



Net geen
200 jaar



7 wat een ver-
beelding valt in
de smaak!



11 Geboortehuis
van Rensselaer **15**
museale functie

H₂O Pro

Doorbraak tegen
kalkaanslag!

www.h2opro.nl



€675,-

Gezond en Gelukkig Zwartewaterland

Bijna 50 partijen ondertekenen Preventieakkoord voor inwoners

door Anja Bos

De vraag naar zorg en ondersteuning neemt toe. Net als de vergrijzing, arbeidstekorten, inflatie en stijgende (zorg)kosten. Dit zet de houdbaarheid van de zorg en ondersteuning onder druk. Daarom is investeren in preventie en gezondheidsbevordering belangrijk. Om op deze ontwikkeling te anticiperen ondertekenden onlangs bijna 50 organisaties en verenigingen het Preventieakkoord van Zwartewaterland. Om de aanpak herkenbaar te maken is een permanente en herkenbare campagne ontwikkeld, met de naam Gezond en Gelukkig Zwartewaterland.



Veel betrokkenen én belangstellenden bij de aftrap van 'Gezond en Gelukkig Zwartewaterland'.

Met hun handtekening onder dit akkoord geven deze organisaties en verenigingen aan dat zij zich structureel gaan inzetten voor de gezondheid en het geluk van onze inwoners. "Het is heel bijzonder dat zoveel partijen meedoen", aldus wethouder Jan van der Poel. "Dit tekent echt Zwartewaterland. We zijn hier gewend om naar elkaar om te kijken. Zo krijgen we veel voor elkaar. Als ik nu zie hoeveel organisaties en verenigingen zich aansluiten, dan maakt me dat trots. En dit is nog maar het begin. Meer partijen kunnen zich aansluiten. Ik zou zeggen: doe dat ook! Doe met ons mee!"

Aftrap

Het is de bedoeling dat uit het Preventieakkoord nieuwe initiatieven ontstaan, die bijdragen aan een gezonde basis in Zwartewaterland. De eerste initiatieven werden tijdens de introductiebijeenkomst gelijk gepresenteerd. Zo gaan de huisartsen en de welzijnsorganisaties een Preventieket opzetten. Hier kunnen inwoners terecht voor een passend

leefstijladvies en een buddy die helpt om aan de slag te gaan. En ervaringsdeskundige Haddasah Kuper en jongerenwerker Erik Schotkamp gaan leerlingen van het Agnieten College bewust maken van de gevolgen van alcohol- en drugsgebruik.

Gelukkig en gezond

Alle initiatieven moeten eraan bijdragen dat inwoners zich gelukkig en gezond voelen en zoveel mogelijk meedoen aan de samenleving. "Werk is daarbij bijvoorbeeld belangrijk", aldus wethouder Maarten Slingerland. "Een fatsoenlijk inkomen om van rond te komen is dat ook."

We willen inwoners in de gelegenheid stellen om ook echt deel te kunnen nemen aan de samenleving."

Eerste meetpunt in 2028

In 2028 worden de eerste resultaten van de aanpak zichtbaar, zo is de bedoeling. Dan moet 88% van de inwoners de gezondheid als zeer goed ervaren. In 2020 was dat nog 83%. Gelukkig voelt zich dan 71%, tegenover 65% drie jaar geleden. En het aantal inwoners dat kan rondkomen van het inkomen stijgt 89% naar 92%. Alle ambities en thema's staan omschreven in de Preventienota.

Eerste gemeente

Gedeputeerde Roy de Witte toonde zich enthousiast over de aanpak in Zwartewaterland. Meerdere gemeenten in Overijssel zijn met preventie bezig, wist hij. "Maar Zwartewaterland is de enige gemeente die een akkoord met maatschappelijke partijen sluit." Rond de ondertekening van het Preventieakkoord was een uitgebreid programma georganiseerd. Ruim 100 vertegenwoordigers van maatschappelijke organisaties en verenigingen konden onder meer

Hier kunnen inwoners terecht voor een passend leefstijladvies en een buddy die helpt om aan de slag te gaan.

luisteren naar een vlamdend betoog van auteur en huisarts Jacqui van Kemnade. Hij vertelde over hoe je gezond kunt worden door je leefstijl aan te passen. Ook was er een rondtafelgesprek over Positieve Gezondheid met verschillende professionals, wethouder Jan van der Poel en gedeputeerde Roy de Witte.

NIEUWE COLLECTIE
LAAGSTE PRIJS GARANTIE

WWW.MEUBELTREFFER.NL
Kalkoverweg 3 | Nieuwleusen

— DE —
GROENE LANTAARN
MODE VOOR HEM & HAAR

BEL: 038 - 385 59 30
MAIL: INFO@DEGROENELANTAARNMODE.NL
BEZDEK: WESTERKAAI 4B, GENEMUIDEN
KLIJ DP: WWW.DEGROENELANTAARNMODE.NL

Tuin Totaal Center
Blokhuizen Scherp en Sterk in Maatwerk

Maatwerk?

Bij ons verrassend voordelig!
Edisonstraat 5 | 8013 PS Zwolle | Tel. (038) 444 8401
www.tuintotaalcenter.nl

Tegelhuys Ommen

Tegelhuys Ommen | Strangeweg 24
7731 GW Ommen | T: 0529 467784
TegelhuysOmmen.nl

Maatwerk tafels
voor binnen en buiten

TREETOP TABLES
TAFELS EN MEUBEL

Moerheimstraat 50
7701CG Dedeemsvaart
Tel: 06-33830449
www.treetoptables.nl



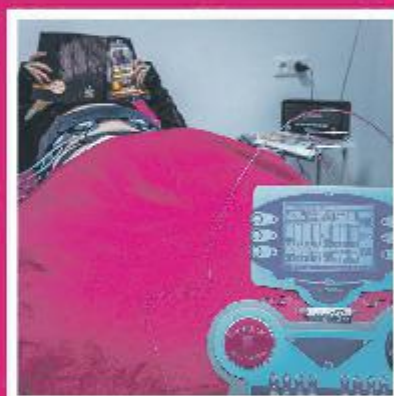
EASYSLIM.NU®

Simpel, Snel, Slank!

Makkelijk afvallen!waarom niet?!

ONZE BELOFTE AAN JOU:

- 1) Verlies direct ca. 15cm*
- 2) Vet definitief weg
- 3) Strakkere huid
- 4) Spieropbouw
- 5) Gratis recepten & voedingsadvies
- 6) En bovenal lekker & ontspannend



BIJ EASYSLIM.NU:

Met ons apparaat train je je spieren tot wel 94% terwijl dit in de sportschool maar 28% is! Afslanken bij Easyslim.nu is overigens niet alleen voor dames. Zo'n 40% van onze klanten is man. Voor iedereen maken we een persoonlijk behandelplan op maat, zodat de behandeling perfect aansluit bij jouw doelen en mogelijkheden.

DE BONUS VAN EASYSLIM.NU

METEN=WETEN

Om het behandeltraject precies te laten aansluiten op jouw lichaam maken we gebruik van een 'Body Composition analyzer'.

Hierna kunnen we je lichaamsamenstelling nauwkeurig in kaart brengen.

Op die manier krijg je waardevolle inzichten die je helpen bij het afslanken en kunnen we haalbare doelen uitzetten.



Voorjaarsactie

Intake incl. behandeling

Tijdelijk van

€89 voor €39

Geldig t/m 31 maart 2023.

Wacht niet langer..

Begin NU met afvallen!



OF BOEK JE AFSPRAAK
ONLINE VIA
EASYSLIM.NU

NIEUWLEUSEN - ZWOLLE - HARDENBERG
VRAGEN? BEL OF APP **06 53 35 34 64**

EASYSLIM.NU®

Simpel, Snel, Slank!



Leidertje Vébe

door Willemijn de Vries

Toen Vébe, na zijn geboorte op de kliniek stond en ik dagelijks naar de kliniek op en neer reed om even met Joy en de kleine man te wandelen, leek de dierenarts nogal raar op toen niet Joy maar Vébe voorop liep. "dat wordt een leidertje" zei ze verwonderd. Een veulen hoort naast de voet van moeders te lopen maar deze kleine man liep voorop en volgde al snel zijn eigen weg.

DNA bepaalt deels of een paard een leiderstype is en laat het nu zo zijn dat Joy inderdaad de leider van de kudde is. Op een mooie, zachte manier overigens. Ze is een juiste, lieve leidster die met netjes gedrag bepaalt wat er geburen moet.

"Wie beweegt, bepaald", zo werkt het in de rangorde. En wie beweegt er nou het meest, ja mijn deugniet Vébe. Hij galppeerde morgens vroeg het land op en rent rondjes in zijn eentje en zoekt Hidde op om mee te spelen. Als ik met Joy naar het bos ga om de mooiste paadjes te verkennen, rent Vébe steevast mee door het land. Als de paarden naar binnen gaan staat Vébe vaak vooraan, iedereen laat hem ook voor gaan, dit kleintje weet wat hij wil en wie hij is. Onzekerheid kent hij niet, net zoals zijn moeder. Leergierig is hij ontzettend, ook, net als zijn moeder. Langzaam zijn we bezig met wat grondwerk, achteruit leren lopen, voetjes geven zodat de hoedsmid kan bekappen, halt leren houden en hij doet het allemaal zo goed. Soms laat hij écht wel weten wie hij is en trappelt hij onstuimig wat heen en weer met die kleine beentjes, alhoewel klein? Hij is al bijna 10 maand en soms verwar ik hem al met Joy, zo hard dat hij groeit. Ik sta er versteld van! De rangorde lijkt bepaald en het lijkt erop dat de jongste nu een soort van klein leidertje is. Maar ondertussen leert hij heel veel van Hidde, die zet hem wel op zijn plek, diezelfde Hidde laat hem wel netjes en liefjes voorgaan. Paardentaal is en blijft zo magisch, ik kan er uren naar kijken en zeker naar mijn leidertje Vébe!

Liefs Will



Pedicure Praktijk

Gea Herkert

Uw voeten in
vertrouwde handen

Stinsweg 7
8042 AZ Zwolle (Westenholte)
Tel: 038-4224323
Praktijkruimte op begane grond
Aangesl. bij brancheorganisatie Pro-Voet
www.pedicurepraktijkgeaherkert.nl

Schoenmaker Eddie in
het mooie centrum van Zwolle

KLAAR TERWIJL U WINKELT!

Voor schoenreparaties,
sleutels en accessoires.



Broerenstraat 7 - 8011 VB Zwolle
06-51 688332 - eddiemollenaar@gmail.com
www.schoenmakerijzwolle.nl

PRAKKEN
EDELMETAAL

INKOOP VAN
OUD GOUD EN ZILVER

OLDEHOLTPEDE
TEL: 0561 - 689290
WWW.PRAKKENEDELMETAAL.NL



Kwekers uit Nieuwerkerk aan den IJssel nu succesvol in IJsselmuiden Groen voor een 'eigen kweek' prijsje en meer voor de tuin bij Hoogendoorn IJsselmuiden

door de redactie

Vanwege woningbouw op hun grond moesten ze – tegen hun zin – weg uit Nieuwerkerk aan den IJssel, bij Rotterdam. Dat is nu 23 jaar geleden. Ondertussen is het gezin Hoogendoorn al helemaal gesettled in het buitengebied van IJsselmuiden, dicht bij Mastenbroek en ook niet al te ver van 'die andere' IJssel.

Beiden zijn opgegroeid op een kwekerij, vertellen Koois en Tiny Hoogendoorn. "En dat niet alleen. Ook de opa's van onze beider opa's waren al kwekers." Maar de woningbouw rond de grote steden rukte op en er was geen plaats meer voor de kwekerij van het stel. "Dan moet je dus verhuizen. We hadden ons oog laten vallen op een plek in Bergambacht, onder Gouda. Maar de koop ketste af. Toen werd het kiezen tussen Noord-Brabant en hier. Beide ver weg van waar we vandaan kwamen. Het werd dus IJsselmuiden." En dat was best 'even wennen', herinnert Koois zich. "In het begin hadden we bijvoorbeeld moeite met het dialect hier, ik wilde wel terug naar Nieuwerkerk kruipen! Maar ondertussen zijn we goed ingeburgerd. De meesten van onze kinderen gingen in Zwolle naar school en op de oudste ra kunnen ze zich amper nog herinneren ooit in het westen gewoond te hebben. Ze wonen ook allemaal nog hier in de buurt. En de zaken gaan goed."

Tuincentrum

Maar ook dat ging niet vanzelf. Want door de verhuizing raakte de kwekerij bijna alle klanten kwijt. "De bloemenveilingen zitten in Aalsmeer en Naaldwijk en ook veel groothandels en exporteurs zitten daar in de buurt. De bloemen werden daardoor niet meer altijd bij ons opgehaald en dus moesten we iets anders verzinnen. Toen hebben we twee vrachtwagens aangeschaft die de bloemen daar naartoe brengen." De Hoogendoorns besloten ook een tweede bedrijfsactiviteit te beginnen: de verkoop van onder andere bloemen, bloempotten voor binnen en buiten en planten aan particulieren. Vanaf het eigen terrein. Dat is uitgegroeid tot een compleet tuincentrum. "We begonnen met perkplanten. We hebben echt heel veel soorten en wel twintig kleuren. De laatste jaren is het assortiment uitgebreid naar alle mogelijke beplanting voor de tuin. Er staan op dit moment zo'n 200.000 planten te wachten op een koper als het tuinseizoen weer begint. En we hebben fruitbomen en -hagen, snijbomen in pakketten voornamelijk uit eigen kweek en een mega-keuze aan bloempotten voor binnen en buiten."

Psychobog

Hoogendoorn kan bogen op klanten uit een wijde regio, van de Veluwe tot aan grofweg Staphorst. Hoe dat komt? "Dat zit hem onder andere in het grote prijsverschil met andere aanbieders. Doordat we zelf kweken en

verkoop, slaan we de tussenhandel over. En we hebben geen overhead of eigen personeel. Daardoor vangen wij zo'n dertig procent van de kostprijs af. En die wordt in het voordeel van de klant doorberekend in de prijzen. Bij ons kun je op de Geraniumdag vier geraniums krijgen voor 2,50, terwijl je elders gauw één of anderhalf euro per stuk betaalt." Ook Hoogendoorn kreeg klappen in coronatijd maar heeft zich daaraan goed hersteld. "De afzet bij veilingen daalde naar zo'n twintig procent. Maar de verkoop in ons tuincentrum nam juist een grote vlucht. En nu zit onze kweek alweer op zo'n drie miljoen bollen per jaar. Wel is door de oorlog in Oekraïne de export naar Rusland enorm gekelderde en zijn de energiekosten juist enorm omhoog geschoten. En dat heeft bij een kwekerij 'geen beetje' invloed." Het nieuwe tuinseizoen komt eraan. "We zijn dan ook volop bezig met de kweek van tulpen en bloembollen op pot en de violen gaan weer bloeien, overal de kamerplanten van groot tot klein. Vanaf half maart komen er weer verschillende groente- en kruidenplanten binnen." Veel klanten dus. En veel gesprekken. Tiny: "Zeker vaste klanten maken graag een babbeltje en dat vinden we leuk." Koois haakt daarop in: "Als er daarvoor tijd is natuurlijk." (lachend) "Soms voel ik me dan net een psychobog. We geven ook graag advies over het inrichten van een tuin. Want je kunt niet zo maar van alles planten. Wij weten er veel van. En dat's niet zo gek: we zijn ertussen geboren!"

Hoogendoorn Kwekerij
Hartogsweg 11 | 8271 PE IJsselmuiden
www.hoogendoornkwekerij.nl
Telefoon (038) 331 5131



Geraniumdagen

De laatste week van april en de eerste week van mei houdt Hoogendoorn Kwekerij de jaarlijkse Geraniumdagen met aanbiedingen. Een ware traditie in de wijde omgeving. 's Ochtends vroeg al staan mensen voor het hek te wachten. Zij hoeven niet bang te zijn dat ze mis grijpen want er zijn honderdduizenden perkplanten op voorraad.



Jacky's Hoorstudio

Uw audicien dichtbij



- Vakkundig en onafhankelijk advies
- Gehoorrevalidatie met vrijblijvende proefperiode
- Gehoorbescherming universeel en op maat
- Service en onderhoud van uw hooroplossing
- Second opinion

Jacky's Hoorstudio
Ds van Diemenstraat 6b
7711 JM Nieuwleusen

0529 – 23 20 40
info@jackyshoorstudio.nl
www.jackyshoorstudio.nl

Ook wij zijn er weer
klaar voor #voorjaar



www.gardenbuildings.nl

Marsweg 1a, 8013 PD Zwolle



Trendhopper

NIEUW!

**IS TERUG OP
WOONBOULEVARD ZWOLLE!**

**MEER DAN 2400M²
VOOR ALLES OP HET GEBIED
VAN WONEN!**

**KOM VAN DIE
BANK AF**

**VOOR ONZE
GLOEDJE NIEUWE
TRENDHOPPER
ZIJN WIJ OP
ZOEK NAAR
VERSTERKING!**

INTERESSE?

Stuur je sollicitatiebrief naar
woonboulevardzwolle@trendhopper.nl



**MEER
INFO?**

Kijk op onze
social media
voor de
complete
vacature!



Tot gauw! Grote Voort 50, 8041 BE Zwolle

POST VAN DE MINISTER-PRESIDENT!

Vandaag werden Kiki en Sam uit mavo 3 verrast met een wel heel bijzondere brief uit Den Haag. Minister-President Rutte complimenteerde hen met de wijze waarop zij het slavemijverleden d.m.v. een filmpje in beeld hadden gebracht. De brief was in antwoord op een schrijven van deze leerlingen, hun klasgenoten en docent levensbeschouwing Ida Verwoert, waarin ze aandacht vroegen voor dit onderwerp.

In de periode voor de kerstvakantie werd door de derde klassers van het Meander College tijdens het vak levensbeschouwing nagedacht over verschil en ongelijke behandeling. Om vervolgens, aan de hand van een praktische opdracht, verband te leggen tussen het Nederlandse slavemijverleden en het huidige maatschappelijke debat over onder andere excuses maken, white privilege en institutioneel racisme. Ook werd in de klas gesproken over het nieuws dat het kabinet op 19 december 2022 op meerdere plaatsen in de wereld slavemijverexcuses zou maken, waarop het idee ontstond om het kundig gemaakte, informatieve filmpje te delen met de minister-president. In reactie hierop schreef Rutte: "We kunnen het verleden niet veranderen, maar wel onder ogen zien. Jullie presentatie draagt hieraan bij en daar wil ik jullie hartelijk voor bedanken."

Benieuwd naar het filmpje? Neem dan een kijkje op de homepage van het Meander en klik op Ketil Koti. Of ga naar: <https://youtu.be/LqG7bBvrBfA>



Daltononderwijs, wat houdt dat in?

Dalton onderwijs op Dalton kindcentrum de Markesteen Zo'n honderd jaar geleden bedacht Helen Parkhurst op een eenmanschooltje in Amerika een manier om alle kinderen de aandacht te geven die ze verdienen. Haar aanpak werd overgenomen door de State High School in Dalton en kreeg zo de naam Dalton. Hoewel er veel is veranderd, past de kern van haar werkwijze heel goed in het onderwijs van nu. Zo goed zelfs, dat het aantal scholen dat de Daltongedachte navolgt sterk groeit.

De Markesteen is een Daltonschool. Telkens weer ervaren we hoezeer Dalton bij de Markesteen past. Bijvoorbeeld, omdat de principes van Dalton zo goed in ons dagelijks handelen zijn toe te passen. En ook, omdat de school zijn eigen gezicht behoudt, want er zijn geen twee Daltonscholen gelijk. Dalton heeft geen eigen lesmethoden of strikt voorgeschreven werkwijze. Dalton is vooral een manier van doen, gebaseerd op vijf principes/kernwaarden:

- Vrijheid in gebondenheid/ verantwoordelijkheid
- Zelfstandigheid
- Samenwerking
- Evaluatie/reflectie
- Effectiviteit/doelmatigheid

Deze principes/kernwaarden helpen om ons voornaamste doel te bereiken: "Ieder kind de kans geven zich op veel terreinen optimaal te ontwikkelen,

zodat het later als volwaardig mens in de maatschappij kan functioneren." Naast kennisontwikkeling bij kinderen vinden we het dus van groot belang om de Daltonvaardigheden bij kinderen te ontwikkelen. Voor het overdragen van kennis zetten we moderne (effectief bewezen) methoden in, passend bij de vaardigheden die we bij de kinderen willen stimuleren. Kinderen vinden het prettig om op deze manier te werken, het biedt veel structuur, en we horen positieve geluiden uit het voortgezet onderwijs over de goede aansluiting vanuit groep 8. Alle leerkrachten op de Markesteen hebben naast hun basisopleiding als leerkracht nog een extra 2 jarige opleiding tot Daltonleerkracht gevolgd. Ook de medewerkers van het kinderdagverblijf in de school volgen (of hebben deze al gevolgd) de opleiding tot Dalton pedagogisch medewerker.

Wilt u meer informatie over de Markesteen, een rondleiding inplannen of uw kind aanmelden? www.markesteen.nl 038 4604411

Of mail met Jorien Griffioen directie-markesteen@ooz.nl



Leerlingen Celemum op uitwisseling in Italië

Het Gymnasium Celemum in Zwolle heeft een lange traditie van uitwisselingen met andere (Europese) scholen. Nadat deze traditie een paar jaar stil heeft gelegen door corona, kunnen een aantal leerlingen uit klas 5 dit jaar weer deelnemen aan een grote uitwisseling met scholen uit verschillende landen.

Afgelopen najaar zijn leerlingen en begeleiders van scholen uit Roemenië, Polen en Italië al op bezoek geweest in Zwolle voor een internationale projectweek met het thema 'stability'. De komende maanden vinden de tegenbezoeken plaats. Het spits werd afgebeten door de leerlingen en docenten die naar Carpi in Italië afreisden.

De leerlingen verbleven deze week in een Italiaans gastgezin. Zo konden ze ervaren hoe het Italiaanse gezinsleven er aan toe gaat. De uitwisselingsweek in

Italië stond in het teken van het thema 'sustainability'. De hele week hebben de leerlingen van de verschillende scholen opdrachten gedaan die bij dit thema passen.

Naast de activiteiten rondom het thema 'duurzaamheid', was er ook genoeg ruimte voor andere zaken. Zo zijn de leerlingen naar Florence geweest om daar musea te bezoeken en de stad zelf te bekijken. Ook zijn er teambuilding activiteiten gedaan om de leerlingen uit de andere landen wat beter te leren kennen. De school in Carpi en Carpi zelf zijn bezocht en er is een VR-workshop gegeven.

Al met al was het een zeer geslaagde week. Een uitgebreid verslag van deze uitwisselingsweek en de andere uitwisselingsbestemmingen zijn te vinden op: <https://www.celemum.nl/voor-leerlingen/internationalisering/>



Bestel op onze website met **code: lakrimi2** en ontvang **korting!** Of lever deze bon in.

Scan de QR code en bestel nu Bij Lakrimi Hasselt & Genemuiden

www.lakrimi-hasselt.nl

www.lakrimi-genemuiden.nl



"Rikels dé enige onafhankelijk Slaapexpert in uw regio"

Vanaf 1897 is Rikels de Slaapexpert van uw regio. Rikels Slaapexperts is de enige onafhankelijke slaapspecialist met 100% gerenommeerde merken, zo kunnen wij open adviseren zonder ons te committeren aan één merk.

Het familiebedrijf heeft al meer dan 100 jaar ervaring in de slaapkamerbranche en is het juiste adres voor aanschaf van een nieuw matras of slaapsysteem. "Onze droom begon in 1897, die van u begint bij Rikels" Wenst u een afspraak te maken? Dan kan dan via onze digitale afsprakenplanner op de website www.rikels-slaapexperts.nl



Sander van Klompenburg, eigenaar Rikels Slaapexperts

RIKELS
S L A A P E X P E R T S

Omdat we niet allemaal op een bankje aan zee kunnen zitten...

Zoute lucht is goed voor je. Dat wisten ze vroeger al. Daarom werden kinderen met longklachten, astma, of andere ademhalingsproblemen vaak naar een resort aan zee gestuurd. Ook vandaag de dag verricht zoute lucht wonderen. Maar omdat we niet allemaal aan zee wonen (of ons een vakantie kunnen veroorloven), is er Zoutkamer Kampen. Onze zoutkamers zijn gebouwd voor mensen met ademhalings- en longproblematiek. De geconditioneerde lucht, met een hoog zoutgehalte, maakt je luchtwegen schoon en geeft je zo meer lucht en een betere weerstand.

De zoute lucht in Zoutkamer Kampen helpt om je luchtwegen schoon te maken én te houden. De reden is simpel. Bacteriën en virussen "overleven" in de geconditioneerde droge zoute aerosollucht niet. Mensen met luchtwegproblemen hebben daarom al jaren baat bij de geboden behandeling. Menigeeen heeft zelfs, in goed overleg met de arts, de medicijnen en puffertjes kunnen afbouwen of zelfs helemaal achterwege kunnen laten.

Hogere weerstand

De geconditioneerde zoute lucht van Zoutkamer Kampen kan zelfs mensen die willen stoppen met roken, goed helpen. Zij gaan veel meer hoesten en moeten het loskomende slijm kwijtraken. Regelmatig de zoutkamer bezoeken helpt ook hen om weer opgelucht adem te halen. Zoutkamer Kampen heeft de laatste tijd veel ex-covidpatiënten mogen verwelkomen. Ook zij merken een aanzienlijke verbetering door de zouttherapie. Sporters krijgen meer lucht en presteren beter, maar ook doorsnee



Zoutkamer Kampen: omdat we nu eenmaal niet allemaal een bankje aan zee hebben...

Halotherapie = Vitamine Zee! Geeft verlichting bij o.a.

- Astma
- COPD
- Sinusitis
- Bronchitis
- Rokershoest
- Post-Covid klachten

Onze Zoutkamer is 100% natuurlijk.
Vermindert in veel gevallen de noodzaak van medicatie.

Zoutkamer Kampen.nl



gezonde mensen verhogen er hun weerstand en zijn zo beter bestand tegen verkoudheid en griep. Vanwege de grote vraag heeft Zoutkamer Kampen inmiddels een tweede zoutkamer geopend. Deze kleinere kamer is vooral voor mensen met kleine kinderen

en voor privégebruik voor mensen met huidklachten, want ook daarvoor kan de zoutkamer uitkomst bieden!

Tekst: Alex de Jong
@ Attest Communicatie

Meer weten?
Zie www.zoutkamerkampen.nl of bel voor een proefsessie met 038-3332727.



WELKOM BIJ DE GROOTSTE SERTA-DEALER VAN NEDERLAND!



KLANTEN BEOORDELEN ONS MET 9,8!
★★★★★

"We slapen nu al 4 dagen voortreffelijk, eindelijk sinds tijden wakker worden zónder rugpijn!"

Ervaar het zelf wat een goede boxspring voor u kan doen!
KOM LANGS EN LAAT U ADVISEREN IN ONZE RUIE EXPERIENCE ROOM

RIKELS
S L A A P E X P E R T S

Grote Voort 72-74, Zwolle
T 038 - 453 45 14
E info@rikels-slaapexperts.nl
www.rikels-slaapexperts.nl



Net geen 200 jaar

door Gert Mooiweer



En dan is het alweer februari. Januari is voor velen een lastige en lange maand maar mijns inziens is deze maand toch ook wel weer snel voorbij gegaan. De feestdagen liggen alweer ruim achter ons en we zijn fris het nieuwe jaar gestart. De eerste uitvaarten zijn een feit.

We begonnen dit jaar eens wat verder weg. Een oude (stief) tante overleed op 99-jarige leeftijd in Zierikzee. De melding kwam op maandagavond om 18.15 uur tussen hoofdgerecht en dessert binnen. In de dagen ervoor had ik reeds contact gehad met mijn familie, omdat het plotseling slecht ging met tante Fem. De kist was uitgezocht en had ik reeds opgehaald bij de leverancier. Kaarten wilden ze zelf verzorgen en de plaats van het opbaren was reeds besproken.

Dus kon ik diezelfde maandag niet geheel onvoorbereid op pad naar het verre Zeeland. Na goed 2,5 uur sturen en met een portie slecht weer onderweg kwamen we rond 22.00 uur aan in het verzorgingstehuis waar ze woonde. Na een warme ontvangst en een goed gesprek werd de verzorging gedaan en hebben we mijn tante in haar rieten mand gelegd. Blauw van kleur, de kleur van het water. Vroeger had de familie gevaren dus in dat kader paste deze kleur perfect in het geheel wat we voor ogen hadden.

Tijdens de koffie werden er de noodzakelijke dingen besproken voordat we de terugreis aanvaarden. Tante Fem ging met ons mee, ze werd bij mij in het uitvaartcentrum opgebaard omdat ze in Zwolle begraven moest worden. In de dagen erna werd alles via de telefoon, computer en persoonlijke gesprekken geregeld en kreeg

haar uitvaart vorm. Door familie omstandigheden hadden we ruim de tijd om alles rustig te bespreken en haar laatste wensen in te vullen. Filmpjes van een mondharmonica spelende tante Fem kwamen voorbij. Zo vermaakte ze haar huisgenoten altijd in het tehuis. Wat zullen ze haar daar missen. Een jaar of 10 geleden had ze op een verjaardag van mijn moeder al eens gezegd dat ik de uitvaart moest uitvoeren en mijn grote vriend Taco moest het muzikale gedeelte op zich nemen. Nou dat heeft ze geweten. Een uitvaartdienst die klonk als een klok en het was ook voor mij de eerste keer dat de organist/pianist in een rouwdienst spontaan applaus kreeg. Dan krijg je kippenvel, neem dat maar van mij aan. Een fotografe heeft het een en ander vastgelegd op de gevoelige plaat en maakt er een waardevol boek van. Hoe mooi kan dat zijn. De begrafenis werd in stijl afgesloten bij een uitspanning in Zwolle waar heerlijke broodjes het bakkietroost compleet maakten. Een uitvaart zoals tante het gewild had. Aan alle wensen zijn voldaan op 1 na. Ze zei eens tegen mij, Gert ik heb alles nieuw, nieuwe knieën, heupen en schouders en mijn koppie is nog goed; ik word gewoon 200. Helaas is haar dat net niet gelukt. Ze heeft bijna de helft gehaald.

Een prachtige prestatie. Verdrietig maar dankbaar dat we zo lang van haar mochten genieten hebben we afscheid genomen. Een mooi mens is heengegaan. Rust zacht tante Fem.



Wat een lokale uitvaart ondernemer u kan bieden

door Margriet Krook

Meerdere malen kreeg ik vragen van lezers waarom men voor een lokale uitvaartondernemer zou kiezen boven een landelijke uitvaartonderneming.

Onderstaand geef ik graag meer uitleg. Als lokale ondernemer kennen we als geen ander de gebruiken in ons eigen gebied. Omdat u met één persoon te maken heeft, zijn de lijnen kort (van melding van overlijden tot de afwikkeling van de factuur). We zijn doorgaans persoonlijker, hebben meer tijd voor families en hun verdriet. Dat merkt u in onze dienstverlening. Die is minder zakelijk. De lokale ondernemer heeft een groot lokaal netwerk opgebouwd en kan hierdoor sneller schakelen bij de inzet van de juiste mensen en locaties. Daarnaast werken we als lokale onderneming graag samen met andere ondernemingen uit de regio, denk aan de bloemist, grafisch vormgever et cetera. Allemaal mensen met gevoel voor service- en klantgericht werken. Mensen zoals wij. Als lokale ondernemer hebben we bovendien een andere kostenstructuur. Geen duur pand, geen managers, geen omvangrijk wagenpark. Bij ons zijn de overheadkosten laag. Dat merkt u in de tarieven. Hierdoor bent u goedkoper uit. Als lokale uitvaartondernemer zijn wij 24/7 uur bereikbaar. Inderdaad; dag en nacht.

Omdat uw vragen, maar ook uw verdriet, juist nu voorop staan. En nee, het maakt niet uit waar u verzekerd bent. U kunt altijd een beroep op ons doen.

Het belangrijkste is dat u later terug kunt kijken op een uitvaart naar wens van de overledene, precies zoals u het had gewild. Kies daarom vooral voor een uitvaartonderneming die bij u past!

Mocht u uw uitvaartwensen op papier willen zetten, ik kom vrijblijvend bij u langs



Margriet Krook Uitvaartbegeleiding | info@mkuitvaart.nl | Tel: 06 - 36113000 (24/7)

AHO, IHO, LIHO?!

door Jacky Zweers-Poels



Als slechthorenden voor het eerst met hoortoestellen in aanraking komen kan dit best overweldigend zijn. Er zijn veel soorten en maten toestellen en merken. Hoe komt iemand die er nog nooit mee te maken heeft gehad er wijs uit?

Omeenkleine startte maken zijn er 3 typehoortoestellen op de Nederlandse markt. Als eerste zijn er 'in het oor' (IHO) hoortoestellen. Dit zijn hoortoestellen die helemaal in het oor gedragen worden. Alle techniek van het hoortoestel wordt in een op maat gemaakte schaal gebouwd. Deze hoortoestellen zijn soms zo klein dat ze helemaal in de gehoorgang verdwijnen en voor anderen nauwelijks zichtbaar zijn. Soms vullen ze ook een (deel) van de oorschelp, zodat er bijvoorbeeld meer techniek ingebouwd kan worden. Hierdoor kunnen deze toestellen tegenwoordig ook oplaadbaar zijn en draadlos verbonden worden aan een mobiele telefoon. Dan zijn er ook twee soorten hoortoestellen die achter het oor gedragen worden. De eerste vorm zijn de 'luidspreker in het oor' (LIHO of RIC) toestellen. Hierbij wordt een hoortoestel achter het oor

gedragen met een dun omhuld koperdraadje het oor in, waaraan de luidspreker bevestigd zit. Het voordeel van deze toestellen is dat het kastje achter het ook wat kleiner kan zijn en dat de toestellen minder fluitgevoelig zijn. Het nadeel is dat ze wat meer onderhoud nodig hebben. De derde variant is ook een toestel dat achter het oor gedragen wordt (AHO of BTE), met een luchtslang het oor in. Deze toestellen hebben alle techniek achter het oor en zijn daardoor wat gemakkelijker in onderhoud. Deze toestellen kunnen daarmee ook vaak grotere gehoorverliezen aan. Hoewel ze ook zeker heel geschikt zijn voor de beginnende slechthorende.

Er is nog veel meer te vertellen over de verschillende type hoortoestellen. Welk hoortoestel er geschikt is voor iemand ligt aan de wensen en de anatomie van het oor. Samen kijken we hiernaar en maken we de keuze voor een bepaald type hoortoestel. Daarna komt er nog de keuze voor welk merk en welk techniekniveau, maar daarover een andere keer meer.

Meer weten over de mogelijkheden die er allemaal zijn, neem contact op voor een afspraak.

Jacky's Hoorstudio
Uw audicien dichtbij

Het hart van IJsselland De dood, de nacht en ik

door Marisa Bremer

'Het maakt niet uit hoe erg ik kraak, als de melding komt heb ik opeens nergens meer last van.' Esther, Petra en ik hebben het over hoeveel wij van ons werk houden en in dit geval de laatste verzorging. De eerste zorg voor de overledenen. De dagen zijn lang en de nachten kort, maar toch schieten we onze jas aan en starten de auto. Door weer en wind. Of we nu kraken of niet.

Wat voor velen een luguber gevoel oproept, geeft ons een gevoel van warmte dat niet in woorden is uit te drukken. Zou dat het zijn wanneer men spreekt over 'je roeping' vinden? Zou het echt letterlijk betekenen dat je, onhoorbaar voor anderen, geroepen wordt door iets onbenoembaars. Dat het naar je blijft zingen tot je eraan toegeeft?

Laatst las ik een gedicht met een zin die mij raakte. 'It's giving until the giving feels like receiving.' 'Het gaat om geven tot het geven voelt als ontvangen.' Dit is van een heel ander kaliber dan het geven tot je uitgeput raakt. Het heeft ook niets te maken met iets te willen compenseren, je recht om te bestaan willen verdienen of je als een heilige voordoen. Want dat laatste zijn wij, de verzorgers van de doden en zij die voortleven, zeker niet. Het is liefde. Niet de romantische. Niet de vrome. Geen halleluja. Het is dat gevoel precies te zijn waar je moet zijn. Onder de mensen, waar geleefd wordt. Ja, ik zei geleefd. Waar harten breken, waar tranen en de oerkracht van een mens stromen. Bij de dood ben je verbonden met al wat leeft. We spreken vaak over de laatste verzorging, maar in het licht van afscheid is het eigenlijk de eerste verzorging. Een liefdevolle en zorgvuldige verzorging staat aan het begin van afscheid nemen. U kunt ervoor kiezen om dit samen te doen met onze verzorgers en mij. Of door de mensen die met de rituelen van uit de geloofsovertuiging vertrouwd zijn. Wij werken met iedereen samen. Door velen



wordt dit achteraf beschreven als troostend, verzachtend en helend. Wilt u dit niet, dan kunt u dit met een gerust hart aan ons overlaten. Dus ja...als we opgeroepen worden, dan gaan we. Want het is met geen pen te beschrijven wat het met je doet, wanneer je in de holst van de nacht, omringd door de winterse sterrenhemel achter de verzorgingsbus rijdt, op weg met een overledene die aan onze zorg toevertrouwd is. Het grootlicht van de verzorgingsbus beschijnt aan weerszijden van de oude landweg de bevroren, kromme bomen, terwijl we de weg zoeken in het door maanlicht beschenen landschap. Het is het gevoel van... de dood, de nacht en ik.

Zoekt u iemand die u helpt rondom een overlijden?

Wij zijn bereikbaar via 0382054038. U wordt hier dag en nacht te woord gestaan en direct geholpen.

Meer informatie vindt u op www.ijssellanduitvaartzorg.nl en met regelmaat op facebook en instagram.





DE BESTE ZONNESTUDIO VAN MEPEL

De beste zonnestudio van Meppel met de professionele banken van Ergoline.

Zonnen kan bij ons al vanaf €13 per 15 minuten. Daarna betaald u het normale tarief per minuut. Onze zonnestudio houdt zich aan de Kwaliteitsnormen van Stichting Verantwoord Zonnen.



- ✓ Welkom zonder afspraak
- ✓ Zonnen vanaf €13
- ✓ Voordelen voor vaste klanten
- ✓ Gratis parkeren

Hoofdstraat 88
7941AL Meppel
0522 - 859094



warnders tandtechniek

Gemeenteweg 226
7951 CW Staphorst
tel. 0522 46 25 15

OPENINGSTIJDEN:
maandag t/m vrijdag
van 9:00 tot 17:00
zaterdag
van 9:00 tot 11:00

Markt 7 | 8061 GC Hasselt | 038-4578455

Bestel nu online met
een gratis drankje!



La Vera Pizza



www.laverapizza.nl



Omkeuren van 25 naar 45 kilometer. bij RB WHEELS



U kunt nu bij ons ook uw snorscooter omkeuren van 25 naar 45 kilometer. Wij verzorgen dan ook de nodige aanpassingen hiervoor.

Wij hebben een ruim Assortiment aan helmen, en eventueel ook helm koffers/rekken



Happy Garden Wereldrestaurant

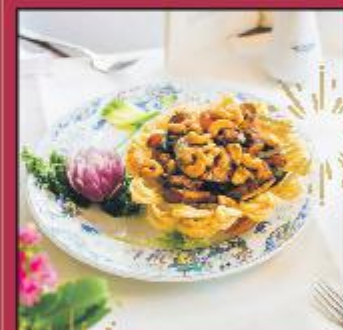
All-inclusive restaurant voor jong en oud

Bedrijfsuitje!

Wil je gezellig uiteten met je bedrijf? Kom dan naar Happy Garden Kampen en geniet met alle harde werkers van onze wereldkeuken in een heerlijk all inclusive diner!



Het grote voordeel van onze arrangementen is dat je op voorhand weet wat de kosten zijn en dat niemand iets te kort komt! Ook voor grote groepen draaien wij onze handen niet om! Tevens kan er op rekening betaald worden, lekker makkelijk. Reserveer snel een tafel!



Prijzen
Maandag-donderdag
Volwassenen € 35 p.p.
Senior 65+ € 33
Kinderen 3-12 jaar leeftijdjaar x € 2,50
Vrijdag-Zondag
Volwassenen € 38 p.p.
Senior € 35 p.p.
Kinderen 3-12 jaar leeftijdjaar x € 2,50
DINSDAGS GESLOTEN

*Gratis Parkeerterrein
*All-inclusive arrangement
*Makkelijk bereikbaar

Blauwe Engel 5 8265NL
Kampen (bij AH Stationskwartier)
www.happygardenkampen.nl
Tel: 038-3314955



Metamorfose is tegelijk terugkeer op het oude nest

door de redactie

Een frisse herstart, zo zou je de opening van Trendhopper aan de woonboulevard aan de Grote Voort kunnen noemen. Dezelfde eigenaren maar een andere woonwinkel. Met dus een nieuwe, frisse en hippe collectie.

Voor Nick, samen met zus Laura eigeaar van de nieuwe Trendhopper, voelt het als een soort van thuis komen. "In onze familie wordt wel gezegd dat we terug zijn bij onze oude liefde. Want vanaf 1993 hadden mijn ouders op deze plek ook al een Trendhopper winkel. De afgelopen elf jaar was dat een Leen Bakker. We zitten dus al dertig jaar in dit pand." Duidelijk is dat we hier te maken hebben met een echte ondernemersfamilie, en dat begon al met de overgrootvader van Nick en Laura. "Die is gestart met de verkoop van meubelen en het stofferen van woningen, dat was in Coevorden. In 1989 begonnen mijn ouders een eigen winkel in Coevorden. Hoe toevallig werd ik uitgerekend op de dag geboren dat die nieuwe winkel openging. 's Ochtends was mijn moeder nog de matten aan het stofzuigen en 's avonds was ik er. Laura en ik zijn dus al de vierde generatie ondernemers van de familie."

Bbed

Al vanaf zijn twaalfde werkte Nick na schooltijd in de zaak van zijn ouders, onder andere in het magazijn en daarnaast in andere functies. Waarschijnlijk is toen ook door zijn vader het ondernemersbloed gaan stromen. Ik heb HBO Small Business & Retail Management gestudeerd." Waarmee hij volledig klaargestoomd bleek om mede-aandeelhouder te worden van de zaak van zijn ouders. Laura is afgestudeerd in de orthopedagogie en heeft een jaar of zes geleden de passie voor de winkel en retail ontdekt. Laura is de

drijvende kracht op de achtergrond en Nick is actief op de voorgrond. "Qua assortiment is er veel meer keuze en zijn er meer mogelijkheden in bijvoorbeeld onze stoffencollectie. Bij elkaar zijn er zo'n 200 stoffen en kleuren beschikbaar. En alles heeft een goede prijs/kwaliteitsverhouding."

Uitdaging

Een leuke, frisse, hippe collectie: dat is waar Trendhopper een toegevoegde waarde in wil zijn. "Daarnaast is het ook goed om de collectie aan te passen voor mensen in deze regio", voegt Nick daar nog aan toe. "We merken dat in Zwolle en omgeving de woonstijlen uiteen lopen en passen daar ons assortiment op aan." Wat zeker helpt bij het genereren van klandizie is de locatie op de woonboulevard. "De nabijheid van andere woonwinkels genereert 'traffic'. Dat was in de binnenstad minder, de meeste bezoekers van het centrum zijn nu eenmaal niet direct in de stemming voor een woonwinkel." Het kan er dus alleen maar nog mooier op worden. Maar de winkel is dat al. En dat is volgens Nick ook zeker te danken aan het team. "Dat heeft zich met de overgang naar Trendhopper aangepast en zich mee-ontwikkeld. Zonder deze mensen kunnen we deze mooie winkel niet draaiend én interessant houden."

Kom dus allemaal een kijkje nemen in deze nieuwe winkel. En lijkt het je leuk om hier te werken? Trendhopper is nog op zoek naar uitbreiding van het hechte team.

Een leuke, frisse, hippe collectie: dat is waar Trendhopper een toegevoegde waarde in wil zijn.



Links eigenaresse Laura de Bè, rechts eigenaar Nick de Bè van Trendhopper Zwolle

Winnaar Puzzelactie

Volare Exclusieve Damesmode



Vorige week was het dan zover, de trekking van de winnaar in de grote puzzelactie van Volare. Uit de bijna 300 juiste inzendingen werd de heer Van de Streek uit Zwolle als de gelukkige winnaar getrokken.

Afgelopen zaterdag kwam de heer Van de Streek samen met zijn vrouw naar de winkel van Volare aan de Oude Vismarkt om een setje LOTT oorbellen uit te zoeken. Deze keuze was voor mevrouw Van de Streek niet echt gemakkelijk mede doordat Volare een zeer grote collectie heeft van ruim 250 modellen. Uiteindelijk is zij toch zeer geslaagd en is ontzettend blij met de prijs. Heeft u ook interesse in LOTT oorbellen of in de schitterende nieuwe voorjaarscollectie van Volare? Kom dan gezellig langs en laat u adviseren door Hanneke van Suis.

Volare Exclusieve Damesmode | Oude Vismarkt 21A | 8011 TA Zwolle | Tel.: 038-3030078
| info@volaremode.nl | www.volarewebshop.nl

Winnaar Puzzelactie

Bos Bedden



In de maand december konden klanten van Bos Bedden een woordzoeker maken. De oplossing van deze puzzel kon worden ingeleverd en zo kon je kans maken op een dekbed. De oplossing 'Een bed van Bos maakt heel wat los' werd door ruim 180 mensen geraden en ingeleverd. Uiteindelijk werd mevrouw De Gooijer uit Meppel gekozen. Ze heeft afgelopen donderdag haar nieuwe dekbed opgehaald.

Prijswinnaar Midweek/weekendje weg 't Hooge Holt:

Irene te Velde-Haan uit Zwolle is de gelukkige winnares! Heel veel plezier gewenst!



WINTER SALE

LAATSTE WEEK!

10% tot wel

50% KORTING

op boxsprings, slaapkamers, bodems, matrassen, overtrekken, kasten, dekbedden, hoedlakens, comfortbedden, kussens ...



KOOOPS SINDS 1840 BEDDEN

Dé slaapwinkel met de beste service en kwaliteit



Rondweg 72 Wezep Tel: 038 376 12 12 afspraken@koopsbedden.nl www.koopsbedden.nl

Zondags gesloten

Negen beeldend kunstenaars exposeren in Sluispoort

'Wat een verbeelding!' valt in de smaak

door Anja Bos

Opnieuw biedt de expositieruimte van Museum Schoonewelle, te vinden op de tweede etage van Sluispoort Zwartsluis, ruimte aan meerdere kunstenaars om hun werk te exposeren. Na de geslaagde expositie 'Roots', met werken van zes oud-inwoners van Zwartsluis, zijn nu maar liefst negen beeldend kunstenaars van de partij op de expositie 'Wat een verbeelding!' Al deze kunstenaars maken deel uit van een groep die zich tijdens voorjaar en lente presenteert in beeldentuin de Schoppert in Hattem. 'Wat een verbeelding!' is te zien tot en met zaterdag 1 april.

De negen kunstenaars, afkomstig uit Elburg, Zwolle en Hattem, hebben hun (ver)beeldend vermogen flink aan het werk gezet. Zij hebben in Museum Schoonewelle een sterk gevarieerde collectie uit hun oeuvre samengesteld. In de meest letterlijke zin zijn het inderdaad vooral beelden die de aandacht opeisen. Daarnaast zijn er van Anna Kroes (83), eigenaresse van de Schoppert in Hattem, schilderijen te bewonderen. Bloemrijke schilderijen waarvoor zij de inspiratie vooral in haar eigen tuin opdoet.

Belangstelling

Direct na de start van de expositie bleek al dat deze bij de bezoekers in de smaak valt. Dat valt onder meer te constateren uit het feit dat bij meerdere geëxposeerde werken al het bordje 'verkocht' ligt. Opzet, afwisseling en de kunstzinnige inbreng van de exposanten maakten meer los. Zo was RTV Oost al te gast aan de Handelskade om er een mooie sfeerimpressie te maken.

Beeldhouwers

Jan Haanstra (73) uit Zwolle werkt graag met keramiek. Hij heeft hij een voorkeur voor het meer technische aspect en maakt vooral vierkante, rechthoekige en bolle vormen. Beeldhouwen heeft hij zich ook eigen gemaakt. "Dan werk ik met allerlei steensoorten, zoals diabas, serpentijn, speksteen of albast. Ik beperk me niet tot één stijl, maar mag ook graag m'n grens verleggen", aldus Haanstra.

Wim Goois (76) is met beeldhouwen begonnen toen hij met vervroegd pensioen ging. "Ik werk uitsluitend met steen. De beelden die ik maak zijn overwegend figuratief, soms abstract."

Stephan van Deelen (51) uit Zwolle werkt uitsluitend met albast, serpentijn en hout.

Fascinerend

Ariëne Schakelaar (44) uit Zwolle heeft altijd al interesse gehad in stenen en beelden. "Het werken met stenen die al miljoenen jaren oud zijn vind ik erg fascinerend", geeft ze aan. "Elke steen is voor mij een nieuwe uitdaging. De ene keer werk ik vanuit een beeld dat ik in mijn hoofd heb en in grote lijnen heb uitgetekend. De andere keer volg ik de vorm van de steen en ga vanuit die vorm verder werken. Ik werk met verschillende soorten steen, zoals speksteen, albast en serpentijn."

Keramiek

Bea Jaket (62) uit Elburg heeft zich toegelegd op het werken met keramiek. "Ik werk figuratief en abstract waarbij ik de vorm van de steen van albast, serpentijn of seleniet het beste tot zijn recht laat komen", vertelt zij over haar werk. Ali Haanstra (74), Debby Zantinge (65) en Anna Niermeijer (72) hebben niet alleen met elkaar gemeen dat ze uit Zwolle komen, maar ook dat zij net als Bea Jaket beelden en sculpturen maken van keramiek. Haanstra's voorkeur gaat uit naar het maken van figuratieve of sprookjesachtige beelden. Voor Debby Zantinge is de natuur haar grootste inspiratiebron en de sculpturen van Anna Niermeijer zijn geïnspireerd door mens, dier en natuur. In haar creaties maakt zij gebruik van zelf samengestelde glazuren. Boeiend aspect van 'Wat een verbeelding!' is het vaak grote verschil in creaties. Iedere beeldend kunstenaar past zijn of haar eigen technieken en ideeën toe. Dat resulteert in een sterk gevarieerde en ook kleurrijke tentoonstelling, waar menig bezoeker alleen maar een blij gevoel van krijgt.

Voor meer informatie: www.sluispoort.nl



Een bescheiden indruk van de grote variatie die te zien is op de expositie 'Wat een verbeelding!' (Foto: Anja Bos)

Training start op 16 maart – Opgeven kan tot 9 maart

'GOED omgaan met dementie' voor inwoners Zwartewaterland

door Anja Bos

Marjke kan haar voorkeur niet vinden. Wat kun jij doen? Daarover gaat de training 'GOED omgaan met dementie' voor alle inwoners van Zwartewaterland. Deze training start 16 maart en wordt gehouden in Het Teeuwland in Hasselt. Opgeven is mogelijk tot 9 maart.

In de gratis basistraining 'GOED omgaan met dementie' leer je stapsgewijs vaardigheden die belangrijk zijn wanneer je in contact komt met mensen met dementie. Je leert dementie herkennen. Je leert contact maken. En je leert iemand op de juiste manier helpen. Bijvoorbeeld op straat, in het café of in de bibliotheek.

Herkennen

"De komende jaren krijgen we allemaal te maken met dementie", zegt wethouder Jan van der Poel. "In je familie, op straat of bij de bakker. Dan is het belangrijk dat je dementie herkent en dat je weet wat je kunt doen." Het begint dus bij dementie herkennen. En dat is nog best lastig. "Als een kind de weg kwijt is, stap je er gemakkelijk op af", weet Van der Poel. "Bij een volwassene zijn we meer terughoudend. Als je het wel herkent, kun je iets doen. Dan stap je er op af, stel je je voor en ga je rustig in gesprek. Deze training helpt je daarbij."

Inhoud

De training duurt 2,5 uur en bestaat uit twee delen. Het gaat over dementie herkennen. Over signalen. Over de werking van de hersenen. Het tweede deel is meer praktisch. De deelnemers komen zelf met voorbeelden van situaties met mensen met dementie. Vervolgens wordt besproken wat je in die situaties kunt doen. De training wordt gegeven door Marieke Koopman en Gerard Meijer van Samen Dementievriendelijk.

Positieve gezondheid

De gemeente Zwartewaterland stimuleert de Positieve Gezondheid van alle inwoners. Voor mensen met dementie betekent dit dat niet de ziekte, maar een betekenisvol leven centraal staat. We gaan dus uit van de eigen kracht en zelfregie en stimuleren zelfredzaamheid. Soms redt een inwoner het niet op eigen kracht. Dan is het sociale netwerk van groot belang. Waar nodig wordt gerichte hulp en ondersteuning geboden.

Meer informatie over de dementieaanpak in Zwartewaterland staat op

www.zwartewaterland.nl/dementievriendelijk.

Samen Dementievriendelijk

Samen Dementievriendelijk bevordert de bewustwording rond een goede omgang met dementie. Hiervoor wordt de methode GOED gebruikt. Dit staat voor Geruststellen, Oogcontact, Even meedenken en Dankjewel. Samen Dementievriendelijk is een initiatief van Alzheimer Nederland en het ministerie van VWS. Samen Dementievriendelijk merkte Zwartewaterland vorig jaar aan als dementievriendelijke gemeente. Dit betekent dat de gemeente de kennis over het herkennen en omgaan met dementie heeft vergroot en zich blijvend inzet voor mensen met dementie en hun mantelzorgers.



In de gratis basistraining 'GOED omgaan met dementie' leer je stapsgewijs vaardigheden die belangrijk zijn wanneer je in contact komt met mensen met dementie

Opgeven

Belangstellenden kunnen gratis deelnemen aan de training 'GOED omgaan met dementie'. De training vindt plaats op donderdag 16 maart van 19:00 tot 21:30 uur in Het Teeuwland in Hasselt. Opgeven kan door een mail te sturen naar: sociaaldomein@zwartewaterland.nl met daarin vermelding van naam en telefoonnummer.

Opgeven kan tot uiterlijk 9 maart.

Bos Bedden

Droom bedden

3.000 M2
showroom
vol beleving
en inspiratie



Elba Fiore deelbaar ledikant

Stijlvolle comfort/zorg ledikant

Stijlvolle comfort/zorg ledikant ook leverbaar in lengte 220 cm.

voor: € 4.530,-

**Uw Comfort
Onze zorg!**

Wist u dat?

Dit bed voorzien is van alle eisen op het gebied van comfort en ergonomie van een modern zorgbed. Daarnaast bevat dit bed ook de diverse benodigde keurmerken.



Elba Excellent deelbaar ledikant

Leverbaar in diverse houtkleuren

Uitvoering 180x200 waarvan 1 x hoog laag € 4.180,-



Comfortlift boxspringbox hoog laag

Extra opties/ mogelijkheden toepasbaar

Uitvoering 180x200 waarvan 1 x hoog laag € 5.685,-



auping
met liefde

Auping Auronde deelbaar ledikant

Leverbaar in diverse maten en kleuren

Uitvoering 160x200 € 3.500,-



Elba Royal deelbaar Ledikant

Ruime keuze uit stoffen & leverbaar in lengte 220 cm

Uitvoering 180x200 waarvan 1 x hoog laag € 4.180,-



Hannah deelbaar ledikant

Ook leverbaar in andere maten en met bijpassende nachtkastjes/ linnenkast

Uitvoering 160x200 cm. van € 1.192,- Voor € 993,-

Nieuwleusen
Den Hulst 33
7711GK Nieuwleusen
Tel. 0529 48 12 23
Nieuwleusen@bosbedden.nl

Nijverdal
Albert Einsteinstraat 11
7442DK Nijverdal
Tel. 0548 74 00 30
Nijverdal@bosbedden.nl

Iedere vrijdag koopavond | zondags gesloten
Prijs en zetfouten voorbehouden



bosbedden.nl



Nieuwleusen | Nijverdal



**Kom langs voor
een adviesgesprek!**

Hoogendoorn Kwekerij

Hartogsweg 11 IJsselmuiden

0383315131

De aanbiedingen zijn geldig
t/m 8 maart en OP=OP.



Tulpen

3 bossen

5,-



Strelitzia

Vanaf

9,95

Haagbeuk

'Plant ze nu!'

bos van
25 stuks

24,95



Bollen op pot

Tulp
Narcis
Krokus
Hyacint
Blauwe druif

4 potten

2,50



Bij ons vindt u al het groen voor huis en tuin tegen een betaalbare prijs

Cranio ondersteunt om fysieke en emotionele veerkracht te herstellen

Emotionele klachten

Rug-, nek- en
schouderklachten

Spier- en gewrichtspijnen

...ontdek de
krachtige werking van
bindweefseltherapie



CRANIO SACRAAL
THERAPIE STEENWIJK

Roelie Vijverberg
06-15449378

Informeer vrijblijvend naar de mogelijkheden voor uw klacht(en)

www.craniosacraaltherapiesteenwijk.nl | Info@craniosacraaltherapiesteenwijk.nl

De kracht van zachtheid

Het is een vaak oude gedachte dat om verder te komen je 'door de pijn heen' zou moeten. Ik zie dagelijks mensen zich verbazen over het grote effect van Cranio Sacraal Therapie terwijl de aanraking zo zacht is. Soms wekt dit een 'zweverige' indruk bij mensen, terwijl de behandeling in feite heel down to earth en fysiek en mentaal helder is.

Soms vertellen mensen mij semi-trots dat ze een bepaalde aandoening of ziekte hebben, maar er niets om laten. De hardheid waarmee velen van ons met zichzelf en hun lichaam omgaan, is vaak pijnlijk om te zien. En de klachten komen daardoor zeker niet in beweging, maar verergeren vaak juist. Het patroon van niet zeuren maar doorgaan en flink zijn, laat weinig ruimte om in de diepte te voelen en onderzoeken wat een klacht eigenlijk te vertellen heeft.

Vrij regelmatig ontroerd de zachtheid van de behandeling mensen sterk, omdat ze gewend zijn dat er geduwd en getrokken wordt en ze soms eerst een paar dagen moeten puinruimen na een behandeling. Cranio ondersteunt om te vertragen en te verzachten, waardoor harde vastzittende stukken in beweging gaan komen. Als weefsel op celniveau zijn oorspronkelijke vorm gaat terugvinden, is het resultaat dat mensen ruimte gaan ervaren. Het systeem wordt soepeler, en vaak wordt de persoon zelf blijer, energiever en opgeruimder. In eerste instantie voor zichzelf, maar

ook zeker voor de omgeving. Iemand die letterlijk niet lekker in z'n vel zit, is over het algemeen ook niet altijd fijn gezelschap. Alles is energie, dus spanning straalt vaak letterlijk van iemand af en heeft effect op de directe omgeving.

Tijdens een behandeling Cranio wordt het gehele systeem eigenlijk uitgenodigd los te laten. En (on)bewust houden we van alles vast, zowel fysiek als emotioneel. De overtuiging/levensvisie van niet zeuren, flink zijn en doorgaan, is eigenlijk een uitnodiging tot vasthouden. En dit kost veel meer energie dan loslaten. Heb jij ook behoefte om los te laten? Maar heb je wellicht geen idee wat je vasthoudt of hoe je zou moeten loslaten? Cranio Sacraal Therapie kan je op zachte, liefdevolle en ontspannen manier ondersteunen en is bovenal erg aangenaam voor lichaam en geest. Als bovenstaande resoneert, dan ben je welkom om te ontdekken hoeveel fijner het leven voelt als je dat wat jou niet meer dient gaat loslaten en vanuit jouw eigen kracht je ruimte mag gaan innemen.



Fotomateriaal en verhalen van 'Ons Genoegen' gezocht

door Anja Bos

Eind april is het honderd jaar geleden dat de muziekvereniging 'Ons Genoegen' werd opgericht. In diezelfde periode is het 25 jaar geleden dat de vereniging weer werd opgeheven.

Om daar bij stil te staan houdt SCEG in samenwerking met een aantal oud-leden van het korps op vrijdag 21 april een publieksavond. Deze staat geheel in het teken van het voormalige fanfarekorps en de drumband.



Archieffoto van 'Ons Genoegen'.

Het oude archief biedt weliswaar veel officiële informatie, maar de commissie is ook op zoek naar beeldmateriaal en verhalen over Ons Genoegen: foto's en filmpjes, misschien ooit gemaakt van een optocht of optreden, serieuze of grappige verhalen of voorvallen, alles is welkom.

Wie over dergelijk materiaal beschikt, kan dit mailen naar: OnsGenoegenGenemuiden@gmail.com. Ook kan contact worden opgenomen met Henk Klasen, M. 06-10777814 of Piet Bonthuis, M. 06-55832560.

Sfeervol optreden op zaterdag 25 februari

Seamus and the Horses maken van d'Overtoom een Ierse pub

door Anja Bos

Seamus and the Horses, een Ierse Folkband uit de regio, komt zaterdag 25 februari naar d'Overtoom met hun voorstelling 'Hard times come again no more'. De organisatie is in handen van SCEG en d'Overtoom. Begonnen wordt om 20:00 uur. De entree bedraagt 12,50 euro, dit is exclusief deelname aan de whiskyproeverij die deze avond ook wordt gehouden.

Je waant jezelf in de Temple Bar deze avond, de band brengt authentieke Ierse muziek en vertelt de daarbij behorende verhalen in een sfeer van humor en gezelligheid.

Droom weg bij prachtige ballades, geniet van de traditionele Ierse folk en populaire Ierse folkpop (Flogging Molly en Dropkick Murphy's) of zing mee met de overbekende hits. Leadzanger Benyan Admiraal vertelt over de kenmerken die Ierland zo mooi maken.

Na de voorstelling in de theaterzaal wordt de avond voortgezet in het café van d'Overtoom, waar de band akoestisch nog een tijdje doorspeelt. Leuk is dat gastmuzikanten uit het 'gaellemuniger' publiek kunnen aanschuiven om mee te spelen!

Reserveren kan via: info@overtoom-genemuiden.nl



Seamus and the Horses (Eigen foto)

Belangrijke aanwinst voor cultureel Hasselt

Geboortehuis Van Rensselaer krijgt museale functie

door Anja Bos

Het geboortehuis van Kiliaen van Rensselaer in Hasselt wordt opengesteld voor publiek. De nieuwe eigenaar, The Vanneau Foundation uit Harderwijk, wil het pand inrichten als expositieruimte. Het is de bedoeling dat er een permanente tentoonstelling komt over Van Rensselaer met aandacht voor zijn jonge jaren in Hasselt, hoe hij in Amsterdam fortune maakte en daarmee zijn eigen kolonie ontwikkelde nabij Nieuw Amsterdam, het latere New York. Ook zullen de gevolgen van het kolonialisme en de 17de-eeuwse slavenhandel aandacht krijgen.

Het historische gebouw aan de Hoogstraat 12 kwam enkele weken geleden in handen van The Vanneau Foundation, een stichting die erfgoedprojecten sponsort.

Mogelijkheden

Volgens voorzitter Dario Usai is de vorige eigenaar erg blij dat het pand een museale functie gaat krijgen. Usai ziet daarvoor genoeg mogelijkheden, mede omdat Van Rensselaer in de Verenigde Staten veel bekendheid geniet. 'Er staan geregeld toeristen bij het pand. Die kunnen het straks ook van binnen bewonderen.' Wanneer Van Rensselaers geboortehuis opengaat voor

het publiek is nog onduidelijk. De stichting mikt op 2024.

Van Rensselaer

Na zijn jeugd in Hasselt, groeide Kiliaen van Rensselaer (1586-1643) in het Amsterdam van de Gouden Eeuw uit tot een vermogend man, vooral dankzij een uitstekend netwerk in de juwelenhandel. Hij werd grootaandeelhouder en bestuurder van de West Indische Compagnie, maar manifesteerde zich met name als kolonisator. Met het land dat hij in Nieuw Nederland verwierf, werd Rensselaerswijk ontwikkeld: een gebied ter grootte van een Nederlandse provincie. Na de nodige tegenslagen werd Rensselaerswijk uiteindelijk een succes. In de tentoonstelling zal ook aandacht besteed worden aan de keerzijden van dit succes voor de inheemse bevolking en de gebruikte slaven.

Meer geschiedenis

Ook een ander aspect van de geschiedenis van de locatie aan de Hoogstraat gaat uitgelicht worden. The Vanneau Foundation wil namelijk een deel van het gebouw ook inrichten voor een tentoonstelling over Peregrinus van Barmantlo. Hij was in 1481 één van de allereerste boekdrukkers in Nederland. Voldoende aanleiding voor The Vanneau Foundation om ook daarover een permanente tentoonstelling in te richten. De drukkerij stond op dezelfde plek als het huidige pand aan de Hoogstraat 12.



Het geboortehuis van Kiliaen van Rensselaer krijgt een nog grotere historische betekenis. (Foto: Anja Bos)

**MET EEN DAKKAPEL VAN
VAN HATTEM MEER**

DAGLICHT
LEEFRUIMTE
WOONBELEVING

Een dakkapel
die aan alle regels
en eisen voldoet

BEL VOOR EEN VRIJBLIJVEND
ADVIES GESPREK!

T 038 33 77 989

Van Hattem Dakkapellen, zekerheid voor u!

Wilt u ruimer wonen zonder te verhuizen, een extra slaapkamer, thuishkantoor of hobbyruimte creëren met volop daglicht en tegelijk de waarde van uw woning verhogen? Kies voor een KOMO gecertificeerde dakkapel van Van Hattem. Onze adviseurs stellen met u uw dakkapel samen zodat deze perfect aansluit bij de uitstraling van uw woning en persoonlijke wensen.

Uw adviserende dakkapel specialist sinds 2004

- ✓ KOMO gecertificeerd
- ✓ Vakkundig personeel
- ✓ Kwaliteitsgarantie
- ✓ Uitsluitend A-Merken



Op vertoon van deze advertentie ontvangt u een gratis insecten-hor!!

Kom ons team versterken!

Ben jij op zoek naar een afwisselende en uitdagende montagefunctie? Dan zoeken wij jou!
Wij vinden het belangrijk dat jij je bij ons thuis voelt, jij je gewaardeerd voelt en met plezier naar je werk gaat.
Graag gaan we met jou in gesprek.



Yaries ontwerp bureau

Interieuradvies

Een fijn interieur is een belangrijke basis. In jouw huis wordt geleefd, gewerkt, gespeeld maar ook ontspannen en genoten. Dit doet iedereen ook graag op zijn eigen manier. Wonen en werken in een omgeving waar jij blij van wordt. Jouw stijl. Jouw persoonlijke sfeer. Eigen, vertrouwd en sfeervol.

Dit creëer ik door verrassende indelingen, creatieve oplossingen en mooie materialen tot een perfect interieur.

Samen werk ik graag met jou tot een prachtig en persoonlijk eindresultaat.



Over mij

Hi! Mijn naam is Jari en ben een jonge vrouw die het een uitdaging vindt om mensen te adviseren bij hun persoonlijke interieur. In de ontwerpen die ik maak en de adviezen die ik geef, zit ook een stukje Yaries oftewel mijn persoonlijkheid in.

Betrouwbaarheid, creativiteit, rust, een luisterend oor, eerlijkheid en passie vind je altijd terug in mijn interieurontwerpen en adviezen. Deze kenmerken zich door het gebruik van lijnen, rust, spannende combinaties en rijke, natuurlijke en warme materialen met oog voor details. Door het creëren van een sterke basis in het interieurontwerp maak ik jouw woning tot jou thuis.

Samen werk ik graag met jou tot een prachtig en persoonlijk eindresultaat.

Stylingadvies

Ben je in grote lijnen al erg tevreden over je interieur, maar mist het nog net de "wauw" factor? Bij een stylingsadvies kom ik graag bij je thuis langs om de ruimte te bekijken. We zullen in goed overleg bespreken wat jouw wensen zijn. Met de nieuwste accessoires werken we tot een geweldig eindresultaat.

Kleuradvies

Loop je vast om de juiste kleur combinaties bij elkaar te zoeken?

Voor zowel vloer-, wand- als raambekleding zorg ik voor een uitdagende en verrassende combinatie. Durf jij net even een stapje verder te gaan?

Volledig interieurontwerp

Door middel van een volledig interieurontwerp kan ik je laten zien welke mogelijkheden er zijn met jouw woning. Graag kom ik bij je langs om je wensen en ideeën door te spreken. Aan de hand hiervan maak ik een volledig interieurontwerp en ontvang je het volgende uitgewerkt.

- Moodboard
- Kleuradvies (vloer-, wand- en raambekleding)
- Meubelplan
- Verlichtingsplan
- Plattegrond
- 3D beelden van het ontwerp

Jari Schaapman | Plasweg 17b 8271 CE IJsselmuiden | M: 06-34608929 | info@yariesontwerpbureau.nl | www.yariesontwerpbureau.nl

KLOPPENBURG
INTERIEUR
VELDOVEN 9- 8271 RT IJSSELMUIDEN



Uitgebreide collectie in

- RAAMBEKLEDING
- GORDIJNEN
- VLOEREN
- BEHANG
- BUITENZONWERING
- VLOERKLEDEN



**ONZE SHOWROOM,
IJSSELMUIDEN IS DICHTERBIJ
DAN U DENKT!**



Zonnepanelen en Solar Carports van Shift to Solar

Shift to Solar is de marktleider op het gebied van slimme, duurzame oplossingen. Shift to Solar biedt niet alleen zonnepanelen voor daken aan, maar bijvoorbeeld ook solar carports en fietsenstallingen met zonnepanelen. De mogelijkheden zijn zeer divers. Kies je voor Shift to Solar? Dan kies je voor innovatieve, slimme oplossingen en een partij die altijd met je meedenkt.

De ambitie van Shift to Solar is altijd geweest om te helpen aan een mooiere wereld. Daarom willen wij met onze solar fietsenstallingen, zonnepanelen en solar carports een bijdrage leveren aan de aantrekkelijkheid van steden en dorpen. De focus ligt steeds meer op milieu, verantwoord gebruik van grondstoffen en energie. We schuiven van verantwoord ondernemen naar circulair ondernemen. Willen werken voor opdrachtgevers die net als wij het

milieu serieus nemen en samen een substantiële bijdrage leveren aan een mooie, gezondere, circulaire wereld.

Zonnepanelen van Shift to Solar

Schijnt de zon? Dan betekent het dat niet alleen jij kunt genieten. Shift to Solar heeft zonnepanelen voor carports, fietsenstallingen, bedrijfsdaken en particulieren. Kies jij voor zonnepanelen van Shift to Solar? Dan kies je voor een duurzame investering, een fijne samenwerking en een zeer aantrekkelijk rendement. Zo geniet jij nog meer van de zon!

Solar Carports

Een solar carport is een carport met zonnepanelen. De zonnepanelen wekken energie op waarmee de elektrische auto's, die eronder geparkeerd staan, opgeladen kunnen worden. Een mooie duurzame oplossing voor

het opladen van de elektrische auto's van jouw personeel, klanten, gasten of bezoekers. Bovendien maak je de tijd dat de auto stilstaat op het werk of tijdens een bezoek ook nog eens waardevol. En dit bespaart niet alleen tijd, maar ook stroom die je anders thuis kwijt was.

Heb jij interesse? Neem contact met ons op. Wij nemen vervolgens zo snel mogelijk contact met jou op om een afspraak te maken.

De oplossingen van Shift to Solar zijn altijd maatwerk. Wij kijken daarom samen naar de voorwaarden die het best passen bij jouw wensen. Op de installatie hoef je niet lang te wachten, die wordt meteen ingepland en snel uitgevoerd.



shift to solar

Ceintuurbaan 15
8022 AW Zwolle
Tel. 0529-700214
info@shifftosolar.nl
www.shifftosolar.nl



Roldusol Uw zonweringsfabrikant!

Roldusol Meppel | Johan van Oldenbarneveltstraat 3 | Meppel | tel 0522-251543 | www.roldusol.nl

De gasprijs is de afgelopen dagen gestegen naar recordhoogte!

KIES NU VOOR ISOLERENDE ROLLUIKEN...

Voordelen

- Veiligheid**
 - ✔ Inbraakvertragend
 - ✔ Inkijkwerend
- Privacy en rust**
 - ✔ Geluiddempend
 - ✔ Weerbestendig
 - ✔ Lichtregulerend
 - ✔ Inkijkwerend
 - ✔ Insectenwerend
- Isolatie**
 - ✔ Energiebesparend
 - ✔ Warmte en kou isolatie
 - ✔ Weerbestendig

25% KORTING OP ZONWERING EN ROLLUIKEN*

Openingstijden: van maandag t/m vrijdag 8.00-12.00 uur en 13.00-18.00 uur

* Alleen geldig op Roldusol artikelen.

We maken alles Rechtstreeks in onze fabriek in Meppel dus snelle levering!

Xsensible

- uniek balanspunt voor een gezonde lichaamshouding
- prettige afwikkeling met veel energie
- stretchleer voor extra bewegingsvrijheid

Geen koopavonden op donderdag.

Xsensible

Assendorperstraat 120, Zwolle
tel. 038 - 421 7950
Parkeren voor de deur
www.krismanschoenen.nl

Bezoek ook onze webshop: www.krisman-westeneng-schoenen.nl



ROETFILTER- REINIGING

Roetfilter afgekeurd?*
Laat hem professioneel
reinen!

Bespaar hiermee op kosten
duur nieuw filter en op de de-
en montagekosten!

Ook voor:
- Turbo
- EGR
- Luchtinlaat
- Injectie

Reinigingsapparaat

* Sinds 01-01-23 is het bij de apk verplicht het roetfilter van dieselauto's te testen op de hoeveelheid fijnstofuitstoot. Wanneer de waarde te hoog is moet het filter vervangen of gereinigd worden.

Bel voor meer informatie of maak een afspraak!

Premio Van Essen
Ceintuurbaan 8 Zwolle
038-453 17 17
info@premio-vanessen.nl

premio
Banden • Autoservice

VAN EBBEN
Banden • Autoservice

www.van-essen.nl

Laatste week wintersale bij Koops bedden!

De laatste week van de wintersale is bij Koops bedden van start gegaan. Nog deze week kan er geprofitteerd worden van extra voordeel op showroommodellen Boxspring kisten, comfortbedden, slaapkamers, matrassen, dekbedden, kussens en bed textiel.

Wij hebben de afgelopen dagen weer diverse nieuwe voorjaars collectie ingekocht bij onze leveranciers en krijgen dus weer voldoende voorraad en daarom hebben we ruimte nodig op onze showroom zegt Ente Bosma.

Daarom hebben wij heel veel Boxsprings, slaapkamers, matrassen, bodems, kisten, bedden voor jong volwassenen, comfortbedden, zowel 1 persoons als 2 persoons, extra afgeprijsd en aangezien wij een grote showroom hebben zijn dat er vele....lacht Ente Bosma. Verder hebben we diverse voorraad matrassen van zowel pocket vering, natuurlatex en traagschuim van onder andere de merken: Royal Dreams, en Auping en tempur afgeprijsd en hebben we nog diverse Boxsprings op voorraad die ook extra voordelig zijn afgeprijsd, echt de moeite waard vervolgt Bosma, maar op = echt op!! en alles in de kwaliteit die de klant van ons gewend is maar dan tegen zeer aantrekkelijke prijzen, en alles onder onze eigen service en garantie want die blijft zoals de klant die van ons gewend is: 100%! Wij zijn niet voor niets onderscheiden met het koninklijk predicaat "hofleverancier" Bij ons komt de klant altijd op de eerste plaats.

Verder hebben wij nog op onze eigen royal koops collectie een introductie aanbieding die nog alleen deze dagen geldig is! Ook geven wij nog extra voordeel op onze enorme collectie bed textiel zoals meer dan 1200 overtrekken van de bekende merken, Essenza, Bedding house, van Dijk, kayori



en Hackett and Lane enz., en verder hebben wij nog vele honderden hoeslakens, moltons en topdekhoeslakens van de bekende merken in de aanbieding met kortingen die kunnen oplopen tot wel 50%. Tot slot hebben wij nog diverse dozen, wollen en synthetische dekbedden en uiteraard alle soorten kussens afgeprijsd Dus wees er snel bij want op = echt op!!

Koopsbedden is al generatie's lang toonaangevend op gebied van slaapcomfort en gezond slapen, en dat is nu extra voordelig.

Onze openingstijden zijn: Maandag van 13.30 tot 17.30, dinsdag tot en met donderdag van 9.30 tot 17.30, vrijdag van 9.30 tot 21.00 uur en zaterdag van 9.30 tot 17.00 uur. Zondags zijn wij gesloten!

koops bedden is makkelijk bereikbaar, aan de A28 en er is voldoende parkeergelegenheid direct voor de deur en de koffie is altijd vers bij ons Koopsbedden, vindt u aan de rondweg 72, in wezep telefoon 038-3761212. www.koopsbedden.nl en op facebook

Astma Eczeem
Griep Oorontsteking
Allergieën COPD
Hooikoorts Hoesten
Bijholteontsteking
Psoriasis Sinusitis
Cystic Fibrosis

Halotherapie helpt Resultaat al mogelijk na enkele sessies
Bel voor een gratis en vrijblijvende proefsessie **038 - 333 2727**

Opgelucht ademhalen ...



Zoutkamer Kampen
Reigerweg 15, 8263 BB Kampen
038 - 333 2727
info@zoutkamer-kampen.nl
www.zoutkamer-kampen.nl

Haarwerkspecialist Kampen



Haarwerk, pruiken, visagie
&
alle kappersbehandelingen

Hoofdkwartier Janita Kroes

Heeft u haarproblemen, plaatselijke kaalheid of ondergaat u binnenkort een medische behandeling waarbij mogelijk uw haar kan uitvallen?

Een oplossing hiervoor is een pruik of, zoals we het liever noemen, een haarwerk.

Graag help ik u met raad en daad bij het aanmeten en kiezen van het juiste haarwerk, haarstuk of haardeel.



Aanmeten, vermaken en onderhouden van uw haarwerk, sjaals, hoofdoekjes en accessoires.

- In mijn praktijk is uw privacy gegarandeerd.
- Behandeling uitsluitend op afspraak.
- Gratis parkeren voor de deur op eigen terrein.
- Een afspraak bij u thuis, in het ziekenhuis of elders is natuurlijk ook mogelijk.

Hoofdkwartier Janita Kroes

Praktijk voor Haarwerk,
Haarverzorging en Visagie.

Reigerweg 15
8263 BB Kampen
Tel. 06 - 41 55 60 26

janita@haarwerkspecialistkampen.nl

- Persoonlijke ervaring
- Gekwalificeerd Hairdesigner
- Anko erkend Haarwerkspecialist
- Meer dan 25 jaar ervaring in het kappersvak

www.haarwerkspecialistkampen.nl

Hoogsensitief? Gefeliciteerd!

De uitgever van uw krant kijkt me peinzend aan, als ik hem vertel hoeveel aarzeling en weerstand ik tegenkom als ik het woord 'hoogsensitief' laat vallen. En hoe mensen zodra je het woord alleen maar noemt, al connecties maken in hun brein met: overgevoelig, nerveus, zenuwachtig, niet down-to-earth, zweverig, en 'voorzichtig mee omgaan'.

Ik leg hem uit dat een hoogsensitief mens zich helemaal niet herkent in al deze beschrijvingen. Wat we dan wel zijn? Het is wetenschappelijk vastgesteld dat ons zenuwstelsel zeer sterk werkt. En dat we daardoor alles uit onze omgeving oppikken, alles zien, horen, ruiken, voelen en falloos aanvoelen hoe de stemming is bij een gesprekspartner of in een team. Ik vertel enthousiast verder, omdat uw uitgever zeer geïnteresseerd luistert, en dit onderwerp uiteraard mijn stokpaardje is (sorry, Rob, als ik wat breedspreek was ☹). En ik vertel hoe geweldig deze eigenschap is, omdat je er ontzettend veerkrachtig en sterk van kunt worden. Als je tenminste eenmaal weet hoe je precies in elkaar zit, en dat het bij jou anders 'werkt' dan bij anderen. Dit is in het begin lastig, omdat je zo vaak afgekeurd bent, dat je soms aan jezelf bent gaan twijfelen door alle negatieve blikken en oordelen. Veel hoogsensatieve mensen die ik spreek hebben daardoor last van een negatief

gevoel van eigenwaarde, veel negatieve gedachten over zichzelf, je niet gelijkwaardig voelen of zelfs minderwaardig vergeleken met de rest. Het is een enorm misverstand dat we onszelf vaak niet goed genoeg vinden. Het positieve nieuws: hier kun je iets aan doen. Het is daarom zo belangrijk dat je als HSP jezelf rauwkeurig onder de loep neemt, en ontdekt wie je écht bent. Dit maakt het verschil tussen een leven lang twijfelen aan jezelf versus trots en blij zijn met jezelf!

Na een interessant gesprek, waarin Rob meedenkt over mijn dilemma, speelt hij tenslotte de wijze woorden: "Weet je hoe je je volgende column moet noemen, Trea? Hoogsensitief? Gefeliciteerd!". Ik grijns, en typ een paar dagen later met plezier deze column! Bedankt, Rob!



In deze maandelijkse column schrijf ik over hoogsensitiviteit, in de vorm van informatie over HSP en observaties van het leven van alledag, gezien door mijn bril als (begeleider) HSP.

U kunt meer lezen over hoogsensitiviteit en over de coaching die ik kan bieden, op mijn website: www.logovandercingel.nl.



Kom naar Nieuwleusen!

3 Dolle Dagen 9-10-11 maart

Deze dagen **extra korting** op de naai-, en loekmachines + goodiebag



pfaff expression 710

De nieuwe voorjaars collectie stoffen + mode bladen zijn binnen. Deze dagen **20% korting** op de voorjaarscollectie + **10% korting** op haakkattoen

Ook maakt u deze dagen kans op een waardebon van €25,-

Reparatie alle bekende merken naai-, loekmachines & gratis parkeren voor de deur

NAAIMACHINES & HOBBY
Dinie Kleine

Burg. Backxlaan 348 - 7711 AL Nieuwleusen - Tel: 0529-483805 - info@diniekleine-naaimachines.nl

RED MOON
SUSHI & GRILL

Bent u jarig en bent u met minimaal 4 personen? Dan eet u als jarige gratis!

*met uitzondering van de drankjes

Wilt u een tafel reserveren? Ook met de kerstdagen bent u uiteraard van harte welkom.



Sushibox 30 stuks voor 2 personen €59,95

Sushibox 50 stuks voor 4 personen €119,95



Oudestraat 196
8261 CW Kampen
038 337 6655
info@redmoon.nl
www.red-moon.nl

Openingstijden
Maandag t/m Zondag
13.00 uur - 22.00 uur
Dinsdag
Gesloten (m.u.v. feestdagen)

Een wens
Een afscheid
Een herinnering voor altijd

Uitvaartbegeleiding
Margriet Krook

06-36113000 / 24/7 bereikbaar
info@mkuitvaart.nl
www.mkuitvaart.nl



• **Vrijblijvend uw uitvaartwensen bespreken bij u thuis**

• **Het maakt niet uit waar of hoe u verzekerd bent, ik help u**



Ik hoop u binnenkort te ontmoeten in mijn praktijk in Dalfsen!

Ik ben Celeste Hoff en heb 13 jaar gewerkt als arts vooral met chronisch zieke mensen. Door ervaring heb ik gezien wat leefstijl en voeding kan doen met je gezondheid. Sinds kort heb ik een eigen praktijk om mensen met natuurlijke middelen, voeding en leefstijl hun gezondheid weer zo optimaal en vitaal mogelijk te krijgen. Wil je preventief bezig zijn met je gezondheid? Of weten hoe je je lichaam in staat kunt stellen zichzelf te herstellen?



Nek-, schouder- of rugklachten, of een ontspanningssmassage?

U kunt bij mij terecht!
www.praktijkhofvaneden.nl
06-37296407





STUNTAANBIEDINGEN OP KUNSTGRAS EN BESTRATINGSMATERIAAL

BEL : 06 - 51960718

MAANDAG T/M VRIJDAG OP AFSpraak, OOK MOGELIJK IN DE AVOND.
ZATERDAG GEOPEND VAN 10:00 - 17:00 UUR

- Oude gebakken bestrating
- Nieuwe sierbestrating
- Grote partijen betonklinkers
- Stelcon platen
- Alle soorten grind, split, zand en grond.
- Opsluitbanden, muurblokken, etc
- Kunstgras



Nieuwe showborden met onder andere de nieuwe collectie van MBI

Voor een scherpe prijs en een goed advies komt u bij PRINSENSTEEN!

SHOWTUIN: Werkerlaan 4, Hasselt (OV) (Tussen Hasselt en Stadshagen)
www.prinsensteen.nl

De voordelen van H₂O Pro op een rij:

- Zelfs oude kalkaanslag verdwijnt
- Milieuvriendelijk
- Overall te installeren
- Zuiver natuurkundig proces
- Uniek in prijs en prestatie
- Geschikt voor een natriumarm dieet
- Volledig geluidloos
- Zonder voorschriften voor bedrijven

H₂O Pro[®]

Doorbraak tegen kalkaanslag!



- ✓ zonder zout
- ✓ zonder stroom
- ✓ zonder afvalwater

vriendelijk voor milieu en portemonnee

€675,-

www.h2opro.nl

Van Brandenburgstraat 2 | 8061 CN Hasselt (ov)
tel.: +31 85 130 39 91

Uw advertentie of artikel in onze krant?

• Neem vrijblijvend contact met ons op via:
06-51420108 of mail naar info@boshuismedia.nl

• Ook kunt u maandelijks publiceren over uw vereniging/school of stichting.

Boshuis
media

Heb jij hart voor de zorg?



Woon je in regio Zwolle, Meppel, Steenwijkerland of regio Westerveld?

Wij maken graag kennis met lieve en zorgzame mensen voor de uitbreiding van ons team.



ZorgMies maakt het leven leuker

Ben je ook regelmatig in het weekend of op een avond beschikbaar? Al vanaf een paar uur per dag (of per week) kan je als Freelancer of ZZP'er aan de slag!

Lijkt het jou waardevol om een bijdrage als ZorgMies (m/v) te leveren om onze cliënten en/of hun mantelzorgers te ondersteunen?



ZorgMies regio Zwolle e.o.

Neem contact op: 038 - 78 20 560 | [zwolle@zorgmies.nl](mailto: zwolle@zorgmies.nl) www.zorgmies.nl

YRO.NL KEUKENS & BADKAMERS

Eén vaste prijs, geen verrassingen achteraf!



Al meer dan 35 jaar ervaring met keukens en sanitair!

DE GROOTSTE KEUKEN- EN BADKAMERSPECIALIST in de Noordoostpolder

YRO VERZORGT MET EIGEN MONTEURS: Complete verbouwingen (zoals muren wegbreken, vloerverwarmingen infrezen, plavuizen leggen, montage complete badkamers en keukens, electra, stucadoeren, schilderen. Meer dan 35 jaar ervaring in montage werkzaamheden.

LUXE TOILET CONCEPT:

Compleet hangend toilet + fonteintje (Sphinx) gemonteerd inclusief leidingwerk en betegelen voor

€ 4.500,-*

LUXE BADKAMER CONCEPT:

Geheel verzorgd inclusief: leidingwerk, betegelen (Villeroy en Boch), hangend toilet (Sphinx) incl. reservoir. Mooi badkamer meubel. Thermostaat douche mengkraan met regendouche en een inloophouche met scherm. Ruime keuze in tegels met mooie kleuren.



€ 11.995,-*

* Vraag naar de mogelijkheden

SHOWROOM UITVERKOOP

We moeten plaats maken voor nieuwe modellen Showroomkeukens met kortingen tot wel 70%



Lammy CATERING
Tel. 038-477 12 71 Mobiel 06-131 80 851
www.lammycatering.nl

Colofon
De Zwartewater Express: 10.000 exemplaren
Uw advertentie of artikel bij ons in de krant? Neem dan gerust contact met ons op en vraag naar de mogelijkheden.
Tips voor de redactie? Mail dan naar info@boshuismedia.nl
De Zwartewater Express is een onderdeel van:
Boshuis Media
Julianastraat 43A • 7701 GJ Dedemsvaart
06-51420108 • info@boshuismedia.nl
www.boshuismedia.nl

Particuliere verhuizingen
Projectverhuizingen
Nieuw en internetafslaan
Verhuizingen
Kant en enkel verhuizing
Siermeubelverhuizing
Schoonmaakservice
Handyman
Opslag

uw verhuizing een frisse start

038 465 65 60 **UTS HERSEVOORT**
Nieuwstraat 5 • 8013 RG Zelede
info@utshersevoort.nl
www.utshersevoort.nl

VERHUIZINGEN ZWOLLE

Uw advertentie of artikel in onze krant?

- Neem vrijblijvend contact met ons op via: 06-51420108 of mail naar info@boshuismedia.nl
- Ook kunt u maandelijks publiceren over uw vereniging/school of stichting.

YRO KEUKENS & BADKAMERS

MARKNESSE
Expansie 10
T. (0527) 20 33 06

Huisleverancier van:
• Rotpunkt • Nobilia
• Nolte • Pronorm

Kijk voor de actuele gegevens op WWW.YRO.NL

Afbeeldingen kunnen afwijken. Prijs- en zettouten onder voorbehoud. Exclusief verwijderingsbijdrage.

Verkoopplaats Zwartewaterland

Verkoop van 2e handsartikelen - "Kringloop"

06-20351311



Genemuiden
Klaas Fuitestraat 25

Nieuwleusen
Burgemeester Backxlaan 335



Ook 2e hands kleding!

Woningruiming bij ziekte, verhuizing of na overlijden... wij helpen u graag verder!

Dag en nacht bereikbaar
(ongeacht waar u verzekerd bent)
038-3865544 / 06-31961371
ook voor uw assieraden

Uitvaart **Gert Mooiweer**
Overledenenverzorging

Purperreigenaan 2a, 8064 DC Zwartsluis
gmooiweer-uitvaart@home.nl www.uitvaartverzorging-gertmooiweer.nl

Waar respect en afscheid elkaar omarmen



welkoop

Ons eigen merk.

Bij Welkoop weten we wat nodig is om goed voor je tuin en dieren te zorgen. Die kennis zie je terug in alle producten van ons eigen merk. Topkwaliteit dus. En altijd voor een scherpe prijs.

Een mooie tuin begint met gezonde grond.



2+1 gratis

ONS EIGEN MERK

Welkoop tuin- en potgrond

Diverse soorten. Combineren mogelijk. Bijv. biologische moestuingrond 40 liter 3 stuks ~~32,85~~ **21,90**

Benieuwd naar meer aanbiedingen?



Scan de QR-code en bekijk de online folder.



Volg ons op Facebook en Instagram. Zolang de voorraad strekt. Zie fouten voorbehouden.



2 stuks ~~3,95~~ **6,-**

TIP

Gebruik bij het planten onze potgrond voor éénjarige bloeiers.

Violen
6-pack. Diverse kleuren groen- en kleinbloemige violen.



Grisport wandelschoenen Davos en Terrak

Ademend. Goede demping en stabiliteit. Maten Davos 37 t/m 42. Maten Terrak 38 t/m 45.

~~107,- - 109,-~~ **85,-**



Grisport werkschoenen Ins tap, S1P

Stalen neus en tussenvoel. Vibram loopzool voor hoge slijtweerstand en optimale grip. Vochtbestendig en ademend. Maten 40 t/m 47.

~~99,95~~ **79,95**



1+1 gratis

Biokat's Classic Extra

Kloofvormend. Bevat actieve kool voor extra geurbinding. 14 liter.

2 stuks ~~23,90~~ **15,95**



20% korting

Alle wormmiddelen

Voor hond of kat. Tabletten of pastas. Bijv. No Worm kat 2 stuks ~~14,95~~ **11,40**



10,- korting

ONS EIGEN MERK

Alle Adventure Line softshells

Diversen modellen voor dames en heren. Dames maten 36 t/m 48. Heren maten M t/m 3XL. Bijv. softshell Sanna ~~79,95~~ **69,95**

De kat met een bijzondere smaak

De wachtkamer is bijna leeg er zitten nog 2 patiënten. Eerst is mevr. Huzen aan de buurt met haar kat Simba. Een lief klein poesje van 3 jaar. Mevrouw vertelt dat Simba een paar dagen naar het kattenpension is geweest en gisteren weer is thuis gekomen. Ze was vrolijk en levendig. Vanochtend was het beeld plotseling heel anders. Ze was sloom en wilde niet eten.

Terecht maakte mevr. zich zorgen over het andere gedrag ten op zichten van gisteren. Ik begin mijn onderzoek en zie dat de kat helemaal nat is aan de voorkant. Dat zie je soms als katten bijvoorbeeld kwijlen of misselijk zijn. Ik kijk dus eerst even in het bekje van Simba of daar iets gekks te zien is. Dat lijkt allemaal goed.

Als ik de kat loslaat zie ik dat mijn vingers glimmen. Als ik er aan ruik, ruik ik een enorme frituurlucht. Vervolgens ruik ik aan de kat en die ruikt ook naar een portie friet. Ohh zegt mevr.: "dan is mijn man gisteravond vergeten de deksel op de frituurpan te leggen en heeft Simba zich waarschijnlijk te goed gedaan aan het frituurvet". Dat lijkt een logische verklaring voor wat we zien en ruiken. Dit verklaart ook waarom Simba even geen eetlust had.

De volgende dag was alles gelukkig weer goed.



 **DIERENARTSEN PRAKTIJK**
ZWOLLE ZWARTEWATERLAND

Welkoop Hasselt
Burg. Malcorpslaan 1A
8061 AG, Hasselt
038 - 477 19 33

Openingstijden

Ma	09:00 tot 18:00	Do	09:00 tot 18:00
Di	09:00 tot 18:00	Vr	09:00 tot 20:00
Wo	09:00 tot 18:00	Za	09:00 tot 17:00

Geldig van 27 februari t/m 12 maart 2023.

Met onze unieke tafels & stoelen

zit u er warmpjes bij deze winter



Openingstijden:

Maandag t/m donderdag
op afspraak

vrijdag 13.30-20.00 uur

zaterdag 10.00-16.00 uur



Voor elke verkochte tafel
laten wij een **SUAR** boompje
planten op **JAVA**

Showroom & werkplaats in Dedemsvaart

Tafels in de mooiste houtsoorten:

- Suar
- Iroko/Kambala
- Mahonie
- Eiken
- Oud-eiken
- Noten

Bewerkt in de eigen werkplaats.



Bezoek ons



Treetop Tables
Moerheimstraat 50
7701CG Dedemsvaart



Tel: 06-33830449
info@treetoptables.nl
www.treetoptables.nl