



Blauwvinger Courant

Meer dan nieuws: een **verbinding** met de stad

2026 - 5e uitgave
Oplage: 32.000 exemplaren
Huis-aan-huis verspreid



**Zwols trainersduo slaat
nieuwe weg in**



**De twee gezichten van Jaap
Lamfers**



**Een veelbewogen land:
Nederland in het kwartair**

7 dagen
per week
geopend!

Bas Autowas XL (Zwolle-Zuid)
Wilhelm Röntgenstraat 1

Bas Autowas (Zwolle-West)
Punterweg 9A

Koningsdag Zwolle 2026: feest, muziek en markten



De kledjesmarkt bij SVI.

Op maandag 27 april kleurt Zwolle weer volop oranje tijdens Koningsdag. Het staat nu al vast dat de stad zich opmaakt voor een dag vol muziek, gezelligheid en activiteiten in alle wijken.

Verspreid door Zwolle wordt er volop gefeest.

In Assendorp vormt het Assendorperplein een belangrijk middelpunt. Vanaf 18.30 uur treden hier verschillende bands op, waaronder SEITE 25, Mambo Sun en Casa de la muerte. Ook in Park Eekhout is het de hele dag feest tijdens Oranjepret, dat om 12.00 uur wordt geopend door de Zwolse evenementenband 103Db.

Bezoekers kunnen hier rekenen op een middag vol theater en muziek.

Zwolle-Zuid

In Zwolle-Zuid is er op het terrein van SVI een uitgebreid programma. De dag begint hier om 9.30 uur met een kleurrijke fietsoptocht. Daarna volgen optredens van onder andere dj Vinyl, shows van Circus Snor en livemuziek van Band Van Dale. Later op de middag staat er nog een verrassingsoptreden op het programma.

Kledjesmarkt

Ook de traditionele kledjesmarkten ontbreken niet. In verschillende wijken, zoals Assendorp, Stadshagen, Zwolle-Zuid en de Aa-landen, kunnen bezoekers struinen langs kledjes vol tweedehands spullen, speelgoed en bijzondere vondsten. In het Twistvlietpark in Stadshagen begint de markt al vroeg in de ochtend en worden er daarnaast activiteiten georganiseerd zoals schminken, een goochelaar en een

pottenbakker. Bij multifunctioneel centrum De Bolder in de Aa-landen is zelfs tot in de avond een kledjesmarkt te vinden.

Dancefestival

Voor liefhebbers van grote evenementen is er opnieuw Kingdance Zwolle bij de Wijnthenerplas. Dit populaire festival vindt plaats op zowel zondag 26 als maandag 27 april en trekt duizenden bezoekers. Artiesten als Bizzey, STUK, Broederliefde en Paul Elstak zorgen daar voor een feestelijke afsluiting van het weekend.

Met activiteiten verspreid door de hele stad biedt Koningsdag in Zwolle voor ieder wat wils. Van vrijmarkten en kinderactiviteiten tot livemuziek en festivals: het belooft opnieuw een bruisende en feestelijke dag te worden.

Stadsstrand Blue Bayou in Zwolle opent weer voor het zomerseizoen

Met je voeten in het zand en een drankje in de hand genieten van livemuziek: in Zwolle kan het binnenkort weer. Op zaterdag 2 mei opent stadsstrand Blue Bayou opnieuw de deuren voor een nieuw zomerseizoen.

De populaire hotspot op het Rodetorenplein, tegenover restaurant Las Rosas, is sinds 2022 een vaste plek voor ontspanning en gezelligheid in de stad. Ook dit jaar staan



er weer verschillende evenementen op de planning, waaronder een Midzomer Fest op 17 juli en een Latin Night op 7 augustus. Nieuw dit seizoen is dat de gemeente Zwolle geluidsnormen heeft vastgesteld. Volgens de organisatie zorgt dit voor duidelijke

kaders, terwijl bezoekers nog steeds kunnen genieten van muziek en een ontspannen sfeer. Het stadsstrand blijft geopend tot en met 26 september en wordt traditiegetrouw afgesloten met een eindfeest. Tot die tijd is het vooral genieten van zomerse dagen, livemuziek en een ontspannen strandgevoel midden in de stad.

Over Blue Bayou

Blue Bayou is de plek in Zwolle waar de zon altijd schijnt en het leven zich ontvouwt in een oase van ontspanning. Geniet van de leukste events, een overheerlijke keuken, verfrissende drankjes, het zachte zand en de bruisende sfeer. Of je nu op zoek bent naar

een rustige dag aan het water of een levendige ontmoetingsplek met live muziek en vrienden, bij Blue Bayou vind je alles wat je nodig hebt voor een onvergetelijke dag vol zon, plezier en verfrissing. Kom langs en geniet!

Showmodellen uitverkoop

Talvik
Staphorst

Bedden
Matrassen

Wij maken plaats voor de nieuwe collectie, zie artikel in de krant

Particuliere verhuizingen
Projectverhuizingen
Nationaal en internationaal
Verhuisdirigente
Kunst en antiek verhuizen
Seniorenverhuizing
Schoonmaakservice
Handyman
Opslag

**uw verhuizing
een frisse start**

**038 465 65 60 UTS HERSEVOORT
VERHUIZINGEN**
Nervistraat 5 • 8013 RS Zwolle
info@utshersevoort.nl
www.utshersevoort.nl

**Zorg met aandacht,
op z'n Zwols**

**ZW+LSE
DIERENKLINIEK**
www.dezwolsedierenkliniek.nl

Dinsdag Stadshagen bij de Albert heijn 11:00-18:00
Woensdag Stadshagen bij de Albert heijn 11:00-18:00
Donderdag AA landen op de parkeerplaats 09:00-17:30
Vrijdag Stadshagen bij de Albert heijn 11:00-18:00
Zaterdag Stadshagen bij de Albert heijn 11:00-17:30

Mesotherapie – Peeling
Wenkbrauwen & wimpers
Harsen

**Aldura, specialist
in zonwering en
raamdecoratie**

www.aldura.nl

EASYSLIM.NU®

Simpel, Snel, Slank!

Slanke voornemens die wél slagen!

8x Easyslim.nu

- 1) Verlies direct ca. 15 cm*
- 2) Vet definitief weg
- 3) Verstrakking van de huid
- 4) Spieropbouw
- 5) Afvoeren overtollig vocht
- 6) Gratis lichaamsanalyse
- 7) Gratis recepten en voedingsschema
- 8) Lekker én ontspannend



Verlies direct tussen de 4 - 28 cm!*

Ons geavanceerde apparaat haalt middels ultrasound vet weg. Tegelijkertijd worden door elektrostimulatie je spieren getraind. De snelheid waarmee je resultaat ziet motiveert! De spreekwoordelijke 'stok achter de deur'. Of je nou 5 of 35 kilo wilt verliezen: Easyslim.nu helpt je!

Actie!

Intake +
behandeling van 89,-
voor 49,-

Simpel, snel, slank

Succesverhaal

Jan (64) en Martje (64) Hoekstra werken respectievelijk als vrachtwagenchauffeur en in de schoonmaak. Als Martje merkt dat ze de auto niet meer uit kan komen en ziet dat ze 105 kilo weegt, zegt ze tegen Jan: 'En nou is het gebeurd!' Martje maakt een afspraak bij Easyslim en begint met de behandelingen. Ook Jan heeft klachten. Hij draagt maat XXXL, heeft last van zijn benen en was veel vermoeid. Een jaar later weegt Martje 73 kilo en Jan 90. 'Maar,' zegt Martje, 'kilo's zie je niet, de 20 centimeter minder rond mijn buik wél.'

Lees het hele verhaal van Jan en Martje en meer succesverhalen op www.easyslim.nu

Zwolle
Marsweg 55
zwolle@easyslim.nu

Afspraak maken? online via
www.easyslim.nu of bel
of app 0653353464



Express Yourself Dag in Zwolle: een dag vol kleur, creativiteit en zelfreflectie

Na een succesvolle eerste editie in september 2025 keert de inspirerende Express Yourself Dag terug op zaterdag 30 mei 2026. Dit bijzondere evenement, georganiseerd door de Zwolse vrouwencoach Eline Bijzet van Kleurfactor, biedt een unieke combinatie van creativiteit, persoonlijke ontwikkeling en verbinding. De activiteit vindt plaats van 10:00 tot 16:00 uur in en rond het centrum van Zwolle.

De dag is speciaal bedoeld voor vrouwen die willen ontdekken wat hen drijft en hoe ze zichzelf op een authentieke en kleurrijke manier kunnen uitdrukken. Met ruimte voor maximaal tien deelnemers is het een kleinschalige en persoonlijke ervaring.

Kleur als spiegel van je binnenwereld

Volgens Eline Bijzet is kleur een krachtig hulpmiddel voor zelfinzicht. "Kleur en creativiteit helpen je om verrassende inzichten te krijgen in wie je bent en wat je belangrijk vindt," legt ze uit. "In een wereld waarin we vaak vooral 'in ons hoofd' zitten, is het waardevol om bewust stil te staan bij wat er echt in je leeft."

Tijdens de Express Yourself Dag speelt kleur dan ook een centrale rol. Door middel van creatieve opdrachten en reflectiemomenten krijgen deelnemers een inkijkje in hun eigen binnenwereld. Dit helpt hen om hun talenten, passies en verlangens beter te begrijpen én te uiten.

Wat kun je verwachten?

De dag start met een inspirerende street art tour langs kleurrijke muurschilderingen in de wijk Assendorp. Onderweg ga je aan de slag met creatieve kleur-opdrachten die uitnodigen tot reflectie, zowel individueel als in groepsverband. Na deze actieve ochtend volgt een gezamenlijke lunch, waarin ruimte is om elkaar beter te leren kennen in een ontspannen sfeer. In de middag verdiepen deelnemers zich verder in hun persoonlijke drijfveren tijdens een kleur-inzichtsessie. Hier ontdek je jouw unieke 'kleurfamilie': vier tinten van één kleur die jouw kracht en waarden symboliseren. Deze inzichten vormen de basis voor een creatieve workshop waarin je een persoonlijke color art collage maakt — een visuele vertaling van wie jij bent en wat jou beweegt.

Praktische informatie

Datum: zaterdag 30 mei 2026

Tijd: 10:00 – 16:00 uur

Locatie: rondom het centrum van Zwolle

Kosten: EUR 97,- per persoon

Inclusief: persoonlijke test met rapport, kleurkaarten, lunch, materialen en een verrassing

De Express Yourself Dag biedt een unieke kans om stil te staan bij jezelf, nieuwe inzichten op te doen en deze op een creatieve manier tot uiting te brengen. Door het beperkte aantal plekken is snel aanmelden aan te raden — vol is vol. Meer informatie en aanmelden kan via de website van Kleurfactor.



Iedere verandering is een kans om een betere versie van jezelf te worden. Vanuit een sterke basis leven en werken.



Sterke Basis

www.sterkebasis.nl
gaby@sterkebasis.nl
06-83643526

Laten we er de tijd voor nemen en aandacht aan geven.

Zo maken we het waardevol.



Bas Smit

Bohemen
UITVAARTEN

06 25 41 14 65
www.bohemenuitvaarten.nl
info@bohemenuitvaarten.nl

Voor een warm en liefdevol afscheid

Zwolle Toen

door Roy Visscher

In het leven kijk je soms vooruit, soms 'zit je in het moment' en op andere momenten is het juist leuk om achterom te kijken. In deze rubriek kijken we terug op Zwolse gebeurtenissen die in deze of komende maand een 'jubileum' vieren, lees: die 10, 25, 30, 40, 50, 75 of 100 jaar geleden plaatsvonden. Met deze keer zowel Oranje als prehistorie.

Het VendueHuis in Zwolle – tegenwoordig Hessink's – veilde dertig jaar geleden, op 6 mei 1996, een compleet skelet van een mammoet. Het 3,5 meter hoge en 5 meter lange geraamte van de mannelijke mammoetstier was tussen de 30.000 en 50.000 jaar oud en 2,5 ton zwaar. Het was volgens het Zwolse veilinghuis voor het eerst dat zo'n groot skelet in het openbaar onder de hamer ging. Max, zoals de mammoet werd genoemd, moest zeker een ton opbrengen. Musea in Japan, de VS, Engeland en het Ecodrome in Zwolle toonden interesse. De bijzondere veiling was voor het VendueHuis aanleiding van 27 april tot en met 6 mei in Zwolle een mammoetevenement te organiseren. In een groot paviljoen was niet alleen het skelet van Max te bewonderen, maar ware ook allerlei andere attributen uit de prehistorie te zien als wapens en werktuigen. Ook was er een nest van negen dinosauruseieren – tussen de 70 miljoen en 100 miljoen jaar oud – te bewonderen. Ook die eieren worden geveild. De expositie was gratis toegankelijk.

Eindestad

Een kleine twintig jaar later had Zwolle de eer gaststad te zijn van de landelijke viering van Koningsdag 2016. De jarige koning Willem-Alexander bezocht de stad, vergezeld door koningin Máxima, de prinsessen Amalia, Alexia en Ariane en de prinsen Constantijn, Maurits, Bernhard, Pieter-Christiaan, Floris en hun echtgenotes. De commissaris van de Koning van de provincie Overijssel, Ank Bijleveld-Schouten, begeleidde de familie op een wandeling met cultuur, sport, een parade, een vaartocht en een slotfeest. Tijdens de wandeling werden de – toen nog – prinsesjes voor de eerste maal geïnterviewd. Bij het slotfeest op het Broerenkerkplein was er een optreden van Typhoon. De koning bedankte daarna het publiek en de stad met onder andere de woorden "Zwolle, zonder dollen, je bent een eindstad."



Wie heeft het mammoetskelet – overigens niet het exemplaar op de foto – gekocht en voor welk bedrag? Wie het weet, mag het zeggen.

Uit de pen van uitvaartondernemer Margriet Krook

Een laatste wandeling met gladiolen

door Margriet Krook

Bij het bespreken van een uitvaart komt de vraag van bloemen altijd aan bod. De ene keer nemen genodigden een bloem mee naar de uitvaart, de andere keer regel ik bloemen en weer een andere keer regelt de familie zelf de bloemen.

Bloemen hebben op meerdere manieren betekenis. Dus de keuze doet ertoe. Elke bloem vertelt een verhaal. Bij Ria, 92 jaar oud, was er geen twijfel mogelijk. Het moesten gladiolen zijn.

Op haar kist lag een prachtig stuk van deze bloemen. Het was een opvallend eerbetoon aan een vrouw met een buitengewone passie: de Vierdaagse van Nijmegen. Haar zoon Paul vertelde me met een trotse glimlach dat zijn moeder maar liefst 26 keer de tocht had gelopen, de laatste keer toen ze 80 was. Knap en bijzonder!

Gladiolen staan symbool staan voor kracht, overwinning en trots. De gladiolen vertelden een krachtig verhaal van een leven vol passie, van het halen van doelen en het passeren van eindstrepen. Het was geen toeval dat Ria aan haar laatste reis begon op de dag dat de Vierdaagse eindigde.

Naast de kist stonden ook nog vier vazen vol met gladiolen, als herinnering aan de onuitputtelijke energie van Ria. Deze bloemen waren meer dan decoratie; ze zetten kracht bij aan een laatste eerbetoon aan haar onvergetelijke wandeling door het leven. Met alle genodigden en de gladiolen maakten wij een wandeling naar haar laatste rustplaats. Bij het graf, waar we afscheid namen, mocht iedereen een gladiool aan haar meegeven.



Een laatste, persoonlijke groet. Het was een ontroerend moment, vol hoop dat ook wij, geïnspireerd door Ria's kracht, de weg in het leven zouden vinden. Haar leven was geleefd. Nu heeft ze haar eeuwige rust gevonden. Omringd door de bloemen van haar overwinning.

Geïnspireerd door dit verhaal of bent u op zoek naar inspiratie voor een afscheid dat recht doet aan het leven van uw dierbare? Op mijn website vindt u meer van dergelijke verhalen. Ze zijn een weerspiegeling van mijn missie: het creëren van een warm, liefdevol en creatief afscheid, waarin elk uniek levensverhaal tot zijn recht komt.

Mocht u vrijblijvend kennis willen maken?

24/7 sta ik voor u klaar om samen met u een liefdevol en warm afscheid vorm te geven.

Margriet Krook Uitvaartbegeleiding,
tel. 06-36113000.





Groot onderhoud aan Westenholterallee met afsluitingen vanaf 20 april

Zwolle blijft investeren in een veilige en goed bereikbare stad. Met diverse grote en kleine infrastructurele projecten werkt de gemeente voortdurend aan de kwaliteit van de wegen. In 2026 voeren we op meerdere delen van de Zwolse ring werkzaamheden uit.

Werk aan Westenholterallee

Op maandag 20 april start de gemeente met onderhoud aan een deel van de Westenholterallee. Het gaat om het stuk vanaf de A28 richting de Spoolderbrug. Het asfalt wordt vernieuwd om de weg veilig en betrouwbaar te houden. De werkzaamheden vinden vooral in de avond en nacht plaats, van maandag 20 april tot en met vrijdag 24 april. De weg sluit vanaf 19.00 uur en gaat om 05.00 uur

weer open. Vanaf woensdag 22 april tot en met vrijdag 24 april wordt er ook overdag gewerkt. Dan is de weg op een korter stuk afgesloten vanaf de Blaloweg tot en met de Hertsenbergweg.

Verkeer dat vanaf de A28 richting Westenholte, Stadshagen of Hasselt wil rijden, moet rekening houden met een omleiding. Weggebruikers worden via de afrit Zwolle-Centrum en de Blaloweg omgeleid.

Verkeer zal tijdens de werkzaamheden moeten omrijden. De omleidingen kunnen extra reistijd veroorzaken en het kan drukker zijn dan gebruikelijk op de omliggende wegen. Gemeente Zwolle probeert overlast altijd tot een minimum te beperken.

Bos Bedden is al sinds 2002 als hoofdsponsor verbonden aan de regionale loopgroep, die voornamelijk leden heeft uit Nieuwleusen en Staphorst. De lopers zullen ook de komende periode in hun herkenbare wedstrijdkleding deelnemen aan diverse hardloopevenementen, waarmee zij de zichtbaarheid van Bos Bedden verder vergroten.

In de showroom aan de Den Hulst in Nieuwleusen bevindt zich het grootste assortiment bedden van Noord-Nederland. Daarnaast heeft Bos Bedden inmiddels meerdere vestigingen: het pand in Nijverdal opende vier jaar geleden zijn deuren en ook in Harderwijk kunnen klanten terecht voor een uitgebreid assortiment kwaliteitsbedden en slaapaccessoires.

Sponsorcontract met Bos Bedden met vier jaar verlengd

NIEUWLEUSEN – Bos Bedden en Loopgroep AG '85 hebben hun succesvolle samenwerking met vier jaar verlengd. Woensdagavond zetten eigenaar Rutger Veerman van Bos Bedden én voorzitter Albert Mussche van Loopgroep AG '85 hun handtekening onder het vernieuwde sponsorcontract. Ook penningmeester Fred Koningstein was bij de ondertekening aanwezig. Beide partijen spreken van een hechte en waardevolle samenwerking en kijken vol vertrouwen uit naar de komende jaren.

Als je voortdurend druk in je hoofd en gestrest bent, en denkt dat er iets mis is met je...

Afgelopen week kwam ik het opnieuw tegen: 2 ouders met hun kind, die graag wilden weten wat er nou met het kind aan de hand was. "Iedereen" was aan het zoeken, niemand die het wist. Uit psychologisch onderzoek kwam geen ADHD. Toch is dit kind ontzettend overprikkeld, veel van wat de ander zegt dringt gewoon niet door, en dat heeft gevolgen voor zijn functioneren op school.

Ik zat er in mijn rol als logopedist, maar sinds ik HSP-coach "weet" ik allang: dit kind en deze moeder zijn hoogsensitief. Ouders kijken verbaasd, en geven aan niet te weten wat dat is! Wauw, dacht ik opnieuw, het komt waarschijnlijk nog veel vaker voor dan ik denk, het onbegrip en de onbekendheid met hoogsensitiviteit!

Twintig procent van de mensen is hoogsensitief, en heeft daardoor een volledige verwerking van alle informatie in en om zich heen: geluid, sfeer, drukte. Alles wordt op 200 procent verwerkt. Een HSP is daardoor sneller moe en onrustig als de omgeving chaotisch of de (werk-)sfeer slecht is. Dat wil niet zeggen dat je "hypergevoelig" bent, zoals ik laatst een IB-er hoorde zeggen. Dat doet me meer denken aan een doos tissues, en zielig in een hoekje zitten. Ik ken geen enkele HSP die op deze manier in het leven staat, we zetten juist alles op alles om vol te houden! De HSP die ik coach zijn geregeld 40, 50 of 60 jaar of zelfs nog ouder. Al die jaren hebben ze volgehouden en doorgezet, om er dan nu achter te komen dat ze "gewoon" hoogsensitief zijn, en dat het hoog tijd wordt om op een anderen manier te gaan leven!

We zijn geen overgevoelige zielepieten. We houden meestal stand, hoewel het risico op burn-out groot is (57% tegenover 17%

gemiddeld). Wat merken we als HSP wel? Vaak zijn we aan het eind van een werkdag volledig leeg. Sommige HSP voelen naast leeg ook nog eens schuldig omdat anderen hen erop wijzen dat ze "gewoon" door moeten gaan en zich "niet alles aantrekken". Dat doen we ook niet, we zijn alleen soms gewoon op, doodmoe en gestrest door een overstressed maatschappij, en het enorme gebrek aan vriendelijkheid, interesse en behulpzaamheid dat daarbij hoort. Zonder kennis van hoogsensitiviteit blijft er maar één conclusie over: ik schiet tekort.

Bij kinderen gebeurt iets vergelijkbaars, maar met nog grotere gevolgen. Een HSK die moeite heeft met alle prikkels op school, clubjes en (overvolle) weekenden kan woede-uitbarstingen krijgen, of zich totaal afzonderen. Ouders en leerkrachten zoeken naar verklaringen — en dat is meestal niet hoogsensitiviteit, door gebrek aan kennis.

Wie hier graag zelf meer over wil weten: op mijn website staat een gratis HSP-test. Uiteraard ben je ook van harte welkom voor een vrijblijvend gesprek over je ervaringen als HSP.

Trea van der Cingel



**een afscheid
een dierbare herinnering voor altijd**



**24/7
bereikbaar**

Persoonlijk, betrokken en creatief
Een afscheid tot in de puntjes verzorgd met aandacht voor detail.

Margriet Krook
06 - 36 11 3000
info@mkuitvaart.nl
www.mkuitvaart.nl

Margriet Krook
uitvaartbegeleiding

Harbrink
Schoenreparatie en Sleutelservice

Je autosleutel met afstandsbediening kapot of wil je een extra autosleutel? Geef hem gerust aan Harbrink!



Uiteraard ook voor alle huis-, fiets, brommer-, schuur en brievenbus-sleutels

Vraag ons naar de mogelijkheden.

Winkelcentrum Aa-landen • Dobbe 5 Zwolle
038 452 42 73 • www.autosleutelzwolle.nl

FEBO

Zin in een stevige bite én een energieboost?

FEBO Grillburger: sappig gegrild vlees, frisse sla en die iconische saus op een sesambol. Nu samen met een Red Bull naar keuze Classic, Sugarfree of een andere favoriet

**Samen voor maar
€6,50**

Perfect voor onderweg, na het werk of als je gewoon NU trek hebt.

**FEBO drive Zwolle .
De smaak van nu.**

**Oude Meppelerweg 5
8011AK Zwolle**



Ervaar je voetklachten door diabetes?

Je bent niet de enige. Veel mensen met diabetes krijgen op termijn te maken met klachten aan hun voeten. Gelukkig bestaan er oplossingen die kunnen helpen om comfortabeler te bewegen en je voeten beter te ontlasten. Kybun-schoenen kunnen het verschil maken: druk verminderen, lopen comfortabeler maken en je weer laten genieten van elke stap.

Diabetes kan invloed hebben op verschillende structuren in het lichaam, waaronder de zenuwen en de bloedvaten in de voeten. Wanneer zenuwen minder goed functioneren, kan dit leiden tot een verminderde gevoeligheid of een tintelend, brandend of doof gevoel in de voeten. Dit wordt ook wel diabetische neuropathie genoemd.

Daarnaast kan de doorbloeding in de voeten verminderen, waardoor de huid kwetsbaarder wordt en wondjes langzamer kunnen herstellen. Hierdoor is het extra belangrijk dat de voeten goed beschermd worden tegen overmatige druk en belasting tijdens het lopen en staan.

De impact van diabetes op de voeten

Voetklachten bij diabetes kunnen een grote invloed hebben op het dagelijks leven. Wanneer het gevoel in de voeten verandert of vermindert, kan lopen minder vanzelfsprekend aanvoelen. Sommige mensen ervaren pijn, tintelingen of een branderig gevoel, terwijl anderen juist minder gevoel in hun voeten hebben. Hierdoor kan het lastiger zijn om drukpunten of kleine blessures op tijd te merken. Bij iedere stap komen er krachten vanuit de grond op de voeten terecht. Wanneer deze druk niet goed verdeeld wordt, kunnen gevoelige plekken ontstaan die op termijn klachten kunnen veroorzaken. Maar ook balans

kan soms echt een uitdaging zijn. Het kan voelen alsof je voortdurend extra voorzichtig moet zijn met je voeten. Die zorgen horen we bij Stapvitaal regelmatig. Tegelijk zien we ook dat er vaak veel meer mogelijk is. Met de juiste ondersteuning ervaren veel mensen meer comfort tijdens het lopen en meer vertrouwen in hun bewegingen.

Standaard oplossingen

Veel mensen met diabetes krijgen terecht het advies om extra aandacht te besteden aan hun voeten. Dit kan bijvoorbeeld bestaan uit regelmatige controles, goede voethygiëne, regelmatig bezoek aan de medisch pedicure maar ook aangepaste schoenen of steunzolen. Voor veel mensen helpt dit goed, maar veel mensen blijven toch klachten houden zoals drukgevoelige plekken, vermoeidheid in de voeten of ongemak tijdens het lopen.

Dit kan komen doordat bij iedere stap nog steeds druk en impactkrachten op bepaalde delen van de voet terechtkomen, ook bij steunzolen of aangepaste schoenen. Wanneer deze belasting hoog blijft, kunnen gevoelige plekken ontstaan of kunnen bestaande klachten blijven terugkomen.

Wanneer je al verschillende oplossingen hebt geprobeerd, kan het moment komen dat je je afvraagt wat nog kan helpen om comfortabel te blijven lopen. Juist op dat punt komen veel mensen bij Stapvitaal en het merk kybun terecht. Met onze oplossingen hebben we alleen in Nederland al duizenden mensen geholpen om weer prettiger en met meer comfort te bewegen.

De kybun-oplossing voor mensen met diabetes

In 2015 ontdekte fysiotherapeut Jochem Klein,

de bijzondere kybun-schoenen uit Zwitserland. Vanuit zijn fysiotherapiepraktijk behandelde hij dagelijks mensen met uiteenlopende klachten, waaronder veel mensen met voetproblemen. Hij zag hoe belangrijk het is om de druk onder de voeten goed te verdelen en de belasting tijdens het lopen te verminderen en haalde het merk in 2016 naar Nederland

Hoe kybun helpt bij diabetes

Kybun-schoenen richten zich op belangrijke factoren die een rol spelen bij voetcomfort en diabetes: drukverdeling, schokdemping, spieractivatie, betere doorbloeding en natuurlijke beweging. De elastisch-verende zool absorbeert een groot deel van de impactkrachten die ontstaan tijdens het lopen. Hierdoor zal de druk onder de voeten verminderen en kan de belasting beter verdeeld worden.

Belangrijkste effecten:

- Minder druk op de voeten: verdeelt de belasting over een groter oppervlak van de voetzool.
- Schokdemping tijdens lopen: absorbeert impactkrachten die bij iedere stap ontstaan.
- Meer comfort bij lopen en staan: vermindert belasting op gevoelige plekken en je traint je balans.
- Spieractivatie en betere doorbloeding: stimuleert de spieren in voeten en benen tijdens het lopen. Daardoor ontstaat er een natuurlijke pompfunctie waardoor een verbeterde doorbloeding ontstaat. Ontzettend belangrijk voor mensen met diabetes!
- Meer vertrouwen in bewegen: door het lopen op kybun ontstaat een betere balans en dat maakt het voor veel mensen zekerder en prettiger om actief te blijven.



Kortom, kybun-schoenen combineren schokdemping, drukverdeling, spieractivatie, betere doorbloeding en comfort. Voor mensen met diabetes kan dit helpen om het lopen weer comfortabeler te laten voelen en veiliger te maken.

Een afspraak maken bij Stapvitaal is eenvoudig:

Kies via de contactpagina van de website van Stapvitaal.nl uw gewenste locatie, selecteer een dag en tijd die u uitkomt, en plan uw afspraak. Tijdens de sessie krijgt u koffie of thee, luisteren we aandachtig naar uw verhaal, geven we duidelijk advies, én kunt u de kybun-schoenen zelf ervaren. Er zijn wel meer dan 100 modellen, dus keuze genoeg!

Stapvitaal betekent persoonlijke aandacht en advies dat echt werkt – klaar om u te helpen de eerste stap te zetten!

We helpen u graag verder.



Leren omgaan met emoties

Deel I Hoe het niet moet



door Gaby Jurczyk



De bekende Zwitserse Psychiater en Psycholoog Carl Jung zegt in een van zijn beroemde uitspraken: ‘Emoties zijn de bron van bewustzijn, als ze doorleefd worden kun je de duisternis transformeren in licht en datgene wat vast is gelopen in beweging krijgen.’

Het woord emotie is afgeleid van het Latijnse werkwoord emovere, wat “naar buiten bewegen”, “in beweging brengen” of “uitdrijven” betekent. Het is opgebouwd uit e- (een variant van ex-, wat ‘uit’ betekent) en movere (‘bewegen’). Emotie wordt daarom vaak vertaald als “energie in beweging.”

Laat ik aan de hand van een voorbeeld het omgaan met emoties verder onderzoeken: Lieve is haar autosleutel kwijt. Zij moet haar dochter vandaag naar school brengen omdat zij op kamp gaat. De avond daarvoor was dochterlief te laat thuisgekomen en moest de spullen nog inpakken. Lieve moppert maar doet haar best om conflict te vermijden.

Ze gaan te laat naar bed. Lieve is onrustig, kan niet in slaap komen en izarit te malen: frustratie over het gedrag van haar dochter en dat zij niet in staat is om duidelijk te zijn en haar grenzen aan te geven. Ze maakt zicht zorgen over haar. De gedachten gaan al snel alle kanten uit en er komt steeds meer bij,

zoals stress over andere zaken die invloed hebben op haar leven: een collega op werk, inkomen, haar ouders. Zo blijft ze de hele nacht woelen. De volgende ochtend stapt zij chagrijnig uit bed en haar dochter is ook kortaf. Lieve blijft achter de feiten aanlopen en nu dat ze haar autosleutels kwijt is kan ze haar emoties niet meer de baas en wordt boos.”

We zien hier een aantal punten die de emoties laten escaleren:

- Tijdsdruk
- Moeten en doorgaan
- Je best doen
- Op je tanden bijten
- Op je tenen lopen
- Alleen maar met externe factoren bezig zijn
- Er iets van vinden
- Overdenken en peinen
- Geen duidelijke afspraken maken
- Negeren van eigen behoefte
- Conflict vermijden
- Emotie onderdrukken

Gaat het met ons niet goed of zit het tegen, geven we de vaak de schuld aan externe factoren. Deze moeten veranderen en dan hebben wij er geen last meer van. Denken we.

Heb jij last van heftige emoties of onderdruk je deze en voel je je daardoor al een tijd leeg en moe? Neem dan contact op: gaby@sterkebasis.nl of app naar 06-83643526.

Zwolle zet volgende stap naar afvalvrije stad

De gemeente Zwolle werkt verder aan haar ambitie om in 2050 een afvalvrije stad te zijn. Met een nieuwe campagne wil de gemeente inwoners helpen bij het beter scheiden van pmd-afval. Onder de slogan “Zwolle heeft pmd scheiden in de vingers” wordt benadrukt dat veel inwoners al goed bezig zijn, maar dat er nog ruimte is voor verbetering. De campagne maakt deel uit van de bredere aanpak ‘Zwolle heeft afval scheiden in de vingers’, die zich richt op gedragsverandering én kostenbesparing.

Volgens wethouder Paul Guldemonde levert het correct scheiden van pmd-afval veel op. Wanneer plastic, metalen en drankverpakkingen goed worden gescheiden, kunnen deze materialen opnieuw worden gebruikt. Dit zorgt voor minder restafval, lagere kosten en een efficiënter gebruik van grondstoffen. De gemeente wil het inwoners daarom zo makkelijk mogelijk maken om het juiste afval op de juiste plek te krijgen.

Wat is pmd precies?

Pmd staat voor plastic verpakkingen, metalen verpakkingen en drankkartons. De gemeente werkt hierbij samen met ROVA om het afval goed te verwerken en te recyclen. Het gescheiden pmd-afval wordt omgezet in nieuwe grondstoffen voor producten zoals kratten, speelgoed en straatmeubilair. Op deze manier draagt afvalscheiding direct bij aan een duurzamere stad waarin materialen opnieuw worden benut.

Hoewel veel Zwollenaren hun afval al goed scheiden, blijkt het in de praktijk soms lastig om te bepalen of iets bij pmd hoort. Daarom richt de campagne zich op het geven van duidelijke uitleg en herkenbare voorbeelden. Inwoners worden geholpen met een eenvoudige manier van denken: het gaat om verpakkingen van plastic, metaal of drankkartons, afkomstig uit het huishouden en leeg van inhoud. Als aan deze voorwaarden wordt voldaan, hoort het afval bij pmd.

De campagne is tot half juni zichtbaar in het straatbeeld en online. Via posters, social media en andere uitingen bedankt de gemeente inwoners voor hun inzet en moedigt zij hen aan om nog beter afval te scheiden. Meer informatie is te vinden via de website van de gemeente en de ROVA-app.



Eén van de campagne-uitingen aan de Mepelerstraatweg.



LEVENSBOMEN

In de Nooterhof is een Keltische boomkalender aangeplant. Volgens de Kelten wordt je karakter bepaald door de boom die over je geboorteperiode heerst. De eigenschappen van je levensboom hebben een sterke invloed op je persoonlijkheid, gedrag en levensloop. De Keltische boomkalender onderscheidt 21 bomen, die corresponderen met evenzoveel mensentypen. De meeste bomen regeren zowel over een periode in het voor- als in het najaar. Daarnaast kennen de Kelten vier heilige bomen die zijn verbonden met de eerste dag van elk seizoen: de eik, beuk, olijf en berk. In de rubriek Levensbomen ontdek je welke boom bij jou hoort en vertellen we een verhaal dat daarbij hoort. Deze keer aandacht voor de den.

door Girbe Buist

Als je bent geboren in de periodes 24 augustus- 2 september of 19- 29 februari dan is de den jouw levensboom. Dennen worden omschreven als wijze en praktische mensen.

De den is in potentie ijverig, intelligent, behulpzaam, vriendelijk en praktisch. De februari-den neigt echter iets te veel naar passiviteit en goedmoedigheid, waardoor hij zijn talenten niet optimaal gebruikt. Op dit punt moet hij van tijd tot tijd worden gecorrigeerd.

De zomerden is veel praktischer ingesteld en slaagt er eerder in om een juiste balans te vinden tussen gevoel en verstand. Door hun rechtschapen houding zijn dennen over het

algemeen voorbeeldige meerderen.

Werknemers hebben bij dennenbazen duidelijk het gevoel dat er ook rekening wordt gehouden met hun belangen. De den en staatsman Jelle Zijlstra (27-08-1918) is een goed voorbeeld van een wijze practicus.

In het volksgeloof staat de den bekend als spookboom. Dennenbossen werden gevreesd. Was in het voorjaar de grond soms niet geel van zwavelregen, een duivels product. En bewezen de heksenbezems in de oude bomen niet, dat daar de heksen 's nachts vergaderden ?. In de oude bomen woonden bovendien de boomgeesten en bij storm kon je ze horen steunen en klagen. Bij de Grieken stond de den veel beter aangeschreven. Daar is hij aan Bacchus gewijd. Een dennenappel versierde als symbool van vruchtbaarheid dikwijls de Bacchusstaf.

Volgens een oud bijbels verhaal was het kruis van Christus van dennenhout gemaakt. Ter herinnering aan de kruisiging staan de takken van de den rondom de stam op gelijke hoogte, zodat er telkens kruisen ontstaan. In Japan is de den ook een zeer geziene boom. Hoe vergroeider de boom is, hoe meer hij daar doet denken aan krachtige ouderdom. Bij de tempels staan dennen die daarom speciaal in zulke grillige vormen gesnoeid zijn.

Bij kasteel het Nijenhuis in Diepenheim staat de "muziekden". Het verhaal wil dat het personeel van het kasteel de kruin vroeger vol hoorntjes hing en dat de wind dan een toeterende herrie veroorzaakte.



Foto: Jan Jaap van Dijk

Beter bewegen met minder pijn!



Traint én ontlast het lichaam

Hoogwaardig Zwitsers product

Activeert de voet



Unieke luchtkussenzool

Perfekte drukverdeling

kybun
Switzerland

Loopt u moeizaam door artrose, hielspoor, fatpad-syndroom, neuropathie of rugklachten? En heeft u alles al geprobeerd? Wij kunnen u helpen! Maak een afspraak op **www.stapvitaal.nl**



HULSHORST T: 0341 - 792 038 HOLTEN T: 0548 - 792 031
FREDERIKSOORD T: 0521 - 792 027

DE VERZUIMSPECIALIST

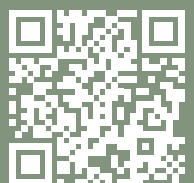


GRATIS ADVIES
Vragen over uw
WIA uitkering?



Scan de QR-code en bezoek onze website voor meer informatie:

deverzuimspecialist.eu





Ijsseloutdoor speelt in op eerste zonnige dagen met robuuste tuinmeubelen

De eerste mooie dagen van het jaar zijn inmiddels een feit en dat betekent voor veel mensen maar één ding: tijd om de tuin weer in te richten. In Kampen merken ze dat ook bij Ijsseloutdoor, waar de vraag naar tuinmeubelen weer snel toeneemt.

Het bedrijf biedt een breed assortiment aan tuinmeubelen, van stevige tuintafels tot complete loungesets. Daarbij wordt gebruikgemaakt van verschillende materialen, waaronder douglas hout, dat bekendstaat om zijn robuuste uitstraling en duurzaamheid. Het aanbod sluit aan

bij uiteenlopende stijlen en wensen, van modern tot meer landelijk.

Achter Ijsseloutdoor staan drie jonge ondernemers: Lennard, Herman en Nathan. De vrienden, alle drie begin 20, zijn al enkele jaren actief in de meubelbranche en hebben hun bedrijf stap voor stap opgebouwd. Wat begon met de verkoop van tuinmeubelen op kleinere schaal, is inmiddels uitgegroeid tot een volwaardige showroom in Kampen.

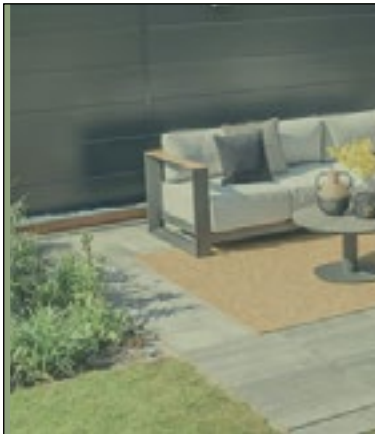
In deze showroom aan de Carlsonstraat kunnen klanten de meubels zelf bekijken

en uitproberen. “We merken dat mensen het prettig vinden om even te zitten en het materiaal te voelen voordat ze een keuze maken,” aldus het team. De combinatie van online verkoop en een fysieke locatie zorgt ervoor dat klanten op verschillende manieren geholpen worden.

“De eerste mooie dagen van het jaar zijn inmiddels een feit en dat betekent voor veel mensen maar één ding: tijd om de tuin weer in te richten.”

Naast particuliere klanten levert Ijsseloutdoor ook aan zakelijke partijen, zoals horecaondernemers die hun terras willen vernieuwen voor het nieuwe seizoen.

Met de zomer in aantocht en de eerste zonnige dagen achter de rug, is dit voor veel mensen hét moment om hun buitenruimte aan te pakken. Bij Ijsseloutdoor vinden zij volop inspiratie om van hun tuin een comfortabele plek te maken.



Is je tuin al klaar voor de zomer? Kom langs bij ons in de showroom!

Wie zijn wij?

Wij zijn Lennard, Herman en Nathan. Na een aantal jaren online meubels verkopen hebben we nu ook een showroom in Kampen! Hier staan tuinmeubelen, binnenmeubelen en kantoormeubilair. We hebben een ruim assortiment aan meubels staan, zodat er altijd wel wat voor je tussen staat! We hopen je snel te zien, de koffie staat klaar!

“Voor al je tuinmeubels en accessoires!”

Openingstijden

ma-vr: 13:00-17:30
za: 10:00-17:00



Wij staan klaar om je te helpen!

IJSSELoutdoor

1000 m2 woon- en tuininspiratie - www.ijsseloutdoor.nl - Carlsonstraat 12 Kampen



WILDEBOER

Zon, wind of regen...
met beschutting en beregening van Wildeboer kun je overal tegen!

LEKKER BESCHUT IN JE TUIN ZITTEN

- ✓ Verandakleed
- ✓ Schaduwdoek
- ✓ Windscherm
- ✓ Oprolscherm

VOORKOM UITDROGING VAN JE TUIN & GAZON

- ✓ Beregening boven de grond
- ✓ Beregening onder de grond
- ✓ Druppelirrigatie
- ✓ Automatische beregening

WIJ VERVAARDIGEN DE FRAAISTE CREATIES IN ONZE ZEILMAKERIJ! TUINBEREGENING AANLEGGEN DOE JE MET PRODUCTEN VAN WILDEBOER



Evenboersweg 16, Nieuwleusen • 0529 - 48 30 30 • info@wildeboer.com

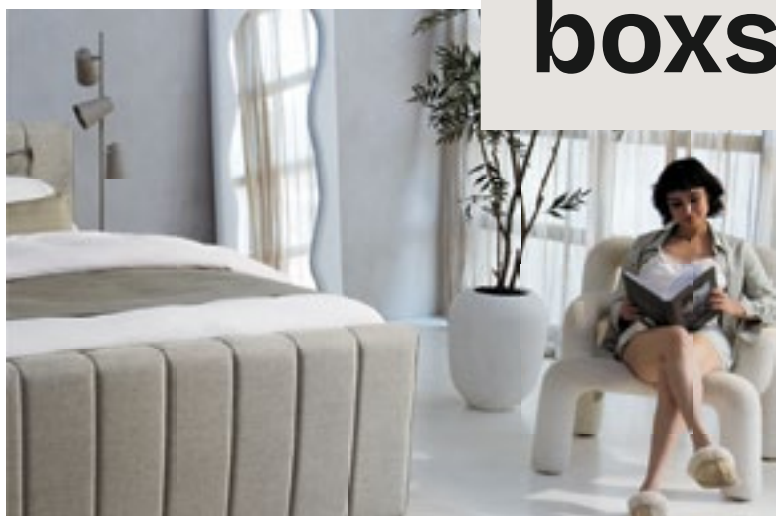
WILDEBOER.COM



Rikels Slaapexperts
breidt uit en komt naar
Apeldoorn!

Slapen op haar mooist

Ubica boxspring



€300 Jubileumvoordeel



RIKELS
SLAAPEXPERTS

Kom langs en laat u adviseren in onze ruime experience room
Grote Voort 72-74, Zwolle | Of maak een afspraak op www.rikels-slaapexperts.nl





Huis & Tuin



KLOPPENBURG
INTERIEUR



de Woonspecialist



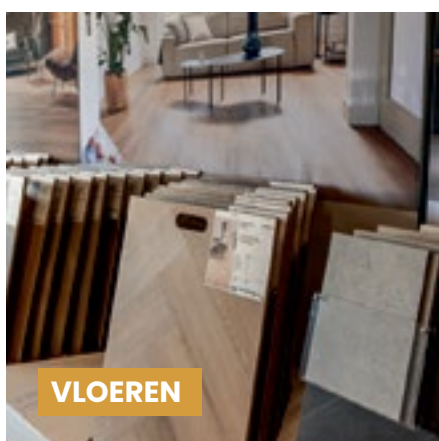
**ACTIEMAAND MEI
STAPELKORTING**

VLOER -15%

+ GORDIJNEN -20%

+ RAAMDECORATIE -25%

Bezoek nu alvast onze showroom om inspiratie op te doen voor de actiemaand mei



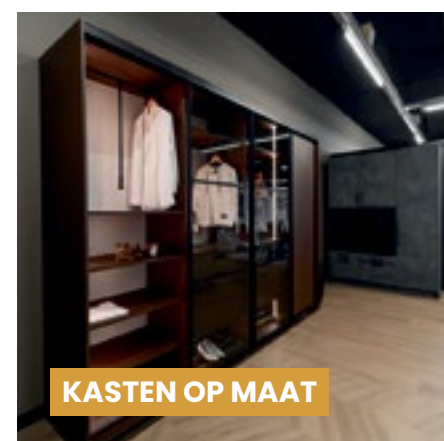
VLOEREN



GORDIJNEN



RAAMDECORATIE



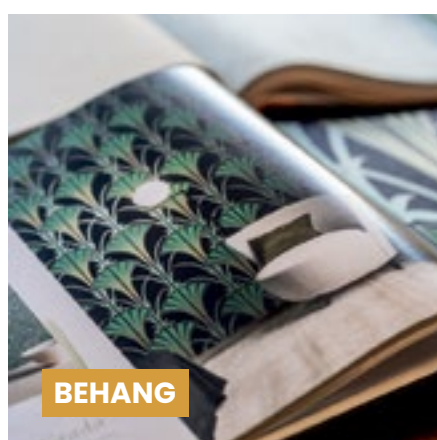
KASTEN OP MAAT



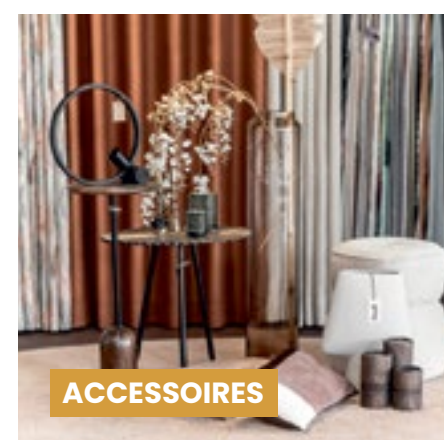
TRAPRENOVATIE



BUITENZONWERING



BEHANG



ACCESSOIRES

Deze actie is geldig van 1 t/m 31 mei 2026. Vraag naar de voorwaarden in onze showroom.



Veldoven 9 | IJsselmuiden 038 337 70 23 info@kloppenburginterieur.nl www.kloppenburginterieur.nl





Aldura, specialist in zonwering en raamdecoratie



Binnenzonwering



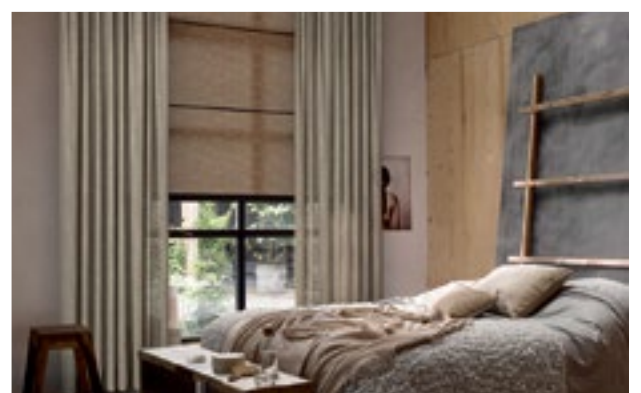
Buitenzonwering



Rolluiken



Garagedeuren



Gordijnen



Ook voor onderhoud en reparaties bent u bij Aldura aan het juiste adres.

Zwolle-Zuid: Faradaystraat 5, Stadshagen: Stadshagenallee 15 (op afspraak),
038-4656555, info@aldura.nl, [Aldura.nl](https://aldura.nl)





Showmodellen uitverkoop

Wij maken plaats voor de nieuwe collectie

Tot -50%



Talvik
Staphorst

Bedden

Matrassen

Showmodellen uitverkoop: Ruimte voor vernieuwing bij Talvik

STAPHORST – Bij Talvik Bedden aan de Gemeenteweg staat de komende periode in het teken van vernieuwing. De showroom wordt opnieuw ingericht met een nieuwe collectie, en om daar ruimte voor te maken start een opruiming van showroommodellen.

Het gaat om een selectie boxsprings, matrassen en eiken bedden die plaatsmaken voor nieuwe opstellingen. Een groot deel van de showroomcollectie is nu verkrijgbaar met kortingen tot 30 à 50%.

Talvik heeft zich de afgelopen tijd ontwikkeld tot een vertrouwd adres voor slaapcomfort in de regio. Als lokaal familiebedrijf staat de winkel bekend om een rustige, persoonlijke benadering. Bezoekers krijgen de tijd om verschillende bedden te proberen en te ontdekken wat het beste bij hen past.

Die manier van werken blijft ook tijdens de opruiming centraal staan. “Het blijft belangrijk dat mensen goed kiezen,” klinkt het in de winkel. “Ook als het om een showroommodel gaat.”

De opruiming valt samen met de komst van een vernieuwde collectie, waarin nog meer aandacht is voor comfort, uitstraling en keuzevrijheid. Daarmee blijft Talvik inspelen op wat klanten zoeken: een goed bed, passend advies en scherpe prijzen.



Wie wil profiteren van voordeel op showroommodellen, kan terecht aan de Gemeenteweg 37 in Staphorst.

Talvik bedden

Gemeenteweg 37
7951 CC Staphorst
www.talvik.nl
info@talvik.nl
06-133 645 16

Donderdag:

19:00 – 21:00 – Op afspraak

Vrijdag:

10:00 – 12:00

13:30 – 17:30

Zaterdag:

10:00 – 12:00

13:30 – 16:00

Primo
KEUKENS.NL

De voordeligste keukeenzaak!

Daarom Primo Keukens

- Snelle en betrouwbare levering
- Géén aanbetaling
- Duitse topkwaliteit en milieubewust geproduceerd



Heerenveen | Roden | Assen | Meppel | Hoogeveen | Emmen | Dronten | Kampen | Hardenberg | Almelo





Eerenstein

Eerenstein is een begrip in Zwolle wanneer het op vakkennis op het gebied van verf, behang, vloeren en raamdecoratie aankomt.

Hulp nodig bij uw interieur?

Maak een interieurafspraak op onze website of kom langs in onze winkel aan de Vechtstraat 68 in Zwolle. Wij staan voor u klaar!

www.eerenstein.nl/afpraak

20% KORTING OP RAAMDECORATIE

Ontvang 20% korting op alle raamdecoratie in onze winkel*.

*Niet geldig op montagekosten.
De actie is de hele maand april geldig.

DE KLEURMAKERS SINDS 1954
Van dinsdag t/m zaterdag geopend!

Vechtstraat 68
8021 AZ Zwolle

info@eerenstein.nl
038 45 35 301



**SPECIALIST IN ZONWERING,
OVERKAPPINGEN EN RAAMDECORATIE**

100% maatwerk, topkwaliteit en duurzaam tot in elk detail
www.a5decozwolle.nl

Ampèrestraat 8 Zwolle
038-3375723 • info@a5decozwolle.nl

Boomstamtafels

voor binnen & buiten



BEZOEKADRES: Tel: 0523 - 291 271
Zwolsesweg 18A info@treetoptables.nl
7707 AH Balkbrug www.treetoptables.nl



Tweewieler centrum Zwolle

Betaalbaar fietsplezier voor jong en oud
Ook voor reparatie en onderhoud



Altijd minimaal 12 driewielers, 80 steps, 100 fietsen en div. bakfietsen rijklaar in de winkel
www.tweewielercentrumzwolle.com

**NU MET GROTE KORTING UIT VOORRAAD LEVERBAAR:
ELECTRISCHE VOUWFIETSEN, E-BIKES EN DRIEWIELERS**



Tuin Totaal Center

Blokhutten Scherp en Sterk in Maatwerk

Maatwerk?

Bij ons verrassend voordelig!



www.tuintotaalcenter.nl

Edisonstraat 5, 8013 PS Zwolle | Tel. (038) 444 84 01



Bos Bedden
Droom bedden

45
JAAR

3.000m²
showroom
vol beleving
en inspiratie

**Voorjaars
schoonmaak**

Tot wel 50% korting*



Boxsprings en ledikanten



Tot 50% korting*

Matrassen, kussens en
dekbedden



Tot 50% korting*

Bedtextiel



Tot 50% korting*



*voorwaarden van toepassing
druk- en zetfouten voorbehouden

Tel: 0529 481 223
Den Hulst 33, 7711 GK **Nieuwleusen**

www.bosbedden.nl
Gratis parkeren voor de deur!

Tel: 0548 740 030
Albert Einsteinstraat 11, 7442 DK **Nijverdal**

**MEIJER
PARKET**

**Raam-
decoratie**

Traprenovatie

**Parket-, pvc- en
laminaatvloeren**

Kom langs in onze showroom voor meer info.
Voor openingstijden, zie onze website.

Herenstraat 62 7776 AK Slagharen
Tel. nr. 0523 - 682373 • Email: info@meijer-parket.nl

www.meijer-parket.nl

Als jij het kunt bedenken, kunnen wij het maken!

Ben je op zoek naar een mooie, betaalbare tafel die perfect past bij jouw interieur en wensen? Bij Betaalbaar-Design in Ommen ben je aan het juiste adres voor persoonlijk advies en maatwerk. Steeds meer klanten weten ons te vinden en om iedereen nog beter te kunnen ontvangen, verruimen wij onze openingstijden.

Vanaf 1 februari ben je elke woensdagavond welkom van 19:00 tot 21:00 uur en elke zaterdag van 11:00 tot 14:00 uur. Ideale momenten om rustig rond te kijken, alle verschillende materialen te voelen, onderstellen te vergelijken en jouw ideale tafel samen te stellen, met persoonlijk advies.

Bij Betaalbaar-Design staat service centraal. We nemen de tijd om met je mee te denken over afmetingen, vorm, afwerking en stijl, zodat jouw nieuwe tafel echt aansluit bij jouw woning en manier van leven. Bovendien hoeft je niet lang te wachten: jouw op maat gemaakte tafel wordt al binnen 6 tot 8 weken geleverd.

Naast maatwerk hebben we ook een ruime voorraad van ongeveer 200 unieke eettafels die direct beschikbaar zijn. Dit zijn tafels die het strenge selectieproces nét niet zijn doorgekomen, vaak zonder zichtbare beschadigingen, die je tegen een aantrekkelijke prijs meteen kunt meenemen.

Met onze 3D-configurator op de website kun je alvast jouw tafel samenstellen, terwijl je in de showroom ontdekt hoeveel meer er mogelijk is. In de showroom aan de Hessenweg West 5 in



Ommen kun je de kwaliteit met eigen ogen zien en ervaren, zodat je zeker weet dat je de juiste keuze maakt.

Openingstijden:

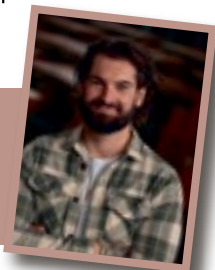
Woensdagavond: 19:00 – 21:00
Zaterdag: 11:00 – 14:00

Daarnaast ben je ook op andere dagen en tijden welkom op afspraak, wij zijn flexibel.

Meer informatie:

Hessenweg West 5, Ommen
www.betalbaar-design.nl
info@betalbaar-design.nl
Tel. 0621514440

**Maak snel je afspraak
en kom de kwaliteit in
het echt bewonderen!**





Maak kennis met het Easyflex systeem van Tuintotaalcenter.nl dé slimme oplossing voor een tuinhuis of overkapping die perfect aansluit op uw wensen

Het Easyflex systeem onderscheidt zich door zijn flexibiliteit, eenvoud en hoogwaardige afwerking. Waar traditionele bouwsystemen vaak complex en tijdrovend zijn, is Easyflex juist ontwikkeld met het oog op gebruiksgemak én maatwerk. Elk project wordt volledig op maat gemaakt. Dit betekent dat u niet gebonden bent aan standaard afmetingen, maar uw tuinhuis, overkapping of buitenverblijf volledig kunt samenstellen zoals u dat wilt. Of het nu gaat om een compacte berging of een royale overkapping: alles wordt afgestemd op uw tuin, uw smaak en uw gebruik.

Wat het systeem uniek maakt, is de constructie. De stevige staanders zijn voorzien van slimme sleuven waarin de 28 mm dikke wanden eenvoudig worden geschoven. Hierdoor is er geen traditioneel regelwerk nodig. Dit zorgt niet alleen voor een snellere en eenvoudigere montage, maar ook voor een strak eindresultaat. Zowel de binnen- als buitenzijde zijn volledig netjes afgewerkt, zonder zichtbare schroeven of spijkers. Dit geeft het geheel een moderne, hoogwaardige uitstraling die past in iedere tuin.

Daarnaast staat kwaliteit bij Easyflex centraal. U heeft de keuze uit verschillende houtsoorten, waaronder Douglas, grenen en vuren. Elk type hout heeft zijn eigen karakter en uitstraling, maar wordt altijd zorgvuldig geselecteerd op duurzaamheid en

sterkte. Bovendien worden alle onderdelen behandeld in de kleur van uw keuze. Dit betekent dat uw tuinhuis of overkapping niet alleen direct beschermd is tegen weersinvloeden, maar ook perfect aansluit bij de stijl van uw woning en tuin.

Het systeem is ontworpen voor zowel de doe-het-zelver als de klant die volledig ontzorgd wil worden. Dankzij de doordachte opbouw en pasvorm is het Easyflex systeem eenvoudig zelf te monteren. De onderdelen sluiten perfect op elkaar aan, waardoor u stap voor stap een professioneel resultaat bereikt. Heeft u liever dat alles voor u wordt geregeld? Dan staat het ervaren team van Tuintotaalcenter.nl klaar om uw project vakkundig en efficiënt te realiseren.

Een ander groot voordeel is de flexibiliteit in indeling en uitstraling. U kunt eenvoudig variëren met wanden, open delen, ramen en deuren. Hierdoor creëert u een buitenverblijf dat niet alleen functioneel is, maar ook volledig aansluit bij uw persoonlijke stijl. Van strak en modern tot warm en landelijk – met Easyflex zijn de mogelijkheden vrijwel eindeloos.

Wilt u het systeem zelf ervaren?

Op het showterrein van Tuintotaalcenter.nl kunt u diverse opstellingen bekijken en de kwaliteit van dichtbij zien. Hier krijgt u niet alleen inspiratie, maar ook deskundig advies van specialisten die met u meedenken over de beste oplossing voor uw situatie.



Met het Easyflex systeem kiest u voor maatwerk, kwaliteit en een ongekenne eenvoud in montage – zonder concessies te doen aan uitstraling en duurzaamheid. Uw ideale tuinhuis of overkapping begint hier. Bel of mail voor een afspraak, gewoon langs komen kan ook.

Edisonstraat 5
8013PS Zwolle
0652603498
info@tuintotaalcenter.nl



Van achtertuin naar buitenkeuken: BarbecueBay brengt buiten koken naar een hoger niveau

Steeds meer Nederlanders ontdekken de buitenkeuken als natuurlijk verlengstuk van hun leefruimte. Bij BarbecueBay in Zwolle kunnen zij terecht voor twee merken met elk een heel eigen karakter – en een uitstekende prijs-kwaliteitverhouding.

De tijd dat buiten koken betekende: een eenvoudige rolbarbecue in de hoek van de tuin, ligt ver achter ons. Wie vandaag de dag investeert in een buitenkeuken, denkt na over materialen die jarenlang meegaan, over een uitstraling die past bij huis en tuin, en over functionaliteit die het koken buiten echt compleet maakt. BarbecueBay, gevestigd aan de Voltastraat in Zwolle, speelt enthousiast

in op deze groeiende vraag – met twee merken die elk hun eigen verhaal vertellen: Brabura en Goriller.

Brabura: elegantie en modulaire vrijheid

Wie op zoek is naar een buitenkeuken in het luxere segment, komt al snel uit bij Brabura. Het merk heeft zijn wortels in de Spaanse buitencultuur en onderscheidt zich door strakke, mediterrane lijnen gecombineerd met hoogwaardige materialen. Brabura werkt met gepoedercoat roestvrij staal in de kwaliteitsgraden 304 en 316, wat het merk goed bestand maakt tegen het Nederlandse klimaat.

Wat Brabura bijzonder populair maakt, is de doordachte modulaire opbouw. Klanten

beginnen met een basismodule naar keuze en breiden die naar wens uit met spoelbakken, laden, extra branders of soft-close ladekasten – een afwerkingsniveau dat men normaal alleen in hoogwaardige binnenkeukens tegenkomt. Bij BarbecueBay denken de adviseurs graag mee in het ontwerp, zodat de klant vooraf precies kan zien hoe zijn of haar droomkeuken eruitziet. “Elke tuin is anders,” benadrukt men bij BarbecueBay, “en Brabura groeit mee met de wensen van de klant.”

“Van tuin naar totaalbeleving – ervaar buitenkoken op niveau.”

Goriller: robuust, industrieel en verrassend compleet

Wie houdt van een stoere, no-nonsense uitstraling, vindt zijn gading bij Goriller. BarbecueBay was de eerste Nederlandse retailer die dit merk introduceerde en kent het assortiment dan ook door en door. Net als Brabura levert Goriller haar buitenkeukens in een modulaire systeem, maar de sfeer is wezenlijk anders: massieve bouw, een keuze uit hoogwaardig zwarte gelakt roestvrij staal of gepoedercoat aluminium in zwart of antraciet, en een uitstraling die meteen indruk maakt.

De Goriller barbecues zijn standaard voorzien van een infrarood achterbrander en een draaispit – en de luxere uitvoeringen beschikken bovendien over een keramische sizzle zone. Op dat grilloppervlak worden temperaturen tot zo'n 700 graden Celsius bereikt, waarmee een steak een prachtige korst krijgt zoals men dat van een goed restaurant kent. Goriller positioneert zich stevig in het middensegment. Kopers waarderen vooral de prijs-kwaliteitverhouding: voor het geld dat men betaalt, krijgt men een buitenkeuken die jarenlang meegaat en opvallend compleet is uitgerust.

Showroom, advies en plaatsing

Een buitenkeuken is geen impuls aankoop, en dat hoeft ook niet. De modellen van Brabura en Goriller vereisen een stabiele, vlakke ondergrond en de juiste aansluitingen. BarbecueBay begeleidt klanten door het hele traject: van eerste oriëntatie en persoonlijk advies tot het ontwerpen van de ideale configuratie en, indien gewenst, de plaatsing.

In de showroom aan de Voltastraat in Zwolle staan beide merken opgesteld. Het verschil in karakter tussen de verfijnde Brabura en de stoere Goriller is pas echt voelbaar wanneer men er zelf voor staat.

www.barbecuebay.nl
Showroom (op afspraak): Voltastraat 4/24, Zwolle
06-46 149 391
info@barbecuebay.nl

BUITENKEUKENS OM VAN TE DROMEN



Luxe modulaire buitenkeukens

Op maat samengesteld en met persoonlijk advies - plan uw afspraak en bezoek onze showroom in Zwolle



BARBECUEBAY

buitenkeukens | planchas | barbecues
www.barbecuebay.nl | info@barbecuebay.nl
WhatsApp | Tel: 06-461 49391 | Voltastraat 4/24 | 8013 PS Zwolle





ALLES VOOR JE TUIN!



SteengoedID

WETHOUDER HULSSTRAAT 2 IN STAPHORST | T. (0522) 202 122 | steengoedid.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
SLAAPEXPERTS

Roldusol Uw zonweringsfabrikant!

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



SOLAR, GEEN STROOM NODIG



25% KORTING OP ZONWERING EN ROLLUIKEN*

ACTIES T/M 30 APRIL 2026

Openingstijden: van maandag t/m vrijdag 8.00-12.00 uur en 13.00-18:00 uur
Zaterdag op afspraak | *alleen geldig op Roldusol artikelen

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

Kom Geraniums rapen in onze kas. Neem zelf dozen mee en trek niet je mooiste schoenen aan.

3 voor
€ 2.50

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

Hoogendoorn Kwekerij

Hartogsweg 11 IJsselmuiden
0383315131

Volg ons op facebook voor meer acties en aanbiedingen.

Geraniummarkt

23 april t/m 6 mei



- Alles voor huis en tuin – gewoon in IJsselmuiden:
- Een ruim assortiment (vaste) planten, s'ruiken & bomen
 - Sfeervol landelijk kleinmeubilair
 - Mediterrane bomen zoals olijfbomen
 - Alles voor jouw moestuin
 - Stijlvolle kunstbloemen van Countryfield
 - Huis- & tuindecoratie met karakter
 - Uniek bloemwerk op maat, van boeketten tot bruidswerk



Kom langs in onze
vernieuwde parketstudio!

ACTIE: Raftwood ~~van 119,-~~
nu voor 99,- p/m²

Specialist in ambachtelijk parket op vloerverwarming



Puur
natuur
van muur
tot muur

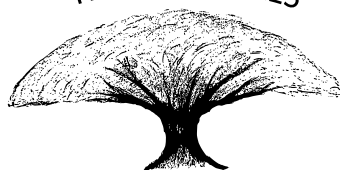


Wij zijn ook Treetop Tables

Ambachtelijke tafels natuurlijk op maat gemaakt

Van showroom tot werkplaats – welkom achter de schermen

TREETOP TABLES



BEZOEKADRES:

Zwolseseweg 18A
7707 AH Balkbrug

Tel: 0523 - 291 271

info@treetoptables.nl

www.treetoptables.nl

OPENINGSTIJDEN

Maandag en dinsdag: op afspraak

Woensdag en donderdag: 13.30 tot 17.00 uur

Vrijdag en zaterdag: 10.00 tot 17.00 uur





Safety Service Leusink: de lokale kracht in brandbeveiliging

In een tijd waarin brandrisico's door elektrificering toenemen, speelt een betrouwbare partner in brandbeveiliging een cruciale rol voor zowel bedrijven als particulieren. Safety Service Leusink positioneert zich nadrukkelijk als zo'n partner: deskundig, betrokken en bovenal praktisch ingesteld. Wat het bedrijf onderscheidt, is de combinatie van vakkennis en een persoonlijke aanpak. In plaats van grootschalige structuren kiest Safety Service Leusink bewust voor een compact team. Dat blijkt geen beperking, maar juist een kracht. Klanten profiteren van korte lijnen, snelle communicatie en een hoge mate van flexibiliteit – aspecten die in de praktijk het verschil maken.

Brede klantenkring

De klantenkring van Leusink is daarbij opvallend breed. Van de cafetaria op de hoek tot grote vastgoedbeheerders: uiteenlopende organisaties weten het bedrijf te vinden voor betrouwbare en betaalbare brandbeveiliging. Eigenaar Henk Leusink onderstreept: "Met een compact team zijn we flexibel en snel op locatie." Die snelheid is niet alleen van belang bij acute situaties, maar ook bij inspecties, onderhoud en advies. Klanten kunnen bij Safety Service Leusink terecht voor een compleet pakket aan veiligheidsoplossingen. Het bedrijf levert en onderhoudt onder meer blusmiddelen, zoals brandblussers en haspels, maar ook

noodverlichting en EHBO-producten. Door deze combinatie van producten en diensten fungeert Leusink als één aanspreekpunt voor alles op het gebied van brand- en bedrijfsveiligheid.

Gecertificeerde partner

Een belangrijk fundament onder die dienstverlening is de REOB-certificering. Safety Service Leusink is volledig REOB-gecertificeerd, wat betekent dat het onderhoud, de controle en het beheer van draagbare blusmiddelen voldoen aan strenge en erkende kwaliteitsnormen. Voor veel verzekeraars is deze certificering een vereiste, waardoor klanten verzekerd zijn van zowel veiligheid als compliance.

Daarnaast beschikt Leusink over certificering van de Inspectie Leefomgeving en Transport (ILT), waardoor het bedrijf ook bevoegd is om werkzaamheden in de scheepvaart uit te voeren. Deze combinatie van certificeringen onderstreept de brede inzetbaarheid en het hoge kwaliteitsniveau van de organisatie. Naast deze certificeringen is Leusink ook preventiepartner voor verzekeraar Univé.

Bijkomend voordeel

"Doordat wij efficiënt en lokaal opereren kunnen veel organisaties aanzienlijk besparen op hun onderhoudskosten" aldus Henk Leusink. Safety Service Leusink komt vrijblijven op locatie om een gratis "quick-scan" uit te voeren en

een aanbieding te maken. Daarmee wordt professionele brandbeveiliging niet alleen toegankelijker, maar ook duurzamer op de lange termijn.

In een sector waarin betrouwbaarheid letterlijk van levensbelang kan zijn, ligt de kracht van Safety Service Leusink in een nuchtere aanpak waarbij nog altijd geldt: afspraak is afspraak. Dit maakt het bedrijf tot een waardevolle schakel in de keten van brandveiligheid.

Wilt u zeker zijn van een veilige werkomgeving en voldoen aan alle geldende eisen? Neem dan contact op met Safety Service Leusink voor een vrijblijvend advies of inspectie. Het team staat klaar om snel en deskundig met u mee te denken.

Contactgegevens

Zomerdijk 27a 7942 JS Meppel
Telefoonnummer: 0522-745470
Email: info@veiligleusink.nl

Openingstijden:

ma t/m vr: 8:30 – 17:00
zaterdag: 9:00 – 16:00

Uw advertentie of artikel in onze krant?

- Neem vrijblijvend contact met ons op via:
06 36 29 90 30

of mail naar info@boshuismedia.nl

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







Safety Service Leusink

DE LOKALE KRACHT IN BRANDBEVEILIGING

- ✓ **BLUSMIDDELEN, NOODVERLICHTING & EHBO**
- ✓ **SNEL EN PERSOONLIJK OP LOCATIE**
- ✓ **REOB-GECEERTIFICEERD**

ZOMERDIJK 27A | MEPPEL | 0522 - 74 54 70 | WWW.SAFETYSERVICELEUSINK.NL



VACATURE

SERVICEMONTEUR BRANDBEVEILIGING

Meppel - Fulltime / Parttime

Als servicemonteur brandbeveiliging ben jij verantwoordelijk voor onze klanten in de regio Midden-Nederland.

Van fabriek tot binnenvaartschip, jij verzorgt installatie, inspectie en onderhoud van blusmiddelen, noodverlichting en meer! Geen ervaring? Wij zorgen voor de juiste opleiding en leren jouw het vak! Neem contact op voor meer informatie.



Doe inspiratie op in onze vernieuwde **SHOWROOM**



VANAF NU OOK BIJPASSENDE INTERIEURKASTEN



KüchenTreff Wezep

Rondweg 86, 8091 XK Wezep
tel. 038-200 01 69

Maak nu een afspraak op www.kuechentreff-wezep.nl





Jubileumkeukens, jubileumbadkamers en interieurvoordeel



Wie op zoek is naar inspiratie: bij Broekhuizen Keukens & Sanitair, Tegelcentrum Dorgelo en Kloppenburg Interieur vind je alles voor een woning die helemaal aansluit bij jouw smaak en wensen.

Een nieuw seizoen zorgt vaak voor nieuwe ideeën in huis. Misschien is de wens er al langer: een nieuwe keuken, een vernieuwde badkamer, nieuwe tegels of een interieur dat beter bij je past. Wie op zoek is naar inspiratie: bij Broekhuizen Keukens & Sanitair, Tegelcentrum Dorgelo en Kloppenburg Interieur vind je alles voor een woning die helemaal aansluit bij jouw smaak en wensen.

Van keukens en badkamers tot tegelwerk en complete woninginrichting. Dit jaar is bovendien extra bijzonder, want Broekhuizen viert het 100-jarig jubileum met een aantal speciale jubileumacties. Tegelijkertijd pakt Kloppenburg Interieur in mei uit met aantrekkelijke stapelkorting. Daarmee is dit een mooi moment om woonplannen concreet te maken.

Jubileumkeukens vanaf €12.495,-

De drie jubileumkeukens zijn verkrijgbaar vanaf €12.495,- en worden geleverd inclusief montage. Ze zijn leverbaar in meerdere kleuren, zodat er altijd een uitvoering is die past bij de stijl van je woning. Ook qua uitvoering zijn de keukens zeer compleet. Zo zijn ze voorzien van een inductiekookplaat, afzuigkap, vaatwasser, combi-oven, koel-/vriescombinatie, werkblad, spoelbak en Quooker. Daarmee zijn deze jubileumkeukens niet alleen mooi om te zien, maar ook direct afgestemd op dagelijks gebruiksgemak.

Jubileumbadkamers vanaf €5.000,-

Ook voor wie plannen heeft voor de badkamer, is er volop reden om de showroom te bezoeken. Broekhuizen heeft drie jubileumbadkamers samengesteld, verkrijgbaar vanaf €5.000,-. Deze badkamers worden geleverd exclusief montage, maar bieden wel een complete basis voor een stijlvolle en comfortabele badkamerruimte.

Zo zijn de jubileumbadkamers inclusief wand- en vloertegels voorzien van belangrijke onderdelen zoals een douche, bad, toilet, badmeubel en verwarming. Daarmee ontstaat een complete opstelling die zowel praktisch als sfeervol is. In de

showroom is goed te zien hoe materialen, kleuren en indelingen samenkomen. Dat maakt het eenvoudiger om keuzes te maken die passen bij de ruimte én bij persoonlijke woonwensen.

Tegels bepalen de sfeer

Een keuken en voornamelijk een badkamer is pas echt compleet wanneer ook de juiste tegelkeuze is gemaakt. Tegels vormen immers de basis van de ruimte en hebben veel invloed op de uitstraling. Bij Tegelcentrum Dorgelo vind je een uitgebreide collectie vloer- en wandtegels in verschillende stijlen, kleuren en afmetingen. Denk aan moderne grootformaat tegels, warme houtlooktegels of juist stoere betonlooks. Voor iedere woonstijl is er wel een passende oplossing te vinden. Dankzij de gezamenlijke showroom van Broekhuizen en Dorgelo kunnen klanten eenvoudig inspiratie opdoen en materialen combineren.

Kloppenburg voor het totaalplaatje

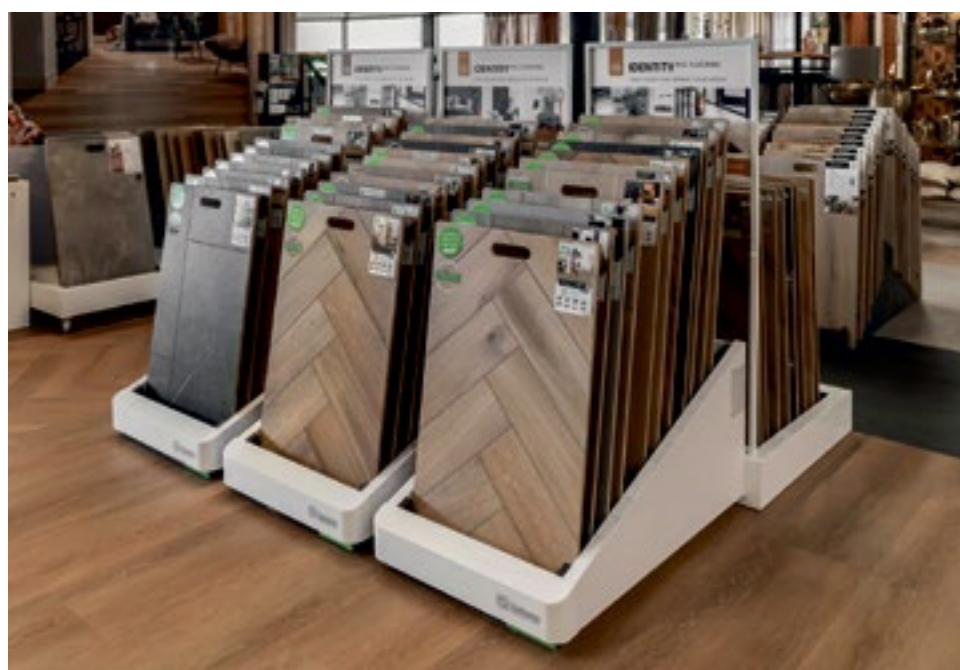
Bij Kloppenburg vind je alles op het gebied van woninginrichting: vloeren, raamdecoratie, gordijnen, maatwerkkasten, traprenovatie, zonwering, horren, behang en accessoires. Daarmee wordt het totaalplaatje van een woning compleet.

In de hele maand mei profiteer je dus van aantrekkelijke stapelkorting. De actie begint met 15 procent korting op een vloer. Kies je daar ook gordijnen bij, dan loopt het voordeel op naar 20 procent korting. Voeg je daarnaast ook raamdecoratie toe, dan ontvang je zelfs 25 procent korting.

Broekhuizen Keukens & Sanitair



Adres: Kleiland 1, IJsselmuiden
Openingstijden: ma t/m vrij 9.00 - 17.30 uur
| za 9.00 - 16.30 uur
Telefoon: 038 - 331 28 31
Website: www.bhzn.nl



Tegelcentrum Dorgelo



Adres: Kleiland 5, IJsselmuiden
Openingstijden: ma t/m vrij 9.00 - 17.30 uur
| za 9.00 - 16.30 uur
Telefoon: 038 - 460 13 13
Website: www.tegelcentrumdorgelo.nl

Kloppenburg Interieur



Adres: Veldoven 9, IJsselmuiden
Openingstijden: ma t/m vrij 9.00 - 17.30 uur
| za 10.00 - 16.00 uur
Telefoon: 038 - 337 70 23
Website: www.kloppenburginterieur.nl

Aangepaste openingstijden feestdagen

Koningsdag 27 april: gesloten • Hemelvaartsdag 14 mei: gesloten • Tweede Pinksterdag | 25 mei: gesloten





Roldusol de fabrikant uit meppel
uw fabrikant van zonwering

Duurzaam in alle seizoenen!

Buitenjaloezieën van Roldusol kunnen veel meer dan alleen maar schaduw bieden en voor een aangenaam binnenklimaat zorgen. Een buitenjaloezie brengt licht, design en inkijsbeveiliging in harmonie bij elkaar. Bij ons vindt u precies de juiste buitenjaloezie die bij uw raam past,



Terrasschermen voor uw terras of uw balkon, wilt u uw terras beschaduwen of met zonneschermen bijzondere accenten geven aan uw ramen? Met een op maat gemaakt zonnesherm van Roldusol profiteert u van de beste kwaliteit en eersteklas service. En dat van de keuze, via de advisering tot en met montage en verzorging.



Rolluiken van Roldusol bieden een effectieve bescherming tegen inkijs en verblinding, een betrouwbare geluidsisolatie en een optimale warmte-isolatie voor uw raam.



Screens
Geniet van de hittebescherming, het goed gedoseerde daglicht en uw zicht naar buiten. De compacte kast met verschillende vormen

is geschikt voor nieuwbouw, en bestaande woningen

Solar bediening

Door de geïntegreerde zonnecel wordt zonne-energie in de accu opgeslagen - zo kunnen rolluiken, buitenjaloezieën en kozijn-screens onafhankelijk van het lichtnet worden bestuurd. Zodoende wordt ook nog eens een bijdrage aan bestendigheid en voor het energiesparen geleverd. Dankzij het hoge rendement van de zonnecellen wordt de accu ook bij diffuus licht, of bij een niet optimaal gericht paneel geladen.



Lamellen dak

Met het Roldusol lamellen dak kan een eigen kamer in de open lucht worden gecreëerd. Het rechtlijnig ontworpen lamellen dak gaat harmonisch op in het landschap, en kan op elke willekeurige plaats vrij of aan een gebouw aansluitend worden opgebouwd. Als modulair dak systeem kan de terrasoverkapping worden uitgevoerd met beweegbare aluminium lamellen, een verschuifbaar zonnesherm of met glas, en zo voldoen aan de hoogste design-eisen.



Markiezen, eigentijdse nostalgie

Dé mooiste vorm van zonwering van vandaag de dag is de markies. De meest optimale zonwering gekoppeld aan een nostalgische uitstraling. Van welke kant de zon ook komt een markies biedt altijd optimale bescherming.

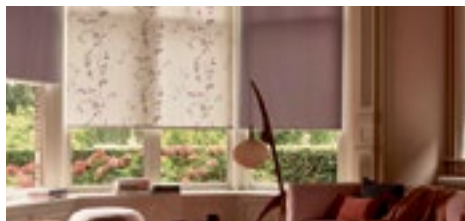
Naast het weren van de zon heeft de markies nog een functie; door de nostalgische uitstraling en de fraaie uitvoering van de kap is de markies ook een verfraaiing voor de gevel. Dit geldt niet alleen voor een klassiek pand, ook op een modernere bouwstijl kan de markies voor een verrassend effect zorgen.

Binnen zonwering

Roldusol: Alles voor Uw Raam, van Binnenzonwering tot Horren. Als het gaat om binnenzonwering en raamdecoratie, is Roldusol de expert die alles biedt wat u nodig heeft voor uw ramen. Of u nu op zoek bent naar rolgordijnen, jaloezieën, plissé gordijnen, lamellen of horren, Roldusol heeft het in huis. Met een breed assortiment aan hoogwaardige producten kunt u de perfecte oplossing vinden voor elke ruimte in uw woning.

Rolgordijnen: Stijlvol en Functioneel

Roldusol biedt een ruime keuze aan rolgordijnen, die niet alleen functioneel zijn, maar ook bijdragen aan een stijlvol interieur. Verkrijgbaar in diverse stoffen, kleuren en patronen, kunnen rolgordijnen perfect worden afgestemd op de uitstraling van uw kamer. Of u nu kiest voor een verduisterend rolgordijn voor de slaapkamer of een lichtdoorlatend exemplaar voor de woonkamer, Roldusol biedt voor elke wens een oplossing.



Jaloezieën: Flexibiliteit en Controle

Met jaloezieën van Roldusol heeft u volledige controle over de lichtinval in uw huis. De lamellen kunnen eenvoudig worden aangepast om de hoeveelheid licht te reguleren, waardoor jaloezieën ideaal zijn voor ruimtes waar u vaak wisselt tussen zon en schaduw. Verkrijgbaar in verschillende materialen zoals hout, aluminium en kunststof, kunnen jaloezieën een moderne of klassieke uitstraling aan uw interieur geven.



Plissé Gordijnen: Ruimtebesparing met Stijl

Voor wie op zoek is naar een ruimtebesparende oplossing biedt Roldusol plissé gordijnen die niet alleen praktisch zijn, maar ook een elegante uitstraling hebben. Dankzij het harmonica-vouwstelsel nemen deze gordijnen weinig ruimte in wanneer ze niet in gebruik zijn, waardoor ze perfect zijn voor smalle of schuine ramen. Ze zijn verkrijgbaar in diverse stoffen en bieden bovendien goede isolatie tegen warmte en kou.

25% korting
geldig t/m 30 april

Roldusol Meppel is gevestigd aan de Johan van Oldenbarneveltstraat 3A 7942 GZ in Meppel.
De showroom is geopend van maandag tot en met vrijdag van 08.15 tot 12.00 uur en van 13.00 tot 18.00 uur
Telefoon (0522) 251543, e-mail info@roldusol.nl. Je kunt ook een kijkje nemen op de website: www.roldusol.nl.



Woontrends 2026: warm, persoonlijk en in balans



Ons interieur is allang niet meer alleen een mooie plek om te wonen. In 2026 draait het vooral om sfeer, comfort en persoonlijkheid. We willen dat ons huis voelt als een fijne plek waar we kunnen ontspannen én onszelf kunnen zijn.

door de redactie

Een belangrijke trend is het gebruik van natuurlijke materialen. Hout, linnen, wol en natuursteen zorgen voor rust en warmte in huis. Ze geven een interieur een zachte, uitnodigende uitstraling en sluiten perfect aan bij de behoefte aan meer verbinding met de natuur.

Daarnaast zien we steeds meer organische vormen terug. Strakke lijnen maken plaats voor ronde meubels, speelse vormen en zachte contouren. Denk aan een ovale eettafel, een ronde bank of accessoires met een natuurlijke vorm. Dit zorgt voor een vriendelijker en toegankelijker geheel.

Ook op het gebied van kleur durven we meer. Warme aardetinten zoals terracotta

en zandkleur blijven populair, aangevuld met zachte groenen en vergrijsde blauwtinten. Voor wie wat meer lef heeft, zijn accenten in bordeauxrood of okergeel echte blikvangers.

Wat ook opvalt: het mixen van stijlen. Een interieur hoeft niet meer perfect op elkaar afgestemd te zijn. Juist de combinatie van nieuw en vintage maakt een woning uniek en persoonlijk. Een erfstuk of kringloopvondst krijgt weer een plek naast moderne meubels. Duurzaamheid blijft een belangrijke rol spelen. Steeds vaker kiezen mensen voor meubels die langer meegaan of een tweede leven krijgen. Dat is niet alleen goed voor het milieu, maar geeft ook karakter aan het interieur.

Tot slot is er veel aandacht voor comfort en functionaliteit. Met thuiswerken als blijvend onderdeel van ons leven, zijn slimme indelingen en multifunctionele meubels belangrijker dan ooit.

Kortom: wonen in 2026 draait om balans. Een huis hoeft niet perfect te zijn, als het maar voelt als jouw thuis.

Monteur gezocht bij Aldura in Zwolle

Ter uitbreiding van ons team zijn wij op zoek naar een monteur. Als monteur ga je samen met collega's op pad.

De werkzaamheden betreffen:

- Monteren en repareren van zonwering, terrasoverkappingen, raambekleding en soortgelijke producten op locatie.
- Correct innemen van zonweringen en bijbehorende producten.
- Zorg dragen voor een goede (administratieve) afronding.
- Beoordelen en oplossen van storingen.

Wij vragen:

- Mbo-werk- en -denkniveau.
- Enthousiasme, gedrevenheid en twee rechterhanden.
- Een van nature sociaal en communicatief persoon.

Wij bieden:

- Een marktconform salaris.
- Een eenmalig jaarcontract, daarna fulltime in dienst.
- Bijscholing in de ontwikkeling van de producten.
- Goede secundaire arbeidsvoorwaarden.

Over Aldura zonwering en raamdecoratie.

Een familiebedrijf - wie wil daar nou niet werken? Kleinschalig, laagdrempelig en een fijne sfeer in een gezellig team. Aldura verzorgt al meer dan 90 jaar de zonweringen, rolluiken, raamdecoraties, terrasoverkappingen voor particulieren en de zakelijke markt in Oost-Nederland, maar ook daarbuiten. Wij vinden een kwalitatief product, een fraai design en goede voorlichting en service voor onze klanten erg belangrijk.

Solliciteren

Ben jij de ideale kandidaat voor deze functie? Stuur dan je sollicitatie per mail naar wichervankeulen@aldura.nl. Voor meer informatie, kun je contact opnemen met Wicher van Keulen via telefoonnummer [038-4656555](tel:038-4656555).



www.aldura.nl

2.000 kilometer lopen voor Powerchair Football Sponsorwandeltocht van Nederland naar Zweden

Na vijftien jaar inzet voor Regio Zwolle United, het maatschappelijke hart van voetbalclub PEC Zwolle, zet Gea Luttsels een nieuwe, bijzondere stap. In 2025 en 2026 loopt zij 2.000 kilometer van haar woonplaats Dalfsen naar Dala-Husby in Zweden om geld in te zamelen voor Powerchair Football, voetbal voor kinderen die afhankelijk zijn van een elektrische rolstoel. Zo'n speciale sportrolstoel kost maar liefst 14.000,- Euro. Met haar sponsorwandeltocht wil Gea deze droom voor meer kinderen mogelijk maken. Dit fantastische doel wordt onder meer ondersteund door de vestigingen van Easyslim.nu in Zwolle, Nieuwleusen en Hardenberg.

Gea Luttsels heeft in mei vorig jaar afscheid genomen van Regio Zwolle United. "Gedurende 15 jaar heb ik mij in mogen zetten voor het maatschappelijk hart van PEC Zwolle. De blijdschap en energie die ik heb ervaren van de verschillende doelgroepen in de diverse projecten was fantastisch om mee te maken.

Al die doelgroepen, van jong tot oud, gaan mij aan het hart, maar één springt er toch wel bovenuit. En dat is iets doen voor mensen met een verstandelijke en/of lichamelijke beperking. Daarom wil ik na die 15 jaar iets terug doen voor deze doelgroep en voor Regio Zwolle United." Gea's motivatie is persoonlijk: haar broer heeft een dwarslaesie, waardoor zij van dichtbij ziet hoe belangrijk sporten is voor kinderen

en volwassenen met een beperking.

Van Dalfsen naar Dala-Husby

Haar tocht bestaat uit twee delen van elk circa 1.000 kilometer, waarbij ze dagelijks zo'n 20 tot 25 kilometer aflegt. Het eerste deel (door Nederland, Duitsland en Denemarken) zit er inmiddels op en op 22 april start ze in het Zweedse Helsingborg voor deel twee met 51 etappes. Ze hoopt eind juni, net voor Midsommar, te arriveren bij haar broer, die met zijn gezin in Dala-Husby woont.

Ga jij 'Met Gea op stap'?

Om haar doel, de aanschaf van zo'n rolstoel, te realiseren, kan iedereen Gea ondersteunen met een donatie door figuurlijk met haar op stap te gaan. Dit kan door het door een bedrag over te maken naar NL40 RABO 0135 9757 78 ten name van Stichting Regio Zwolle United onder vermelding van 'Met Gea op stap'. Voor ondernemers is er de mogelijkheid om als dagsponsor de bedrijfsnaam te koppelen aan één van de vele dag-etappes. Interesse? Stuur dan voor meer info een mail naar gealuttsels@outlook.com.

Easyslim.nu is dagsponsor

Easyslim.nu, met in deze regio vestigingen in Zwolle, Nieuwleusen en Hardenberg, is al 10 jaar 'the place to be' als het gaat om afvallen, contouren verbeteren, spiertraining, oedeem vermindering (in de benen) zonder strenge diëten of workouts. Gea is al jaren een graag geziene



Foto's: aangeleverd

Volg Gea op Polarsteps.com

Via deze reis-app doet Gea dagelijks verslag van haar wandeltocht. Op www.polarsteps.com kun je de app gratis downloaden. Een eenvoudige account aanmaken, vervolgens zoeken op Gea Luttsels en een 'volgen' verzoek indienen. Dan voegt zij je toe en kun jij vanaf 22 april a.s. meegenieten van haar wandelavontuur. Of al vast haar belevenissen uit deel I teruglezen en de foto's bekijken.



Groene Loper Zwolle organiseert gratis inspiratieavond

In Zwolle kunnen inwoners binnenkort ontdekken hoe hun straat kan veranderen in een groene, levendige plek vol bloemen, kruiden en zelfs eetbaar groen. Groene Loper Zwolle organiseert op dinsdag 13 mei de gratis inspiratieavond Snoepen in je straat in de Stadkamer Zwolle Centrum.

Van droom naar groene buurt
Steeds meer mensen dromen van een straat waar je kunt plukken, snoepen en delen: met bloemen voor bijen en vlinders, kruiden langs de gevel en struiken vol fruit. Tijdens deze inspiratieavond krijgen bezoekers praktische handvatten om die droom werkelijkheid te maken.

Zo leren deelnemers hoe ze samen met burens een plan kunnen maken voor hun eigen straat en hoe eetbaar groen een plek kan krijgen in bijvoorbeeld een woonstraat, speeltuin of schoolplein. Ook komt aan bod welke planten geschikt zijn voor zowel mensen als dieren.

De avond bevat onder andere een workshop van het natuuratelier van Natuur voor Elkaar, waarbij inspiratie en praktische tips hand in hand gaan.

Samen vergroenen werkt beter
De organisatie benadrukt dat vergroenen het beste werkt als je het samen doet. Daarom worden inwoners aangemoedigd om een buur of buurtgenoot mee te nemen. Samen ideeën bedenken maakt de kans groter dat plannen ook echt van de grond komen.

De inspiratieavond is een initiatief van Groene Loper Zwolle en de Klimaatburgemeester van Zwolle, in samenwerking met het natuuratelier van Natuur voor Elkaar.

Praktische informatie
De bijeenkomst vindt plaats op dinsdag 13 mei 2026 van 19:30 tot 21:30 uur in de Stadkamer Zwolle Centrum. Deelname is gratis, maar aanmelden is verplicht. Er is een beperkt aantal plaatsen beschikbaar, dus vol is vol.

Aanmelden kan via de website van Groene Loper Zwolle. Overdag zijn er in de Stadkamer bovendien diverse groene activiteiten voor kinderen te bezoeken.

Met deze avond hopen de organisatoren meer inwoners te inspireren om samen hun buurt groener, gezonder en gezelliger te maken.



door Girbe Buist

In deze rubriek anekdotes van Zwolse kunstenaars uit het recente of verdere verleden. Hoewel Zwolle nooit de status van Amsterdam had als kunstmekka, illustreren deze verhalen de energie en dynamiek van de lokale kunstwereld. Zij tonen Zwolle als een cultureel centrum in wording met idealen en tegenslagen Deze keer aandacht voor de Zwolse schilder Dirk Hardestein. (1620-na 1681).

Dirk Hardestein werd in 1620 geboren als zoon van de Zwolse burgemeester Pelgrom Hardestein. Deze overleed toen hij ongeveer 10 jaar oud was. Pelgrom Hardestein heeft waarschijnlijk enige tijd in Rome vertoeft. Dat blijkt uit een aanklacht welke in 1608 wordt ingediend tegen ene Pellegrino Sassoduro, die tijdens een ruzie met een ijzeren vork een hoofdwond toebracht aan andere onderzoekers.

Dirk trouwde in 1665 met Geesje Klaassen, die het jaar ervoor weduwe was geworden. Uit dit huwelijk zijn geen kinderen bekend. Er is slechts weinig werk van Hardestein bekend. In het stadhuis van Zwolle bevindt zich een doek getiteld “Simon en Pera”, in het stadhuis van Deventer een schoorsteenstuk met als onderwerp “Scipio en de bruid van Numantia”, beide gesigneerd en gedateerd 1653.

Het bij dit artikel afgebeelde schilderij uit de Collectie Overijssel laat een heel ander genre zien, nl een stadsgezicht van Zwolle met op de voorgrond twee vissers, die een net binnenhalen. Het schilderij is eigendom van de gemeente Zwolle.

Het is niet gesigneerd, noch gedateerd. Het schilderij is in de vijftiger jaren op een veiling bij Christie’s in Londen verkocht als een Barend Averkamp. Het toenmalige stedelijk museum heeft het doek in 1958 aangekocht. Toen was inmiddels bekend dat het om een werk van Dirk Hardestein ging. Een schilderij met dezelfde voorstelling bevindt zich in The Corcoran Gallery te Washington. Dit laatste is gesigneerd en gedateerd 1663

Volgens een vaak herhaalde overlevering

Terug naar de jaren 90: De Grote 90s Quiz on Tour komt naar Zwolle

Op 24 april staat Zwolle volledig in het teken van nostalgie tijdens De Grote 90s Quiz on Tour. Een avond waarin liefhebbers van de jaren 90 hun hart kunnen ophalen aan muziek, herinneringen en natuurlijk een flinke dosis gezelligheid.

Wie denkt aan de jaren 90, denkt al snel aan iconen zoals de Spice Girls, het sparen van Flippo’s en het verzorgen van je digitale Tamagotchi. Deze quizavond brengt al die herinneringen weer tot leven in een interactieve en sfeervolle setting.

De quiz vindt plaats bij Restaurant Zalen de Mol en duurt van 20:00 tot 23:00 uur. Deelnemers spelen in teams van 2 tot 8 personen en nemen het tegen elkaar op in verschillende rondes vol vragen over muziek, tv, trends en popcultuur uit het decennium. Naast de eer staat er ook iets tastbaars op het spel: de felbegeerde

Het verhaal achter het doek



zou Hardestein in de jaren 1650 enige tijd hebben gewerkt vanuit een atelier dicht bij de stadsmuren, waar hij vooral stadsgezichten en kleine interieurstukken maakte. Een verhaal dat in lokale kronieken opduikt, beschrijft hoe hij opdrachtgevers eerst meenam naar buiten om het licht te bestuderen voordat hij aan een schilderij begon. Of dit letterlijk zo gebeurde is niet met documenten te staven, maar het past bij de zeventiende-eeuwse praktijk waarin nauwkeurige observatie een belangrijk onderdeel van het ambacht was.

Een andere anekdote — vermoedelijk afkomstig uit latere mondelinge traditie — vertelt dat Hardestein bekendstond om zijn bedachtzame werkwijze. Hij zou een doek soms dagenlang onaangeroerd laten staan om het “te laten rusten”, een uitdrukking die ook bij tijdgenoten voorkomt en verwijst naar het opnieuw beoordelen van compositie en kleur na verloop van tijd. Zulke verhalen zeggen misschien minder over concrete gebeurtenissen, maar wel iets over hoe men zich zijn karakter voorstelde: zorgvuldig,

geduldig en ambachtelijk.

Uit een vermelding van na 1663 blijkt dat hij toen nog in leven was, maar daarna vervaagt zijn spoor. Dat is niet ongebruikelijk voor schilders die buiten de grote artistieke centra werkten. Veel regionale meesters bleven actief in een lokale markt van opdrachten zonder dat hun werk systematisch werd verzameld of beschreven

Hardestein belichaamt daarmee een bredere groep zeventiende-eeuwse kunstenaars wier bestaan vooral zichtbaar wordt in fragmenten: een naam in een register, een schilderij dat wordt toegeschreven, een verhaal dat generaties later wordt naverteld. Zijn betekenis ligt minder in een gedocumenteerde carrière dan in het beeld van het dagelijkse kunstenaarsleven in een middelgrote Nederlandse stad — waar vakmanschap, lokale opdrachten en persoonlijke reputatie minstens zo belangrijk waren als roem.

Nostalgia Bokaal.

Voor EUR 14,50 per persoon krijgen deelnemers niet alleen toegang tot de quiz, maar ook drie rondes hapjes, wat de avond compleet maakt. Daarmee is het evenement niet alleen een competitie, maar ook een gezellige avond uit met vrienden, collega’s of familie. De Grote 90s Quiz on Tour belooft een feest der herkenning te worden voor iedereen

die is opgegroeid in – of simpelweg fan is van – deze kleurrijke periode. Trommel je team op, fris je kennis van de jaren 90 op en strijd mee om de titel.

Wie weet ga jij naar huis met de Nostalgia Bokaal én een flinke dosis herbeleefde jeugdherinneringen.





(LPG) Gascheck – Gegarandeerde veiligheid bij 123kampeerwereld.nl

Deze voorjaarsweken zijn ideaal om de camper of caravan weer onder de loep te nemen. Vrijwel iedere camper heeft gas aan boord. Eén van de belangrijkste aandachtspunten daarbij is de gasinstallatie. Veiligheid en betrouwbaarheid zijn hierin van groot belang. Veel mensen weten niet dat veel verzekeraars periodieke check/keuring van het (LPG-)gas systeem/tank in eisen. Je voorkomt hiermee gevaarlijke situaties zoals gaslekken, brand of koolmonoxidevergiftiging.

Gas wordt gebruikt voor essentiële

voorzieningen zoals koken, verwarming en warm water. Bij 123kampeerwereld.nl weten ze als geen ander wat veiligheid in combinatie met gassystemen voor de klant betekent. Slangen, drukregelaars en aansluitingen kunnen na verloop van tijd slijten of verouderen, zeker na een periode van stilstand. Door de installatie vroeg in het jaar te laten controleren, verkleint u de kans op storingen of onveilige situaties onderweg.

Bij 123kampeerwereld.nl in Meppel kunnen kampeersers terecht voor een deskundige gas check. De volledige

installatie wordt gecontroleerd en waar nodig worden onderdelen vervangen of afgesteld. Zo voldoet alles weer aan de geldende veiligheidsnormen en kunt u met een gerust gevoel op pad.

“Voorkom risico’s onderweg: laat uw gasinstallatie op tijd controleren!”

Naast deskundig advies en onderhoud van uw gasinstallatie vindt u alle soorten en maten gasflessen op het gasdepot van

123kampeerwereld.nl en dat alles tegen zeer scherpe prijzen.

Door in nu al actie te ondernemen, ontlopen kampeersers de drukte in het seizoen en zijn ze verzekerd van een goed begin van het kampeerseizoen.

Een kleine voorbereiding nu maakt straks een groot verschil. Zo staat de camper of caravan klaar zodra het avontuur weer begint.





WEBSHOP WERKPLAATS WINKEL

OOK DE VOORDELIGSTE IN GAS!



Alle soorten en maten verkrijgbaar!

VULLING 5KG PROPaan
€21,50!

DE SPECIALIST IN CAMPERTECHNIEK!

WWW.123KAMPEERWERELD.NL

Winkel & Werkplaats : Zomerdijk 27a Meppel | 085 0707 316

Happy Garden Wereldrestaurant

All-innclusive restaurant voor jong en oud

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 € 39,50 p.p.

Senioren 65+ € 37,50

Kinderen 3-12 jaar: leeftijd x € 3,00

Vrijdag-Zondag

Volwassenen € 42,50 p.p.

Senioren 65+ € 40,50

Kinderen 3-12 jaar: leeftijd x € 3,00

DINSDAGS GESLOTEN

*Gratis Parkeergelegenheid

*All-innclusive arrangement

*Makkelijk bereikbaar

“Iets te vieren?

Maak er een onvergetelijke avond van! Perfect voor verjaardagen, jubilea, familiediners en bedrijfsuitjes. Wij denken graag met je mee en bieden aantrekkelijke groepsprizen.

Bel of informeer naar onze voordelige groepsarrangementen.”

Acties en nieuwtjes?

Die vind je op onze Instagram- en Facebookpagina.

- Live cooking & wereldkeuken
- Voor jong en oud
- Ideaal voor families & groepen



Reserveer via onze website
www.happygardenkampen.nl

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



Slagwerk meeting

Op zaterdag 2 mei om 20.00 uur vindt in Het Anker een bijzonder concert plaats. Twee slagwerkgroepen – Slagwerkgroep Muziekvereniging Excelsior Westenholtte en Crescendo-Excelsior Nieuwleusen-Balkbrug – laten deze avond horen wat er allemaal mogelijk is met slagwerk.

Slagwerkgroepen kunnen veel meer dan alleen ritme spelen. Ook warme, vloeiende melodieën van marimba's en vibrafoons komen voorbij. Het laat zien dat slagwerkgroepen geen blaasinstrumenten nodig hebben om complete melodielijnen neer te zetten. Beide slagwerkgroepen brengen hun eigen stijl en repertoire, waardoor er een gevarieerd programma is.

De entree bedraagt EUR 5,- inclusief consumptie. Kaartverkoop is aan de zaal.

Kom voor deze bijzondere ervaring op 2 mei naar Het Anker!

Op steenworp afstand
Brassband David en Muziekvereniging Excelsior geven op 9 mei een gezamenlijk concert in Het Anker. Het concert begint om 20.00 uur en de entree is EUR 12,50 (inclusief koffie/thee in de pauze). Het concert staat in het teken van het 130-jarig bestaan van Brassband David. Brassband David staat deze avond in de spotlights en Excelsior sluit aan als gastorkest. Het thema van dit dubbelconcert – 'Op Steenworp Afstand' – is het 2e concert van het 'David & Goliath'- projectjaar van Brassband David. Het thema verwijst naar de steen waarmee David de reus Goliath versloeg.

Tijdens het concert brengt David het voor hen gecomponeerde werk 'David & Goliath'

ten gehore. Dit werk is geschreven door componist Geert Jan Kroon t.g.v. het 130 jarig bestaan van de Brassband in 2025.

Ook te horen is o.a. het concertwerk 'Vivat' van Tom Davoren, een zeer uitdagend stuk voor de muzikanten. Hiermee probeert de brassband haar eigen 'Goliath' te verslaan. Solisten vanuit Muziekvereniging Excelsior Westenholtte overwinnen op hun beurt ook hun eigen 'Goliath'. Tijdens de avond wordt een verloting gehouden met mooie prijzen, zoals een clinic bij een padelbaan in Zwolle, een tennisclinic voor 8 personen en toegangskarten voor de eindvoorstelling van DIFF Dance in de Spiegel. Het belooft een afwisselende avond te worden.

Karten kunnen besteld worden via de QR-code op de poster, via brassbanddavid.nl/karten of op 9 mei aan de zaal.



Woonevent (T)huis in Zwolle! voor 55-plussers

Op woensdag 3 juni organiseert de gemeente Zwolle samen met partners, waaronder de Woonfabriek, Zwolse woningcorporaties en WijZ Welzijn, een woonevent voor 55-plussers die willen nadenken over hun woontoeekomst. Het event vindt plaats van 14.00 tot 17.30 uur bij SIO Zwolle.

Nadenken over de woonsituatie op latere leeftijd gebeurt niet altijd op tijd, terwijl juist vroeg oriënteren helpt om comfortabel en passend te blijven wonen. Misschien denk je na over het aanpassen van je woning, wil je verhuizen maar weet je niet goed waar je moet beginnen, of ben je benieuwd naar wat er allemaal mogelijk is. Tijdens dit woonevent ontdekken bezoekers op een laagdrempelige manier welke mogelijkheden er zijn en krijgen zij informatie, advies en



inspiratie om verder te komen.

Wat is er te doen?
De middag staat in het teken van ontmoeten, informeren en inspireren. Je kunt vrij rondlopen over een woonmarkt met verschillende organisaties, zoals woning-

corporaties, adviseurs en welzijnsorganisaties. Zij geven informatie en advies over verhuizen, nieuwbouw en woonlocaties, het aanpassen van de woning of zorg en veilig wonen.

Daarnaast zijn er presentaties over over het opruimen van je huis en hypotheek op latere leeftijd. Ook kun je deelnemen aan een creatieve werksessie van Floqz (op aanmelding). Hier ga je actief aan de slag met je eigen woonwensen en toekomstplannen.

Het woonevent biedt niet alleen informatie, maar ook concrete handvatten. Je kunt vragen stellen aan experts, jouw persoonlijke situatie bespreken en ontdekken welke stappen je eventueel nu al kunt zetten. Ook is er volop ruimte om andere Zwollenaren

te ontmoeten en ervaringen uit te wisselen.

Met dit event speelt de gemeente in op de groeiende behoefte aan duidelijke en toegankelijke informatie over wonen op latere leeftijd. Door inwoners tijdig te informeren en te inspireren, wil de gemeente bijdragen aan toekomstbestendig wonen en een betere doorstroming op de woningmarkt.

Praktische informatie
Het woonevent is gratis toegankelijk. Koffie, thee en iets lekkers staan klaar. Voor de creatieve werksessie van Floqz is aanmelden nodig.

Woensdag 3 juni | Tijd: 14:00 – 17:30 uur
| Locatie: SIO Zwolle Thorbeckelaan 2
| www.zwolle.nl/thuisinzwolle

Passie, plezier en persoonlijke aandacht Zwols trainersduo slaat nieuwe weg in

ZWOLLE – In een sportwereld waar grote groepen vaak de norm zijn, kiezen twee Zwolse voetbalvrienden, Kadir Usta en Badr El Hamdouni, bewust voor een andere aanpak. Met hun initiatief Kick 'N Skillz zetten zij in op kleinschaligheid, structuur en vooral persoonlijke aandacht. Hun doel: een veilige en vertrouwde omgeving creëren waarin kinderen zich niet alleen als voetballer, maar ook als mens kunnen ontwikkelen.

De basis van dit bijzondere project ligt in een jarenlange vriendschap die ontstond op de Zwolse voetbalvelden. Wat begon als een gedeelde passie voor voetbal, groeide uit tot een sterke samenwerking langs de zijlijn. Als trainersduo ontdekten zij al snel dat hun visie naadloos op elkaar aansluit. "Wij ademen voetbal, maar delen ook dezelfde humor en manier van werken. Dat maakt dat we elkaar perfect aanvullen," vertellen de initiatiefnemers.

Meer dan alleen voetbal
Met Kick 'N Skillz richten de trainers zich specifiek op kinderen die baat hebben bij

extra begeleiding en structuur, zoals kinderen met autisme. Waar in grotere verenigingen soms de rust en aandacht ontbreken, kiezen zij juist voor een persoonlijke benadering.

De trainingen staan in het teken van plezier, vertrouwen en ontwikkeling op eigen tempo. Kinderen krijgen de ruimte om zichzelf te zijn en op hun eigen manier te groeien. "Het geeft enorme voldoening om te zien dat kinderen zich hier geaccepteerd voelen. Dat ze met plezier komen trainen en zich sociaal én sportief ontwikkelen, is waar we het voor doen." De trainingen vinden elke vrijdag plaats op de velden van SV Zwolle.

Doorzettingsvermogen en toewijding
Het opzetten van het initiatief ging niet vanzelf. Naast hun dagelijkse verplichtingen investeren de trainers veel tijd en energie in de organisatie. Het traject kende de nodige uitdagingen, maar dankzij doorzettingsvermogen en steun uit hun omgeving staat er nu een stevige basis.

Elke vrijdagmiddag staan zij op het veld, waar trainingen worden verzorgd door ervaren



(oud-)voetballers en trainers met een achtergrond in de zorg. Deze combinatie zorgt voor een unieke en deskundige aanpak.

Blik op de toekomst
De ambities reiken verder dan waar ze nu staan. Het duo hoopt hun initiatief verder uit te bouwen, zodat nog meer kinderen in



Zwolle en omgeving kunnen profiteren van deze manier van trainen. Met hun gedeelde passie, duidelijke communicatie en een flinke dosis humor lijkt de toekomst van dit Zwolse voetbalproject veelbelovend.

Geïnteresseerden of ouders die hun kind willen aanmelden, kunnen contact opnemen via: kick.skillz@outlook.com.





BLUE SAKURA

zwolle

Kom onbeperkt genieten van de lekkerste sushi & grill gerechten, geserveerd in een voormalige kerk

 Bethlehemkerkplein 35
8011 PH, Zwolle

Tel: 038 333 5333
www.bluesakura.nl

DE LOONSTAAT

ADMINISTRATIE DIE LOONT

Uw advertentie of artikel in onze krant?

- Neem vrijblijvend contact met ons op via: **06-51 42 01 08** of mail naar info@boshuismedia.nl
- Ook kunt u maandelijks publiceren over uw vereniging/school of stichting



All-Inn VERSPREIDINGEN

Baantje bij jou in de buurt
Lekker buiten aan het werk
Bepaal je eigen werktijden
Makkelijk te combineren met school

GELD VERDIENEN?

WORD BEZORGER BIJ ALL-INN!

MELD JE AAN →

of ga naar allinnbezorger.nl/bezorger-worden



DIERENARTSENPRAKTIJK ZWOLLE ZWARTEWATERLAND

EEN ONZICHTBAAR PROBLEEM...

Buddy, een vierjarige kruising, werd aangeboden omdat hij moeite had met ontlasten. Zijn ontlasting wisselde van stevigheid en tijdens het poepen kreunde hij van pijn. Bij lichamelijk onderzoek werden geen duidelijke afwijkingen gevonden, daarom werd gestart met pijnstilling.

Dat leek effect te hebben: Buddy kreeg weer normale ontlasting en kon zonder pijn poepen. Maar een week na het stoppen van de medicatie kwamen de klachten terug. Opnieuw leverde het onderzoek weinig concrete aanwijzingen op. Bij rectaal onderzoek reageerde Buddy wel pijnlijk, al was niet duidelijk of de pijn vanuit de buik of de rug kwam. Daarom werd besloten tot verder onderzoek.

Er werden röntgenfoto's van rug, bekken en heupen gemaakt, maar lieten geen afwijkingen zien. Een daarop volgende echo van de buik bracht wél duidelijkheid: Buddy's prostaat was vergroot en er was troebele vloeistof rondom de prostaat zichtbaar. De behandeling bestond uit castratie, zodat de prostaat in omvang kon afnemen. Daarnaast werd het vocht rond de prostaat aangeprikt en opgestuurd voor laboratoriumonderzoek om een bacteriële prostaatontsteking uit te sluiten. Bij Buddy zaten er geen bacteriën in het vocht en was er enkel sprake van cystevorming in en rondom de prostaat.

Een vergrote prostaat kan druk uitoefenen op de plasbuis of de darm, wat problemen met plassen en ontlasten kan veroorzaken. Niet gecastreerde reuen hebben een verhoogd risico op het ontwikkelen van deze aandoening. Inmiddels gaat het weer helemaal goed met Buddy!

Heeft uw hond klachten bij het plassen of ontlasten? Neem dan contact op met uw dierenarts voor advies.

Bel 038 4771951 of plan online een afspraak in via www.dapzw.nl.

DIERENARTSENPRAKTIJK ZWOLLE ZWARTEWATERLAND

Lammertijd in volle gang: dierenarts paraat

'Het voorjaar is hier en dat betekent voor de dierenarts dat er weer lammetjes geboren worden. Vaak kan het moederschaap het prima alleen, maar soms is er toch een beetje hulp nodig van de boer. Als de boer er ook niet meer uitkomt, dan bellen ze ons, de dierenartsenpraktijk! Met veel plezier stapt een van de dierenartsen dan in de auto, want schaapjes ter wereld brengen is een van de mooiste dingen van ons vak. We crossen naar de veehouder en trekken ons verloskleding aan; een soort regenbroek en jas, want je blijft niet schoon bij een verlossing.

Eenmaal bij de moeder in kwestie aangekomen, proberen we een goede inschatting te maken van de situatie. Een lam hoort voorwaarts geboren te worden, dat wil zeggen dat het met de twee voorpootjes en het kopje eerst naar buiten komt. Soms komt het voor dat we maar één pootje voelen, of twee pootjes maar geen kopje; dan moeten we het lammetje weer goed leggen zodat het geboren kan worden. Lammeren willen ook nog wel eens achterwaarts naar buiten komen. Dat past bijna altijd, maar dan is het wel aan de dierenarts om dat goed in te schatten.

Het komt vaak voor dat er niet één, maar twee lammetjes in zitten, en soms wel drie of vier. Hoe meer lammetjes er in de buik van het moederschaap zitten, hoe kleiner ze vaak zijn. Dit maakt de geboorte makkelijker, maar dan moeten de lammetjes daarna wel goed drinken om genoeg te kunnen groeien. Eenmaal op de wereld checkt de dierenarts of de lammetjes goed ademen en zo ja, dan kunnen ze binnen een paar minuten al staan. Het is een geweldig gezicht en doet vaak denken aan Bambi. De moeder wordt ook goed onderzocht en als alles goed en wel is, gaat de dierenarts weer op pad. Eenmaal in de auto is het nagenieten van weer een mooie verlossing.'

Voor de beste voeding voor jouw dier, bel 038 4771951 voor meer informatie.



De twee gezichten van Jaap Lamfers



Foto's: Henk Boudewijns

door Girbe Buist en Joyce van der Voort

Bij ieder mens verschilt het ene deel van het gezicht van het andere deel. Ons gezicht is dus asymmetrisch. Volgens gelaatkundigen laat de linkerkant van het gezicht vooral ons gevoel en binnenwereld zien, terwijl de rechterkant aantoont hoe wij ons aan de buitenwereld presenteren.

Via een fotografische techniek kunnen wij beide zielen zichtbaar maken. We nemen een foto, waarop de gehele voorkant van ons gezicht zichtbaar maken. Fotografen noemen dit een en face opname. Nu knippen wij deze precies door midden en laten de rechter gezichtshelft dan nogmaals fotograferen, maar zo dat wij deze omgekeerd als linker tegen de rechter helft kunnen plakken. Dan hebben wij een compleet gezicht dat uitsluitend uit ons rechterwezen bestaat. Als we met de linkerhelft hetzelfde experiment uitvoeren, zien we twee personen tegenover elkaar staan: eenmaal, zoals hij rechts is en eenmaal zoals hij links is. We noemen dit spiegelgezichten. De komende maanden gaan wij in de Blauwvingerkrant de spiegelgezichten van een aantal bekende Zwollenaren ontdekken en analyseren. De spiegelfoto's zijn gemaakt door de fotograaf Henk Boudewijns uit Assen en de gelaatkundige analyses zijn afkomstig van Joyce van der Voort uit Maarheeze, docent gelaatkunde en auteur van het boek "Gelaatkunde; zien geeft inzicht."

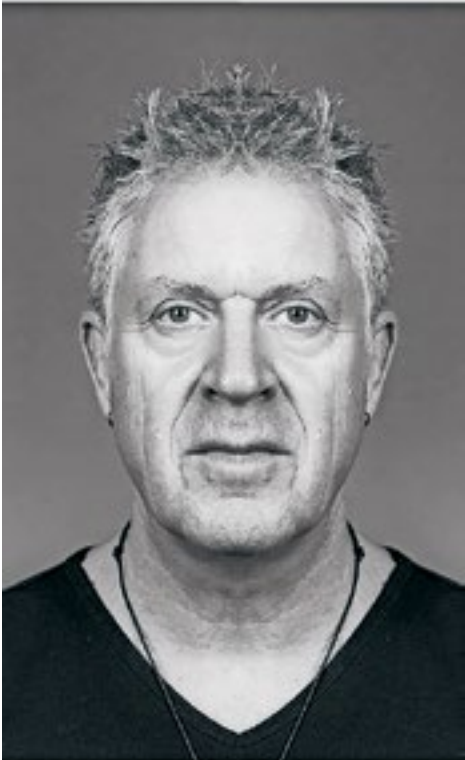
Deze keer behandelen wij Jaap Lamfers, het gezicht achter café Zuidt in Zwolle Zuid.

Dit café is een plek waar buurtbewoners en bezoekers samen komen voor goede gesprekken en een ontspannen sfeer. Met zijn gastvrijheid en oog voor detail bouwde hij het café uit tot een vertrouwde huiskamer van de stad. Jaap staat bekend om zijn persoonlijke benadering: hij kent veel gasten bij naam en zorgt dat iedereen zorgt dat iedereen zich welkom voelt. Naast het runnen van het café zorgt hij regelmatig kleine evenementen, van proeverijen tot muziekavonden. Zo draagt hij bij aan een levendige lokale cultuur en laat hij zien hoe ondernemerschap en gemeenschap in de praktijk hand in hand kunnen gaan

In de gelaatkundige leer wordt Jaap getypeerd als een zogenoemd oranje type. Kenmerkend voor dit type zijn beweging, interactie met de buitenwereld en een sterke gevoelsmatige beleving die zich vertaalt in actie. Deze dynamiek vormt de onderliggende structuur van zijn persoonlijk functioneren en komt op beide gelaatshelften op verschillende wijze tot uitdrukking.

Rechterzijde — interactie met de uiterlijke wereld

De rechterzijde van het gezicht weerspiegelt primair de wijze waarop Jaap zich tot de buitenwereld verhoudt. Hier wordt een uitgesproken dynamische energie zichtbaar: beweging, daadkracht en richting. Zijn uitstraling is gericht op handelen, realiseren



en verbeteren. Zijn boven hoofd wijst op een kritisch denkvermogen. Informatie wordt gefilterd langs een persoonlijk referentiekader; wat daarbuiten valt, wordt niet vanzelfsprekend geïntegreerd. Deze selectiviteit gaat gepaard met een sterke behoefte om processen te verfijnen en te optimaliseren. In sociale interacties kan dit zich uiten als een neiging om ook anderen te willen verbeteren, wat soms spanning of wrijving kan oproepen. Het rationele karakter van zijn denken komt duidelijk tot uitdrukking in het voorhoofd: argumentatie, bewijsvoering en logica spelen een centrale rol in zijn oordeelsvorming. Het zijhoofd duidt daarbij op een natuurlijk zakelijk instinct en het vermogen om voor zichzelf op te komen. Stilstand is voor hem moeilijk te verdragen; uitdaging fungeert als motor voor creativiteit en initiatief. De oogstand is sterk op het hier-en-nu gericht en toont een uitgesproken extraverte oriëntatie. Zijn aandacht beweegt zich naar buiten, naar mensen, situaties en interactie. In combinatie met zijn talent voor taal en een krachtig woordgeheugen ontstaat het vermogen om verhalen te onthouden, te structureren en in taal om te zetten. De mondvorm, samen gelezen met zijn creatieve aanleg, wijst op spel met woorden en het vermogen om poëtische sferen op te roepen — een kwaliteit die zichtbaar wordt in zijn muzikale expressie. De

open neusvleugels benadrukken een krachtige ademhaling en een natuurlijke intensiteit in communicatie. De neus toont wilskracht en richting: plannen willen niet slechts bedacht, maar ook verwezenlijkt worden. De kin versterkt deze impuls door de drang om ideeën daadwerkelijk in beweging om te zetten. De krachtige kaaklijn onderstreept doorzettingsvermogen en lichamelijke energie. Problemen worden benaderd als obstakels die overwonnen kunnen worden; bruggen slaan is hierbij een vanzelfsprekend onderdeel van zijn handelingsrepertoire.

Linkerzijde — innerlijke beleving en gevoelswereld

De linkerzijde van het gezicht toont een ander register: dat van innerlijke bewogenheid en emotioneel welbevinden. Waar de rechterzijde gericht is op doen, laat de linkerzijde zien wat deze beweging innerlijk teweegbrengt. De lengterichting van het gezicht wijst opnieuw op dynamiek om te bewegen. De blik van de ogen is meer ingetogen en naar binnen gericht, met eveneens een sterke focus op het huidige moment. Ook hier is de behoefte aan verandering en uitdaging zichtbaar, maar deze werkt nu als innerlijke drijfveer. Creativiteit fungeert niet alleen als expressie, maar ook als regulerend mechanisme. De wenkbrauwen duiden op een overvloed aan ideeën. Dit kan druk leggen op de innerlijke gemoedsrust. De mond is gespannen dan aan de rechterzijde. Dit wijst op terughoudendheid in expressie: gevoelens worden minder uitgesproken en vaker voor zichzelf gehouden.

Aan de onderzijde van de mond wordt zichtbaar dat in zijn innerlijke beleving, grenzen niet altijd expliciet zijn aangegeven. De innerlijke spanning die hieruit kan voortkomen, vindt een uitweg in zijn liederen — waar emotie vorm krijgt zonder direct uitgesproken te hoeven worden. De neus aan deze linkerzijde laat een versterkte innerlijke drijfveer zien om plannen te realiseren. Met sterke argumenten moet men komen om zijn plan te doen om buigen. De groef over de neusbrug duidt op levenservaringen die de spontaniteit in het delen van ideeën hebben afgeremd. Zijn neusvleugels versterken dit beeld: het gevoelsleven en privé zaken worden selectief afgeschermd. De oren bevestigen deze selectiviteit: slechts datgene wat hij wil delen, wordt daadwerkelijk uitgesproken. De kin toont ook hier innerlijke impuls en gedrevenheid om de energie in beweging om te zetten. De vorm van zijn kaaklijn wijst op de behoefte om zaken af te maken. Tegelijkertijd laat de kaak zien dat samenwerking belangrijk blijft; verbinding wordt niet vermeden, maar zorgvuldig gedoseerd.

“In de analyse herken ik vooral het extraverte en de creativiteit. Er zijn ook een aantal dingen die ik minder herken”

Wij vroegen Jaap om een reactie
Jaap: “In de analyse herken ik vooral het extraverte en de creativiteit. Er zijn ook een aantal dingen die ik minder herken. Ik ben niet zo zakelijk en ook niet perse selectief in het afschermen van privé- en gevoelsleven. Uit alle testen, die ik heb gedaan komt dat ik zakelijk en privé hetzelfde ben en authentiek en congruent ben qua gedrag.



ADVERTEREN?

Plaats uw advertentie, artikel of vacature in onze krant en bereik duizenden mensen!

NEEM CONTACT OP:



(06) 51 420 108



info@boshuismedia.nl



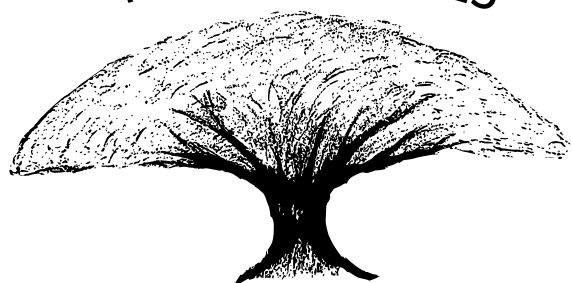
www.boshuismedia.nl

MEER DAN NIEUWS

EEN VERBINDING
MET DE REGIO



TREETOP TABLES



Boomstam salontafels
vanaf €495,-

Grote voorraad eettafels en bartafels
vanaf €595,-

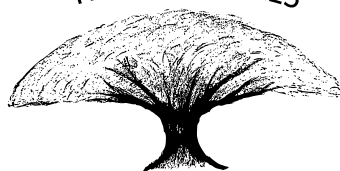
Ambachtelijke tafels natuurlijk op maat gemaakt



Kom kijken, voelen en beleven!

Van showroom tot werkplaats – welkom achter de schermen

TREETOP TABLES



showroom & werkplaats

BEZOEKADRES:

Zwolseweg 18A
7707 AH Balkbrug

Tel: 0523 - 291 271

info@treetoptables.nl

www.treetoptables.nl

OPENINGSTIJDEN

Maandag en dinsdag: op afspraak

Woensdag en donderdag: 13.30 tot 17.00 uur

Vrijdag en zaterdag: 10.00 tot 17.00 uur

