise. "Best gek, want het is een heel belangrijk onderdeel van je werk. Hier leerde ik: je laat alles uit je handen vallen als er een klant binnenkomt."

Maar liefst vijftig jaar zat Willem in het vak. Nu is het tijd om plaats te maken voor een jongere generatie: Denise neemt na een fikse verbouwing de

salon over. "Op een gegeven moment moet je stoppen en jonge mensen een kans geven. Het is fijn dat Denise de zaak overneemt; iedereen kent haar. Het is moeilijk om te stoppen - het is toch je kindje - maar het is ook prima. Na een maandje niks doen wil ik gaan reizen. En ik kom vast nog regelmatig langs hier. Iemand moet mijn haren toch doen, hahaha..."

tekst en beeld Karin Veenendaal