

LENTSE

LUCHT



De sporen van
... Lentse boekmakers
... een kerkuil
... Jean-Paul Hendriks
... Wim de Haan

Aan Lentse Lucht werken mee



Martin Bos



Marije Braakman



Anne-Rie Bus



Hans Dekker



Gerco Hiddink



Henry Jansen



Janneke Jansen



Marc Jeuken



Joop Koopman



Floris van de Laar



Wendy Marechal



Marijke Munnichs



Marioes Müller



Marianne van der Pol



Paul Reuling



Lenny Rijken



Léonie
Schuijt-Overgoor



Marieke van Stippent



Meis Thewissen



Krijn van der Velden



Karin Veenendaal



Jorg Verweij



Marion Zwart



FYSIOTHERAPIE LENT

Locatie Thermion

Thermionpark 6
6663 MM Lent

Locatie St. Jozef

Lentse Schoolstraat 25
6663 CP Lent

www.fysiotherapielent.nl

info@fysiotherapielent.nl

024-3094503

Minigraver



www.minigraverhetzand.nl

Flexibiliteit in graaf- en tuinwerkzaamheden

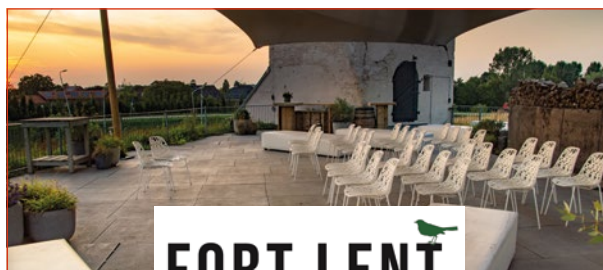
zoals:

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

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

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

06-14 78 69 75 info@minigraverhetzand.nl



FORT LENT

N 51.864418° E 5.880551°

VERBINDEN, VERVULLEN, VERRASSEN & VERWENNEN

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



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

Crisis

Uit de lucht

"Never waste a good crisis." Deze quote, die wordt toegeschreven aan Winston Churchill, is de laatste tijd vaak in de media te horen. Het bekt zo lekker bij opiniemakers die interessant over willen komen. Maar, zo valt in deze Lentse Lucht te lezen, ook in ons dorp hebben steeds meer bewoners moeite om rond te komen. Inmiddels worden we allemaal geconfronteerd met hogere energieprijzen en duurdere boodschappen. Er zijn echter allerlei regelingen, toeslagen en tegemoetkomingen waar je gebruik van kunt maken. De Stip heeft ze voor ons op een rijtje gezet.

Dat niet alles tot een crisis hoeft te leiden kunt u lezen in het artikel 'Neanderthalers'. We gaan terug in de tijd en leren dat deze mensachtigen gewoon samenleefden met ons, de moderne mens. Neanderthalers bestaan niet meer. Zijn ze misschien toch uitgeroeid door die moderne mens? Hadden ze te maken met klimaatverandering of werden ook voor hen de stookkosten en de boodschappen onbetaalbaar?

In november gaan we een feestje vieren in Lent: een oogstfeest van Co-bomen met veel leuke activiteiten voor jong en oud. De Lentse Hutsput zal op het vuur pruttelen alsof u terug bent in de Neanderthalertijd. Waar anders zal de middag starten dan bij de Warmoes, onze prachtige stadstuin aan de Griftdijk Noord?

Zoals u van ons gewend bent, is er ook weer aandacht voor een persoonlijk verhaal. Wij spraken met Jean-Paul Hendriks, die opgroeide op een unieke plek in ons dorp, niet zo gek ver van de Warmoes vandaan. Een plek waar misschien niet ieder van ons zou willen wonen, maar waarmee Jean-Paul sterk vergroeid is. Die plek heeft hem zelfs geïnspireerd om er zijn werk én zijn hobby van te maken. Een mooi verhaal van een gewone man, die zich wel afvraagt hoe lang hij nog op deze plek mag wonen – een vraag waar hij niet meteen een crisis van maakt.

Soms moet je durven staan voor je zaak en het lef hebben om te doen wat je goeddunkt. In het artikel 'Tafeltennis' lezen we hoe het toenmalige bestuur van tafeltennisvereniging Lent min of meer werd gesommeerd om twee leden vanwege godsdienstige redenen, te royeren. Dit had kunnen leiden tot een flink conflict, zeg maar een crisis. Er werd echter geen gehoor gegeven aan het absurde verzoek. Gelukkig maar! Het was voor die tijd een moedig besluit, waar we vandaag de dag nog een mooi voorbeeld aan kunnen nemen.

tekst Henry Jansen
illustratie Janneke Jansen

Colofon

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

Abonnement buiten Lent: € 40,- per jaar.

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

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

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

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

www.lentselucht.nl

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

Sluitings-
datum kopij
dinsdag 8
nov. 2022



Een evenement met Lentse boekmakers

Vanaf de dag dat deze Lentse Lucht bij u op de mat valt, staat er in restaurant Stroom een boekenkast met daarin uitsluitend boeken van Lentse schrijvers. U kunt daar dus voortaan terecht voor een mooi, echt Lents cadeau.

Op 9 november wordt het nog feestelijker bij Stroom, want dan is er het culturele evenement 'Zit het in de Lentse Lucht?' Op die dag laten twaalf Lentenaren horen, zien, proeven en beleven wat ze hebben gemaakt. Zo kun je deelnemen aan een cider- en een bierproeverij. Er hangen prachtige foto's van getalenteerde fotografen, er is muziek, er is een filmpje, er zijn *meet & greets*, je kunt een veronderwandeling doen. Alle boeken van Lentse schrijvers zijn op die dag te koop. En je kunt natuurlijk ook lekker eten, we zijn tenslotte in Stroom.

Hiernaast ziet u de covers van de boeken. Wilt u meer weten? Bijvoorbeeld wie er nu precies allemaal meedoen, waar die boeken over gaan en wat het dagprogramma is? Kijk dan op: lentselucht.nl/pagina/boekmakers

of via de QR code:

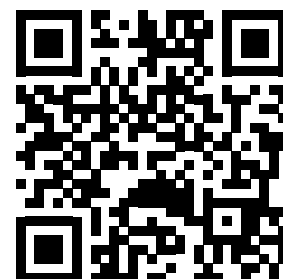
Woensdag 9 november 2022

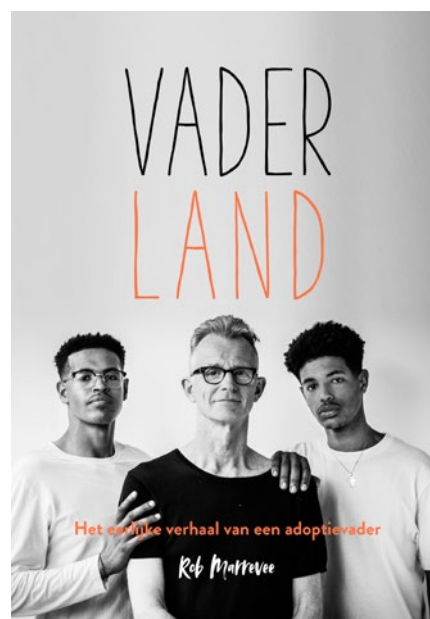
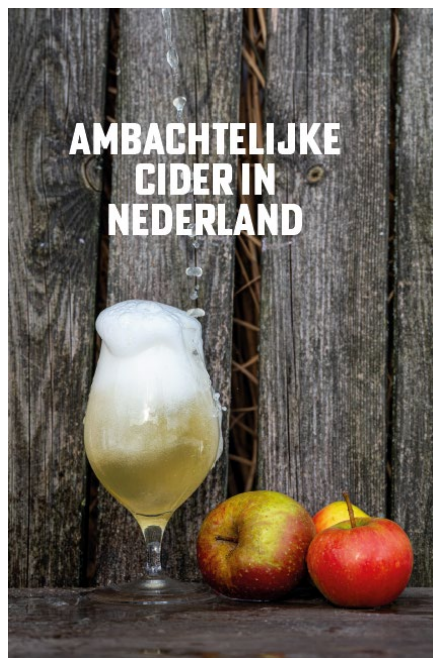
15.00 - 22.00 uur

Locatie: Stroom,
Vossenpelssestraat 16, Lent

tekst Marion Zwart

illustratie Gerco Hiddink







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 Bemmels
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.ahbemmels.nl
Buitengracht 2, 6681 JJ Bemmels T: 0481-451100

Kom werken bij KION!

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

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



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



Lentse

natuur

Als schrijver van stukjes over de natuur krijg ik regelmatig vragen over bijzondere natuurverschijnselen. Zo kreeg ik op 20 november 2021 een foto door- gestuurd van een trouwe lezeres van Lentse Lucht, gemaakt in de woonwijk PlantjeVlag. Op de foto stond een kerkuil die doodgemoedereerd op een boompaal zat, midden tussen de huizen. Met dank aan Anouk de Graaf, Wiegert de Lange en het Vogeltrekstation in Wageningen hebben we het leven van deze kerkuil kunnen reconstrueren.

Op 17 november 2021 werd de kerkuil om 20.40 uur op dertien meter afstand vanuit de auto gefotografeerd met een mobiele telefoon. Dat een kerkuil zich op deze manier laat fotograferen zegt iets over zijn gezondheid. Die was duidelijk niet in orde. Het vorige jaar was een slecht muizenjaar en veel uilen en roofvogels hadden daar last van. Zo ook deze kerkuil, want ruim drie weken later, op 3 december 2021, werd hoogstwaarschijnlijk dezelfde kerkuil enkele honderden meters verderop dood gevonden door Wiegert de Lange, woonachtig tegenover het Wijnfort. Hij vermoedde dat de uil tegen een ruit van zijn huis gevlogen was. Toen ik de uil in mijn hand had, wist ik dat de doodsoorzaak niet een aanvaring met een ruit was maar verhongering. Het dier woog nog maar amper honderd gram. De kerkuil droeg een ring met een nummer. Het ringnummer werd doorgegeven aan het Vogeltrekstation in Wageningen. Het bleek dat deze kerkuil

Uilen staan bovenaan in de voedselketen en als er onvoldoende prooidieren zijn, in dit geval muizen, sterven er veel

Dezelfde kerkuil, opgezet door de Museumwinkel in Nijmegen



Kerkuil

op 14 augustus 2021 geringd was in een schuur bij boerderij Het Hemeltje, Waaldijk 20 in Bommel, hemelsbreed nog geen twee kilometer van de vindplaats. Hij was toen twee weken oud, dus is hij maar vier maanden en drie dagen oud geworden. Eigenlijk is dit veel te jong, maar de natuur is hard. Uilen staan bovenaan in de voedselketen en als er onvoldoende prooidieren zijn, in dit geval muizen, sterven er veel.

Tweede leven

Omdat de kerkuil mooi in de veren zat en er verder gaaf uitzag, hebben wij hem laten opzetten door de Museumwinkel in Nijmegen. Op 4 augustus 2022 keerde hij weer terug naar zijn geboortegrond aan de Waaldijk te Bommel. Hij staat op een mooie plaats in onze woonkamer. Als natuurgids leid ik regelmatig schoolklassen en groepen geïnteresseerden rond op ons erf. Op deze manier kan iedereen die dat wil tot in lengte van dagen genieten van de mysterieuze schoonheid van onze Lentse kerkuil.



De Lentse kerkuil, op 17 november 2021 gefotografeerd in de wijk PlantjeVlag

tekst Joop Koopman
beeld Anouk de Graaf en Lenny Rijken



Al jaren een begrip in de regio:

Lent, Nijmegen Noord, Elst, Oosterhout, Driel, Zetten, Herveld, Valburg, Slijk-Ewijk, Heteren en Andelst.

Wij willen jullie als aanstaande ouders, op een persoonlijke manier begeleiden met zorg op maat. Met ons hele team zetten we ons in om van jullie zwangerschap en bevalling een veilige en bijzondere ervaring te maken, waarbij wij openstaan voor jullie eigen inbreng.

- Persoonlijk, laagdrempelig, betrokken
- 2x per week hartjessprekuren (Lent & Elst)
- 2x per week avondsprekuren (Lent & Elst)
- Pretecho's – waaronder geslachtsbepaling
- Echocentrum in eigen pand
- 5 dagen per week spreekuren in Lent en Elst



Met een beetje hulp langer thuis



Praktische hulp
Ouderenadvies
Deel de Dag
Veilig wonen

Langer
Thuis
NIJMEGEN

Langer Thuis is er voor ouderen in Nijmegen die zelfstandig wonen en dat zo lang mogelijk op hun eigen manier willen blijven doen.

www.langerthuisnijmegen.nl

088 - 00 17 121

Onderdeel van Sterker sociaal werk

Op 01-12-2022 om
09.00 uur opent

Snuffel & Struin

haar deuren!
Laauwikstraat 12
in Lent (bij Hemels ijs).

SNUFFEL & STRUIN
Tweedehands dames- en kinderkleding
O P E N I N G

Kleding inbrengen
kan al voor 1 dec:

Di 15 nov tussen 19-21 uur
Vrij 18 nov tussen 9-13 uur

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

Henk Schers

professor in de netwerkzorg



De huisarts

Ooit was de zorg zo simpel. Je werd ziek. De huisarts kwam en schreef een medicijn voor. Vervolgens werd je beter, en zo niet, dan werd je opgenomen in het ziekenhuis om alsnog beter te worden. Zo werkt het niet meer. Er is véél meer kennis over ziekte. Er zijn dan ook veel meer soorten (ingewikkelde) behandelingen en dus ook veel meer (soorten) hulpverleners. En bovendien, er zijn veel meer mensen die allemaal ouder worden en dus meer hulp nodig hebben. Bovendien hebben we met z'n allen veel minder mantelzorgers die kunnen helpen als het niet meer lukt.

Als huisarts zien we als geen ander hoe groot en ingewikkeld de zorg is geworden. Maar we willen ook vooral blijven doen waar we goed in zijn en wat we leuk vinden. Namelijk: het beste medische advies geven aan de mensen in Lent, die we al zo lang kennen. Over hoe dat moet – het bieden van complexe zorg door de vertrouwde huisarts – daar doet collega Henk Schers onderzoek naar. Hij doet dat zo knap, dat hij op donderdag 13 oktober professor is geworden aan de Radboud Universiteit. Zijn onderwerp: netwerkzorg.

Netwerkzorg betekent dat de patiënt zoveel mogelijk gewoon thuis is in zijn vertrouwde omgeving. Maar de hulp en kennis die nodig

is om te helpen, te verzorgen, of te genezen wordt georganiseerd in een netwerk. Huisartsen, specialisten, verpleegkundigen, therapeuten, de apotheek etc. etc. staan dan op een of andere manier met elkaar in verbinding om kennis te delen of de zorg te verdelen. Dat kan met high tech hulpmiddelen als apps en 'wearables' (bijvoorbeeld een sensor die gaat bellen als iemand valt) maar ook door iets

simpels als een klapper of werkafspraken. De patiënt is en blijft de baas voor zover deze dat wil en kan – in ieder geval staat de patiënt centraal in het netwerk. Het netwerk levert zo nodig speciale kennis over ziekte, en de huisarts combineert dit met de kennis over de patiënt en zijn of haar omgeving. We hopen dat er voor

de patiënt zo weinig mogelijk verandert. De huisartspraktijk blijft het vaste adres in de wijk met dezelfde bekende gezichten. Maar de specialistische kennis en zorg komt dichtbij en wordt makkelijker toepasbaar.

Henk wilde geen cadeaus voor zijn benoeming als professor, maar vroeg om een gift aan een goed doel naar keuze. Voor ons als collega-huisartsen was de keus makkelijk. Onze gift ging dan ook naar hét Lentse netwerkplatform bij uitstek: Lentse Lucht.

De patiënt is en blijft de baas voor zover deze dat wil en kan

tekst Floris van de Laar • illustratie Marije Braakman



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

dewoerdt.nl - Ressen

**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



Praktijk Grondsteen Verlies- en rouwbegeleiding

Praktijk Grondsteen biedt begeleiding aan volwassenen bij verlies van naasten, werk of gezondheid
Paulo Kessler
Baumgartenstraat 31 6663 LH Lent
0642859318 | 0243550562
praktijkgrondsteen.nl

Herfst in Nijmegen

We zetten de bladkorven weer neer!

-  **Verspreid over de gemeente**
Er staan straks meer dan 600 bladkorven verspreid over de hele gemeente.
-  **Bladkorven zijn alleen voor blad**
Dus niet voor etensresten of ander gft-afval.
-  **Meer weten?**
Weten of er bij jou in de buurt een bladkorf komt te staan of wil je meer informatie?
Kijk op www.dar.nl/blad



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

Dar®

Beste wijkbewoners

Lentgenoten

Afgelopen maanden hebben het vijf koppige bestuur van Wijkraad Lent en drie vaste wijkraadvolgers zich met enthousiasme ingewerkt. De nieuwe werkwijze is omarmd, functies en taken zijn verdeeld. Raymond Smeets heeft het voorzitterschap op zich genomen en Léonie Schuijt zal de contactpersoon zijn voor de werkgroepen.

Visie

Wijkraad Lent wil een toegankelijk platform zijn voor alle Lentenaren. Vanaf 2023 zal vijf keer per jaar een openbare platformvergadering én vier bijeenkomsten voor bestaande en nieuwe werkgroepen plaatsvinden. Samen bekijken we dan welke betekenissen de werkgroepactiviteiten hebben voor Lent; en informatie en tips worden gegeven. Steeds zal de vraag gesteld worden: gaat het om algemeen Lents belang of alleen om een beperkt groeps- of buurtbelang? Werkgroepen die een algemeen belang nastreven kunnen op de platformavonden hun ideeën en ontwikkelingen presenteren en discussies met andere wijkbewoners aangaan. Bij deelbelangen worden ook de belangen van andere Lentgenoten meegewogen.

Samenwerking met Wijkteam Noord

De wijkraad zal nauw samenwerken met Wijkteam Noord (domeinen: *Fysiek, Sociaal en Veiligheid*). De wijkregisseurs zijn voor de gemeente de ogen en oren. Burgers en burgergroepen kunnen met hun ideeën en activiteiten bij wijkteams terecht, raad vragen over initiatieven, subsidies aanvragen en een luisterend oor vinden. De wijkteams zijn echter geen klachtenloketten. **Voor klachten op het gebied van de openbare ruimte zoals afval en onderhoud is de 'Meld en Herstel'-dienst van de gemeente de beste plek (tel. 14024 of download de app).** Om de samenwerking met wijkteams vorm te geven zijn wijkraden en wijkteams met de gemeente in gesprek gegaan, met het doel de burgerparticipatie en de ondersteuning zo dicht mogelijk in de wijk te laten plaatsvinden. Dat houdt in dat burgerorganisaties en wijkteams serieus genomen moeten worden. Niet alleen door politieke partijen, maar ook door projectambtenaren, het College van Burgermeester en Wethouders én door particuliere projectontwikkelaars. Over de status, posities en communicatie met wijkraden en wijkteams wordt nu nagedacht. De gemeente heeft in elk geval al beloofd de gemeentelijke website 'Mijn Wijkplan' te verbeteren, zodat deze site niet alleen toegankelijker is, maar een medium voor tijdige en transparante informatie aan alle burgers.

Jongerenbeleid

Het jongerenbeleid in Nijmegen Noord laat echt te wensen over. Op 13 oktober kwamen wijkorganisaties en betrokken burgers bij elkaar en werd een presentatie gehouden over meer verspreide ontmoetingsplekken voor jongeren en de noodzaak om integraal vooruit te zien en te plannen. Ook is er een enquête uitgegaan waarin jongeren zelf hun mening kunnen geven. Dorien Heebink zal namens Wijkraad Lent deze ontwikkelingen blijven volgen.

Communicatie

De wijkraad moet zijn nieuwe vorm nog vinden en dat kost tijd. Via de rubriek 'Lentgenoten' en onze website zullen wij u blijven informeren. Op de website worden ook de agenda's en vastgestelde notulen geplaatst; alleen de aanwezigen bij een vergadering ontvangen de stukken persoonlijk. **De eerstvolgende platformvergadering is op 24 november om 20.00 uur in het Eikpunt, Duitslandstraat 4.**

Wij danken het Eikpunt voor de fysieke en digitale gastvrijheid tijdens coronatijd en ook Marieke Slagter, die afgelopen jaren voor de wijkraad heeft genotuleerd. Eikpunt en Marieke, jullie waren redders in nood!

Bestuur Stichting Wijkraad Lent

Vergaderdata 2023

Plaats Voorzieningshart De Ster, Queenstraat 37B, Lent
Tijd 20.00 tot 21.30 uur

Openbare vergaderingen Platform Wijkraad Lent

19 januari, 16 maart, 25 mei, 21 september en 16 november

Bestuursvergaderingen met werkgroepen

16 februari, 20 april, 22 juni en 12 oktober

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



Jean-Paul Hendriks

Lentse mensen

Weinig mensen zijn zo vergroeid met het spoor als onze plaatsgenoot Jean-Paul Hendriks (47). Hij groeide op naast de spoorlijn, waardoor hij als kind al belangstelling kreeg voor treinen. Hij ging werken bij het spoor en woont zijn hele leven al in de Spoorstraat. En als hij van zijn werk thuiskomt maakt hij zijn hoofd leeg met zijn hobby... het spoor. Lentse Lucht zocht hem op om te praten over zijn woonplek, zijn werk en zijn hobby.

Hoe lang woon je hier al?

"In dit huis ben ik geboren. Toen ik ging samenwonen kochten we het huis van de burens en we hebben daar tot 2017 gewoond. Toen mijn ouders waren overleden, besloten we weer in mijn ouderlijk huis te gaan wonen. Het huis is in 1906 gebouwd en ooit woonden er twee gezinnen in. Het was wat groter dan het huis dat we hadden."

Heb je hier veel geluidsoverlast?

"Omdat ik hier ben opgegroeid merk ik er weinig van. Als er geen treinen rijden valt het me pas op. Hier in huis merken we al helemaal niets van de treinen. Als je buiten bent hoor je wel verkeersgeruis. Aan de achterkant kijken we uit op een aarden wal en het groene viaduct. Toen mijn vader hier nog woonde bood de gemeente Nijmegen mijn vader aan om

een geluidsscherm te maken achter het huis. Mijn vader wilde dat niet omdat hij dan het uitzicht kwijt zou raken. Nu we het uitzicht toch kwijt raken door de bebouwing, hebben we besloten het geluidsscherm zelf te bouwen. Ons scherm van twaalf meter sluit nu aan op het gemeentelijke scherm dat er al lag. Het scheelt aanzienlijk in de geluidsbeleving als we achter op het terras zitten. Het is nog maar de vraag of we hier over vijf jaar nog zitten. De bewoners van de Spoorstraat hebben allemaal een

brief van de gemeente gehad. Men wil hier eventueel op termijn flats bouwen."

Ik rijd het hele land door en hoe meer ervaring je hebt, hoe meer je van het landschap kunt genieten

Wat heb jij met het spoor?

"Als kind zag ik de treinen langs ons huis rijden en dacht: 'als ik later groot ben wil ik machinist worden'. Mijn vader kende iemand die bij exportkwekerij Kuipers werkte, en machinist geweest was. Van hem hoorde ik dat je meer kans maakte om machinist te worden als je een technische opleiding gevolgd had. Zo deed ik eerst de LTS en daarna de MTS, beide elektrotechniek. Daarna volgde ik de interne opleiding tot machinist bij de NS. Mijn allereerste baantje was trouwens bezorger van Lentse Lucht. Ik ben nu

twintig jaar machinist en vind het werk nog steeds prachtig. Vooral de omgang met zo'n machtige machine spreekt me aan. Het gevoel dat jij er de baas over bent geeft een kick. Ik rijd het hele land door en hoe meer ervaring je hebt, hoe meer je van het landschap kunt



genieten. Ik ben graag in de natuur en geniet van alle jaargetijden. Meestal werk ik in de late dienst, zoals dat heet. Dat betekent dat mijn laatste trein na 18.01 uur in Nijmegen binnen kan komen, maar voor hetzelfde geld kan dat ook de laatste trein uit Den Helder zijn die iets voor twee uur 's nachts aankomt. Voor de late dienst geldt dat je de volgende ochtend vrij bent en ergens in de middag de dienst weer begint.”

Is de treinenloop langs je huis veel veranderd in de loop der tijd?

“Zo'n 25 jaar geleden kwamen hier uit beide richtingen vier treinen per uur langs, dus in totaal acht treinen per uur. Momenteel rijden er tien treinen per uur per richting plus nog een enkele goederentrein, het is dus echt drukker geworden op het spoor hier in Lent. Die drukte zorgt ervoor dat station Nijmegen verbouwd gaat worden, er komt een perron bij voor de treinen richting de Randstad en ook de wissels tussen het station en de spoorbrug worden vervangen, zodat treinen vlotter Nijmegen in en uit kunnen. Niet schrikken, door de bocht voor de brug mag je maximaal 110 km per uur rijden, dus de treinen gaan hier in Lent niet harder rijden.”

Heeft je hobby ook met het spoor te maken?

“Ik ben lid van FREMO, dat staat voor Freundeskreis Europäischer Modellbahner. Het is statutair een Duitse vereniging met tweeduizend leden, waar iedereen in Europa lid van kan worden. De leden bouwen modules van het spoor en van de omgeving, zoals seinhuisjes, op een schaalgrootte van 1:87. Zelf heb ik een halte



nagebouwd die ooit tussen Almelo en Mariënborg stond. Ook maak ik wissels en rails op een afgesproken format, anders passen de onderdelen niet aan elkaar. Regelmatig organiseert één van de leden een weekend waarin de leden bij elkaar komen. Tevoren wordt afgesproken wie er komen en wat ze meenemen. Met alle modules wordt dan in een gehuurde zaal een spoorbaan gebouwd. Het is leuk om met z'n allen een lang weekend met modeltreintjes te spelen, een beetje bij te kletsen en dat allemaal onder het genot van een hapje en een drankje.”

tekst Joop Koopman • beeld Jorg Verweij

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



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

WAALZICHT

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



Wienen

accountants en adviseurs

ZZP'ers én particulieren
kunnen op ons rekenen



Wienen ontcijfert en ontzorgt

024 323 23 33 • www.wienenaccountants.nl



**Tuinontwerp, realisatiebegeleiding
en onderhoud**

www.denhartogtuinen.nl | 06 -25 084 769

SK superkeukens

8.3

1443 beoordelingen



Jouw keuken, onze inspiratie!

Jij maakt 'm super

**Rodez beton
terragrau**

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

compleet
met apparatuur
€ 6.799,-

340 x 186 cm

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

(Financiële) hulp



Zorg en welzijn

Op 10 september was de opening van mijn nieuwe werkplek in de Boog. Het was een feestelijke, gezellige en drukbezochte dag. Burgemeester Bruls was er om de gloednieuwe sporthal en het gezondheids- en welzijnsplein officieel te openen. We werken met de Stip al een paar weken in de Boog en we zien dat jullie ons al goed weten te vinden. Met de Aldi als buur is er ook al wat leven in de brouwerij in de nieuwe wijk Hof van Holland.

Tijdens de spreekuren van de Stip merken we dat ook bewoners in Nijmegen Noord meer moeite hebben om rond te komen. De boodschappen worden duurder en de energieprijzen blijven maar stijgen. Er zijn allerlei regelingen, toeslagen en tegemoetkomingen, maar die veranderen nog wel eens. Hieronder een opsomming van een aantal regelingen waar je gebruik van kunt maken. Hulp nodig bij het aanvragen? Kom langs bij de Stip. Dan kun je meteen zien hoe mooi het geworden is in de Boog!

Stichting Leergeld

Stichting Leergeld verhoogt het inkomen waarbij ze kunnen helpen. Hierdoor komen meer mensen voor hulp in aanmerking. Een gezin met één ouder kan vanaf nu geholpen worden als het netto maandinkomen lager is dan €1983. Bij een gezin met twee ouders is dat €2205. Leergeld betaalt bijvoorbeeld de sportclub, het schoolreisje of de muziekles. En soms een nieuwe fiets of laptop. www.leergeldnijmegen.nl

Energietoeslag

De energietoeslag is er niet alleen als je een uitkering hebt. Het is voor iedereen met een laag inkomen. Dat is voor alleenstaanden een inkomen lager dan €1435 netto per maand, voor een alleenstaande ouder €1845 en voor samenwonenden €2050. Ben je met pensioen? Dan zijn de bedragen hoger. De toeslag vraag je aan bij de gemeente. www.nijmegen.nl

Energiecoaches

Een energiecoach komt bij je thuis en loopt met je door je woning. Samen kijk je hoe je kunt besparen. De energiecoach geeft je bruikbare, handige tips én advies op maat. Een energiecoach is een vrijwilliger. www.bindkracht10.nl/projecten/energiecoaches

Energiecheque

Tot slot nog een goede tip van één van onze vrijwilligers: vraag een cadeaubon van €50 aan bij het regionaal energieloket. Daar kun je bijvoorbeeld led-lampen, tochtstrips of radiatorfolie voor kopen. Dat is een goede manier om te besparen op gas of electra. www.regionaalenergieloket.nl/nijmegen

Stip Nijmegen Noord

Dick Boerrigterplein 2-4 Lent (bij de Aldi)

We zijn open op

Maandag	15.00 – 18.00 uur
Dinsdag	13.30 – 16.30 uur
Donderdag	09.30 – 12.30 uur

Wendy Marechal
coördinator stip Nijmegen-Noord

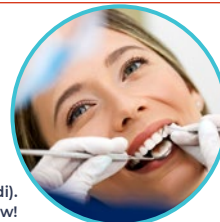
FORTUNA KLINIEK VOOR TANDHEELKUNDE

Uw glimlach voor een betere wereld

Passie • Kwaliteit • Persoonlijke aandacht

fortunakliniek.nl

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



OSTEOPATHIE
LENT

Frankrijkstraat 141
024 203 0216
osteopathie-lent.nl

Tafeltennis



Uit het archief van Wim de Haan

In Lent was tafeltennis ooit een veel beoefende sport. Er werd in 1952 een tafeltennisvereniging opgericht waarvan een groot aantal Lentse jongeren lid werd. In de hoogtijdagen werden veel kampioenschappen gevierd. Lentse Lucht sprak met medeoprichter Wim de Haan (88), die kan putten uit een archief dat hij in de loop der jaren heeft opgebouwd. In volgende afleveringen van Lentse Lucht belichten we andere aspecten uit het rijke Lentse historie.

Wat was de aanleiding tot de oprichting van de tafeltennisvereniging?

“De aanleiding was, dat er Lentse jongens als dienstplichtig soldaat uitgezonden waren naar het toenmalig Nederlands Indië. In Lent hield het katholieke thuisfront contact met de soldaten aldaar. Achter in de Maria Geboortekerk hingen de foto's van de uitgezonden Lentse soldaten. Om te voorkomen dat zij zich bij terugkomst zouden vervelen werd een tafeltennistafel aangeschaft, die in de bewaarschool geplaatst werd. Die school stond op de plek tussen St Josef en het dierenweide waar nu het bejaardencomplex staat. Veteranen Wim Joosten en Fried Gelsing waren daar regelmatig te vinden. Als ze aan het tafeltennissen waren, gingen we als jongens uit de buurt vaak kijken. Wim Joosten vroeg na een tijdje of we zin hadden om mee te spelen. We hadden geen enkele ervaring, maar we deden het graag. We leerden snel door het vaak te doen. Op 17 maart 1952 kwam kapelaan Goes een kijkje nemen bij de tafeltennissende jongelui. Hij stelde voor een officiële vereniging op te richten. De aanwezigen vonden dat een goed plan. De kapelaan vroeg Wim Joosten of hij voorzitter wilde worden. Aan mij vroeg hij de namen van de leden te noteren. Het waren er 22 en de contributie werd

vastgesteld op een dubbeltje per week. Er werd een ledenvergadering uitgeschreven waarbij Piet Rutjes voorzitter werd en Hans van de Heijden bestuurslid. Ik werd secretaris/penningmeester.”

Speelde de club ook in competitieverband?

“Op 1 september 1954 werd de club lid van de officiële Nederlandse Tafeltennisbond en ging wedstrijden spelen in de afdeling Gelderland. De teams promoveerden herhaaldelijk naar een hogere klasse. Het eerste team bereikte uiteindelijk de eerste klasse van de Nederlandse competitie, afdeling Gelderland. Vóór september 1954 speelde de club los van de landelijke tennisbond in een informele regionale competitie. Op 11 september 1952, nu zeventig jaar geleden, speelde de club zijn eerste wedstrijd en werd prompt ongeslagen kampioen in dat seizoen. Op 15 september 1953 werd een nieuw bestuur gekozen. Piet Rutjes trad af als voorzitter en ik werd gekozen tot zijn opvolger. Wim Jacobs en Bart Peters werden mijn secondanten in het bestuur. Besloten werd de contributie te verhogen tot 15 cent per week. In november 1953 werd een nieuwe tafeltennistafel aangeschaft. De prijs van 125 gulden werd bijeengebracht door 13 aandelen van 10 gulden te verkopen. De tafel werd gekocht bij sportzaak Gelink in Nijmegen. Na een bericht in De Gelderlander kwamen er nog drie leden bij, waardoor het aantal leden op 25 kwam.”

Wat was de naam van de club?

“De meeste sportverenigingen kregen Engelse namen. Ik zocht naar iets anders en kwam uit bij Presto, wat in het Italiaans ‘snel’ betekent. Het gaat tenslotte om snelheid in de tafeltennissport. Officieel heette de vereniging R.K. Tafeltennisvereniging Presto



Van links naar rechts: Wim Jacobs, Frans Berkien, Wim Jansen, Piet Kersten, Hans van der Heijden, Gerard Mientjes, Willy Jansen, Gerard Jansen, Jacques van der Heijden, Ton van der Heijden, Wim Alofs, Wim de Haan. Tafeltennisvereniging Presto ± 1955

Lent. Op de ledenvergadering van 1 september 1954 werd besloten lid te worden van de Nederlandse tafeltennisbond. Inmiddels was de bewaarschool verlaten en speelden we in café het Molentje aan de Griftdijk (nu Chinees restaurant Orient Plaza, JK). We deden met twee teams mee aan de competitie. Beide teams promoveerden herhaaldelijk en het eerste team bereikte uiteindelijk de eerste klasse van de Nederlandse competitie, afdeling Gelderland. De ledenvergaderingen werden op verschillende plaatsen gehouden. Ook

bij bakkerij Berkien aan de Schoolstraat, omdat zoon Frans lid was. We vergaderden in de bakkerij aan de werktafels. De jongens wisten de koektrommels snel te vinden. Die zaten vol met stukjes die over waren gebleven bij het bakken. Na afloop waren de trommels leeg.”

Waren er wel eens problemen?

“Ik herinner me dat, toen de vereniging al enkele jaren bestond, we als bestuur ontboden werden bij de toenmalige kapelaan dr. De Graaf. Hij vertelde ons dat we drie leden moesten royeren. Eén van hen was Indiëveteraan en een stuk ouder dan de overige leden. Zijn taalgebruik week af van het gebruikelijke. Met de beëindiging van zijn lidmaatschap konden wij wel instemmen en we hebben hem dat meegedeeld. De andere twee waren protestantse jongens. Als bestuur weigerden wij aan hun royement mee te werken. De twee kregen er lucht van en besloten toen zelf te vertrekken.”

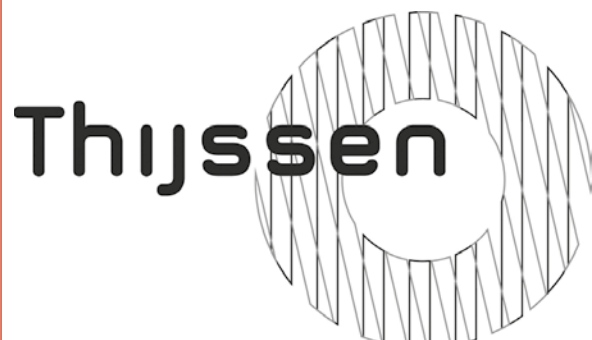
Wanneer werd de club opgeheven?

“In een brief van 17 september 1972 deed het bestuur aan het hoofdbestuur van de Nederlandse Tafeltennisbond mee, dat de vereniging per direct gestopt was. Er waren inmiddels 16 van de 25 leden over. Opvallend was dat de familie Van der Heijden uit Lent met vijf zonen vanaf het begin actief was. Ze heetten Hans, Ton, Jacques, Henk en Peter. Ikzelf heb de twintig jaar van de vereniging niet volgemaakt, omdat ik een baan in Utrecht kreeg.”

*We hadden geen enkele ervaring,
maar we deden het graag*



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



Brilmode
Contactlenzen
Optometrie

Markt 53/55
Bemmel
0481-470490

www.oogzorginbemmel.nl

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

**Stip
Noord
gaat
verhuizen**

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



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

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

School voor
intuïtieve
ontwikkeling

JE INTUÏTIE VERTELT JE ALLES WAT JE MOET WETEN

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

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

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

**Apotheek
in polikliniek
CWZ Waalsprong**

voor al uw medicijnen

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



Lentse Wolkjes

Voor je het weet zijn de **Sint** en de **Kerst**man weer in ons land. Maak iemand blij met een **cadeaubon** voor een **ontspanningsmassage** in de schoen of onder de boom! Zie voor info www.ontspannenbijmomo.nl

Exclusieve kadootjes voor een klein prijsje. Op zoek naar iets leuks? Loop binnen bij Tienieke en Sylvia en sla je slag. O.a. glaswerk, lampen, houten schalen, sieraden. Zaterdag 5 november. Tijd: 10.00-13.00 en 14.00-16.00 uur, Spanjestraat 7 te Lent.

1-Heuvelenloop? Met een **sportmassage** overwin je soepel de heuvels. Maak een afspraak bij www.massagepraktijkpantarhei.nl voor sport-, ontspannings- en intuïtieve massage. mieke@massagepraktijkpantarhei.nl, 06 37471979.

Wil je **aktief zwanger** zijn? Dat kan ook in Lent. Kijk voor informatie op www.aktiefzwanger.nl. Ineke Dijkstra verzorgt deze lessen in De Ster op woensdagavond om 20.00 uur.

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.

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

Kom jij woensdag 16 november 15.00 uur ook **helpen met het planten van jonge bomen in het Sprokkelbos**? Je bent van harte welkom! Neem je papa of mama mee en een schop. Wij zorgen voor een gezellige middag! Vrijwilligers Sprokkelbos.

Gazi, oud-eigenaar van restaurant Indian Way, verzorgt **Indiase kooklessen**, Indiase **afhaalmaaltijden** en Indiase **catering** met zoveel mogelijk de groenten uit zijn moestuin. Een ideeetje voor de feestdagen of een Indiase kookles voor de jarige? Voor meer info: www.gaziesspicyindianfood.nl

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.

het Gymlokaal

HET GYMLOKAAL IN LENT

Vergeet alles wat je weet van een reguliere sportschool. Het Gymlokaal is een sportboutique met een nieuwe verrissende kijk op fitness. Wij bieden jou het volgende:

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

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



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



"uw goed recht!"

goedrecht
advocaten

Voor bijstand en advies bij:

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



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



mansan
natural health & beauty

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

ACUPUNCTUUR HELPT!

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

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

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



LLTV

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

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

OP ZOEK NAAR EEN NIEUWE OF GEBRUIKTE FIETS?

BEKIJK ONLINE ONS ASSORTIMENT

www.wheelstweewielers.nl

ESPÉRANCE
ECHO CENTRUM

In het prachtige Thermion gebouw in Lent bevindt zich Echocentrum Espérance.

Al ruim 15 jaar specialist in medische echo's tijdens de zwangerschap zoals de 20-weeken echo.

Verwijzing via verloskundige of gynaecoloog



Thermionpark 11 in Lent
www.echocentrum-esperance.nl



Volg ons op Instagram voor tips!

Wij kunnen helpen als je kind:

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

Preverbale logopedie
voor kinderen van 0 tot 2 jaar

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

volmondig
logopedie

ETEN & DRINKEN, ROKEN & STOKEN MUZIEK!

www.cobomen.nl
info@cobomen.nl

Co-bomen

Roken & stoken, kastanjes poffen, marktje, portrettekenen, demo's Vasim Circus Space en natuurlijk *live* muziek. En reken maar: de Lentse Hutsepot pruttelt op het vuur!

Oogstfeest XXL op 6 november 2022:

Op deze achtste editie van het jaarlijkse oogstfeest van Co-bomen vieren we het buitenleven in Nijmegen boven de Waal! Met proeverij en *live* muziek, activiteiten voor jong en oud, kraampjes en de Lentse hutsepot. We gaan kastanjes poffen, laat je portret tekenen, en demo's Vasim Circus Space. Altijd weer een mooie dag om op terug te kijken. Het feest start begin van de middag bij de Warmoes. Komt allen, en kom op de fiets!

Nieuw: Tafel van de Smaak

Nieuw dit jaar is het XXL deel dat aan het Oogstfeest is toegevoegd: Tafel van de Smaak. Onder de grote luifeltent praten we over voedsel & mens. Thema's als de oogst en de oorsprong van eten, de rijke bodem, smaken van voedsel en genieten van het land. Het gesprek wordt geleid door smaakgoeroe Joël Broekaert, bekend van podcast en TV. De gespreksgasten die aanschuiven aan zijn tafel zijn Huige (bekend als kok van De Grut), Luca Consoli (RU docent/filosof/slow food) en Michiel Korthals (akkerbouwer/gastronoom/filosof). Laat je inspireren in dit zinnenprikkende gesprek, om daarna je eigen smaak opnieuw te beleven. Aanvang 13.20 & 15.00 uur (gratis).

Expeditie Tuinfruit 2022

inschrijving op fruitboompjes is open! (op-op)

Expeditie Tuinfruit (mede mogelijk gemaakt door de gemeente Nijmegen) heeft het goed voor met de nieuwe bewoners boven de Waal. Vergroenen en de vruchten daarvan plukken met een fruitboompje voor iedere nieuwbouwtuin. Met Expeditie Tuinfruit leveren we voor een kleine bijdrage fruitboompjes van Betuwse rassen ('t Olde Ras). Er zijn maximaal 200 boompjes beschikbaar voor €4,50 per stuk. Inschrijven kan via de website van Co-bomen (zolang de voorraad strekt). **Voorwaarde** is dat het boompje opgehaald wordt op de dag van het Oogstfeest op 6 november, locatie Warmoes. Vergeten? Geen zorgen, wij vinden een geschikte en dankbare plek om het fruitboompje te planten.

tekst Bas Broeder en Martine van Harten • beeld Joël!



OOGSTFEEST XXL

ZONDAGMIDDAG
6
NOVEMBER

co-bomen

smaakgoeroe
Joël Broekaert

Zondagmiddag 6 november
v.a. 13.00u tot tenminste 18.00u
GRATIS ENTREE!!!
Locatie:
Historische Tuin Warmoes
(Griftdijk Nrd. 11)

ETEN & DRINKEN, ROKEN & STOKEN,
MUZIEK! Roken & stoken, kastanjes poffen, marktje, portrettekenen, demo's Vasim Circus Space en natuurlijk *live* muziek. En reken maar: de Lentse Hutsepot pruttelt op het vuur!

De herfst raast over het land, tijd het vuur op te poken, neer te strijken in de sfeervolle gaard en het glas te heffen!
In samenwerking met De SalonTafel van Koken aan de Waal gaat **smaakgoeroe Joël Broekaert** in 2 rondes in gesprek met filosoof Michiel

Korthals, kok Lony Huige en onderzoeker Luca Consoli over terroir, smaak, onze verbinding met het land(schap) en genieten van de jaarlijkse oogst.

Aanvang: 13.30u & 15.00u (gratis)

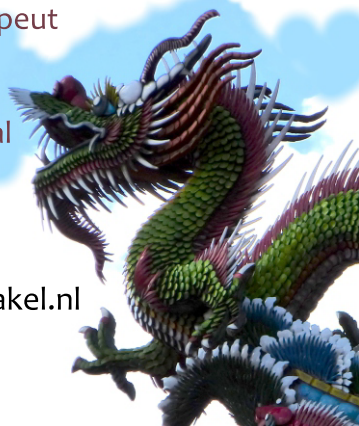
VUURMEESTER
CHARLES
stookt
vuurtjes

Ontspanning & Heling

Maarten van Bakel
Gediplomeerd
massagetherapeut

- shiatsu
- cranio-sacraal
- intuïtief

maartenvanbakel.nl



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. F.G.W.M. Huijbers

mr. S.T.W. Verhaagh

mr. D.W. Beemers

mr. S. van Oers

mr. H.M. Schurink - Smit

mr. B. Klomp - de Wijk

mr. L.I. Siers

voor:

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

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

GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT



www.deopstap-nijmegen.nl

de oefentherapeut
CESAR-MENSENDIECK
Oefentherapie Cesar De Lint

In Thermion

Thermionpark 18 - 6663MM – Lent

024-3483329

info@cesartherapiedelint.nl

www.cesartherapiedelint.nl

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

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

mmfysio

Fysiotherapie in Lent!

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



Sammy Tilburgs



Joris Botman



Kasper Vullings

Onze
Specialiteiten

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

**MAAK NU EEN
AFSPRAAK**

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

024-3580779

Lents Allerlei



Kamerkoor 'Sotto Voce' zoekt bassen en tenoren

Sotto Voce voerde op 25 september jl het Stabat Mater van Dvorak en het Schicksalslied en Nanië van Brahms uit, met solisten en orkestbegeleiding. Sotto Voce voert grote werken met begeleiding en solisten uit, afgewisseld met een a-capella programma of met alleen pianobegeleiding. Van oude muziek tot modern, en alles er tussenin. Na het concert verdwenen de projectzangers, zo gaat dat. We zoeken dus met grote spoed nieuwe aanwas bij de bassen. Ook bij de tenoren is er nog plaats om het koor weer op volle sterkte te brengen. Sotto Voce is een ambitieus, maar ook gezellig koor. Kom eens een of meer avonden vrijblijvend kijken, luisteren, de sfeer proeven en meezingen! Noten kunnen lezen heeft weliswaar de voorkeur, maar we weten uit ervaring dat het heel goed mogelijk is je partij via Muscore in te studeren, mocht noten lezen niet je allersterkste kant zijn. Dus aarzel niet. Kunnen zingen is het belangrijkste criterium. Sotto Voce zingt op dinsdagavond van 19.45 uur tot 22.00 uur in basisschool De Meander aan de Celebesstraat 12 in Nijmegen. Zie voor informatie de website: www.sottovoce.nl of meld je aan: info@sottovoce.nl

Onderzoek naar de beste behandeling van klachten van de voeten bij diabetes

Samen met elf andere ziekenhuizen doet het Radboudumc onderzoek naar de beste behandeling van zenuwklachten in de voeten en onderbenen (pijn, tintelingen, een doof/vreemd gevoel) bij diabetes. Deze zenuwklachten kunnen veel impact hebben op de kwaliteit van leven en in ernstigere gevallen leiden tot wonden en amputaties. Het is daarom belangrijk om te onderzoeken of we de klachten kunnen verminderen. Twaalf ziekenhuizen in Nederland onderzoeken of een operatieve behandeling helpt bij het verminderen van de klachten en bij het voorkomen van wonden en amputaties. Dit onderzoek start binnenkort ook in het Radboudumc. Het onderzoeksteam zoekt daarom mensen met diabetes en klachten van de voeten en/of onderbenen. U kunt contact opnemen voor een uitgebreid onderzoek van de voeten en om te kijken of deelname gewenst is. Meer informatie over deelname aan de studie kunt u vinden op www.lastvanmijnvoeten.nl. U kunt ook mailen naar decostudie@umcutrecht.nl.

Mededeling van de gemeente

Het fietspad van de Waalbrug in de richting van Nijmegen Noord is van 24 oktober tot en met 16 december afgesloten voor fietsers en voetgangers. De afsluiting is nodig om een deel van het fietspad om te bouwen tot een tweerichtingsfietspad. Fietsers en voetgangers kunnen tijdens de werkzaamheden via het fietspad richting het centrum de stad in en uit.

Wat verandert er? Het fietspad in de richting van Nijmegen Noord wordt omgebouwd tot een tweerichtingsfietspad. Daarnaast gaat het fietspad aan het einde nu links om de bunker heen richting de Turennesingel. Het nieuwe fietspad gaat aan de rechterkant langs de bunker. De trap die daar nu ligt maakt plaats voor het nieuwe fietspad. Ook aan de Turennesingel wordt het fietspad verbreed tot aan het kruispunt met de Parmasingel zodat er vanuit twee richtingen verkeer overheen kan.

Omleiding. Fietsers worden met borden omgeleid via het fietspad richting het centrum. Autoverkeer heeft geen hinder van de werkzaamheden.



Hij komt, hij komt...

Sinterklaas en zijn pieten komen zaterdag 12 november weer aan bij de Spiegelwaal in Lent! Vanaf 13.15 uur start het programma Spiegelwaal met een Open Podium. Rond 14.00 uur verwacht de Sint aan te meren. Kom jij ook naar de Spiegelwaal om hem te begroeten? Tot dan! Opgeven voor het Open Podium of als vrijwilliger om te helpen kan via sinterklaasinlent@gmail.com

Optreden voor Sinterklaas?

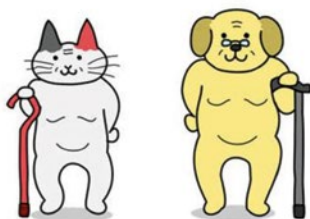
Kijk op de jeugdpagina.



Bloemenschuurtje

De laatste dag zit er (bijna) op! Wij willen iedereen bedanken voor de mooie tijd die wij hebben gehad met 't Bloemenschuurtje hier in Lent. We zien elkaar vast nog wel ergens terug. 't Bloemenschuurtje

Laat ze nakijken



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

Maak een afspraak voor een senior check-up.



www.dierenklinieklent.nl

Schoenmakerij Tweehuysen



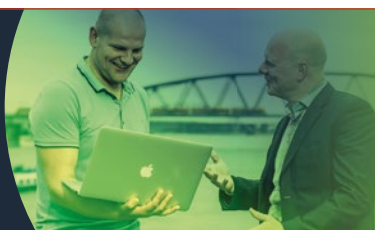
Erkend Gildemeester

**Voor al Uw reparaties
en onderhoudsmiddelen**

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

www.schoenmakerijtweehuysen.com

duqaat
moderne boekhouders



☎ 024 234 01 02

✉ info@duqaat.nl

www.duqaat.nl

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

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

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



Anke Zegers

jezelfgeheelinbeeld.nl

Eerst telefonisch
kennismaken?

06 19 21 43 45



Jezelf
GEHEEL IN BEELD



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

**Leon Pennings
Annemieke de Grood**

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

www.tandarts-villawesthof.nl

AED geplaatst

Er is een AED geplaatst bij 'Julian Aaron Cook', gebouw Aaron, Theo Dobbestraat 4. Met dank aan woningcorporatie Talis. De AED is 24/7 in de pincodekast bereikbaar voor bij HartslagNu aangemelde burgerhulpverleners. Het is de eerste openbare AED in het Hof van Holland. Er zijn onder openingstijden wel AED's beschikbaar in de sporthal De Boog (entree 1e verdieping) en in het gezondheidscentrum De Boog (receptie onderverdieping). Dick Boerrigterplein nrs 2 en 4.

Collecte Prinses Beatrix Spierfonds

De collecte van het Prinses Beatrix Spierfonds heeft in de week van 11 t/m 17 september het geweldige bedrag van € 3.715,97 (incl. de individuele QR-code) opgebracht in ons dorp Lent. Hartelijk dank hiervoor en alle twintig collectanten: heel veel dank voor jullie tijd en inzet!

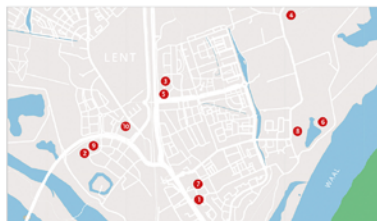
Ren mee met de Mini NN Zevenheuvelenloop!

Op 19 november is de Mini NN Zevenheuvelenloop. Een superleuke hardloophedstrijd voor alle basisschoolkinderen. Kinderen uit groep 1 t/m 4 lopen 400 meter, vanaf groep 5 ren je 800 meter. Iedereen krijgt een leuke medaille en voor de snelste jongens en meisjes zijn er zelfs leuke prijzen te winnen! Deelname kost slechts €3,- en een deel hiervan gaat naar het goede doel: het Amalia Kinderziekenhuis van het Radboud UMC. Inschrijven kan via www.nnzevenheuvelenloop.nl/mini

Groeten uit Lent

Deze fotoserie is onderdeel van het project *Groeten uit Lent* en te zien van 16-10 tot 16-01-2023 op 10 locaties in Lent

Fotograaf en Lentenaar Paul Breuker heeft zestien jaar lang het dorp en haar inwoners gefotografeerd. Breuker heeft gezien hoe Lent gaandeweg is veranderd van een tuindersdorp tot een hip stadsdeel van Nijmegen. Hij laat u de veranderingen zien en kennismaken met de oude én met de nieuwe Lentenaren. Naast de exposities is er ook een magazine met daarin veel foto's en interviews. Deze is voor € 10,- te koop op diverse expositie locaties in Lent.



Fotoroute

- 1 Timmerwerkplaats Henk Boerboom**
Foto's Henk en Hennie + Lentse Kamers
Tuinstraat 26 Lent
- 2 Waalsprong Informatiecentrum**
Luchtfoto Lent 2022
Woenderskamp 103 Lent
- 3 Gezondheidscentrum Thermion**
Foto's De verandering en portretten
Thermionpark 9 Lent
- 4 Kasje van Doornik**
Foto's oude kassen en portretten
Vossenpelssstraat 40 Bemmel
- 5 Chiropractie Chiropractie Lent**
Foto's De verandering
Edith Piafstraat 110c Lent
- 6 Restaurant Zijdevinde**
Foto's familie Disveld
Waalwijk 28 Lent
- 7 Dierenpark De Kleine Kern**
Foto's Honden, geiten en schapen
Lentse Schoolstraat Lent
- 8 Restaurant Stroom**
Portretten nieuwe bewoners de Stelt
Vossenpelssstraat 16 Lent
- 9 Gezondheidscentrum de Boog**
Portretten Lentenaren
Dick Boerrigterplein 2 Lent
- 10 Warmoes, historische tuin**
Grifdijk Noord 11 Lent
Foto's Verloren Plekken

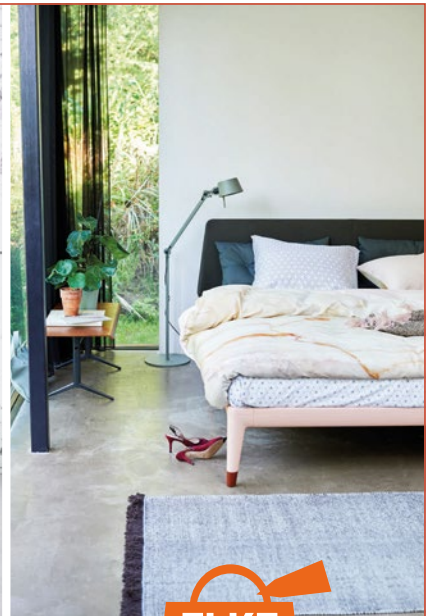
Afscheidshuis Lent

Meijer en ten Hove Uitvaartverzorgers

Gewoon omdat het al moeilijk genoeg is

024 7508465 06 34045001

www.uitvaartcentrumlent.nl



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



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



CHIROPRO
gezond in beweging met chiropractie

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

Rug- en nekpijn
Hoofdpijn
Hernia / ischias
Sportblessures

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

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

Edith Piafstraat 110c te Lent



de **Rank**

Kom je ook?

Maandag 7 november

Kom met je peuter naar ons peuterplein!

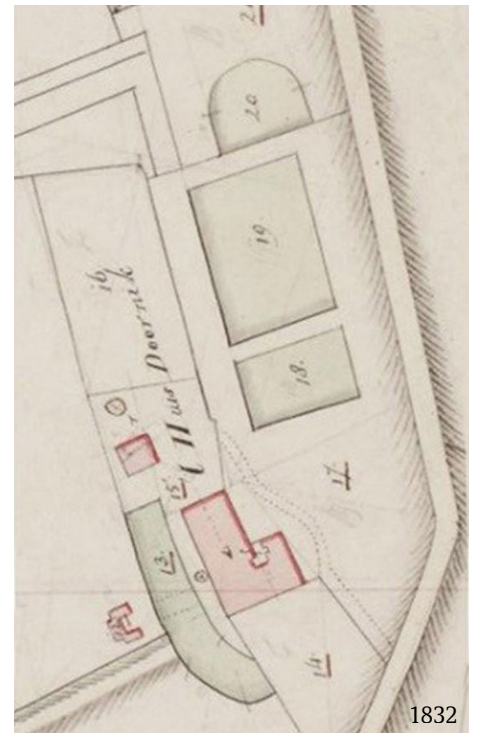
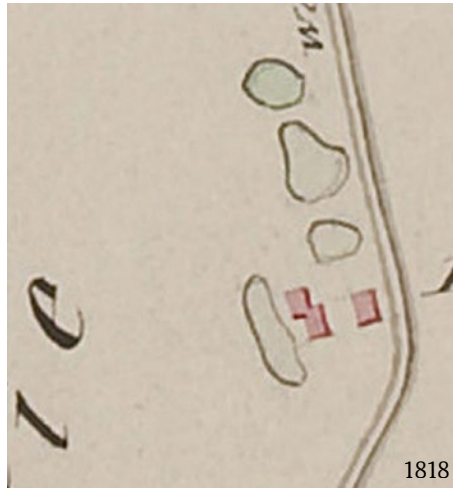
Op maandagmorgen 7 november zijn jij en je peuter van harte welkom bij ons peuterplein! De 2 en 3 jarige peuters kunnen samen met onze kleuters op het plein spelen. Onder het genot van een kopje koffie voor de ouders vertellen we meer over de school en is er ruimte voor vragen.

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



ebs-derank.nl waardevol - leren - verbonden

Een kleine geschiedenis van Huize Doornik



Historie Dit is deel 19 van de serie over Huize Doornik achter de Waaldijk. Ooit stond hier de gelijknamige burcht. Lentse Lucht duikt in de geschiedenis van Huize Doornik. Een verhaal dat leest als een spannend boek.

Nadat de Fransen zich in 1813 uit onze regio terugtrokken werden de Franse benamingen in de ambtelijke taal, die in die tijd gebruikelijk waren, vervangen door Nederlandse. Zo werd mairie 'gemeente' en maire 'burgemeester'. Jacob Frans de Ranitz, bewoner van Huize Doornik, werd in 1811 de eerste, en de laatste, burgemeester van Lent. In 1817 vond er een bestuurlijke hervorming plaats waarbij Lent en Ressen ingedeeld werden bij de gemeente Elst. Doornik ging over naar de gemeente Bemmelen. In 1817 werd Jacob Frans de Ranitz benoemd tot burgemeester van Bemmelen, een functie die hij bekleedde tot 1826. Daarnaast was hij ook nog Heemraad in de Dijkstoel van waterschap Over Betuwe.

Herbouw

In de archieven is weinig terug te vinden over renovatie dan wel herbouw van Huize Doornik. Maar dan zijn er altijd

nog de kaarten die ons verder kunnen helpen. Twaalf jaar na de dijkdoorbraak van 1799 is op een verpondingskaart uit 1811 te zien, dat er zich op het terrein twee gebouwen bevinden. Het dichtst bij de dijk ligt een vierkant bouwwerk met uitbouw dat sterk doet denken aan het oorspronkelijke Huize Doornik. Dit vermoeden wordt nog versterkt doordat het gebouw ook al te zien is op een kaart uit 1790, dus voor de dijkdoorbraak. Het kasteeltje raakte door oorlog en dijkdoorbraak waarschijnlijk zodanig beschadigd dat besloten is tot nieuwbouw. De nieuwbouw, iets verder van de dijk gesitueerd, is in een L-vorm gebouwd. Opvallend is dat beide bouwwerken aan de westzijde omgeven zijn door een L-vormige gracht. Grachten werden in de middeleeuwen gebruikt om kastelen tegen vijanden te beschermen. In dit geval waren de grachten geen verdedigingswerken meer maar kopieën, verwijzingen naar het grootse middeleeuwse verleden. Voor dat doel is mogelijk ook een kleine vijver aangelegd in de boomgaard, ten noorden van het kasteeltje, zoals op de kaart van 1811 te zien is. Het ligt voor de hand dat de nieuwbouw niet meer de uitstraling van een kasteel had, maar meer leek op een herenboerderij.

Visvijvers

Op de pre-kadastrale kaart van 1818 is te zien dat beide gebouwen nog steeds samen bestaan. De nieuwbouw is vergroot en de L-vormige gracht is een langwerpige sloot geworden. Opvallend is dat de boomgaard ten noorden van de bebouwing is ingewisseld voor drie min of meer ronde vijvers. Het meest waarschijnlijk is dat deze visvijvers voor de sier zijn aangelegd. Als je in de 19e eeuw iemand van statuur wilde zijn hoorde je één of meer visvijvers te hebben. Op de kaart van 1832 is het oorspronkelijke kasteel vlak aan de dijk verdwenen. Op de plaats van het westelijke gebouw staat weer een L-vormig gebouw. Deze nieuwbouw uit 1824 was nodig omdat de boerderij die er stond een jaar eerder door brand verwoest was. De drie ronde vijvers zijn aangepast. Twee werden er rechthoekig en de derde half cirkelvormig. Ze zijn tot op de dag van vandaag nog goed zichtbaar vanaf de dijk. De laatste ligt vlak bij de opgang naar de Waaldijk vanuit Laantje Doornik. Op de kaart uit 1832 is nog een stukje van Laantje Doornik te zien. Met een haakse bocht is Huize Doornik te bereiken. Van een doorlopend voetpad naar de dijk was toen nog geen sprake.

tekst Martin Bos, Joris Habraken
en Joop Koopman

Van de Jeugdredactie

Griezelen kan in alle soorten en maten, of je nou een doodenge docent Frans hebt, of een echte griezelverhalenverteller bent. En natuurlijk staat Halloween weer voor de deur, hét feest om boze geesten te verjagen. Dat betekent jezelf of elkaar heerlijk ENG schminken of gewoon uitgebreid heksensoep koken. Met een paar spinnenpoten erin is succes gegarandeerd. De meiden weten er wel raad mee!

tekst Marloes Müller



We hebben het zusje van Rosalie geschminkt. Hier zijn onze tips om te schminken:

Tip 1: Tussendoor een foto maken voor als het mislukt.

Tip 2: Zoek een goed model met geduld die niet aan haar/zijn gezicht zit.

Tip 3: Voor Halloween hoeft de schmink niet super netjes te zijn, slordig is juist nog enger.

tekst en beeld Rosalie, Lise en Puck • model Madelin Brul

Camping 'De laatste nacht'

Het was een donkere avond toen de familie Rensen de camping op kwam rijden. Ze hadden vijf uur gereden en waren helemaal kapot, ze waren dus blij dat ze er eindelijk waren. Toen ze het campingterrein op kwamen rijden, stond er een meisje op hen te wachten. Ze zei: "Welkom op camping De laatste nacht" en ze gaf het jongetje een hand. De hand van het meisje voelde koud, wat best raar was omdat het op die dag heel warm was. Toen het jongetje dat voelde trok hij zijn hand gelijk terug. Toen ze eindelijk op hun plek stonden, besloten ze eerst te gaan slapen in hun caravan en de dag erna de voortent op te bouwen. De volgende dag gingen de kinderen op pad om de camping te verkennen zodat de ouders alles konden opbouwen.

Uren later kwamen de kinderen terug met heel veel verhalen. En zo kwamen ze de dag door. Toen ze 's avonds rond het kampvuur zaten, viel hen iets op: hun burens hadden ze al de hele dag nog niet gezien. En er hingen allemaal lappen voor de ramen van hun caravan dus ze konden ook niet naar binnen kijken. Ze besloten het maar te laten en zo ging de zomer voorbij.

In de herfst is de camping dicht en mogen de mensen uit het dorp daar vlakbij gebruik maken van het meer. Dat werd ook gedaan: er gingen twee jongens lekker vissen bij het meer. Later belde de burgemeester de baas van de camping op en vertelde dat de twee jongens niet waren teruggekomen van het vissen. De baas ging kijken maar vond alleen de hengels en een plasje bloed...

tekst Lynn

Oproepje intocht Sinterklaas

Kan jij een muziekinstrument spelen, mooi dansen, goochelen of heb je een andere talent en zou jij dit aan Sinterklaas en de Pieten willen laten zien op het podium tijdens de intocht in Lent op zaterdag 12 november? Stuur dan een mailtje naar sinterklaasinent@gmail.com

Docent Frans



Elke keer als zij door de gangen loopt
staat het zweet mij op het voorhoofd.

faire la cousine = koken

Woorden worden als kogels op ons
afgevuurd.

chien = hond

Du vin du pain, le chien, le chat

chat = kat

Haar lach, zizzer dan ys
voor de Akeligste docent krijgt u
zeker een prijs.

vin = wijn

Word ik er toch weer uitgestuurd!
De vorige les ook al
strafwerk gehad!

Ik voel me van binnen
faire la cousine
Franse les,
mij niet gezien!

*!! LET op!!

pain = brood



*vin = wijn
pain = brood
chien = hond
chat = kat*

faire la cousine = koken



illustratie Guusje en 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.miestapelkamp.nl



Meijer & de Wit
Therapie en coaching

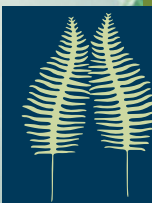
Samen jezelf leren kennen

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

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

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

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

Meijer & de Wit
Therapie en coaching




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

Vergoeding mogelijk met aanvullende verzekering

Neanderthalers

Open
lucht

Nu is het bijna niet meer voor te stellen, maar zo'n 700.000 tot 200.000 jaar geleden leefden hier en op het Afrikaanse continent mensachtigen met de naam *Homo heidelbergensis*. Deze naam kregen ze na de vondst van een kaakbot in de buurt van Heidelberg in 1908. Ze leefden van de jacht. Via DNA-onderzoek is vast komen te staan dat in Europa uit de *Homo heidelbergensis* de Neanderthalers (*Homo neanderthalensis*) zijn ontstaan en in Afrika de moderne mens ofwel de *Homo sapiens sapiens*. In 1856 werden in Europa de eerste botresten van de Neanderthalers gevonden in het Neanderthal in de buurt van Düsseldorf. De Neanderthalers stierven 40.000 jaar geleden uit, toevallig rond de periode dat de *Homo sapiens sapiens* vanuit Afrika Europa binnentrok. De gedachte dat het uitsterven van de Neanderthalers hiermee te maken had, heeft lang stand gehouden. Inmiddels weten we beter.

Neanderthalers werden in het verleden vaak voorgesteld als halve wilden, maar dat waren ze niet. Ze leken meer op ons dan we wilden toegeven. Ze hadden bijvoorbeeld een grotere herseninhoud dan wij, konden via spraak met elkaar communiceren en hanteerden net als wij allerlei rituelen rond geboorte en dood. Ze zagen er wel wat anders uit, onlangs mooi in beeld gebracht door paleo-artisten Adrie en Alfons Kennis uit Arnhem. Ze waren kleiner, hadden een langgerekte schedel, een laag voorhoofd, zware wenkbrauwbogen en een terugwijkende kin. Ze waren sterk gespierd en atletisch en daardoor uitstekend geschikt om te jagen op grote zoogdieren. Hun leefgebied was groot. Ze leefden van Wales tot diep in Azië.

De grote vraag is, waarom zij zijn uitgestorven en onze voorouders, de *Homo sapiens sapiens*, niet. In de loop der tijd zijn er allerlei theorieën aangehangen, zoals klimaatverandering, voedselgebrek, epidemieën of uitroeiing door de moderne mens. Geen van deze theorieën bleek te kloppen. Neanderthalers waren zo sterk en vindingrijk dat ze twee ijstijden overleefden. Aan klimaatverandering lag het dus niet.

Recent is ontdekt dat één van de Neanderthalergenen ons beschermt tegen corona

Voedselgebrek was ook niet de oorzaak, want tegelijkertijd leefden er in Europa grote kuddes hoefdieren. Uitroeiing door de moderne mens, die vanuit Afrika naar Europa kwam, kon het ook niet geweest zijn. Ze leefden lange tijd vreedzaam naast elkaar en in de vele gevonden botfragmenten van Neanderthalers is nimmer schade aangetroffen die met geweld te maken zou kunnen hebben.

Zoals gezegd leefden de Neanderthalers in een groot gebied, maar ze waren met weinigen. Vermoedelijk waren ze maar met enkele tienduizenden en leefden ze in kleine groepen. Uit onderzoek van het

genoom blijkt dat ze waarschijnlijk door inteelt ten onder zijn gegaan. Ze verzwakten steeds meer en konden op het laatst geen weerstand meer bieden aan infecties. Zo moet hun bestaan als een nachtkaaars zijn uitgedoofd. De moderne mensen waren met veel grotere aantallen en konden daardoor wél overleven. Zij moeten de Neanderthalers gekend hebben. Sterker nog: ze gingen vriendschappelijk met elkaar om en gingen zelfs relaties met hen aan, wat leidde tot vruchtbare nakomelingen. Tot op de dag van vandaag zijn de sporen van de Neanderthaler nog zichtbaar.

Twee tot vijf procent van ons genoom bestaat uit Neanderthalergenen. Recent is ontdekt dat één van de Neanderthalergenen ons beschermt tegen corona. Zo bekeken is de Neanderthaler helemaal niet uitgestorven, maar leeft hij nog steeds in ons voort.

tekst Johannes

illustratie Marieke van Stippent
(referentie: Adrie en Alfons Kennis)

mariekedestip.nl



*Met de oortjes
laat hij me weten
dat hij luistert*

De blik van Lotte de Schouwer

In beeld

Op een zonnige maandagmorgen loop ik met Lotte de Schouwer (35) richting de Waal. De Schotse Hooglanders liggen te relaxen onder een groepje bomen en kijken ons langzaam kauwend nieuwsgierig aan. In 2018 verloor Lotte haar partner Michiel en hier schreef zij een boek over: *Overlijdensberichten*. Vandaag mag ik erover met haar in gesprek. Na deze korte aankondiging denkt u misschien dat dit interview over de dood gaat. Dat dacht ik namelijk zelf ook van tevoren. Maar het gaat juist over leven. Doodgaan en rouw en hoe je ermee omgaat, gaan over het leven.

We lopen langs de Waal omdat Lotte naast schrijver ook kunstenaar is. Zij jut op de Waalstrandjes en maakt kunstwerken met wat ze vindt. Ze zegt: "Ik hou van dingen vinden die duidelijk door mensenhanden zijn gemaakt. Waar een soort ambacht uit spreekt. Dat raakt me, is bijna aandoenlijk. Een stukje keramiek waarop iets is geschilderd bijvoorbeeld. En een speciaal plekje in mijn hart heb ik voor oortjes (van kopjes en mokken, MZ). Ik heb altijd het gevoel dat Michiel mij daarmee een boodschap stuurt. Dat hij zegt: ik luister! Een keer vond ik zelfs een oortje van een porseleinen pop. Toen wilde hij de boodschap nog wat duidelijker doorgeven." Het laatste zegt ze met een lach.

Haar werk, het schrijven en de beeldende kunst, gaan over verlies, geeft ze aan. In haar rouw ging ze op zoek naar een manier om "het proces natuurlijk te laten stromen". En die manier vond ze in haar creativiteit. Ze begon met schrijven, toen volgde de

beeldende kunst en het zoeken naar andere manieren om te delen. Het delen van haar eigen gevoel, maar later ook: ruimte maken voor het verhaal van anderen. Het gesprek loopt van waar zij in haar leven geweest is, wat ze heeft gedaan, naar hoe zij tegen de grote thema's in het leven aankijkt. Als ze vertelt, doet ze dat haast onbevangen, puur. Ze bekijkt me met een onderzoekende blik. Maar niet alleen mij, zo lijkt ze naar alles te kijken. Ze ziet het leven in mensen en hun processen, en ook in de spullen die ze vindt. Spullen die van haar een nieuw leven krijgen als kunst. Voor mijn gevoel gaat alles wat ze doet over vasthouden en over loslaten. Over op een andere manier naar dingen en processen kijken. Ze doet de letterlijke betekenis van haar naam, De Schouwer, alle eer aan.

Inmiddels is Lotte begonnen met haar volgende stap en onderzoekt ze hoe we in deze, maar ook in andere culturen met dood en rouw omgaan. In het verleden en nu. Toen ze vorig jaar nogmaals iemand verloor die dicht bij haar stond, kwam ze er achter dat rouwen niet in een rechte lijn verloopt. Dat je soms wordt teruggeworpen naar een eerder moment of dat het voor je gevoel kan 'stapelen'. Daarom houdt ze ook niet van het woord 'verwerken'. Ze zegt: "Zo lijkt het alsof iemand verliezen iets is dat je op een gegeven moment af kunt sluiten, maar dat is niet zo. Het blijft altijd bij je, het verandert je definitief. En soms kan het je in intensiteit ineens weer overvallen."

We laten de Waal achter ons en lopen terug richting de bebouwing van Lent. Ik voel me rijker door wat ik met Lotte gedeeld heb.

