

Blauwvinger Courant

november 2024



Iets opsteken
terwijl je toekijkt

6



Volkert Muys:
'Men is in Zwolle
best nuchter'

10



Joop van Ommen
Winners Toernooi

19

Bos Bedden
Droom bedden

45 JAAR
3.000 M2 showroom
vol beleving en inspiratie

Vier met ons het
45-jarig jubileum!

Zie verderop in
de courant!

Zwolle maakt zich op voor het Glazen Huis



De 3FM-dj's Barend van Deelen, Sophie Hijlkema en Wijnand Speelman zijn de bewoners van het Glazen Huis in Zwolle. Foto Sander Karsen.

door de redactie

Het Rodetorenplein staat de week voor kerst in het middelpunt van de belangstelling. Niet alleen in Zwolle, maar in heel Nederland. De stad heeft de eer om dan het Glazen Huis te huisvesten, de bekende jaarlijkse inzamelingsactie voor het goede doel van radiozender 3FM.

Drie dj's die niet mogen eten, hun plek niet mogen verlaten, bij bijna alles wat ze doen bekeken worden en de hele dag door radio maken, dat is zo'n beetje de kortst mogelijke samenvatting van de Serious Request week van 3FM. Maar daar staat wel wat tegenover: ze halen er miljoenen mee binnen voor een goed doel. Dit jaar is dat Metakids, een stichting die zich inzet tegen metabole ziekten. Die zijn de nummer één doodsoorzaak onder kinderen in Nederland. Luisteraars kunnen de hele week geld inzamelen met eigen acties, op het moment van schrijven zijn

er al honderden aangemeld. Ook komen elke dag gasten langs in het huis, onder wie artiesten en bekende Nederlanders. Er zijn thema-avonden en optredens op het podium. Het Glazen Huis is een week lang, elk moment, gratis te bezoeken. Je kunt er de dj's aan het werk zien, een donatie afgeven en ook een drankje doen. Radiolusteraars kunnen – tegen een bijdrage voor het goede doel – verzoeknummers aanvragen.

Zeven cijfers

Honderdduizenden bezoekers, niet alleen uit Zwolle maar ook van ver daarbuiten, worden verwacht op het Rodetorenplein. Het goede doel blijft vanzelfsprekend nummer één,

maar de ervaringen in andere steden hebben geleerd dat de gaststad ook profiteert van het evenement. Enschede bijvoorbeeld verdiende er in 2012 een slordige 7 miljoen euro aan en ook in andere plaatsen kwamen de opbrengsten uit op getallen met zeven cijfers. De gemeente Zwolle moest wel eerst in de buidel tasten. Ze betaalde voor deze editie bijna een ton voor de benodigde voorzieningen voor het Glazen Huis, ondernemers legden samen ook meerdere tienduizenden op tafel. Wat niet eens zoveel is: sommige andere steden legden het vijfvoudige neer om het NPO-gezelschap te kunnen ontvangen. De opbrengst voor het goede doel varieert jaarlijks maar loopt

telkens wel in de miljoenen euro's, met als topjaar 2014. In dat jaar werd in Haarlem ruim 12 miljoen opgehaald voor slachtoffers van seksueel geweld in conflictgebieden.

Andere landen

Door de jaren heen heeft de Serious Request actie navolging gekregen in verschillende andere landen, vooral in de eerste jaren gekoppeld aan het Nederlandse initiatief en daarmee geld inzamelend voor hetzelfde goede doel. Zo had België van 2006 tot 2011 een glazen huis onder de naam Music For Life (in Vlaanderen) en sinds 2013 een Viva For Life (in Wallonië). Ook Zwitserland, Zweden, Kenia en Zuid-Korea startten een eigen glazenhuis-actie.



Het Rodetorenplein op een grauwe middag. Vanaf 18 december zal de sfeer er een week heel anders zijn. Foto: de redactie.

UW TRAP WEER ALS NIEUW?

ACTIE WEKEN

- Kras en slijtvast
- Perfecte afwerking
- Anti-slip toplaag, met 15 jaar garantie
- Valveilig
- Service
- Eerlijke prijzen
- Vrijblijvende offerte

030 24 24 24

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

uw verhuizing
een frisse start

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

VERHUIZINGEN
ZWOLLE

De keuken en badkamerspecialist van het Noorden!

POTMAN JR.

KEUKEN EN BAD

Blankenstein 600, Meppel Tel. 0522 25 55 51 www.potmanjr.nl

Eerenstein

UW KLEURMAKERS
SINDS 1954

verf, behang, raamdecoratie en vloeren

www.eerenstein.nl

IJSSELLAND
uitvaartzorg

Bij een overlijden 24 uur per dag
bereikbaar via 038 2054 038
www.ijssellanduitvaartzorg.nl
Marisa@ijssellanduitvaartzorg.nl

Begeleiding en advies rondom een uitvaart in Zwolle en wijde omgeving.

MIT BOUW SHOP.

Ma t/m do 07.00 - 19.00 uur • Vrij 07.00 - 18.00 uur
Za 07.00 - 13.00 uur

BOUWMATERIAAL • GEREEDSCHAPPEN
HOUTBEWERKING • SLIJSERVICE
SIERBESTRATING

Pr. Beatrixstraat 5a
8281 CA Genemuiden
038-78 56 285

Voor een schone auto en uitstekende service!

Autowasstraat Nuri Bv
Ceintuurbaan 3
www.ewwassen.nl

CARWASH
EFFE
WAS
SEN



Italiaanse gehaktballetjes met Parmezaanse kaas en Italiaanse salade

Dit gerecht smaakt als een kleine vakantie naar Italië. Italië is een van mijn favoriete vakantiebestemmingen, naast Oostenrijk. De Italiaanse keuken is bij ons favoriet, vers, kleurrijk, heerlijke smaken, mooi producten, alsof je de Italiaanse zon op tafel tovert. En dat gaat je met dit heerlijke gerecht zeker lukken. Heerlijk met pasta en een Italiaanse salade.

Ingrediënten (voor 4 personen)

Voor het gehakt

Half om half gehakt	500 gram
Dijon Mosterd	2 theelepels
Ui	75 gram
Knoflook	2 tenen
Ei	1 stuks
Parmezaanse kaas (geraspt) (20 gram voor het garneren) 60 gram	
Koriander	1 theelepel
Komijnpoeder	½ theelepel
Kaneel	½ theelepel
Kruidnagelpoeder	½ theelepel
Peper en zout naar smaak	
Olie om in te bakken	

Voor de saus

Tomatenpuree	150 gram
Water	125 ml
Tomatenblokjes	400 gram
Knoflook	3 teentjes
Spaanse peper	1 stuk
Ui	75 gram

Voor de Italiaanse Salade

Gemengde sla	200 gram
Cherry Tomaatjes	400 gram
Pijnboompitten	3 eetlepels
Mozzarella balletjes	1 zakje
Parmaham	8 plakken

Voor de Dressing

Balsamico Azijn	2 eetlepels
Olijfolie	flinke scheut
Italiaanse kruiden	2 theelepels
Citroensap	2 eetlepels
Honing	naar smaak
Zout en Peper	naar smaak

Bereiding

Snipper de ui zeer fijn en doe hetzelfde met de knoflook teentjes. Hoe fijner gesneden hoe beter. Meng dit met het gehakt, het ei, de mosterd, de Parmezaanse kaas en de kruiden, breng op smaak met peper en zout. Kneed het gehakt geruime tijd, zodat alle ingrediënten goed gemengd zijn.

Je kunt een klein stukje gehakt, in een koekenpan bakken om te proeven of het gehakt goed op smaak is.

Draai hier mooie balletjes van (30 gram per stuk), leg de balletjes op een bord, een half uurtje in de koelkast, zodat ze een beetje kunnen opstijven.

Snipper ondertussen de ui en knoflook, doe een beetje olie in een pan met dikke bodem en fruit de ui tot dat deze wat glazig is, voeg dan de knoflook toe en fruit deze een minuutje mee. Voeg dan de tomatenpuree toe, bak deze een aantal minuten mee in het ui, knoflook mengsel. Snij de spaanse peper zeer fijn, als je niet van al te pittig houdt, verwijder je de zaadjes.

De spaanse peper bak je twee minuten mee in het mengsel wat je al in je pan hebt zitten. Voeg dan de tomatenblokjes en het water toe. Laat de saus die je nu hebt, zachtjes pruttelen op een laag pitje, breng op smaak met zout en peper.

Neem daarna een flinke koekenpan en bak in de olie de balletjes rondom mooi bruin. Als ze mooi bruin zijn laat je ze verder garen in de tomatensaus.

Kook ondertussen de pasta naar keuze

Nu heb je tijd om de salade in elkaar te zetten.

Meng alle ingrediënten voor de dressing en breng op smaak met de honing, peper en zout. Rooster de pijnboompitten in een hete koekenpan, let op dat ze niet verbranden, goudbruin, dan zijn ze goed. Meng alle ingrediënten voor de salade en garner met de pijnboompitten en in stukjes gescheurde parmaham.

Buon Appetito

Barts Soep & Zo
www.bartssoopenzo.nl
corbartelink@bartssoopenzo.nl



Reanimatie-aed-cursus: Kijken helpt niet, helpen wel!

Elk jaar krijgen 15.000 mensen in Nederland een hartstilstand. Jong, oud, man, vrouw. Het kan iedereen overkomen.

KNV EHBO afdeling Zwolle en omgeving organiseert in samenwerking met gemeente Zwolle een Reanimatie-AED beginnerscursus voor 15 euro. Op 28 november 2024 leert u in één avond de basishandelingen. De cursus wordt gegeven in Wijkcentrum De Bolder, Dobbe 29 te Zwolle tussen 19:00 uur en 22.30 uur. Ook kunt u meedoen aan een herhalingscursus (kosten 7,50 euro), zie onderstaande site voor de data.

Meedoen? Meld u aan via knvehbo.nl en klik op de link AED-project Gemeente Zwolle.



Het BAS-Autowas G-Voetbal Toernooi

Op 16-11 was het BAS Autowas G-Voetbal Toernooi van De Boog G-Voetbal Zwolle in de WRZV Hallen in Zwolle. Het BAS Autowas G-Voetbal Toernooi was vandaag de 2de van een lange reeks toernooien van De Boog G voetbal Zwolle in dit seizoen. En dit toernooi was meteen al geslaagd. Veel lachende gezichten, veel doelpunten en na afloop een prijs voor ieder team uit handen van onze Sponsor. Het was een dag waarop iedereen, inclusief sponsor BAS Autowas tevreden op terug kijkt.




Bas Smit

06 25 41 14 65

www.bohemenuitvaarten.nl
info@bohemenuitvaarten.nl

Originaliteit bij afscheid, gevoel in elk detail



Resoneer meer

Muziek en uitvaart, twee dingen die bijna onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn. Hoewel er bij vrijwel elk afscheid bijna iets magisch is, is het lang niet altijd gebruikelijk dat die muziek of zang live wordt uitgevoerd.

Er was een tijd waarin vrijwel alle uitvaarten kerkelijk waren. Tijdens een kerkelijke afscheidsdienst zingt iedereen gezamenlijk liederen. Samen zingen heeft bijna iets magisch. Het geeft een gevoel van saamhorigheid en, als je het mij vraagt, werkt het helend. Misschien is het wel een gemis dat we tegenwoordig niet vaker in groepen zingen.

De meesten van ons zijn geen lid van een koor. Als je niet gewend bent om alleen of samen te zingen, moet je wel even een drempel over. En net als velen bespeel ik zelf geen instrument. Het is dan ook logisch dat je niet direct denkt aan livemuziek of samen zingen tijdens een uitvaart. Maar je hoeft het niet zelf te kunnen of uitvoeren. Er zijn mogelijkheden genoeg om een muzikant of zanger in te schakelen voor een uitvaart.

Woorden spreken voor zich, beelden vertellen soms wel duizend woorden, en muziek schildert een verhaal in onze verbeelding. Een instrument kan zelfs de stiltes laten spreken, en het is magisch als een stem de ruimte vult. Een muzikant kan een lied zo vertolken dat het voelt alsof het speciaal voor dat moment is geschreven. Dat gevoel blijft nog lang in je resoneren, zelfs lang nadat de laatste toon heeft geklonken.

Wil je alle columns van Bas Smit lezen? Kijk op nieuwpagina.vanwww.bohemenuitvaarten.nl



Praat met een Swollenaar

Academiehuis Grote Kerk breidt haar website uit met een bijzondere toevoeging: een chatbot die bezoekers en geïnteresseerden te woord staat in het Nederlands én in het Zwolse dialect. Deze digitale Swollenaar biedt niet alleen praktische informatie over de kerk, het erfgoed, de programmering en historische verhalen, maar fungeert ook als een klein platform voor het Zwolse dialect.

De chatbot, ontwikkeld door het Zwolse bedrijf ApeelingAI, is ontstaan vanuit de gedachte om niet alleen informatief te zijn, maar ook een stukje Zwols erfgoed levend te houden. ApeelingAI, met ruime ervaring in het bouwen van geavanceerde chatbots, heeft haar kennis en expertise ingezet om dit project tot leven te brengen.

“Met de toevoeging van het Zwolse dialect wilden we iets bijzonders doen. Naast het toevoegen van een element aan onze website dat de toegankelijkheid vergroot, willen we ook bijdragen aan het behoud van ons regionale taalergoed,” zegt Celyna Keates van Academiehuis Grote Kerk. “We nodigen iedereen uit om een praatje te maken met onze chatbot en zo niet alleen meer te leren over de Grote Kerk, maar ook op een laagdrempelige manier het Zwolse dialect te leren kennen. Bovendien willen we de chatbot blijven uitbreiden. Hoe meer mensen met deze Swollenaar praten, hoe meer hij leert. De chatbot leert zo steeds meer over het dialect, maar ook steeds meer over Zwolle en Zwolse verhalen.”

De chatbot leert zo steeds meer over het dialect, maar ook steeds meer over Zwolle en Zwolse verhalen

De Zwolse chatbot is gebouwd door het Zwolse AI-bedrijf ApeelingAI. ApeelingAI is gespecialiseerd in het leveren van chatbots die kunnen functioneren als digitale assistent, maar ook als digitale collega en vraagbaak. Daarnaast verhogen chatbots de klanttevredenheid én kunnen ze alle in talen en dialecten spreken. “We werken graag samen met stichtingen en goede doelen, zoals het Academiehuis,” aldus Jordi Daniels van ApeelingAI. “Het bouwen van deze digitale Swollenaar was een ontzettend leuk project.”

Benefietconcert voor Serious Request

The Handsome Clay Chunks Bluesband, Woodland Springs Folkband en het close-harmony trio de HomeMaids slaan de handen ineen en organiseren een swingend Benefietconcert voor Serious Request en MetaKids

Op zondagmiddag 1 december stelt multifunctioneelcentrum De Enk in Assendorp (Zwolle) de grote zaal ter beschikking voor dit bijzondere evenement. Blues, soul, folk en close harmony: verschillende stijlen komen samen voor dit mooie doel.

MetaKids

Iedereen die kinderen heeft, wil ze graag in goede gezondheid groot zien worden. Toch wordt er elke dag een kind in Nederland geboren met een metabole ziekte (ook wel stofwisselingsziekte genoemd). De meest dodelijke ziekte onder kinderen. Dit jaar komt 3FM Serious Request in actie voor MetaKids. Deze organisatie zet zich in voor onderzoek naar deze metabole ziektes.

Het Glazen Huis staat van 18 t/m 24 december in Zwolle. Voor de drie bands een mooie aanleiding om samen dit Benefietconcert te organiseren, waarvan de volledige opbrengst naar Serious Request gaat.

Optredens van The Handsome Clay Chunks Bluesband, Woodlandsprings Folkband en het close harmony trio de HomeMaids staan garant voor een hele middag muziek met zeer uiteenlopende stijlen, dus voor elk wat wils.

Toegangsbewijs

Een toegangsbewijs krijg je door een donatie te doen op de actiepagina van het Benefietconcert. Voor minimaal 10 euro ben je erbij, maar meer mag uiteraard ook, alles om zoveel mogelijk geld in te zamelen voor dit goede doel. De betalingsbevestiging die je op de mail ontvangt is je ticket. Aan de zaal betalen kan ook.

Actiepagina:

<https://www.npo3fm.nl/kominactie/acties/benefietconcert-zwolle-voor-serious-request>

Locatie:

Multifunctioneelcentrum De Enk, Enkstraat 67, Assendorp (Zwolle)

Datum:

Zondagmiddag 1 december. Aanvang is 14.30 uur.

WIJ STEUNEN **SERIOUS REQUEST** **BENEFIET**

Entree minimaal 10 euro

close harmony blues folk soul

Handsome Clay Chunks Bluesband Woodland Springs HomeMaids

Zondagmiddag 1 december 14.30 uur in De Enk • Zwolle

Tickets

Met dit benefietconcert gaat de volledige opbrengst naar Meta Kids. En jij kunt er bij zijn! Scan de qr-code, klik op 'Steun deze actie' en vul je bedrag (minimaal € 10,00) en naam in. Het betaalbewijs dat je per mail krijgt dient als toegangsbewijs (dus neem je telefoon mee). Je kunt ook aan de zaal betalen. <https://www.npo3fm.nl/kominactie/acties/benefietconcert-zwolle-voor-serious-request>

Jaap Boots bij Totaal Getikt

Op zondagmiddag 24 november organiseert Totaal Getikt in Eureka/De Nieuwe Keuken een Typewriter-café met als speciale gast Jaap Boots. Deze voormalige VPRO-DJ zal een flitsende combinatie van Nederlandstalige folk en rocksongs, gedichten, opvallende covers, korte verhalen en stand-up comedy brengen, die hij heeft samengevoegd in zijn vierde one-man-show Wilde Tulpen.

Jaap Boots zal voordragen uit Bambalam, zijn bundel uit 2022 met 30 rockgedichten. Maar ook zijn oude hits komen voorbij. Vanaf 12.30 uur staan er in De Nieuwe Keuken vintage typemachines klaar waarop iedereen vrij kan tikken, van liefdesverklaring tot boodschap-

penbriefje. Om 14.30 uur is het dan tijd voor Jaap Boots. En ja hoor, gratis entree !!



Foto van Jaap Boots gemaakt door Robert Legendijk.

BEUGEL DALFSEN

Scan QR

U kunt bij ons terecht voor orthodontie, zonder wachtlijst!
www.beugeldalfsen.nl

SCAN MIJ

JW Fashion

JW-FASHION.NL

STOEL WITGOED WEZEP

- Winkel
- Magazijn
- Bezorging

NIEUW & GEBRUIKT

WWW.STOELWITGOEDWEZEP.COM - INFO@THIJSSTOEL.NL

Van Heerde Licht gaat stoppen!



Oude Vismarkt 14 8011 TB Zwolle • 038 421 64 95 • info@vanheerdelicht.nl

Totale leegverkoop



Druk verlichten met betaalbare woonruimte

Openbaar Belang plaatst flexwoningen bij Windesheim



De laatste modules worden geplaatst bij Windesheim. Foto: Windesheim en Openbaar Belang.

Ook in Zwolle staat er veel druk op de Zwolse woningmarkt. Een van de oplossingen om het woningtekort snel te verkleinen, is het toevoegen van betaalbare flexwoningen. Daarvan komen er de komende tijd tweehonderd. Windesheim is een van de locaties waar ze worden geplaatst.

De woningen staan op het terrein direct achter Hogeschool Windesheim en zijn bedoeld voor internationale en reguliere studenten en jongere statushouders. Alle modules zijn geplaatst. "Flexwoningen dragen bij aan een (t)huis in Zwolle voor iedereen, ook voor de (internationale) studenten van

Windesheim", zegt wethouder Dorrit de Jong. "Geweldig mooi dat we samen met Windesheim en woningcorporatie Openbaar Belang aan ruim vijftig jongeren de zekerheid van een woning kunnen bieden tijdens hun start in onze stad. Zo kunnen ze hun studie of werk oppakken en genieten van al het moois dat Zwolle te bieden heeft."

Kansen

Erika Diender, lid College van Bestuur: "Als hogeschool Windesheim voelen we ons verbonden bij de maatschappelijke opgaven waar Zwolle en de regio aan werken. Het terugdringen van het woningtekort is er daar een van. Door ruimte te bieden naast onze

campus zetten we samen met de gemeente Zwolle en Openbaar Belang daar een stap in. Samen zoeken we naar kansen die het verschil kunnen maken en bieden we een plek om te wonen en leven." Sjoerd Quint, bestuurder Openbaar Belang, is verheugd over de 42 flexwoningen. "Die zijn een mooie en snelle toevoeging aan de Zwolse woningmarkt. Er zijn drie verschillende typen – studio's, 1- en 2-slaapkamerwoningen –, verspreid over 2 woongebouwen. De gebruikte kleuren en materialen sluiten goed aan bij de bebouwing van hogeschool Windesheim." SSH (Student Housing) gaat de woningen vanaf deze maand verhuren. SSH houdt ook de leefbaarheid goed in de gaten.

Vijf ontwikkellocaties

De campus van Windesheim is een van de vijf Zwolse locaties. Voor een periode van 10 jaar komen hier 42 flexwoningen. De andere beoogde locaties, waar voor een periode van 10 tot 15 jaar de overige 158 flexwoningen



worden gebouwd, zijn de voormalige IJsselcentrale in Harculo (40), de Oosterenk (60), Nijverheidstraat bij de Herberg (28) en de Scholtensteeg in Stadshagen (30).

De warme wintermarkt is terug

Isala-medewerkers laten op de kraampjesmarkt op een unieke manier hun eigen creaties zien en steunen tegelijk een goed doel.

Het goede doel is deze keer Stichting Kind op de been. Die faciliteert orthopedische hulpprojecten in Ghana en Kameroen om kinderen met afwijkingen aan armen en benen een betere toekomst te geven. De markt is een mix van kramen met onder andere handgemaakte bonbons, kerstdecoraties, vintage, sieraden, haak- en macramé creaties, keramiek, kleding en glaswerk.

Donderdag 28 november, van 10.15 tot 16.30 uur bij Isala Zwolle, op de 1e etage boven de Centrale hal.

Foto: Markt voor het goede doel bij Isala.

Sporten 'proeven' voor senioren

Voor ouderen die graag verschillende sporten willen uitproberen, biedt de Sportproeverij voor Senioren een uitgelezen kans. Tijdens dit meerdaagse gebeuren is kennis te maken met een breed scala aan sport- en beweegactiviteiten. Van milde beweegvormen tot intensievere sporten, er is voor ieder wat wils.

De sportproeverij is een samenwerking tussen onder andere Landstede en WijZ Welzijn. WijZ heeft een breed aanbod aan laagdrempelige sportactiviteiten. Van joggen, bewegen op muziek en badminton tot joggen. Alles aangepast aan ouderen. De sportproeverij biedt senioren vanaf 67 jaar de mogelijkheid om kennis te maken met tal van deze activiteiten en te ondervinden welke

sport bij hen past. Voor de studenten van Landstede is deze Sportproeverij bovendien een belangrijk onderdeel van hun opleiding. Bij dit evenement kunnen zij praktijkervaring opdoen in het begeleiden en organiseren van sportactiviteiten voor verschillende doelgroepen, waaronder senioren. Naast Landstede en WijZ Welzijn dragen ook Stichting MVO de Siggels en SportService Zwolle bij aan dit project.

Woensdagen

De Sportproeverij wordt in twee periodes aangeboden: de woensdagen 27 november tot en met 26 februari (25 dec, 1 jan, 5 feb en 19 feb niet) en 5 maart tot en met 28 mei (16 april en 30 april niet). Tijd: 9.30 tot 11.00 uur. Locatie: Sportpark De Siggels, IJsselcentraleweg 9. De activiteiten zijn binnen

en buiten. Houd hier rekening mee bij de kledingkeuze.

Kosten: 10 euro per periode, inclusief koffie en thee. Aanmelden kan via (088) 478 0610. Kijk voor meer leuke activiteiten voor senioren in Zwolle op de website www.samenouderen.nl.

Foto: Welke sport is leuk? Doe mee aan de Sportproeverij voor Senioren en ontdek het.



Golfclub en gemeente slaan handen ineen

Golfclub Zwolle gaat samen met de gemeente aan de slag met een ruimtelijke gebiedsuitwerking. Dit om de baan uit te kunnen breiden.

De club wil graag uitbreiden met een paar 3 baan of op termijn met een derde lus. Daarvoor is grond nodig. Gezien de groei van de club naar meer dan 1300 leden is de behoefte om de baan uit te breiden alleen maar toegenomen. Om grip te krijgen op de toekomst heeft Golfclub Zwolle de gemeente gevraagd samen met haar te werken aan een ruimtelijke gebiedsvisie. Het college van burgemeester en wethouders heeft met dit verzoek ingestemd, waardoor gemeente en golfclub op dit gebied samen

aan de bal zijn. De mogelijkheden voor uitbreiding, in combinatie met natuur en water en kleinschalige woningbouw, worden onderzocht, waarbij de wederzijdse intenties worden vastgelegd.

Zorgvuldig

Er is afgesproken dat de gebiedsuitwerking in april 2025 moet zijn afgerond. Daarbij worden via een participatieproces de in dit gebied betrokken bewoners, bedrijven en maatschappelijke instanties meegenomen. Golfclub Zwolle geeft aan daarbij te hechten een zorgvuldig proces: 'stap voor stap, transparant, veel communicatie en steeds met oog voor de positie van de leden in de besluitvorming'.



Golfclub Zwolle bij de Wythmenerplas gaat in samenwerking met de gemeente de baan uitbreiden. Foto: LinkedIn.



9 jaar lang BLACK Friday actie bij ICT Dokter Zwolle

Dit jaar doen we voor de 9de keer weer een BLACK Friday actie. Deze actie is altijd een groot succes voor onze klanten. Printen van je documenten wordt nog nooit zo goedkoop.

Elk jaar profiteren onze vaste klanten al van deze actie maar is deze actie nu voor iedereen beschikbaar. De actie loopt van 18-11-2024 t/m 08-12-2024. Tijdens deze actie periode hebben we alle Multi packs cartridges, toners en inktanks 1+1 gratis

Hoe kun je bestellen?

Dit kan via de webshop van ons ictdokterzwolle.nl/shop of via de whatsapp 06-22203750 of via de mail info@ictdokterzwolle.nl

Waarom doen wij mee met de Black Friday actie?

Deze actie is voor ons de mogelijkheid om ons te onderscheiden van de grote jongens. Deze doen niks met inkt of toners voor de klanten.

Is het Huismerk van ons wel goed voor de printer?

Wij bieden ons eigen huismerk aan voor alle type printers. Deze zijn uitvoerig getest en 100% goed gekeurd voor jouw printer. Wij bieden ook 100% niet goed geld terug aan omdat we overtuigd zijn dat ons huismerk goed is. Het voordeel van ons huismerk is, is dat er meer inkt inzit dan de originele producten en ook nog eens veel goedkoper is.

Neem eens een kijkje

In onze webshop vindt je van alles omtrent ICT Producten van nieuw tot refurbished van pc tot laptop van Inkt tot label en papier voor



printers. Op alle pc's en laptops zowel nieuw als refurbished zit bij ons standaard 2 jaar garantie mits anders wordt vermeld. Tevens bieden wij het Hardware Cleaning service aan waardoor we 1x per jaar langs komen om de Laptop of PC schoon te maken. Dit voor een vast tarief per maand.

Diensten

ICT Dokter Zwolle biedt diverse diensten aan. Zo hebben we net nieuw onze eigen Cloud

Service waarmee jij je foto's van je telefoon makkelijk op je laptop of pc krijgt en tevens veilig opslaat buiten huis. Daarnaast hebben wij de Security and update service. Deze service is een virusprogramma met een update manager die er voor zorgt dat alle software op je pc (dus niet alleen de windows updates) up to date zijn. Tevens is ons virusprogramma een unieke in zijn soort. Dit voor een vast tarief per maand. Meer info kijk eens op onze website ictdokterzwolle.nl onder het kopje diensten.

Volgend jaar bestaat ICT Dokter Zwolle 10 jaar en dat jaar gaan we groots uitpakken door het hele jaar door kortingen. Hoe deze actie gaat lopen kun je lezen in de Januari krant.

Zit jou product er niet bij of je wil eens een afspraak maken voor een gratis advies gesprek? Dat kan. We zijn bereikbaar op telefoonnummer en whatsapp : 06-22203750 of via de mail info@ictdokterzwolle.nl.

MULTIPACK CARTRIDGES EN TONERS

JEEJ! HET IS BLACK FRIDAY!

En dat vieren wij in kleur:



ICT Dokter Zwolle

Alle combinaties mogelijk
Korting wordt automatisch varrekand in je winkelmandje

Geldig van: 18-11-2024 t/m 08-12-2024



www.ictdokterzwolle.nl






Vechtstraat 26
8021 AX Zwolle
tel: 038- 750 1608



Betaalbaar fietsplezier voor jong en oud
Ook voor reparatie en onderhoud



fietsen driewielers steps bakfietsen

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

Nu tot wel 2000,= korting op driewielers en bakfietsen!



Margriet Krook
uitvaartbegeleiding

een wens
een afscheid
een dierbare herinnering
voor altijd

24 uur per dag bereikbaar

Margriet Krook
06-36 11 30 00
info@mkuitvaart.nl
www.mkuitvaart.nl



Repair Café Assendorp helpt Zwollenaren én verkleint de afvalberg 'Gefikst terwijl u meekijkt'

door Roy Visscher

In multifunctioneel centrum De Enk in Assendorp heerst altijd gezellige drukte. Terwijl er zaterdagmiddag 19 oktober al spullen klaarstaan voor het dansfestijn Disco Fever 's avonds met dj Hans Stroeve, maakt de grote zaal nog even plaats voor het gratis repair café. "Een donatie is niet verplicht maar stellen we wel op prijs."

Gastvrouw Liliane Gevers ontvangt de bezoekers van het repair café, inventariseert het probleem en verwijst naar de juiste specialist achter de rij met tafels. "We hebben hier een bak aan kennis. Ons repair café in Assendorp is twaalf jaar geleden opgezet door Jörn, een voormalige Oost-Duitser die door de economische omstandigheden in zijn voormalige thuisland is opgegroeid met het repareren van spullen. Hij was hier in Nederland docent werktuigbouwkunde op Windesheim en vroeg een aantal van zijn collega's mee te doen." Waar ze allemaal mee kunnen helpen? Bijvoorbeeld elektronica, mechanica, kledingherstel en het slijpen van messen. Kijk niet vreemd op als iemand een fiets meezeult. "We doen ook kleinere fietsreparaties. Nee, daarmee vormen we geen concurrentie voor de lokale fietswinkels", voegt Liliane daar meteen aan toe. "We hebben met de fietsenzaak hier in de Assendorperstraat afgesproken dat we eventueel benodigde onderdelen bij hen kopen, bovendien zitten ze daar niet te wachten op de kleine reparaties die wij verzorgen."

Stof vangen

De verslaggever heeft zelf ook een reparatieverzoek, wat ook de reden was om vanuit de andere kant van de stad naar good old Assendorp af te reizen. Vrouw en dochter vermaken zich vast wel in de winkelrijke Assendorperstraat. Het probleem zit in de elektrische kachel, die met de hoge gasprijzen 's winters zorgt voor lagere kosten als je die vlak bij de gezinsbank zet en de cv uit laat staan. Maar deze kachel slaat steeds af, of gaat überhaupt niet aan. Klaas – gepensioneerd ontwerper en chef treinonderhoud bij NS – en Hans buigen zich over onze kachel. "Had je de onderkant al eens opgeschroefd?" Nee, wel de achterkant en daarbij heb ik alles wat ik daar tegenkwam schoongemaakt. Er blijkt – niet zo vreemd natuurlijk – een ventilator onder in het apparaat te zitten en al draaiend hapt die nogal wat stof. "Daardoor wordt lucht tegengehouden en het apparaat te heet. Door de thermostaat slaat de kachel dan af. Maar jullie kachel is zo gemaakt dat dan ook de ventilator stopt, waardoor het lang kan duren tot de kachel genoeg is afgekoeld om weer te werken." De heren laten zien hoe je de ventilator schoonmaakt. Logisch dat ze dit werk niet zelf doen, er zijn immers meer 'klanten' die hulp nodig hebben.

Iets opsteken

Het concept van de repair cafés is ook niet dat je je defecte apparaat afgeeft aan een reparatiespecialist en zelf aan de bar koffie gaat zitten drinken. Zoals Liliane het verwoordt: "Oorspronkelijk begeleiden de reparateurs de bezoekers terwijl die laatste de reparatie

zelf uitvoerden. Omdat dat teveel tijd ging kosten, doen de reparateurs nu het werk. Maar van de bezoeker wordt wel verwacht dat die meekijkt." Zodat die iets opsteekt over de werking van het apparaat, en wellicht een volgend mankement zelf kan fiksen. Of kan aanschouwen dat een apparaat soms bewust zo gemaakt is dat het nauwelijks gerepareerd kan worden. Klaas: "Dat is vooral het geval bij koffiezetapparaten. Die dingen zijn vaak amper open te krijgen, en dan dus ook niet te repareren." Leuk voor de portemonnee van de fabrikant maar verder geen goed nieuws, want zo'n commerciële beslissing maakt de afvalberg groter. "Voor de bedenker van het concept van de repair cafés was dit ook de aanleiding tot haar initiatief", vertelt bezoeker van De Enk en kunstenaar André Lange. "Dat is Martine Postma, een Amsterdamse milieuactiviste en voormalig journaliste." Nu, vijftien jaar nadat zij het eerste repair café startte, zijn er in Nederland bijna zevenhonderd. En ook in zo'n vijftig andere landen heeft het idee navolging gekregen.

Passie

Om half vijf, een half uur voor het einde, vraagt Liliane even de aandacht van de specialisten achter de tafel. "Ze gaan zó op in hun passie dat ze anders de tijd dreigen te vergeten. En het is wel de bedoeling dat we iets na vijven gezamenlijk iets drinken om de middag af te sluiten", zegt de gastvrouw met een grijns. De – low budget – consumpties worden bekostigd met de giften van de geholpen klanten. "Een donatie is niet verplicht maar stellen we wel zeer op prijs." Je vrije zaterdag

in dienst stellen van anderen, of andersom, gratis je defecte apparaat of kapotte kleding gerepareerd krijgen: daar mag natuurlijk wel iets tegenover staan. "Maar ik oordeel niet over mensen als zij geen donatie doen. Je weet niet of iemand bijvoorbeeld een heel smalle beurs heeft. Of een klein bewustzijn", aldus Liliane. De groep reparateurs in – maar niet allemaal uit – Assendorp is sinds de start grotendeels ongewijzigd gebleven. Dat zegt wel iets over het plezier dat ze in hun 'werk' hebben. In het begin was er gemeentelijke subsidie maar de vrijwilligersorganisatie bedruipt nu zichzelf. En biedt hulp aan iedereen in Zwolle met een reparatieprobleem, niet alleen Assendorpers. Niet dat een reparatie altijd lukt. Klaas: "Zeker bij koffiezetapparaten is die niet altijd succesvol. We hebben bij het repair café ook maar een beperkte tijd. Soms kunnen we alleen maar een diagnose stellen." Of huiswerk meegeven zoals om mijn kachel van binnen eens een goede schrobbeurt te geven. "Maar desondanks verlaten de meeste bezoekers heel tevreden De Enk."

Andere wijken

Het repair café is elke derde zaterdag van de maand in De Enk, Enkstraat 67. Zie <https://assendorperzaken.nl/repair-cafe>. Naast het repair café in Assendorp zijn er ook soortgelijke initiatieven in andere Zwolse wijken. Zie het wereldwijde web en sociale media voor locaties en data in centrum, Holtenbroek, Aalanden, Berkum, Westenhofte, Kamperpoort, Zwolle-Zuid en Stadshagen.



Bezoekers en reparateurs kijken met elkaar mee: 'waarom doet-ie het niet?'



Uitvoerige diagnoses. In het midden gastvrouw Liliane. Foto's: Roy Visscher.





EASYSLIM.NU®

Simpel, Snel, Slank!

Slanker in je feestkleding?

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 en ontspannend



ACTIE!
Intake/kennismakings-
behandeling.
Scoor je prijs in de
studio!
*Geldig tot 31-12-2024



€0,-

€29,-

€39,-

€49,-

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!



Zwolle
Marsweg 55
 zwolle@easyslim.nu

Nieuwleusen
Backlaan 352
nieuwleusen@easyslim.nu

Hardenberg
Sallandsestraat 16b
hardenberg@easyslim.nu

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



Arjan Duijn nieuwe directeur Zwolse theaters

De Raad van Toezicht van Zwolse theaters benoemt Arjan Duijn per 1 februari 2025 tot directeur bestuurder. Arjan Duijn volgt Rob Zuidema op. Rob Zuidema heeft zijn functie in april van dit jaar neergelegd, vanwege zijn benoeming als burgemeester van de Gemeente Raalte.

Arjan Duijn was afgelopen maanden al werkzaam als interim-directeur bij Zwolse theaters. Na het doorlopen van het externe sollicitatieproces met behulp van Talent Performance heeft de Raad hem definitief aangesteld.

Arjan Duijn is zijn carrière begonnen in de marketing en communicatie, waar hij verscheidene functies heeft vervuld als eigenaar bij verschillende marketingbureaus. De laatste negen jaar zette Arjan zich in als Investment Manger, Public Affairs, Stakeholder Management en Marketing-communicatie bij de regionale participatiemaatschappij Wadinko in Zwolle. Ook bekleedde Arjan functies in de culturele sector. Zo was hij werkzaam als projectmanager bij Nationaal Comité 4 en 5 mei en vervult hij sinds mei 2022 de rol van voorzitter van Stichting Stadsfestival Zwolle. Arjan Duijn woont sinds 1991 samen met zijn vrouw en kinderen in Zwolle.

Arjan kijkt uit naar zijn nieuwe functie: "De vonk is overgesprongen toen de rode loper op mijn pad kwam. Ik kijk er naar uit om samen met het team onvergetelijke culturele ervaringen te creëren."

Erika Diender, voorzitter Raad van Toezicht Zwolse theaters, geeft aan dat de Raad van Toezicht blij is na een zorgvuldige selectieprocedure Arjan Duijn te benoemen in de rol van directeur bestuurder van Zwolse theaters. "De Raad heeft er alle vertrouwen in dat Arjan in de stad, de regio, en binnen de landelijke ontwikkelingen de koers van Zwolse theaters als "plein van de samenleving" samen met zijn collega's verder vormgeeft en tot een succes maakt."

Arjan Duijn. Fotografie: Ingeborg Lukkien.



Muziekonderwijs op de Markesteen

Annemée Daalhuizen (Leerkracht groep 1-2 en cultuurcoördinator)

Muziek is een heel natuurlijke manier om rekening te leren houden met elkaar en het groepsgevoel van je klas te bevorderen. Het brengt je leerlingen in beweging en versterkt daarbij het plezier in leren. Dit plezier is een goede stimulans voor de algehele ontwikkeling van een kind. Wetenschapsjournalist Mark Mieras noemt in zijn online inspiratiesessie rondom "Méér muziek in de klas" dat kinderen die wekelijks muziekonderwijs krijgen, een betere hersenactiviteit hebben. Muziek zet ons in een leermodus.

Het team van Dalton Kindcentrum de Markesteen werd hierdoor getriggerd het eigen muziekonderwijs goed onder de loep te nemen. Muziek kan spannend en uitdagend zijn, zowel voor leerlingen als voor leerkrachten. Tegelijkertijd gaat muziekonderwijs gepaard met plezier, ontspanning en veiligheid. Goed muziekonderwijs zorgt voor een balans tussen het maken van missers en het opdoen van successen. De Markesteen werkt samen met MEC-Muziek. Een van de muzikspecialisten van MEC-Muziek heeft een teamtraining verzorgd. Zij demonstreerde de methode en helpt ons deze te implementeren in ons onderwijs. Alle domeinen van het muziekonderwijs komen hier aan bod: spelen, zingen, luisteren, bewegen en noteren.

Gedurende het schooljaar verzorgt één van de muzikspecialisten vanuit MEC-Muziek in iedere groep een aantal instrumentenlessen. Zij



hebben onze leerlingen al kennis laten maken met het de djembé, de joekelille, de keyboard, en nog veel meer. Iedere leerling kreeg in de les bijvoorbeeld de gelegenheid actief het keyboard te ontdekken. De bijbehorende lesinhoud wordt uiteraard aangepast aan de leeftijd van de leerlingen. Ik ben zelf leerkracht van een kleutergroep en ik heb genoten van het enthousiasme dat werd opgewekt. De leerlingen waren ontzettend nieuwsgierig en geprikkeld om zelf deze ervaring op te mogen doen.

Inmiddels werken we nu een aantal jaar met de online lesmethode van Eigenwijs-digitaal. Leerkrachten experimenteren hiermee in hun

groep en observeren de demonstratielessen die aangeboden worden door MEC-Muziek. De muzieklessen roepen zowel bij de leerkrachten als bij de leerlingen positieve reacties op. Eén van de collega's uit de bovenbouw reageerde zeer tevreden: "Er zit een duidelijke visie achter er is een doorgaande lijn zichtbaar. Je wordt stapsgewijs meegenomen in de lessen, waardoor het laagdrempelig en vrij toegankelijk wordt."

Voor meer informatie of het maken van een afspraak: www.markesteen.nl. Directie-markesteen@ooz.nl (directeur: Jorien Griffioen) 038- 4604411.

Sociale cohesie Stadshagen krijgt lager dan een 6

Zwollenaren beoordelen hun stad met een 7,8



De Meppelerstraatweg in Dieze-Oost, een wijk waar de sociale cohesie met lager dan een 5 wordt beoordeeld. Foto: de redactie

door de redactie

Uit het Buurt-voor-Buurt Onderzoek van 2024 blijkt dat Zwollenaren hun stad bijna een 8 geven als rapportcijfer, namelijk een 7,8. Een positief cijfer, dat net iets lager ligt dan twee jaar geleden (7,9). Het merendeel van de inwoners vindt dat Zwolle qua ontwikkeling gelijk is gebleven, 22 procent vindt dat Zwolle erop achteruit is gegaan en 17 procent juist dat de stad erop vooruit is gegaan.

De leefbaarheid in de eigen buurt en de woonomgeving krijgen een 7,6, een iets hoger cijfer dan in het voorlaatste onderzoek in 2022. Wel ervaren inwoners sinds 2018 iets meer verloedering, terwijl die van 2007 tot 2018 in hun ogen juist daalde. De veiligheid in

hun buurt waarderen inwoners met een 7,4. Dit is nauwelijks veranderd ten opzichte van voorgaande jaren. Het aantal mensen dat zich wel eens onveilig voelt, is toegenomen tussen 2018 (19 procent) en 2024 (27 procent). Sociale overlast speelt hier een belangrijke rol. In 1997 was het rapportcijfer voor veiligheid nog 6,9, dit nam tot 2018 toe tot een 7,5. De veiligheid in Holtenbroek kreeg bij het laatste onderzoek een 6,6, Dieze-Oost scoorde een 6,5, Dieze-West een 6,6, de Kamperpoort een 6,7 en de binnenstad een 6,9.

Cohesie

Door de coronalockdown was er in 2022 een terugval in (sociale) participatie. Deze is in 2024 grotendeels weer hersteld. De sociale cohesie daarentegen is iets gedaald. In Dieze-Oost en -West krijgt die als cijfer 4,8, in de Kamperpoort 5,1 en in Holtenbroek 5,3. Dat betekent dat de sociale cohesie tussen 2022 en nu in Dieze en Holtenbroek als 'significant' afgenomen wordt ervaren. De drie deelgebieden die in het onderzoek worden gehanteerd voor Stadshagen, krijgen de ook niet 'denderende' cijfers 5,9, 5,6 en 5,5.

Minder mensen hebben moeite met rondkomen: 8 procent in 2024 waar dit in 2014 nog 15 procent was. De tevredenheid over de kwaliteit van leven is hoog: 83 procent is hier (zeer) tevreden over.

Op fysiek vlak zijn de voorzieningen die

inwoners het meest missen straatmeubilair (41 procent), horecavoorzieningen (36 procent) en parkeerruimte (27 procent). Parkeeroverlast wordt het meest ervaren in de Indische Buurt, door 58 procent van de respondenten aldaar. Water- en hitteoverlast op warme dagen nemen toe. Een meerderheid is tevreden over de bereikbaarheid van hun buurt per fiets (91 procent) en auto (77 procent). De bereikbaarheid met het openbaar vervoer met het doen met 60 procent. Alle andere uitkomsten van het Buurt-voor-Buurt Onderzoek, ook op wijk- en buurtniveau, zijn te vinden via www.zwolle.nl/bvb2024.

Ruim achtduizend respondenten

Het Buurt-voor-Buurt Onderzoek vindt elke twee jaar plaats en werd begin 2024 uitgevoerd. Dit jaar hebben 8.109 inwoners van 18 jaar en ouder de vragenlijst ingevuld. In het onderzoek vraagt de gemeente inwoners naar hun mening over hun buurt op het gebied van veiligheid, leefbaarheid, fysieke en sociale aspecten. De uitkomsten worden gebruikt om ontwikkelingen in beeld te brengen en te bepalen waarmee de gemeente aan de slag wil. Wethouder Anja Roelfs: 'Inwoners geven Zwolle nog steeds een dikke voldoende. Tegelijkertijd laten de resultaten ook zeker verbeterpunten zien. De uitkomsten gaan we daarom bespreken met bewoners en organisaties in de wijken, om te zien hoe we met elkaar kunnen zorgen dat Zwolle een prettige stad is en blijft om in te wonen.'



Hoogsensitief? Oplossingsgericht coachen werkt!



door Trea van der Cingel

Het leven is soms een hele uitdaging. Problemen en dilemma's zijn een vast onderdeel van het leven, en komen helaas altijd weer terug. Het ene probleem lijkt soms nog amper opgelost, of het volgende ligt alweer op je bordje. En soms gaat het ook een hele tijd goed. Het loopt allemaal, en je gaat bijna hopen dat je leven probleemloos verder gaat. Tot je weer in een situatie belandt die je niet zag aankomen, en je niet om het probleem heen kunt. Dus toch maar weer door de zure appel heen bijten.

Is dat normaal? Het korte antwoord is: ja, dat is normaal. Het hele proces van vallen en opstaan is eigenlijk iets dat het hele leven doorgaat. Sommige filosofen en spiritueel leiders zeggen zelfs dat het de bedoeling van het leven is dat je tegenslagen te verwerken krijgt. Tja... Ik zou het zelf niet snel zo formuleren, maar het is wel een feit dat het leven bij vrijwel niemand rimpelloos en soepel verloopt. Als je met mensen praat, krijg je vaak verhalen te horen waaruit blijkt dat het gras echt niet groener is aan de overkant. En soms ben je dan zelfs blij met je eigen lot/leven, en denk je bij jezelf dat je niet graag zou ruilen.

Hoe je omgaat met de problemen is wél iets waar je invloed op hebt. Je kunt op allerlei manieren reageren op tegenslagen. Meestal reageren we op de manier die ons vroeger is aangeleerd: doorzetten en niet zeuren, kiezen op elkaar. Of we kiezen bewust voor het tegenovergestelde, en gaan het probleem soms zelfs centraal stellen in ons leven van dat moment. Soms is er dan alléén nog het probleem, en heb

je er eigenlijk voortdurend last van. Coachen van hoogsensitieve personen vind ik fantastisch. Sinds ik begonnen ben met de Mastercoachingsopleiding Oplossingsgericht Coachen ontdek ik een nieuwe wereld, die voor een HSP heel toepasbaar is naast de HSP-coaching.

Daarom mijn aanbod: wie een sessie oplossingsgericht coachen wil volgen helpt zichzelf én mij, doordat ik alle nieuwgeleerde kennis kan toepassen. Ik bied daarom aan 10 hoogsensitieve personen een sessie aan voor de helft van het tarief. Dat betekent 1 uur oplossingsgericht coachen voor iedereen die vastloopt in problemen, voor slechts 40 euro.

Je gaat een ervaring opdoen die een nieuw perspectief geeft voor het omgaan met problemen, en waar je altijd op terug kunt vallen. Als dit je aanspreekt (je kunt ook eerst even googelen op 'oplossingsgericht coachen'), bel mij gerust, en bij interesse maken we direct een afspraak! PS: als je altijd al twijfelde of je een HSP bent, doe dan de gratis test HSP 3-in-1 op mijn website. Als je A+C optelt en dat zijn er meer dan 10, dan bezit je zeker hoogsensitieve kenmerken die voldoende zijn om jezelf HSP te noemen.

Trea van der Cingel, HSP coach

Mail: trea@sense-coachinghsp.nl

Tel: 06-40009993

• Wie geïnteresseerd is kan ook een kijkje nemen op mijn website:

www.sense-coachinghsp.nl



POETS PROF

- Poetsen
- Polijsten
- Ceramic Coating
- Schadeherstel
- Restylen/ Spotrepair
- Bekleding reparatie
- Details etc.

Ceintuurbaan 34B
8024 AA Zwolle
038-3030235
www.poetsprofzwolle.nl
info@poetsprofzwolle.nl

De Makers en Hospice Zwolle maken audiowandeling



Theater De Makers maakt in samenwerking met Hospice Zwolle een audiowandeling: **WE BEGINNEN BIJ HET EINDE**. De Makers vraagt zich af: **Wat kunnen we van een hospice leren over het leven? Kom naar de audiowandeling die tussen 23 november en 8 december te ervaren is op locatie van Hospice Zwolle.**

Zorgen over de zorg

De zorg zoals we die kennen verandert. Uit vooronderzoek van De Makers blijkt dat we ons collectief zorgen maken over de zorg. Hoe kunnen we als samenleving zorg voor elkaar dragen? De Makers is dan ook trots dat de gemeente Zwolle onderzoek naar het bovenstaande vraagstuk de komende vier jaar ondersteunt. De Makers start dit onderzoek bij het letterlijke einde van ons zorgstelsel. Hospice Zwolle is een plek waar gasten bijna volledig zijn overgeleverd aan de zorg van anderen. Het is de laatste fase in het ontvangen van zorg en tevens een zorglocatie die door de maatschappij vaak op afstand wordt gehouden.

WE BEGINNEN BIJ HET EINDE

WE BEGINNEN BIJ HET EINDE is een sociaal artistiek project waarvoor de Makers – Yuna Linde, Melle Mijnhardt en Corinne Heyrman – wekenlang als vrijwilliger meedraiden in het huishouden van Hospice Zwolle. Samen met de vrijwilligers en de gasten maakten ze een audioverhaal, waarin de luisteraar door hen wordt meegenomen op deze bijzondere plek. Met de audiowandeling gaat De Makers op zoek naar de essentie van het leven, wat een laatste levensfase inhoudt en hoe je daarin voor iemand kunt zorgen. Wat kunnen we van een hospice leren over het leven?

Het normaliseren van een belangrijk gesprek

Hospice Zwolle heeft vijf kamers voor gasten en er werken ruim 100 vrijwilligers. Het is een bijna-thuis-huis waar gasten de laatste levensfase binnen een huiselijke omgeving kunnen doorbrengen- omringd door vrijwilligers en naasten en met de eigen betrokken zorgverleners. De Makers en Hospice Zwolle delen de missie om het

gesprek over (de verbondenheid van) het leven, de dood en het hospice te normaliseren. Afscheid nemen hoort onlosmakelijk bij het leven, maar wordt regelmatig weggestopt in de maatschappij. “De openheid, de warmte van vrijwilligers en de oprechte aandacht voor elkaar zijn ingrediënten die we meer de samenleving in zouden mogen sleuren”, aldus Yuna Linde.

“De openheid, de warmte van vrijwilligers en de oprechte aandacht voor elkaar zijn ingrediënten die we meer de samenleving in zouden mogen sleuren”

De Makers, altijd op zoek naar bijzondere verhalen

De Makers gaat altijd op zoek naar bijzondere plekken om verhalen op te halen, ontmoetingen te creëren en daar een artistieke vertaling van te maken. Dat deden ze eerder bijvoorbeeld voor de succesvolle voorstellingen ‘De Noodzaak’, in samenwerking met de Zwolse Voedselbank, en ‘We Zwemmen Nog’ in het Openluchtbad. De audiowandeling WE BEGINNEN BIJ HET EINDE is van zaterdag 23 november tot en met zondag 8 november te ervaren op het buitenterrein van Hospice Zwolle. Kaarten zijn vanaf nu verkrijgbaar via Zwolse theaters (<https://www.zwolsetheaters.nl/programma/2024-2025/we-beginnen-bij-het-einde-theater-de-makers>) en kosten EUR 16,50.



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



Bewoners kunnen reageren op plannen dijkversterking

Vanaf 24 oktober liggen het ontwerp Projectbesluit, de MER (Milieueffectrapportage) en de bijbehorende ontwerpvergunningen ter inzage voor de dijkversterking tussen Zwolle en Olst. Bewoners en andere betrokkenen kunnen reageren op de plannen. In de documenten staat alle informatie over de dijkversterking, zoals het ontwerp en de gevolgen voor de omgeving.

Als iemand het ergens niet mee eens is, kan dat in deze periode officieel kenbaar worden gemaakt. Dagelijks bestuurslid Hans Wijnen van het waterschap Drents Overijsselse

Delta: "De plannen die nu ter inzage liggen, zijn de uitkomst van een langdurig traject en een nagenoeg onmogelijke puzzel waarbij we alle belangen hebben afgewogen. We realiseren ons dat deze dijkversterking veel losmaakt in de omgeving. Daarom blijven we graag ook tijdens en na deze inzageperiode goed in gesprek om de dijkversterking zo goed mogelijk in te passen in de complexe omgeving." De provincie Overijssel heeft een belangrijke rol. Zij coördineert de terinzagelegging. Op zowel de website van de provincie Overijssel als die van het project IJsselwerken staat meer informatie over deze terinzagelegging. Kijk daarvoor op www.ijsselwerken.nl/terinzage of www.overijssel.nl/terinzage.

nl/terinzage.

Niet alles tegelijk

De verwachting is dat in het najaar van 2025 de schop de grond in gaat bij de Paddenpol, bij Herxen. De dijkversterking neemt zeven jaar in beslag. Het werk wordt gefaseerd uitgevoerd, dus niet alles tegelijk over de hele dijk. De IJsseldijk tussen Zwolle en Olst beschermt de inwoners van Salland en Zwolle. Met de dijkversterking over een traject van 29 kilometer voldoet de dijk straks weer aan de wettelijke veiligheidseisen. Het gaat om een ingewikkeld project waarbij elk deel van de dijk anders is. Steeds met andere belangen en andere afwegingen. Het project

is onderdeel van het landelijke Hoogwaterbeschermingsprogramma (HWBP), de grootste dijkversterkingsoperatie ooit sinds de Deltawerken.



Het project IJsselwerken moet inwoners van een groot gebied beter beschermen tegen hoogwater.

Vier de feestdagen eens met vis!

door de redactie

Weken van tevoren nadenken over wat er op tafel moet komen tijdens kerst? Het kan ook anders: bij vishandel Theo Muys kun je nu al complete visschotels bestellen, zo ook voor oud en nieuw. Eiwitrijk en gezond, en er is variatie genoeg. "Meestal kopen mensen in deze periode wat minder vis, want het is met de feestdagen in aantocht natuurlijk een dure tijd. Maar we hebben in onze winkels en bij de kraam nu behoorlijk wat aanloop."

Alles uit het assortiment bij is te bestellen voor de periode van de kerst tot oud en nieuw. Maar wacht niet te lang, vertelt Volkert Muys met een grijns. "Op tijd bestellen, voorkomt teleurstelling. Zeker bij de speciale en verse vissoorten, zoals zeeduivel, tarbot, griet en tong. Elk jaar plaatsen we na sinterklaas al bordjes op de toonbank dat de klanten voor de feestdagen op tijd moeten zijn, maar nog steeds is dat niet bij iedereen bekend." En vangen mensen soms bot en naast het net, om maar even in de vissfeer te blijven. "We hebben speciaal voor de feestdagen vijf soorten visschotels, waarmee overigens ook naar eigen voorkeur te variëren is. Om precies te zijn, zijn het de buffet-, hapjes-, gourmet- en de traditionele visschotel met zalm en aardappelsalade en de zelf samen te stellen variant." Bestellen kan op verschillende manieren: ter plekke in een van de twee winkels in winkelcentrum de Dobbe (Aalanden) en winkelcentrum Zwolle-Zuid bijvoorbeeld. Of anders bij de kraam van Alisa. Die staat op woensdagen van 11.00 tot 18.00 uur op het parkeerterrein in de Assendorperstraat en zaterdag op Sportpark De Siggels als SVI 1 thuis speelt. Online bestellen kan natuurlijk ook via de website. "Dat is heel gemakkelijk door op de gewenste producten te klikken, het spreekt allemaal vanzelf. De bestellingen zijn af te halen op dinsdag 24 en 31 december bij de beide winkels. Geef bij het bestellen dus wel even aan bij welke van de twee je komt afhalen natuurlijk. Je kunt je bestelling overigens ook thuis laten bezorgen via Thuisbezorgd.nl."

Van mensen op klompen tot mensen met lakschoenen, iedereen komt hier

Restaurant

Theo Muys is al bijna een kwart eeuw in Zwolle



Bij Volkert Muys en zijn medewerkers kunnen sinterklaastekeningen nog tot en met 30 november ingeleverd worden. Daarna is het 'vol gas' op naar kerst en oud en nieuw. Foto: de redactie.

te vinden en daarmee een begrip geworden. "De eerste winkel kwam in de Dobbe in 2000, lepelt Volkert de geschiedenis op. "In 2008 volgde die in Zuid, aan het plein waar in deze periode de oliebollenkraam staat. En we hebben dus een mooie kraam waar ook veel vissoorten te verkrijgen zijn." Met de 25 jaar in het vizier is het dan ook een mooi moment voor wat aanpassingen. "Van 3 tot 17 februari is er een verbouwing in de winkel in Zuid voor een verfrissende nieuwe inrichting en ook een groter restaurantgedeelte", kondigt Muys aan. "Ja, steeds vaker eten klanten hun visje lekker hier in de winkel op. Soms grap ik wel eens: Als onze energierekening hoog uitvalt, dan komt dat door de vaatwasmachine die volop draait." Iedereen is in de twee winkels welkom, in de woorden van Muys: "Van mensen op klompen tot mensen met lakschoenen." Hij geeft wat context bij deze opmerking: "Vroeger in Spakenburg, het dorp waar ik opgroeide, hadden viswinkels het imago niet goedkoop te zijn. Dat is onterecht: wij zijn niets duurder dan de kramen op de markt." Alleen is het aanbod natuurlijk groter. "Zo hebben we ook

vismaaltijden en salades, die allemaal thuis op te warmen zijn. Of dus hier op te peuzelen. En je kunt ook lekkere broodjes vis en friet krijgen bijvoorbeeld, vissnacks, tapas, menu's, wraps. En drinken. Van dinsdag tot en met zaterdag tot sluitingstijd. In de Aalanden en in Zuid hebben we hetzelfde concept."

Geen Rotterdam

Volkert Muys ziet de klanten aan- en aflopen in de winkel in Zuid en merkt daarover op: "Er is best veel aanloop. Meestal kopen mensen in deze periode wat minder vis, want het is met de feestdagen in aantocht natuurlijk een dure tijd. Dat er zoveel klanten in de winkel komen, hadden we eigenlijk niet verwacht." De geboren Spakenburger woont nu vijf jaar met 'zijn' Alisa in Zwolle. Hij was wel een beetje huiverig om van het bekende vissersdorp naar Zwolle te verhuizen, van een dorp naar een stad. "Maar het bevalt goed om hier te wonen, men is hier best nuchter, het is hier ook geen Amsterdam of Rotterdam. Maar ik kom ook nog vaak in Spakenburg, zo wonen mijn dochter en mijn ouders er.

Onze winkels worden door de Zwollenaren ook heel goed ontvangen." Wat Muys en zijn medewerkers de komende weken graag ontvangen – naast bestellingen natuurlijk – zijn sinterklaastekeningen van kinderen. "Die kunnen ze tot zaterdag 30 november bij ons inleveren. Daarmee maken ze kans op een prijsje: een waardebon van ToyChamp aan het Stadionplein."

Theo Muys

Dobbe 7

Telefoon 0800-8476897, optie 1

Democratenlaan 4

Telefoon 0800-8476897, optie 2

www.vishandeltheomuys.nl

E-mail vjtmuys@gmail.com

Geopend dinsdag, woensdag en donderdag van 09.00 tot 18.00 uur, vrijdag tot 18.30 uur, zaterdag tot 17.30 uur. En ook op maandag 23 december.



Boomveteranen



Foto: Elzen op de Melkmarkt.

In Zwolle staan veel monumentale bomen. Dat zijn bomen die opvallen door hun leeftijd, omvang of cultuurhistorische waarde. In deze rubriek wordt een aantal van deze boomveteranen gepresenteerd. Deze keer een aantal elzen op de Melkmarkt.

door Girbe Buist

Deze bomen zijn nog erg jong, want zij zijn aangeplant in 2006. Zij zijn dus niet bijzonder vanwege hun leeftijd of cultuurhistorische waarde, maar omdat deze waarschijnlijk de duurste bomen van Zwolle zijn. Niet de soort, maar de constructie waarin de bomen staan maakt ze zo duur. Elke boom staat in een grote pot, met aarde waarin deze goed groeit. Ook is er een speciale waterleiding aangelegd om de bomen van water te voorzien. Honderden betonnen paaltjes

onder het straatoppervlak voorkomen dat de boomwortels last krijgen van de druk op de bodem door al het verkeer dat hier tot voor kort was.

Twee soorten

De els behoort tot dezelfde familie als de berk en is ook een katjesdrager. Bij ons komen hoofdzakelijk twee soorten voor, waarvan de een hier echt thuis hoort. Dat is de zwarte els, die zich pas op zijn gemak voelt wanneer hij naast het water staat. Zelfs als hij erin staat, deert hem dat niet. De ander is de grauwe els, die meer van droogte houdt en daarom in de droge gedeelten van ons land veel wordt aangeplant. Hij is veel kleiner dan de zwarte els, en de twee soorten zijn gemakkelijk van elkaar te onderscheiden. De zwarte els heeft een slanke, donkere stam, waarvan de bast dik en grof wordt en barst. De grauwe els heeft, ook op latere leeftijd, een gladde grijsgrauwe bast. De blaadjes van de zwarte els zijn donker glanzend groen, ongelijk gezaagd, vrij rond van voren met een afgestompte punt, kaal, en vooral wanneer de boom jong is, kleverig.

Kelten associeerden de els met dood en wedergeboorte, met het vuur van de smidse en met de kracht van de verdamping. Elzen waren gewijd aan Bran, de geliefde raafgod, die zo groot van gestalte was dat geen huis hem kon bergen en wiens hoofd na zijn dood orakelde.

Rivieren

Volgens de oude leren werd de eerste

man uit een els gemaakt. Elzen waren bij de Grieken gewijd aan Phoroneus, de orakelende held en uitvinder van het vuur (nadat Prometheus het had gestolen van de goden). Van Phoroneus wordt gezegd dat hij de zoon is van Inachos, omdat elzen bij rivieren groeien. Zijn moeder is Melita, de esnimf; de es gaat de els voor in de Keltische boomkalender. De els zou lonken naar de bliksem, de eerste vuurbron voor de primitieve mens. Houtskool van de els gaf meer hitte dan houtskool van enig andere boom; wellicht dat hiermee de associatie van de ontdekking van het vuur met de els kan worden verklaard.

Elzenjonkvrouw

Vroeger kende men in veel streken de Elzenjonkvrouw. Deze jonkvrouw heeft prachtige haren die zwaart met het kleverige vocht van het blad, waar het wondermooi van werd. Waarschijnlijk mede door de moerassige groeiplaats beschouwde men de els als een spookboom. Volgens het volksgeloof rusten heksen graag uit in elzenkruinen. Sinds de kerstening wordt de els in hoofdzaak als een duivelse boom gezien.

Nog steeds zijn er meisjes die hun haar en gezicht met het sap van elzenbladeren wassen, waardoor ze een mooie huid en vooral geen sproeten krijgen. Men droeg koorts, kiespijn en wratten vroeger over op elzen. Een elzentakje dat voor



zonsopgang op Goede Vrijdag met één slag was afgehouden, zou bloedstelpend werken.

Twente

De in sommige streken van Twente gebruikte midwinterhoorn is vaak gemaakt van een uitgeholde elzentak. Om het geluid te versterken blaast men wel boven een put. Terwijl men de els beschouwde als heksenboom, zouden elzenhout, twijgen en as juist onheil en toverkracht afweren. Van de binnenbast van de elzenboom kon men een toverdrank brouwen, die alleen andere toverdrankjes onwerkzaam maakte. Elzentakjes onder het hoofdkussen zouden beschermen tegen een nachtmerrie. Volgens boerengeloof weerde men spreuwen van de akker door bij het zaaien een elzentakje in de mond te houden, terwijl men mollen en muizen kon verjagen van een akker door er op de hoeken elzentwijgen te steken. In beide gevallen moest de elzentwijg dan wel op Goede Vrijdag zijn afgebroken.

ZWOLSE PRAOT **Sunteklaos**



De mooiste tied van 't jöör dut weer zien intrede. Net as de stoete an Pieten, kedeugies en streuig oed met an 't euft, sunteklaos.

Ik gao ier aoverigens gien discussie anwakkeren aover de Pieten. Umme kleur te bekennen, 't zal mi'j een rooien biet wèen oe of zien elpers der uitzien. De mieste van de skriwwers die tegen 't zwärt bint of die de kwakert vol ebt aover tredisie ebben gien enkel benul van de oorspronk. En dan kan-k ier wè preberen uutien te zetten welkende veranderings de Sint en zien elpers deur de iewen en ebt deur-emaakt, maer dan e-k an de ruimte die dissende column bied niet genug. Döörbi'j, ze luusteren toch niet en ebt enkel oor veur unnie eigen braaksels.

Wat dät angiet moch-k willen dät Krampus (Krampen), de klauwe, ze kwam alen. 't Is toch te gek veur woorden dät der al jören aover de ruggen van de kinderties iets wört uut-evochten wat der niet thuis eurt. Kiek ie maggen ier alles vinnen en nog roepoeteren ok, maer 't kan skienbaer niet op een beskaafde meniere. Ze raken zels slaags met mekaere. 't Giet mi'j de pette te baoven.

Kiek a-j now 't ele commerciële der van an de kake wilt stellen. Dät 't een feest van iederiene mut wèen en dus ok de minder bedeeden der van metkriegen, dan giet 't al een eel andere kante op. Maer dan nog.

Ik slute maer mien ogen en kieke nöör de erinnings van mien jeugd. Pieten waeren grappige deugnieten. Alen van alles uut wöör ik as klein männegien allénig van dreumen kon. Veur sunteklaos wazzen ik bange. Die ield oe as een Grote Breur altied in de smiezen en wus o-j dingen edaone ad die as niet mochen. Dät grote boek, dät moch van mi'j wè zuuk raken. Getverdemme, zels de dingen die ik zelf allange wazzen vergèten kwamp met sunteklaos altied weer baoven. Wat dät angiet von-k 't altied nog een wonder dā-k altied nog wè 't neudige an kedeugies kregen van die böörd.

Lateder kwammen 't grote vieren met de ele familie. 't Gong al elemaole niet meer umme de kedeugies. De surprises en gedichen, dät wazzen wat. Wèken, zo niet maonden, wier in skuurties eknutseld en an taofels de ärsens ekraakt umme wat uut name van Sint of Piet op pepiere te kriegen. 't Wazzen der netuurlijk umme te doen umme de ander een bettien op een ledieke meniere met zien of aer doen en laoten een bettien de gek an te stèken. De veurpret wazzen al net zo groot als 't feest zelf. De aovend wier altied opleukd met gezamenlijk gezang, muzekaal ondersteund deur wat gitaeren, joekelille en accördeons.

Dät is echter aover en der blieden allénig de erinnings, en... de wieze lessen. Want a-j 't allemaole iens bekieken is sunteklaos, wel of niet met ondersteuning van ulpklozen en Pieten, niks meer en minder dan 't aopen en bloot leggen van wat een mense now ienmaal is. Ie ebt oew goeie en oew slechte kante in iene verpakt. Ie kunt der muulijk aover doen maer zo is de mense now ienmaal opgebouwd.

Een 'slechte' gewoonte die ik zekers ebbe aoverrollen van 't sunteklaosfeest is dät de Sint een beste snuperd van mi'j ef emaaft. A-k al ezegt dät de peppernötten 't ele jöör wè maggen? Van taai-taai-pöppegies en sunteklösiens kan-k ok aoste niet ofblijven. Veur mien ogen e-k now dan nog 't sunteklaos-journaal in de gedaonte van Dieuwertje. De dame met de immer meisiesachtige uutstraolink en de nimmer oflaotende kinderlijke verbiestering. Wat een zegen. Veur de rest is 't altied mooi umme te zien oe de kleinties elemaole opgaon in 't gebeuren. Zi'j nemmen oe met nöör oew eigen jeugd en ie wèten döördeur; 'Oe stiet nog völle moois te wachen!'

Jack Willemsen
column@jackwillemsen.nl





KERST BIJ

Happy Garden



HET IS WEER TIJD OM NA TE DENKEN WAAR U SAMEN MET UW FAMILIE EN VRIENDEN DIT JAAR DE KERSTDAGEN WILT DOORBRENGEN. KERST VIERN IS TENSLOTTE EEN BELEVENIS OP ZICH! WERELD RESTAURANT HAPPY GARDEN GEEFT EEN WARME KERSTSFEER. DE OPRECHTE GASTVRIJHEID, VERFIJNDE HEERLIJKHEDEN UIT ONZE KEUKEN EN BUFFETTEN MAKEN HET HOOGTEPUNT VAN HET JAAR. ONTDEK DE VELE MOGELIJKHEDEN VAN DE KERSTBUFFETTEN 2023 BIJ WERELD RESTAURANT HAPPY GARDEN!

All-Inn Kerstbrunch 1ste en 2de kerstdag

OP DE 1STE EN 2DE KERSTDAG KUNT U VANAF 12:30 UUR TERECHT VOOR EEN HEERLIJKE UITGEBREIDE KERST BUFFETTEN MET GERECHTEN UIT DE HELE WERELD. U KUNT 2 UUR ONBEPERKT GENIETEN VAN ONZE WERELDSE BUFFETTEN INCLUSIEF FRISDRANKEN, BIER, WIJNEN, KOFFIE EN THEE.

Tarieven

VOLWASSENEN € 39,50,-
65+ € 36,50,-
KINDEREN 3-12 JAAR € 2,25 X LEEFTIJDJAAR

Reserveertijden

12:30 - 14:30 UUR
12:45 - 14:45 UUR
13:00 - 15:00 UUR
13:15 - 15:15 UUR
13:30 - 15:30 UUR

All-Inn Kerstdiner 1ste en 2de kerstdag

OP DE 1STE EN 2DE KERSTDAG KUNT U VANAF 15:45 UUR TERECHT OM 2,5 UUR ONBEPERKT GENIETEN VAN ONZE KERST DINER BUFFETTEN INCLUSIEF FRISDRANKEN, BIER, WIJNEN, KOFFIE EN THEE. DE KERSTDINER BUFFETTEN ZIJN VOORZIEN VAN LUXE EN UITGEBREIDE GERECHTEN.

2,5 UUR ETEN EN DRINKEN VOOR EEN VAST BEDRAG. MET DE KERSTDAGEN IS HET MENU EXCLUSIEVER MET LUXERE GERECHTEN. IEDERE TAFEL KRIJGT EEN LEUK KERST PRESENTJE.

Tarieven

VOLWASSENEN €52,50
65+ €49,50
KINDEREN 3-12 JAAR €3,- X LEEFTIJDJAAR

Reserveertijden

EERSTE ZITTING	TWEEDE ZITTING
15:45 - 18:15 UUR	18:45 - 21:15 UUR
16:00 - 18:30 UUR	19:00 - 21:30 UUR
16:15 - 18:45 UUR	19:15 - 21:45 UUR
16:30 - 19:00 UUR	19:30 - 22:00 UUR



Blauwe Engel 5
8265 NL Kampen
038 331 4955
www.happygardenkampen.nl



Zoutkamer Kampen viert tienjarig jubileum

Bij Zoutkamer Kampen kun je al ruim tien jaar lang “opgelucht ademen”

Door Alex de Jong @ Baba Tonka
Business

Ademhalingsproblemen, longklachten? Zoutkamer Kampen kan je helpen. Inmiddels komen al ruim tien jaar lang mensen met astma, hooikoorts, COPD of andere longaandoeningen naar Zoutkamer Kampen om – soms helemaal medicijnvrij – weer opgelucht te kunnen ademen. Roland Prins, ooit zelf iemand die ‘heel veel’ medicijnen nodig had om zijn astmaklachten te kunnen beheersen, was één van de eerste mensen die in Nederland een Zoutkamer opstartte.



Roland Prins; Het gezicht en de drijvende kracht achter o.a. Zoutkamer Kampen.

‘In 2011 kwam ik met halotherapie (zouttherapie) in aanraking en merkte dat dit heel veel goeds voor mijn gezondheid deed’, vertelt hij. Drie jaar later, in 2014, opende hij de deuren van zijn eigen zoutkamer. Inmiddels heeft hij in Kampen twee ruimtes waar de geconditioneerde lucht van zijn zoutkamers mensen met ademhalingsproblemen enorm kunnen helpen. ‘Ik ben er een groot voorstander van dat de medische wereld zich meer verdiept in dit medicijnvrije alternatief. Bij veel aandoeningen zijn (chemische) medicijnen de enige manier om soelaas te bieden, maar in het geval van ademhalings- en longproblemen is een zoutkamer vaak een geweldig alternatief, waarbij mensen met regelmaat weer volledig medicijnvrij kunnen leven.’

Hoe het werkt

In de lucht van de (twee) zoutkamer(s) worden minuscule zoutdeeltjes via een speciale generator verstoven. Deze zoutdeeltjes kunnen gemakkelijk tot diep in de bronchiën en sinussen worden ingeademd. Halotherapie reinigt diep en biedt zo natuurlijke weerstand aan bacteriën, virussen en schimmels. Ook is het zeer geschikt voor kinderen met luchtwegklachten. ‘Sterker nog: in landen van het voormalige Oostblok zijn zelfs kinderdagverblijven voorzien van zoutkamers. Hierin spelen de jonge kinderen om zo hun weerstand te verhogen’, aldus Roland.

Hooikoorts en meer!

Zoutkamer Kampen is gebouwd voor mensen met ademhalings- en luchtwegproblemen in de breedste zin van het woord. De geconditioneerde lucht, met een hoog zoutgehalte,

maakt je luchtwegen schoon en geeft je meer lucht. Last van allergieën, astma, COPD, holteontstekingen? Zoutkamer Kampen helpt. Maar ook gezonde mensen hebben baat bij de behandeling. De zoute lucht maakt je luchtwegen schoon. Bacteriën, virussen en schimmels “overleven” de droge aerosollucht niet. De geconditioneerde zoute lucht van Zoutkamer Kampen kan zelfs mensen helpen die willen stoppen met roken. Zij gaan door de zoute lucht veel meer hoesten en raken zo het loskomende slijm kwijt. Ook huidklachten zoals eczeem (wat vaak samen gaat met luchtwegklachten), psoriasis en acne zijn veelal goed te verminderen in de zoutkamer.

Medicijnvrij leven

Zouttherapie is bijzonder heilzaam voor de mens. Menigeen kan door de therapie toe met veel minder – of zelfs geheel zonder – medicijnen. Zoals ook Prins zelf mocht ervaren. Het verklaart waarom Kampen één van de eerste plaatsen in Nederland is waar een zoutkamer werd geopend. ‘In de opstartperiode, nog voordat er buitenstaanders bij Zoutkamer Kampen binnenkwamen, kwam ik tot de conclusie dat, als je dit wilt gaan doen, je eigenlijk ook een degelijke medische achtergrond moet hebben’, vertelt hij. ‘Ik was van jongs af aan al geïnteresseerd in de medische wereld, maar werd – mede door de sociale druk in mijn jeugd – de techniek in gemanoeuvreed. Maar: eerlijk is eerlijk; zonder deze technische achtergrond was menig Zoutkamer in Nederland er niet geweest.’ Roland Prins heeft tenslotte niet alleen aan de bakermat van Zoutkamer Kampen gestaan, maar ook menige collega elders in het land

geholpen een zoutkamer op te starten. Hij rondde zo’n tien jaar geleden een medische HBO opleiding af, gevolgd door de verkorte opleiding Farmacologie. In deze wereld blijf je studeren om bij te blijven dus met enige regelmaat duikt hij weer de boeken in om nog meer en actuele kennis op te doen en zijn expertise nog verder uit te breiden met betrekking tot luchtwegen- en huidproblematiek.

Eventueel overleg met arts

‘Iedereen is van harte welkom om een gratis proefsessie te ervaren! We starten hier altijd met een info/intake sessie, zodat we iedereen alle info kunnen verstrekken die nodig is om zo optimaal mogelijk gebruik te maken van onze halotherapie. Ook kijken we in overleg met onze bezoeker vaak even naar de medicatie die ze al gebruiken; dit om o.a. uit te kunnen sluiten dat de klacht waar men graag vanaf wil, niet een bijwerking is van medicatie die misschien voor een hele andere aandoening wordt gebruikt. Komen we zoiets tegen, dan sturen we de bezoeker altijd eerst terug naar de behandeld arts om een alternatief medicijn te vragen zonder

deze bijwerking. Door mijn achtergrond kan ik dit eventueel schriftelijk toelichten zodat het voor de behandeld arts ook duidelijk is waarom de patiënt “plotseling” met deze vraag komt.’

Mensen beter maken

‘Het zou mooi zijn wanneer de reguliere medische wereld meer zou samenwerken met ‘alternatieve’ geneeswijzen zoals halotherapie. Ik noem het liever ‘complementair’ dan alternatief, trouwens. Tenslotte hebben we ieder hetzelfde doel, en dat is een betere kwaliteit van leven voor de patiënt.’ Zoutkamer Kampen werkt met de enige ‘wereldwijd medisch goedgekeurde Halogenerator’. ‘In andere landen wordt halotherapie ook in kuuroorden en ziekenhuizen toegepast, maar zover zijn we hier in Nederland nog lang niet.’

Vier onze verjaardag met ons mee, maak de puzzel elders in deze editie, stuur de oplossing in en maak kans op kaart van tien sessies in één van onze zoutkamers t.w.v. 160 euro, of één van de tien troostprijzen.



Kok van de Librije scoort internationaal

door de redactie

De beste jonge kok van heel Noord-Europa, het is niet niks als je die titel krijgt. De 26-jarige Noah Wynants van Nederlands enige driesterrenrestaurant De Librije in Zwolle fikste het.

Begin deze maand deed de senior sous-chef van De Librije mee aan de regionale finale voor de titel ‘beste jonge chef’ in de S. Pellegrino Young Chef academy competition 2024/2025. Hij keerde met de hoofdprijs terug naar Zwolle. Zijn ‘signature dish’,

een plantaardige Nederlandse rendang, viel goed in de smaak bij de internationale jury. Daarmee sleepte hij zowel de titel beste jonge chef binnen als de ‘Acqua Panna Connection in Gastronomy Award’ en de ‘Fine Dining Lovers Food for Thought Award’. Eind volgend jaar mag Wynants aantreden in de wereldwijde finale, die plaatsvindt in Milaan.

Niet minder dan drie prijzen voor Noah Wynants tijdens de meest recente internationale competitie voor jonge koks.

Foto: sanpellegrinoyoungchefacademy.com.





Ook een stoere hond kan bang zijn voor vuurwerk

Neem nu Boef. Ziet hij er niet stoer uit? Boef houdt allerm minst van het geknal tijdens de jaarwisseling. Wij vinden vuurwerk meestal mooi om naar te kijken, helaas is dit voor onze huisdieren vaak anders.

Dieren horen vele malen beter dan mensen. Ze mogen er wel even van schrikken maar moeten snel herstellen. Een hond houdt uv gedrag nauwlettend in de gaten. Als u rustig blijft, bent u een voorbeeld voor uw hond. Een pup die tijdens zijn eerst jaarwisseling niet bang was, kan het jaar er na wel bang zijn. Houd daar rekening mee. Indien uw hond wel bang is straf hem of haar niet. Angst is een emotie en kan niet afgeleerd worden met een correctie of straf. Ga ook niet overmatig aaien of troosten, er is tenslotte niets aan de hand, anders bevestigt u de angst. U kunt uw hond wel steunen door uv aanwezigheid.

Tips voor oudjaarsavond zelf:

- Laat uw huisdier niet alleen op deze avond.
- Zorg voor een plek waar uw huisdier zich veilig voelt, bv. Een bench met een deken er overheen.
- Ga alleen met uw hond op oudejaarsdag naar buiten om even kort uit te laten. Probeer de rustige momenten van de dag op te zoeken. Laat de hond altijd aangeliind uit. Het mooiste is om die dag even naar het bos te gaan, daar is geen vuurwerk en kan de hond toch zijn energie kwijt.
- Leidt uw hond rond middernacht af door te spelen, bijv. door zoekspelletjes te doen of een voerbal cq kluif te geven.
- Katten verstoppen zich vaak. Laat uw kat dan



met rust. Houd katten binnen, sluit het kattenluik af.

- Doe ramen, deuren en gordijnen dicht.
- Zet radio of TV aan.
- Zorg dat hond of kat gechipt is voor die tijd en de gegevens van de chip kloppen bv als u verhuisd bent.

Voor de zeer angstige hond of kat gaan deze goede bedoelde tips niet werken. U moet dan eerder aan de slag bv. met training (nooit in een groep) en of medicatie. Met sommige medicatie moet u al 4 weken van tevoren beginnen. Houd daar rekening mee!

Mocht u na het lezen van dit artikel nog vragen hebben, neem dan gerust contact met ons op. 038-4771951 of mail naar Info@dapzw.nl

Alvast een goede jaarwisseling voor u en uw huisdier toegewenst



Uit de pen van uitvaartondernemer Margriet Krook Meebewegen, net als de golven

door Margriet Krook

Ook op vakantie denk ik aan mijn werk. Liggend op mijn strandbedje aan de kust, kijk ik naar de eindeloze beweging van de golven. Mijn gedachten bewegen met de golven mee. Elke golf vertelt een verhaal. Er zijn hoge golven die woest naar de kust rollen, breken met kracht, om daarna steeds kleiner te worden en uiteindelijk stil te landen op het strand. In die beweging herken ik mijn werk.

Wanneer ik na een overlijden bij een familie binnenstap, voel ik de kracht van die eerste hoge golf. Het is overweldigend, soms chaotisch, en de vraag 'Waar moeten we beginnen?' hangt in de lucht. Samen met de familie begin ik dan aan die reis, die eerste breuk in de golf van verdriet en verlies.

Met elke stap wordt het gelukkig rustiger. We vinden een ritme en langzaam neemt de chaos af. Net als de golven die uitrollen naar de kust, op die manier begeleid ik families door de dagen naar het afscheid toe. Stap voor stap, totdat we samen het punt bereiken waar alles op zijn plek valt.

De dag van de uitvaart is als het moment waarop de golf het strand raakt—de rust keert terug, het verdriet krijgt vorm, en de herinnering landt op een plek van vrede. Samen kijken we hoe het water van de golf weer door de zee wordt opgenomen. Ook deze herinneringen nemen we mee en bewaren we in ons hart.



Als uitvaartbegeleider beweeg ik mee op de golven van emoties, om ervoor te zorgen dat elk afscheid zachtjes strandt, precies daar waar het hoort. Ondanks het verdriet wordt het afscheid dan toch een mooie herinnering, want ook in moeilijke tijden is bovenal de liefde voelbaar. Juist dan.

Wilt u dat ik met u meebeweeg na het overlijden van uw dierbare? 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.



Oliebollen vermijden? Mooi niet!

Als sportschool, gezondheidspromotor én levensgenieters zeggen wij: er is niets mis met de oliebol! Het gaat vooral om hoeveelheden en combinaties. Maar ook wat je de rest van de week eet. Dus geen schuldgevoel meer maar gewoon lekker genieten.

Oliebollen vermijden kan ook niet meer in december. Overal zie je kraampjes waar je deze lekkernij kan vinden, maar ook bij de supermarkten en bakkerijen worden ze massaal verkocht. Vermijden van oliebolletjes is ook niet nodig, want het aantal calorieën valt namelijk best wel mee. Een oliebol bestaat uit een mengsel van bloem, melk en gist en wordt gefrituurd. In de traditionele oliebol zitten ongeveer 161 calorieën. Ook in de oliebol met rozijnen zitten niet belachelijk veel calorieën. Daar zitten er namelijk 179 in. Als je op de lijn wilt letten kun je beter niet kiezen voor een appelflap. In een appelflap zitten namelijk wel 361 calorieën in.

Oliebol eraf sporten

Wil je op de lijn letten? Dan is het handig om te weten hoelang je moet sporten om één oliebol er weer af te krijgen. Dit hangt natuurlijk ook van je lichaamsgewicht af, maar ook van de sport die je doet. Een vrouw van 70 kilo zou 15 minuten moeten hardlopen of 40 minuten moeten wandelen om één oliebol er weer af te krijgen. De meeste mensen verbranden een oliebol met ongeveer 20 minuten bewegen.

Wat zit er in een oliebol?

Voor de vega-fanaten: het is 100% vegetarisch

Voor de darm enthousiastelingen: het bevat 1,2 gram vezels
Voor de spierbouwers: het bevat 4,9 gram eiwit
Voor de calorietellers: het bevat slechts 161 kcal
Dus waar maak je je zo druk om?

De maand december brengt voor velen een intensieve agenda met zich mee. Juist in deze periode is het essentieel om momenten van ontspanning in te plannen, bijvoorbeeld met een Relaxyoga of Mindful Pilates. Daarnaast is

het belangrijk om in beweging te blijven, ook wanneer sociale verplichtingen, zoals kerstborrels, toenemen. Wist je dat je bij Purazen Gym in slechts 37 minuten een volledige fitnessstraining kunt volgen? Kom in december vrijblijvend kennismaken en ervaar de voordelen van onze faciliteiten.

Doe je mee? Oliebollen workout zondag 15 december bij Purazen gym. Geef je op voor onze GRATIS Oliebollen workout op zondag 15 december as. van 11:30 – 12:30 uur bij Purazen gym in Stadshagen. Onze trainers



Wees welkom voor een vrijblijvend adviesgesprek over zowel voeding, beweging en ontspanning bij Purazen gym.

laten je tijdens een leuke groepsworkout op muziek voelen waar 161 kcal gelijk aan staan. Na afloop eten we gezamenlijk een verdiende oliebol als lunch met een warm drankje. Een mooie manier om kennis te maken met onze gym, je krijgt meteen een rondleiding en een adviesgesprek op maat. Bel 038-3030233 of geef je via support@purazengym.nl o.v.v. oliebolletjes workout.

Leef met de dag, geniet en maak er een OLIEBOLLENFESTJE van!

Bart en Cynthia Collet en team Purazen gym
Werkerlaan 5-B
Zwolle-Stadshagen
t. 038-3030233
e. support@purazengym.nl
i. www.purazengym.nl



Kom naar Nieuwleusen

Voor al uw creatieve ideeën en inspiratie kunt u bij ons terecht.

Wij geven cursussen:



**Workshop lockmachines +
Workshop naaimachine;**

**Leer meer naaitechnieken
met je machine.**

**Naailessen op de dinsdagavond en
woensdagmorgen in het voorjaar 2025**

**Reparatie alle bekende
merken naaimachines
en gratis parkeren
voor de deur**

NAAIMACHINES & HOBBY
Dinie Kleine

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

Kalter Pakketten klaar voor de feestdagen

Afgelopen weken bezochten we diverse beurzen waaronder de Foodspecialiteiten Beurs in Expo Houten. Dit is het 2 dagen lang het centrum van allerlei lekkernijen op gebied van kaas, worst en aanverwanten. Maar ook diverse originele verpakkingen, sappen, cadeau ideeën en ga zo maar door! Wij hebben hier weer de nodige inspiratie opgedaan en contacten gelegd zodat wij u nog mooiere (kerst)pakketten kunnen aanbieden, en natuurlijk voor iedereen wat wils!



Ondertussen zijn we een aantal weken bezig met een aantal Studenten van Windesheim welke de opleiding communicatie en E-commerce volgen. Zo wordt er de komende tijd een flinke draai aan onze Instagram pagina gegeven, maar wat ook heel leuk is omdat melden: Wij hebben sinds kort een TikTok account van @kalterpakketten! De eerste video's en foto's zijn geschoten, dikke lol natuurlijk en super gaaf om te doen, volgt u ons al? Houdt onze pagina's in de gaten!

Onze showroom heeft de afgelopen weken ook een aardige metamorfose ondergaan, zo is er een hele wand vol met lekkere drankjes en sappen toegevoegd en zie je ook steeds meer lekkere soorten chocolade en snoep verschijnen. Ook komen er momenteel elke dag hele leuke nieuwe gadgets en kerst gerelateerde must haves binnen om uw (kerst)pakket mee aan te kleden.



Kent u, of heeft u een bedrijf, waarvoor wij misschien wel de kerst/relatiegeschenken zouden mogen verzorgen? Neem dan contact met ons op! Wij helpen u graag & ontvangen u graag in onze showroom in IJsselmuiden!

0683549543
info@kalterpakketten.nl

**Kalter
Pakketten**
by FoodMedia.nl



**Maak kans op een
kaart van 10 sessie
halotherapie in 1 van
onze zoutkamers ter
waarde van 160 euro**

**en/of 10 van onze aantrekkelijke
troostprijzen**



ADEMHALING
ALTERNATIEF
ASTMA
BACTERIE
BRONCHITIS
ECZEEM
HALOTHERAPIE
HUIDPROBLEMEN
JARIG
KAMPEN
LONGEN
LONGONTSTEKING
LOOPNEUS
LUCHTWEGEN
NATUURLIJK
ONTSPANNING
PROEFSESIE
PUFJE
STEMPROBLEEM
STEMPROBLEMEN
TIEN
VERKOUDHEID
ZOUTKAMER
ZOUTMIJN
ZOUTTHERAPIE
ZUURSTOF

Woordzoeker

T	L	O	O	P	N	E	U	S	R	I	E	N	K	J	A	
A	R	O	A	P	G	M	E	E	Z	C	E	N	I	J	E	L
D	G	N	I	L	A	H	M	E	D	A	E	F	L	E	U	
B	I	N	E	I	T	A	A	Z	C	G	H	O	R	I	T	
R	R	E	A	M	K	E	O	S	E	D	N	T	U	P	S	
O	A	G	H	T	E	U	R	W	T	G	E	S	U	A	T	
N	J	N	U	D	T	L	T	N	O	M	P	R	T	R	E	
C	M	O	H	M	U	H	B	N	A	U	A	U	A	E	M	
H	Z	L	I	J	A	C	O	T	O	F	T	L	U	N	H	P
I	E	N	N	U	B	S	K	J	R	I	J	I	Z	Z	T	R
T	H	A	L	O	T	H	E	R	A	P	I	E	O	T	O	
I	E	I	R	E	T	C	A	B	E	U	M	T	F	U	B	
S	K	A	K	A	M	P	E	N	M	V	E	E	R	O	L	
H	U	I	D	P	R	O	B	L	E	M	E	N	T	Z	E	
O	N	T	S	P	A	N	N	I	N	G	K	A	M	S	E	
G	P	E	N	P	R	O	E	F	S	E	S	S	I	E	M	

Oplissing

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Mail de juiste oplossing naar info@zoutkamer-kampen.nl





Eerlijk, groen en sociaal

Nivon, voor jong en oud

door Girbe Buist

Het Nivon bestaat dit jaar honderd jaar. Een mooie aanleiding voor deze krant om Hetty Hummelman, voorzitter van de afdeling Zwolle, aan het woord te laten over de activiteiten van het landelijke Nivon en de afdeling Zwolle.

Wat doet het Nivon?

Hetty: "Het Nivon (Nederlands Instituut voor Volksontwikkeling en Natuurvrienden) is een Nederlandse vereniging, die zich richt op natuur, cultuur en sociale betrokkenheid. Opggericht in 1924, is het Nivon geworteld in de arbeidersbeweging en heeft het als doel mensen samen te brengen met recreatieve en educatieve activiteiten. Vandaag de dag is Nivon een actieve en dynamische vereniging, waar duurzaamheid en solidariteit centraal staan. Het Nivon heeft momenteel 35.000 leden. Een belangrijk onderdeel is het uitgebreide netwerk van Natuurvriendenhuisen en kampeerterreinen door heel Nederland. Deze accommodaties zijn te vinden op prachtige locaties in de natuur en bieden een betaalbare en gastvrije plek voor iedereen die van wandelen, fietsen of simpelweg ontspanning in de buitenlucht houdt. De huizen en terreinen worden beheerd door vrijwilligers, wat de gemeenschapszin binnen het Nivon versterkt."

Reizen

"Naast de accommodaties biedt het Nivon een breed scala aan activiteiten aan, zoals wandel- en fietstochten, natuurcursussen, culturele evenementen en groepsreizen. Dit gebeurt zowel op lokaal als landelijk niveau. Lokale afdelingen organiseren regelmatig bijeenkomsten en excursies, waarbij leden de mogelijkheid hebben om elkaar te ontmoeten en van elkaars kennis en ervaring te leren."

Verder onderhoudt het Nivon een aantal Lange Afstands Wandelpaden (LAW's) zoals het Pieterpad. Duurzaamheid speelt een grote rol binnen het Nivon. De vereniging streeft ernaar haar impact op het milieu te minimaliseren en bewustzijn over natuurbehoud te vergroten. Veel activiteiten hebben een educatief karakter, waarbij deelnemers meer leren over ecologie en de waarde van biodiversiteit."

Kun je iets meer vertellen over de afdeling Zwolle?

Hetty: "De afdeling Zwolle is na de Tweede Wereldoorlog opgericht en heeft ongeveer vijfhonderd leden. Die komen niet alleen uit Zwolle, maar uit een wijde regio zoals Salland, de Kop van Overijssel, de Noord-Veluwe en de Noordoostpolder."

Begin vorig jaar is een nieuw bestuur aangetreden, waarvan ik de voorzitter ben. Dit bestuur heeft een beleidsplan voor de komende jaren gemaakt. Hoofdpunten daarin zijn dat wij meer mensen tussen de 50 en 65 jaar willen bereiken, dat wij jaarlijks minimaal 10 activiteiten organiseren, we ook meer creatieve en culturele activiteiten willen organiseren zoals een muziek- en dansgroep en handvaardigheidskursussen, en dat we meer willen samenwerken met aanpalende afdelingen zoals de Stedendriehoek en de afdeling Meppel/Hoogeveen. Ook willen we meer mensen op buurtniveau met elkaar in contact brengen via bijvoorbeeld korteaftandswandelingen. Het afgelopen jaar zijn we begonnen met het implementeren van dit nieuwe beleid en dat is aardig gelukt. Het aantal van tien activiteiten is ruimschoots gehaald. Er is een aantal wandelingen van 10 à 15 kilometer in de regio georganiseerd en om de twee maanden werd een interessant museum bezocht. Er was ook een ledendag in Hattem. Samen met de afdeling Stedendriehoek werd een alternatief en duurzaam woonproject in Olst bezocht. Ook was er een jubileumwandeling langs Zwolse gevelstenen aan de hand van natuursprekwoorden. Hiervoor was zoveel belangstelling dat deze wandeling twee keer is herhaald. Naar aanleiding van deze wandeling is ook een publicatie uitgebracht, 'het Natuurspreukenpad', dat verkrijgbaar is bij de Zwolse boekhandels.

Verder deed de afdeling mee aan de Nacht van de Nacht met een zogenaamde zwarte geurwandeling. Daarbij bezochten de deelnemers spannende, mysterieuze plekken in de Zwolse binnenstad en roken zij aan de historische geuren van turf, buskruit, mest, wierrook en hooi. Het jaar wordt afgesloten in december met een kerstdiner."

Maatschappelijk betrokken

"Om nog meer bekendheid te geven aan deze activiteiten, zijn wij nog op zoek naar een vrijwilliger of bestuurslid op het gebied van pr en communicatie. Ook niet-leden zijn welkom bij onze activiteiten. Zij betalen alleen een iets hogere financiële bijdrage. Samenvattend: het Nivon algemeen en de afdeling Zwolle in het bijzonder is een plek voor jong en oud waar mensen samenkomen om te genieten van de natuur, elkaar ontmoeten en bijdragen aan een duurzame samenleving. Het verenigt ontspanning met maatschappelijke betrokkenheid en biedt een platform voor mensen met een gedeelde passie voor natuur en cultuur."

Voor meer informatie zie de website www.zwolle.nivon.nl.



Hetty Hummelman, voorzitter afdeling Zwolle. Foto: Jan Jaap van Dijk.

Vijf doden door fout Britse vliegers Tachtig jaar geleden: bommen op Zwolle

door de redactie

Het is zondag 15 december tachtig jaar geleden dat er bommen vielen op de Bollebieste (Schildersbuurt, Dieze-West). Die werden afgeworpen door geallieerde vliegtuigen. Er waren bij dit zogenoemde vergissingsbombardement vijf doden en veertig gewonden te betreuren.

Het doelwit van de geallieerden was vermoedelijk de petroleumopslag aan de Schuttevaerkade, de gasfabriek op het Noordereiland of misschien wel de verder weg gelegen IJsselbrug, maar de Bollebieste werd geraakt. De bommen kwamen terecht op het zogenaamde tonnetjesveld. De kinderkopjes uit de straat vlogen metershoog door de wijk heen en sloegen gaten in de ramen en muren. De bommen zelf hadden een verwoestende werking. De straat met huizen waar nu Hedon staat, werd compleet verwoest. Ook de Vermeerstraat, het Kleine Grachtje (waar nu een bekende grootgrutter is gevestigd) en de Holtenbroekerweg kregen het flink te verduren. In de Beukenstraat worden de meeste huizen getroffen. Na het bombardement waren 21 huizen onbewoonbaar. Tijdens de Tweede Wereldoorlog vergisten Britse vliegers zich wel vaker, of mikten ze simpelweg niet goed. Veel Nederlandse burgers vonden daarbij de dood. Zo dachten vliegers op weg naar Duitse steden eenmaal boven Enschede dat ze al boven Duitsland zaten en kregen ook Arnhem, Doetinchem en Nijmegen te

ma ken met deze militaire blunders. In Den Haag heeft het bombardement in maart 1945 van de wijk het Bezuidenhout geleid tot grote verwoesting en ruim vijfhonderd doden. Het doel van de vliegers was het naastgelegen Haagse Bos. Daar hadden de Duitsers lanceerinrichtingen staan voor V2-raketten die op het Verenigd Koninkrijk werden afgeschoten. Die stonden overigens op meerdere locaties in Den Haag en Wassenaar en meerdere burgers kwamen om of raakten (zwaar)gewond bij Britse pogingen deze installaties uit te schakelen.

Monument

In 2019, 75 jaar na het vergissingsbombardement op Zwolle, werd – mede op initiatief van wijkbewoner Jacob Raap – een oorlogsmonument onthuld ter nagedachtenis aan de vijf omgekomen inwoners. Het werd gemaakt door kunstenaar Chris Peterson. De namen van de slachtoffers zijn aangebracht op het monument, dat is gemaakt van steen. Het monument visualiseert het bombardement door de duidelijk zichtbare kinderkopjes die als gevolg van het bombardement door de lucht vlogen. De tekst op het monument luidt: 'K.W. van Schubert 65 jaar / W.M. Koopman 44 jaar / J.C. Nagtzaam-Elbrink 24 jaar / J.M. Van Vilsteren 4 jaar / T.F.J. Nauw 3 jaar'. Jaarlijks op 15 december worden deze slachtoffers aan het Sint Josephplein herdacht. Daarbij aanwezig zijn nabestaanden, buurtbewoners, Veteranen van Vereniging Veteranen Zwolle, schoolkinderen en vertegenwoordigers van de gemeente.



Wie vanuit de Kastanjestraat richting de Rembrandtlaan rijdt, kan het monument niet missen. Foto: de redactie.

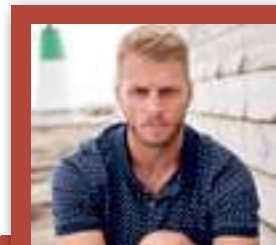
HET GROOTSTE AANBOD IN
GROTE MATEN HERENKLEDING

ALLSIZE

NORTH STØRE

Er wordt wekelijks nieuwe voorraad toegevoegd!
Onze grote maten herenkleding shop gaat van 1XL t/m 8XL.
Sommige producten gaan tot 10XL of zelfs 12XL

Allsize North Støre
Grote Maten Herenkleding XL-8XL
Assendorperstraat 130-132
8012 CC Zwolle
allsize-webwinkel.nl



Het terugkerende verleden van Duitsland



Hoe werkt het oorlogsverleden van onze oostburen door in de hedendaagse Duitse politiek? Brandsma geeft inzicht.

Foto: wikimedia.org.

De Fraterhuis Academie presenteert op zaterdag 30 november om 11.00 uur een lezing over Duitsland en zijn altijd terugkerende verleden door journalist Margriet Brandsma.

Bijna tachtig jaar na het einde van de Tweede Wereldoorlog speelt het verleden nog altijd een grote rol in de politiek en de maatschappij van Duitsland. Recentelijk waren er in drie oostelijke deelstaten verkiezingen en de AfD (Alternative für Deutschland) gooide daarbij hoge ogen. Maar er zijn meer vraagstukken waar de Duitse politiek een antwoord op moet

vinden. Sinds de Russische inval in Oekraïne is er veel veranderd op het gebied van vrede en veiligheid. Ook de oorlog in Gaza zet verhoudingen op scherp en er wordt van de regering een antwoord verwacht. Journalist en schrijver Margriet Brandsma laat in haar lezing 'Duitsland en het altijd terugkerende verleden' zien dat de oude opvattingen over vrede en veiligheid onder druk staan.

Margriet Brandsma is vaker spreker geweest tijdens de Fraterhuis Academie. Zo sprak zij eerder over de beeldvorming over Duitsland en of die overeenkomst met de werkelijkheid. Daarnaast vertelde ze over de rijke filmgeschiedenis van het land.

Aanvulling welkom bij Zwols orkest

Het Zwolse Thomas orkest heeft nog plek voor nieuwe muzikanten. Met name klarinetten, hoboïsten, fagottisten en baritonspelers kan het orkest goed gebruiken.



Musici bij een ruim een eeuw oud, maar modern orkest.

Op zaterdag 7 december geeft het orkest zijn jaarlijkse – 'Night of the Proms style' – concert in De Spiegel, misschien een mooie gelegenheid om eens te komen luisteren. Dat kan ook op de woensdagavonden, als het

muziekgezelschap repeteert in Domusica aan de Radewijnsstraat (Dieze-Oost).

Voor meer informatie:
www.thomasorkest.nl

'Jarig' Straatboer staat in top-10 duurzame social startups

Vorige maand is Stichting Straatboer onderscheiden met een plek in de Duurzame 100 van het landelijke dagblad Trouw. Bij deze landelijke prijs worden honderd duurzame initiatieven in het zonnetje gezet. De hard groeiende stichting uit Zwolle staat trots op nummer 9 in de categorie Startups & sociaal ondernemen.

Verrassend genoeg werd de stichting niet beloond in de categorie Natuur, ondanks het vergroenen van versteende voortuinen, en niet in de categorie 'Afvval & Hergebruik' (mogelijk door de tweedehands planten die ze gebruikt), maar viel ze in de prijzen binnen de categorie Startups & sociaal ondernemen. "Heel leuk dat op deze manier onze sociale impact van de tuin-make-overs en alles wat we eromheen organiseren, wordt erkend", geeft oprichter Christiaan Kuipers aan. Straatboer viert naast de verkiezing deze week ook haar vijfjarig jubileum. Het Zwolse initiatief, ooit actief in het vergroenen van bedrijventerreinen, stapte drie jaar geleden over naar

het vergroenen van versteende voortuinen van huurders via deelnemende woningcorporaties. Ondertussen is de stichting niet alleen meer actief in Zwolle. Met een team van opgeleide Straatboeren verspreid in het land, kunnen ook huurders uit Hattem, Huizen, Utrecht en Groningen zich opgeven voor een gratis zogeheten Straatboer Make-over.

Droom

Christiaan: "Het is een droom waar we als team dagelijks mee bezig zijn om huurders te helpen, het eerste stapje te zetten. Maar dit hadden we niet kunnen doen zonder het vertrouwen van de eerste enthousiaste woningcorporatie SWZ en de mogelijkheid van Kinderboerderij Wezenlanden voor het opzetten van onze Straatboerderij. Uiteraard zijn we dankbaar voor alle inmiddels betrokken partners en particulieren die ons ondersteunen of tweedehands planten doneren."

Team Straatboer viert het jubileum en de prijs van Trouw gezamenlijk met bedrukte taarten.



'De Smaak van'-app jouw gids voor cadeaus, lekkernijen en meer!

December is de sfeervolste maand van het jaar waar iedereen van wil genieten. Maar het zoeken naar geschikte cadeautjes, kleding, eetgelegenheden of uitjes kost vaak veel tijd. Dat is nu niet meer nodig met de nieuwe 'De Smaak van'-app. Vind in een mum van tijd unieke cadeaus en de beste restaurants.

Wegwijs in elke stad

Zoek je een geschikte locatie voor je kerstdiner? Wil je kleding shoppen of cadeautjes scoren voor Sinterklaas? Zoek dan niet in het wilde weg. De nieuwe 'De Smaak van'-app maakt je wegwijs in vele steden. Er zijn inmiddels al meer dan dertig steden door het hele land die een eigen app

hebben en wekelijks komen er meer apps bij. Scan de QR-code voor een overzicht van onze apps en download direct de app van de stad die je wilt gaan ontdekken. Gebruik de app bijvoorbeeld voor je sinterklaasinkopen: vind snel de leukste winkels, van lokale boetieks tot speelgoedwinkels en ontdek unieke cadeaus voor vrienden en familie. Laat je inspireren door de tips en vind het perfecte geschenk!

Ben je op zoek naar een sfeervolle locatie om te borrelen met vrienden? Of zoek je een chic restaurant voor je kerstdiner? Ook daarin biedt de app volop keus. Maak mooie herinneringen tijdens de decembermaand met De Smaak van-app!

"De decembermaand staat voor de deur en dan wil iedereen genieten van de gezelligheid en saamhorigheid van feesten als Sinterklaas en kerst", zegt Yvonne, de bedenker van 'De Smaak van' app. "Onze app helpt iedereen het beste uit deze feestelijke periode te halen, of je nu unieke cadeaus zoekt, lekkernijen wilt proeven of gewoon wilt genieten van de feestdagen." Download de 'De Smaak van'-app via www.downloaddeapp.nl en ontdek de pareltjes van de stad!

'De Smaak van' is een innovatieve app die de stadsbeleving verbetert door informatie te bieden over winkels, restaurants, borrellocaties, hotels en meer. De ideale gids!



welkoop

Ons eigen merk.

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

Zorgen voor de dieren in je tuin.



ONS EIGEN MERK

Welkoop pindanetjes en slingers

Jaarrond te voeren. Bijv. pindanetje 200 gram 4 netjes 2 stuks ~~9.98~~ **7.49**

2^e halve prijs



ONS EIGEN MERK

Welkoop strooivoer 12 kg

Gevarieerde mix van granen, zaden en peulvruchten. Jaarrond te voeren.

~~18.95~~

15.-



Horka outdoorlaarzen Greenwich

Maten 37 t/m 42. Waterafstotend. Bont gevoerd.

~~99.95~~

89.⁹⁵

ONS EIGEN MERK

Welkoop vetbollen in doos 50 stuks

Zonder netje.

~~15.95~~

12.⁵⁰



20% korting

OP=OP

Alle vrijetijdjassen of softshells

M.u.v. Travelin. Damesmaten 36 t/m 48. Herenmaten M t/m 3XL. Bijv. softshell Foss 105.- **84.-**

15% korting

Alle Amaryllissen

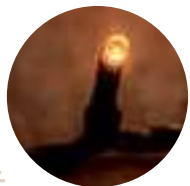
Bijv. in wax gehuld ~~12.95~~ **11.01**



* Cadeau * tip *

10% korting

Je huis en tuin sfeervol verlicht.



Lumineo Basic verlichting

Diverse lengtes. Geschikt voor binnen en buiten. Kleuren warm wit, klassiek warm of multicolor. Bijv. klassiek warm 40 LED lampjes 3 meter ~~5.95~~ **5.36**



Lumineo Compact verlichting

Diverse lengtes. Geschikt voor binnen en buiten. Kleur klassiek warm. Bijv. 350 LED lampjes 7,5 meter ~~14.95~~ **13.46**



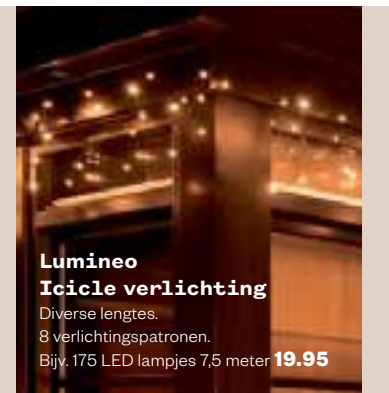
Lumineo Cluster verlichting

Diverse lengtes. Geschikt voor binnen en buiten. Kleur klassiek warm. Bijv. 768 LED lampjes 7 meter ~~24.95~~ **22.46**



Lumineo Kaarsverlichting

30 LED lampjes. 7,25 meter. Kleur klassiek warm. ~~26.95~~ **24.26**



Lumineo Icicle verlichting

Diverse lengtes. 8 verlichtingspatronen. Bijv. 175 LED lampjes 7,5 meter **19.95**

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

Openingstijden

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

Geldig van maandag 25 november t/m zondag 8 december 2024



De uitslag van de puzzelactie van Volare in deze krant is bekend!

Lidwien Boerkamp is uitgeroepen tot de gelukkige winnares om een paar oorbellen van LOTT te komen uitzoeken. Met meer dan 500 inzendingen was het een spannende competitie.

Voor de deelnemers die niet in de prijzen zijn gevallen, biedt Volare Exclusieve Damesmode in Zwolle een troostprijs: 10% korting op de gehele wintercollectie, inclusief de oorbellen van LOTT.

EXCLUSIEVE DAMESMODE

VOLARE

OUDE VIJMARKT 21A ZWOLLE



Joop van Ommen krijgt sportief eerbetoen

door de redactie

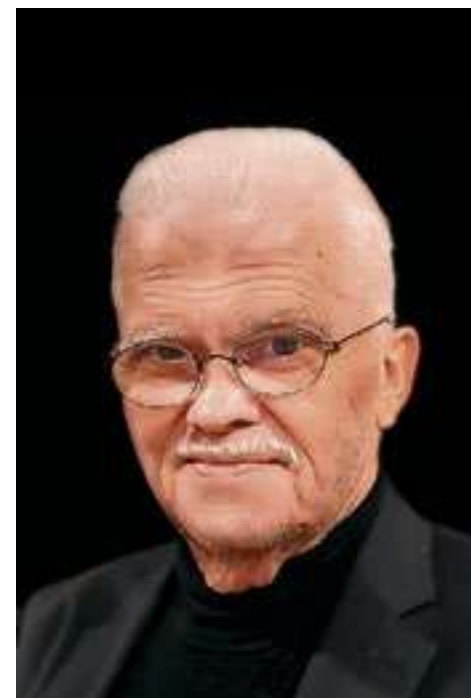
Welke Zwollenaar kent hem niet: de 'godfather' van de Zwolse daklozen en ook de man die het zaalvoetbal voor mensen met een beperking van de grond tilde in 'zijn' WRZV-hallen. Op 14 december wordt ter ere van Joop van Ommen een zaalvoetbaltoernooi gehouden dat zijn naam draagt.

Vorig jaar op 8 december overleed de sympathieke Zwollenaar met het grote hart voor mensen. Dat was voor De Boog G-voetbal aanleiding een toernooi te organiseren om hem te gedenken en te eren. Het wordt een groots event, vertelde een enthousiaste Anton Cramer, voorzitter van de zaalvoetbalvereniging, ruim een week geleden: "Al 17 teams hebben toegezegd mee te doen, met 6 zijn we nog in gesprek. Ze komen naast Zwolle ook uit bijvoorbeeld Hoogeveen, Almelo en Doetinchem en van Urk. Het wordt dus echt een 'oostelijk' toernooi." Niet alleen de naam, het Joop van Ommen Winners Toernooi, ademt Joop. Wie hij was, komt ook terug in het evenement. "Hij hield van gezelligheid en ook van koken. Vaak verzorgde hij voor grote groepen mensen maaltijden. Om die traditie voort te zetten, maakt Joops dochter Jacquelin Eikelboom-Van Ommen voor alle deelnemende voetballers een lekkere lunch."

Meedoen is wat telt

Wie de prijsuitreiking doet, blijft een verrassing. Maar zoals bij elk toernooi dat De Boog organiseert, kunnen alle deelnemers

een beloning verwachten. Want het gaat bij deze vereniging niet om het winnen, maar om het meedoen en het hebben van plezier. Niet voor niets is het credo: Nooit meer buiten spel. Iedereen die de spelers aan wil moedigen of Joop van Ommen wil eren, is welkom op zaterdag 14 december in de WRZV-hallen aan de Grote Voort 4 in Zwolle. Het toernooi duurt van 09.00 tot 12.00 uur en is gratis toegankelijk.



De bescheiden Joop groeide door zijn goede werk uit tot een bekende Zwollenaar. Anton Cramer schreef een biografie over hem. Aangeleverde foto.



Wees welkom bij deze **MASSAGE** salon in Zwolle, waar u een onvergetelijke tijd kunt hebben met onze masseuses.

Kijk voor meer informatie op onze website
www.peppersmassage.nl

Korte Kamperstraat 29 | 8011MN Zwolle | tel: 038 8888830 | 06 82751014
info@peppersmassage.nl | www.peppersmassage.nl



Vishandel Theo Muys

WINKELCENTRUM AA LANDEN
WINKELCENTRUM ZWOLLE ZUID

TEL. 0800-VISMUYS / 0800-8476897
INFO@VISHANDELTHEOMUYS.NL

VISCHOTELS & GOURMETSCHOTEL

Hapjesschotel

Gamba | Gevuld Ei / Krabsalade
Heilbot Roomkaas | Makreelwrap
Tonijnwrap | Zalmende
Zalmwrap | Zalm Roomkaas

32 stuks € 35,00



Hapjesschotel met Vlees

Makreelwrap | Tonijn Hapje
Garnalen Knoflookolie | Tonijnwrap
Gevuld Ei / Krabsalade | Zalmwrap
Zalm Roomkaas | Makreel Hapje

32 stuks € 35,00



Buffetschotel

Brado | Zalmende | Paling
Makreel Naturel | Makreel Peper
Haring | Zalmfilet
Met 3 soorten salades

€ 35,00



Eet smakelijk!

Gerookte Zalmschotel

Zalmsalade | Gerookte Zalmfilet
Zalmsnippers | Gerookte Zalmende

± 4 personen € 35,00



Theo's Zalmsalade

Haring | Kibbeling | Makreelwrap
Zalmsalade | Zalmsnippers
Zalmwrap

± 4 personen € 32,50
± 6 personen € 52,50



Luxe Visschotel, zelf samenstellen...

Standaard op de schotel: Zalm Aardappelsalade.
Kies 5 vissoorten uit 10 mogelijkheden. (* Meerprijs!)

Forelfilet | Garnalen | Grote Roze Garnalen | Haring | Heilbotfilet
Makreel | *Palingfilet | Tonijnwrap | Zalmwrap | Zalmfilet

Klein ± 4 personen € 50,00
Groot ± 6 personen € 70,00



Eet smakelijk!

Gourmetschotel, zelf samenstellen...

Kies 5 vissoorten uit 9 mogelijkheden.
Per persoon ± 300 gram. (* Meerprijs!)

*Coquilles | Gamba's | Kabeljauw | Mini Vissticks
Pangasiusfilet | Schelvis | Scholfilet | *Tonijn | Zalm

Alle vissoorten zijn gemarineerd, wilt u dit niet of heeft u allergiën geef dit aan.

Minimaal
2 personen

Per persoon
€ 6,95



U boft als u van vis houdt!

WWW.VISHANDELTHEOMUYS.NL

De plek voor onderwijs en werk Zwolle en de positieve lijstjes



Onder de Peperbus is het leven schoon, groen en knus. Foto: Wikimedia.

door de redactie

Veel steden en dorpen in Nederland proberen een gunstige draai te geven aan de twee klasseringen die begin deze maand, bijna tegelijkertijd, verschenen: 'we zijn de beste in de regio, we zijn gestegen, op dit ene aspect scoren we hoog' of 'we zijn de hoogste van de grotere steden'. Goed nieuws is immers belangrijk voor de citymarketeers. Het gaat hier om het onderzoek naar de gezondste stad van Nederland en dat naar de brede welvaart. Hier de Zwolse feiten.

Atlas Research is de uitgever van de jaarlijkse 'Atlas voor gemeenten' waar de Nederlandse steden en dorpen telkens met angst en beven naar uitkijken. Het onderzoeksbureau uit Amsterdam onderzocht de brede welvaart in alle 342 Nederlandse gemeenten. Om dit onderwerp 'brede welvaart' meetbaar te kunnen maken, bundelde Atlas Research zijn eigen onderzoeken uit de laatste twintig jaar. Daarbij werden acht aspecten geïntegreerd. Op één daarvan blijkt Zwolle het hoogst te scoren van alle gemeenten:

werk en opleiding. Geen universiteit hier te vinden zoals in Enschede maar toch is de provinciehoofdstad qua onderwijs én werk dus de provincietopper. Ook landelijk gezien doet Zwolle het op dit aspect goed met een derde plek. Op het gebied van woonplezier en veiligheid doet Zwolle het in elk geval relatief goed. Op deze twee aspecten scoort de stad hoger dan de Zwolse totaalscore van 54,7 punten voor alle acht aspecten samen. Daarmee hebben we het ook wel gehad wat betreft de aspecten waar Zwolle goed op scoort.

Platteland biedt kwaliteit

Die acht zijn naast werk en opleiding: materiële welvaart, gezondheid en welzijn, werk-privébalans, woonplezier, natuur en milieu, sociale cohesie en veiligheid. In de lijst met totaalscores neemt Zwolle de derde plek in van de vijftig grootste steden. Niet slecht natuurlijk, maar het is een lagere score dan die voor het Twentse Hengelo. Die stad staat op de 276ste plek van alle 342 gemeenten in de eerder genoemde Atlas voor gemeenten maar blijkt in dit onderzoek de 'overall' winnaar van de vijftig grootste. De derde plek voor Zwolle hier betekent zeker niet dat de stad de op twee na na 'beste' plek is om te wonen in Nederland. Uit het onderzoek van Atlas research blijkt namelijk duidelijk dat de grotere steden fiks onderdoen voor de meer landelijke gemeenten. De steden die hoog scoren op de woonaantrekkelijkheidsindex – die de basis vormt voor de Atlas voor gemeenten en Zwolle op de 162ste plek zet – scoren meestal niet hoog op de bredewelvaartsindex. Op het platteland is de 'kwaliteit van leven' simpelweg beter, met name als het gaat om materiële welvaart, veiligheid, sociale cohesie en het woonplezier. Zo blijkt de echte winnaar de kleine gemeente – met minder dan 2.000 inwoners – Rozendaal, boven Velp in Gelderland.

Emmen in zijn nopjes

Maar wat zou een onderzoek zijn als er niet een ander onderzoek is dat met andere resultaten op de proppen komt? Dat van Arcadis ging niet over brede welvaart maar over gezonde steden. Enige overlap is dus ruim aanwezig. De derde editie van de Gezonde Stad Index, het tweejaarlijks onderzoek naar de bijdrage die de fysieke inrichting van steden levert aan de

gezondheid van de bewoners, vergelijkt 25 Nederlandse steden met elkaar. Dat zijn de grootste van elke provincie plus de dertien grootste van de overige steden. Domeinen waarop gescoord kan worden, zijn: gezonde buitenruimte, gezond milieu, gezonde mobiliteit, gezonde gemeenschap en gezonde gebouwde omgeving. And the winner is? Apeldoorn. In de vorige twee edities was Groningen nog de nummer één. Ook bij dit onderzoek doet Zwolle het goed met een 10e plek, al betekent die een daling ten opzichte van vorig jaar. Maastricht eindigt als 2e, Groningen moet genoegen nemen met de bronzen plak, 4e is Nijmegen en Arnhem sluit de top-5 af. Even ter vergelijking: Enschede is na Zwolle de hoogst scorende Overijsselse stad en eindigt als 14e. Opvallend is de 8e positie voor Emmen, de stad die in de Atlas voor gemeenten steevast in het onderste staartje van de lijst bungelt. Op het domein Gezond milieu (schone lucht, weinig herrie en voldoende verkoeling op warme dagen) staat de Drentse plaats zelfs op nummer 1. Een verklaring daarvoor zou misschien kunnen zijn dat Emmen meer een groot dorp is dan een stad en in een overwegend dunbevolkt gebied ligt. Zwolle steeg in dit rijtje van 'Gezond milieu' naar de 7e plek. De stad doet het nog beter bij 'Gezonde gemeenschap': fysieke inrichting die bijdraagt aan een gevoel van veiligheid, geestelijk welbevinden, voldoende beweging en sociale cohesie. Zwolle pakt daar de 5e plek.

Wippen

En dan nóg maar een rijtje: dat van het NK Tegelwippen, de jaarlijkse competitie tussen gemeenten waarbij het erom gaat zoveel mogelijk tuintegels binnen de gemeente te vervangen door groen. Ook hiervan werden de resultaten begin deze maand gepresenteerd. Zwolle zou als 2e geëindigd zijn, werd gesuggereerd in de media. Maar bij verder lezen, bleek dat niet helemaal waar te zijn. De stad werd tweede in de categorie grote steden, vanaf 100.000 inwoners. En dat zijn maar 32 van de 342 gemeenten in Nederland. Van alle 199 deelnemende gemeenten waren er 3 die méér tegels per inwoners wipten, waarmee Zwolle 'overall' 4e is geworden. Winnaar bij de grote steden werd Venlo, Alkmaar werd 3e.

De eerstvolgende Overijsselse notering – het blijft leuk om daarnaar te kijken – is voor Enschede met een 22e plek. In de categorie middelgrote gemeenten is Vlaardingen de winnaar, bij de kleinere gaat Halderberge (Noord-Brabant) er met de winst vandoor. Op een kaartje van Nederland dat met kleuren aangeeft hoeveel er 'gewipt' is, valt op dat bepaald gebieden nogal wit zijn, of in de realiteit dus tegelgrijs. Dat zijn de drie noordelijke provincies met uitzondering van het gebied rond de provinciehoofdsteden, het grootste deel van Limburg, West-Friesland, de Betuwe, Noordoostpolder en de Achterhoek wit. Dit zijn overwegend agrarische streken met veel wilanden en vrijstaande huizen met ruime tuinen, zodat er überhaupt weinig te wippen valt. Om te eindigen met Zwolle: het heeft dit jaar ruim 300.000 tegels gewipt, wat ongeveer gelijkstaat aan vier keer het veld van PEC Zwolle. Dat is een stuk meer dan vorig jaar – toen Zwolle als 5e grote stad eindigde – en ook veel meer dan in 2022 (18e plek). Zwolle lijkt dus groener te worden.

Zone.college Zwolle helpt meiden en vrouwen met menstruatieproducten

Begin deze maand opende Marianne Besselink, voorzitter College van Bestuur Zone.college, officieel het Menstruatieproducten Uitgifte Punt (MUP) bij Zone.college Zwolle. waar meisjes en vrouwen een gratis pakje tampons of maandverband kunnen pakken.

Volgens Marianne is het heel waardevol dat de onderwijsinstelling een Menstruatieproducten MUP is. "Het mag gewoon niet zo zijn dat meisjes niet naar school kunnen omdat er thuis geen geld is om maandverband of tampons te kopen. Deze producten moeten gewoon toegankelijk zijn voor iedereen." Bij Zone.college Zwolle zijn nu drie uitgiftepunten waar eenvoudig menstruatieproducten gepakt kunnen worden. Het idee van het Menstruatie Uitgifte Punt is van het Armoedefonds. Via hen kan de school ook nieuwe producten bestellen om de kast(en) te vullen. Marianne: "Inmiddels hebben ook al ouders gereageerd die willen doneren. Daar zijn we uiteraard heel blij mee!"

Ook voor de buurt

Er zijn in Zwolle nog vijf andere MUP's. Alle zijn ook toegankelijk voor mensen uit de buurt. Bij Zone.college Zwolle kunnen tijdens de openingsuren daarom ook buurtbewoners of passanten bij de receptie gratis menstruatieproducten ophalen. "In Nederland heeft een op de tien meisjes en vrouwen niet altijd voldoende geld voor maandverband of tampons. Daar moeten we samen wat aan doen", aldus de bestuursvoorzitter.



Een voorbeeld van een Menstruatieproducten Uitgifte Punt. Foto: rodi.nl.





Werkerlaan 5-B
8043 LT Zwolle



Van grijze naar groene tuinen bij het NK Tegelwippen.

Bos Bedden 45 JAAR

Droom bedden

Vier met ons het 45-jarig jubileum!

Zie verderop in de courant!

3.000 M2 showroom vol beleving en inspiratie



Wat er verder te doen is

Elders in deze krant is te lezen over events als **Het Glazen Huis en activiteiten voor ouderen**. Maar natuurlijk is er nog meer te zien, te doen en te luisteren in Zwolle, zeker in de aanstaande feestmaand. Een selectie van andere activiteiten die binnenkort plaatsvinden. Zoals dansfeesten, (kerst)concerten en een buurlunch. Er is voor elk wat wils.

Spelletjesavond

Spellenvereniging Blauw! organiseert wekelijks een gratis spelletjesavond. Consumptie wel verplicht. Iedere dinsdagavond van 20.00 tot 23.00 uur, Lunchcafé op de Vrolijkheid.

Dirty Donderdag: karaoke

Zing mee met bijvoorbeeld The Spicegirls, BLØF of Robbie Williams. De karaoke gaat door tot 23.00 uur, daarna is het foute verzoekjes tijd. Gratis toegang. Elke donderdag vanaf 20.00 uur, Café Koos, Nieuwe Markt 11.

Herdenking Otto Smik

Precies tachtig jaar nadat de Tsjechoslowaakse piloot in dienst van de RAF met zijn Spitfire neerstortte, onthullen burgemeester Peter Snijders en de Slowaakse ambassadeur ook in Nederland een plaquette ter ere van hem. Donderdag 28 november vanaf 10.00 uur, Ludekenskamp (Zwolle-Zuid).

Voorlichtingsavond Vmbo Groen

Voor leerlingen uit groep 7 en 8 samen met hun ouder(s)/verzorger(s). Met presentaties over het onderwijs en een korte rondleiding door de school. Voor meer informatie en aanmelden: <https://zonecollege.nl/vo/zwolle/open-dagen-zwolle>. Donderdag 28 november van 19.30 tot 20.30 uur (inloop vanaf 19.15 uur), Zone.college, Koggelaan 7 (Hanzeland) in Zwolle.



JeugdDisco

Alle jeugd uit Assendorp tussen 5 en 13 jaar kan komen dansen met vriendjes en vriendinnetjes uit de buurt of de klas. Papa's en mama's zijn natuurlijk van harte welkom voor een drankje op het terras. Gratis entree. Leeftijd 5 – 9 jaar van 16.00 tot 18.00 uur, 9 – 13 jaar van 19.30 tot 22.00 uur. Vrijdag 29 november, De Enk, Enkstraat 67.



Buurttafel Lunch

Gratis soep (en een broodje) en gezelligheid voor inwoners van Stadshagen. Vrijdag 29 november van 12.00 tot 13.00 uur, restaurant Werkerlaan 50.

Pietenparty

Loop gewoon de discotent binnen en feest mee, of duik de knutselhoek in. Voor alle kinderen uit de wijk. Meer informatie op www.stadshagentotaal.nl. Zaterdag 30 november van 11.00 tot 14.00 uur, winkelcentrum Stadshagen.

'Laat je hart zingen'

Ronald Visser zit achter de vleugel en neemt je anderhalf uur lang mee in helende klanken. Entree 15 euro. Woensdag 4, 11 en 18 december van 10.00 tot 11.30 uur, Theodorakapel.



Wijkpraat in de winkelstraat

Stel vragen over de buurt, meld overlast of deel je idee met de gemeente, deltaWonen, de wijkagenten, Openbaar Belang, SWZ, Wijz welzijn of Travers. Donderdag 5 december en 19 december van 16.00 tot 17.00 uur, mobiel wijkkantoor winkelcentrum Stadshagen.



Muziekquiz

Bij Taboe in de bovenbar, met teams van twee tot vier personen, cocktails, eten en een quizmaster. De winnaar krijgt een mooie prijs. Deelname is gratis, aanmelden (contact@taboezwolle.nl) verplicht. Donderdag 5 december van 20.00 tot 22.00 uur, Gasthuisplein 13.



Thomas NL, Made in Holland

Een concert van het Zwolse Thomas orkest en gastvocalisten, vol Nederlandse klanken en composities. Met bekende Nederlandse meesterwerken en minder bekende muzikale parels uit eigen land. Kaarten via www.zwolsetheaters.nl.

Zaterdag 7 december van 20.00 tot ca. 22.40 uur, theater De Spiegel, daarna dj en dansen.

Lichtbeeldenroute

Sfeervolle kerstversiering en héél veel lichtjes. Van 8 december tot en met 5 januari 2025, binnenstad.



Kloosterbioscoop

Dominicanenzwolle.nl presenteert The Old Oak, over een caféhouder in een voormalig mijnwerkersstadje die Syrische vluchtelingen gastvrij wil ontvangen. De lokale bevolking zit daar echter niet zo op te wachten. Donderdag 12 december van 14.00 tot 16.30 uur, Oosterkerk, 7,50 euro.



Winterwarmte Festival

Kerstmarkten, theater, circusartiesten, poëzie, verhalen, spel en muziek, warme drankjes, vuurkorven en muziek. Van 13 tot en met 24 december, Grote Kerkplein.

VAKT-UP!, Winterwarmte Festival

Podium voor jonge makers met kunst, cultuur en gezelligheid. Met hiphop, pop, rock, dans, expo etc. Vrijdag 13 december, vanaf 19.00 uur, binnenstad.

Kerstmarkt, WintersZwolle

Zaterdag 14 december van 11.00 tot 18.00 uur, Academiehuis Grote Kerk.



Miniconcert gregoriaans - Gaudete

Toegang gratis, vrije gift na afloop. Zaterdag 14 december van 15.30 tot 16.15 uur, Dominicanenkerk.

De Vertellende Piano, De Notenkraaker

Pianiste Melissa Siemonsma en haar leerlingen combineren klassieke muziek met een mooi winterverhaal. Gratis toegang. Zondag 15 december, 11.00 uur, Academiehuis Grote Kerk.



Bier en bitterballen wandeling

Een sfeervolle kroegwandeling, georganiseerd door het Academiehuis en Café de Gezelligheid. Ontdek diverse Zwolse kroegen, en geniet van unieke speciaalbieren, bitterballen en bijzondere verhalen. Zondag 15 en donderdag 19 december vanaf 19.00 uur, binnenstad.

Popup Choir - Christmas Singalong

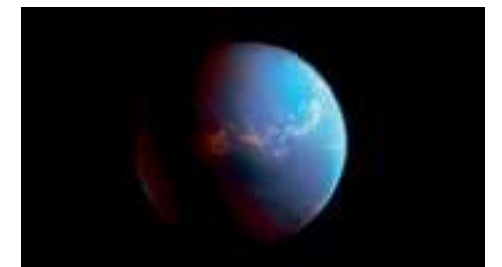
Heerlijke kerstliedjes meezingen met Maarten Bos en gitarist Tijmen de Koning. Trek je foute trui aan! Entree 12,50 euro. Dinsdag 17 december van 20.00 tot 22.00 uur, Dominicanenkerk.

100 jaar Zwollenaar

Een duik in de geschiedenis van Zwolle, met bijzondere foto's en verhalen. Donderdag 19 en vrijdag 20 december vanaf 11.30 uur, Collectie Overijssel.

Zoektocht naar een tweede aarde

Ver buiten ons zonnestelsel zijn de afgelopen jaren duizenden exoplaneten ontdekt, die om andere sterren draaien dan de zon. Sterrenkundige Jeffrey Bout vertelt erover. Lijken ze op de aarde of niet? Donderdag 19 december, 19.30 uur, Sterrenwacht Zwolle, De Nooterhof, Goertjesweg 3.



40UP, dansfeest voor 40-plussers

Heerlijk uit je dak gaan tijdens de dansavond waarop je alle fijne muziek van de afgelopen veertig jaar hoort en ondertussen de originele videoclips op grote schermen ziet. Aanmelden: www.40up.nl/agenda/theater-buitensoos. Vrijdag 20 december, Theater Buitensoos.

Kerstlezing en film

Online kerstlezing door filmkenner Constant Hoogenbosch over en vertoning van de film It's a Wonderful Life. Zaterdag 21 december, 11.30 uur, Fraterhuis.

Zingen bij kaarslicht

Een avond van 'verbinding en liefde' in de sfeervol verlichte kapel. Meezingen kan. Entree 25 euro, tickets alleen online: www.ronaldzingt.nl. Zondag 22 december, 19.30 uur, Theodorakapel.

Evenementen voor elk wat wils.. veel plezier!



Kalter Pakketten krijgt nieuwe, streekgebonden uitstraling



De nieuwe uitstraling, ontworpen door Jenita Lentink.

door Robert van den Belt

Op 12 november hield vitamientje.nl/kalterpakketten.nl een feestelijk event. Dit voor de verbouwing van de opslag en het up-to-date maken van het transport en de showroom. Harmen en Karin Westerink vertellen.

Vitamientje.nl en Kalterpakketten.nl zijn al jaren een begrip in Kampen en op de markten waar zij staan. De gebroeders Harmen en Bertjan Westerink namen het stokje van hun ouders over en staan elke week met een glimlach op de markt in Kampen, Emmeloord en Zeewolde en op Urk. Een familiebedrijf dat steeds in ontwikkeling blijft en op zoek gaat naar nieuwe uitdagingen. Een aantal jaren geleden heeft Karin, de vrouw van Harmen, Kalter Pakketten nieuw leven ingeblazen. Voor genodigden was er een open huis. Gastvrouwen gaven een

rondleiding en er was een heuse kerstshow met veel producten van samenwerkende standhouders. Wethouder Bas Wonink opende het open huis. En ook Harmen nam het woord: "Een aantal jaren geleden hebben we Kalter Pakketten nieuw leven ingeblazen. Het logo was er wel, maar we hadden eigenlijk nog geen uitstraling. Dan ga je met elkaar nadenken over een geschikt ontwerp. We vonden het belangrijk dat de producten een uitstraling zouden krijgen die past bij de streek waar alles vandaan komt. Toen kwamen we met het idee om het stadsfront van Kampen hierin te verwerken. De Kamper Koe en de Nieuwe toren kregen ook een prominente rol. Het ontwerp is gemaakt door grafisch vormgever Jenita Lentink. Wat wel leuk is, is dat zij nog een aantal jaar bij ons op de markt heeft gewerkt."

Showroom

Met de verbouwing werd de personeels-

kantine een showroom voor het samenstellen van unieke pakketten. "Zo kunnen de klanten een indruk opdoen met welke partners en producten wij werken. Zo zijn er verschillende soorten snoep, chocolade, ambachtelijke worsten en grillworst, zalm, kaas uit eigen streek, aardbeienprosecco, jam- en cakemixen en nog vele andere producten. Bij de pakketten werken we zowel met food als met non-food. Je hebt klanten die alleen voor food gaan, maar er zijn ook klanten die het leuk vinden om het pakket te voorzien van bijvoorbeeld een kaarshouder, een puzzel en voor de winter een warm kleed. De pakketten kunnen op verschillende manieren gepresenteerd worden. We hebben een uitgebreid assortiment aan ijzeren schalen, houten bakken en dozen voorzien van logo of print. Maar we proberen ook altijd weer nieuwe dingen uit. Voor de kerstdagen hebben we ook verschillende mogelijkheden, zoals een

gevulde rugtas, een christmas box, een gevulde kaarshouder en een gouden theelichthouder. Word je nu ook enthousiast en heb je zin om een kerstpakket samen te stellen, neem dan gerust een kijkje in onze showroom. Gelieve wel even te bellen of te mailen van tevoren."

Pakketten voor bedrijf of particulier op maat, wij denken met u mee!

Contact

Bij Kalter Pakketten kun je als bedrijf en als particulier terecht. Op www.kalterpakketten.nl kun je zelf een pakket samenstellen of bestellen. Je kunt het ook thuis laten bezorgen. Voor contact kun je altijd mailen naar info@kalterpakketten.nl of bellen/appen via 06 83549543.



Er is nu een showroom voor het samenstellen van unieke pakketten. Foto: Rik ten Caat.

Het hart van IJsselland

Kleding voor een uitvaart: Wat past?

Alles dat met respect is gekozen



Wanneer we een uitvaart bijwonen, gaat het niet alleen om het afscheid nemen van iemand die we verloren hebben. Het is een moment om samen te komen, te rouwen en de overledene te eren. En hoewel de emoties zwaar kunnen zijn, is er ook ruimte voor de kracht van symboliek. Iets wat we vaak terugzien in de keuze van kleding.

Zwart: Tijdloos, elegant en... meer dan dat. Persoonlijk heb ik altijd een voorliefde voor zwart als uitvaartkleding. Het is niet zomaar een keuze: het is een statement. Zwart is elegant, ingetogen, en het draagt de kracht van eenvoud. Maar zwart is ook artistiek en rauw, het kan flair geven en tegelijkertijd een gevoel van respect uitstralen. Ook al hoor ik steeds vaker 'geen zwarte kleding' graag! 'Kom zoals je bent' en 'zwart is zo somber', voor mij blijft zwart vooral tijdloos. Het geeft ons de ruimte om ons in de juiste sfeer te brengen en respectvol aanwezig te zijn. Maar laten we niet vergeten: kleding is meer dan kleur. Het gaat om de keuze die je maakt in afstemming met de situatie en de persoon die je herdenkt.

De vraag die ik vaak hoor is: "Wat moet ik dragen?" Het antwoord is simpel: draag iets wat je verbindt met de overledene en met de nabestaanden. Het belangrijkste is niet de kleding zelf, maar de betekenis ervan. Je kleding moet een stille reflectie zijn van het moment, van het leven van degene die je herdenkt, van het respect dat je hebt voor de nabestaanden. Van de emotie die je op dat moment voelt. Is zwart de juiste keuze? Misschien wel. Maar misschien is er ook een kleur die doet denken aan de overledene: een mooie sjaal of stropdas in een zachte, gedempte of juist uitbundige kleur, of een klein symbool dat jullie samen deelt. Dat kan net zo krachtig zijn. Afstemmen op de situatie. Geen uitvaart is hetzelfde. De sfeer kan variëren – van een rustige, serene ceremonie tot een meer uitgesproken viering van een leven.

De situatie bepaalt mede de keuze in wat je draagt. In sommige gevallen kan het een mooie optie zijn om iets te dragen dat een reflectie is van de persoonlijke stijl van de overledene. Wat was hun favoriete kleur? Was er een bepaald kledingstuk dat ze altijd droegen? Het kan een prachtig gebaar zijn om daarmee een stukje van hun persoonlijkheid mee te nemen. Respectvolle keuze, welk kledingstuk je ook draagt. Uiteindelijk is de essentie dat wat je draagt een weerspiegeling is van je respect en het gevoel dat je hebt bij het verlies van een dierbare.

Het maakt niet uit of je in zwart, grijs of in een andere kleur verschijnt, als de keuze met zorg en gevoel is gemaakt, is het altijd passend. Bij

IJsselland Uitvaartzorg begrijpen we dat ieder afscheid uniek is en dat er geen eenduidige richtlijnen zijn voor hoe je je moet kleden. Wat voor jou passend voelt, dat is de juiste keuze. En daar is ruimte voor. Ruimte om met zorg en liefde afscheid te nemen. Want, zoals het altijd zou moeten zijn: je kleding is de buitenkant van een innerlijk proces. Het is de stille steun die je brengt, het respect dat je toont, en de manier waarop je samen met anderen het leven van een dierbare herdenkt.

Het maakt niet uit of je in zwart, grijs of in een andere kleur verschijnt, als de keuze met zorg en gevoel is gemaakt, is het altijd passend.

Bent u op zoek naar een uitvaartverzorgster in Zwolle die met zorg, rust en aandacht een afscheid kan begeleiden? Neem dan vandaag nog contact met mij op. Ik sta voor u klaar om het afscheid van uw dierbare op een zorgvuldige en persoonlijke manier te regelen. Bel Marisa Bremer direct op 038 2054 038 of stuur een e-mail naar marisa@ijssellanduitvaartzorg.nl.

Laten we samen het afscheid verzorgen dat het beste bij u en uw dierbare past.



Colofon

De Blauwvinger Courant
30.000 exemplaren

AA-LANDEN / HOLTENBROEK / PIERIK BERKUM / DIEZERPOORT / WIPSTRIK ASSENDORP / KATERVEER / DIEZE NIEUW-ASSENDORP / SPOOLDE SCHELLERLANDEN / SCHELLE / OLDE-NEEL / ITTERSUM / ITTERSUMERBROEK / HOOG ZUTHEM / LAAG ZUTHEM

Onze kranten verschijnen maandelijks met een oplage van 167.000 exemplaren in de volgende edities; Meppeler Express, Zicht op Steenwijk, Zwartewater Express, Vechtdal krant, Polder Courant, Blauwvinger Courant, Stadshagercourant en Kampen in Zicht.

Uw advertentie of artikel bij ons in de krant? Neem dan gerust contact met ons op en vraag naar de mogelijkheden.

Tips voor de redactie? Mail dan naar info@boshuismedia.nl

De Blauwvinger Courant is een onderdeel van:

Boshuis Media
De Rietgans 16
7702 AX Dedemsvaart
06 51 42 01 08
info@boshuismedia.nl
www.boshuismedia.nl





max vitaal
zorghulpmiddelen

Black Friday / eindejaars deals!

Van maandag 25 t/m zaterdag 30 november geven wij hoge kortingen op al onze lopende voorraad, de kortingen kunnen oplopen tot maar liefst 25%*.

Wees er snel bij, want op = op!

Acties

Vergrootglas met LED verlichting

- Vergroting 2,5x
- LED verlichting
- Werkt op 2 AA batterijen (niet inbegrepen)



~~€24,95~~
€17,95

Wheelz binnenrollator

- Opklapbaar
- Compact model
- Inc. tas en dienblad



~~€199,-~~
€159,20

Cruiser rollator

- Weegt slechts 6,5 kg
- Extra grote voorwielen
- In 3 kleuren leverbaar
- Incl. tas, stokhouder en rugband



~~€229,-~~
€183,20

Scootmobiel beenwarmer

- Wind en waterdicht
- Voorzien van warme voering
- Simpel in gebruik



~~€64,95~~
€48,70

Wandbeugel zuignap

- Bevestiging zonder boren
- Voorzien van veiligheidsindicator
- Verkrijgbaar in 30 of 40 cm



~~€39,95~~
€29,95

Douchestoel opvouwbaar

- Stevige douchestoel
- Opvouwbaar
- Met armleggers en anti slip doppen



~~€99,95~~
€74,95

Nekmassage kussen

- 3 massage standen
- Warmte functie
- Draadloos



~~€44,95~~
€35,95

Fietstrainer

- Fietsen vanuit de luie stoel
- instelbare weerstand
- Ook te gebruiken als armtrainer



~~€26,95~~
€19,95

Duimbrace Rhizo

- Reuma, arthrose, overbelasting
- Handzaam en compact
- Wasbaar



~~€30,95~~
€23,95

www.max-vitaal.nl • Traktieweg 12, Emmeloord

*Acties geldig van 25 t/m 30 november 2024



Inloop-sprekuren in moskee blijven nog even

De inloopspreekuren van het Sociaal wijkteam en de Sociaal Raadsliden in de Ulu moskee in Holtenbroek worden de rest van het jaar voortgezet.

Deze spreekuren zijn speciaal voor migrantenouderen van 55 jaar en ouder en bieden hulp bij zorg, welzijn en financiële vragen. Deze spreekuren zijn laagdrempelig en blijven een belangrijke bron van hulp en ondersteuning. De betrokken organisaties onderzoeken of het mogelijk is ze ook in 2025 en verder aan te kunnen bieden. De spreekuren vinden tot eind december plaats in de oneven weken na het vrijdaggebed van 12.30 tot 14.00 uur. Tijdens deze middagen wordt ook verse lahmacun gebakken, waarvan de opbrengst naar het onderhoud van de moskee gaat. Het adres: Gombertstraat 340.



Laagdrempelig vragen stellen over bijvoorbeeld zorg, welzijn of financiën.

Zwolle dertig jaar geleden: Kyra is de honderdduizendste!



De afgelopen dertig jaar kreeg Zwolle er jaarlijks gemiddeld zo'n duizend inwoners bij. Foto: de redactie.

door de redactie

Een doordeweekse dag in december 1994 bleek een mijlpaal voor Zwolle. Op woensdag de 14e begroette de stad zijn honderdduizendste inwoner: Kyra Mepschen uit Westenholte.

Kyra, die in december dertig kaarsjes uitblaast, is tegenwoordig preventie-assistent in een kliniek voor mondzorg en ze woont samen met haar partner en twee kinderen. Vanzelfsprekend kan ze zich niet herinneren dat de toenmalige burgemeester Jan Fransen nog aan

haar wieg heeft gestaan. "Voor mijn ouders was het wel een bijzondere happening. Ze kregen allerlei cadeaus van de gemeente. Ook was de krant erbij. Net als vijftien jaar later trouwens. Ik heb alle krantenartikelen nog en ook de cadeaubonnen. En het speciale fotoboek natuurlijk ook." Maar nu, bijna dertig jaar later, staat ze er nuchter in. "Ik denk er zelf bijna nooit aan. Sommige oudere mensen doen dat wél, als ze mijn naam horen. Dan zeggen ze: 'Oh, dat heeft in de krant gestaan'. Maar ja, mijn naam hoor je niet vaak, dat helpt natuurlijk ook."

Bij de groten

Met de geboorte van Kyra behoorde de Hanzestad officieel tot de 'grote steden' van Nederland. De groei zette daarna door, en in een flink tempo. In 2024 heeft Zwolle ruim 133.000 inwoners (133.141 personen op 1 januari van dat jaar). Deze toename met 33 procent in 40 jaar tijd is voor een Nederlandse stad 'zeer groot' te noemen. De grootste stijging van het inwonertal vond overigens in 1967 plaats. In dat jaar werd de gemeente Zwollerkerspel samengevoegd met Zwolle en steeg het inwonertal van Zwolle in één klap met 14.615. Op dit moment staat Zwolle van alle steden op de negentiende plaats qua inwonertal. Het is groter dan onder andere de universiteitssteden Leiden, Delft en Maastricht en ook groter dan bijvoorbeeld Zoetermeer, Emmen en Dordrecht.

Meer Westenholtens

Zwolle is ook nog steeds de stad voor Kyra Mepschen, al woont ze er niet meer. Circa vijf jaar geleden verliet ze de stad waar ze min of meer bekend werd. "Mijn man komt uit 's-Heerenbroek, vandaar dat we daar zijn gaan wonen. Maar ik kom nog steeds heel vaak in Zwolle, zo volleybal ik in Westenholte en wonen daar veel familieleden en vrienden. Ik voel me nog altijd een Zwolse." En, verwijzend naar de stad die ook niet ver van haar huidige woonplaats vandaan ligt: "Zeker meer dan een Kampense. Maar ik voel me eigenlijk ook meer Westenholtens dan Zwols."

Duizend Scheuren

Duizend scheuren heeft het geluk en lijmen helpt niet meer want hier ontbreekt het laatste stuk Net die laatste scherf doet zo zeer

Duizend scheuren heeft de tijd gunt alleen maar een korte blik in 't verleden dat niks ontziet Een vergeten lach en een laatste snik

Duizend scheuren heeft het hart dat voorzichtig toch weer heelt van de eindeloze lange smart en dan tóch weer gevoelens deelt

Jan L. Mateboer



“English Blend; koormuziek van Tallis tot Tavener”

Er is plek voor tenoren en bassen die mee willen doen met dit project van Kamerkoor Convocaal! De kennismakingsavond voor geïnteresseerden is op woensdag 27 november.

Eind november start Convocaal een project met Engelse koormuziek: “English Blend”. Hiervoor is het koor op zoek naar een aantal extra tenoren en bassen met enige koorervaring. In 22 repetities op de woensdagavond en één repetitiedag op een zaterdagmiddag in maart, worden prachtige voorbeelden van Engelse koormuziek ingestudeerd. Met composities van bekende en minder bekende componisten vanaf de Renaissance tot de twintigste eeuw: onder andere Thomas Tallis, Henry Purcell, Edward Elgar, Thomas Morley, Orlando Gibbons en John Tavener. Het project wordt afgesloten met een concert in Zwolle op zaterdag 24 mei 2025.

Als je deze kans niet wilt missen om Engelse koormuziek te zingen, ben je welkom op de kennismakingsavond op woensdag 27 november om 19.30 in Domusica, Radewijnsstraat 10, Zwolle.

Om je aan te melden voor de kennismakingsavond, stuur een mail naar secretaris@convocaal.nl (ook voor meer informatie of als je op die avond verhinderd bent).



Aangeleverde foto.



Aangeleverde foto.



Roetvegen op het Gymnasium Coleanum

De Sint kon zijn ogen niet geloven: liepen er allemaal Pieten door het gebouw van het Gymnasium Coleanum in Zwolle? Hij keek nog eens goed, deed navraag bij de Hoofdpiet en wat bleek: het waren derdeklassers die fanatiek met houtskool hadden gewerkt.

Geen wonder dat Sint zich vergiste, want deze derdeklassers moesten in 45 minuten heel hard werken en met houtskool een tekening vol beweging op papier zetten. En niet alleen op papier: ook op hun handen en wangen kwam behoorlijk wat houtskool terecht.

Natuurlijk gingen daar wat lesuurtjes voorbereiding aan vooraf, waarin statische en dynamische composities, diagonale compositielijnen en herhalingen van lijnen en vormen besproken en geoefend werden. Het was de eerste kennismaking van de leerlingen met houtskool. Met heel tof resultaat!

Meer kunstwerken zien van de leerlingen van het Coleanum? Kom eens kijken bij een voorlichting! Kijk voor de mogelijkheden op www.celeanum.nl.

Enkele kunstwerken van de leerlingen. Ze waren fanatiek met houtskool bezig geweest. Foto: Coleanum.



Community met flexwoningen

Betaalbare nieuwbouw in Oosterenk opgeleverd

Zwolle is 58 sociale huurwoningen en een aantal blijde bewoners rijker. Medio deze maand kregen de eerste bewoners de sleutel van hun nieuwe flexwoning in Oosterenk.

Voor Jente (21) is het haar tweede woning. “Ik woon nu in een studentenwoning. Heel gezellig maar ik was op zoek naar een plekje voor mijzelf. Toen kwam dit voorbij en ik was meteen enthousiast. Een eigen woning en ik kan meteen iets moois toevoegen. Want als maatje binnen het jongerenproject kan ik anderen helpen.” Het gaat hier om flexibele woningen, ook wel flexwoningen genoemd, waarvan er recentelijk ook al een aantal is geplaatst bij Hogeschool Windesheim. Deze worden voor een korte(re) periode dan gebruikelijk op een locatie geplaatst. Voor Oosterenk is dit minimaal vijftien jaar. Als het nodig is, kunnen de woningen daarna op een andere plek worden gezet, tijdelijk of zelfs permanent. Zo blijven ze beschikbaar voor de huurmarkt.

Snelheid

Martijn Sweitser, directeur Wonen van deltaWonen, wijst op het grote voordeel van flexwoningen. “In de komende jaren bouwen we veel woningen bij, maar dat kost tijd. Daarom kiezen we, naast de bouw van ‘gewone woningen’, voor flexwoningen. Doordat die in de fabriek worden gemaakt, kunnen ze snel op locatie geplaatst worden.” Wie bij flexwoningen denkt aan kleine contai-

nerwoningen, heeft het mis. “Deze woningen zijn duurzaam, betaalbaar en tussen de 40 en 50 vierkante meter groot. Ze zijn geschikt voor starters, alleenstaanden of stelletjes. Het zijn zelfstandige woningen, dus ze hebben allemaal een eigen keuken, badkamer en toilet. Huurster Jente: “Het is allemaal zo fris, en groter dan gedacht! Ik ben positief verrast. Als je binnenkomt is het ook meteen fijn qua temperatuur.”

Community

Op de Oosterenk komt een diverse woongemeenschap. Hier wonen jongeren die een beetje extra ondersteuning nodig hebben, jongeren die hen ondersteunen (maatjes), stushouders en huurders die graag als ‘goede buur’ een positieve bijdrage willen leveren aan hun omgeving. Samen bouwen zij aan een plek waar iedereen zich thuis voelt en waar mensen elkaar steunen. Het jongerenproject wordt begeleid door GewoonZes, Limor en Hart voor Zwolle. Midden op het terrein staat een ontmoetingsruimte waar bewoners

Fiets Hart voor 3FM Serious Request op de Grote Markt in Zwolle

Van 18 tot en met 24 december vindt op de Grote Markt in Zwolle de actie Fiets Hart plaats. Gedurende 144 uur fietsen deelnemers op energiefietsen om de verlichting van de kerstboom brandend te houden en zoveel mogelijk geld op te halen voor 3FM Serious Request.

Deze actie is onderdeel van het Hart voor Elkaar plein, waar verschillende initiatieven worden georganiseerd voor Serious Request. In een glazen kas op het plein staan vijf energiefietsen. Deelnemers kunnen een tijdslot reserveren voor EUR 100 per uur en daarmee letterlijk energie leveren voor deze unieke actie. Ook bekende Zwollenaren fietsen mee. Voor wie wil fietsen met bekende Zwollenaren of met dj's zijn er speciale tijdslots voor een aangepast bedrag van EUR 150 per uur. Kom naar de Grote Markt in Zwolle, fiets mee of steun de actie, en maak samen het verschil.

Meer informatie over deelname, tijdslot en het programma is te vinden op de website fietshart.nu.

te organiseren en vriendschappen te sluiten. Hier krijgt het begrip ‘community’ een echte betekenis en worden diversiteit en kracht met elkaar verbonden.



Nieuwe bewoonster van een flexwoning in Oosterenk ontvangt de sleutel.





Ook Black friday actie bij Hevada Traprenovatie Zwolle

Na verloop van tijd worden trappen in huis lelijk, of raak je er gewoonweg op uitgekeken. In beide gevallen kan Hevada Traprenovatie uit Zwolle er iets heel moois van maken.

Hevada Traprenovatie is een Eenmansbedrijf wat inmiddels al bekend is in de regio. Service, vakman, persoonlijk contact en goed advies komen veel voor in de goede beoordeling van Hevada Traprenovatie .

Elke maand schrijf ik een stukje met de voor en na situatie van een gerenoveerde trap. Hoe we tot de keuze komen en wat er bij komt kijken. Deze klant in Raalte nam contact op met Hevada Traprenovatie. Nadat er een afspraak gemaakt was ben ik naar de klant gegaan.

Op locatie heb ik de opties en verschillende mogelijkheden laten zien. Onder genot van een lekkere bak koffie hebben we een selectie gemaakt van een aantal HPL decors. Daarna zijn we met de verschillende decors aan de slag gegaan en heb ik meegedacht met de klant om tot een keuze te komen. Deze klant had als wens de open trap rondom te renoveren en de beneden trap een luxe uitstraling te geven wat goed bij het huis past. Led verlichting is een optie, maar deze klant vond dit niet mooi.

Nadat alle wensen op papier zijn gezet, heb ik de offerte voor de klant uitgewerkt. De klant had inmiddels ook 2 andere partijen op bezoek gehad, maar koos voor mij vanwege het prettig persoonlijk contact en de goed reviews (daar zijn we natuurlijk

erg trots op) Na akkoord hebben we de data ingepland. Resultaat zijn 2 trappen in HPL, beide in de kleur Mustang.

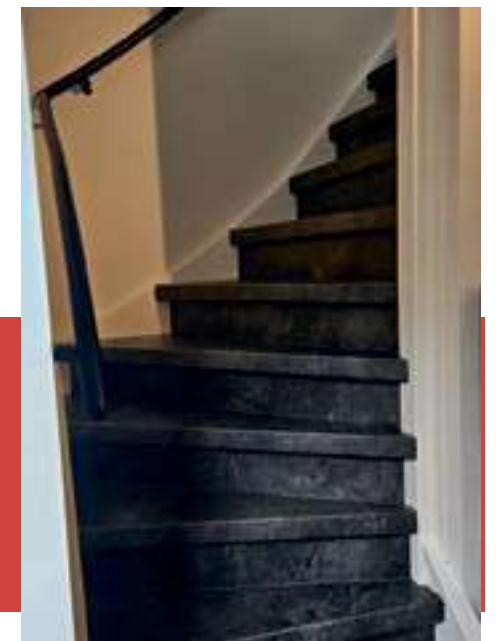
Onder genot van een lekkere bak koffie hebben we een selectie gemaakt van een aantal HPL decors.

Voordeel is dat deze treden onderhoudsvrij en kras-stootvast zijn. Tevens zijn alle treden voorzien van de hoogste gradatie antislip. Dus geen rubberen stripjes op de treden. De klus heeft 2 dagen geduurd en na alle tevredenheid opgeleverd. Het zaagwerk is buiten gedaan bij de klant en daarna alles netjes opgeruimd. Mocht u nu denken wat zijn de mogelijkheden voor mij: Neem dan contact op met Hevada

Traprenovatie te Zwolle . De showroom is op afspraak geopend. Dit zal meestal in de avond of in het weekend zijn. Op naar weer een drukke december renovatiemaand met veel nieuwe trappen/ vloeren/ leuningen en blijde klanten .



Mocht u nu denken wat zijn de mogelijkheden voor mij en/of dit wil ik ook: Neem dan contact op met mij. De showroom is op afspraak geopend.



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

Drost
instal BV

Vloerenbaron.nl 'De baas in vloeren'

door Robert van den Belt

Op vrijdag 1 november werd de nieuwe showroom van de Vloerenbaron aan de Handelsstraat 15 in Kampen geopend. In de maand december heeft de Vloerenbaron verschillende scherpe acties lopen waarbij kortingen kunnen oplopen tot wel 30 procent. Eigenaar Zeki Iyi vertelt meer over deze acties en waarin de vloerenbaron zich onderscheidt van andere vloerenwinkels.

Met meer dan 25 jaar aan ervaring is de vloerenbaron een gepassioneerde pionier in de wereld van vloeren. De toegewijde in-house stylisten staan klaar om de klant te adviseren voor een bijpassende vloer in je huis. Door met Europees bekende merken en scherpe prijzen te werken, zoals Belakos, Floorlife, Gelasta en Moduleo ben je bij de Vloerenbaron aan het juiste adres.

Bij de Vloerenbaron geloven we dat hoogwaardige vloeren betaalbaar moeten zijn voor iedereen!

Showroom

De nieuw geopende showroom van de



Vloerenbaron kent een geheel moderne stijl en geeft een rustige indruk. Hierdoor probeert de Vloerenbaron het voor de klant makkelijker te maken om een juiste keuze te maken in een bijpassende vloer. In de showroom werken verschillende verkopers die je als klant het juiste advies kunnen geven. "Bij de vloerenbaron kan je als klant terecht voor PVC-vloeren, laminaat, parket, gietvloeren en stucwerk, traprenovatie en wandpanelen. We werken met scherpe prijzen, waardoor we met trots kunnen zeggen dat we de goedkoopste in Nederland zijn. Naast onze showroom hebben we ook

een website. Wanneer je op onze website of in onze showroom bent kun je altijd rekenen op persoonlijk contact, deskundigheid en het juiste advies. We proberen altijd overal bovenop te zitten, zodat we klant zoveel mogelijk ontzorgen."

Decemberacties

In de maand december zijn er bij Vloerenbaron verschillende scherpe acties. "Om te beginnen hebben we in onze showroom 30 procent korting op al onze PVC-vloeren. Daarnaast hebben we een mooie actie lopen op

traprenovatie. Vanaf 1500 euro kun je bij ons al een bijpassende traprenovatie uitkiezen. In de prijs zijn zowel de materialen als de werkzaamheden bij je thuis meegenomen. Wat ons onderscheidt van andere winkels in Nederland, is dat je bij ons pas betaalt wanneer de vloer geleverd is of door ons bij je thuis gelegd is door onze ervaren vloerenleggers. Hierdoor heb je als klant geen stress. We vinden het belangrijk dat we goed werk afleveren en proberen hierdoor onze klanten te ontzorgen."

Contact

De vloerenbaron is gevestigd aan de Handelsstraat 15 in Kampen. Telefonisch te bereiken op (038) 785 5417. Op www.vloerenbaron.nl kun je alvast een indruk opdoen van de vloeren en diensten die de Vloerenbaron levert. "We vinden het fijn wanneer klanten van tevoren even een afspraak maken. Hierdoor hebben we alle tijd om de klant te helpen met het juiste advies. De koffie staat voor u klaar. Neem gerust ook uw kinderen mee. We hebben een speelhoek ingericht, zodat je op je gemak een bijpassende vloer kunt uitkiezen. Je kunt bij ons gratis parkeren."

Openingstijden

De Vloerenbaron is van maandag tot en met zaterdag geopend. Maandag tot en met vrijdag van 10.00 uur tot 18.00 uur. Op zaterdag is de showroom geopend van 10.00 uur tot 17.00 uur en 's avonds op afspraak.

JUBILEUM DEALS!

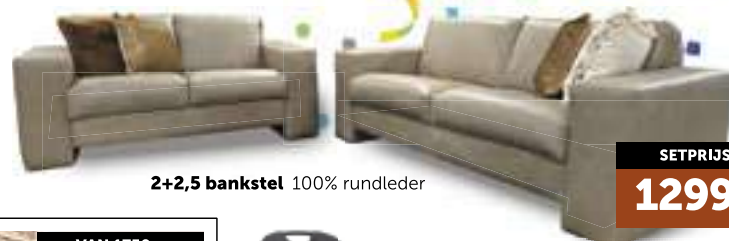
45 JAAR SEINEN



Woonprogramma Lisa op alle nabestellingen

KORTING 10%

Wie jarig is trakteert! Ontvang bij je aankoop wat lekkers!



2+2,5 bankstel 100% rundleder

SETPRIJS **1299.-**



VAN 1750,- **1250.-**

Traprenovatie



NU P.ST. **125.-**



Mango eettafels

AL VANAF **499.-**

Eetkamerstoel Shandy In 3 kleuren



Relaxfauteuil Copacabana elektrisch verstelbaar

VAN 2559,- NU **999.-**



Bij aankoop van gordijnen

GRATIS inmeten, rails en toebehoren

BEZORGEN EN MONTAGE MOGELIJK

✓ 5000M² WOONPLEZIER, 45 JAAR ERVARING

€ ENORME KEUS, SCHERP GEPRIJSD



SEINEN NIEUWLEUSEN
MEUBELN - VLOEREN - SLAPEN

Rollecate 27, 7711GG Nieuwleusen T. 0529 48 27 43 E. info@seinennieuwleusen.nl www.seinennieuwleusen.nl



Wildeboer, dé totaalleverancier!

HEMELWATER AFKOPPELEN IS DE TOEKOMST

**Recht op subsidie?
Vraag het uw gemeente!**

Waarom het hemelwater afkoppelen?

Heeft u er wel eens aan gedacht om het hemelwater gescheiden te houden van het afvalwater?

Het hemelwater is relatief schoon en jammer dat dit via de regenpijpen wordt afgevoerd naar het rioolstelsel.

Het regenwater kan in de tuin worden opgevangen in kratten en infiltreren in de bodem.

VELE VOORDELEN

- ✓ Minder snel wateroverlast bij stortbuien.
- ✓ Grondwaterpeil wordt op natuurlijke wijze aangevuld.
- ✓ In tijden van droogte komt het de tuin ten goede.
- ✓ Recht op subsidie? Vraag het uw gemeente!

Info & advies!

Neem vrijblijvend contact met ons op voor meer info en advies.

Wij helpen u verder met een plan van aanpak.



0529 - 48 30 30 • info@wildeboer.com **WILDEBOER.COM**

“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.



Sander van Klompenburg,
eigenaar Rikels Slaapexperts

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

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

Kom langs in de winkel en profiteer van scherpe kortingen op witgoed!

SALE
BLACK FRIDAY SALE

Stoel Witgoed Wezep
Randweg 70
www.stoelwitgoedwezep.com

Stoffer Stofferings

VOOR UW COMPLETE WONINGINRICHTING

VOOR BEKLEDEN VAN TRAPPEN

TAPIJT · GORDIJNEN · PVC · LAMINAAT

VAKWERK OP MAAT

Klapperdijk 36 A · Wapenveld · www.stoffer-stofferings.nl · 06-207 91 055

Van Wette
DAKKAPELLEN

Creëer meer licht en ruimte op uw woning!

vanwattedakkapellen.nl
Schering 45, 8281 JW Genemuiden
038 303 3970

Maatwerk tafels
voor binnen en buiten

TREETOP TABLES
TAFELS EN MEER

Zwolsesweg 18
7707 AH Balkbrug
Tel: 06-33830449
www.treetoptables.nl



Basic boxspring



Complete boxspring met pocketvering matrassen heerlijke topper, hoofdbord en harde boxen



180 x 200 cm
€839,-



Zwart

120 x 200 cm €699,-

140 x 200 cm €759,-

160 x 200 cm €759,-

✓ **Gratis levering**

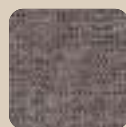
Luxury boxspring



Complete boxspring met luxe hoofdbord, comfortabele topper & pocketvering matrassen



Antraciet



Licht grijs



Grijs



Naturel

180 x 200 cm
€1.599,-



160 x 200 cm

€1.599,-

180 x 210 cm

€1.599,-

200 x 200 cm

€1.899,-

✓ **Gratis levering & montage**

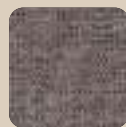
Excellent boxspring



Complete elektrische boxspring inclusief luxe hoofdbord, luxe topper & koudschuim + pocketvering matrassen



Antraciet



Licht grijs



Grijs



Naturel

180 x 200 cm
€1.995,-



140 x 200 cm

€1.795,-

160 x 200 cm

€1.895,-

180 x 210 cm

€2.095,-

✓ **Gratis levering & montage**

Bos Bedden

Droom bedden

45
JAAR

3.000 M2
showroom
vol beleving
en inspiratie



2000



Maak automatisch 25x kans op jouw **droomvlucht in een helikopter** boven Nieuwleusen bij aanschaf van een compleet bed!

45

JAAAR



1979



2024

Ontdek onze **jubileum boxsp**

BLACK FRIDAY



€ 100,-
bedtextiel cadeau

bij een besteding van
€ 1.000,- t/m € 2.000,-

€ 200,-
bedtextiel cadeau

bij een besteding van
€ 2.000,- t/m € 3.000,-

€ 300,-
bedtextiel cadeau

bij een besteding van
€ 3.000,- t/m € 5.000,-

€ 450,-
bedtextiel cadeau

bij een besteding van
€ 5.000,- of meer!



Nieuwleusen

www.bosbedden.nl



Jubileum boxspring

Forty Five

45 JAAR



140x200cm

Van: € 2.195,-

Voor: € 1.795,- +

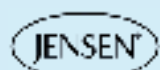
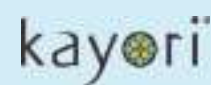
160x200cm
180x200cm
180x210cm

Van € 2.295,- voor € 1.895,-
Van € 2.395,- voor € 1.995,-
Van € 2.495,- voor € 2.195,-



Twee hoofdkussens
& 4 seizoenen dekbed

* Voorwaarden van toepassing



bedden.nl


Instagram Facebook Nijverdal



ALLES VOOR JE TUIN!

SteengoedID

Rijksweg 2, Staphorst | T. (0522) 202 122 | steengoedid.nl



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*

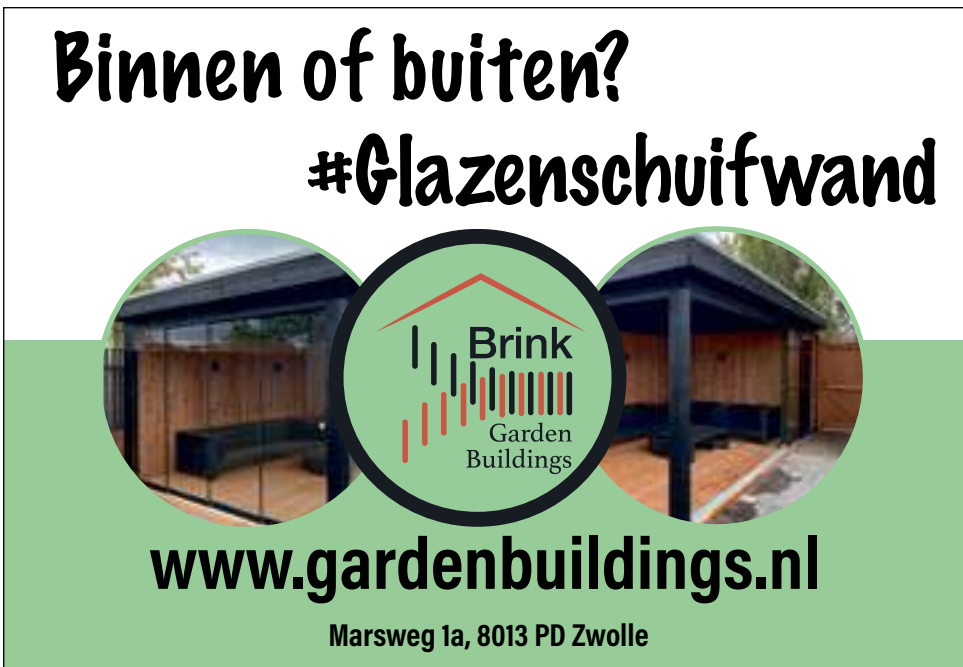
ACTIES T/M 10 DECEMBER 2024

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!

Binnen of buiten?

#Glazenschuifwand



Brink Garden Buildings

www.gardenbuildings.nl

Marsweg 1a, 8013 PD Zwolle

BROEKHUIZEN KEUKENS & SANITAIR

€1.000,- WAARDECHEQUE BIJ AANKOOP VAN EEN KEUKEN BIJ BROEKHUIZEN KEUKENS & SANITAIR

DE WAARDECHEQUE IS VRIJ TE BESTEDEN BIJ KLOPPENBURG INTERIEUR
Deze actie gaat in vanaf 1 november 2024 | vraag naar de voorwaarden in onze showroom



ASSORTIMENT KLOPPENBURG INTERIEUR

VLOEREN	TRAPRENOVATIE
GORDIJNEN	BUITENZONWERING
RAAMDECORATIE	BEHANG
KASTEN OP MAAT	ACCESSOIRES

Scan om onze website te bekijken



UNIEK AANBOD

Broekhuizen Keukens & Sanitair geeft u €1.000,- cadeau om vrij te besteden bij Kloppenburg Interieur wanneer u een keuken bij ons koopt. Wij staan voor een goede prijs-kwaliteitverhouding.

Om uw huis sfeervol in te richten werken we nauw samen met Kloppenburg Interieur, waarvan de showroom op 250 meter van onze showroom gevestigd is.

Kom langs in onze showroom om inspiratie op te doen. Wilt u liever persoonlijk advies? Maak dan een afspraak in onze showroom. Onze adviseurs helpen u graag met het samenstellen van uw droomkeuken!

BROEKHUIZEN KEUKENS & SANITAIR Kleiland 1, IJsselmuiden | 038 331 28 31 | info@bhzn.nl

KLOPPENBURG INTERIEUR Veldoven 9, IJsselmuiden | 038 337 70 23 | info@kloppenburginterieur.nl

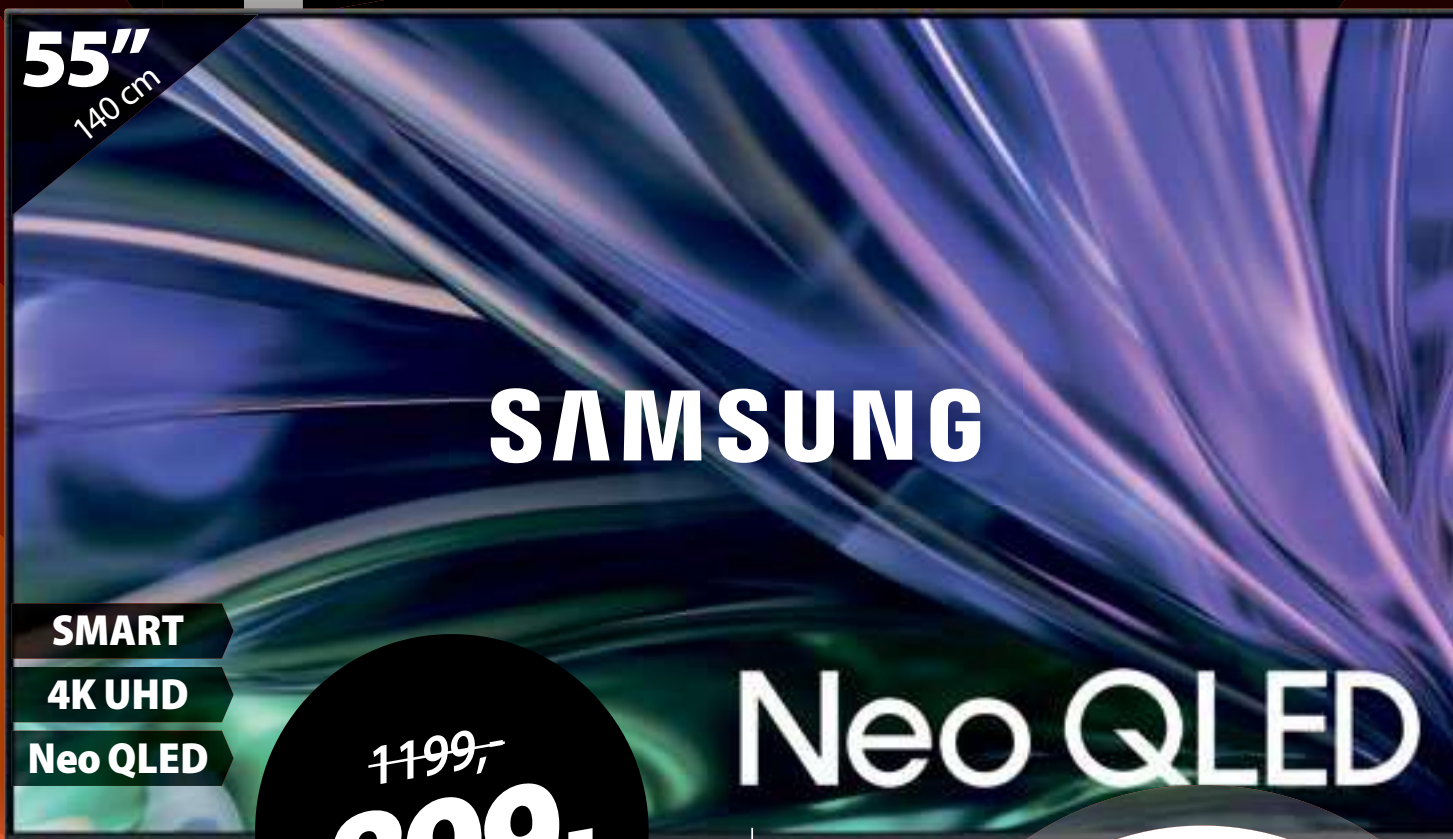


expert



DE HELE WEEK BLACK FRIDAY

OP
=
OP



Ook verkrijgbaar:

65" 75"

SAMSUNG Neo QLED 4K TV 55QN88D (2024)

- 55" (140 CM) 4K Neo QLED SMART-TV
- Neo QLED - MINILED VOOR STERK CONTRAST
- QUANTUM HDR 1500 - INTENSE HELDERHEID
- NQ4 AI GEN2 PROCESSOR - RAZENDSNELLE BEELDVERWERKING
- DOLBY ATMOS - LEVENSECHT GELUID

DAAR WORDEN
KOOPJESJAGERS
WIJZER VAN

Prijs- en modelwijzigingen en eventuele druk- en zetfouten voorbehouden. Prijzen en acties gelden t/m Cyber Monday 2 december 2024. Voor alle actiemodellen geldt maximaal 3 per klant. Het aanbod kan per winkel verschillen en levertijd kan langer zijn.

expert



ZWOLLE STADSHAGEN | ZUID

Profiteer nu van onze acties!

ACTIEPRIJS
399,-

SONOS
SUBWOOFER
SUB MINI

- PAST PERFECT BIJ DE SONOS BEAM & SONOS RAY
- MOOI COMPACT DESIGN MET KRACHTIG BASGELUID



219,-

SONOS

DRAADLOZE SMART SPEAKER | ERA 100

- Stream al je favoriete muziek via wifi of bluetooth
- Gebruik Sonos Trueplay voor de optimale afstelling van jouw geluid



SONOS

DOLBY ATMOS SOUNDBAR | BEAM GEN2

- Geniet van dynamische bass, kristal-heldere dialogen en een panoramisch geluidsveld
- Ervaar een 3D-geluidseffect met Dolby Atmos
- Stream muziek, radio, podcasts en luisterboeken vanaf al je favoriete diensten als de tv is uitgeschakeld



369,-

SONOS

SOUNDBAR | RAY

- Multiroom soundbar voor het afspelen van muziek, tv-programma's en films
- Compact formaat, slechts 56 cm breed



169,-

PROFITEER DE HELE WEEK VAN HEEL VEEL
BLACK FRIDAY DEALS
BIJ EXPERT



SAMSUNG

SOUNDBAR MET DRAADLOZE SUBWOOFER | HW-Q930D

- SpaceFit Sound Pro-Perfect geluid in elke kamer
- Inclusief achterspeakers en Dolby Atmos voor echt 3D-geluid



697,-

1888,-

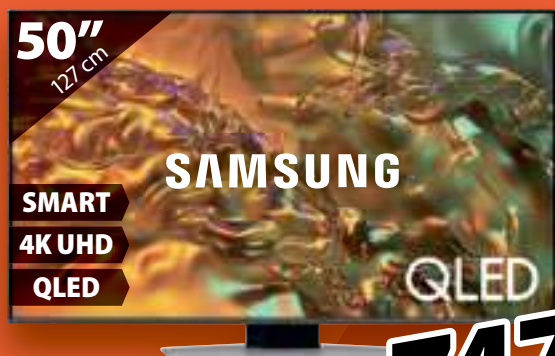
SAMSUNG

OLED 4K TV | 65S93D (2024)

- QD-OLED - het contrast van OLED met de kleuren van een QLED
- OLED HDR PRO - Ultieme OLED-helderheid
- Laserslim Design



* Prijs na 200,- retour via Samsung



SAMSUNG

QLED 4K TV | 50Q80D (2024)

- Direct Full Array & Quantum HDR 1500 - Heldere lichte en krachtige donkere beelden
- AI Quantum Processor 4K - Snelle processor voor soepel gebruik

747,-



PHILIPS

OLED 4K TV | 55OLED849 Ambilight (2024)

- 55" (140 cm) 4K OLED Smart-tv
- 3-zijdig Philips Ambilight
- Dolby Vision & Atmos
- Google TV

1555,-

Ook verkrijgbaar:

42" 48" 65"



expert 

DE HELE WEEK
BLACK FRIDAY

IN DE WINKEL
EN OP
EXPERT.NL

Ook verkrijgbaar:

55"

65"
165 cm



SMART
4K UHD
OLED

SONY

SONY

OLED 4K TV | XR-65A80LAEP

- Sony XR OLED - Diep zwart en de mooiste kleuren
- Acoustic Surface Audio+ - Geluid komt vanuit het scherm
- Perfect for PlayStation 5

1999,-



55"
140 cm

PHILIPS

AMBILIGHT tv

SMART
4K UHD
LED

NU SLECHTS
525,-

Ook verkrijgbaar: 50"

PHILIPS

LED 4K TV | 55PUS8009 Ambilight (2024)

- 3-zijdig Philips Ambilight
- Titan OS - Vind snel de beste series en films

65"
165 cm



SMART
4K UHD
MINILED

Hisense

Hisense

MINILED 4K TV | 65U79NQ (2024)

- Dolby Vision & Dolby Atmos voor de bioscoopervaring
- Game mode Pro - Tot 144Hz beeldverversing

777,-

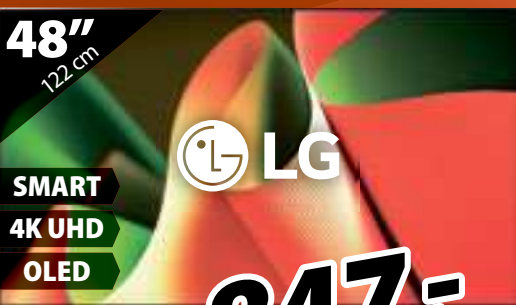
Ook verkrijgbaar:

55" 75"

Ook verkrijgbaar:

55" 65"
77"

48"
122 cm



SMART
4K UHD
OLED

LG

LG

OLED 4K TV | OLED48B46 (2024)

- Cinema HDR - Verzameling van de beste HDR-technieken
- α8 AI Processor 4K - Geeft elke scene een boost met levensechte details

847,-

Ook verkrijgbaar:

55" 77"
83"

65"
165 cm



SMART
4K UHD
OLED

LG

LG

OLED 4K TV | OLED65G45 (2024)

- OLED Evo met Brightness Booster Max - Wel 70% helderder beeld
- Dolby Vision IQ & Filmmaker Mode

* Prijs na 200,- retour via LG

2199,-*

LG OLED 4K TV
OLED55C46LA (2024)

Ook verkrijgbaar:

42" 48"
65" 77"

- OLED EVO - PRACHTIG HELDER OLED-BEELD
- DOLBY VISION & DOLBY ATMOS
- 144Hz, G-SYNC & FREESYNC - VOOR DE FANATIEKE GAMER

* Prijs na 200,- retour via LG

55"
140 cm



SMART
4K UHD
OLED

LG

ACTIEPRIJS
1288,-*

Ook verkrijgbaar:

43" 50"
55"

65"
165 cm



SMART
4K UHD
LED

LG

LG

LED 4K TV | 65UT73006LA (2024)

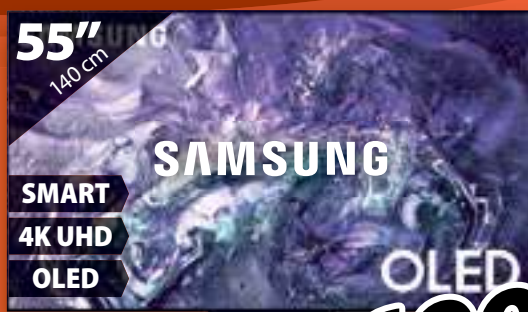
- 65" (165 cm) 4K LED Smart-tv
- Filmmaker Mode - Bekijk films zoals de filmmaker het bedoeld heeft
- Het veel bekroonde WebOS-besturingssysteem
- Game Optimizer & Dashboard - Alles voor de gamer

588,-

Ook verkrijgbaar:

65" 77"

55"
140 cm



SMART
4K UHD
OLED

SAMSUNG

SAMSUNG

OLED 4K TV | 55S95D (2024)

- QD-OLED - Het contrast van OLED met de kleuren van QLED
- Glare Free Display - Zeer goede antireflectie laag

* Prijs na 200,- retour via Samsung

1699,-*

expert  ZWOLLE STADSHAGEN | ZUID

Profiteer nu van onze acties!

expert



DE HELE WEEK BLACK FRIDAY

OP
=
OP

699,-
555,-

AEG WASMACHINE LR6ALPHEN PROSENSE

- 8 KG VULGEWICHT EN 1600 TOEREN
- PROSENSE: WEEGT ELKE LADING EN BESPAART TOT 30% TIJD, WATER EN ENERGIE
- TIMESAVE OPTIE OM DUUR VAN CYCLUS TOT 2 X TE VERKORTEN
- HYGIËNEPROGRAMMA: VERWIJDEERT 99,99% VAN BACTERIËN EN VIRUSSEN

Energieklasse A



DAAR WORDEN
VOORDEELFANS
WIJZER VAN

Pris- en modelwijzigingen en eventuele druk- en zetfouten voorbehouden. Prijzen en acties gelden t/m Cyber Monday 2 december 2024. Voor alle actiemodellen geldt maximaal 3 per klant. Het aanbod kan per winkel verschillen en levertijd kan langer zijn.

expert 

▶ De beste elektronikawinkel van Zwolle!



RIKELS

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

SERTA JUBILEUM VOORDEEL SERTA HOLLYWOOD BOXSPRING



OFFICIAL
SERTA
DEALER

ERVAAR ZELF WAT EEN GOEDE SERTA BOXSPRING KAN DOEN!

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

*Uit voorraad
leverbaar!*
Al vanaf €3499,-

Primo

KEUKENS.NL

De voordeligste keukenzaak!

Onze service voor u:



DIRECT DE LAAGSTE PRIJS



GRATIS 3D KEUKENONTWERP



MEETSERVICE



STIPE LEVERING



MONTAGE



€9.500,-
INCL.
APPARATUUR



PRIMO KEUKENS KAMPEN | ZAMBONISTRAAT 4 | 038 820 0366
Heerenveen | Hardenberg | Dronten | Roden | Meppel | Almelo | Emmen

UW TRAP WEER ALS NIEUW?



RENOVATIE



LED-VERLICHTING



LEUNINGEN



VLOEREN

BLACK FRIDAY!

- Kras en slijtvast
- Perfecte afwerking
- Antislip toplaag, met 15 jaar garantie
- Vakkundig
- Service
- Eerlijke prijzen
- Vrijblijvende offerte

Neem nu contact op voor prijzen en informatie

06-38 40 17 35

Showroom op afspraak geopend:
Telfordstraat 9-14 Zwolle



Hevada Traprenovatie
www.hevadatraprenovatie.nl
06 - 38401735



KLOPPENBURG
INTERIEUR

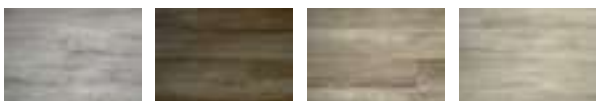


**BLACK
FRIDAY**

PVC VLOEREN | INCLUSIEF PLINTEN

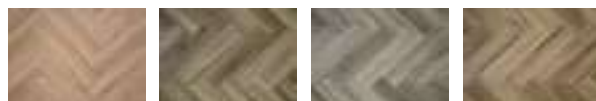
65,00

RECHTE PLANK | per m²
Bekend A-merk
0,55 mm slijtlaag
Incl. egaliseren en leggen
Incl. btw



75,00

VISGRAAT | per m²
Bekend A-merk
0,55 mm slijtlaag
Incl. egaliseren en leggen
Incl. btw



75,00

WALVISGRAAT | per m²
Bekend A-merk
0,55 mm slijtlaag
Incl. egaliseren en leggen
Incl. btw



NIEUW IN ONZE COLLECTIE

Walvisgraat

FLOOR

**ACTIES GELDIG OP
29 & 30 NOVEMBER**

vrijdag & zaterdag

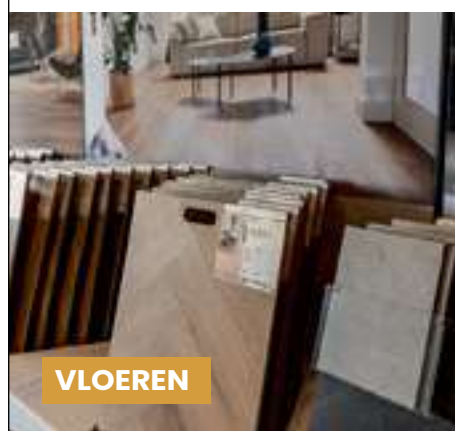
BIJ AANKOOP VAN EEN PVC VLOER

TWEE SCHOONLOOPMATTEN

GRATIS

HOUD VOCHT EN VUIL BUITEN

Eén schoonloopmat voor binnen
Eén schoonloopmat voor buiten
Diverse kleuren



VLOEREN



GORDIJNEN



RAAMDECORATIE



KASTEN OP MAAT



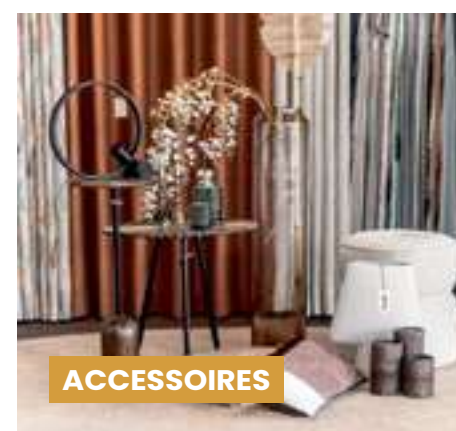
TRAPRENOVATIE



BUITENZONWERING



BEHANG



ACCESSOIRES

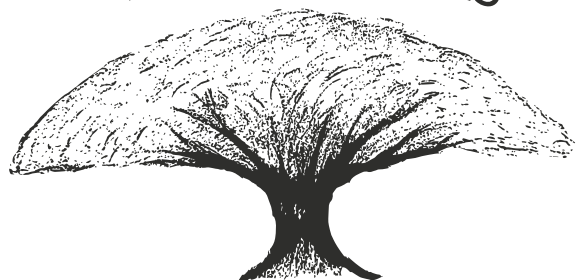
Acties alleen geldig op vrijdag 29 en zaterdag 30 november | vraag naar de voorwaarden in onze showroom



de Woonspecialist

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

TREETOP TABLES



Boomstam salontafels

vanaf €495,-

Grote voorraad eettafels en bartafels

vanaf €595,-

Robuuste Tafels & Parket



Kies voor puur natuur!



Specialist in ambachtelijk parket op vloerverwarming!

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

