

Lentse Lucht

Maandelijkse uitgave
voor en door Lentenaren

jaargang 22 • juli 2019

№

7

**OKBAY EN
TSEGABRHAN**
Anderen helpen
geeft energie

MAX WOLF
Hoe meer geld
je hebt, hoe
harder je rijdt

DEELKRING LENT
Ontsprongen
uit overvloed

DE LENTSE MARKT

Het warme hart
van het dorp

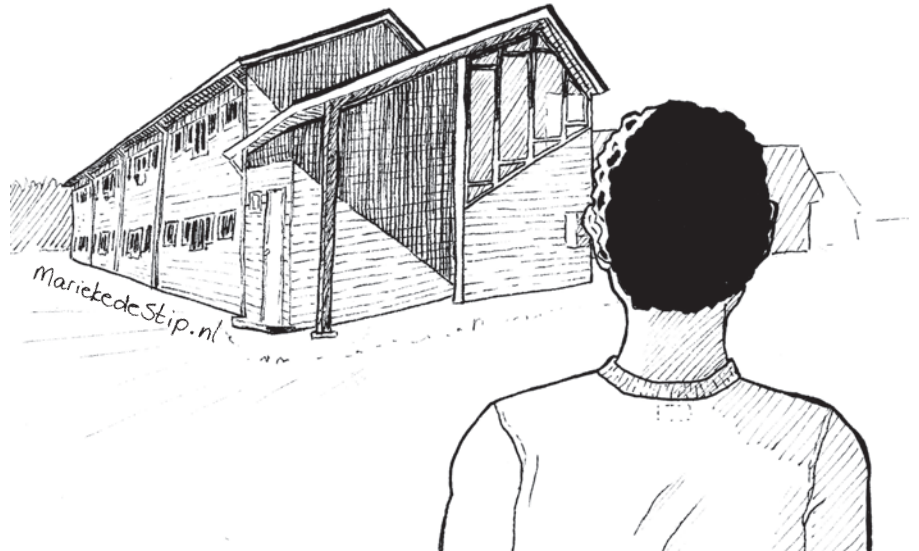


UIT DE LUCHT

Het Noord-Korea van Afrika

Dag beste lezer. Welkom op mijn nieuwe plekje op pagina 1 van de Lentse Lucht. Mijn aandacht werd deze editie speciaal gevangen door het interview met Okbay Haylom en Tsegabrhan Bahlebi. Deze twee jonge Eritrese vluchtelingen vertellen over hun dramatische vlucht uit Eritrea, hun verblijf in Lent en hun toekomstdromen.

Eritrea is voor mij zo'n land waar ik me weinig bij kan voorstellen. Het zal er stoffig zijn en arm, maar waarom vluchten er juist zoveel mensen uit dat kleine landje in de hoorn van Afrika? Laten we een duik nemen in het verleden en heden van dit land. Eritrea maakt al in het begin van de jaartelling deel uit van het christelijke koninkrijk Aksum. In 1885 nemen de Italianen het gebied in bezit en worden de contouren van het huidige Eritrea geschapen. Na de Tweede Wereldoorlog bepalen de grootmachten dat Eritrea een federatie moet vormen met buurland Ethiopië. Al snel wordt duidelijk dat de grote buur Eritrea in feite heeft opgeslokt. Dit leidt tot een bloedige oorlog tussen het Ethiopische leger en de Eritrese onafhankelijkheidsstrijders van het Eritrean People's Liberation Front (EPLF). De gewelddadigheden duren ruim dertig jaar en resulteren uiteindelijk in 1993 in de onafhankelijkheid van Eritrea. Isaias Afewerki, leider van het EPLF, wordt door het nieuwe parlement gekozen



tot eerste president van Eritrea en bekleedt die functie nu nog steeds. Dat is geen grote democratische prestatie aangezien alle andere partijen zijn verboden.

Eritrea staat al snel bekend als 'het Noord-Korea van Afrika'. Media staan onder strenge overheidscontrole en verdwijningen zijn aan de orde van de dag. Het is een land waar een verkeerd woord tegen de verkeerde persoon een einde aan je leven kan maken. Niemand is te vertrouwen. Dienstplichtigen (zowel mannen als vrouwen) worden gebruikt als een soort van dwangarbeiders. Soldaten worden ingezet als gratis arbeidskrachten bij landbouwprojecten of infrastructuurwerken. De dienstplicht

wordt vaak eindeloos verlengd tot wel tien jaar of langer. Het merendeel van de bevolking is straatarm en heeft niet voldoende voedsel. De regering houdt echter vol dat alles op rolletjes loopt en weigert voedselhulp. Zelfs op bedelen staat gevangenisstraf.

Ondanks dat er strenge represailles tegen (familieleden van) deserteurs zijn, druppelt Eritrea langzaam leeg. De jonge generatie vlucht naar Ethiopië, Soedan en Europa. Ongeveer een half miljoen Eritreërs (op een bevolking van zes miljoen) zijn op drift geraakt. Enkelen van hen strandden voor een tijdje in Lent. De barakken waarin ze woonden worden in hoog tempo tegen de grond gewerkt, maar hun verhalen leven voort.

TEKST: MB; ILLUSTRATIE: MVS



INFORMATIE & COLOFON

— SLUITINGSDATUM KOPIJ: 12 SEPTEMBER —

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

Lentse Lucht wordt door vrijwilligers gemaakt en maandelijks gratis in Lent huis aan huis bezorgd. Abonnement buiten Lent: € 35,- per jaar. Opzegtermijn: 2 maanden. De redactie behoudt zich het recht voor om kopij niet te plaatsen of in te korten. 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

REDACTIE: Joop Koopman, Martin Bos, Alphons Backx, Léonie Schuijt-Overgoor **VORMGEVING:** Rick Reijntjes
ILLUSTRATIE: Hans Spaans, Mariet van Stippent
TEKSTCORRECTIE: Marijke Munnichs, Ineke Zaalmerk
FOTOREDACTIE: Lenny Rijken, Marc Jeuken, Jeroen Naus, Lieke Roodbol, Marion Zwart **WEBREDACTIE:** Rein Koning
DRUKKERIJ: van der Weerd **OPLAGE:** 4.200 ex.



Hoe meer geld je hebt, hoe harder je rijdt



Max Wolf

Op zijn 17^e verjaardag op 7 april won karter Max Wolf een prachtige beker. Hij reed als rookie (jongere deelnemer) voor het eerst mee met de senioren voor het GK4-kampioenschap in het Belgische Mariembourg. Weliswaar werd hij vijfde in het eindklassement maar van de rookies werd hij tweede, vandaar de beker. Hoe kan het ook anders met zo'n voornaam. Reden voor de Lentse Lucht om Max op te zoeken.

Doe je al lang aan karten?

“Van jongs af aan ben ik al geïnteresseerd in karten. Ik was helemaal gek van gamen en als je daar goed in bent heb je al een voorsprong. Op mijn zevende verjaardag kreeg ik een kartcursus cadeau. Het was een cursus van vijf lessen op de indoor kartbaan in Nijmegen met aan het eind een examen. Het beviel zo goed dat ik er nog een cursus achteraan deed die ik zelfs twee keer gedaan heb. Ik kreeg er steeds meer plezier in. Mijn vader zag dat ook en kocht, na een belastingvoordeeltje, een kart voor mij voor het buitenwerk. We schreven ons in voor het GK4-kampioenschap in het Belgische Spa. Het was ijskoud en verschrikkelijk weer, het sneeuwde zelfs. Ik had nog nooit in de regen gereden en reed niet eens in mijn eigen kart. Toch eindigde ik op de 20^e plaats in een veld van 30 deelnemers. Vanaf dat moment wist ik zeker dat racen het helemaal was voor mij.”

Heb je veel prijzen gewonnen?

“In Oss ben ik een keer als derde geëindigd. Op mijn dertiende stapte ik over van een kinderkart naar een kart voor volwassenen. In Hahn in Duitsland reed ik er voor het eerst

mee. Zo'n wedstrijd gaat over drie races. Vlak voor één van de races ging de motor stuk. Na vijf minuten sleutelen was het euvel verholpen maar de coureurs waren toen al vertrokken. Ik was zo gefrustreerd en boos dat ik iedereen inhaalde en die race toch won. Over het hele jaar werd ik toen derde in mijn klasse. Op mijn vijftiende deed ik mee aan een wedstrijd in Genk in België. Ik startte vanaf de zeventiende plaats van de 30 deelnemers en wist de race te winnen, ook in de regen. Dat was één van de mooiste overwinningen ooit.”

Wie is je grote voorbeeld?

“Dat is de Schotse autocoureur Jim Clark. Hij was actief in de jaren 60. Vooral de manier waarop hij de auto onder controle had was indrukwekkend, gaaf om te zien. Hij verongelukte in 1968 door een afgebroken achtervering, precies op 7 april, mijn geboortedatum.”

Wat zijn je toekomstplannen?

“Graag wil ik civiele techniek gaan studeren aan de HAN in Arnhem. Ik heb er wel over nagedacht om beroepsmatig met racen door te gaan maar de sport is te klein om goede sponsors te vinden. Misschien is een Lentse racestal in mij geïnteresseerd, wie weet? Hoe meer geld je hebt, hoe harder je rijdt. Mijn kart staat bij ons raceteam DFK in Antwerpen. Trainen doe ik eigenlijk te weinig maar ik doe wel mee aan zes of zeven races per jaar in België en Nederland. Je verdient er niets mee, je moet zelfs betalen om bij een team te mogen rijden. Je racet voor de eer en een mooie beker.”

TEKST: JK; BEELD: LR

Dichterbij dan u denkt!



Drukkerij Van der Weerd
Koopmansweg 2, 6515 AL Nijmegen (Oosterhout)
t [024] 34 88 310 info@drukkerijvanderweerd.nl
www.drukkerijvanderweerd.nl



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

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



Tuinontwerp, realisatiebegeleiding en onderhoud

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769

BY ILSE

SCHOONHEID OP MAAT

PRAKTIJK VOOR
HUIDVERZORGING & HUIDVERBETERING



HEEFT U UW AFSPRAAK AL GEMAAKT?

Ik hoop u snel te mogen
ontvangen in mijn praktijk op
het eiland 'Veur- Lent'

Oudedijk 2 | 6663 KT | Lent
06 - 24 170 150

info@schoonheidopmaat.nl
www.schoonheidopmaat.nl



mansan
natural health & beauty

RUG-NEK-SCHOUDE-PIJN?

Acupunctuur helpt!

Nu vanaf **€ 49,00 p.b.**

WIJ ZIJN VERHUISD NAAR:
IMMANUEL KANTSTRAAT 57

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

Richard Wallenburg

In deze rubriek besteden we aandacht aan Lentse musici. Deze keer spraken we met Richard Wallenburg (51). Hij is bekender in China dan in Lent.

Kwam je al vroeg in aanraking met muziek?

“Zoals zoveel kinderen begon ik op de basisschool met blokfluit om daarna over te stappen op dwarsfluit. Bij ons thuis werd altijd gemusiceerd op feestjes, mijn vader speelde gitaar en mijn moeder zong. Ik lette altijd goed op als er gitaar gespeeld werd en zo heb ik mezelf gitaarspelen aangeleerd. Op de middelbare school verdween de muziek naar de achtergrond en was ik meer bezig met sporten als voetbal en judo. Pas na de middelbare school kwam ik in contact met de basgitaar

in jeugdhonk De Pul in Uden waar ik woonde. Er traden regelmatig allerlei bandjes op. Na vijf jaar militaire dienst werd ik activiteitenbegeleider muziek op een justitieel internaat in Zetten. Op mijn 26e heb ik toelatingsexamen gedaan aan het toenmalig conservatorium in Hilversum. Ik werd aangenomen en in 1999 studeerde ik af als docent basgitaar.”

Speelde je toen al in bandjes?

“Dat ging eigenlijk vanzelf. Regelmatig werd ik gebeld om audities te doen. Zo speelde ik al snel in allerlei bandjes

en tot op de dag van vandaag is dat zo gebleven. Het grootste project is Hippe Gasten. Deze band bestaat al 15 jaar en is gericht op kinderen uit de bovenbouw van de basisschool. We spelen vette rock en de kinderen kunnen zich met de teksten vereenzelvigen. De zanger van de band weet wat er bij kinderen speelt want hij is leerkracht op een basisschool en schrijft de meeste teksten. Twee jaar terug kregen we een mailtje uit China of we daar wilden spelen. Eerst dachten we nog dat het spam was maar het bleek om een kinderfestival te gaan. Vorig jaar zijn we vier keer op en neer gereisd en hebben opgetreden in 12 Chinese steden op gigantische podia voor duizenden mensen. Zaterdagmiddag 13 juli spelen we op het Lentereiland. In oktober en november staat er een theatertour in Nederland gepland. Dan spelen we in 27 theaters van Stads kanaal tot Goes.”

En je andere projecten?

“Samen met Ernst Jansz (oprichter van Doe Maar, JK) doe ik dit voorjaar een theater-/clubtour. Sinds 2011 speel ik samen met hem. Op de dodenherdenking op 4 mei speelden we met nog enkele gastmusici in de Stadsschouwburg in Amsterdam en daarmee waren we op TV te zien. Verder speel ik sinds 2013 in CCCInc, een oude hippieland met bekende popmusici zoals ook weer Ernst Jansz, Joost Belinfante, Jan Hendriks, Huib Schreurs en Jaap van Beusekom. En af en toe speel ik in Saxtones Groove Mission, meer een jazz-georiënteerde band.”

Heb je nog ambities?

“Ik ben freelancer en wil dat graag blijven. Ik ben het niveau van garagebandjes ontstegen en werk met professionals. Repeteren doen we alleen als het noodzakelijk is. Ik heb niets te klagen. Ik woon in een mooi huis in een prachtige omgeving met het rivierland en de uiterwaarden onder handbereik. Fijn is ook dat ik vlak bij de snelweg woon, erg handig als je overal in Nederland optreedt.”

TEKST: JK; BEELD: MZ






Bij onze vereniging kan iedereen terecht, van beginner tot gevorderd, voor tennissen, competitie en toernooien maar vooral voor gezellig sportief samenzijn.
Voor meer info: www.lltv.nl en mocht u vragen hebben, dan info@lltv.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
--	--

Wheels Tweewielers **AL MEER DAN 30 JAAR VAKMANSCHAP**



- 3 verdiepingen met gebruikte & nieuwe fietsen
- WEBWINKELPRIJZEN
- goedkope fietsreparaties, snelle service
- gediplomeerd, vakkundig & enthousiast

St. Annastraat 42 6524 GE NIJMEGEN www.wheelstweewielers.nl



VANNATURE
NIJMEGEN

Duurzaam, biologisch en fairtrade winkelen op twee locaties in Nijmegen

Van Nature | Hét duurzame warenhuis
Burchtstraat 126 Nijmegen

Van Nature | Dé biologische speciaalzaak
Gerard Noodtstraat 135-137 Nijmegen

www.vannature-nijmegen.nl



'Te Koop



Verkocht onder voorbehoud

A Buiten
meer dan makelaars

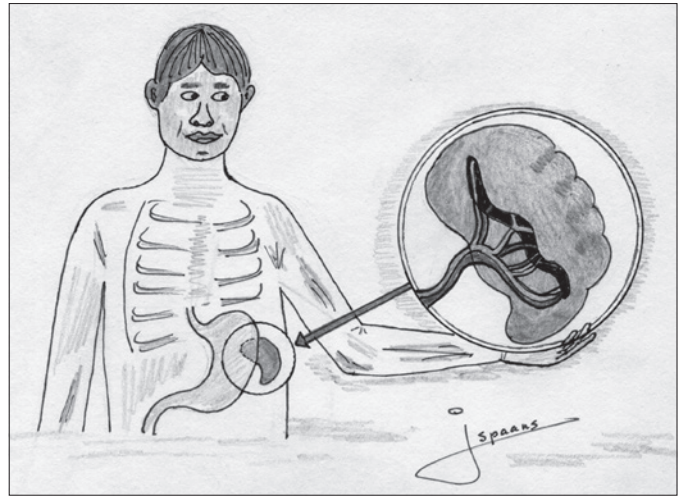
Edith Piafstraat 110, 6663 MA Lent
T: 024-3888958
I: info@buiten.nu
W: www.buiten.nu

DE HUISARTS

De milt

De vakantie komt er weer aan en dat is traditiegetrouw de tijd om een stukje van ons in het zonnetje te zetten dat normaal weinig aandacht krijgt. Dit keer: de milt. Ik hoor u denken, 'heb ik een milt?' Ja, u heeft (waarschijnlijk) een milt. Uw milt zit links boven in de buik, maar is verscholen achter de ribben, hoog tegen het middenrif. Hij is niet te voelen als je met je hand in je buik drukt. Het is een sponsachtig orgaan wat ontzettend goed doorbloed is. Al dat bloed is handig want de milt is vooral bezig met onze afweer. Afweercellen drijven in het bloed en sommige daarvan worden in de milt gevormd om elders infecties te bestrijden. Ook filtert de milt bloed en vangt zo bacteriën weg of breekt minder goede rode bloedcellen af. Voor de veertigplussers: denk maar aan de reclame van Duyvis (een pinda van Duyvis is altijd oké) waar mijnheer Van Vleuten noest alle pinda's checkte op vorm, glans en kleur. Dat lijkt heel belangrijk werk, maar dat valt eigenlijk wel mee. Ook zonder mijnheer Van Vleuten zijn de meeste pinda's best te eten, en zonder milt redden we het ook wel.

De milt is dan ook een van de weinige organen die we strafeloos in zijn geheel kunnen verwijderen. Sterker nog, dat is soms maar beter ook. Als een motorrijder uitglijdt en iets te hard tegen een paal botst, kan de milt scheuren en zomaar een dodelijke bloeding tot gevolg hebben. Ik durf dan ook



wel te beweren dat sinds de mens zich gemotoriseerd is gaan voortbewegen, de milt meer levens gekost heeft dan gered. De milt er dan maar preventief uithalen? Nou nee, dat is ook weer overdreven en ook zielig voor de milt die meestal weinig kwaad doet en soms wel degelijk levens kan redden. Voor bestrijding van sommige soorten bacteriën (gekapelde bacteriën, bijvoorbeeld de pneumokok) doet de milt nuttig werk. De mensen die de milt missen geven we dan ook preventief vaccinaties tegen deze bacteriën en het advies om bij koorts snel antibiotica te nemen. Bij kinderen zijn we zelfs nog voorzichtiger. Mijn advies is dan ook: wees mild voor uw milt en neem hem gewoon mee op reis, of u nu naar Ibiza, Jutland of Woensel gaat. Fijne vakantie!

TEKST: FLORIS VAN DE LAAR; ILLUSTRATIE: HS

van de Webredactie

Zoals bekend komt het blad de Lentse Lucht in de maanden augustus en september niet uit. In de zomerperiode zult u het dus moeten doen zonder het leesplezier van uw maandelijkse lijfblad. Gelukkig kunt u in deze periode nog wel terecht op het daaraan verwante digitale platform van Lent. Schroom dus niet om zo af en toe eens

rond te kijken op www.lentselucht.nl om te ontdekken of er ook interessante en/of leuke berichten te vinden zijn van uw Lentse medebewoners. Of anders wilt u misschien zelf nog wel iets kwijt in één van de handige rubrieken van de website voor het plaatsen van een aankondiging, een vraag om hulp of zomaar een berichtje met een pak-

kende foto over iets dat u leuk vindt. Ook de informatie van de Wijkraad is tegenwoordig te vinden op de website van de Lentse Lucht. Om die informatie te vinden gaat u dus naar www.lentselucht.nl en klikt u heel eenvoudig op het in de bannerslide verschijnende logo van de Wijkraad.

Kranslegging bij monument De Oversteek

Op 6 juni 2019 werd herdacht dat 75 jaar geleden D-day plaatsvond. Operatie Overlord heette deze geallieerde landing eigenlijk en wordt beschouwd als het begin van de



bevrijding van West-Europa. Het 75 jarig jubileum wordt gezien als een bijzondere mijlpaal en daarom heeft de EU vier Amerikaanse veteranen uit de Tweede Wereldoorlog uitgenodigd om naar Europa te komen voor de herdenking. Gordon Monson, Clifford Stump, Harry Miller en Thomas Lucas, nu halverwege de negentig, hebben allen een rol gespeeld in de bevrijding van Europa. De eerste twee hebben ook meegewerkt aan de oversteek van de Waal in september 1944. Daarom startten zij hun korte tour in Nijmegen en liepen mee met de Sunset March om daarna een krans te leggen bij monument De Oversteek. Er was veel belangstelling voor de kranslegging. Ook andere veteranen waren aanwezig alsmede nabestaanden van militairen en betrokken burgers. De mannen deden op hun tour ook nog Margraten en Normandië aan.

TEKST & BEELD: MZ



Anderen
helpen
geeft
energie

Okbay en Tsegabrhan

oud-bewoners van Lent

Okbay Haylom (links) is 24 jaar, geboren in Kokobay, Eritrea. Hij werkt als magazijnmedewerker en gaat elektrotechniek niveau 2 studeren, niveau 1 heeft hij al. Speelt de krar, een Eritrees snaarinstrument en houdt van wandelen en fietsen.

Tsegabrhan Bahlebi (rechts) is 22 jaar, geboren in Tsorona, Eritrea. Hij studeert Dienstverlening Helpende Zorg en Welzijn, niveau 2, loopt stage bij Vluchtelingenwerk en werkt in de keuken van een restaurant. Hij houdt van fitness.

“Je kunt doen wat je zelf wilt”, merkt Tsegabrhan. Met een eigen woning in Nijmegen - Okbay in Dukenburg en Tsegabrhan in Koningsdaal - zijn ze blij, na drieënhalve jaar met 95 andere Eritrese jonge vluchtelingen in Lent te hebben samengewoond. “Mis wel het voetballen, maar daar heb ik toch geen tijd meer voor.”

Beiden maken lange dagen met werken en studeren. Tsegabrhan loopt daarbij stage met alleenstaande minderjarige asielzoekers. Okbay probeert zijn rijbewijs te halen. In het beetje vrije tijd bowlen ze graag met collega's of drinken koffie of een biertje met vrienden. Het was weleens anders.

“De dictator in Eritrea is al 28 jaar aan de macht. Meer dan mijn hele leven”, aldus Tsegabrhan. “Vanaf achttien jaar geldt er dienstplicht, maar ook kinderen vanaf vijftien jaar kunnen worden ingezet. Mijn vader is nog steeds militair.” Okbay vult aan: “Het is geen leven. Op die leeftijd moet je studeren.”

Vijftien jaar is Okbay, als hij Eritrea in 2010 verlaat. Samen met zijn nichtje steekt hij te voet de met sluipschutters bewaakte grens met Ethiopië over. Daar strandt hij voor vier jaar in een vluchtelingenkamp. Te voet en met 34 mensen in één auto gaat hij daarna naar Libië door de Sahara. Hij reist met 450 mensen in één rubberboot naar Italië. Dan ziek met de ambulance naar het ziekenhuis. Eenmaal beter reist hij verder naar Nederland. Bij aankomst is hij negentien jaar. Tsegabrhan loopt als vijftienjarige in 2012 naar Ethiopië. Met de auto en te voet gaat hij naar Sudan, waar hij acht maanden woont. Als zijn vader hem 8000 dollar stuurt, kan hij verder. Een maand in de Sahara, met twintig jerrycans water voor 350 mensen. De smokkelaars stoppen benzine in het water, zodat mensen minder drinken. Dan naar Libië, waar hij kinderen met pistolen rond ziet lopen. Met 366 mensen per boot naar Italië. Op weg naar Engeland wordt hij in Amsterdam aangehouden. Hij is dan zestien jaar.

De jongens verblijven in verschillende opvangcentra, krijgen asiel en verhuizen in het najaar van 2015 naar Lent. “We schrokken wel even: allemaal Eritreërs bij elkaar”, bekent Tsegabrhan. “In het begin vond ik het niet leuk”, beaamt Okbay. “Zoveel mensen uit hetzelfde land, met dezelfde taal.

Veel mensen hadden stress, sommigen dronken veel. Na een tijdje had ik er geen last meer van, ik was bezig en sprak de andere jongens minder.” Lovend zijn ze over hun Nederlandse burens, die waren heel bijzonder, lief en behulpzaam. Ze hielpen bijvoorbeeld met spullen door oproepjes op Facebook te plaatsen. Tsegabrhan vond het leuk om met de andere jongens te voetballen. Zo hebben Okbay en Tsegabrhan elkaar leren kennen. Samen werden ze vrijwilliger bij de Deelkring in Lent. Ze wilden Nederlandse vrienden maken en helpen gaf hen energie. Het bleek ook een verrijkende ervaring voor de andere vrijwilligers van de Deelkring; zij vonden hen uniek en fantastisch in het contact met kinderen. De jonge mannen leerden als een speer Nederlands en begonnen een opleiding. Okbay was vrijwilliger bij de Voedselbank en bij festivals en Tsegabrhan won wedstrijden met hardlopen bij talententeam Nijmegen-Noord.

“Er waren ook heftige momenten. Er was brand in de kamer naast mij. Niemand kon meer slapen. Vorig jaar zomer is niet leuk geweest”, vertelt Tsegabrhan. “Het is één iemand die gek werd”, relativeert hij. Ze zijn overwegend positief over hun tijd in Lent.

En hun droom? “Mijn opleiding afronden, een goede baan en een goed leven”, hoopt Tsegabrhan. “En een mooie vrouw”, lacht Okbay. Tsegabrhan heeft haar al gevonden. Okbay is nog op zoek. Zijn droom is elektromonteur worden en gelukkig zijn. “Als je gelukkig bent, komt alles goed. We missen onze familie erg. Als je niks doet en op de bank blijft zitten krijg je stress. Ik ga door en doe mijn best.” Tsegabrhan wil mensen helpen als maatschappelijk werker. “Ik heb zoveel problemen meegemaakt, ik heb ervaring. Ik doe mijn huiswerk en werk hard om er te komen.”

TEKST: KARLIEN DEN BLANKEN; BEELD: LR, LSO



Team van de Deelkring op het feestje van Welcome to the Neighbourhood, bij het afscheid van de Eritrese statushouders aan de Grifdijk-Noord.



- De cliënt centraal
- voor jong en oud
- Meerdere specialisaties
- Werkt nauw samen met scholen, instellingen en paramedici
- Behandelt aan huis
- Goed bereikbare locaties
- Modern behandel materiaal



praatjuf

praktijk voor logopedie
oplossingen voor stem, spraak en taalproblemen

0316 - 225612

Angeren
Bemmel
Huissen
Lent
Didam
Oosterhout



Wienen

accountants en adviseurs

ZZP'ers én particulieren
kunnen op ons rekenen



Wienen ontcijfert en ontzorgt

024 323 23 33 • www.wienenaccountants.nl



HOUT
IN HANDEN

In september 2019 starten we in Nijmegen met diverse cursussen houtbewerken, zowel voor volwassenen als voor kinderen. Onder begeleiding van een ervaren meubelmaker leer je op een leuke manier de fijne kneepjes van het meubelmakersvak. Voor meer informatie: www.houtinhanden.nl



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

Stef de Grood
Leon Pennings
Annemieke de Grood

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

www.tandarts-villawesthof.nl

Meijer en ten Hove Uitvaartverzorgers

Steltsestraat 1, 6663 BM Lent

(in de oude Bibliotheek)



Uitvaartcentrum Lent

06- 34045001 024-7508465

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

www.uitvaartverzorgersnijmegen.nl

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

Uitvaartverzorging, Thanatopraxie, Overledenzorg

Het einde van de Lentse Oeverspelen?

Vanaf 2004 vonden ieder jaar de Lentse Oeverspelen plaats aan de oevers van de Waal in Lent. Het begon met een aantal activiteiten georganiseerd vanuit de Stichting Lent 800. Een enthousiaste club vrijwilligers zette de schouders eronder met het doel om Oud en Nieuw Lent samen te brengen. Door de jaren heen is deze eerste zondag in september uitgegroeid tot een druk bezocht evenement met een uitgebreide kunstmarkt, workshops voor kinderen, een laagdrempelig podium voor plaatselijk talent en een fotowedstrijd met expositie in de Dorpsschuur. Een uitgangspunt was om het evenement gratis te houden. De kosten werden niet geheel gedekt door de bijdragen van de gemeente en sponsors, maar door de opbrengsten van onder andere de loterij, de Vrienden van de Oeverspelen en de inkomsten uit de taartenwedstrijd konden de Oeverspelen georganiseerd worden. De initiatiefnemers van het eerste uur zijn nog steeds actief en kregen de laatste jaren versterking van andere vrijwilligers. In 2017 werd de noodklok geluid omdat de inkomsten terugliepen en er behoefte was aan nieuwe vrijwilligers met verfrissende ideeën. Om die reden zijn er in 2018 geen Oeverspelen georganiseerd. Gelukkig werd gehoor gegeven aan onze oproep om nieuwe vrijwilligers en ook de gemeente was bereid om mee te denken over de financiën. Het plan was dan ook om in 2019 de Lentse Oeverspelen, in een nieuw jasje gestoken, weer te gaan organiseren.

Waarom dan toch deze drastische stap om te stoppen?

Toen het nieuwe Veur Lent zijn definitieve vorm had gekregen, werden er op en rond 'onze' eerste zondag in september ook andere evenementen georganiseerd. Dit jaar bleek dat in het weekend van de Oeverspelen er vier grote evenementen zouden plaatsvinden op of in de buurt van de Spiegelwaal en Veur Lent. Die combinatie van het gratis evenement met beperkte financiële middelen, een toch nog kleine groep vrijwilligers en een gelijktijdige overvolle evenementenagenda heeft ons doen besluiten om geen nieuwe Oeverspelen meer te organiseren. Wij bedanken de enthousiaste bezoekers en deelnemers van de afgelopen jaren, al degenen die ervoor gezorgd hebben dat er 13 succesvolle edities van de Lentse Oeverspelen konden worden georganiseerd, de gemeente Nijmegen en sponsors voor hun bijdragen en uiteraard de trouwe Vrienden voor hun loyaliteit en support.

Werkgroep Lentse Oeverspelen

Lentse Lucht zoekt nieuwe redactieleden

De schrijvende en beeldende redactie van de Lentse Lucht heeft nog steeds ruimte voor nieuwe redactieleden, niet alleen voor de papieren versie maar ook voor de website. Heb je een 'goede pen' of een 'treffend oog' voor verleden, heden en toekomst van Lent, sluit je dan aan bij onze redactie. Ook met freelance schrijvers, fotografen en vormgevers zijn we blij. Interesse? Mail dan naar: redactie@lentselucht.nl. De huidige redactie zal dan contact met je opnemen.

Zomerprogramma Warmoes

Bij de Warmoes teelt men groente en fruit, zoals de Lentse warmoezeniers dat vroeger ook deden. Er is veel variatie. In de zomer kun je zelf fruit en bloemen plukken en in het tuincafé worden zelfgebakken taarten en lunches geserveerd. Spreid een kleedje in de boomgaard, schuif aan op het terras of loop een rondje over de tuinderij om je te verwonderen. Warmoes is de hele zomer open, van woensdag tot en met zondag. Speciale activiteiten zijn:

Zaterdag 31 augustus 9:30-12:00 uur:

Bloemschikworkshop met Ceciel Geerards

Zondag 1 september: Festival De Oversteek

Zondag 8 september: Historische kookworkshop met Atelier Eetverleden

Zaterdag 14 september: Oude Ambachtenmarkt

Straatnamen voor de Stelt-Zuid bekend

De raad heeft woensdag 5 juni jl. de straatnamen 'Jacob de Ranitzstraat' en 'Porrenhofstraat' vastgesteld voor de Stelt-Zuid. Samen met inwoners van Lent heeft de straatnaamcommissie gekeken naar geschikte straatnamen voor dit gebied. In het Raadbesluit van 2008 is vastgesteld dat er voor de Stelt de thema's 'historie van Lent' en 'oude beroepen' gelden.

De *Jacob de Ranitzstraat* verwijst naar de eerste burgemeester van Lent, geboren in 1773 in Paramaribo. De Ranitz heeft eerst carrière gemaakt bij de marine, als luitenant ter zee. Daarna stapte hij over naar de landmacht. Van 1811 tot 1817 was hij 'maire' van de gemeente Lent, Doornik en Ressen en kan daarmee als eerste burgemeester van Lent worden aangemerkt. Vanaf 1817 tot zijn overlijden was hij schout en burgemeester van Bemmelen.

De *Porrenhofstraat* verwijst naar de naam van de verdwenen boerderij die ter hoogte van de Bemmelsedijk 7 stond. De Porrenhof is in 2001 afgebroken. De naam is vermoedelijk een verwijzing naar afgeknotte wilgen, die in de volksmond 'porren' werden genoemd.

Eerder al kreeg de historie van Lent een plek in het noordelijk deel van de Stelt, waar straten zoals Jan van Ruitenbeekstraat, Jan Anne Beijerinckstraat en Schrouwmolde vernoemd zijn naar Lentenaren die een belangrijke rol hebben gespeeld voor hun omgeving.

Winnaar PuzzelTijd

In totaal zijn er 16 goede oplossingen binnengekomen van de puzzel in de Lentse Lucht van vorige maand. De winnaar van de cadeaubon van Stroom is Joke Emons. Gefeliciteerd! De oplossing van PuzzelTijd is te vinden op www.lentselucht.nl



Al jaren een begrip in de regio:
Lent, Waalsprong, Elst, Oosterhout, Driel, Zetten,
Herveld, Valburg, Slijk-Ewijk en Andelst.

Ode verloskundigen streeft naar een natuurlijke
benadering van zwangerschap, bevalling en
kraambed. Hierbij staan de begrippen rust, tijd,
laagdrempeligheid en aandacht voorop.

- * 2 teams van 4 verloskundigen
- * Wekelijks avondspreekuur
- * Echoscopie v.a. 7 weken zwangerschap
- * 2 spreekuurlocaties; Lent en Elst
- * 'Hartjes Spreekuur', 2 keer per week vrij inloop

Ode
verloskundigen

RoostHermesen
Logopediepraktijk



Specialisten in taal en communicatie!

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

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



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



Kapper de Krul

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

Maandag	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

Minigraver



www.minigraverhetzand.nl

Flexibiliteit in graaf- en tuinwerkzaamheden

zoals:

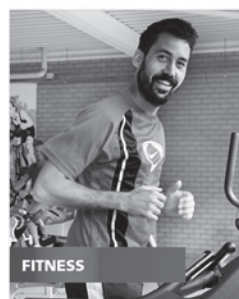
trampolines, vijvers, kabels, leidingen, rioleringen en
funderingen uitgraven. Ook het egaliseren, bestraten,
spitten en frezen van uw tuin.

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

**Kom sporten bij
Laco sportcentrum Bemmell**



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



Nieuws van Stip Noord

Stip Noord heeft een nieuwe coördinator. Gabi Verzuu heeft het stokje overgenomen van Marjo Scheffer. De Stip is er voor informatie, advies en ontmoeting in de wijk. Je kunt er allerlei vragen stellen: over wonen, inkomen, formulieren, zorg en opvoeding en over jouw wijk. Heb je vragen over vakantie met een klein budget of met een bijstandsuitkering? Loop dan eens binnen. Een afspraak maken is niet nodig. Stip Noord zit in het Thermion (Thermionpark Lent) en is geopend op maandag van 9.30-12.30 uur en op dinsdag en donderdag van 13.30-16.30 uur. Mailen kan ook: noord@stipnijmegen.nl. Gedurende de zomervakantie is Stip Noord van maandag 8 juli t/m vrijdag 16 augustus gesloten. Heb je vragen tijdens deze zomervakantie, dan kun je altijd terecht bij een van de andere Stips. Wil je liever bellen? Dat kan elke werkdag, ook in de vakantie, van 9.30-12.30 uur naar de Stiplijn op 024-3502000. Of kijk op www.stipnijmegen.nl

SLIMspitsen

SLIMspitsen ging op 4 april van start en blijkt een succes. In het project kunnen mensen de spits mijden door buiten de spits te rijden, te fietsen, de e-bike te pakken of door thuis te werken. Deelnemers dragen zo bij aan de bereikbaarheid van Nijmegen en kunnen tevens sparen voor cadeaus of samen met hun wijk voor een wijkinitiatief. Er zijn ook drie projecten voor inwoners die in wijken wonen waar extra verkeersdruk te verwachten is. In onder meer Nijmegen Noord kunnen mensen meedoen met de eigen fiets (Ring-Ring), een e-bike van Urbee of thuiswerken (TimesUpp). Het project wordt mede mogelijk gemaakt door de Provincie Gelderland. Meer informatie over SLIMspitsen en de bewonersprojecten is te vinden op nijmegen.slimspitsen.nl.

Wijzigingen aanwezigheidstijden bibliotheekmedewerkers

Per 3 juni zijn de tijden waarop een bibliotheekmedewerker aanwezig is in Bibliotheek Lent-De Ster gewijzigd. Op maandag, woensdag en vrijdag van 9.00-11.30 uur kunnen bezoekers terecht bij een klantadviseur. Gedurende de zomervakantie zijn van 8 juli t/m 16 augustus geen bibliotheekmedewerkers aanwezig. Wel is de bibliotheek dan open van 7.00 tot 18.00 uur. Leden kunnen in de zomervakantie gewoon materiaal lenen en inleveren en reserveringen ophalen. Kijk voor meer informatie op www.obgz.nl.

Kerk-op-schoot-viering in Lent

Tijdens een sprankelende viering in De Ster maken kinderen van 0-5 jaar en hun ouders op een speelse manier kennis met Bijbelverhalen, afgewisseld met liedjes op bekende peuter melodieën. Informatie: www.4-plek.nl of www.kerkopschoolt.nl

Wegwijzer.nl

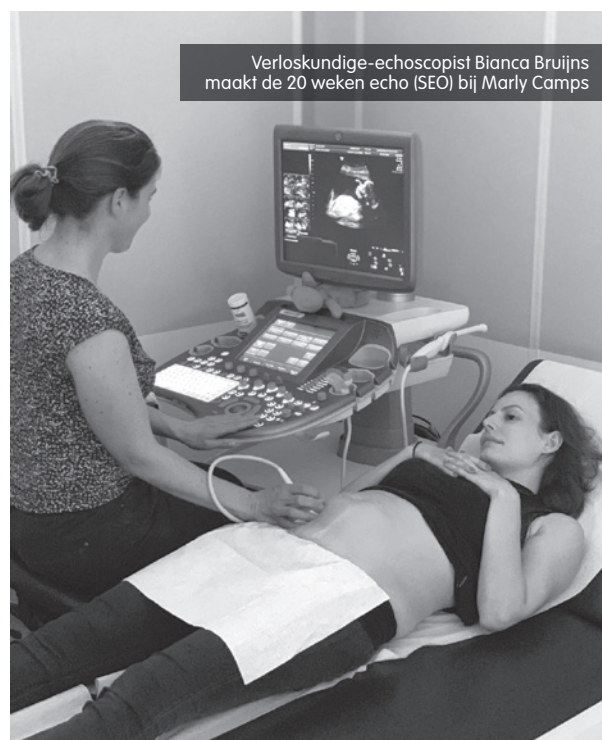
In Nijmegen Noord is er ook in de zomervakantie van alles te doen: zo is er bijvoorbeeld een zomerprogramma voor senioren en organiseert het jongerenwerk van Bindkracht10 allerlei activiteiten voor de jeugd. Ben je benieuwd? Kijk dan op www.wegwijzer024.nl.

Zwemmen tegen kanker in de Spiegelwaal

Het bijzondere evenement Swim to Fight Cancer Nijmegen vindt plaats op 8 september in de Spiegelwaal. De opbrengst komt geheel ten goede aan wetenschappelijk onderzoek en preventie via KWF Kankerbestrijding. Ook meedoen? Je kunt zwemmen, doneren of als vrijwilliger meehelpen. Op website www.fightcancer.nl/Nijmegen staat alle informatie.

Verloskundig Echocentrum Espérance opent dependance in Thermion

Op 3 juni heeft Verloskundig echocentrum Espérance een dependance in Thermion geopend. Het echocentrum bevindt zich op de eerste verdieping, route 5. Daar is een echo-kamer met een groot meekijkscherm. Zwangere vrouwen kunnen hier, met verwijzing van een verloskundig zorgverlener, terecht voor hun medische echo's. Onder andere de 20 weken echo, nekpluimmeting, groei-echo, placentaalokalisatie en termijnecho. Espérance is een uniek centrum dat in 2006 is opgericht door een aantal verloskundige praktijken en gynaecologen, waardoor er korte lijnen tussen verloskundige praktijken en het ziekenhuis zijn. Wilt u meer informatie mail dan naar: esperance@esperance-arnhem.nl



Relatietherapie in Nijmegen

Onder begeleiding van een stel

Bel, app of mail voor een afspraak

www.maakpositiefverschil.nl

fenno@maakpositiefverschil.nl

06 - 336 761 65



fenno
meijer
coaching & therapie

VRAGEN OVER REGELS EN PAPIEREN?
EEN GOED IDEE VOOR DE BUURT?
ZORG OF HULP NODIG?
ANDERE MENSEN HELPEN?
NIEUWE MENSEN ONTMOETEN?



Kom naar
de Stip!
Samen maken
we de wijk

Stip Noord (Thermion Lent)
www.stipnijmegen.nl/noord

Maandag: 09:30 - 12:30 uur

Dinsdag: 13:30 - 16:30 uur

Donderdag: 13:30 - 16:30 uur



INTUÏTIEF SCHOOL VOOR TRAJECT INTUÏTIEVE ONTWIKKELING

In januari, april en september kun je
bij ons starten met een cursus.
11 lessen met meditatie, mindfulness,
visualisatie, energie- en lichaamswerk.
Meer informatie op www.intuitiesftraject.nl

Al 15 jaar de
school om jezelf
en je intuïtie te
ontwikkelen.

JEUGDTANDARTS WAALSPRONG



COME
AND FLY
WITH
US!

- > Tandartspraktijk speciaal voor kinderen
- > Van de allerkleinsten tot jongvolwassenen
- > Praktijk omgetoverd tot vliegtuig
- > Gevestigd in Thermion, hét multifunctioneel centrum van Lent
- > De nieuwste technologieën
- > Contracten met alle grote zorgverzekeraars
- > Tweede praktijk in Beuningen

"Een stralende kinderlach. Wij kunnen ons niets leukers voorstellen. Daarom maken we werk van mooie tanden! De Jeugdtandarts is expert in kindvriendelijke tandheelkundige behandelingen."

Meer weten of inschrijven? Kijk op onze website
www.jeugdtandarts.nl of bel 024 - 324 6324

Ontsprongen uit overvloed

Vijf jaar Deelkring Lent

"Mensen zijn verbaasd niet te hoeven betalen. Dat is leuk om te zien", glimlacht Marian van Moerkerk. Samen met andere bestuursleden Ad van Doorn en Anne van Luijk laat ze de kas van de Deelkring zien. In de ene ruimte staan kleine meubels, in de andere boeken, speelgoed, kleding -zelfs één rekje voor mannen- en meer. Aan het plafond van de kas hangen doeken tegen de zon. Bij de Deelkring kun je spullen geven die je over hebt en nemen welke je nodig hebt.

Vroeger was het een ruilkring. Nu hoeft je niet per se spullen mee te brengen. "Je kunt ook iets delen met je buurvrouw", vertelt Anne. "We staan voor delen in de breedste zin van het woord; niet alleen spullen, maar ook diensten." Daarnaast is ontmoeting belangrijk. Hier staan koffie en thee -een extra moeite zonder stromend water- altijd klaar. Regelmatig proberen ze gesprekken aan te knopen met bezoekers.

Bijvoorbeeld over overvloed, hoofdreden voor het opstarten van de Deelkring. "We groeien op in een maatschappij met van alles wat je niet hebt en het idee dat je alles moet hebben", zegt Ad. "We willen de wegwerpmaatschappij tegen gaan en spullen hergebruiken. Er worden in de wereld teveel grondstoffen gebruikt en er ontstaat teveel afval. De zeeën liggen er vol mee. Fabrikanten denken er niet over na."

Onder het motto 'Er is genoeg voor iedereen' zette Anne in juli 2014 de Deelkring op samen met enkele medebewoners van woongemeenschap Eikpunt. Eerst in de kas aan de Vossenpelsstraat en sinds 2017 aan de Dijkstraat. Het geld voor de huur sprokkelen ze bijeen uit donaties en af en toe een subsidie, statiegeldactie of oud ijzerverkoop. Inmiddels bestaan ze als Stichting 't K.A.N. uit een team van dertien

vrijwilligers met allerlei achtergronden, "maar allemaal werden ze gepakt door de sfeer". Nieuwe vrijwilligers zijn welkom, voor minimaal een dagdeel in de maand. Doneren of vriend worden kan ook.

Wat wordt er gevierd na vijf jaar Deelkring in Lent? Alle drie vinden het een succes dat ze nog steeds bestaan: "Op een drukke middag komen er wel 75 bezoekers. En we trekken nog steeds nieuwe bezoekers aan. Het bewijst dat delen kan."

Waar de vrijwilligers af en toe tegenaan lopen is de hebergigheid van mensen. Anne kent het gevoel zelf: "Spullen staan voor geborgenheid, zekerheid, comfort. Dat alles gratis is, brengt ook hebzucht met zich mee." "Er komen weleens mensen in dozen kijken als wij er nog mee bezig zijn", verzucht Marian. "Verder moeten spullen schoon en herbruikbaar zijn. Soms worden er kapotte dingen bij ons gedumpt. Maar gelukkig komt het niet meer zo vaak voor."

Ad voegt toe dat ze steeds meer doen: "We organiseren workshops, zoals djembé, tai chi, boekenvouwen en knutselen. En we werken meer samen met andere stichtingen en initiatieven om spullen te verdelen." "Voor de toekomst hoop ik dat we kunnen blijven voortbestaan en voor elkaar iets kunnen blijven betekenen", besluit Marian. Anne concludeert: "De verbondenheid is ons succes."

TEKST & BEELD: KARLIEN DEN BLANKEN

Informatie: www.deelkringlent.wordpress.com

Adres: Dijkstraat 1, in de kas van Bert Disveld

Openingstijden: zaterdag van 12:00-15:00 uur

en woensdag van 14:00-16:00 uur



De kas aan de Dijkstraat

DE LENTSE MARKT

het warme hart van het dorp

Op een kleine markt leer je je klanten kennen

(Helin en Ali van delicatessenkraam Kilicer)

Het is woensdagochtend. De parkeerplaats bij Jan Linders is omgetoverd tot een marktplein. De zonnestralen schijnen tussen de bomen door en door de zeilen van de kramen. De vogeltjes kijken fluitend neer op de Lentenaren die over de markt struinen. Er heerst een dorpsgezelligheid. Na een aantal vroege vogels beginnen na half negen de moeders en vaders die hun kinderen naar school hebben gebracht aan hun rondje over de markt. Men stopt de verse producten in fietsmanden, in tassen en een enkeling stopt ze in een boodschappentrolley. Overal lijkt tijd voor een praatje. Met de kraamhouders en met elkaar. Ook advies is altijd paraat. Over welke producten goed te combineren zijn, wat je nou vanavond moet eten, wat je de visite het beste kan serveren. In de vijf kramen staat een schat aan ervaring. Zo staat in de viskraam Wilma met haar man Johnny. Wilma is 43 jaar geleden begonnen in de viskraam van haar ouders die ze later van hen heeft overgenomen. Johnny draait inmiddels ook al vele jaren mee en ook hun schoondochter staat vaak in de kraam. In de delicatessenkraam staan Helin en Ali. Dit verliefde stel verkoopt noten, olijven, tapenades en Turks brood. Ook Ali is begonnen bij zijn vader in de kraam. Joop bemant al zesenvestig jaar een groente- en fruitkraam. Zijn vrouw Yvonne en hij zijn zo aan elkaar verknocht dat ze altijd samen werken en Joop heeft zelfs een nier van Yvonne!

Bij Bakkerij 't Stoepje staan Aart en Evelien. Zij hebben een zo breed mogelijk assortiment. Zodat aan alle gezondheidsfanaten en lekkerbekken tegemoet kan worden gekomen. Volgend jaar gaan ze trouwen dus met de wittebroodsweken komt het wel goed. Bij kaashandel Van der Stok staat Annemarie. Zij weet goed de weg tussen harde en zachte kazen en als je zelf even wil checken dan kan je ook nog even proeven. Stuk voor stuk staan er in de kramen mensen met hart voor hun producten en ook voor hun klanten. Ze hopen dan ook in de toekomst nog wat meer kraamhouders te verwelkomen op de wekelijkse markt en ook nog meer Lentenaren voorbij te zien komen die zullen genieten van alles wat ze te bieden hebben. Hoe mooi zou het zijn als in iedere Lentse huiskamer op woensdagochtend klinkt: 'Ga je mee naar de markt?'

TEKST & BEELD: MZ

De wekker gaat op woensdag om vier uur en we zijn al om zes uur in Lent

(Aart en Evelien van bakkerij 't Stoepje)



Een weekmarkt is een grote toegevoegde waarde aan een stad of dorp

(Annemarie van Kaashandel Van der Stok)





Al die jonge
gasten die erbij
komen maken de
boel levendig

(Joop en Yvonne van groente- en
fruitkraam Heijmans)

Vis hoort niet
in een pakje

(Wilma en Johnny van
vishandel Wilma Graat)





Oefentherapie Cesar De Lint In Thermion

Thermionpark 18 - 6663MM Lent
024-3094504/3483329
info@cesartherapiedelint.nl
www.cesartherapiedelint.nl

U kunt bij ons terecht voor
rug-, nek- en schouderklachten,
houding- en bewegingsproblemen, baby- &
kinderoefentherapie, spanningsklachten & burnout,
psychosomatiek, bekkenklachten rondom
zwangerschap, urine-incontinentie, Mindfulness,
Medical Kinetics, zwangerschaps(groeps)begeleiding,
bedrijfs-oefentherapie

Ook vestigingen in
Nijmegen/Oosterhout, Bommel en Gendt



ESENSA | Saskia van Leendert

Natuurgeneeskunde
Lichaamsgerichte Therapie
Mindfulness

GESPECIALISEERD IN:

- stress / burn-out klachten
- rug-, schouder- en neklachten
- spijsverteringsklachten
- natuurlijk afvallen
- voedingsadvies
- begeleiding bij kanker



Schoolstraat 25, Lent
024 - 388 88 02
06 - 16 64 27 89
WWW.ESENSA.NL

BAKKER AREND

LANGE HEZELSTRAAT 31 NIJMEGEN



024-3220652
BIOLOGISCH BROOD EN GEBAK



**WAARDEBON
VOOR EEN**

**GRATIS
MUESLIBOL!**

De gemiddelde woning in
Lent is met **9,8%*** in waarde
gestegen!

**Benieuwd wat uw woning nu
waard is?** Maak een afspraak
voor een vrijblijvende
waardebepaling.

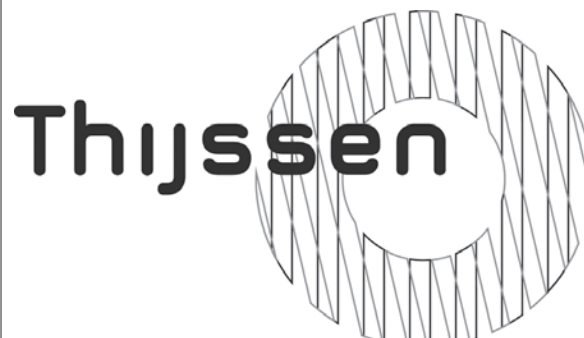
*Gebaseerd op waardes uit 2017 ten
opzichte van 2015



Strijbosch Thunnissen
DYNAMIS Makelaars

024 365 10 10 | stmakelaars.nl

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



Brilmode

Markt 53/55

Contactlenzen

Bommel

Optometrie

0481-470490

www.oogzorginbommel.nl

LENT GENOTEN

Deze zomer wil Wijkraad Lent zich inzetten om een goed, sterk en enthousiast team bij elkaar te zoeken, zodat wij na de zomer met een frisse nieuwe start aan de slag kunnen. Vele handen maken het werk licht, daarom willen we graag taken kunnen verdelen onder een grotere groep mensen. Dan kan ieder doen wat bij hem/haar past en die tijd investeren die hij/zij wil investeren. Maar ook is het belangrijk dat de mening van uw buurt door de wijkraad wordt gehoord. De wijkraad is een belangrijke gesprekspartner voor de gemeente en daar kunt u ook aan meewerken, in een werkgroep of als bestuurslid. Na de zomer gaat Brigitte Rutten de kar als voorzitter trekken. Ze is zich nu al aan het inwerken.

Presentatie-toelichting renovatie Waalbrug op 3 juli in het Stadhuis

Maar eerst organiseert de wijkraad samen met gemeente Nijmegen, Rijkswaterstaat en de uitvoerende omgevingsmanager een presentatie-toelichting over de renovatie van

de Waalbrug voor de bewoners van Nijmegen Noord. Deze bijeenkomst zal plaatsvinden op woensdagavond 3 juli van 19.30 - 21.00 uur in het Stadhuis te Nijmegen.

Raamwerk Bouwverkeer Waalsprong

Naar aanleiding van het raadsbesluit om het bouwverkeer in Lent beter te stroomlijnen, heeft gemeente Nijmegen samen met Koninklijke Royal HaskoningDHV een Raamwerk Bouwverkeer Waalsprong opgesteld, waar Wijkraad Lent, Wijkraad Oosterhout en Werkgroep Verkeer op hebben gereageerd. In een gesprek zijn de verschillende standpunten toegelicht. Het is nu aan B&W hoe het definitieve raamwerk er uit gaat zien. We houden u op de hoogte.

De volgende wijkraadvergadering zal zijn op donderdag 19 september om 20:00 uur in De Ster, zaal 1.43.

Op www.lentselucht.nl en www.wrlent.nl kunt u een week van tevoren de agenda en notulen vinden. Lent groeit en verandert, dus laat uw stem horen.

GEMEENTENIEUWS

Werkzaamheden Laauwikstraat/Vossenpelssestraat

Op maandag 19 augustus starten de werkzaamheden aan de Laauwikstraat/Vossenpelssestraat (tussen de rotonde en de gemeentegrens van Lingewaard). De straat krijgt een inrichting die past bij een 30-km weg: het asfalt wordt vervangen door geluidsarme klinkers en op de kruispunten komen verkeersplateaus. Het werk wordt gecombineerd met het vervangen van de rioolaansluiting van

circa 50 woningen. Hiervoor wordt ook gewerkt op de Steltsestraat en Bekkersland. In de eerste week van juli en in de week van 22 juli vinden er al voorbereidende werkzaamheden plaats. Er worden dan huisaansluitingen gemaakt. Aannemer BAM start op de Laauwikstraat aan de zijde van de rotonde en werkt in vijf fasen in de richting van Lingewaard. Dit duurt naar verwachting tot half februari. Er

wordt steeds op één weghelft gewerkt. De andere weghelft (steeds tussen de 100 en 250 meter) blijft open voor bussen, fietsers en bestemmingsverkeer via een om-en-om systeem. De achterliggende wijken blijven bereikbaar via een van de zijstraten. Doorgaand verkeer wordt zoveel mogelijk via andere routes geleid. Dat gebeurt door onder andere dynamische reistijdinformatie en statische bebording.

Gewijzigde verkeerssituatie Waalbrug Nijmegen tijdens de Vierdaagse

Tijdens de Vierdaagseweek wordt niet gewerkt aan de Waalbrug. Van zaterdag 13 juli t/m zaterdag 20 juli (met uitzondering van dinsdag 16 juli) is er voor het reguliere verkeer stadinwaarts één rijstrook beschikbaar. Een tweede rijstrook stadinwaarts is dan alleen beschikbaar voor OV-bussen, hulpdiensten, taxi's en pendelbussen van en naar de P+R bij de Ovatonde. Het verkeer staduitwaarts heeft in die periode twee rijstroken ter beschikking. Fietsers en voetgangers kunnen wel in beide richtingen over de brug. Voor vrachtwagens, touringcars en landbouwvoertuigen met een hoogte van meer dan 3,1 meter of een gewicht boven 3,5 ton blijft de regel dat zij worden omgeleid via de Oversteek en de A50.

Op dinsdag 16 juli, de eerste Vierdaagsedag waarop de wandelaars traditiegetrouw via de Waalbrug door de Beutwe lopen, geldt een aangepaste situatie. Die gewijzigde

verkeerssituatie gaat op maandagavond 15 juli om 23.00 uur in en duurt tot dinsdag 16 juli 22.00 uur. De wandelaars lopen net als andere jaren over het westelijke fietspad en de voormalige busbaan. Rijkswaterstaat en gemeente Nijmegen hebben na overleg met de Vierdaagse-organisatie en hulpdiensten besloten om alle verkeer stadinwaarts, met uitzondering van hulpdiensten en OV-(pendel)bussen, om te leiden. Voor hulpdiensten en OV-(pendel)bussen is één rijstrook stadinwaarts beschikbaar. Op deze eerste dag van de Nijmeegse Vierdaagse rijdt al het overige verkeer dat de stad in wil, inclusief taxi's, via De Oversteek. Ook alle fietsers en voetgangers vanuit Nijmegen-Noord stadinwaarts kunnen geen gebruik maken van de Waalbrug. Zij worden deze dag omgeleid via De Snelbinder. Staduitwaarts zijn er op deze dag wel twee rijstroken beschikbaar voor regulier verkeer. Ook is er dan een strook beschikbaar voor fietsers die de stad verlaten.



Een begrip voor kwaliteit!

Voor alle barbecue's, o.a. de Big Green Egg, Black Basterd, Kamado, Rookoven of de Weber hebben wij weer volop:

Picaña, Côte de Boeuf, Bavette, Black Angus Steak, Tomahawk, Dry Aged Beef, Saté, Scampi's, Hamburger, Merguez, Salcicia
en nog veeeeeeel meer!

Kijk voor alle mogelijkheden op:
www.renederkse.nl

h Installatiebedrijf
Hans van 't Hullenaar bv

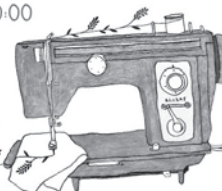
**Zonnepanelen:
een slimme investering!**

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

Persia atelier

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

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



**Gaat uw hond mee op vakantie ?
Of naar pension ?**

Denk aan

- * **teken en vlooien bescherming**
- * **rabies en andere vaccinaties**
- * **preventie tegen hartworm,
longworm en lintworm.**

**Kom gerust langs voor het beste
advies voor uw bestemming**

Fijne zomer !

Laauwikstraat 20 Lent T. 024 360 64 22



CHIROPRO
gezond in beweging met chiropractie

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

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

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

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

Edith Piafstraat 110c 1e Lent



Openingstijden (juni - augustus):
maandag-vrijdag: 14.00-21.00 uur
weekend: 12.00-21.00 uur

Een hemelse, (h)eerlijke tuk-tuk

Ze zijn moeder en dochter en verkopen alweer sinds juli 2016 'Hemels (h)eerlijk ijs' aan de Laauwikstraat. Maar de ambitieuze dames wilden meer en dus huurden ze vorig jaar als proef een tuk-tuk. Dit jaar staat vooral Helma Bernds-van Ewijk (moeder) met hun eigen tuk-tuk op diverse locaties in Lent, terwijl Marieke Bernds (dochter) het ijs op de vaste plek aan de Laauwikstraat verkoopt.

Half uur

De tuk-tuk is geheel in de kleuren en stijl van het logo beschilderd. Als de weersvoorspellingen gunstig zijn, is Helma met de tuk-tuk op diverse plekken in Lent te vinden. Helma: "Ik mag een half uur achtereen zonder vergunning ergens staan. Al verplaats ik de tuk-tuk maar een meter dan kan ik weer een half uur staan." In de tuk-tuk is plek voor vijf ijsbakken, ieder goed voor vijf liter ijs. Ze doet hierin veelal de favoriete smaken, zoals aardbeien, vanille, chocolade, mango en citroen. Momenteel zijn Helma en Marieke aan het bekijken waar nog meer geschikte locaties zijn om te gaan staan. Het moet wel binnen een straal van tien kilometer vanuit Lent zijn, vanwege de overbrugbaarheid met de tuk-tuk.

Hemels en (h)eerlijk

Een klein stukje geschiedenis verklaart de naam van hun bedrijfje. Helma werkte tot 1 april 2016 bij de bakkerij aan de Laauwikstraat. Ze wilde echter graag voor zichzelf gaan beginnen, het liefst iets met ijs. Via haar oude werkgever huurde ze een deel van het pand om daar met de verkoop van ijs te starten. Zo'n zes weken voor de opening stierf de vader van Helma, alsook die van een oud-compagnon, waardoor het idee ontstond om 'hemels' in de naamgeving te laten voorkomen. De herkomst van de hoofdbestanddelen voor het ijs (melk en fruit) zijn beide afkomstig van een boer. Hieraan wordt verder niets kunstmatigs toegevoegd,

dus eerlijk. Met een '(h)' ervoor is de slogan compleet: Hemels (h)eerlijk ijs'. Viooltjes waren de lievelingsbloemen van Helma's vader, vandaar dat ze viooltjesijs in het assortiment hebben. Overigens hebben ze iedere dag 24 smaken in de aanbieding die steeds wisselen. Verzoeksmaken zijn welkom!

Locatie Laauwikstraat

Ondanks het feit dat het nog niet echt wil zomeren, loopt de verkoop al beter dan vorig jaar. "Vorig jaar was het té warm, waardoor mensen overdag aan het water lagen en dus niet bij ons langskwamen", is de gedachte hierachter van Marieke. Dat terwijl een bezoekje aan de ijssalon zeker de moeite waard is. De kleur roze overheerst, de muur is fleurig beschilderd, parasols, kussens en plantjes doen de rest. Overigens zijn die kussens spontaan door een klant gemaakt, evenals de slinger van gehaakte uiltjes. "Dat is nou de charme van een dorp", zegt de geboren en getogen Lentse Helma. Overigens wonen beide ijsdames tegenwoordig in Elst. Het ijs wordt ter plekke gemaakt door ijsmaker Frans. Dit doet hij twee dagen per week, wat neerkomt op 300 liter ijs. In totaal zijn er vier jonge dames oproepbaar voor de verkoop van het ijs. Want ja, het weer laat zich niet vooraf voorspellen.

Horeca

Helma en Marieke zijn nog op zoek naar meer geschikte locaties waar de tuk-tuk zijn dienst kan bewijzen. Daarnaast neemt tegenwoordig Lentse horeca ijs van hen af. Dus wie iets van ijs bestelt bij Zijdewinde, Eten & Drinken of Sprok, kan ook dan genieten van een hemels en (h)eerlijk ijsje. Overigens is de tuk-tuk ook te huur voor ieder feestje waar een ijsje de feestvreugde vergroot. Terwijl ik het interview afsluit, komt er een telefonisch verzoek voor de tuk-tuk binnen.

TEKST: ANNE-RIE BUS; BEELD: MJ

van de Kinderredactie

V.L.N.R.: JESSE, MIA, NOA, SABIRIN, SOFIE EN NEELE; BEELD: ELLEN BUDDING



Nu de kinderen uit groep acht de basisschoolperiode afsluiten, wil de kinderredactie daar wel aandacht aan besteden, maar dit keer is niet gekozen voor foto's van schoolverlaters. De privacywetgeving zorgt voor rompslomp en het aantal kinderen dat in Lent de basisschool verlaat, is zo toegenomen dat we daar een hele Lentse Lucht mee zouden kunnen vullen. De kinderredactie heeft daarom gekozen voor een andere aanpak. Mia schrijft over filosofische vakantiecampen. Sabirin heeft de directeur van haar basisschool geïnterviewd en Neele en Sofie vroegen achtstegroepers naar hun schoolkeuze. En Jesse? Die is naar de 'Oranje fandag' geweest en kwam vol verhalen thuis. Noa, onze illustrator, heeft weer een treffende tekening gemaakt. De foto's zijn van Ellen en Wilbert (ouders). Zie hier het resultaat. (LSO)

Een interview met de directeur van De Verwondering

Sabirin vroeg zich af: "Wat weten wij eigenlijk van Jan Willem Helmink, directeur van basisschool 'De Verwondering'?" Bent u ook zo nieuwsgierig?

Ik ken u alleen van school en ik zou wel willen weten wat u doet buiten schooltijd. Wilt u daarover vertellen?

"Ja hoor, dat wil ik wel! Ik ben vader van twee kinderen, Mees en Tess. Mees zit op voetbal (ESA) en daar help ik als vrijwilliger. Thuis vind ik het leuk om bezig te zijn met mijn gitaar, die ik zelf bouw."

Hoe bent u op het idee gekomen om schooldirecteur te worden?

"Na de PABO-opleiding werd ik leraar op een Nederlandse school in Oman. We werkten daar met de lesmethode IPC en ik dacht: 'dat is een fijne manier van werken, hier wil ik mee doorgaan'. Toen heb ik de schoolleidersopleiding gevolgd."

Wat betekent IPC en wat zijn daarvan de voor- en nadelen?

"IPC betekent: International Primary Curriculum. Binnen één thema komen meerder vakken en ook sociale vaardigheden aan bod. Daarbij leren kinderen volgens thema's en ontdekken hun eigen talenten. IPC gebruiken we ook op 'De Verwondering' en daarbij werken we met leerpleinen. We willen kinderen zo effectief en leuk mogelijk laten leren en ook leren om zich te verplaatsen in de wereld van klasgenootjes en andere mensen. Het voordeel is dat iedereen graag naar school gaat, want de methode werkt heel motiverend. Het nadeel is dat het best moeilijk is om het uit te leggen aan mensen die de methode nog niet kennen."

Wat zou u willen worden als u geen directeur kon zijn?

"Ik zou graag een barista willen zijn, iemand die de kunst beheerst van lekkere koffie maken, want daar houd ik van."

Filosofie voor kinderen

Mia heeft haar leraar filosofie, Ruud van der Meulen, gevraagd of ze hem mocht interviewen. Hieronder leest u het gesprek.

Zou je kunnen uitleggen wat filosofie is en waarom dit voor kinderen zo interessant is?

"Filosofie is volgens mij veel diep nadenken, zo, dat je op een vraag meerdere antwoorden kunt vinden. Het kan over van alles gaan. Mijn zoontje (van vier) stelde veel vragen zoals: 'Waar woont de regen?' Zo kwam ik op het idee om filosofielessen voor kinderen te geven. Toen ik jong was werd er op

school nog geen filosofieles gegeven, terwijl het zo leuk is. Daar wilde ik iets aan veranderen. Het boeiendst vind ik psychologische vragen, zoals: 'Hoe ziet de wereld eruit als je blind bent?' Dat vind ik een mooie vraag."

Geef je alleen les in filosofie of doe je ook andere dingen met filosofie?

"Nu geef ik alleen les op scholen, maar ik ga in vakanties ook lesgeven op kinderkampen. Dat is waarschijnlijk alleen in de ochtenden. Verder is er een filmavond, een barbecue en ook een kampvuur. Wil je er meer over weten dan kun je op internet informatie vinden bij: summercamps.nl en defilosofietuin.nl"



TEKENING: NOA

Kiezen voor een nieuwe school

Sofie en Neele interviewden hun klasgenoten van groep acht van 'De Geldershof'

Naar welke school ga jij na de vakantie en waarom heb je voor die school gekozen?

Isra (vmbo-k/t, Citadel College):

"Ik voelde me er gelijk thuis en de leraren leken me aardig."

Bodih (vwo, Dominicus College):

"Ik stapte binnen en het leek me meteen een leuke school!"

Noa (vmbo-t/havo, OBC Bemmelen):

"Ik heb gekozen voor deze school omdat ze aan lifestyle-vakken doen, dat betekent dat we gaan koken en lekker veel naar buiten gaan!"

Wat denk je dat de verschillen zijn tussen de middelbare school en de basisschool?

Victor (Stedelijk Gymnasium):

"De verschillende leraren per vak; dat lijkt mij best wennen."

Semih (mavo, Olympisch College):

"Veel meer huiswerk!"

Lieve (Stedelijk Gymnasium):

"De zware tas, haha, en natuurlijk de nieuwe vakken."

Wat ga je missen aan de basisschool?

Seda (vmbo-t/havo, Citadel College):

"Mijn klasgenoten, die zal ik nooit vergeten!"

Thijs (havo /vwo, Dominicus):

"De klas, maar ook de leraren en de dingen die ik heb geleerd."

Suze (vmbo-t, Canisius College):

"Mijn vrienden en de hechte groep."

Vind je het spannend om naar de middelbare school te gaan?

Zilan (vmbo-k/t, Citadel College):

"Een beetje wel, maar ik heb er wel zin in!"

Kim (vmbo-t, OBC Bemmelen):

"Mwaaaah, ik ga iedereen wel missen hoor!"

Wat lijkt je het leukst aan de middelbare school van jouw keuze?

Jesajah (Joris Mavo): "Als je ergens mee zit, dan helpen ze je gelijk."

Ilya (vmbo-t/havo, Canisius College):

"Nieuwe vakken leren."

Sam (vmbo-t/havo, Citadel College):

"De nieuwe klas."

Nanna (vmbo-k/t, Citadel College):

"Dat heen en weer rennen van klas naar klas, dat lijkt me wel grappig!"

Groep acht van De Geldershof
Beeld: Ellen Budding



Lentse steun voor Oranje Leeuwinnen

Jesse op bezoek bij de Oranje Fandag

Ik ben zaterdag 25 mei naar de Oranje Fandag geweest in Zeist. Het was tof. We zagen alle ster spelers, zoals Frenkie de Jong, Matthijs de Ligt en Steven Bergwijn. Er waren ook veel Oranjevrouwen. Dat was leuk, omdat ik de Oranje Leeuwinnen ook ga aanmoedigen op het WK in Frankrijk. Op tv natuurlijk dan hè, niet in Frankrijk. Tijdens de Oranje Fandag heb ik een handtekening gekregen van Vivianne Miedema en ik won de eredivisiebal tijdens een lastige eredivisiequiz. Er was ook nog een soort voetbalparcours én een optreden van André Hazes. Hij zong zijn nieuwe liedje 'Wij zijn Oranje' en natuurlijk 'Leef'. Mijn vriendje en ik zongen luidkeels mee. Twee jaar geleden was ik ook bij de Oranje Fandag, daarvan is een leuk filmpje gemaakt. Dat kun je vinden op YouTube 'Aftermovie Oranje Fandag'. Die jongen met die gele pet (op 1 minuut 45) dat ben ik tijdens de persconferentie.

De Oranje Leeuwinnen op het podium (boven)
Jesse met middenvelder Jill Roord (onder)
Beeld: Wilbert Leistra





Word de mooiste
versie van jezelf

**Coaching voor
kinderen, jongeren
en volwassenen voor:**

*Mooi
talent*

- gelukkiger leven;
- wijsheid en plezier in opvoeding;
- een passende studie en beroepskeuze;
- passie in je werk en liefdevolle relaties.

Bel Marion van Diemen op 06 13397954
of mail naar info@mooitalent.nl
Praktijk: Annabellstraat 26 6515 CH Nijmegen
www.mooitalent.nl

landwinkel[®]
De Woerdt

Altijd wat te beleven:
Fairs - Appelplukdagen
Klompenpad - Excursies



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



't Stoepje Aart en Evelien. Elke woensdag op de markt in LENT

**ELKE WEEK IN DE RECLAME 1 AMBACHTELIJK BROOD VOOR
MAAR €2,- (VOLKOREN, MEERGRANEN, WALDKORN)**

LAAT DEZE ADVERTENTIE ZIEN EN KRIIG 1 HAVERKOEK GRATIS



Van Anken
makelaardij
onroerend goed

Thuis in het Rijk van Nijmegen

Met meer dan 30 jaar ervaring in het Rijk van Nijmegen kennen we zo'n beetje iedere straat, steegje en laan. Uw garantie voor een zorgvuldig advies over welke woning aansluit bij uw persoonlijke woonwens. Door lokale markt- en mediakennis weten wij precies hoe wij uw woning bij verkoop in het juiste daglicht moeten zetten.

Meer weten? Neem dan contact op met Onno Disveld of Juliëtte van Anken.



Pontanusstraat 1 | 6524 HA Nijmegen | 024 - 322 36 26 | info@vananken.nl | www.vananken.nl

LENTSE WOLKJES

Jos Rensen, de goed gestemde pianostemmer; is ruim 35 jaar de vakman voor uw piano. Bel 06-23837559 voor een afspraak. Ook voor de juiste toon in tweedehands piano's. Uw goede stemming is een piano waard en uw piano een goede stemming! www.rensenpianoservice.nl

Bridgen op de dinsdagavond van 19.30 - 23.00 uur in De Open Hof in Lent. Wij zijn een kleine en laagdrempelige bridgeclub, waar het spelplezier voorop staat. Geef u op bij de clubsecretaris Hilde van Koolwijk, 024-3229649. Zie ook onze website: www.nbbclubsites.nl/club/15012/

U geeft een feest en zoekt iemand die met aandacht en in overleg de muziek voor u verzorgt? **Muziquest!** Mail info@muziquest.nl of bel Simone Kiekebosch, 06-15500129. Voor meer informatie: www.muziquest.nl

Druk en tóch lekker, gezond en verantwoord eten? Om de twee weken op dinsdagavond is er huiskamerrestaurant op woongemeenschap Eikpunt. Schuif gezellig aan (**ook alleen**) of neem je portie(s) mee! Kosten € 7,-/9,50. Kind 50%. di 2 juli en in 4Daagseweek 15/16/17/18 juli www.lovinglywholesome.nl/huiskamerrestaurant

Psst: Lovingly Wholesome (van 't huiskamerrestaurant) doet ook **catering!** Iets voor jou? Unieke, verfijnde en verrassende hapjes, taarten, lunches en diners. Zakelijk én particulier. Met verantwoorde ingrediënten en altijd zo dat ook minder avontuurlijke eters genieten! Vragen? Proeven? anneke@lovinglywholesome.nl of 06-38062009.

Elke zaterdagochtend in de maand augustus is er van 9.30 - 10.30 u **Meditatie aan de Spiegelwaal**. Donatie voor Wereldvrouwenhuis in Lent. mediterenisteleren.nl of oudersenbalans.nl.

Piano-leerlingenconcert: zondag 30 juni om 14.15 en 15.45 uur geven leerlingen van pianodocent Bea de Jong hun jaarlijkse einduitvoering in BS De Geldershof, Lent. Nieuwe leerlingen kunnen zich nu al opgeven. Kijk voor meer info op www.beadejong.nl of mail naar info@beadejong.nl

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.

Dag mooie, drukke vrouw. Ervaar je stress? Woon je in je hoofd? Heb je lichamelijke klachten? Je lichaam heeft alle antwoorden. Met aandachtige aanraking, liefdevolle aandacht en intuïtieve vragen hervind jij jouw Zachte Kracht d.m.v. massage therapie in Lent. Vergoeding mogelijk. Sijtje Princen, 06-48856967, www.zachtekracht.nu

Ontdek de route naar een leven dat van jou is! Met behulp van **integrale leefstijl- en vitaliteitscoaching** kun je zorgen voor rust in je leven. **Access Bars®behandelingen** dragen bij aan rust in je hoofd. Meer info of kennismaken? www.regieacademie.nl

Altijd al **Nederlandse Gebarentaal** willen leren? Graag wil ik inventariseren of er animo is voor een cursus in Lent. Ook voor een workshop, (kinder)feest of een aantal lessen op maat vind ik leuk. U kunt me mailen: Marjan.Jonk@gmail.com

Heb je pijn- of stressklachten? Ben je uit balans? Of wil je gewoon heerlijk ontspannen? Uit Handsen, praktijk voor massage en, masseert met aandacht, effectief en professioneel. O.a. lomi lomi massage, holistische-, sport- en ontspanningsmassage. Praktijkuithanden.nl | 06-19999547.

Heeft u het advies gekregen om naar een **logopedist** te gaan? Of heeft u zelf vragen en/of zorgen? Neem dan contact op met praktijk voor logopedie 'De Flonkersteen' in Bemmelen. www.deflonkersteen.com info@deflonkersteen.com of via 06-30056696. Ook voor prelogopedie!

Vakantie? Voor ontspanning hoeft je niet ver te zoeken. Met een **massage** kom je weer tot rust. Even alle aandacht voor jou en jouw lijf. Maak een afspraak voor een heerlijke, massage: www.massagepraktijkpanterhei.nl, voor intuïtieve sport- en ontspanningsmassage. mieke@massagepraktijkpanterhei.nl of 06-37471979.

Snellerzwemmen.nl geeft borstcrawl cursussen en borstcrawl zwemtrainingen. Zwembad Erica Terpstra/Dukenburg: dinsdag-, donderdag- en vrijdagochtend 6.30 uur. Open water training Lentse Plas of Spiegelwaal: zondag 9.00 uur. Inschrijving Borstcrawl cursus september is geopend! Meer informatie en inschrijven: www.snellerzwemmen.nl of bel 06-51183195.

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

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

jansentotaalwonen.nl  

✓ Karstraat 95 Huissen

✓ 7 dagen per week open!

✓ 026-326 99 00

★★★★★ 9.1/10 klantwaardering



OSTEOPATHIE

L E N T

Frankrijkstraat 141
024 203 0216
osteopathie-lent.nl



Peter Raymakers

Loodgieter en installatiebedrijf

Complete badkamers
Loodgieterswerk
Centrale verwarming
Tegelwerk

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



Albert Heijn Bemmelland
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.ahbemmelland.nl
Buitengracht 2, 6681 JJ Bemmelland T: 0481-451100

Ronald

Je komt ze overal tegen. De één komt paddenpoelen aanleggen in het Spiegelbos of doet grondonderzoek op een toekomstige bouwlocatie. De ander doet mee aan een wielervedstrijd of schrijft in alle rust aan een theaterprogramma. Deze keer betrapten we Ronald (51) uit Arnhem die met speciale apparatuur vleermuizen probeerde te spotten.

“In verband met de komende dijkverzwaring wil het Waterschap Grote Rivieren weten welke vleermuissoorten hier voorkomen. Als dat bekend is wordt bekeken of door de verzwaring verblijfslocaties verdwijnen die dan vervolgens gecompenseerd moeten worden. Ik ben freelance onderzoeker bij een ecologisch bureau en voer opdrachten uit in het hele land. Dit moet van half mei tot half juli gebeuren. In die periode zijn de vleermuizen het meest actief. De vleermuizen probeer ik te spotten met een batdetector. Dit apparaat detecteert frequenties. We kunnen het geluid dat vleermuizen maken niet horen: het is ultrasoon. Met dit apparaat gaat dat wel. Het ratelt als er een vleermuis in de buurt is. Iedere vleermuissoort heeft zijn eigen frequentie en op deze manier zijn ze dus te determineren zonder dat je ze ziet. Je moet het apparaat wel steeds instellen op de frequentie die je wilt ontvangen. Als je het bijvoorbeeld instelt op de frequentie van een dwergvleermuis en er komt een baardvleermuis langs dan mis je die. Die tekortkoming compenseer ik met het andere apparaat, een batlogger. Het neemt alle geluiden op maar het maakt zelf geen geluid bij ontvangst van het signaal. Als er niets wordt ontvangen wordt er ook niets opgenomen.

Thuis kan ik met behulp van de computer uitlezen welke vleermuisgeluiden zijn geregistreerd. Voor dit onderzoek ben ik vier avonden na zonsondergang en twee ochtenden voor zonsopgang in Lent. Zowel in de buurt van Sprok als in de buurt van het Wijnfort doe ik twee avondtellingen en één ochtendtelling met een maand tussenruimte. Vanavond was de oogst bij Sprok schaars. Ik telde maar één dwergvleermuis. Van kinds af aan heb ik al grote interesse voor de natuur, vooral vogels hebben mijn belangstelling. Ik heb 17 jaar in het boekenvak gezeten. Als uitgever heb ik veel natuurboeken uitgegeven waaronder het Vleermuizenboek van Nederland. Daarnaast schrijf ik ook voor Vogelbescherming Nederland. Op hun website schrijf ik over de optimale inrichting van tuinen met als oogpunt zoveel mogelijk dieren, waaronder vogels en insecten, aan te trekken. Tijdens de economische crisis een aantal jaren terug heb ik mijn werk als uitgever op moeten geven. Op dit moment houd ik me bezig met drie vakgebieden. Zoals gezegd is dat de natuur, waar ik nu mee bezig ben. Daarnaast ben ik gediplomeerd slijter en verkoop ik in Nederland geproduceerde speciaalbieren. Mijn hoofdkomen haal ik door allerlei activiteiten op taalgebied te doen. Vanuit Duits, Engels en Spaans maak ik vertalingen naar het Nederlands en andersom. Het gaat dan vooral om technische teksten en boeken.”

TEKST: JK; BEELD: MARLOES MÜLLER

Iedere
vleermuis-
soort heeft
zijn eigen
frequentie,
ze zijn te
determineren
zonder dat je
ze ziet



ZOMERONDERNEMER 2019

Wil je eigen baas worden en een succesvol eigen bedrijf opzetten? Droom je ervan lekker geld te verdienen met een webshop, de zee van al het plastic te ontdoen, sluit je idee aan bij de food - health - of energy sector of heb je een ander fantastisch idee dat het leven van veel mensen leuker maakt? Pak nu je kans, meld je aan bij ZomerOndernemer.

Deelname is gratis, je krijgt training, coaching en zelfs 200 euro startkapitaal!

Ga naar de site voor alle data en informatie.

Start je eigen bedrijf
in de zomervakantie
van 2019



ZOMER
ONDERNEMER

www.zomerondernemer.nl/rijkvannijmegen/



CLUBSPORT.NL



DIAGNOSE - ONDERHOUD - TUNING

GRIFTDIJK ZUID 93 - 6663 BC LENT - 024 322 1171

Mieke Stapelkamp

**Fysiotherapie
Oedeemtherapie
Bowen
Fascietechnieken**

De combinatie van Oost en West

Het Buske 79 Lent 024 3882882 www.miekestapelkamp.nl

VERBINDEN VERVULLEN VERRASSEN VERWENNEN

FORT LENT

N 51.864418° E 5.880551°

EVENEMENTENLOCATIE | TROUWLOCATIE

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

FORT LENT
Bemmelsedijk 4
6663 KZ 024 3231746

Lent (Nijmegen)
www.fortlent.nl
info@fortlent.nl

Schoenmakerij Tweehuysen



1933 – 2018

85 jaar

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

www.schoenmakerijtweehuysen.com

OPEN LUCHT

Bloemetjes en bijtjes

'Bloemen houden van mensen' luidde ooit een re-claimslogan maar eigenlijk is het net andersom. Mensen houden van bloemen en gebruiken ze graag om er hun gevoelens er mee uit te drukken zoals bij verjaardagen, uitvaarten en rampen. Insecten zijn eveneens gek op bloemen en zijn er in veel gevallen zelfs afhankelijk van. Omgekeerd is dat ook zo, bloemen zouden zonder insecten letterlijk geen leven hebben. Planten hebben het zich niet gemakkelijk gemaakt door maar op één plaats hun leven door te brengen. Ze kunnen dus niet zoals veel andere organismen op zoek gaan naar een geschikte partner om zich voort te planten. Daarom is er een essentieel samenwerkingsverband ontstaan tussen de planten en de insecten. Insecten zorgen er voor dat het mannelijke stuifmeel op de vrouwelijke stampers terecht komt zodat er bevruchting kan plaatsvinden.

Zo'n tien procent van alle plantensoorten heeft de insecten niet nodig. Deze soorten gebruiken de wind om hun stuifmeel naar de stampers te verplaatsen. Ze moeten dan wel gigantische hoeveelheden stuifmeel produceren om een redelijke kans te hebben dat de stuifmeelkorrels de stampers daadwerkelijk bereiken. Deze planten vinden we vooral onder de bomen zoals naaldbomen, elzen, hazelaars en berken. De overige 90 procent van de planten is afhankelijk van insecten en dat is nu precies de reden dat planten in het bezit zijn van bloemen. Via slinkse methoden doen de planten er alles aan om insecten te lokken. Lekkere geurtjes en kleurige bloemblaadjes zijn voor insecten en ook voor mensen onweerstaanbaar. Omdat de insecten van bloem tot bloem vliegen treedt genetische vermenging op. Hiermee wordt een breder genenpalet verkregen waardoor de planten minder kwetsbaar worden voor allerlei invloeden uit de omgeving. In ruil voor hun liefdeswerk krijgen de insecten nectar en stuifmeel van de planten. Insecten moeten behoorlijk hun best doen want de nectar zit diep verstopt in het bin-

nenste van de bloem. Ze moeten zich langs de meeldraden en stampers wurmen om er bij te komen. Hun lijfjes komen zo onder het stuifmeel te zitten. Bij bezoek aan volgende bloemen moeten ze zich ook weer langs meeldraden en stamper wringen en hierbij blijft er altijd wel wat stuifmeel van de vorige bloem achter op de stamper zodat de bevruchting in gang gezet kan worden.

Planten maken maar heel weinig nectar want het kost hun erg veel energie. Dat is de reden dat insecten heel veel bloemen moeten bezoeken om aan hun dagelijkse dosis suikers te komen. Dat is maar goed ook want anders kwam er van de hele bevruchting niet veel terecht. Veel insecten zijn 'bloemvast' hetgeen betekent dat ze steeds dezelfde bloemen bezoeken. Als er bijvoorbeeld tegelijk fruitbomen en paardenbloemen in bloei staan dan vliegt een deel van de honingbijen uit een bijenvolk consequent op het fruit en een ander deel op de paardenbloemen. Ook hiermee wordt de kans op een succesvolle bevruchting vergroot. Er zijn zelfs insectensoorten die maar één bloemsoort bezoeken. Het heggerankbijtje is zo'n voorbeeld. De laatste tijd verschijnen er sombere onderzoeksresultaten over planten en insecten. Jarenlange intensivering van de landbouw wordt als één van de boosdoeners gezien. Het toepassen van natuurinclusieve landbouw zou het tij kunnen keren.



TEKST: JOHANNES; ILLUSTRATIE: MVS

GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT



www.deopstap-nijmegen.nl



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 - 309 45 03



Festival

DE OVE RST EEK

31 aug & 1 sept
én 7 & 8 sept

Festival De Oversteek 2019: twee weekenden lang op cultureel avontuur langs de oevers van de Waal

Kunstenfestival De Oversteek trapt vlak na de zomervakantie traditiegetrouw het culturele seizoen af in Nijmegen-Noord. Voor het eerst op maar liefst twee weekenden. Editie West is op zaterdagavond 31 augustus en zondagmiddag 1 september, editie Oost op zaterdagavond 6 en zondagmiddag 7 september. Op een twintigtal groene, sfeervolle en rauwe locaties aan de oevers van de Waal tussen Oosterhout, Lent en Bemmelen kun je genieten van zo'n veertig optredens en voorstellingen. Vanaf woensdag 26 juni is het volledige programma in te zien op festivaldeoversteek.nl en start de online kaartverkoop.

Wout Kemkens:
'Het programma
is als een
toverbal: hoe
langer je erop
zuigt, hoe meer
kleuren en
smaken je
ervaart.'

Trip door de polder

Kersvers programmacoördinator **Wout Kemkens** licht het festivalprogramma toe: 'Ik heb geprobeerd om er in 2019 een letterlijke en figuurlijke trip door de polder van te maken. Als een toverbal: hoe langer je erop zuigt, hoe meer kleuren en smaken je ervaart. Er is spoken word van orakel en techno-cultheld **Guy Tavares**. Action painter **Sam Andrea** gaat onder een percussieve soundtrack van drummer **Bob Hogenelst (Birth of Joy)** zijn doek te lijf. **Marina Tadic (Eerie Wanda)** en **Marc van der Holst (The Avonden)** presenteren een eenmalige duo-show. **J.C. Thomaz & The Missing Slippers** zetten met drie drummers Tuincentrum Disveld op stelten. Auteur **Gerjon Gijsbers** duidt als de 'Luis in de Vossenpels' lokale DIY-architectuur. Kortom, een culturele uitputtingsslag die je nog lang zult heugen.'

Spannende locaties in het groen

Festival De Oversteek 2019 brengt je langs veel bijzondere, vaak onbetreden locaties aan de oevers van de Waal. Bas Broeder, initiatiefnemer van Festival De Oversteek en medeverantwoordelijk voor de locaties: 'Maak je op voor een bezoek aan schemerige mangrovebosjes, goed verscholen Waalstrandjes en oude hoogstamboomgaarden aan de Waaldijk. Nieuwe locaties zijn de bovenste etage van het Van der Valk Hotel, het witte kerkje vlak over de Waalbrug aan de N325 en de kas van Van Disveld, beter bekend als Tuincentrum Disveld. Er zijn ook nieuwe locaties dichtbij de Waal, waaronder de Lentse Veerstoep, waar Frank Antonie van Alphen verhaalt over Kaaisjouwiers, de dokwerkers van de Nijmeegse benedenstad. Mogelijk is ook het scheepsoverslagpunt in Oosterhout festivallocatie, als het lukt om hier de fraaie coaster De Zeester te laten afmeren.'

Programma

Tijdens Festival De Oversteek 2019 maak je letterlijk de oversteek naar vaak onbekende, maar altijd verrassende acts en voorstellingen. Ook bekendere namen sieren het festivalaffiche. Dit jaar zijn dat onder meer cartoonist en absurdist **Gumbbah**, singer-songwriter **Bertolf**, jazz-gitarist en -componist **Reinier Baas** (Edison-winnaar in 2013 en 2017), auteur en muzikant **Aafke Romeijn**, garagejazzband **Kruidkoek** en toetsenvirtuoots **Mike Roelofs**. **Machinefabriek** en **Mariska Baars** presenteren met hun onderhuidse, elektronische geluidscollages een passende soundtrack bij het rivierenlandschap. Hiphopper **Ray Fuego** brengt met **Ploegendienst** de p terug in punk. Ook voor kinderen is meer dan genoeg te beleven: **Theo Wes-selo** (bekend van **Rembo & Rembo**) laat glorieuze VPRO-tijden herleven. **Rocco Ostermann** (**Donnerwetter**) vindt zichzelf opnieuw uit tijdens een ontwapenende one-man-kindershow.

Atelier TAW

Twaalf (groepen) dans- en theatermakers ontwikkelen voor **Atelier TAW**, de werkplaats voor dans en theater, ieder een voorstelling van 20 minuten op locatie in Nijmegen-Noord, en presenteren die tijdens het festival. Zoë Huisman, nieuw bij Festival De Oversteek als coördinator van Atelier TAW: 'Je hoeft niet ver te zoeken voor je iets moois vindt. Achter elk bosje zit wat anders. Niek Hilkmann neemt je mee in een live action role-playing game, Anne Leijdekkers en Liza Rinkema nodigen je uit om je te verdiepen in de filosofie van het landschap. Er is moderne en urban dans, op strandjes, aan de dijk en in de polder. Spannender kun je het niet krijgen!'

Expeditie Noord

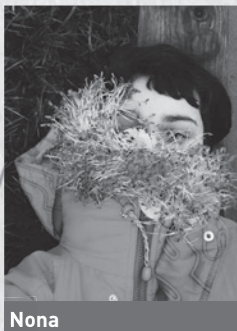
Tijdens Expeditie Noord neemt Herman van den Muijsenberg je dit jaar mee in gesprek met een kunstwerk. De expeditie voert langs de buitengewone wegen van het absurdisme. Het is zijn eerste klus als huiscurator van het festival. Herman: 'Voor je het weet ben je in gesprek met een schilderij en hoor je wat een beeldhouwwerk zoal bezighoudt. Wat begrijpt een kunstwerk van het bestaan? Hoe kijkt het naar zijn plek in de wereld? En wat kunnen wij in Nijmegen-Noord leren van een al dan niet abstract landschapstafereel? Er komt werk aan het woord van onder meer **Anan Striker**, **Caz Egellie**, **Lucas Sloot** en **Nikki Selser**.'

Nieuw: zaterdagprogramma

Nieuw dit jaar is een zaterdagavondprogramma op 31 augustus en 7 september in en om de oude, karakteristieke boerderij aan de Oosterhoutsedijk 88. **FABRIKAAT** is hier sinds enige jaren aanwezig met Art Laboratory. Co-bomen beheert de naastgelegen authentieke boomgaard Hof van Holland. Zaterdag 31 augustus is er een voorstelling van dans- en theatergezelschap **Teddy's Last Ride**, gevolgd door een optreden van electrofunkband **45acidbabies**. Op zaterdag 7 september presenteert **Gumbbah** samen met **Leonard Bedaux Cinema** *Sex-boerderij 't Gouden Kalf*: een voorstelling waarin literatuur en cinema een absurd en hoogst vermakelijk verbond sluiten. Ook speelt **NEON** dan de fysieke dansvoorstelling *Körper*. Beide avonden zijn omlijst met dj's en verrassingsacts.

Tickets

Tickets voor zondag 1 en 8 september kosten online € 15,-, tickets voor zaterdag 31 augustus en 7 september € 12,50. Er is ook een weekender voor 31 aug & 1 sep, en 7 & 8 sep verkrijgbaar à € 25,-. Het programma op zaterdagavond heeft een beperkte capaciteit. Koop je tickets daarom snel op festivaldeoversteek.nl.



Nona



45Acidbabies



Reinier Baas

FESTIVALDEOVERSTEK.NL

Anneke Comello

Sinds drie jaar woont Anneke (31) in Lent en runt ze een cateringbedrijf. Nog een paar weken en heel Nederland heeft haar in beeld. In de week van 19 augustus testen eigenaren van huiskamerrestaurants, waaronder dat van Anneke, elkaars bedrijf. Hierbij wordt een zelfde format gehanteerd zoals gebruikt is bij het testen van elkaars B&B's. Lentse Lucht zocht Anneke op.

Waar komt je belangstelling voor koken vandaan?

“Als kind wilde ik graag keukenmeid worden. Inspiratie haalde ik uit het prentenboek ‘Marieke maakt haar eigen huis’. Daar kwam een dikke vrouwelijke kok in voor die geassisteerd werd door een lieflijke jonge, ondernemende keukenmeid. Van mijn moeder mocht ik ook veel. Ik maakte boekweitkoekjes en bakte rozenbottels op mijn eigen gasstelletje. Ik ben opgegroeid in Friesland en heb in Nijmegen geschiedenis gestudeerd. Net voor mijn afstuderen ben ik naar Nieuw Zeeland gereisd en heb daar gewerkt op eco-boerderijen en in woongemeenschappen. Ik stond er vaak in de keuken, koken was min of meer de rode draad tijdens mijn verblijf. Toen ik terug kwam heb ik me ingeschreven bij Eikpunt waar ik sinds 2016 samen met mijn vriend Yigal woon.”

Heb je niets met je studie gedaan?

“Na mijn afstuderen dacht ik: ‘Ik wil graag iets gaan doen met duurzaamheid en lage footprint.’ Ook al kun je de wereld niet veranderen, je kunt wel wat doen. Na banen bij een communicatiebureau en de Triodosbank kwam ik thuis te zitten met een burn-out. Daarna heb ik nog kort gewerkt bij de biologische supermarkt Ekoplaza in Nijmegen. Mensen om me heen zeiden al jaren dat ik iets met koken moest gaan doen. Ze dachten aan kookworkshops en maaltijdservice. Toen heb ik de sprong gewaagd. Ik kook vanuit mijn hart gezonde maaltijden. Beide elementen zijn te vinden in mijn bedrijfsnaam Lovingly Wholesome. De naam stamt nog uit mijn tijd in Nieuw Zeeland waar ik onder deze naam een blog over voeding schreef. Met de studie geschiedenis heb ik niets meer gedaan.”



Ook al kun je de wereld niet veranderen, je kunt wel wat doen

Wat doe je nu zoal?

“Bij Eikpunt verzorg ik huiskamermaaltijden. Op dinsdagen om de twee weken kunnen mensen bij me komen eten. Het is mogelijk om 17.30 uur en 19.00 uur. De prijs varieert van 7,00 euro tot 9,50 euro afhankelijk van het inkomen. Het is ook mogelijk om een maaltijd te doneren voor een minder bedeelde. Het principe heet ‘Pay it Forward’ hetgeen inhoudt dat je betaalt voor iemand die je niet kent. Daarnaast heb ik zoals gezegd een cateringbedrijf en verzorg gebak, lunches, diners en buffetten op bestelling, wel altijd vegetarisch of veganistisch.”

Toen kreeg de publieke omroep je in de gaten?

“Ja, ik werd door hen benaderd. In een nieuw programma testen de eigenaren van een huiskamerrestaurant elkaars bedrijf. Je moest werken in koppels. Ik heb het samen gedaan met Corine Sonneveld, hier uit Lent. De opnames zijn inmiddels achter de rug. De uitzendingen zijn te zien in de week van 19 augustus op NPO 1 om 19.00 uur. De opnamen die in Lent gemaakt zijn worden op woensdag 21 augustus uitgezonden.”