

LENTSE

LUCHT



Fotoboek van Ton Grote
Heropening van het tunneltje
Minibiebs in Lent
Dorpsfilm uit 1962

Aan Lentse Lucht werken mee



Henry Jansen



Janneke Jansen



Marc Jeuken



Joop Koopman



Floris van de Laar



Marijke Munnichs



Marloes Müller



Paul Reuling



Lenny Rijken



Brigitte Rutten



Marieke van Stippent



Meis Thewissen



Karin Veenendaal



Jorg Verweij



Gabi Verzuu



Marion Zwart



Martin Bos



Marije Braakman



Anne-Rie Bus



Hans Dekker



Gerco Hiddink



FYSIOTHERAPIE LENT

Locatie Thermion

Thermionpark 6
6663 MM Lent

Locatie St. Jozef

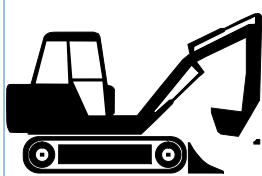
Lentse Schoolstraat 25
6663 CP Lent

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

Neerstortende vleugel

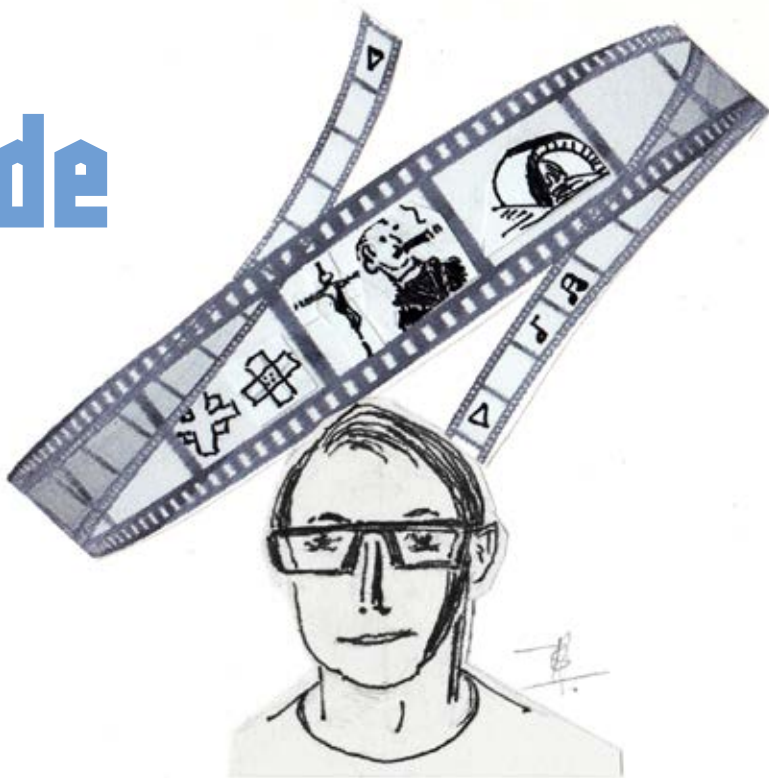
Uit de lucht

Omringd door familiaal gehoest en geproest en door onheilstijdingen die uit de televisie schallen, laat ik mijn gedachten gaan over de inhoud van deze editie. Escapisme is een groot woord, maar een mooie afleiding biedt deze Lentse Lucht zeker.

Oud-Lentenaar Jan Könning voert ons mee naar het dorpse Lent van zestig jaar geleden. Hij maakt ons attent op uniek film-materiaal dat hij ontdekte in het Regionaal Archief in Nijmegen. De beelden van de meisjesschool, waar uiteindelijk ook jongens als Jan terecht konden, de rokende pastoor en nog veel meer indrukken van het Rijke Roomse leven in Lent, kunt u terugvinden op de website van Lentse Lucht. Een ander bijna vergeten stukje verleden is het spoorwegtunneltje dat in 1951 werd dichtgemaakt. Dorpsgenoot Frans Mikx heeft zich jarenlang hard gemaakt voor de heropening van het tunneltje. En met succes! Komt u ook naar de feestelijke heropening?

Tijden veranderen, daar kan Coby van de Molengraaf over meepraten. Ze neemt afscheid als verpleegkundige van het consultatiebureau. Ze vertelt onder meer over hoe zij de verandering van het dorpse, gemoedelijke Lent naar een meer stedelijke omgeving heeft ervaren vanuit haar functie. Ze wil ouders nog een keer meegeven dat ze op zichzelf en hun kind moeten vertrouwen. Je hoeft niet altijd naar de burens te kijken.

Van kinderen naar bloemetjes en bijtjes is maar een kleine stap. Johannes vertelt hoe je de tuin gedurende de seizoenen tot een



bijenparadijs kunt maken. Over seizoenen gesproken, het zal u niet zijn ontgaan dat de lente weer is aangebroken. We hebben in maart mogen genieten van een stralende hemel, maar de dieren-dokter legt uit dat voor sommige dieren dit jaargetijde ook een minder fraaie kant heeft: jeuk.

Mag ik met een muzikale noot eindigen? We kwamen Leendert van der Waal tegen. Hij was naar Lent gekomen om een bijzondere Rippenvleugel te stemmen. Leendert vertelt dat hij geen groot talent heeft voor pianospel, maar door zijn talent voor het reviseren van piano's toch van zijn passie zijn beroep heeft kunnen maken. Nu hij ouder wordt neemt hij gas terug, maar stoppen is duidelijk geen optie voor Leendert: "Het liefst zou ik in het harnas sterven, bijvoorbeeld onder een vleugel die op me neerstort." Je zou ook mensen in andere delen van de wereld gunnen dat ze pas sterven als het hun tijd is.

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: 4.400 exemplaren.

www.lentselucht.nl

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

Sluitings-
datum kopij
dinsdag 12
april 2022



Ton Grote

Ik ben nogal van het verzamelen

Lentse mensen

Lentse aarde is duidelijk vruchtbare aarde. Ook in dit nummer een Lentenaar die een bijzonder boek maakte. Een fotoboek dit keer. Een fotoboek vol sporen en herinneringen. Ton Grote legde in *Eindhovenseweg 56* met veel aandacht en liefde alle spullen uit zijn ouderlijk huis vast. Samen met boekontwerper Jeremy Jansen bundelde hij de beelden in een fraai boek dat bij heel veel mensen iets losmaakt.

Observeren en fotograferen doet gepassioneerd amateurfotograaf Ton Grote al bijna zijn hele leven. Naar eigen zeggen legt hij letterlijk het hele jaar vast. Ton is lid van een vriendenfotoclub, maar stapt ook graag voor dag en dauw alleen in de auto naar Antwerpen, Luik of Brussel. "Daar vind ik de verstilde stadslandschappen waar ik van houd en die ik graag vastleg met mijn camera."

Ode aan ouders en jeugd

Wie zijn fotoboek *Eindhovenseweg 56* doorbladert, voelt en ziet verstilling. In een zo neutraal mogelijk ontworpen en strak geordend boek, ontvouwt Ton met zijn beelden een heel leven. En ook al is alles heel nauwgezet vastgelegd, de liefde sijpelt door de beelden heen. Liefde voor zijn ouders die hem alle ruimte gaven en liefde voor het huis waar hij veilig opgroeide. "Het is geen rouwverwer-



king, maar een ode aan mijn ouders en aan de mooie jeugd die ik dankzij hen had." Ook de term *Spurensicherung* valt. "Het is een term uit forensisch onderzoek. De voorwerpen zijn sporen van hun leven. Een voorbije tijd die nu veiliggesteld is voor de vergetelheid."

Meer dan vijfduizend foto's

"Na het overlijden van mijn moeder begon mijn vader met opruimen. Ik ben nogal van het verzamelen en mijn vrouw vreesde al dat ik alles naar ons huis zou slepen. Toen ben ik spontaan begonnen met de spullen tegen een witte achtergrond te fotograferen." Uiteindelijk maakte hij meer dan vijfduizend foto's waarvan er 2262 het boek haalden. "Elk voorwerp - mooi of lelijk - roept gelijk herinneringen, geuren en geluiden bij me op. Maar ik wilde dat mensen hun eigen verhaal bij de beelden kunnen maken. Daarom heb ik het zo neutraal mogelijk vastgelegd en zwart-wit gebruikt. Zo trek je het uit de context."



*Het allerleukste
vind ik dat het boek
zoveel losmaakt*

Zelfgezette koffie

Gevraagd naar een herinnering, opent Ton zijn boek spontaan op pagina's 206 en 207: twee pagina's met koffiefilters, een fluitketel en een theepot. Zijn ogen beginnen te stralen. "Als ik dit zie, opent zich gelijk een herinneringslaatje in mijn hoofd. Ik ben weer twaalf en ruik en proef de zelfgezette koffie van vroeger. Ik zie mijn moeder voor me die met een pot thee op me wachtte als ik thuis kwam van school. En die plastic filter brengt me terug naar onze caravan en onze vakanties."

Winkelen in de Bijenkorf

Pagina 145 met diverse tassen triggert een andere herinnering. "Toen ik ging studeren, kreeg ik een degelijke weekendtas voor de vuile was. Samen met mijn moeder gekocht bij de Bijenkorf in Eindhoven. Ik zie mezelf nu letterlijk samen met haar daar winkelen. Die tas is blijkbaar op een gegeven moment weer bij mijn ouders beland. En is inmiddels weer hier. Samen met onder andere het speldenkussentje van mijn moeder. Allemaal dierbare dingen die ik niet kon weggooien."

Dordeelloos observeren

Het observeren, verzamelen en archiveren heeft Ton zeker van geen vreemde. "In die zin lijk ik erg op mijn vader. Hij citeerde vaak Aldous Huxley's uitspraak 'Pay attention to here and now'. Kijk oordeelloos om je heen: dat heb ik van thuis meegekregen. Mijn vader fotografeerde ook. Huiselijke dingen zoals de bloeiende planten in de tuin. En hij was net als ik een verzamelaar." In die tijd was er geen internet en Tons vader bewaarde allerhande krantenknipsels in mappen. "Uiteraard op thema," glimlacht Ton.



Ordening en cover

Ton gaf boekontwerper Jeremy Jansen de vrije hand. "Ik had maar twee voorwaarden: alle voorwerpen moesten erin en het moest een klein boek worden." De boekontwerper kwam met een ordening naar gebruiksvoorwerpen. "Dat pakte heel goed uit. Hij vond ook dat mijn moeders kunstgebit erin moest. Daar twijfelde ik over. Was het niet te intiem?" Maar de historicus in Ton gaf de doorslag: het was alles of niets. Ton vervolgt enthousiast: "De coverfoto is trouwens ook een idee van Jeremy. Het is de enige

foto van binnen naar buiten. Ik trof de foto aan op het laatste rolletje dat mijn vader volschoot. Het zat nog in de camera..."

Herdruk

Het boek is tot zijn eigen verbazing een succes. "De eerste oplage van vijfhonderd stuks is al toe aan een herdruk. Voor mij als fanatieke fotoboekenverzamelaar is het extra leuk dat mijn boek nu ook op internationale fotobeurzen en in allerlei boekwinkels ligt. Maar het allerleukste vind ik dat het boek zoveel losmaakt. Ik krijg mailtjes, foto's en word zelfs gebeld door mensen die naar aanleiding van mijn beeldverhaal hun verhaal willen delen. Ja, echt heel bijzonder."

PS Net voordat dit nummer naar de drukker ging, meldde Ton Grote trots dat zijn boek is verkozen tot één van de 33 *Best Verzorgde Boeken 2021*.

tekst Karin Veenendaal • beeld Ton Grote (www.tongrote.com)
en Karin Veenendaal (portret en close up hand)

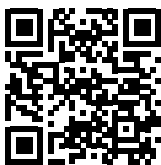


Dé specialist in e-bikes
al v.a. €1199,- of lease €1,50 per dag!

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 Bemmelen
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.ahbemmelen.nl
Buitengracht 2, 6681 JJ Bemmelen T: 0481-451100

**Lent biedt alles...
... en KION heel veel!**

Lent biedt een scala aan woonplezier en KION biedt kinderopvang, meestal onder één dak met de basisschool, dus altijd dichtbij. Kinderdagverblijf De Groene Wereld is met de dieren en de grote tuin écht groen.

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

Je bent van harte welkom voor een rondleiding op afspraak.
Kijk op www.kion.nl

v.l.n.r.
Irene Boon, Marion Rossen, Verona Kuijpers, Maria Severt, Geert Verdaasdonk




De laatste Jongensklas

Onderwijs

Lent kende tot begin jaren '70 van de vorige eeuw nog het basisschoolsysteem waarbij jongens en meisjes gescheiden les kregen. Dit was zelfs voor Nederland erg lang, die scheiding was immers al in 1968 afgeschaft. Een paar maanden geleden kwam de laatste jongensklas voor een reünie bijeen om hun tijd op de Geldershofschool nog eens op te halen. Initiatiefnemers Albert Janssen en John Scholten vertellen hun verhaal aan Lentse Lucht.



Boefjes

Albert: "We verhuisden als klas in ons derde schooljaar naar de Geldershof. Dit was geloof ik in 1972. De eerste twee jaar hadden we nog les gekregen op de Sint Antoniuschool. Deze school stond in de Schoolstraat, waar nu het hertenkamp is. Onze hele basisschooltijd, dus ook toen we naar de Geldershof verhuisden, zijn we een jongensklas gebleven." John: "We hebben het ervaren als een heel gezellige, onbezorgde tijd. We hebben enorm veel kattenkwaad uitgehaald en een aantal jongens zijn altijd vrienden gebleven. Tijdens de reünie kwam het onderwerp 'pesten' nog ter spraken. We waren allemaal boefjes, maar het was mooi om te horen dat niemand zich ooit echt gepest heeft gevoeld in de klas. Er heerste een soort kostschoolseer: één voor allen, allen voor één. Het was ook hartstikke mooi om dat terug te zien op de reünie." Albert: "Klopt, ik heb een keer een voetbalwedstrijd voor onze klas georganiseerd tegen de jongens van de protestantse school in de Weverstraat. Ik kende daar bijna niemand van. Wij leefden zó in onze eigen wereld met deze klas, we waren een hechte groep."



Mooie kerel

John: "Bijna iedereen was er tijdens de reünie. Vier jongens waren helaas al overleden. Zelfs Dré de Natus was er. Hij had een paar weken eerder een zware operatie ondergaan en kwam in zijn rolstoel. Dré was één van de eerste donkere jongens in Lent en een typische, maar mooie kerel. Geweldig dat hij erbij kon zijn. Het was ook een verrassing dat een fotograaf van Lentse Lucht ons stond op te wachten. Na de foto kregen we een rondleiding door de huidige Geldershof van oud-leraren Peter Rohde en Hans Kaaijk. Na dit alles was er een hapje en een drankje bij café De Zon. Een bescheiden programma vanwege de coronamaatregelen, maar een geweldige dag waar iedereen nog lang van zal nagenieten!"

tekst Henry Jansen • beeld Jorg Verweij

het Gymlokaal

HET GYMLOKAAL IN LENT

Vergeet alles wat je weet van een reguliere sportschool.

Het Gymlokaal is een sport boutique 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.
- State of the art fitnessapparatuur van EGYM.
- Zelfs als je denkt dat fitness niets voor jou is, willen wij graag je mening doen veranderen!

PLAN NU EEN
PROEFLES

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

024-2045002



"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
LENT

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



Jeuk, om gek van te worden



De Dierendokter

Het voelt alweer een beetje als voorjaar, de zon schijnt en de krokussen en sneeuwkllokjes zijn weer zichtbaar. De winter is achter de rug, en iedereen is toe aan het voorjaar en aan wat meer warmte. Lekker wandelen en lekker buiten rondstruinen.

Dat laatste geldt ook voor onze huisdieren. Maar niet al onze lieve huisgenoten zijn blij met het voorjaar. Er zijn veel dieren met huidklachten die juist in april en mei erger worden. Zowel honden als katten kunnen dan huidproblemen en huidontstekingen krijgen die tot jeukklachten leiden. Vervolgens gaan ze likken, krabben en zelfs bijten, waardoor de klachten verergeren en het dier in een negatieve spiraal terechtkomt.

Deze 'voorjaarsklachten' hebben verschillende oorzaken. Het wordt wat warmer en dan grijpen vlooien en andere huidparasieten (zoals luizen en mijten) hun kans. Zorg dat uw dier de juiste bescherming krijgt en doe dat op tijd, want voorkomen

is beter dan... Daarnaast komt er bij dieren ook een hooikoortsachtige huidallergie voor die we 'atopie' noemen, een verzamelnaam voor allergieën die onder meer veroorzaakt worden door diverse pollen. Dit is meestal seizoensgebonden, maar kan ook het hele jaar klachten geven, doordat deze allergievorm veel voorkomt tegelijk met andere allergieën. De ene hond heeft maar een klein beetje jeuk, de andere vergaat van de jeuk. Hoe erg jeuk kan zijn hebben de meeste mensen wel eens ervaren. Op dit moment heeft naar schatting ongeveer de helft van alle honden en katten een milde of zware vorm van atopie. Dieren die atopie hebben, houden hier de rest van hun leven last van. De huid is overgevoelig en kwetsbaar. Hierdoor zijn de dieren extra gevoelig voor vlooien en bacteriën, maar ook voor mijten en gisten. Deze infecties noemen

we 'opportunistische infecties': zodra de weerstand van de huid afneemt slaan ze toe. Omdat jeuk meerdere oorzaken kan hebben is het vaak lastig om jeukklachten goed te behandelen.

Als eerste is het stellen van de juiste diagnose van belang! Daarnaast is, zoals gezegd, voorkomen beter dan genezen, dus preventief de vlooien en wormen goed bestrijden. Verder zijn er nog opties zoals speciale shampoos (dus niet die bij u in de badkamer) en speciale voeding. Ook hebben we gelukkig steeds betere medicatie, maar het is en blijft een lastig en hardnekkig probleem. Het is zoeken naar de balans, maar samen komen we er wel uit.

tekst Hans Dekker

illustratie Marije Braakman

Een vertrouwd uitzicht verdwijnt

Op de schoorsteen van de energiecentrale werden op verschillende plekken springstoffen aangebracht.



Op 5 maart zakte de schoorsteen op z'n plek nagenoeg verticaal ineen.



beeld Maron Zwart



Anderson Counseling
Miranda Anderson

Counseling
 Sjamanistische healing
 Horoscopen

Rust, ontspanning en inzicht

Rosa Luxemburgstraat 7, Lent
 06-39424863
www.andersoncounseling.nl
 Ruim 25 jaar ervaring



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



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

Feestelijke heropening

Tunneltje Lent

Nel Bak-Van der Kemp met oudste dochter Jo voor de 'duker' (voor 1951)

Frans Mikx bij het dichtgemaakte tunneltje

Dorpsnieuws

Er gloort weer licht aan het einde van de tunnel. Na jaren actievoeren voor de heropening van het Lentse spoorwegtunneltje, is onlangs onverwacht besloten het tunneltje weer in oude glorie te herstellen. Het tunneltje bestond al sinds 1879, toen de spoorlijn Arnhem-Nijmegen aangelegd werd. Het dorp Lent werd door die spoorlijn afgesneden van de molen op de Oosterhoutsedijk, maar door het tunneltje konden de mensen de molen toch eenvoudig bereiken.

Dorpsgenoot Frans Mikx maakt zich al jaren hard voor de heropening van het tunneltje. Tot nu toe was er weinig medewerking van de gemeente. Het tij lijkt echter gekeerd, want op **vrijdag 1 april** vindt om **14.00 uur** de officiële aftrap plaats voor de heropening. Burgemeester Bruls houdt een toespraak en voorvechter van de heropening van het tunneltje Frans Mikx heeft de eer de eerste spade in de grond te steken. Alle Lentenaren zijn van harte uitgenodigd. Als aandenken aan dit bijzondere moment krijgt iedereen een zakje van de uitgegraven grond mee naar huis. Het zorgt voor een blijvende herinnering aan een voor Lent zwarte periode die we nooit mogen vergeten.

tekst Joop Koopman

beeld Jorg Verweij en fotoarchief Frans Mikx

Als aandenken aan dit bijzondere moment krijgt iedereen een zakje van de uitgegraven grond mee naar huis

Onneembare hindernis

Tijdens de Koude Oorlog werd in 1951 het tunneltje onder de spoorbaan dichtgemaakt. Onze regering besloot het Waalwater als barrière te gebruiken mochten de Russen met tanks deze kant op komen. Er werd bij Haalderen een caisson (een betonnen of stalen fundering) gebouwd waarmee de Waal afgesloten kon worden. Bij het afsluiten

van de Waal zou Nederland van Nijmegen tot Zwolle blank komen te staan, wat een onneembare hindernis voor de Russische tanks zou vormen. Ook moesten er aanvullende maatregelen getroffen worden, zoals de bouw van een extra dijk om te voorkomen dat het water weer terug in de Waal zou stromen. Die dijk ligt er nog steeds en we kennen hem allemaal als de Defensiedijk.

Slechte combinatie: tanks en water

Het spoortunneltje werd om dezelfde reden dichtgemaakt. Zo zorgde de spoordijk van Nijmegen naar Arnhem ervoor dat het water niet kon wegvloeien naar het westen. Nederland had kort daarvoor aan den lijve ondervonden dat tanks en water niet goed samengaan. Op 17 september 1944 probeerden de geallieerde troepen Nederland vanuit het zuiden te bevrijden. Moeizaam werden de beide bruggen in Nijmegen veroverd, maar de tanks liepen vervolgens bij Elst vast in de logge modder. Hierdoor moest Nederland boven de grote rivieren nog een half jaar wachten op de bevrijding.

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



PERSIA ATELIER
Coupeuse nodig voor maatkleding, kledingreparatie of vermaken? Dan heeft u die nu gevonden!

Denk aan bijvoorbeeld korter maken, innemen, uitleggen, nieuwe rits, gaatje repareren etc. Wij zijn ook gespecialiseerd in het (ver)maken & herstellen van gordijnen en motor kleding.

Kom een keer langs of neem contact op via telefoonnummer 024 8444 112.
Bloemenhof 8, 6663 BL, Nijmegen Lent
Maandag t/m vrijdag 14:00 - 20:00



**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

Oude dorpsfilm over Lent opgedoken

Ik herinner me dat mijn moeder zei dat ik er netjes uit moest zien voor de film



Lents verleden

Onlangs attendeerde oud-Lente-naar Jan Könning (66) ons op een film over Lent van zestig jaar oud. De film brengt het dorp Lent van weleer treffend in beeld. Er werden ook opnamen gemaakt in de dorpschool waar Jan destijds op zat. Na een tip ontdekte Jan de film in het regionaal archief in Nijmegen en zag zichzelf als zesjarige dromerig in de camera staren. Omdat hij maar één recensie kon vinden vroeg hij zich af of de inwoners van Lent wel op de hoogte zijn van het bestaan van de film. Lentse Lucht sprak met Jan over vervlogen tijden.

Hoe kwam je in Lent terecht?

“Mijn vader werkte als boerenknecht in Oud Zevenaar. Toen het bedrijf stopte werd hij bijrijder op een vrachtauto van de Gymbornfabriek in Zevenaar. Omdat hij zich toch meer betrokken voelde bij de veeteelt, solliciteerde hij naar een baan bij de familie Van Haaren, die een grote boerderij op het Visveld had. De eigenaar werkte elders als docent en liet de bedrijfsvoering over aan mijn vader en een collega, Toonen geheten. Het was een gemengd bedrijf, er waren koeien en er werden aardappelen geteeld. Nijmeegse vrouwen hielpen met



Uitsnede uit de film met Jan Könning

de oogst. Wij kwamen in 1960 naar Lent en betrokken een oude boerderij aan de Vossenpelssestraat tegenover restaurant Stroom. We huurden de boerderij van de familie Janssen die op de hoek met de Laauwikstraat woonde. Ik ging naar school op de plaats van het huidige dierenweideje. Er werd les gegeven door nonnen uit het nabijgelegen klooster, zuster Felicida is een naam die me nog te binnen schiet. Als kleu-

ter moesten we de nonnen aan een lange tafel helpen met het doppen van tuinbonen. De filmopnamen in de school werden in de eerste helft van 1962 gemaakt, ik zat in de eerste klas. Speciaal voor de film kwam een kapelaan ons lesgeven, hij legde woorden met een tweeklank uit. Ik herinner me nog dat mijn moeder zei dat ik er netjes uit moest zien voor de film. Gefilmd worden was in die tijd iets uitzonderlijks. Er

Lees verder op pagina 15



**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



Gft, daar winnen we compost mee!

- Elk jaar halen we zo'n 40 miljoen kilo etensresten, groente-, fruit- en tuinafval (gft-afval) in de regio op.
- Alleen goed gescheiden gft-afval kunnen we gebruiken als grondstof voor nieuwe producten. Daarmee winnen we compost en groen gas.
- Het is dus belangrijk dat je geen ander afval bij het gft-afval doet. Dan is alle moeite voor niets. En dat is zonde!
- Bedankt voor het goed scheiden van jouw gft-afval! Daar geven we je graag iets voor terug. Als je vanaf 28 maart afval naar de milieustraat brengt, kan je maximaal 2 zakken compost gratis meenemen.

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

Dar®

Meester Hagemans met de derde klas bij de dode rivier bij de Waalbrug voor de gymles (1965).

1 Joop van den Broek, 2 Willie Willemsen, 3 Hans van Ruitenbeek, 4 Jos van Ruitenbeek, 5 Theo Brouwer, 6 Vincent Reijbroek, 7 Peter Disveld, 8 André Teunissen, 9 Hennie Peters, 10 Harrie Telkamp, 11 Jan Melsen, 12 Hennie van Marwijk, 13 Wim de Vos, 14 Hennie Rikken, 15 Gerard Rensen, 16 Henk Lanthers, 17 Jan van Swaay, 18 Hennie Bekker, 19 Peter Bouwmeister, 20 Gerard Tap, 21 André Jansen, 22 Karel Trilsbeek, 23 Frank Reuser, 24 Richard de Beier, 25 Jan Hendriks, 26 Jan Maassen, 27 Peter Gielen, 28 Jan Buurman, 29 Joop Geurts, 30 Jan Könning, 31 Niek Hakvoort, 32 Henk van Antwerpen, 33 Jan van Haaren, 34 Meester Jan Hagemans



is nog iets opmerkelijks te zien op de film. Officieel was de school een meisjesschool, maar kennelijk waren er jongens teveel op de iets verder gelegen jongensschool. Zo kon het gebeuren dat een groepje jongens, waaronder ik, bij de meisjes geplaatst werd. Wij vonden het leuk om de meisjes te plagen en de meisjes vonden het interessant dat er jongens in hun klas zaten.”

Wat zie je nog meer op de film?

“Je ziet de pastoor praten met een jong stel met trouwplannen. Hij biedt ze een rokertje aan, toen heel gewoon. In een zijbeuk van de kerk zie je de koster in de weer met een bos bloemen. Er was in die tijd een sterke band tussen kerk en school. Zo stond er in de kerk een biechtstoel waar wij moesten biechten. Meestal was ik me met mijn blanke kinderzieltje niet bewust van kwade dingen en bedacht ik maar wat. Ik verbaasde me over de prenten van Doré in de kerkboeken. Op de tekeningen zag ik engelen, in mijn ogen uitzonderlijke wezens. Ze hadden vleugels waarmee ze konden vliegen. Ze waren man noch vrouw maar ik vond ze wel iets meer vrouwelijke uitstraling hebben. Ik ben meer met rituelen opgegroeid dan met bijbelvastheid. Aan het begin is alles wat met de kerk te maken heeft magisch, maar als je een jaar of acht, negen bent ga je op zoek naar oorzaken en die vond je dan vaak niet. Op school waren de ramen half afgedekt met gordijntjes. Je kon vanuit de klas maar één ding zien: de torenspits met de wijzerplaat. Die vertelde ons of het al tijd was om naar huis te gaan, onze vrijheid tegemoet. Ik ervoer in mijn schooltijd een grote mate

van geborgenheid, maar veel vrijheid was er niet. Op school kregen we bijvoorbeeld een tekenboek met op de linkerpagina een trein die je op de rechterpagina precies moest natekenen. Je sloot in die tijd vriendschappen die de hele schooltijd aanhielden. Jan van Swaay, die bij mij in de klas zat, was één van mijn vriendjes. In de bakkerij van zijn vader kreeg ik soms spijsbolletjes die over waren. Een ander vriendje was Jan Buurman. Zijn ouders hadden een potplantenkwekerij en hij moest al jong meehelpen met plantjes stekken. Al ik na schooltijd met hem wilde spelen moesten we eerst een uurtje meehelpen in de kas.”

Wat deed je in je vrije tijd?

“We gingen helemaal op in de vrije natuur. Van mijn ouders mocht ik spelen tot aan de Bemmelsedijk, van Fort Lent tot het huis met de rode dakpannen (Sprok, JK). We mochten de dijk niet oversteken en speelden vooral rond de kolk. We klommen in bomen en bouwden hutten. Als het vroom en het had gesneeuwd, roetsjten we met een sleetje van de dijk af en kwamen tussen de schaatsers op de kolk terecht. In 1963 verhuisden we naar een boerderij die we huurden van de familie Den Hartog, aan het begin van de Laauwikstraat tegenover bakkerij Van Swaay. Achter ons huis lag een overwoekerd stuk grond met leegstaande schuurtjes, een ideale speelplaats voor kinderen. Ook speelden we vaak bij de kolk naast de brug, door ons de ‘dode rivier’ genoemd. We gingen er pootjebaden en ondernamen de eerste zwempogingen. Onder schooltijd gingen we regelmatig met meester Hagemans naar de kolk voor de gymles. Er is een foto van

bewaard gebleven. Wij zijn daar negen jaar oud. De meeste kinderen zag ik tien jaar later terug op een erg geslaagde reünie. In 1967 stopte de boerderij waar mijn vader werkte. De eigenaar vertrok naar Frankrijk. Mijn vader kreeg het aanbod om mee te gaan, maar mijn moeder wilde niet. Daarna verhuisden we naar Bant in de Noordoostpolder, waar mijn vader ging werken op een groot gemengd boerenbedrijf. Als twaalfjarige werd ik weggerukt uit de beschermde Lentse omgeving en kwam terecht in een compleet andere wereld. Dat landschap had geen enkele romantiek en was planologisch en strak ingedeeld. In Lent had je het gevoel dat de natuur zich nog kon ontplooiën.”

Hoe ging het verder met je leven?

“Ik volgde de middelbare school in Emmeloord en de kweekschool in Meppel. Ik werkte tot mijn pensioen in het onderwijs en woonde al die tijd in Kampen. In 2019 verhuisden we naar Franeker omdat we dichterbij onze geliefde Waddeneilanden wilden wonen. Een half uurtje fietsen naar de kust en dan zie je de eilanden. Vorig jaar kregen we over deze film een tip van Ans Lamers uit Nijmegen, een vroegere vriendin van mijn zus. De film was voor mij een doos van Pandora: het deksel ging omhoog en wat jarenlang verborgen was kwam weer boven. Bij het zien van de beelden ben ik me steeds meer gaan herinneren van mijn Lentse tijd. Dat voelde goed.”



tekst Joop Koopman
adviezen Jan van Swaay
en Jan Buurman
beeld Marion Zwart

De film is in twee delen te bekijken op www.lentselucht.nl, scan de QR-code hiernaast:

Een boekje open over Lentse lezers

Lezen
in Lent

Je kent ze vast wel: die grappige boekenkastjes die her en der in Lent staan. Een vrolijk burgerinitiatief waar je ook nog eens wijzer van wordt. Want: lezen verruimt

je geest. Iedereen mag lekker neuzen in de minibiebjes. Zie je iets wat je aanspreekt? Stop het dan gratis in je tas. Een eigen boek terugleggen is fijn; zo blijven de kastjes altijd op voorraad.

Huize Doornik



Campanula



Petuniastraat



George Hegelstraat

Wat zeggen de boeken over het leesgedrag van Lentenaren?

We gingen op onderzoek uit en maakten van elk kastje een diepgaande analyse. Tenminste, dat was de bedoeling... Al snel bleek dat elk kastje van alles en nog wat bevat. Van dikke omnibussen tot ultradunne boekjes. Van romans van bijna vergeten schrijvers als Anton Koolhaas tot moderne thrillers van Nicci French. Verder de nodige tuinboeken, tijdschriften, kinderboeken en reis- en natuurgidsen.

Ben je op zoek naar iets specifieks, dan zit er niks anders op dan alle kastjes afstruinen. Alleen bij Huize Doornik viel een duidelijke voorkeur voor filosofie te bespeuren. En het kastje bij St Jozef bevatte meer dan gemiddeld medische boeken.

De minibiebjes zijn echte schatkistjes, dus veel geluk bij het vinden van een mooi boek!

tekst en beeld Karin Veenendaal



Turennesingel



St. Jozef, Schoolstraat





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!



erloskundigenpraktijk Partus

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



de Rank

Kennis maken?

"Geloof in jou!" op Evangelische basisschool De Rank in Rijkerswoerd

Op EBS De Rank krijgen kinderen de kans om op hun eigen manier te ontdekken en te leren, met een grote passie voor Jezus. Alle kinderen zijn welkom.

'Wat wij waardevol vinden aan kwalitatief onderwijs, willen we met iedereen delen.'



Je bent **WAARDEVOL**

ebs-derank.nl waardevol - leren - verbonden

Prikkelarme en kleinschalige

bso+ Klimop opent binnenkort in Lent!

- + vaste dagstructuur
- + natuurlijke materialen
- + rust
- + leeftijd 4 t/m 7 jaar

Kom langs

Open middag op donderdag 31 maart van 17.00 tot 18.00 uur, Laauwikstraat 2, Lent. Aanmelden is niet nodig!

Meer informatie: www.kion.nl

Bso+ Klimop is een samenwerking tussen

KION & **Stichting Liz**

Lentgenoten

Bestuur Stichting Wijkraad Lent

- Voorzitter
- Secretaris (vacature)
- Public Relations (vacature)
- Penningmeester (vacature)
- Penningmeester (vacature)
- Contactpersoon werkgroepen en buurtverenigingen (vacature)

Doelen

- Platform voor de inwoners van Lent/burgerparticipatie
- Het instandhouden en bevorderen van het leefklimaat ten behoeve van de bewoners van Lent
- Onderhouden van contacten inzake de ontwikkelingen en problemen in Lent
- Het voeren van overleg met diverse instanties
- Het inventariseren van wensen, klachten en ideeën
- Het informeren en voorlichten van de bewoners
- Indien noodzakelijk: bezwaar en beroepprocedures voeren

Overleg dagelijks bestuur

Bestuurlijke uitvoerende werkzaamheden

- Financiële verplichtingen
- Financieel beheer
- Aanvragen subsidies
- Jaaroverzicht
- Voorbereiding maandelijkse openbare wijkraadvergadering
- Wijkontwikkelingen volgen
- Contacten onderhouden met:
 - werkgroepen, wijkbewoners, buurtverenigingen, etc.
 - gemeente (bestuurders, ambtenaren en politiek)
 - gebiedstafel (wijkregisseurs Nijmegen Noord)
 - opbouwwerk Nijmegen Noord
 - buurtteams Nijmegen Noord
 - wijkraden Nijmegen Noord
 - GWB (Gezamenlijke werkgroep Burgerparticipatie Nijmegen)
 - Provincie Gelderland
 - Waterschap
 - ProRail
 - Rijksoverheid

Niet-bestuurlijke uitvoerende werkzaamheden

- Notuleren
- Mailverkeer
- Verzorging van de maandelijkse column in de Lentse Lucht
- Website onderhouden (vacature)
- Verzorging van de welkomststasjes voor nieuwe Lentenaren (vacature)

Werkgroepen

- Verkeer en Infrastructuur
- Luchtkwaliteit PMS
- Geluid PMS
- Groen PMS
- Groene Hart Lent
 - 't Speelweitje (Primulapad) en Dorpsplein Lent
- Klankbordgroep Stadseiland
 - Veur Lent/ Hoge Bongerd
- Klankbordgroep Vossenpels (nieuw te vormen)

Overige organisaties

- Buurtverenigingen, zoals:
 - GewaLent
 - Veur Lent
 - Hoge Bongerd e.a.
- Voorzieningencentrum De Ster
- Woongemeenschap Eikpunt
- Sportclubs
- Scholen
- HAN/Universiteit
- Opbouwwerk
- St. Jozef en Campanula
- Ondernemers etc.

Organogram: Brigitte Rutten en
Léonie Schuijt-Overgoor
beeld Lenny Rijken

VANNATURE

fair, biologisch, lokaal

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



**mét Gratis
Parkeer
Plaatsen**

Gerard Noodtstraat 135 - Nijmegen
mét Gratis parkeerplaatsen

www.VanNature-Nijmegen.nl



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



Oefentherapie Cesar De Lint In Thermion

Thermionpark 18 - 6663 MM 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, chronische pijn,
Mindfulness, Medical Kinetics,
slaapproblemen, bedrijfsoefentherapie

Ook vestigingen in
Nijmegen Noord en Bommel



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
Griftdijk Noord 9B, 6663 AA Lent

024-3580779

Lents Allerlei

Agenda Theaterkerk Bemmelt

Markt 5, 6681 AE, Bemmelt. Tel. 0481 - 769036

Voor meer informatie: www.theaterkerk.nl.

Vrijdag 1 april | 21.00 u.

Pieter Nabbe (TLC session). € 12,50

In de foyer van de Theaterkerk.

Zaterdag 2 april | 20.30 u.

Bai Kamara Jr. Trio. Blues en funky muziek. € 22,50 (incl. consumptie)

Donderdag 7 april | 20.00 u.

My Salinger Year (boekverfilming)

TOP filmavond. € 7,50

Zaterdag 10 april | 20.00 u.

Zondag 11 april | 14.30 u.

De Toekomst van een Verleden

Koor- en herdenkingsproject over vrede, vrijheid en verzoening met NLse en Duitse koorzangers. € 22,50 (incl. consumptie)

Donderdag 14 april | 20.00 u.

In the heights (musical / feelgood movie)

TOP filmavond. € 7,50

Zaterdag 16 april | 20.30 u.

Panama Pictures met 'Road to Panama'

Dans / circus. € 22,50 (incl. consumptie)

Maandag 18 april (2e Paasdag) | 14.30 u.

Francis van Broekhuizen en Gregor Bak

Bij twijfel hard zingen, familievoorstelling over familie. € 13,00 (incl. consumptie)

Donderdag 21 april | 20.00 u.

Minari (nostalgisch familiedrama)

TOP filmavond. € 7,50

Donderdag 28 april | 20.00 u.

I care a lot (misdaadkomedie)

TOP filmavond. € 7,50

Feestelijke heropening tunneltje Lent

Het Lentse spoorwegtunneltje wordt in oude glorie hersteld! Op vrijdag 1 april vindt om 14.00 uur de officiële aftrap plaats voor de heropening, met o.a. een toespraak van Burgemeester Bruls. Alle Lentenaren zijn van harte uitgenodigd. Voor meer info zie pagina 11.

Wederopbouw in de Betuwe

Training 'Liever bewegen dan moe'

Bent u vaak moe en komt u moeilijk in beweging? Ervaart u lusteloosheid en piekert u veel? Heeft u ook lichamelijke klachten? Dan is de training 'Liever bewegen dan moe' iets voor u! Het is een combitraining van 1 uur theorie en 1 uur bewegen. U krijgt door de training meer zelfvertrouwen en voelt zich beter in uw lijf. De training start, bij voldoende deelnemers, op maandag 26 april 2022 van 10.00-12.00 uur en is voor inwoners van de gemeente Nijmegen. Deelname is gratis. U kunt zich aanmelden bij Pro Persona Connect, afdeling Preventie, tel. 026-3124483 of via preventie@propersona.nl

Bloesemwandeling op 24 april

Het is lente en de fruitbomen in Lent en Ressen staan in bloei. Het is dan ook het perfecte moment voor een wandeling door de boomgaarden. Op 24 april wordt van 13 uur tot 16.30 uur een bloesemwandeling georganiseerd door bloeiende boomgaarden en langs natuurlijke plekken in Lent en Ressen. Tijdens de wandeling kun je op verschillende mooie plekken aangenaam pauzeren en geven eigenaren en beheerders uitleg over hun boomgaard, wijngaard of bloementuin. Voor kinderen is er een natuurvragenlijst met filmpjes. Meer informatie op www.hethamerstuk.nl/bloesemwandeling

RepairCafé

Na een gedwongen rustpauze door corona gaat het RepairCafé binnenkort weer opstarten. Er worden teveel apparaten onnodig weggegooid! Tijdens het RepairCafé wordt uw apparaat, als het lukt, gratis een volgend leven gegeven. Meestal is er ook een 'naaister' die eenvoudige herstellingen kan doen aan kleding. Ook kunt u terecht voor adviezen en vragen over uw mobiele telefoon, tablet of laptop. Het RepairCafé vindt afwisselend plaats in De Klif en De Ster op de laatste zaterdagmiddag van de maand van 14.00-16.30 uur. Op 23 april is de volgende editie in De Ster. U wordt ontvangen door Rob Kropman, de RepairCafé-entertainer.

Handen uit de mouwen in het groen?

Op Smitjesland ligt een oud boomgaardje dat al jaren beheerd wordt door de stichting Co-bomen. Door het jaar heen zijn er buitenwerkmomenten: hakken en zagen, bramen snoeien, planten en zaaien, maaien en natuurlijk oogsten. Altijd gezellig, met een groepje mensen die communiceren via een app-groep. Nu is het gaardje heel geschikt om uit te breiden tot mini-voedselbos. De eerste werkzaamheden zijn begonnen. Wil je helpen? Meld je aan bij Martine via info@cobomen.nl

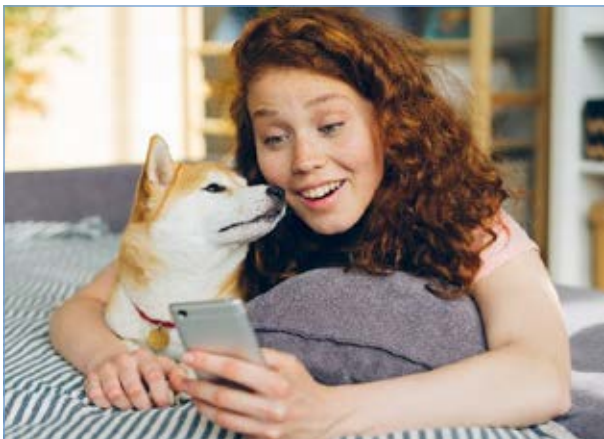
Filmvoorstelling van de Stichting Nijmegen Blijft in Beeld

op maandag 25 april in Concertgebouw De Vereniging. Het programma is getiteld 'Gezicht op Nijmegen en omgeving'. SNBIB vertoont daarin een aantal zelf geproduceerde films en er wordt aandacht besteed aan de 750-jarige Stevenskerk. Interessant zijn de beelden van verdwenen en nog bestaande ondernemingen. Maar ook de regio komt aan bod. Beelden uit Berg en Dal, Wijchen en Bergharen completeren het programma. Als gebruikelijk zijn er twee voorstellingen in de grote zaal van De Vereniging, een om 14.00 uur en een om 20.00 uur. De voorstellingen duren ruim twee uur inclusief pauze. Kaarten kosten €10 en kunt u vanaf 11 april kopen in het Infocentrum WO2, Ridderstraat 27 te Nijmegen (pinnen niet mogelijk). Donateurs van Stichting Nijmegen Blijft in Beeld hebben recht op twee gratis kaartjes. Zij kunnen deze vanaf 4 april afhalen in het Infocentrum WO2. Digitaal kunt u kaarten kopen via de website van De Vereniging, www.stadsschouwburgendevereniging.nl (+ €1,75 administratiekosten)

X-ray challenge naar Gambia uitgesteld

Begin april zou Wim de Koning een gesponsorde autoreis naar Gambia maken. Doel van de sponsorrace: geld inzamelen voor een röntgenapparaat voor het Lamin Health Center. Veel mensen in Lent gaven na het lezen van het artikel in Lentse Lucht een gulle bijdrage. Vanwege corona is besloten de reis uit te stellen naar 21 oktober. Wim moet dus nog even wachten op zijn avontuur - en wij op zijn verhalen.

Lees verder op pagina 23



U kunt nu ook

Online een afspraak maken

Maar bellen kan natuurlijk ook
gewoon: 024 360 64 22



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

Wijnkursus in Lent

Wat bepaalt de smaak van wijn? Wat gebeurt er in de wijnkelder? Hoe proef ik een wijn? Hoe kies ik wijn bij gerechten? Allemaal vragen die aan bod komen in deze cursus op niveau SDEN-2. Elke bijeenkomst proeven we minstens zes wijnen. De laatste avond combineren we een driegangenmenu uit de keuken van Stroom met bijpassende wijnen. Uw docent is Gerard Reijmer, vinoloog van de Wijnacademie en redacteur van wijntijdschrift Perswijn. Tijd: maandag 25 april van 19.30 tot 22.00 uur. Locatie: Stroom, Vossenpelssestraat 16, 6663 KC, Lent. Bij mooi weer proeven we buiten onder de luifel! Kosten: € 285 voor 6 avonden. Info en aanmelden: gerard@foodteam.nl. In het najaar starten we met een cursus SDEN3.

Bibliotheek biedt hulplijn voor digitale vragen

Wil je met je (klein)kinderen videobellen, maar je weet niet hoe? Zou je e-books willen lezen, maar heb je geen idee hoe je

ze moet downloaden? De Bibliotheek Gelderland Zuid biedt een telefonische hulplijn voor alle vragen over computer, telefoon of tablet. De hulplijn is van maandag tot en met donderdag bereikbaar van 10.00 tot 16.00 uur, tel. 024-327 49 99. De bibliotheek biedt meer mogelijkheden voor digitale hulp. Kijk op www.obgz.nl/digitaalvaardig.

Zondag 10 april eerste editie Nijmegen-Noord Run

De Nijmegen-Noord Run is hét hardloopevenement van de Waalsprong, georganiseerd door Loopvereniging Nijmegen-Noord en vv OSC. Het evenement vindt plaats op zondag 10 april van 10 tot 15 uur en bestaat uit de NN-Run (5 of 10 km), de Kidsrun (3-12 jaar) en de Frikandellen-estafette. Start en finish zijn bij de voetbalvelden van vv OSC. De inschrijvingen staan open! Inschrijven kan tot en met 3 april via www.nnrn.nl. Op de site is alle informatie over evenement en routes te vinden. Contact met de organisatie kan via info@nnrn.nl.

Nacht van de Ommetjes zoekt organisatoren!

Zaterdagavond 1 oktober vindt de jaarlijkse Nacht van de Ommetjes weer plaats. In heel veel Nijmeegse wijken maken mensen tussen 20.00 en 22.00 uur samen een wandeling in hun buurt en worden onderweg getraakteerd op prachtige verhalen, kunst, cultuur, historie en leuke optredens. Deelnemen is gratis. De ommetjes worden georganiseerd door bewoners voor hun eigen wijk. Voor een aantal wijken zoekt de stichting nog enthousiaste organisatoren. Aanmelden kan via info@denachtvandeommetjes.nl. Ben jij geen organisatorisch talent, maar heb je wel wat anders te bieden? Ben je muzikaal, wil je een gedicht of verhaal voordragen of maak je mooie kunst? Ook dan moedigt de organisatie je aan om je te melden voor een plekje in het programma. Ook is er een prijsvraag en zijn we op zoek naar een nieuw bestuurslid. Kijk voor meer info op www.denachtvandeommetjes.nl.

Alles wat je altijd al wilde weten over Stip Noord



Zorg en welzijn

Stip Noord heeft zes jaar met veel plezier gewerkt in het Thermiongebouw. In de zomer van 2022 gaan we verhuizen naar een nieuw gebouw. We gaan samen met diverse partners samenwerken in De Boog, het mooie, nieuwe gezondheidsplein met sporthal van Nijmegen Noord. Er zijn diverse mooie filmpjes over het nieuwe gebouw en de aanstaande gebruikers. Misschien heb je er al een gezien? Maar tot die tijd blijven we natuurlijk gewoon twee dagdelen per week open in Thermion. Misschien ben je daar al eens geweest?

De Stip, daar ga je heen als je problemen hebt. Dat is althans het idee van veel mensen. Maar klopt dat wel? Want wist je dat ... je altijd hartelijk verwelkomd wordt door een van onze gastvrouwen?

... het Stipteam vooral uit enthousiaste en betrokken wijkbewoners bestaat?
... we vanaf half april op afspraak ook een avond open gaan?
... er een financieel expert en publieksvoorzitter van de gemeente aanwezig zijn?
... Stip Noord samenwerkt met allerlei organisaties in de wijk zoals de GGD, Voedselbank en Bindkracht10?
... je er allerlei vragen kunt stellen, van willen weten waar je naar yoga kunt tot meedenken over de wijk. Van gemeentelijke regelingen en brieven tot mogelijkheden voor vrijwilligerswerk?
... we kunnen helpen bij de aanvraag voor bijvoorbeeld de meedoen-regeling, zodat mensen met een lager inkomen ook mee kunnen doen met een activiteit?
... de Stip geen vraag te gek vindt en je graag verder helpt?
... de medewerkers alle tijd voor je nemen?

... we met veel plezier werken in Stip Noord?
... we meer ontmoeting in de wijk willen realiseren en graag tips horen van wijkbewoners?
... een afspraak bij de Stip niet nodig is?
... alle vragen anoniem behandeld worden en we niets vastleggen?
... als je meer wil weten over de Stip je dat kunt vinden op www.stipnijmegen.nl?

En wil je nog meer over ons weten? Kom gewoon langs en stel je vraag. Dat vinden we hartstikke leuk! Dus hopelijk tot binnenkort bij de Stip.

Thermionpark 16, 6663 MM Lent
Di: 13.30-16.30 uur, Do: 9.30-12.30 uur
E: noord@stipnijmegen.nl
www.Facebook.com/StipNijmegenNoord

Gabi Verzuu coördinator stip Nijmegen-Noord



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



Buiten
meer dan makelaars

Het makelaarskantoor bij u in de buurt!

Verkoop uw woning via Buiten makelaars met full service of met ons makelaars-basis verkooppakket.

Loop eens bij ons binnen of bel/mail ons voor een afspraak, wij komen graag bij u langs.

Buiten Makelaars & Taxateurs
Edith Piafstraat 110 te Lent
024-3888958, www.buiten.nu



Leendert van der Waal

Nomaden in Lent

Je komt ze overal tegen. De één komt hier om een boek te schrijven. De ander komt piketpaaltjes slaan of bodemonderzoek doen. Deze keer betrapten we Leendert van der Waal (68) uit Randwijk, die een oude vleugel kwam stemmen in Lent.

“Vandaag ben ik hier om een Rippenvleugel te stemmen. Het was een feest van herkenning, want zelf ben ik ook liefhebber van dit soort vleugels. Het ging niet zonder slag of stoot maar uiteindelijk is het gelukt. Ooit ben ik in Wageningen neergestreken om biologie te studeren. Ik kwam er na drie jaar achter dat de studie me toch niet beviel. In die tijd had ik een vriendinnetje die piano speelde, maar geen piano had. Voor een vriendinnetje deed je alles, dus kocht ik een piano voor haar. Veel geld had ik niet te besteden, dus het werd een oud krakkemikkig exemplaar. Ik ben gaan sleutelen aan het instrument en kreeg er steeds meer aardigheid in. Het leek me heel leuk om met dit werk mijn boterham te verdienen. Zo is het begonnen. Vervolgens heb ik de driejarige opleiding pianotechniek gevolgd in Amsterdam en in 1983 ben ik als freelancer gaan werken. In de beginperiode verhuurde ik me voor een paar dagen per week aan de gerenommeerde pianozaak Christofori aan de Prinsengracht in Amsterdam. We reviseerden daar prachtige vleugels van de grachtengordel. Het lukte me vrij snel om een klantenkring in de regio Wageningen op te bouwen.”

Blokfluit

“Als kind had ik blokfluitles. Later heb ik ook zelf blokfluiten gemaakt, maar ik zag er uiteindelijk geen broodwinning in. Wat pianomuziek betreft behoor ik tot de liefhebbers. Ik heb nog steeds pianoles, maar helaas geen talent. Daarom ben ik maar dienstbaar geworden. Deze nederige plek bevalt me prima. In Randwijk heb ik een winkel en een goed geoutilleerde werkplaats. Momenteel heb ik zes vleugels te koop waaronder een Rippen uit de jaren vijftig. Dit type vleugel is momenteel zeer gewild. Ze zijn opgebouwd uit aluminium en hout en hebben een bescheiden formaat. Ze werden daarom vroeger veel gebruikt op koopvaardij- en passagiersschepen. Ze vallen qua ontwerp onder de noemer Dutch Design.”

tekst Joop Koopman • beeld Marion Zwart

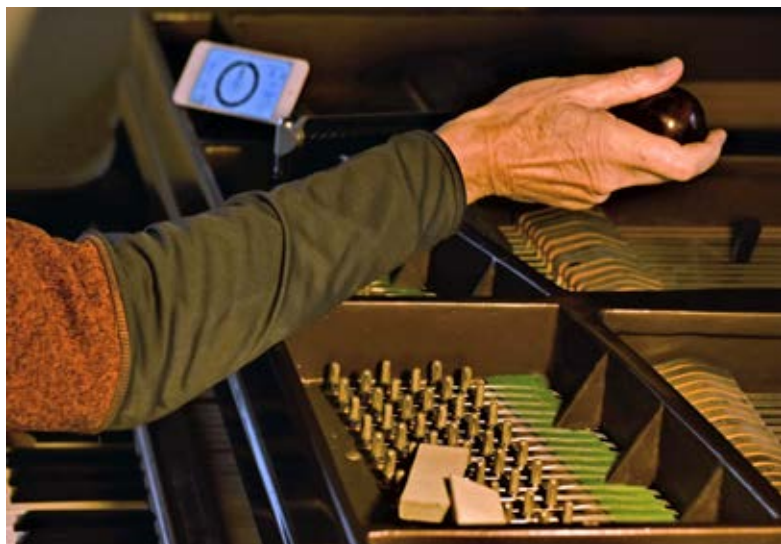


Het liefst zou ik in het harnas sterven, bijvoorbeeld onder een vleugel die op me neerstort

Fun

“Momenteel worden Rippenvleugels regelmatig overgespoten in goud of brons en brengen dan makkelijk een ton op. De mensen die ze kopen kunnen vaak helemaal niet pianospelen, maar hebben hem voor de fun. De vleugel is ook in trek bij veel artiesten. Jazzpianiste Pia Beck had er een en ook cabaretier Hans Lieberg zweert bij een Rippen. Pianist Jeroen van Veen, bekend van zijn ligconcerten, heeft er zelfs twee. Ik ben nog niet van plan met

pensioen te gaan, maar ben inmiddels wel AOW-gerechtigd. Het liefst zou ik in het harnas sterven, bijvoorbeeld onder een vleugel die op me neerstort. Ik neem geen werk meer aan dat ik niet leuk vind en ga het wat rustiger aan doen. Bij voorkeur reviseer ik alleen nog maar goede instrumenten waar niet al te veel aan hoeft te gebeuren.”





Pijn- of stressklachten?

Of wil je even een moment voor jezelf?
Aarzel niet en maak makkelijk een afspraak via mijn website.

Ontspanningsmassage

Sportmassage

Zwangerschapsmassage

Maak een afspraak

fitenontspannen.nl

06-38 20 34 59



Mensen
helpen?



Zorg of hulp
nodig?



Mensen
ontmoeten?



Een idee voor
de buurt?



Vragen
over regels en
papieren?

STIP NOORD

Thermion Lent

Di 13.30-16.30 uur
Do 13.30-16.30 uur



WWW.STIPNIJMEGEN.NL/NOORD

@StipNijmegenNoord



Ben je (hoog)gevoelig, zit je veel in je hoofd, heb je last van stress, spanningen? Wil je nu eens echt voor jezelf gaan en meer luisteren naar je gevoel en eigen weten. De lessen en praktische tools van intuïtieve ontwikkeling helpen je om dagelijks voluit jouw leven te leven. Interesse? Meld je aan voor een gratis proefles. www.intuïtieftraject.nl

**INTUÏTIEF
TRAJECT**
SCHOOL VOOR
INTUÏTIEVE
ONTWIKKELING

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



CWZ een
santeon
ziekenhuis

Lentse Wolkjes

Nieuw: maandelijkse **themalessen qigong** op zondagochtend 10.00 - 11.30 uur in De Kleine Wiel. Zondag 10 april (thema 'loslaten') en zondag 15 mei (thema 'lichaamsbewustzijn'), €15 per les. Meer info of aanmelden: **Joyce Deckers** info@droomkindercoaching.nl, 06-20604655 (wekelijkse qigonglessen op maandag- en woensdagochtend).

Zou jij een paar uurtjes in de maand vrij kunnen maken voor de **Zonnebloem Lent**? Is het penningmeesterschap iets voor jou? Meld je dan snel aan, dan kunnen wij een doorstart maken. Gaarne uw reactie naar tel. 06 - 2345 9997.

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.

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.

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 06 48856967.

**JAAR
RINGEN**
LEVENSVERRHALEN

Jouw levensverhaal!

Mooi en integer op papier gezet
door een professionele auteur

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



Biologische sushi
Japanse lekkernijen

Dinsdag
Donderdag
Vrijdag

Bestel dezelfde dag
voor 14 uur
of bestel van te voren

Gratis bezorgd in Lent

Bestel hier 

www.sushivankai.nl
0623999074
@sushivankai

Nieuw
in Lent!

foto @videotaales.nl

Sushi van Kai



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.

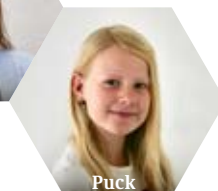
Kijk voor meer informatie op www.chiopro.nl
of bel naar 024 - 737 03 24.

Edith Piafstraat 110c te Lent

Van de Jeugdredactie



Janne



Puck



Guusje

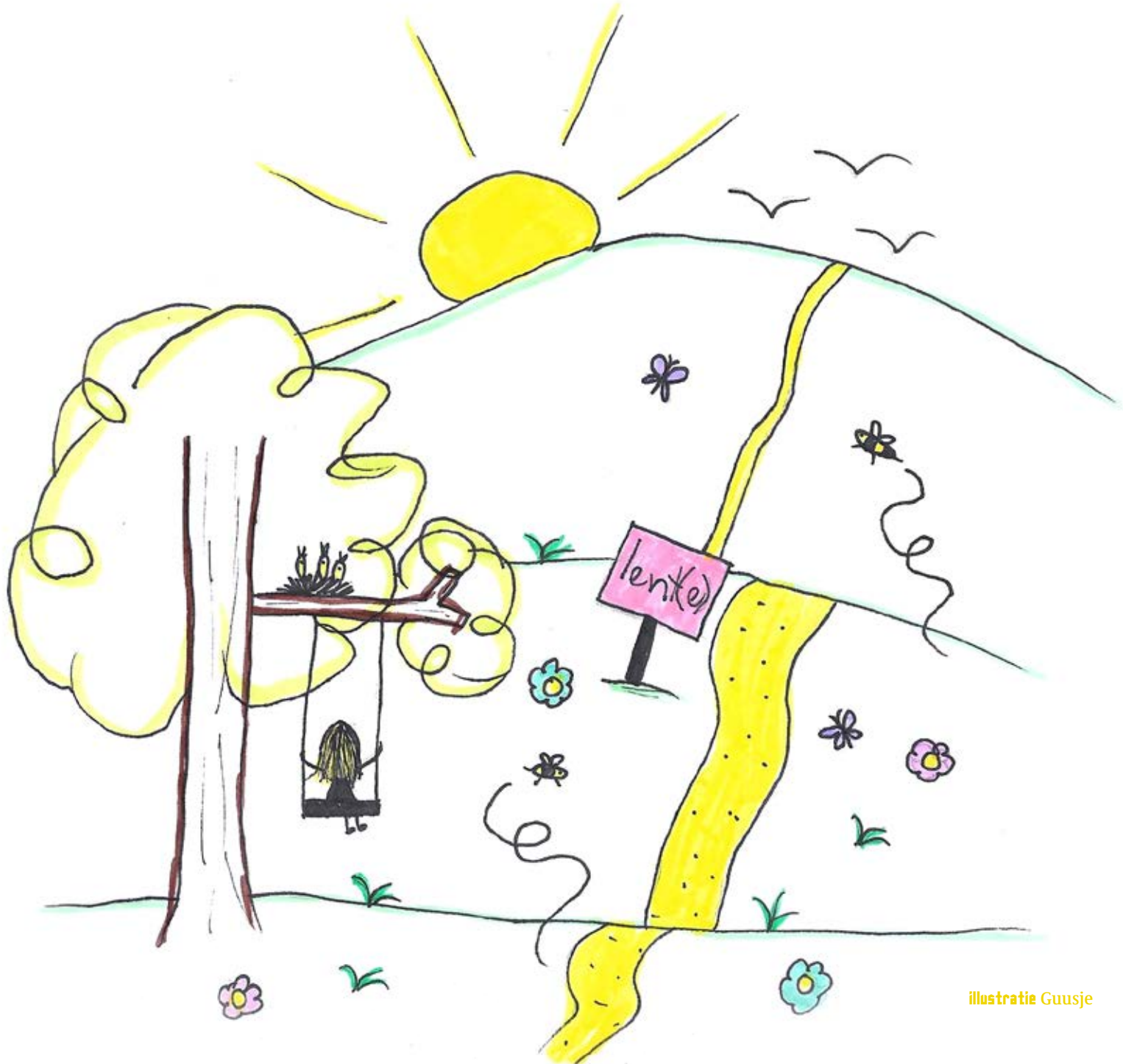


Noa

Eindelijk is het voorjaar er! Guusjes hart maakt spontaan een sprong. Wat is er heerlijker dan eindeloos schommelen in je eigen Lent(e)? Nóg iets om je op te verheugen, winkelen in het nieuwe stadshart. Noa fantaseert er alvast een gezellige middag shoppen bij. Maar alles maar gewoon helemaal vol laten bouwen hier in het dorp? Nee zeg. Puck staat met haar tekening op voor het eiland Veur-Lent. En heeft een duidelijke boodschap: groen moet je doen!



illustratie Noa





CLUBSPORT.NL

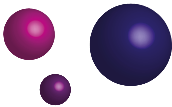


DIAGNOSE - ONDERHOUD - TUNING
GRIFTDIJK ZUID 93 - 6663 BC LENT - 024 322 1171

**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.miekestapelkamp.nl



Meijer & de Wit
Therapie en coaching

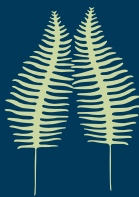
Samen jezelf leren kennen

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

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

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

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

Meijer & de Wit
Therapie en coaching




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

Vergoeding mogelijk met aanvullende verzekering

Bijenboog

Open
lucht

Tot voor kort had ik nog nooit gehoord van de bijenboog. Een tuin heeft een goede bijenboog als er het hele jaar door planten bloeien waar bijen, vlinders, hommels en andere insecten voedsel uit kunnen halen. Ik las er over in een natuurtijdschrift. Nu was ik er zelf, zonder het woord te kennen, altijd al mee bezig om jaar-rond een goede dracht voor insecten te realiseren. De vroegste bloeier bij ons is het winterakonietje. Het is een bolgewasje waarvan de fel-gele bloempjes al in januari in bloei staan. De sneeuw-klokjes verschijnen in februari, gevolgd door de krokussen. In het vroege voorjaar zijn er altijd wel een paar dagen waarbij het kwik boven de 12 graden uitkomt, de minimumtemperatuur waarbij bijen op zoek gaan naar nectar. Mijn belangstelling voor de bijenboog dateert al van 1980, toen ik mijn imkersdiploma haalde. Vanaf dat jaar hielden we bijen. Op de cursus leerden we veel over drachtplanten en hoe je door er handig gebruik van te maken de honingopbrengst kon verbeteren.

We hebben een groot gazon en ieder jaar planten we honderden bloembollen. Het zijn gekweekte botanische bolgewasjes die in mediterrane landen in het wild voorkomen. Jaarlijkse aanplant is nodig omdat veldmuizen en wilde fazanten er door het jaar heen heel wat opsnoepen. Na de voorjaarsbollen bloeien de wilgen. Als het weer goed is leveren ze een vracht aan nectar en stuifmeel op. Nadat de wilgen uitgebloeid zijn komt het fruit in bloei. Veel Lentenaren hebben een fruitboompje in hun tuin staan. Expeditie Tuinfruit, een actie van de stichting Co-bomen, deelde de afgelopen jaren meer dan duizend fruitboompjes uit. Na het fruit wordt het even rustig voor de bijen. Door imkers wordt deze tijd de drachtloze periode genoemd. Het gat kan opgevuld worden met acaciabomen. Ze bloeien in de periode tussen de fruitbloei en de bloei van de lindebomen. De lindebloesem levert voor de Lentse imkers de meeste honing op. Lindes zijn als laanbomen gebruikt langs de Turennesingel en de Vrouwe Udasingel. Zelf plantte ik er drie in onze wei. Ook prinses Amalia plantte een koningslinde toen ze achttien werd, een mooie koninklijke traditie



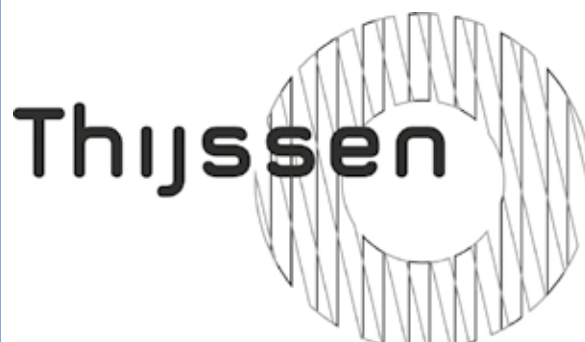
In een kleine tuin passen natuurlijk geen bomen, daar moet je het hebben van bescheiden bloeiende planten. Loetke Olthuis schrijft in haar boek *Duurzaam handboek voor de luie tuinier* hoe je dat aanpakt.

Expeditie Tuinfruit, een actie van de stichting Co-bomen, deelde de afgelopen jaren meer dan duizend fruitboompjes uit

Met een notitieblokje in de hand loopt ze wekelijks door haar tuin en schrijft op welke planten er bloeien. Als er een gat valt gaat ze naar een kweker om het gat op te vullen. Zelf kijk ik bij de aanschaf van planten of er bijen op de bloemen foerageren. Dan weet je zeker dat je goed zit. In de zomer bloeien veel planten tegelijk, maar in de herfst wordt het lastiger.

Klimop is bij ons de laatste bloeier van het seizoen. In september hangt er een bedwelmende zoete geur in onze tuin en zoemt het van de insecten. Het is hun laatste kans om vóór de winter nog nectar binnen te halen.

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



Brilmode

Markt 53/55

Contactlenzen

Bemmel

Optometrie

0481-470490

www.oogzorginbemmel.nl

tekst Johannes • illustratie Marieke van Stippent

Coby van de Molengraaf

verpleegkundige
consultatiebureau

*Vertrouw op jezelf
en op je kind*

In beeld

Coby van de Molengraaf (65) neemt afscheid. Zij was hét aanspreekpunt voor ouders van kinderen van nul tot vier, met vragen over voeding, groei, ontwikkeling etcetera. Je kon haar vinden op het consultatiebureau in Thermion, bij mensen op huisbezoek, of aan de andere kant van telefoon of mail.

Veertig baby's per jaar

Lent was vanaf 2001 Coby's standplaats. Zij startte in St Jozef aan de Lentse Schoolstraat en werkte samen met één assistente en huisarts Ton Serrarens. Twee dagdelen per maand waren voldoende om de ongeveer veertig nieuwe baby's te zien die toen per jaar in Lent werden geboren. Lent was dorps en gemoedelijk; er heerste een ons-kent-ons sfeertje, ook op het consultatiebureau. "We moesten de koffiekamer van de huisartspraktijk steeds ombouwen als ontvangstruimte en we werkten met papieren dossiers." Later verhuisden ze naar De Ster en sinds een jaar is het bureau gevestigd in Thermion. Van twee keer per maand open ging het naar drie dagen in de week.

Wat hield je werk in?

"Mensen komen met vragen over van alles, maar de meeste vragen gaan toch wel over huilen, slapen, grenzen zoeken, druk gedrag en de zoektocht van opvoeders naar hun rol als ouder. Dit kan echt zwaar en vermoeiend zijn en dan is het fijn als er iemand met je mee denkt. Het is altijd leuk gebleven om, in gesprek met ouders, te kijken waardoor bepaald gedrag komt. Is het de leeftijd? Het karakter van een kind? Wat hebben ouders al geprobeerd, wat werkte goed? Ik probeer mensen bewust te maken van wat er gebeurt, en handvatten aan te reiken waarmee ze ervaren dat het anders kan." "De maatschappij en zeker ook Lent is veranderd. Het is niet meer het 'dorpje'. Mensen komen overal vandaan, met allerlei achtergronden, en hebben familie verder weg. Mensen zijn drukker en moeten veel ballen in de lucht houden. Opvoeden, werken, vrije tijd, je relatie onderhouden, vrienden, familie, en dan ook nog tijd voor jezelf... Welke keuzes maak je? Wat is nodig? Kan een keer 'niets' doen ook waardevol zijn?"

Wat ga je missen?

"Ik ga de organisatie met alle regelzucht zeker niet missen," zegt Coby lachend. "Wat ik wel ga missen zijn de gesprekken, en dat het daarna beter loopt in een gezin en ouders weer vertrouwen en energie hebben. En natuurlijk de collega's. We hebben een fijn, enthousiast en positief team."

Wat wil je ouders in Lent meegeven?

"Als je kinderen opvoedt, moet je ook iets met jezelf. Vertrouw op jezelf en op je kind, doe wat bij jou en je kind past. Dit kan bij de burens dus gewoon anders zijn. Maar durf te overleggen als het lastig is, bijvoorbeeld met de verpleegkundige op het bureau. Daarnaast wil ik de Lentenaren bedanken voor het vertrouwen dat ze mij de afgelopen jaren gegeven hebben en wens ik iedereen het allerbeste - en vooral een warme band met je kinderen." Coby wordt opgevolgd door Anneke Drieënhuizen. Coby: "Een ervaren verpleegkundige, dat komt vast goed!"

tekst Floris van de Laar • beeld Marion Zwart