



Woensdag praktijk-
dag in de PlusKlus-
Klas **5**



Proeflokaal
Dingstede weer
geopend **8**



Straatnaam onder
de Loep **19**



Nieuwe samenstelling Meppel Actief

Meppel - Dit schooljaar bestaat het Meppel Actief team uit een nieuwe samenstelling. Sinds begin oktober is het team van buurtsportcoaches in de gemeente Meppel versterkt door Mika Streefkerk. Ook is het weer aangevuld met stagiairs van de opleidingen Landstede en het Deltion College uit Zwolle. We zijn nog steeds te herkennen aan de oranje Meppel Actief kleding.

We komen in alle wijken van de gemeente Meppel, waar wij verschillende activiteiten organiseren voor jong en oud. Meppel Actief organiseert activiteiten voor alle doelgroepen. Van sportinstuiven voor de kinderen tot aan bewegen in de beweegtuin voor senioren.

Naast de organisatie van verschillende activiteiten, ondersteunen wij met veel plezier onder andere de vele beweegaanbieders die de gemeente Meppel rijk is. Waar vervolgens weer mooie samenwerkingen uit voort vloeien. Wij ondersteunen niet alleen beweegaanbieders maar ook andere maatschappelijke organisaties en scholen, op het gebied van bewegen, sport en gezondheid. Ben jij benieuwd wat Meppel Actief voor jullie kan betekenen? Neem dan een kijkje op de website.

Ieder schooljaar hopen we weer meer mensen te bereiken. Ook komen er elk jaar weer nieuwe activiteiten bij. Deze activiteiten zijn te vinden op onze website in de agenda's. Heb jij nou zelf een leuk initiatief waarbij je graag hulp wilt krijgen van de buurtsportcoaches? Laat het dan weten, dan kunnen we kijken wat we voor



Foto: Meppel Actief

elkaar kunnen betekenen.

Ben jij benieuwd naar wat Meppel Actief nog meer doet? Dan verwijzen wij jou door naar onze website (www.meppelactief.nl) en Social Media kanalen.

Uw advertentie of artikel in onze krant?

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

DE BESTE WASSTRAAT VAN DE REGIO

60 meter wasplezier

Gratis gebruik van het stofzuigerplein voor Rial klanten.



Ma t/m Vrij 8.30 - 18.00
Za 8.30 - 17.00
Zb 10.00 - 17.00

Markensteijn 570
7943 PA Meppel
www.rialscarwashmeppel.nl

TEGELHUYSS OMMEN
10 JAAR
MAAK KANS OP EEN **GRATIS**
BADKAMER, TOILET OF WOONVLOER!
Strangeweg 24 | 7731 GW Ommen
tegelhuysommen.nl

Maatwerk tafels
voor binnen en buiten

TREETOP TABLES
TAFELS EN MEER

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

Ongeacht de vraag waar en of u verzekerd bent, ik help u graag.

Richard Krist Uitvaartbegeleiding
Zelfstandig, ervaren en onafhankelijk
24/7 bereikbaar

Afscheidshuys Steenwijk
Stijlvolle afscheidsruimte
in de binnenstad
(dag en nacht toegankelijk)

Koningstraat 1, 8331 HV Steenwijk, 06 48415584
info@richardkrist-uitvaart.com | www.richardkrist-uitvaart.com

BIVISTA
MEUBELN

Roelof Brinkstraat 12 | Staphorst (Ingang zijkant spoorlijn)
Email: info@bivista.nl
Website: www.bivista.nl
Tel: 06-49704183
Donderdag - Vrijdag - Zaterdag geopend

ZIEN WIJ JOU IN ONZE WINKEL?

- VERKOOP
- VERHUUR

Van REES Trailers

- ONDERHOUD
- TRANSPORT

KOEMATEN 16 8331 TK STEENWIJK 0521- 361584 INFO@VANREESTRAILERS.NL

WWW.VANREESTRAILERS.NL

GEZELLIG, KOM NAAR BRASSERIE DE BOERDERIJ!

- Lunch
- Diner
- High tea
- Verjaardag
- Familiedag
- Huwelijksjubileum

Laat ons weten wat uw wensen zijn!

SPEELTUIN, SFEERVOL RESTAURANT, STREEKPRODUCTEN & HEERLIJKE GERECHTEN

De Haar 7 • 7707 PK Balkbrug
f brasserieboerderij

0523-225323 / WWW.BRASSERIE-DE-BOERDERIJ.NL

BRASSERIE DE BOERDERIJ

Uw advertentie of artikel in onze krant?

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

Boshuis media

VOOR AL UW ZONWERING

(RITS)SCREENS

ROLLUIKEN

ZONNESCHERMEN

VOOR MEER INFORMATIE SCAN DE QR-CODE

WWW.SANSON-ZONWERING.NL

“HOE WIJ WERKEN

Het inmeten van zonwering kan best lastig zijn. Laat staan dat je het zelf moet monteren. Daarom helpen wij je in 3 stappen naar de juiste zonwering.

- 1 Gratis advies** aan huis
- 2 Vrijblijvende offerte** binnen 1 werkdag
- 3 Montage** binnen 3 weken

☎ 038 - 3037794 ✉ info@sanson-zonwering.nl

Social Sofa Steenwijkerstraatweg feestelijk onthuld

door Margriet Dalmeijer

MEPPEL – Zaterdag 23 september was een feestelijke dag voor bewoners van de Steenwijkerstraatweg in Meppel. Op die dag vond namelijk de officiële onthulling plaats van de Social Sofa die daar sinds kort het straatbeeld siert. De met kleurrijke mozaïeksteentjes beplakte betonnen chaise longue is alweer de tiende sociale bank die Meppel rijk is. Om dit te vieren, is naast de sofa een kleurrijke poef neergezet in dezelfde stijl.

Het plaatsen van het zitmeubel ging niet over één nacht ijs. Nadat de bewoners een aanvraag voor een Social Sofa hadden gedaan en van de gemeente toestemming hadden gekregen, moest worden bepaald hoe het mozaïek eruit kwam te zien. Hiervoor werd de hulp ingeroepen van Leon Hulsmann, die al twee keer eerder een dergelijke bank ontwierp. Hij maakte een uniek ontwerp op basis van de ideeën, wensen en suggesties van de bewoners.

Toen ook het financiële plaatje rond was – de kosten werden net als bij andere Social Sofas in Meppel door het Waarborgfonds gedekt – en de benodigde materialen waren besteld bij Social Sofa in Oisterwijk, konden de burens gezamenlijk met het versieren van de bank beginnen. Dit was een tijdrovend karwei dat alles bij elkaar meerdere maanden in beslag nam. Om niet afhankelijk te zijn van het weer, vond het knippen en plakken van de mozaïeksteentjes plaats in een overdekte unit, die door Mini Opslag



De social sofa aan de Reggersweg in Meppel. Foto: Dickelbers op Wikipedia

Meppel ter beschikking was gesteld.

Proosten

Na de officiële ingebruikname van het sociale zitmeubel werden de bewoners die de bank hadden versierd nog eens extra in het zonnetje gezet. Zij kregen een speldje met daarop een mozaïeksteentje als bedankje voor hun noeste arbeid. Als klap op de vuurpijl kregen de burens van de Welkoop een grote zak bloembollen cadeau, die rondom de bank zijn gepoot en in het voorjaar zullen zorgen voor een prachtige bloemenzee. Ook werd door

de aanwezigen met een glas champagne geproost op de realisatie van de Social Sofa. Naar alle waarschijnlijkheid is de bank aan de Steenwijkerstraatweg niet de laatste Social Sofa die is geplaatst. Inmiddels zijn er vanuit andere straten en buurten in Meppel namelijk alweer nieuwe aanvragen binnengekomen. Ook in het Slotplantsoen, dat binnenkort opnieuw wordt ingericht, komt vrijwel zeker een met mozaïek versierde bank te staan. De werkgroep die zich hiermee bezighoudt, is nog op zoek naar een overdekte locatie en naar mensen die met het versieren van de bank willen

helpen. Geïnteresseerden kunnen contact opnemen met Elsbeth van der Horst op telefoonnummer 06 29 21 28 06.

Over Social Sofa

De Social Sofa is in 2005 bedacht door de Tilburgse cabaretière Karin Bruers, met als doel om burens weer met elkaar in contact te brengen en sociale verking terug te dringen. Het gelijknamige bedrijf zorgt voor de benodigde materialen en verzorgt ook workshops mozaïeken. Inmiddels staan er in Nederland en daarbuiten al honderden rijkversierde publieke buitenbanken.



Moeite met opstaan? Of last van tintelende en vermoeide benen?

Max-vitaal heeft met een sta-op fauteuil op maat de oplossing



door de redactie

Tijdens de koude en donkere dagen komen we minder buiten en zitten de meesten van ons meer binnen op de bank of op een stoel. Des te belangrijker dat die lekker en goed zit. Want op een comfortabele, passende stoel of bank houdt je het simpelweg langer uit zonder dat gewrichten of spieren overbelast raken en het zitten gewoon niet prettig meer voelt.

De meeste zitmeubels zijn ontworpen voor een soort 'gemiddelde' mens. Maar dat werkt dus niet. Ieder persoon en ieder lichaam is uniek en vraagt om zijn eigen zithouding. Dat betekent dus dat de stoel of bank waar u thuis op zit, hoogstwaarschijnlijk niet echt geschikt voor u is. Voor mensen met bijvoorbeeld rug- of nekklachten, geldt dit des te meer. Wat hieraan te doen is? Een op maat gemaakte stoel van Fitform! Dit is het zitmeubelmerk dat geadviseerd wordt door zitexperts en ergotherapeuten 'als het écht goed moet zijn'. Maxvitaal in Emmeloord, specialist in zorg hulpmiddelen voor senioren en mindervaliden, heeft in de uitgebreide showroom een ruime collectie stoelen van Fitform opgesteld staan en alle modellen zijn geheel op het lichaam aan te passen.

Voor iedereen

Dat op maat maken doen de medewerkers ter plekke in de 'opmeetstoel', vertelt Chalong de Bruin, mede-eigenaar van Maxvitaal. "Die maakt mogelijk dat we alle voor de perfecte zitvorm benodigde lichaamsmaten precies kunnen bepalen, tot op de centimeter nauwkeurig. En hier komen zeker niet alleen mensen met rug-, nek- of andere klachten. Een Fitform stoel is voor eigenlijk iedereen die comfortabel wil zitten de perfecte aanwinst." Nadat alle maten genoteerd zijn, kan de klant zijn of haar stoel bestellen, die honderd procent is afgestemd op de bepaalde maten. Dat kan in verschillende uitvoeringen, stoffen en kleuren. Ieder zijn perfect passende stoel dus, maar qua uitvoering afgestemd op de persoonlijke smaak. "Wat de stoelen van Fitform allemaal met elkaar gemeen hebben," legt De Bruin uit, "dat zijn de unieke kantelfunctie en de drukverdelende zit. De fauteuils uit alle collecties kunnen elektrisch worden veresteld: zitten, relaxen én gemakkelijk opstaan. Wie eenmaal een Fitform stoel heeft, zal zeggen dat hij of zij nog nooit zó prettig en ontspannen heeft gezeten."

Vrijblijvend proberen

Wie ook het zitgenot van zo'n echte Fitform stoel wil ervaren, kan gemakkelijk een telefonische afspraak maken om vrijblijvend een stoel te proberen

Chalong de Bruin (links) en compagnon Ronnie Prins ontspannen even in een comfortabele fauteuil. Eigen foto

bij Maxvitaal in Emmeloord. Dat is immers een winkel waar alles draait om het verhogen van de levenskwaliteit, volgens De Bruin, "wat mij en mijn collega's overigens een hoop extra voldoening en energie geeft." Voor mensen die om fysieke redenen niet in staat zijn naar de winkel te komen, is een speciale service beschikbaar. Medewerkers van Maxvitaal komen dan thuis langs met de opmeetstoel én stalen van de beschikbare stoffen en kleuren. Tot slot, fijn om te weten: alle Fitform stoelen zijn gecertificeerd met het Nationaal Keurmerk Hulpmiddelen en het AGR-keurmerk en hebben tien jaar Garantie Waarborg: kopen zonder zorgen. Gun uzelf het allerbeste comfort, gun uzelf een échte Fitform! Tot ziens in de winkel (of bij u thuis)?

Maxvitaal

Traktieweg 12 8304 BA Emmeloord
Telefoon 0527 - 860 086
info@max-vitaal.nl | Parkeerplaatsen aanwezig



Foto 1: Verschillende uitvoeringen, stoffen en kleuren in de ruime showroom. Eigen foto

Foto 2: Sta-op fauteuils van Fitform zijn voor iedereen een verademing. Foto: Fitform

SPECTACULAIRE UITVERKOOP EXCLUSIEVE SHOWROOMMODELLEN

Uniek in Oost Nederland!!

Westeinde 101a, 7671 EL Vriezenveen,
Tel. 0546 - 56 60 26, info@apstijlmeubelen.nl
WWW.APSTIJLMEUBELEN.NL
Parkeren voor de deur

Op 3 en 4 november Demonstratie dagen van Pfaff naaimachines bij Dinie Kleine in Nieuwleusen

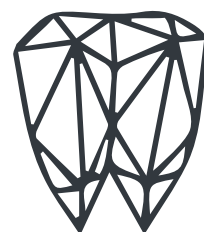
Deze dagen extra korting op de naaimachines

Op zaterdag 4 november is ambassadrice van Pfaff, Modeontwerpster Rosalie Boonstra, bij ons in de winkel.

NAAIMACHINES & HOBBY
Dinie Kleine

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

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



warnders
tandtechniek

- KOM LANGS VOOR EEN KOSTELOZE PROTHESE CHECK
- REPARATIES KLAAR TERWIJL U WACHT

Gemeenteweg 226
7951 CW Staphorst
tel. 0522 46 25 15

maandag t/m vrijdag
van 9:00 tot 17:00

Hoeveel vosjes kun je vinden op deze pagina?

HERFST

Nu de herfstvakantie achter de rug is focussen de kindcentra alweer op de feesten van de komende periode. Sint Maarten, Sinterklaas en Kerst.

In de kindcentra ervaar je de seizoenen optimaal. De herfst sfeer is zichtbaar, de resultaten van knutselwerk hangen in de gangen en je hoort de liedjes die passen bij de herfst. De thema's zijn afgestemd op wat er gebeurt rond de kinderen en de herfst kunnen we dan niet omheen. Mooie weggetjes aanleggen in het blad op het plein, spelen met de wind en ontdekken waardoor seizoenen ontstaan. Op ieder niveau en op iedere leeftijd kan dat.



Yuniors

In kindcentrum het Kompas en in Dingstede wordt lesgegeven aan leerlingen die gekozen hebben voor Yuniors. Een onderwijsvorm voor kinderen van 10-14 jaar. De leerlingen maken later de keuze voor het vervolgonderwijs en maken langer gebruik van het basisonderwijs. In samenwerking met Dingstede heeft het Kompas een doorlopende leerlijn ontwikkeld en het systeem aansluitend gemaakt voor het vervolgonderwijs. De leerlingen van Yuniors zijn vaak buiten te vinden om te leren 'in het echt'. Op de foto is te zien hoe de leerlingen op pad zijn voor het maken van hun eigen weerbericht. Nieuwsgierig naar Yuniors? kijk op www.yuniors.nl



Herfst. Herfst wat heb je te koop?



KindPunt OntdekPunt

Extra openingstijden:

Vrijdag 10 november 15.00 -17.00 uur

Vrijdag 24 november 15.00-17.00 uur

Kijk voor nog meer ontdekmomenten op www.ontdepunt.nl



KERK & SCHOOL

In oktober hebben we de jaarlijkse kerk en schooldiensten gevierd. Ieder kindcentrum was gekoppeld aan een kerkorganisatie en had in samenwerking met de dominee een mooie dienst voorbereid. Op school waren kunstwerken gemaakt en liedjes aangeleerd. Op zondag gingen de kinderen met ouders naar de kerk waar we deze dag extra welkom waren. 'Welkom... Bij ons thuis' was het thema van de kinderboekenweek maar ook van deze kerkdiensten. Wat was het bijzonder om te gast te zijn in een (andere) kerk en om daar samen te zingen, te vertellen en te vieren!



Sinterklaasfilm 2023

Uiteraard is er ook dit jaar weer een KindPuntSinterklaasfilm in de maak. Een spannend avontuur van Sinterklaas op vakantie. Daar gaat het helemaal mis en de vakleerkrachten bewegingsonderwijs van KindPunt gaan op zoek naar Sinterklaas. We kunnen de hulp van de peuters van Meppel goed gebruiken.

Vrijdag 1 december a.s. zijn de peuters met begeleider welkom in Luxor Meppel. scan de code voor de opgave van één van de voorstellingen.



Woensdag praktijkdag in de PlusKlusKlas

In deze editie van de Meppeler Express komt Jorrit Neele aan het woord. Naast docent bovenbouw bij Kindcentrum Stadskwartier is hij initiatiefnemer en begeleider van de PlusKlusKlas, die elke woensdagochtend bij elkaar komt om een bezoek te brengen aan een bedrijf in de omgeving. "Praktisch opgeleiden zijn onmisbare steunpunten van onze samenleving."

KindPunt wil mooi en goed onderwijs voor iedereen, dus ook voor de kinderen die liever fysiek bezig zijn. Daarom is de PlusKlusKlas opgericht, een klas voor praktijkonderwijs. Jorrit Neele begeleidt deze. Neele: "De PlusKlusKlas bestaat ondertussen vier jaar en wordt gevormd door kinderen uit groep 8 die zijn aangedragen door de verschillende kindcentra van KindPunt. Elke woensdag komen de kinderen in groepjes bij elkaar op locatie 'De Spil' in de wijk Oosterboer. Zij blijven hier niet op de stoel zitten maar gaan op pad en brengen een bezoek aan een interessant bedrijf in of rond Meppel."

Snel aan de slag

In de PlusKlusKlas kunnen de kinderen alvast kennismaken met de praktijk van hun toekomstige professies. "Wij bezoeken bedrijven met dergelijke beroepen", vertelt Neele. "Bij een bedrijfsbezoek hoeven de kinderen niet lang te luisteren maar mogen ze al snel zelf aan de slag. Het is mooi om te zien hoe zij dan tot hun recht komen. De meesten van hen gaan na de basisschool dan ook een vervolgonderwijs volgen in een praktische richting."

Neele vindt het jammer dat sommige praktisch ingestelde leerlingen met een 'ander' zelfbeeld van school komen. "Bijvoorbeeld een meisje in de PlusKlusKlas dat vraagt: 'is er later wel werk voor mij?'. Ik vind het belangrijk dat deze jongens en meisjes weten en voelen dat zij onmisbare steunpunten van onze samenleving zijn. Ik zeg bijvoorbeeld; 'Ik heb nog nooit een advocaat nodig gehad, maar wel een loodgieter en een automonteur.'"

Geen rijtjes

De deelnemers aan de PlusKlusKlas blijken enthousiast over deze manier van leren. Een van de mooiste dingen is volgens Neele als ze na de praktijkles op donderdag weer terugkomen in hun klas. Zij vertellen de andere kinderen over hun belevenissen en sommigen zeggen dan: 'Wat leuk allemaal, dit wil ik ook wel graag.' "In de PlusKlusKlas maken we geen sommen en leren we geen rijtjes uit het hoofd. Maar je leert veel, alleen op een andere manier. Ook steken de kinderen er het nodige op over de sociale aspecten van werk. Bijvoorbeeld hoe je je dient te gedragen in een werkomgeving en hoe je omgaat met verschillende mensen in verschillende situaties."

De ouders worden door KindPunt actief betrokken bij de PlusKlusKlas. "Zo is er voor de start van het nieuwe schooljaar een speciale informatieavond voor hen. Daarna houden we de ouders via verschillende kanalen op de hoogte en krijgen zij regelmatig foto's van de bedrijfsbezoeken."

Nieuwe bedrijven welkom



Jorrit Neele bereidt kinderen voor op een mooie toekomst. Eigen foto

Het is niet altijd gemakkelijk om bij bedrijven binnen te komen, vertelt Neele, die zichzelf ook een doener noemt en zich twee dagen per week met houtbewerking bezighoudt. "Dit komt voornamelijk doordat bedrijven medewerkers vrij moeten maken om de kinderen bij hun bezoek uitleg te geven en te begeleiden. Toen ik de PlusKlusKlas aan het opstarten was en praktijkbedrijven zocht, heb ik dan

ook contact opgenomen met docenten van praktijkvakken op andere scholen in de omgeving. Maar nu loopt het goed. Al zijn nieuwe bedrijven zeker welkom. Op deze manier kunnen wij de kinderen een nog completer beeld geven van het scala aan mogelijke beroepen." Bedrijven die interesse hebben, kunnen contact opnemen met Jorrit Neele per e-mail: plusklusklas@kindpunt.nl.

Foto van de maand

oktober

Leerlingen van Juniors op onderzoek in Meppel

Sta jij op de foto in de cirkel? Dan mag je bij boekhandel Riemer Barth een boek uitzoeken!

Neem de foto mee naar Boekhandel Riemer Barth Woldstraat 5, Meppel

RIEMER BARTH BOEKHANDEL

GRATIS elke week! Peutergym

Gezond bewegen en wennen aan de basisschool

Elke woensdag op Het Kompas en elke vrijdag op de andere kindcentra kunnen peuters lekker bewegen en wennen aan de basisschool. Natuurlijk mogen de peuters iedere week meedoen maar een keer overslaan is ook geen probleem. Kinderen uit de Nieuweense Landen kunnen aansluiten bij de peuters aan de Vissersingel. Daar zijn de voorbereidingen voor ons nieuwe Kindcentrum Gavelanden. Aanmelden is niet nodig.

- Kindcentrum De Akker Engelgaarde 31
- Kindcentrum Beatrix Vissersingel 1
- KC Talent/ KindPunt Gavelanden Vissersingel 1
- Kindcentrum Anne Frank K.P.laan 20
- Kindcentrum Stadskwartier Catharinastraat 9
- Kindcentrum Het Kompas Zuiderlaan 197C

NOVEMBER Kom je ook??

MA	DI	WO	DO	VR	ZA	ZO
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

- 9.00 UUR Peutergym De Akker Stadskwartier
- 11.00 UUR Peutergym Beatrix/Talent
- 9.00 UUR Peutergym Gavelanden (locatie Vissersingel)
- 11.00 UUR Peutergym Anne Frank
- 9.00 UUR Peutergym KC Het Kompas
- 9.30 UUR Peutergym KC Het Kompas
- Koningsspelen, sportdagen en studiedag
- Vakantie

KEEP ON WALKING

MAATWERK IN EEN MODIEUS JASJE!

Ruim 57% van de Nederlandse bevolking kampt met voetproblemen. Helaas neemt dit aantal alleen maar toe. Schoenen die comfort bieden en die de klachten aanzienlijk verminderen, zijn dan ook goud waard.

Bij Helga Schuurman Schoenen en Podologie in Nieuwleusen is de keuze in schoenen met uitneembaar voetbed en in verschillende lengte en breedte maten ontzettend ruim en veelzijdig. Voor zowel dames, heren en kinderen.

In de geheel rolstoeltoegankelijke winkel in Nieuwleusen staat behalve de koffie ook de nieuwste collecties van verschillende schoenmerken voor u klaar.

Maatwerk in een modieus jasje, daar staat onze winkel vol mee!

WAAR WRINGT DE SCHOEN?

Helga is samen met moeder Nellie en zus Olga het gezicht van de winkel in Nieuwleusen. Met schoonzus als accountant en manlief in de sleutelservice is het een echt familiebedrijf.

Helga is tevens podoloog en op afspraak, kijkt ze met haar scherpe schoenmakersoog waar de schoen wringt. Steunzolen of bijvoorbeeld kleine aanpassingen aan de schoen kunnen een welkome verademing zijn voor voetproblemen. Zo vraagt iedere "voetkwaal" om een unieke aanpak.

Want "keep on walking" is van levensbelang.



Helga Schuurman
Schoenen & Podologie

Helga Schuurman Schoenen & Podologie
Burg. Backxlaan 37, 7711 AA Nieuwleusen
0529-481429
wiedeschoenpast@hetnet.nl
www.helgaschuurmanschoenen.nl

EASYSLIM.NU®

Simpel, Snel, Slank!

Slank de feestmaand in, het kan!

8 redenen om voor Easyslim.nu te kiezen

- 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 op maat
- 8) Lekker én ontspannend

Maarten Bruning (58) is nooit echt zwaar geweest. "Dat begon pas zo'n zes jaar geleden", vertelt hij. "Toen ik bij Easyslim binnenkwam woog ik 124 kilo. Nu ik 36 kilo ben afgevallen gaat bewegen in het algemeen gewoon veel beter, daarnaast heb ik minder last van pijnlijke gewrichten."

Dat Maarten van een "acceptabel gewicht" naar te zwaar ging heeft niet per se één aanwijsbare oorzaak. "Ik ben naar de sportschool gestapt en heb verschillende diëten gevolgd; ik werd alleen maar zwaarder. Toen ik de 124 kilo aantikte, dacht ik: streep erdoor." Met behulp van het apparaat en de voedingstips van de dames in de studio, lukte het afvallen ineens wel.

Maarten is nu tot op het bot gemotiveerd. Er mogen nog een paar kilo's af, maar; "niet teveel. Als ik te licht wordt voel ik mij niet prettig." Voor hem is het duidelijk: "Afvallen doe je niet in de sportschool, afvallen doe je met je hersens. Easyslim is geen wondermiddel, maar wel een goede steun in de rug. Zij helpen je resultaat te halen en daarnaast zorgen ze ervoor dat het in je bovenkamer goed blijft zitten."

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!

* Resultaten ter inzage in de studio

Actie!
Intake incl.
behandeling van 89,-
voor 49,-

(Geldig tm 31 december 2023)

**Simpel, snel, slank:
verlies direct tussen de 4 - 28 cm!***

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**



Bijzondere textieltentoonstelling te zien bij Stedelijk Museum Meppel



Een badkamer? Laat je verrassen door wat je allemaal kunt maken met textiel. Foto: Arthur Lennips

door Margriet Dalmeijer

MEPPEL - Liefhebbers van textielkunst kunnen de komende tijd hun hart ophalen. Tot en met 14 januari is bij het Stedelijk Museum in Meppel namelijk een bijzondere tentoonstelling over dit onderwerp te zien.

De tentoonstelling, met de toepasselijke titel 'Steekhoudend', bevat verrassende

en afwisselende werken van vijf verschillende kunstenaars, aldus het museum: 'Wat vroeger gold voor kleding, geldt tegenwoordig voor goede ideeën. Schaarste. Kleding ligt zo voor de hand en het grijpen, dat we eraan voorbij gaan dat textiel veel meer kan zijn dan bedekking. Janneke Hogerheijde, Trinette Scheper, Marrie Bel, Arthur Lennips en Dagmar Stap onderzoeken de meerwaarde van textiel en hun ideeën zijn veelzijdig, langdradig,

opwindend, wollig en stoffig. Van handwerk tot kunst verheven, dankzij hier en daar een draadje los...'

De tentoongestelde objecten dagen bezoekers uit om met een andere blik naar textiel te kijken en de vele mogelijke toepassingen van dit materiaal te ontdekken. De verschillende stijlen en technieken van de deelnemende kunstenaars zorgen voor een gevarieerde expositie waarin veel te bewonderen valt.

Een van de blikvangers van de expositie is een badkamer op ware grootte die geheel van textiel is gemaakt: van het douchegordijn tot de wastafel en van de muurverf tot de knalblauwe wandtegels. Wie zijn ogen een beetje dichtknijpt, waant zich in een echte badkamer in plaats van een versie van textiel. Daarnaast kunnen bezoekers onder andere tot in detail nagemaakte tijdschriftcovers en voedselverpakkingen bewonderen, evenals quiltschilderijen, collages van denim en een aantal abstracte werken die met draad op kunstleer zijn aangebracht.

Over de kunstenaars

'Het werk van Janneke Hogerheijde bevindt zich op het snijvlak van textiel en schilderkunst. Zij stikt vrij machinaal imperfecte lijnen met draad op kunstleer. Haar meest recente werk wordt abstracter en heeft zowel een poëtische als industriële uitstraling.' Trinette Scheper: 'Ik verruilde in 2017 de schildersezel voor de naaimachine.

De verwantschap tussen mijn laatste schilderijen en textieluitdrukking maakte deze overstap voor mij logisch. Na een aantal quilts cursussen vond ik mijn weg in de wereld van kleurrijke lapjes stof en ontstonden mijn quiltschilderijen.'

'Marrie Bel maakt jeanscollages van oude spijkerbroeken. Door de grote variatie in tinten van de stof leent het zich goed voor het maken van stadsgezichten, landschappen en (dier)portretten. Het geeft veel diepte en ook metalen onderwerpen als knopen, ritsen en labels maken het materiaal interessant.'

Arthur Lennips: 'Ik maak als kunstenaar veel gebruik van multimedia, ik vind het fijn om mij te laten leiden door chaos. De functionaliteit is ver te bekennen en het materiaalgebruik is ontkenning. Ik wil mensen een ruimte bieden om zekerheid niet te verliezen, maar deze te vinden binnen de onzekerheid.'

Dagmar Stap: 'Met mijn handschrift van borduren zet ik dagelijks voorwerpen in een nieuw licht. In de huidige consumptiemaatschappij is alles snel en tijdelijk en wordt onze afvalberg steeds groter, maar bij mij krijgen oude verpakkingen, blikjes en bonnetjes een eeuwig bestaan.'

Proeflokaal Dingstede voor leerlingen van groep 8 is weer geopend

door Margriet Dalmeijer

MEPPEL - Leuk nieuws voor leerlingen van groep 8 die op zoek zijn naar een middelbare school. Net als voorgaande jaren heeft CSG Dingstede namelijk weer de deuren geopend van het Proeflokaal, waar toekomstige brugklassers verschillende lessen kunnen volgen, de sfeer kunnen proeven en alvast kunnen ontdekken hoe het er op de middelbare school aan toegaat.

Om het Proeflokaal voor zo veel mogelijk toekomstige leerlingen interessant te maken, worden er verschillende vakken gegeven. Kinderen mogen zo veel proeflessen volgen als ze willen en hoeven zich dus niet te beperken tot één vak. Zo kunnen ze bijvoorbeeld aanschuiven bij een les Engels, waar ze meer aan de weet komen over het monster van Loch Ness, kunnen genieten van K-pop en ook nog eens informatie krijgen over interessante plekken in Engeland.

In het Technasium kunnen droneliefhebbers meedoen met 'De Dingstede Drone-Dance-Challenge'. Tijdens de proefles leren ze hoe ze een drone kunnen programmeren en ermee kunnen vliegen. Doel van de challenge is dat alle drones synchroon een 'lichtdans' gaan uitvoeren met behulp van ledlampjes. De proefles biologie staat in het teken van het snijpracticum, een spannende ontdekkingsstocht waarin kinderen de mysteries van de natuur proberen te ontrafelen en



Een spannend verhaal als basis bij de proefles scheikunde. Foto: Facebookpagina CSG Dingstede

meer leren over anatomie. Tijdens de les op 12 december leren de deelnemers hoe ze een vis moeten ontleden. Bij de overige proeflessen wordt door de leerlingen een kippenklauw ontleed.

Drugs

Kinderen die meedoen met de proefles scheikunde, worden onderdeel van een spannend verhaal: bij een drugsinval is

een man opgepakt die een wit poeder in zijn broekzak had. Zelf zegt hij dat het een onschuldig stofje is, maar daar is de politie nog niet zo zeker van. Daarom gaan de leerlingen als medewerkers van het Forensisch Lab aan de slag om de stof te analyseren. Ook liefhebbers van wiskunde kunnen bij het Proeflokaal terecht. Voor hen is een wiskundige speurtocht gemaakt, die de kinderen spelenderwijs kennis

laat maken met Dingstede. De leerlingen werken in groepjes van vier en de beste groep krijgt ook nog eens een leuke prijs. Voor de sportfanaten is er in het kader van lichamelijke opvoeding een gymclinic, waarbij verschillende sporten kunnen worden uitprobeerd.

De eerste proeflessen, die werden gegeven op 3 en 4 oktober, zitten er inmiddels op. Maar niet getreurd: ook de komende maanden kunnen geïnteresseerde achtste-groepers op verschillende dinsdag- en woensdagmiddagen van 15.15 tot 16.15 uur een kijkje komen nemen in het proeflokaal. De speciale lessen vinden plaats op 7 en 8 november, 12 en 13 december, 6 en 7 februari en 5 en 6 maart.

Open huis

Naast de lessen in het Proeflokaal zijn toekomstige brugklassers ook van harte welkom tijdens de Open Huis-bijeenkomst op vrijdag 26 januari. Deze vindt plaats van 16.00 tot 18.00 uur en van 19.00 tot 21.00 uur

Meer weten?

of je aanmelden voor een proefles? Kijk dan op www.dingstede.nl/aanmelden/proeflokaal..





wordt geknepen tot in je maag. Ook help je de maag wanneer je het broodje klein genoeg hebt gekauwd.

Even een uitstapje: Alles wat je eet bevat voedingsstoffen en afvalstoffen. Voedingsstoffen zijn onder andere vitamines, water, mineralen, eiwitten, vetten, koolhydraten. Afvalstoffen zijn stoffen die je lichaam niet nodig heeft, denk bijvoorbeeld aan kunstmatige smaakstoffen. Deze stoffen worden door onder andere je lever, nieren en dikke darm afgevoerd. Voedingsstoffen wil je dus behouden en zoals de naam al doet vermoeden, afvalstoffen mogen het lichaam verlaten. Terug naar de hap van je broodje. Die is ondertussen aangekomen in de maag. Je maag bevat maagsap, dit zorgt ervoor dat het broodje nog zachter wordt. Je broodje heeft nu de eerste meters afgelegd. Volgende maand neem ik jullie verder mee het spijsverteringsstelsel in. Probeer de komende maand bewuster te letten op je manier van eten.

Concreet: kauw voldoende keren per hap, neem de tijd om te eten en kies voor gezonde voeding. Dit alles draagt bij aan het verbeteren van je gezondheid.

In de maand november kun je mij, LEV&IK, ontmoeten:

4 november tijdens de Open Bedrijvendag van 10.00 tot 16.00 uur Bij Jans Sportpark Koedijklanden.

24 november tussen 19.00 en 21.30 uur tijdens de wintermarkt bij De Toermalijn, Julianastraat 22 in Meppel.

Stel je gezondheidsvragen waar je al een tijdje mee rondloopt en proef gelijk de gezonde bakmixen met LEV.

Winactie

Ook heb ik een leuke winactie in de maand november. Onder alle verkochte DARM&BREIN herstellpakketten (week 44 t/m 48) verloot ik twee maanden gratis omega 3 olie en een bloedtest t.w.v. €161,-

Voor meer informatie: www.levenik.nl | info@levenik.nl

Lieve groetjes, Ilona



Zaterdag 4 november komt modeontwerpster Rosalie Boonstra naar Dinie Kleine

Rosalie is ambassadrice van Pfaff naaimachines. De pas 25-jarige Rosalie Boonstra ontwerpt de mooiste couture vanuit haar eigen appartement in Arnhem en ontwerpt nu al couturerstuk na couturerstuk voor beroemdheden zoals onder andere Linda Hakeboom, Lakshmi, Silvia Hoeks, Anna Nooshin, Emma Wortelboer en Maan. Rosalie ontwerpt een eigen kledinglijn voor de Fashion Week en haar ontwerpen schitteren op de cover van Vogue.

De liefde voor de naaimachine komt bij haar moeder vandaan. Haar moeder was altijd bezig met het naaien en ontwerpen van kleding. Dit was een ware inspiratie voor haar. Ze kreeg waardering voor de immense inspanning en creativiteit waarmee elk kledingstuk werd gemaakt. Als gevolg daarvan ervoer Rosalie het gevoel van voldoening dat gepaard gaat met het bezit van op maat gemaakte kleding. Het was het gevoel deel uit te maken van een creatief proces dat echt bij haar aansloeg.

Als modeontwerpster streeft ze ernaar om ieder individu een gevoel van betekenis te geven. 'Dromerig en betoverend', dat zijn de twee woorden om de creaties van de internationale modeontwerpster te omschrijven.

"Let's do what we love, and do a lot of it" – Marc Jacobs.

Naaimachines Dinie Kleine

Backxlaan 348
Nieuwleusen
0529-483805



Uw advertentie of artikel in onze krant?

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

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

Boshuis
media

Open Bedrijvendag gemeentewerf

Door gemeente Meppel

Zaterdag 4 november is het Open Bedrijvendag in de gemeente Meppel. Ruim 50 bedrijven in de gemeente Meppel doen mee.

Het thema is 'How it's done'. Bedrijven laten zien hoe divers ondernemend Meppel is. Wij openen van 10.00 tot 16.00 uur de deuren van onze gemeentewerf aan de Eekhorstweg 16. Neem een kijkje achter de schermen en ontdek wat we hier allemaal doen!

Activiteiten gemeentewerf

Naast een rondleiding door de diverse werkplaatsen zijn er allerlei activiteiten:

- Afvalscheidingsgame
- Bespaaradvies en tips voor uw woning van de energiecoaches
- Plannen circulaire gemeentewerf
- Rioolbeheer
- Tips bestrijding plaagdieren
- Informatie warmtetransitie
- Werf-quiz (win een nestkastje)
- Vacaturemarkt

Ook aan de kinderen is gedacht. Er is een speurtocht met prijzen, bladblaasparcours, spel over afval scheiden, je kunt op de foto met diverse voertuigen en het is mogelijk om duurzaam te knutselen.

Koedijklanden heeft een warmteplan

Samen met de inwoners van Koedijklanden heeft de gemeente Meppel een warmteplan gemaakt voor de wijk. De gemeente Meppel wil in 2040 CO2-neutraal te zijn. Alle inwoners en bedrijven gebruiken dan uitsluitend energie uit duurzame bronnen. Aardgasvrij dus. Het plan om de wijk aardgasvrij te maken is het tweede warmteplan in de gemeente. Het College heeft het warmteplan Koedijklanden vrijgegeven voor inspraak.

Het moment voor een warmteplan

Dat Koedijklanden de tweede wijk van Meppel is met een eigen warmteplan heeft een aantal redenen. Eerder is een

warmteplan gemaakt met de inwoners van de wijk Berggierslanden. Nu start de woningcorporatie Woonconcept in Koedijklanden met het verduurzamen van zeven flats. Een mooi moment om dit gezamenlijk met de bewoners op te pakken. De stijging van de energieprijzen en daarmee de aandacht voor de financiële situatie van inwoners zijn een extra aanleiding om hiermee aan de slag te gaan. Veel woningen in de wijk zijn niet genoeg geïsoleerd, waardoor het energieverbruik hoog is. In het warmteplan zijn dan ook de mogelijke energiebesparende maatregelen opgenomen.

Betrokkenheid

Wethouder Jeannet Bos (Duurzaamheid) "Koedijklanden is niet zomaar ineens aardgasvrij. Daar is tijd voor nodig. En een goede samenwerking met de inwoners en anderen. De inwoners hebben goede informatie nodig, want zij moeten het doen. Ook is het belangrijk dat de inwoners aangeven wat zij nodig hebben. Uit de gesprekken is duidelijk geworden dat goed isoleren van woningen in veel gevallen de eerste stap is."

Vervolg

Het concept Warmteplan Koedijklanden wordt op 20 november tijdens een

wijkbrede bewonersavond toegelicht. De inwoners kunnen die avond hun mening over het plan geven. Na beantwoording van de reacties stelt het College het Warmteplan Koedijklanden vast. Na Berggierslanden en Koedijklanden is de wijk Oosterboer aan de beurt om een warmteplan te maken. Op 23 november is hiervoor de eerste bijeenkomst. Het warmteplan voor Koedijklanden is eveneens intensief voorbereid met de bewoners, zo zijn er 6 buurtbijeenkomsten geweest en is het concept plan besproken met de bewoners.

Bos Bedden

Droom bedden



ergo
sleep

10% textiel cadeau bij Ergosleep

Meten is weten | Wij meten jouw slaap
DNA met een **GRATIS** meting



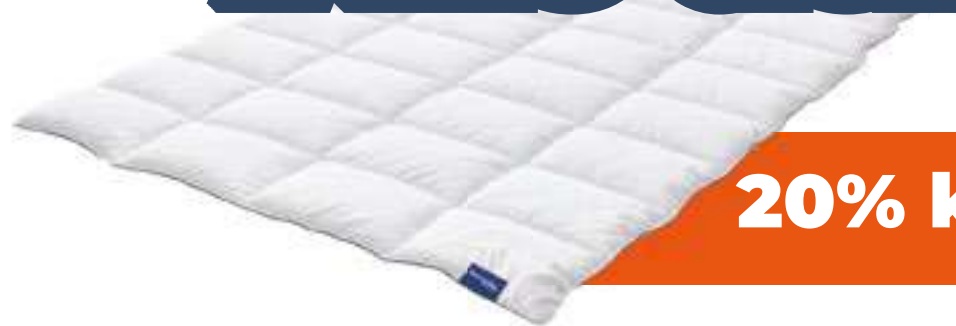
PULLMAN

Ontvang **GRATIS** een bedverlichtingsset
t.w.v. 255,-

Bestaande uit **lees- & uitstapverlichting**
bij aanschaf van een Pullman
boxspringcombinatie



Woon Kort Alle dek



20% k

Profiteer

Upgrade gratis
Van vlak naar
elektrisch
verstelbaar

Bij aanschaf van een
compleet Tempur Arc
boxspring



3.000 m2
Nieuwleusen

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

Zondags gesloten
Iedere vrijdag koopavond



UW DRO

VOOR EEN D

Acties geldig t/m 11 November - druk en zetfouten voorbehouden

Nieuwleusen

www.bosbedden.nl



3.000 M2
showroom
vol beleving
en inspiratie



maand

ng op

bedden

korting



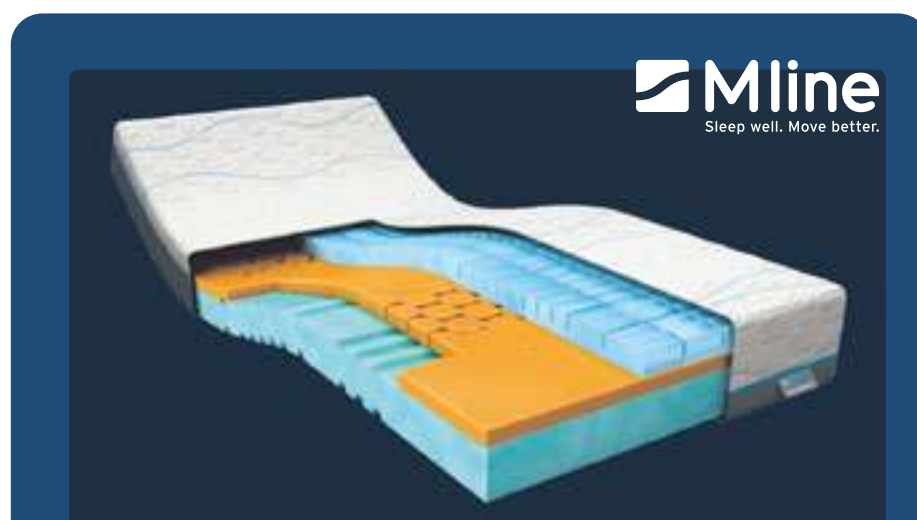
OMBED

ROOMPRIJS



15% verjaardags voordeel op Auping

Bezoek de **grootste Auping studio's** van
Noordoost Nederland bij Bos Bedden



Ontvang **50% korting** op het tweede
Mline matras!

+25% korting op Wave Pillows
hoofdkussens



3.000 m2
Nijverdal

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

Zondag en maandag gesloten
ledere vrijdag koopavond

bedden.nl

Nijverdal

Oog voor detail Alle bladen worden onderworpen aan een kritische inspectie voordat deze worden ingepakt om te worden geplaatst.

Welkom bij Treetop Tables

Wij zijn een familiebedrijf met meer dan dertig jaar ervaring in robuust hout. De onderneming maakt unieke (boomstam)tafels en andere meubelen, zoals buitenmeubilair, salontafels, bartafels, bijzettafels en houten accessoires van bijzondere houtsoorten. Wij leveren daarnaast moderne kwaliteitsstoelen van Nederlands fabricaat.

Elk meubel heeft zijn eigen unieke uitstraling en vormt een waardevolle aanvulling op uw interieur.

Omdat geen boom hetzelfde is, heeft elke tafel zijn eigen unieke vorm en structuur. Hout is een fantastisch materiaal. Er zijn ontelbare soorten met allemaal verschillende structuren hardheden en eigenaardigheden. Hout leeft en hout moet je met respect bewerken. Het is telkens weer een feest om te zien hoe de structuur en tekening tevoorschijn komen als een blad mooi is geschuurd en gelakt. Elk blad is een schilderij op zich.

Verantwoord gekapt hout

Veel van het hout waarmee Treetop Tables werkt komt uit Indonesië. Daarbij gaat het uitsluitend om gecertificeerd hout (V-legal certificaat) dat wordt gewonnen uit gebieden die door de overheid zijn aangewezen voor legale kap.



ROBUUST MAATWERK



Eettafels



Salontafels



Accessoires



Stoelen



Kwaliteit voor reële prijs

Het is gebruikelijk dat het hout voor Suar-tafels zoals wij die maken ongelakt in Nederland aankomt. Eénmaal in Nederland gaan ze krimpen en daardoor krijg je scheurvorming. Tijdens het transport wordt er wel gebruik gemaakt van vochtvreters, maar deze kunnen lekken op het hout, met vervelende vlekken tot gevolg.

Daarom laten wij een deel van onze bladen in Indonesië drogen en in dezelfde fabriek lakken. Alleen vinden wij deze lak niet van voldoende kwaliteit. Als de bladen door ons worden verwerkt, wordt de bovenlaag van de tafels er hier afgeschuurd waarna we deze lakken met meerdere lagen matte 2-componenten projectlak. Hierdoor ontstaat een prachtig en strak resultaat waarbij het hout het best tot zijn recht komt.

Kom naar onze showroom en maak kennis met ons aanbod en kwaliteit!

Boomstamtafel met X onderstel

Deze boomstamtafel is uitgevoerd in 40 mm massief eikenhout met X voet onderstel.

Alle lengtes leverbaar tot 390 cm.

De stoelen zijn Nederlands fabricaat uitgevoerd in een microvezel stof.



BEZOEKADRES

Dedemsvaart

Moerheimstraat 50
7701 CG Dedemsvaart

FABRICAGE EN OPSLAG

Balkbrug

Zwolseweg 18A
7707 AH Balkbrug

TREETOP TABLES



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

Al onze leveringen geschieden volgens de leveringsvoorwaarden van het CBW.





Vergaderen in stijl

Deze suar vergadertafels zijn uit één massief stuk gemaakt en volstrekt uniek.
De tafels zijn voorzien van meerdere lagen matte 2 componentenlak en hierdoor beschermt voor de meeste huishoud chemicaliën.



Vergadertafel vervaardigd uit suar

Wij leveren kwaliteit voor een reële prijs!





SORTAS
recycling

Afvalbrenngstation voor bedrijven & particulieren



Hesselterlandweg 69 (voormalig Rova locatie)

 **containerverlener.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 ROLUIKEN*

ACTIES T/M 8 NOVEMBER 2023

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!

“Rikels dé enige onafhankelijk Slaapexpert in uw regio”

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

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



Sander van Klompenburg,
eigenaar Rikels Slaapexperts

RIKELS
SLAAPEXPERTS

Van Wette
DAKKAPELLEN

Creëer meer licht
en ruimte op uw woning!

Ontwerp nu je
eigen dakkapel
op onze website!



vanwattedakkapellen.nl

Schering 45 | 8281 JW Genemuiden | www.vanwattedakkapellen.nl | 038 3033970 | info@vanwattedakkapellen.nl

25%

KORTING

OP EEN TRAPRENOVATIE NAAR KEUZE

VAKVLOEREN

**Deze korting geldt
tegen inlevering
van deze bon
m.u.v. lopende acties** ✂

De Swaenenborgh 12, 7941 BD Meppel
E info@vakvloeren.nl
T 0522 22 00 53



**Kom langs in
het exotische
plantencentrum
van Nederland
aan de A28
Afslag Wezep**

Bekijk onze Winterharde
palmbomen,
prachtige yucca's
en vele overige exoten.

Groot assortiment aan
exclusieve potten.
Showtuin aanwezig om
ideeën op te doen.

Geopend van
woensdag tot en
met zaterdag van
10.00-17.00 uur

Verbouwingskorting op alles
50% korting!



MyPalmShop

Zuiderzeestraatweg 452a - Wezep - 06 40243314

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

**WELKOM BIJ DE GROOTSTE
SERTA-DEALER VAN NEDERLAND!**



OFFICIAL
SERTA
DEALER

ERVAAR ZELF WAT EEN GOEDE 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

**klienten
beoordelen
ons met 9,8!**



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



Lukkes Outdoor TUINMEUBEL

DE TUINMEUBEL SPECIALIST VAN HET NOORDEN
WWW.LUKKESOUTDOOR.NL



Jachtwerfstraat 1a
8471 XW Wolvega

www.lukkesoutdoor.nl
0561 475048
info@lukkesoutdoor

2013-2023

10 JAAR TEGELHUYSS OMMEN

MAAK KANS OP EEN **GRATIS** BADKAMER,
TOILET OF WOONVLOER!



**DOE JE AANKOOP IN 2023
EN MAAK KANS OP JE
AANKOOPBEDRAG RETOUR**

Wie in 2023 een complete badkamer, toilet of woonvloer aanschafft maakt kans op het aankoopbedrag retour. Hoe het werkt? Koop je badkamer, toilet of woonvloer in 2023. Begin 2024 wordt uit alle aankopen van de complete badkamers, toiletten en woonvloeren een winnaar getrokken die het aankoopbedrag retour ontvangt.



kijk op onze site naar de actievoorwaarden of kom langs!

Strangeweg 24 | 7731 GW Ommen
T: 0529 467784 | info@tegelhuisommen.nl
openingstijden: di-za 10:00-17:00

Mooie producten tegen aantrekkelijke prijzen!



REPRO STORE

Volg ons op Instagram of Facebook om op de hoogte te blijven van nieuwe acties!
@repro.store.staphorst



Openingstijden

Dinsdag	13.00 - 17.00 uur
Woensdag	9.00 - 17.00 uur
Donderdag	9.00 - 17.00 uur
	19.00 - 21.00 uur
Vrijdag	9.00 - 17.00 uur
Zaterdag	9.00 - 17.00 uur
Tussen 12.00 - 13.00 gesloten.	

Repro Store staat voor:
Refurbished Producten
Retour Producten
Restant Producten
Reintegratie Project
www.reprostore.nl

Greenpan Wokpan
- Ø 28cm
- Antikleeftlaag ZONDER PFAS
- Geschikt voor alle warmtebronnen



Nu € 5,00 p.s.

Vogelvoederring
- Ø 20cm
- 3 soorten



Nu € 6,95 p.s.

Vogelvoederhuis berk
- 132cm hoog
- veel soorten vogelvoer in de winkel.



Nu € 48,95 p.s.

Vogelvoederhuis
- 26 x 26cm
- veel soorten vogelvoer in de winkel.



Nu € 18,95 p.s.

Tuingereedschap
- Diverse soorten



Nu € 5,00 p.s.

Cozy time cadeauset
- fluffy oogmasker
- zachte sokken
- vanille geurkaars



Nu € 4,95 p.s.

Dunlop Laarzen
- verschillende maten en modellen
- ook kinderlaarzen



Nu € 9,95 p.s.

*..en nog veel
meer scherpe
acties!*

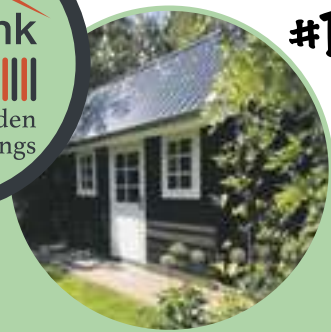
Hartelijk welkom op Gemeenteweg 37, Staphorst | Telefoonnummer Repro Store: 06 - 58 98 50 90





Waar verblijf jij?

#Tuinverblijf Maggy



www.gardenbuildings.nl

Marsweg 1a, 8013 PD Zwolle



MIT BOUW SHOP.

Openingstijden: Maandag t/m vrijdag van 7:00 uur tot 19:00 uur.
Zaterdag van 8:00 uur tot 15:00 uur

BOUWMATERIAAL

IJZERWAREN

GEREEDSCHAPPEN

HOUTBEWERKING

SLIJPERVICE

SIERBESTRATING

Kom langs in onze shop
en bekijk ons ruime
assortiment.

Pr. Beatrixstraat 5a
8281 CA Genemuiden
038-7856285



Primo

KEUKENS.NL

De voordeligste keukenzaak!

Onze service voor u:



DIRECT DE LAAGSTE PRIJS



GRATIS 3D KEUKENONTWERP



MEETSERVICE



STIPE LEVERING



MONTAGE



PRIMO KEUKENS MEPEL | ZOMERDIJK 3A | 0522 276 501
Hardenberg | Roden | Heerenveen | Dronten | Kampen | Almelo | Emmen



Zangdienst 19 november in Nijeveen

In deze zangdienst zal Jolien Damsma voor ons optreden, en natuurlijk zingen wij ook veel mooie liederen samen.

Als zangeres en liedjesschrijver is Jolien Damsma altijd op zoek naar die éne zin die het hart van de luisteraar weet te raken. Haar muziek is een mix van country/folk en. gospel – een veelzijdige combinatie waarop haar eerlijke en diepzinnige teksten tot leven komen.

Zo zong zij live met de groep KIK samen met Boudewijn de Groot op een theatertour en heeft ze meegewerkt aan het theaterprogramma van Karin Bloemen. Maakte

onlangs ook een singel met de naam “we are the dreamers” vaak is ze ook te horen met Elly Zuiderveld en Sera van der Vijver.

Een heel bijzonder en mooi stemgeluid en zeker qua songteksten een boeiend geheel, dit is zeker een avond die je niet wilt missen, maar waar je bij wilt zijn, en die begint om 19.00 uur in de Gereformeerde kerk aan de dorpsstraat te Nijeveen.

Bij de uitgang is er een schaal collecte



Als verlichting een belasting wordt

Door Gert Mooiweer

De donkere dagen naderen met rasse schreden, het wordt kouder, natter en ons aller weerstand moet alle zeilen bijzetten om gezond te blijven. Het seizoen dat we allerlei kuchjes produceren, misschien wel echt ziek worden breekt langzaam aan. Ook het aantal zelfdodingen neemt wat toe, geen zin meer in het leven. De kerst- en feestdagen zijn voor sommigen een tijd die ze maar al te graag over willen slaan. Deze mensen zijn vaak eenzaam doch niet alleen, want het zijn er veel te veel.



Als een ziekte te erg, te pijn vol of te mensonterend wordt kan euthanasie een verlichting zijn.

Een moeilijk en weloverwogen besluit door de naaste omgeving aanvaard kan dan een uitkomst zijn om het leven waardig af te sluiten. In sommige geloven is dit echter uit den boze en absoluut niet bespreekbaar, ook daar moeten we respect voor hebben. Als het lijden dan uiteindelijk voorbij is, hoor je vaak; het is goed zo, het kon ook echt niet langer zo en hij/zij heeft nu echt rust. Maar er zullen altijd mensen zijn, vaak diegene die wat verder weg staan van de familie en de situatie niet of nauwelijks kennen, die hun ongezouten mening even moeten spuien.

Want dit kan toch echt niet en daar zelfs jarenlange vriendschap voor opgeven en de nabestaanden behandelen als een stelletje boemannen, gaat mijns inziens wel erg ver. De beoogde verlichting is dan ineens een heel zware belasting geworden voor diegene die achterblijven. En ze hebben het al zo zwaar, wees nu eerlijk zij hadden het ook graag anders gezien en nog jaren in goede gezondheid met elkaar willen leven.

Jammer dat ik dit in mijn loopbaan als uitvaartverzorgster meerdere malen mee heb gemaakt.

Laat een ieder in zijn/haar waarde en oordeel niet te snel.

Laat verlichting geen belasting worden, toon begrip, medeleven en respect.

Alleen hiermee maken we de wereld een beetje mooier.

Helaas zie je dan dat zelfdoding soms een rol gaat spelen.

Zo af en toe krijg ik daar ook mee te maken. Een heftig moment voor iedereen. Niet alleen families/nabestaanden worden vaak diep getroffen door deze vorm van levensbeëindiging, zo ook wij als hulpverleners.

Ook euthanasie is een vorm van zelfdoding, alleen wordt dit traject helemaal besproken met de heren/dames medici en gaat er een weloverwogen traject aan vooraf. De "daad" wordt uitgevoerd door een bevoegd arts, maar het besluit wordt altijd door iemand zelf gekozen en genomen.



Xsensible Stretchwalker, een unieke loopbeleving

Kom langs bij Krisman en ervaar!



Xsensible® stretchwalker

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

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

Opgelucht ademen..

..doe je bij Zoutkamer Kampen

OPEN DAG

4 EN 5 NOVEMBER

Beide dagen zijn we geopend van 11.00 tot 16.00 uur.

Halo - Zout-therapie geeft verlichting bij luchtweg- klachten zoals:

- COPD, Astma, Hooikoorts, Sinusitis, rokershoest en andere lichtweg aandoeningen.
- Post Covid klachten - huid-klachten zoals: psoriasis, eczeem en acne.

REGIERWEG 16 KAMPEN
038 - 223 22 37
INFO@ZOUTKAMERKAMPEN.NL
WWW.ZOUTKAMERKAMPEN.NL

- Autosleutels
- Dupliceren
- Repareren en programmeren

AUTOSLEUTELS - NIEUWLEUSEN
0529-48 14 29

Maak een afspraak via Whatsapp op 0529- 481429

wij helpen u graag!



door Margriet Dalmeijer

MEPPEL – Straatnamen zijn overal om ons heen. Sinds de Gemeentewet in 1851 van kracht werd, zijn gemeenten verplicht om elke straat een naam te geven. Het resultaat is een mengeling van lange, korte, alledaagse en bijzondere straatnamen, die elk hun eigen betekenis hebben. In de rubriek 'Straatnaam onder de loep' gaan we op zoek naar de betekenis van straatnamen binnen het verspreidingsgebied van deze krant. Met deze maand: Celsius in Meppel.

Er zijn maar weinig mensen die de naam Celsius niet kennen. Zijn naam is immers onlosmakelijk verbonden met de temperatuurschaal die in Nederland en veel andere landen wordt gebruikt. Wie hij precies was, is echter een stuk minder bekend. Hoog tijd dus om daar verandering in te brengen en deze befaamde Zweedse wetenschapper in de spotlights te zetten.

Anders Celsius (27 november 1701 – 25 april 1744) werd geboren in de Zweedse stad Uppsala als zoon van Nils Celsius en Gunilla Spole. Zijn vader en zijn grootvader van moederskant waren beiden astronoom en zijn opa van vaderskant was wiskundige. Anders' grootvader Magnus was de eerste die de naam Celsius aannam. Dit was de gelatiniseerde naam van zijn familie-landgoed in de stad Ovanåker. Het landgoed heette Höger, wat in het Latijn vertaald wordt als 'celsus' en in het Nederlands als 'heuvel'. Met zoveel wetenschappers in de familie was het geen verrassing dat Celsius ook zelf voor de wetenschap koos. Uiteindelijk zou hij niet alleen astronoom worden, maar ook natuurkundige en wiskundige. Hij studeerde aan de universiteit van Uppsala, waar zijn vader les gaf, en volgde hem in 1730 op als hoogleraar in de astronomie.

Magnetisme

Tussen 1732 en 1735 maakte hij een zogenaamde grand tour door Europa, iets

wat heel gebruikelijk was in die tijd. Hij reisde onder meer naar Duitsland, Italië en Frankrijk, waar hij verschillende observatoria en onderzoekscentra bezocht. De kennis die hij daar opdeed, gebruikte hij om in 1741 een sterrenwacht op te richten in Uppsala. Celsius was bijzonder geïnteresseerd in het noorderlicht en deed hier veel onderzoek naar. Zo was hij de eerste die ontdekte dat er een verband bestaat tussen het poollicht en het magnetische veld van de aarde. In 1742 stelde Celsius na uitgebreid en nauwkeurig onderzoek een eerste versie van zijn temperatuurschaal voor. Hij deed dit in een artikel dat hij schreef voor de Koninklijke Vereniging van Wetenschappen in Zweden. Met deze uniforme schaal wilde hij een eind maken aan de wildgroei aan manieren om de temperatuur te meten.

Het bijzondere aan deze versie was dat Celsius het kookpunt van water op 0 graden vaststelde en het vriespunt op 100 graden. In 1745 werd besloten om het vriespunt en

kookpunt op Celsius' temperatuurschaal om te draaien, omdat men dat praktischer vond. Zelf maakte hij dat overigens niet meer mee; hij overleed op 25 april 1744 op slechts 42-jarige leeftijd aan tuberculose.

Anders Celsius, geschilderd door Olaf Arenius. Foto: Wikipedia



Loes Schepens exposeert verrassende papieren kunstwerken in Drukkerijmuseum

door Margriet Dalmeijer

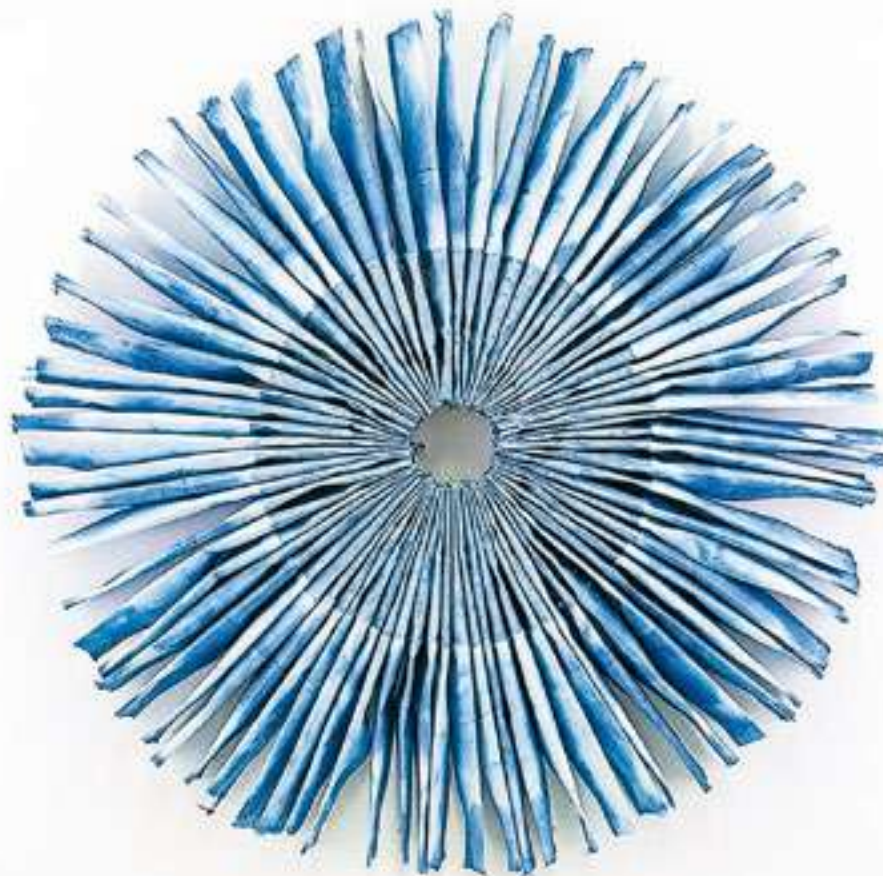
MEPPEL – Tot en met 26 december is bij het onlangs heropende Drukkerijmuseum in Meppel de expositie 'Papyrus Naturalis' te zien met werken van de internationaal bekende kunstenaar Loes Schepens. Zij maakt al ruim twintig jaar zelf papier uit duurzame en plantaardige vezels en creëert daarmee unieke en bijzondere kunstwerken.

Loes heeft haar sporen als ontwerper en kunstenaar inmiddels ruimschoots verdiend. Ze studeerde in de jaren tachtig grafisch design aan de kunstacademie St. Joost in Breda, startte vervolgens met succes een grafisch ontwerp bureau en ontwikkelde al vroeg een liefde voor papier, die ook regelmatig in haar ontwerpen terugkomt. De afgelopen twintig jaar is zij zich steeds meer gaan toeleggen op de papierkunst. Hiervoor ging ze in de leer bij papiermakers in onder meer België en Japan en deed ze ervaring op in Myanmar en Korea. Haar papier maakt ze onder meer van vlas, hennep en brandnetel, maar bijvoorbeeld ook van aspergeschillen of andere plantaardige restmaterialen. Ze vindt het erg leuk om met verschillende grondstoffen te experimenteren en diverse technieken toe te passen, zoals verven, bedrukken, perforeren of vouwen. Ook werkt ze met grafische technieken als lasergravuren en zeefdrukken.

Loes is een echt buitenmens en de natuur speelt dan ook een grote rol in haar werk. Niet alleen doet ze tijdens haar vele wandelingen inspiratie op, maar ook spelen natuurlijke elementen een grote rol in haar kunstwerken. Dat kunnen bijvoorbeeld bomen en planten zijn, maar ook landschappen of structuren. Door zelf de planten te kweken waarvan ze haar papier maakt, ervaart ze een diepe verbondenheid en bewustzijn met het materiaal.

Inktgeur

De kunstenaars, die al veel exposities in



Een voorbeeld van de kunst van Loes Schepens. Foto: Loes Schepens / Drukkerijmuseum Meppel

binnen- en buitenland heeft gehad, was meteen enthousiast toen de mogelijkheid zich voordeed om in het Drukkerijmuseum te exposeren: 'Toen ik voor het eerst het imposante pand van het Drukkerijmuseum binnenliep, kwam meteen de geur van inkt mij tegemoet en was ik al verkocht. Even later zag ik alle drukpersen en letterzetmachines die ze hier verzameld hebben en ook in leven worden gehouden door vele vrijwilligers uit het drukkersvak. Mijn grafisch ontwerphart ging sneller kloppen. Ik hoefde niet lang meer na te denken of ik hier mijn papieren objecten wilde tentoonstellen, dat

kon gewoon niet anders.'

In totaal worden er ruim veertig kunstwerken getoond: 'Ik laat werk zien van de laatste tien jaar, een greep uit verschillende fasen van mijn eigen ontdekkingstocht met het zelfgemaakte papier tot kunstwerken. De laatste tijd ben ik steeds meer natuurlijke pigmenten aan het toepassen bij de pulp van mijn zelf verbouwde vlas. Naast de kunstwerken laat ik ook de oorspronkelijke plantenvezels en papiermonsters zien, en er worden twee video's getoond. Een over het verbouwen van vlas met 'the Linen Stewards' en een van het maken van ons

eigen vlaspapier in de Middelste Molen in Loenen.'

Kijk voor meer informatie op www.drukkerijmuseum-meppel.nl/.

Uw advertentie bij ons in de krant?

Of wilt u maandelijks publiceren over uw vereniging/school of stichting?

Neem vrijblijvend contact met ons op!

info@boshuismedia.nl

06-51420108

www.boshuismedia.nl

De Meppeler Express: 25.000 exemplaren

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

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

De Meppeler Express is een onderdeel van:

Boshuis Media
Rietgans 16 • 7702 AX Dedemsvaart
06-51420108 • info@boshuismedia.nl
www.boshuismedia.nl



Woordzoeker



Lever het juiste antwoord in via info@demeenthe.nl of per post en maak kans op:

twee kaarten voor het Tributefest op zaterdag 13 januari!

De winnaar van de puzzel van de septembereditie is Greet de Gooijer uit Meppel.

AMERIKA
BADLANDS
BAD MEDICINE
BEAUTIFUL DAY
BORN TO RUN
CHRIS MARTIN
DE MEENTHE
E STREET BAND
EUROVISIE
EVENEMENT
FREDDY MERCURY
IERLAND
PARADISE
ROCKBAND
SONGFESTIVAL
STATIONSPLEIN
STEENWIJK
THE SCIENTIST
VIVA LA VIDA
WATERLOO
ZWEDEN

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

Oplossing

RABO THEATER DE MEENTHE M =

Rabo Theater De Meenthe | Stationsplein 1 | 8331 GM Steenwijk
www.demeenthe.nl | info@demeenthe.nl | 0521 51 40 04
Kassa geopend: maandag t/m vrijdag 10.00 tot 16.00 uur



YRO KEUKENS & BADKAMERS

SHOWROOM UITVERKOOP
WE MAKEN PLAATS VOOR DE NIEUWE MODELLEN

DEZE BADKAMER GEHEEL GEMONTEERD

KEUZE UIT VEEL
VERSCHILLENDE
TEGELS EN
BADKAMERMEUBELS

Geheel gemonteerd, leidingwerk, betegelen, hangend toilet, incl reservoir. Mooi badkamer meubel. Thermostaat douche mengkraan met regen douche. Inloop douche met scherm.

€ 12500,00*

Houten keuken

- Inductie kookplaat Zanussi
- Afzuigkap is recirculatie Airforce
- Koel- vries combinatie Zanussi
- Vaatwasser AEG

Compleet met blad en Inbouw apparatuur

nu voor € 6995,00*



GROTE UITVERKOOP SANITAIR

Wegens aanschaf nieuwe modellen 2023

Badmeubels al vanaf € 350,00

Geheel verzorgde toilet renovatie

PLAATSEN HANGEND TOILET EN FONTEINTJE. INCLUSIEF TEGEL- EN LEIDINGWERK.

Nu € 4500,00* voor



Mooie moderne keuken

Complete keuken

- Inductie kookplaat
- Afzuigkap
- Vaatwasser
- Onderbouw koeler

nu voor € 4995,00*



YRO KEUKENS & BADKAMERS

- Maandag geopend na telefonische afspraak

MARKNESSE
Expansie 10
T. (0527) 20 33 06

Huisleverancier van:
• Rotpunkt • Nobilia
• Nolte • Pronorm



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

* Vraag in de showroom naar de voorwaarden

Kijk voor de actuele openingstijden op WWW.YRO.NL



Nieuwe dinerkaart bij Brasserie de Boerderij



Vanaf de herfstvakantie hanteren wij onze nieuwe dinerkaart. Diverse gerechten passeren de revue en zijn met zorg samengesteld door onze chefkok.

Een nieuwe menukaart samenstellen vergt een goede voorbereiding. Vanaf de zomer bekijken wij al wat voor gerechten er weer bij het winterseizoen passen.

Onder andere de gegrilde varkenshaas, een wildstoof van hert en wildzijn en een vegetarische moussaka hebben hen plekje gevonden op onze menukaart. Vanaf heden zijn wij geopend van donderdag tot en met maandag en bent u natuurlijk van harte welkom om eens te komen proeven.

Heeft u al plannen gemaakt voor kerst? Het lijkt nog ver weg maar ook deze voorbereidingen zijn al in volle gang. Het kerstmenu is bekend en staat

gepresenteerd op onze website. Op kerstavond, 1e en 2e kerstdag kunt u bij ons terecht voor een 3 of 4 gangen menu. Het diner start vanaf 17.00 uur maar u bent vanaf 16.00 uur al van harte welkom om te komen borrelen. Daarnaast bieden wij op beide kerstdagen onze brunch aan. De inloop is tussen 10.30 – 11.00 uur. We starten met een kop soep en aansluitend kunt u gebruik maken van het uitgebreide buffet.

Wilt u meer informatie of reserveren?

Bel dan met 0523-225323 of ga naar onze website www.brasserie-de-boerderij.nl

Rollingsoft van Gabor – De innovatieve vrijetijdsschoen!

Wil je ook op wolkjes lopen?

De Rollingsoft sneakers van Gabor hebben een bijzondere flexibele zool en combineren bewegingsvrijheid en stabiliteit voor een onvergelijkbaar loopgevoel! De superlichte zool, die uit meerdere lagen is opgebouwd, heeft onder de voetboog een stabilisator, die de afwikkelpoging optimaal geleidt en ondersteunt. De groeven aan de zijkanten garanderen daarbij maximale flexibiliteit.



Beleef het zelf en kom onze sneakerscollectie van Gabor passen in de winkel of bekijk de collectie op webshop-jenn-zussenzij.nl

Zuss & Zij
Gemeenteweg 69
7951 CE Staphorst



Wat gebeurt er allemaal bij Dorris&Co?



door Dorris Passenheim

Deze afspraak staat al een hele tijd in de agenda. Dat is niet raar. Iedereen is druk en dan duurt een afspraak maken soms wat langer. Maar dan is het toch eindelijk zover. Op de ochtend van de afspraak is ze iets aan de late kant.

'Google vertelde me dat het 5 minuten lopen was, maar het waren er toch minstens echt 10', verontschuldigt ze zich. 'Gelukkig ben je alleen, dan hebben we wat meer tijd, dus niets aan de hand.' We lachen erom en met een kopje koffie erbij is er meteen rust.

Terwijl ze op de stoel zit en in de spiegel kijkt, kan ze even haar sieraden afdoen. Daarna beginnen we met de doeken. 'Wat bijzonder om te zien wat al die kleurhoogtes met mijn huid doen!' En dat is waar. De lentedoeken laten haar huid het meeste stralen en geeft haar ook een prachtige rust.

'Mijn kapster adviseerde me om harde

kleuren en veel zwart te dragen en mijn schoonheidsspecialiste vertelde me dat ik een herfstdame zou zijn. Verwarring alom dus. Daarom vond ik het tijd om het nu echt uit te zoeken. 'Daar is de kleuranalyse ook voor', leg ik uit. Tijdens het uitzoeken van kleding in de winkel vinden we al snel prachtige items die haar mooi afkleden. 'Ik werk aan een gezonder leven en ik ga nog wat afvallen', aarzelt ze.

'Ik werk samen met een hele goede coupeuse. Als de kleding iets te ruim wordt kan ik het rustig wat in laten nemen.' Maar, weet je zeker dat deze spiegels niet smaller maken?' 'Dat heb ik ook al eens gevraagd', zegt een andere dame die inmiddels de winkel binnen is gekomen. We lachen erom. 'Wij werken hier met 'gewone spiegels in de winkel'. 'Kleding in juiste kleur, in het juiste model, doen je altijd slanker lijken.'

Het was weer een mooie dag!

Lieve groet,
Dorris

Dorris & Co
Hoofdstraat 82
7941 AL Meppel

GEDREVEN, EIGEN, ALERT

Uitvaartzorg

Gea van Sleen

Dag en nacht bereikbaar
(06) 29 04 73 09

www.uitvaartzorggeavansleen.nl

Voor iedereen, ongeacht waar u verzekerd bent.

Dag en nacht bereikbaar
(ongeacht waar u verzekerd bent)
030 3865344 / 06 31061571
ook voor uw assieraden



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



Waar respect en afscheid
elkaar omarmen



Cranio Sacraal Therapie brengt:

Vitaliteit

Energie & Kracht

Verlichting

Ruimte & blijheid

Balans

CRANIO SACRAAL
THERAPIE STEENWIJK

Roelie Vijverberg
06-15449378
www.craniosacraaltherapiesteenwijk.nl
info@craniosacraaltherapiesteenwijk.nl

Ik heb kanker, maar ik ben zoveel meer..



door Roelie Vijverberg



Petra meldt zich bijna anderhalf jaar geleden bij mijn praktijk met klachten in haar bil-en been-spieren aan de rechterkant. Het feit dat ze al een tijd met uitgezaaide borstkanker leeft, is niet eens het eerste wat ze deelt. Al gauw ontdek ik waarom dit is, Petra staat ondanks de situatie volop in het leven en is vastbesloten haar nog jonge dochters op te zien groeien en zoveel mogelijk te genieten.

De diagnose in 2019 drie dagen voor kerst was uiteraard heftig, net als het moment ruim een jaar geleden, waarop ze definitief afgekeurd wordt. Met pijn in haar hart laat ze haar baan als docente in het VMBO gedwongen los. Maar haar wil en vertrouwen tot leven, verliest ze eigenlijk geen enkel moment. Als je Petra ontmoet, zie je een mooie spontane liefdevolle vrouw vol energie. De afgelopen anderhalf jaar ben ik een stukje mee genomen in haar ontroerende manier van omgaan met wat zij tegenkomt in haar leven. En het deed mij opnieuw beseffen dat hoe je je verhoudt tot hetgeen je 'overkomt' grotendeels maakt hoe je ermee leeft. Onze eerste reactie is vaak iets dergelijks als 'wat afschuwelijk, je bent nog zo jong'. Petra vertelt dat dit soort reacties eigenlijk voor haar niet helpend zijn. Zij is de afgelopen jaren juist bezig een goede balans te vinden tussen onderzoeken wat haar lijf nodig heeft en daarnaast volop te leven. Met therapieën werkt zij aan gezond eten/leven en op celniveau contact leggen in haar lijf om te onderzoeken wat nodig is en wat nog losgelaten mag worden. Vastgezette trauma kan in het lijf namelijk tot ziekte leiden uiteindelijk. Tijdens de behandelingen rouwt Petra om het verlies van haar zoonje en

haar moeder, die overleed toen zij nog maar een meisje van tien was. Petra leert op celniveau zichzelf te ontmoeten, waarderen en opladen. Tussendoor zijn er verschillende momenten waarop uitzaaiingen ontstaan en met verschillende chemo's en therapieën weer bestreden worden. Maar bovenal leeft Petra, ze viert volop feest op haar vijftigste verjaardag, beleeft vakanties en worstelt met dingen uit het 'gewone' leven die jij en ik ook tegenkomen. Tijdens één van de sessies kijken we samen naar het beleven van intimiteit met betrekking tot haar borsten. We hebben vaak de neiging afstand te nemen van onze zieke delen in het lijf, terwijl we deze juist moeten liefkozen. Het hielp Petra en haar man om elkaar ook fysiek weer meer te vinden.

Hoewel Petra bovenal positief is, zijn er natuurlijk momenten dat ze ook gewoon bang en verdrietig is. En daarin is het zoeken naar deze gevoelens de ruimte geven, maar niet zoveel ruimte dat ze haar proces negatief kunnen beïnvloeden. Dat wat dus eigenlijk voor ons allen geldt.

Petra vertelt soms heel beeldend hoe mensen op een verjaardag als ze bij haar aankomen vragen 'en hoe is het nu met jou?' met een zorgelijke blik die eigenlijk zegt 'want jij hebt kanker'. Dit is voor haar niet helpend en wekt eigenlijk irritatie op, want Petra heeft kanker, maar is zoveel meer. Laten we allen bewust blijven van onze kwetsbaarheid en open tegemoet treden wat op ons pad komt. Want de controle waar de meesten van ons naar verlangen en zoeken, belet ons vaak eerder dan dat het ons vooruit helpt.

KRUIDER WORKWEAR

WERKKLEDING - BEDRIJFSKLEDING
VEILIGHEIDSSCHOENEN - PBM's



Kruiders Workwear: de beste keuze voor professionele kleding. Onze collectie bestaat uit duurzame en comfortabele werkkleding, speciaal ontworpen voor mensen in de bouw, industrie en landbouw. Van overalls tot werkbreeken en van jassen tot werkschoenen, wij hebben alles wat u nodig heeft voor een veilige en comfortabele werkdag. Bezoek onze winkel voor een passend advies. Kruiders Workwear: werkkleding voor professionals!

Kruiders Workwear
Lange Baan 27B
8331 LW Steenwijk

0521 - 854 939
www.kruidersworkwear.nl
info@kruidersworkwear.nl

OPENINGSTIJDEN:
Ma t/m Vrij: 8u30 - 17u00
Za: 09u00 - 12u30



U vraagt... Wij regelen...

door Richard Krist

Ging het vroeger zoals het bij de burens en iedereen werd gedaan, is het tegenwoordig (gelukkig) persoonlijker en meer zoals het leven van de dierbare is geweest. Passend en persoonlijk in welke vorm dan ook. Het is altijd goed. En zoals ik altijd zeg:

"Het kan maar één keer en het kan maar één keer goed!"

Deze uitspraak stond laatst op een inlegvel met wensen hoe het verloop van de plechtigheid moest zijn. Eigenlijk de herdenking, want de overledene was door de familie vooraf in eigen kring weggebracht naar het crematorium om daarna het leven van hem en van iedereen te vieren. Zo kan het ook en zo mag het óók zijn.

Terwijl ik dit schrijf denk ik aan de dag van gisteren. Een heel goed voorbeeld van hoe het ook kan.

Tijdens een open dag in het Afscheidshuys Steenwijk zijn ze, meneer en mevrouw op leeftijd, voor het eerst kennis komen maken om daarna een afspraak te maken om nader kennis te maken en om mij door de "ballotagecommissie" te laten gaan. Tijdens ons eerste gesprek bij hen thuis hebben we over van alles en nog wat gesproken. Al een klein beetje over wensen en mogelijkheden van en over een uitvaart en verzekeringen. Een tijdje later werd ik gebeld dat ik "goedgekeurd" was en dat ze graag met mij in zee wilden gaan. Of ik ook een uitvaart regel en begeleid zoals ik ben. "Ik kan en wil niet anders" "Goed zo, jongen." Zo hebben wij meerdere afspraken gemaakt en hebben alles voor meneer besproken en in de "benen" gezet voor als het zover met hem zou zijn... Nu moet ik zeggen dat het nu exact een week geleden is dat ik het telefoontje heb gekregen dat hij zijn ogen heeft gesloten en het ruim 5 maanden geleden is dat ik de eerste keer bij hen aanschoof in huis. De uitvaart van meneer is gisteren geweest in het crematorium waar wij, mevrouw en meneer en ik zie de gek, zijn geweest om te bespreken wat hij allemaal wilde dat er zou gebeuren voor tijdens en na de plechtigheid daar. Hoe bijzonder is dat? Ik vind dat heeeeeeel bijzonder! Meneer en mevrouw 87 en 86 jaar, opgehaald door mij, om samen daar te gaan kijken naar de mogelijkheden in het crematorium. Alles was klaar om uit te voeren vanaf het moment dat hij zijn ogen zou sluiten. En ik moet eerlijk zeggen toen ik dat telefoontje kreeg, vandaag een week geleden om 1.40 uur stond voor mij, weliswaar net wakker gebeld, maar meer dan helder, de wereld even stil. Wetende dat het beter en goed is, maar toch. Ik wist precies wat ik moest doen, want meneer had alles tot in de puntjes besproken en met mij geregeld. Tot alle info waarvan ik een levensverhaal moest maken. Tot in detail uitgewerkt om door mij daar een verhaal van te maken in de stijl van hem voor het moment van zijn uitvaart. Toen ik daar mee begon, de avond voor de dag van, ben ik achter mijn computer gaan zitten en heb het leven van meneer met alles wat was verteld en geschreven bijna in een zucht opgetekend. De dagen tussen overlijden en uitvaart is hij steeds "in beeld" geweest en heb goed overdacht wat ik wilde benoemen en wilde vertellen waar hij zelf de nadruk op had gelegd. Toen ik van zijn vrouw hoorde dat dit echt in de stijl van haar man was en zo treffend geschreven en uitgesproken was kon ik alleen maar glimmen. Glimmen van binnen, denkend aan meneer en hoe de afgelopen tijd met hem en zijn vrouw was geweest. Waardevol en dankbaar dat je daar dan als uitvaartbegeleider een onderdeel van mag zijn.

"Krenten in de pap"

Ook een manier van...

Waar tegenwoordig ook steeds meer persoonlijke besluiten over worden genomen in ons vakgebied is het rouwvervoer. Zoals het vroeger ging met zwarte rouwauto met volgauto's is er nu bijna geen nee te koop. Alle kleuren van de regenboog of één met regenboogkleuren, panterprint, bakfiets, rouwkoets met paarden ervoor of een Dodge Ram... U vraagt... Wij regelen. Als het half kan is het de uitdaging om dit te regelen. Dit geeft zoveel voldoening als je kan voldoen aan de vragen en wensen van



nabestaanden om het geheel compleet te maken en daarmee een goede basis voor later te leggen.

Zo ook een jonge dame die heel ziek was geweest en op de juiste weg was en goede vooruitzichten had gekregen. "Als ik straks weer zover ben dat ik kan paardrijden, koop ik een Fries en ga weer rijden..." Het mocht helaas niet zo zijn, maar om haar alle eer te geven mocht ik een rouwkoets regelen met Friese paarden ervoor in vol ornaat. De koetsier in vol ornaat en ondergetekende in jacquet met hoge hoed, driedelig en handschoenen bij een temperatuur van 30 +. Het liep met echt overal af, maar het gaf zo'n goed gevoel en voldoening dat we dit konden doen. En dan de hele weg van het Afscheidshuys naar de begraafplaats aan de andere kant van Steenwijk. De hele weg, ondanks de hitte, kippevel "all over the place" en moeite om de tranen net binnen te houden met op de achtergrond de paardenhoeven en de wielen van de koets op straat met alle mensen aan de kant van de weg om te kijken en haar de eer te bewijzen...

Vaker gezegd...het mooiste vak van de wereld!!

Wat moet ik aan?

Bij elke familie stel ik deze vraag en krijg regelmatig vragende blikken van "Hoe bedoel je?" "Als ik dan uitleg dat het dragen van passende kleding kan bijdragen aan alles van de dag van..."

Wel of niet een stropdas. Een driedelig kostuum of gewoon een nette broek met jasje. U vraagt.. wij dragen...

Ik moet gelijk denken aan een familie waarbij ik de uitvaart van de moeder en oma mocht verzorgen. Een familie waar iedereen van moet houden wil ik bijna zeggen. Een goede klik en vanaf het eerste moment een goed gevoel van dat je kan bijdragen aan wat er moet gaan gebeuren. En daar kwam ook de vraag wat ik aan zou moeten op de dag van uitvaart. Mevrouw hield van roze en het was vanzelfsprekend dat ik iets roze aan zou moeten. "Wacht even we hebben iets van haar wat je eigenlijk aan moet" Tot mijn verbazing kwam de dochter met een roze hood met de naam van mevrouw voorop. Ik zou mezelf niet zijn dat ik deze niet zou hebben gepast en als deze gepast zou hebben ik deze ook gedragen zou hebben. Hij paste niet. "Och wat jammer nou!" Stiekem beetje blij, maar ik had deze zeker weten gedragen. Op de dag van de uitvaart droeg ik mijn van Bommel, Hugo de Jonge schoenen, een gewone blauwe broek, een bont overhemd en ja vanzelfsprekend een roze trui. We kwamen bij het crematorium aan met een trompettist voorop die van veraf "aankondigde" dat we er aan kwamen. Weer zo'n moment om nooit te vergeten.



Nog een heel mooi voorbeeld van persoonlijk afscheid vorm geven.

"Mijn vader heeft altijd gezegd: "Als het mijn tijd is rijdt de rouwstoet achteruit..." Dit moet je niet benoemen als ik de begeleiding mag doen. Hier heb ik over nagedacht hoe dit te doen. Met meer dan 15 auto's die zouden volgen was het iets wat niet haalbaar zou kunnen zijn, maar... Meneer werd door zijn vrouw in een oude Landrover, met zijn zoons en 2 kleinkinderen vervoerd van het woonhuis naar het betreffende crematorium. Overlegd met de weduwe, die zelf zou rijden, dat aangekomen bij het betreffende crematorium zij de auto achteruit rondom het gebouw zou rijden om haar man "af te leveren". Toen ik op voorhand bij het crematorium kwam om de stoet binnen te halen en voor te lopen, gaf ik aan dat ze niet raar op moesten kijken dat ik zou gaan voorlopen voor een Landrover rouwauto, waar de weduwe zou rijden, zijn kinderen zouden zitten en dat deze achteruit zou rijden. De ogen en de manier hoe deze mij aankeken toen ik dit meldde, vergeet ik niet nooit meer. Maar hoe mooi was dat, dat je het, wat lang geleden eens gezegd werd, waar kon maken. En ik moet zeggen dat mevrouw kon rijden als een echte chauffeur. In de situatie waarin ze op dat moment zat zo cool de auto rond het gebouw te sturen. Chapeau. U vraagt...wij denken mee...adviseren...en regelen...

Heeft u vragen over hoe en wat er kan en mogelijk is?

Wilt u meer weten hierover? Schroom niet om contact op te nemen.

Ik help u graag.

Warme groet,
Richard Krist

Richard Krist Uitvaartbegeleiding / Afscheidshuys Steenwijk
Koningstraat 1, 8331 HV Steenwijk
06 48415584 / info@rk-uitvaart.com



Richard Krist
Uitvaartbegeleiding





Restaurant **HAPPY GRILL PESSE**

KOM BIJ ONS ALL INCLUSIVE GENIETEN!

Wij verwelkomen je in een uitgebreid live cooking buffet met een wok en tepanyaki grill. Onze collega's staan hier voor u klaar om de lekkerste zelf samengestelde gerechten voor u te bereiden.

Daarnaast bieden we een uitgebreide selectie van luxe gerechten die al voor u klaar staan. Loop zelf langs de verschillende buitenlandse gerechten. U kunt van alles een beetje proberen om nieuwe dingen te ontdekken. We hebben erg ruime keuze uit koude en warme voorgerechten, hoofdgerechten en desserts. Zo hebben wij verschillende soorten ijs, chocolade fonteinen en erg veel verschillende lekkere toetjes zoals vers fruit, crème brûlée, brownies en nog veel meer.

Naast al dat eten hebben wij ook ruime keuze aan drankjes. Veel verschillende soorten fris, sap, koffie, thee maar ook tap bier en huiswijn deze zijn allemaal inbegrepen in de prijs. Wij hebben voor een kleine meerprijs ook een lekker biertje van onze speciaal bier tap of een flesje Chinees bier, erg lekker om een keer te proberen. We hebben natuurlijk ook gedacht aan onze jongste gasten. Zo hebben wij veel gerechten die ze erg lekker vinden. Naast al dat eten en drinken hebben we ook nog verschillende speelgelegenheden voor de kinderen. Binnen hebben we een leuk springkussen en buiten een groot speeltoestel. Zo is er voor iedereen wat leuks. Kortom, wij bieden veel voor een vriendelijke prijs.

BEILERSTRAAT 2 7933 TT PESSE - WWW.HAPPYGRILL.NL - 0528 242708