



Woonbijlage:
Trends & tips voor
je huis **9**



Laure Veldman
officieel kinderbur-
germeester **22**



Ondersteuning bij
rouw **27**



Maak zaterdag kennis met Minto Tandzorg tijdens de open dag

‘Onze patiënten willen we echt leren kennen, want voorkomen is beter dan genezen’

door de redactie

Twee dames die tijdens hun studie aan de Rijksuniversiteit Groningen dezelfde visie op tandheelkunde bleken te hebben: de Brabantse Charlotte van Dommelen en de Overijsselse Peywand Korenromp. Dat resulteerde in een maatschap in het mooie Ommen, die in amper een jaar tijd uitgroeide tot een tandartspraktijk met acht personen. Met allen dezelfde missie: het bieden van volledige en persoonlijke tandheelkundige zorg.

Op 28 november vorig jaar startte Minto Tandzorg aan de Van Reeuwijkstraat 54. “Op de feestelijke opening kunnen we terugkijken als een groot succes. Die vond plaats op een moment dat veel andere praktijken in de omgeving een patiëntenstop hadden ingesteld. Maar we hebben wel de indruk dat veel patiënten bewust voor onze praktijk hebben gekozen. Natuurlijk: we zijn vrouwen in een omgeving waarin de meeste tandartsen mannelijk zijn. Maar dat is niet het belangrijkste waarmee we ons onderscheiden. Wij zijn beiden heel ambitieus en gericht op tandheelkunde in de breedte. We doen behandelingen voor zowel de korte als de lange termijn en gaan daarmee voor het behoud van een gezond, onderhoudsvrij gebit bij onze patiënten.” En er is aandacht is voor wat patiënten daar zélf voor kunnen doen. “Je eetgedrag bijvoorbeeld is van grote invloed. Daarom zetten we sterk in op preventie en bewustwording. Het welbekende gaatjes



Een succesvolle opening vorig jaar, bijna een jaar later is er een open dag.

vullen hoort natuurlijk nog steeds bij ons werk maar is eigenlijk symptoombestrijding. We krijgen hier bijvoorbeeld veel vijftigers die nog nooit gehoord hebben van alle andere zorg die we bieden. Neem het

verbeteren van een kies. Daardoor voorkom je niet alleen cariës – gaatjes dus – maar gaat het kauwen ook beter. En dat is ook trouwens ook weer positief voor de darmen.”

Lees verder over Minto Tandzorg op pagina 23

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

*Niet omdat het anders moet,
maar omdat het anders kan*

Uitvaartverzorging en begeleiding
Vechtdal

Uitvaartverzorgster:
Jan Slagter
06 252 436 88
24 uur per dag bereikbaar

Nieuwelandstraat 6
7731TH Ommen
T 0529 46 30 46

info@uitvaartverzorgingvechtdal.nl
www.uitvaartverzorgingvechtdal.nl

Bingo- Bijeenkomst Saam Welzijn

Saam Welzijn organiseert in de Olmen te Nieuwleusen maandelijks een Bingo-bijeenkomst. Iedere 2e woensdag van de maand kunnen liefhebbers van 14.00 tot 16.30 uur deelnemen aan de Bingomiddagen. Aankomende maand zal de Bingo-bijeenkomsten plaatsvinden op woensdag 8 november. Iedereen is welkom, er worden meerdere rondes gespeeld en er zijn leuke prijzen te winnen. Heeft u vragen? Dan kunt u contact opnemen met Saam Welzijn Dalfsen, tel: 0529-793013.

**Uw advertentie of
artikel in onze krant?**

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

Maatwerk tafels
voor binnen en buiten

TREETOP TABLES
TAFELS EN MEER

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

Schoenmaker Eddie in het mooie centrum van Zwolle

KLAAR TERWIJL U WINKELT!

Voor schoenreparaties, sleutels en accessoires.



Broerenstraat 7 - 8011 VB Zwolle
06-51688332 - eddiemollenaar@gmail.com
www.schoenmakerijzwolle.nl

"Als kleinschalige uitvaartondernemer ben ik onafhankelijk en zijn de keuzes van de familie doorslaggevend. In de emotionele periode vlak na een overlijden breng ik rust en aandacht en begeleid de familie liefdevol naar het definitieve moment van afscheid nemen."

Verzoekt uw adresart. Hetzelfde!



www.freda.nl

06 - 425 132 80
24/7 bereikbaar!




VOOR AL UW ZONWERING

(RITS)SCREENS



ROLLUIKEN



ZONNESCHERMEN

VOOR MEER INFORMATIE
SCAN DE QR-CODE



WWW.SANSON-ZONWERING.NL



Voor meer informatie:
(0524) 515 899
info@ugna.nl - www.ugna.nl
Ballastweg 2 - Coevorden

Al meer dan 80 jaar vertrouwde zorg in uw omgeving

Bij overlijden: 0524 - 515 899 of 0800 - 024 25 26
(dag en nacht bereikbaar)

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

Huishoudelijke hulp gevraagd



Waar? Dalfsen
Hoevaak? Om de week
Uren? 3 uur

bel: 06-55704947

Colofon
Vechtdal krant: 23.000 exemplaren

Vechtdal krant is een onderdeel van:
Boshuis Media
Rietgans 16 • 7702 AX Dedemsvaart
06-51420108 • info@boshuismedia.nl
www.boshuismedia.nl



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.**



Jacky's Hoorstudio
Uw audicien dichtbij



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

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

0529 - 23 20 40
info@jackyhoorstudio.nl
www.jackyhoorstudio.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
brasserieboerderij



BRASSERIE DE BOERDERIJ

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

De voordelige jeansaanbieder open op donderdag, vrijdag en zaterdag

HUIGE MODE de broekenspecialist



STAPELS DIVERSE JEANS €25,- per stuk OP=OP	DAMES JEANS MAISON DE PARIS €39,95	CARS JEANS tapered fit €49,95	BRAMS PARIS en 24/7 Slim fit €49,95	BASIC JEANS stretch lengte 32 / 34 €29,95 2 VOOR € 50,00	CARS JEANS Douglas slimfit €39,95	LEVIS JEANS 501/511/514 €49,95 OP=OP
--	---------------------------------------	----------------------------------	--	--	--------------------------------------	--

TEL 0523-657195
ZWOLSEWEG 106, BALKBRUG
DEBROEKENSPECIALIST.NL



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 couturerestruk na couturerestruk 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

Expositie ColorWorld in de Reestkamer toont de natuur in al haar facetten

door Margriet Dalmeijer

OUD-AVEREEST – Tot en met 3 december is in de Reestkamer in Oud-Avereest de expositie ColorWorld te zien, met bijzondere foto's van fotograaf Mark Scheper uit De Wijk.

Deze fotograaf heeft diverse publicaties op zijn naam staan, waaronder in Chip Foto Video en Grasduinen. Ook hebben zijn foto's enkele keren prijzen en nominaties ontvangen. Zo won hij onder meer in 2020 de fotowedstrijd van Tourist Info Het Reestdal met zijn foto 'volle maan bij opkomende zon'. De afgelopen jaren heeft hij verschillende keren geëxposeerd in de regio Groningen. 'De wereld zien door een camera is als kijken met een andere bril', zo zegt de Reestkamer over de expositie. 'Het resultaat is een bijzondere foto-expositie met beelden van Mark Scheper. De natuur in allerlei facetten is hierbij het hoofdthema.'

Mark Scheper: 'Dynamiek in verstilde beweging, abstracte collages van alledaagse dingen, maar vooral natuur, landschappen en de rust die daarvan uit kan gaan, zijn mijn inspiratiebronnen. Ik ben fotograaf met passie voor natuur en oog voor detail. 'Standpunt, zichtlijnen, (natuurlijk) licht, details en achtergrond, allemaal spelen ze een rol in een goede foto. Bij mijn fotografie zijn alle elementen van belang. Zowel het onderwerp als de omgeving waarin deze zich bevindt, vraagt aandacht. Ik vind het een uitdaging om de compositie zo te kiezen dat ik de toeschouwer meeneem in mijn beleving, zodat wat ik wil laten zien het best tot zijn recht komt.'

Intuïtief

De passie voor fotografie zat er bij Mark al jong in: 'Ik ben sinds ongeveer mijn achtste jaar bezig met fotografie, de ene periode wat intensiever dan de andere. Na in vroegere jaren met dia's, negatieven en in de doka gewerkt te hebben, ben ik later overgestapt op digitaal. Ik vind het fijn dat ik hiermee snel kan werken en ter plekke kan zien wat er beter of anders kan aan de foto. Ik ben een tijd bij een fotogroep aangesloten geweest (4Fier050), waarbij we op een constructieve manier feedback gaven op elkaars foto's. Dit was heel leerzaam

en resulteerde uiteindelijk in een aantal exposities. Mijn voorkeur gaat vooral uit naar landschapsfotografie en macrofotografie (een manier van fotograferen waarbij je kleine onderwerpen groot in beeld brengt, red.), maar ook abstract werk heeft mijn interesse. Ik werk intuïtief en meestal zonder duidelijk vooropgezet plan.'

De fototentoonstelling van Mark Scheper is te bezoeken tijdens de openingstijden van de Reestkamer, op zaterdagen en zondagen van 14.00 tot 16.00 uur. Op 19 november is de Reestkamer gesloten. Toegang tot de expositie is gratis. Meer informatie op www.colorworld.nl/.

Voorstellingen Reestkerk

Naast bovenstaande expositie zijn er de komende maanden verschillende voorstellingen gepland in de Reestkerk. Zo staan er onder meer een kerstconcert, chansons en cabaret op het programma. Ook staat er een optreden gepland van Mylou Frencken, bekend van Met het Mes op Tafel.

Kijk voor meer informatie op www.reestkerk.nl/agenda/.

Canasta in de Olmen

Saam Welzijn organiseert iedere maandagochtend tussen 9.30 en 11.30 uur een kaartochtend in de Olmen te Nieuwleusen.

Het kaartspel Canasta wordt dan gespeeld. Het is een kaartspel waarbij geluk, inzicht en tact goed van pas komen. Meedoen draagt bij aan het stimuleren van de geest, de zgn. grijze cellen. Bovendien geeft het u 2 uur gezelligheid en plezier.

Als u dit spel kent en het een leuk kaartspel vindt bent u van harte welkom. Aan deze kaartochtend zijn geen kosten verbonden m.u.v. de koffie/thee.

Wilt u meer weten of u aanmelden? Dan kunt u contact opnemen met Alie Bijker, tel: 06-24851261.



Een voorbeeld van landschapsfotografie. Foto: Mark Scheper

Eerste rit Drivers for hope op 15 november

NIEUWLEUSEN – Drie inwoners uit Nieuwleusen hebben de stichting Drivers for Hope opgericht en binnenkort wordt de eerste rit uitgevoerd voor Stichting Vriendenhulp Oekraïne uit Dedemsvaart. Met een vrachtwagen vol ziekenhuisbedden, beademingsapparatuur en andere hulpgoederen vertrekt de eerste rit op 15 november a.s. naar Beregovo in Oekraïne. De stichting heeft als belangrijkste doel hulpgoederen op plekken in Europa te brengen waar de nood hoog is.

Drivers for Hope

Arjan Jans, Gerard Dunnink en Bas Timmerman hebben de handen ineen geslagen en de stichting Drivers for Hope opgericht. Het is de bedoeling om met een eigen vrachtwagen en een grote groep vrijwillige vrachtwagenchauffeurs regelmatig hulptransporten uit te voeren. Drivers for Hope richt zich op het regelen van het vervoer van door anderen ingezamelde goederen. Een ieder die hulpgoederen verzamelt, weet hoe lastig het is om deze goederen op de juiste bestemming te krijgen tegen zo laag mogelijke kosten. Door zendingen te combineren, te werken met vrijwilligers / partners en opgedane ervaring kan Drivers for Hope de kosten van het vervoer relatief laag houden met daarbij de zekerheid dat de goederen op de plek van bestemming aankomen. Drivers for Hope werkt uitsluitend met vrijwilligers. Met hart voor de medemens gaan zij belangeloos op pad.

De stichting heeft een bestelling geplaatst voor een eigen vrachtwagen die volledig is ingericht voor langere afstanden. De stichting is dan niet meer afhankelijk van materieel dat van 'derden' geleend of gehuurd moet worden. Totdat de eigen vrachtwagen geleverd is, kan de stichting beschikken over een tijdelijk beschikbaar gestelde vrachtwagen.

Giften

De nieuwe stichting is grotendeels afhankelijk van giften en sponsoring. Op de website van Drivers for Hope (www.driversforhope.nl) kunt u meer informatie vinden over de stichting.





Klant worden?
Scan de QR-code:



tandheelkunde van A tot Z

In onze praktijk kun je terecht voor algemene tandheelkunde, preventievebehandelingen uitgevoerd door een preventie-assistente of mondhygiënist, implantologie, orthodontie middels aligners en het herstellen van de functie van het gebit, zoals een slijtageopbouw.

over ons

Na jarenlange ervaring aan – en naast – de stoel en met een hoop kennis op zak, startten wij (Peywand en Charlotte) onze eigen praktijk. Inmiddels zijn we bijna een jaar verder en telt het Minto-team in totaal acht enthousiaste collega's. Daar zijn we hartstikke blij mee en ontzettend trots op.



Van Reeuwijkstraat 54 | 7731 EH Ommen | 0529 445001
info@mintotandzorg.nl | www.mintotandzorg.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**



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



Koop uw vlees direct van de boer!

Vrije uitloopeieren van eiboerderij Smid

Beter Leven ★ kippenvlees van Pluimvee -bedrijf Heusinkveld

en een selectie aan zuivelproducten van Jersey koeien!

Ontdek vers ingevroren boerenvlees! Van 100% kalfsvlees tot scharrelvarkensvlees. Proef het verschil!

Bij ons vind je een ruime keuze aan vlees zoals een entrecote, saucijzen of verse varkenshaas. Ook hebben we ambachtige kalfskroketten en bitterballen zonder E-nummers. Daarnaast hebben we ons assortiment uitgebreid met vrije-uitloopeieren van Smid eiboerderij uit Heemserveen, Beter Leven ★ kippenvlees van Pluimveebedrijf Heusinkveld uit de Vinkenbuurt, en zuivelproducten van Jersey koeien, waaronder melk, yoghurt en kaas.

Voor speciale gelegenheden zoals barbecues, feesten of met Kerst, kunnen we op maat gemaakte pakketten samenstellen met bijv. droge worsten, lokale bieren en streekproducten van Ceert Best. Bekijk ons volledige assortiment op onze website.

Wil je graag meer informatie en eens langskomen? Op onze vaste dagen zijn wij geopend en andere dagen of tijden in overleg.

Woensdag 09.00 - 12.00 uur
Zaterdag 09.00 - 14.00 uur

kalfsvleesdedemsvaart.nl



Groot aanbod in divers vlees!



A Ommerkanaal 27, 7701 RC Dedemsvaart T 06 - 28 54 24 62 E info@kalfsvleesdedemsvaart.nl W www.kalfsvleesdedemsvaart.nl



graafies
ONTWERP



Samen scoren in social media!

// Jouw zichtbaarheid is belangrijk! Ook up-to-date blijven op offline of online gebied? Neem contact op en **let's GO!**

- // 1x post per week (in overleg meer posts mogelijk)*
- // Incl. doornemen, tekst en ontwerp
- // Incl. post inplannen Instagram, Facebook en LinkedIn*

*Alleen geldig op nieuwe aanvragen. Standaard op Instagram en Facebook, prijzen zijn excl. btw.

ERPLOT REALISATIE >>> VAN

Nu voor €150,- social media



A Celsiusstraat 8
7701 BW Dedemsvaart
T 06 36 56 27 74
E info@graafiesontwerp.nl

GRAAFIESONTWERP.NL





NEW SERIES

Music Store

Larry Carlton

- ✦ Service & onderhoud
- ✦ Eigen bezorgservice
- ✦ Duurzaam verpakt
- ✦ Fysieke showroom



KOM NAAR DE SHOWROOM

BEKIJK DE NIEUWSTE MODELLEN



GRATIS kop koffie
In onze geconditioneerde koffiehoek



5%

**KORTING
BIJ INLEVEREN
VAN DEZE
COUPON**

Geldig tot 10-11-2023

Kom langs in onze showroom op de Marconistraat 9, Dedemsvaart.

Bezoek onze website www.tothemaxxmusic.nl



Woon bijlage

De bladeren vallen van de bomen, de avonden worden langer, en de gezelligheid in huis neemt toe. Het najaar is de perfecte tijd om je huis een frisse en warme uitstraling te geven. Ben jij op zoek naar de nieuwste najaarstrends voor in je woning? Of heeft je huis nog wat onderhoud nodig om 'winterklaar' te zijn? In deze woonbijlage hebben wij alles wat je nodig hebt.



Behang mag niet ontbreken in jouw interieur

Kom langs voor advies

13



Robuust maatwerk

Bij Treetop Tables

14



De oplossing op maat

Een sta-op fauteuil op maat bij Max Vitaal

19

Bos Bedden

Droom bedden



10% textiel cadeau bij Ergosleep

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



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

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



Woon

Kortin

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



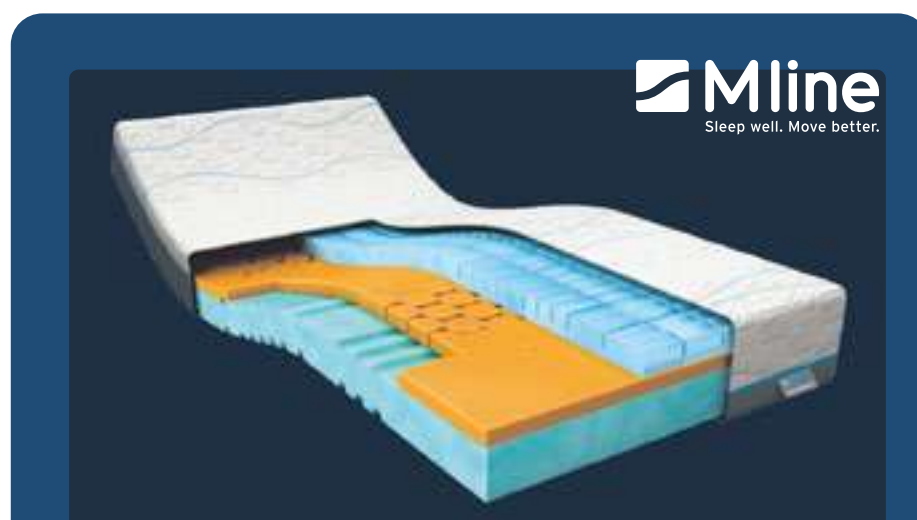
OMBED

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

Hubo

MAATWERK
VAN HUBO

KASTEN • DEUREN • ZONWERING • HORREN • RAAMDECORATIE

Hubo Nieuwleusen

Den Hulst 48 - 0529 - 481 341 - nieuwleusen@hubo.nl

#Hubohelpt

RIKELS
SLAAP EXPERTS

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!"



Behang mag niet ontbreken in jouw interieur!

door Marjan Huiskes



Heb jij een saaie muur in huis die je graag een opfrisbeurt wilt geven? Denk dan eens aan het aanbrengen van een behang, in plaats van alleen een muurverfkleur.

Jarenlang had behang een beetje een stoffig imago, maar nu is behang helemaal de trend! De keuze in behang is reuze, en dat maakt het zo ontzettend breed toepasbaar. Ga jij voor een chique print met een glans? Grafische vormen? Of een natuurlijk effect? Met behang, is alles mogelijk.

Wanneer je voor een muurverfkleur kiest, zit je vast aan één egale kleur. Natuurlijk kun je hiermee spelen qua vorm en kleurencombinatie, maar het blijft een "vlakke uitstraling" (afhankelijk van je muur natuurlijk...). Met behang daarentegen heb je zoveel meer mogelijkheden! Je hebt verschillende motieven en structuren. Van natuurlijk behang dat bijna niet van echte bamboe is te onderscheiden, tot abstracte vormen. Ook heel grote kleurrijke prints, of fotobehang behoren tot de mogelijkheden. Je kan het zo gek niet bedenken, of het is mogelijk met behang.

Door te kiezen voor behang, geef je jouw woning een hele persoonlijke uitstraling. En door het af te stemmen in een afwisselend kleurenpalet met bijvoorbeeld ook geverfde wanden, blijft het en eigentijds geheel. Juist de afwisseling tussen verschillende texturen en materialen, maakt dat een interieur warm aan doet en het gelijk een gezellige uitstraling heeft. Soms kunnen

allemaal vlakke wanden in een muurverfkleur, namelijk wat ongezellig aan doen. Door te kiezen voor behang, heb je gelijk sfeer in huis.

Behangtrends

Eén van de meest populaire behangtrends van dit moment, is het gebruik van natuurlijke materialen en texturen. Denk hierbij aan een behang met gras- of bamboe uitstraling. Deze trend sluit naadloos aan op de Boho of Japandi woonstijl. Daarnaast zijn botanische prints ook nog steeds niet weg te denken uit het interieur. Deze trend komt ook voort uit de liefde voor de natuur. Door een botanische print van bladeren, bloemen of planten toe te passen, geef je de ruimte gelijk veel sfeer mee. Dit kan zowel als statement óf als subtiele extra worden toegepast.

Verder is metallic behang ook een trend welke de laatste jaren steeds populairder is geworden in de wereld van de interieurdesign. Metallic behang kan variëren van subtiele metallic accenten tot volledig glimmende patronen, en is verkrijgbaar in verschillende kleuren en stijlen. Metallic behang geeft een ontzettend luxe uitstraling aan de ruimte. Het voegt door de glans of glitter een extra diepte toe, doordat het op een heel eigen wijze het (zon)licht reflecteert. Dit heeft een ontzettend leuk effect. Deze trend sluit goed aan bij de woontrend Hotel Chique.

Behang is dus niet meer weg te denken uit de interieurs van nu. Maar mocht jij het lastig vinden om de juiste keuze te maken? Ik adviseer je graag!

JOOP_KIST

WELKOM BIJ JOOP KIST

Jouw interieur, onze passie

Wanneer je er zelf niet helemaal uitkomt, kan interieuradviseur Marjan bij jou thuis een kleur- en interieuradvies geven. Door haar afgeronde studies als product ontwerper en interieuradviseur, en haar ervaring welke ze heeft opgedaan in de interieurbranche, weet zij van elk huis een écht thuis te maken. Het belangrijkste aspect bij het uitbrengen van het kleur- en interieuradvies door Marjan, is dat het naadloos aansluit bij de persoonlijkheid van de bewoners en de woning zelf. Ook is het mogelijk om Marjan in te schakelen als kleur- en interieuradviseur voor ruimtes met een andere functie dan wonen, zoals: werkplek, B&B, kantoor, vergaderruimtes of winkel.

Inspiratie voor jouw interieur

“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

Waar verblijf jij?

#Tuinverblijf Maggy



www.gardenbuildings.nl

Marsweg 1a, 8013 PD Zwolle

Minder mensen scheiden, ouders juist vaker uit elkaar

Het aantal mensen dat ging scheiden is sinds 1980 niet zo laag geweest. Goed nieuws, zou je denken. Maar de werkelijkheid is anders. Het aantal ouders met jonge kinderen dat uit elkaar gaat, stijgt namelijk.

Hoe kan dat? Nou, steeds meer stellen wonen ongehuwd samen, of zijn elkaars geregistreerde partners. Dat blijft vaak ook nog zo als ze kinderen hebben gekregen, zo blijkt uit onderzoek van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS). Als zo'n stel uit elkaar gaat, telt het CBS dat niet als een scheiding. Maar het effect is natuurlijk vaak hetzelfde.

Ongetrouwde ouders vaker uit elkaar

Ouders die bij de geboorte van hun kind getrouwd waren, scheiden het minst. Van de gehuwde stellen die in 2013 een kind kregen, was ruim 92% in 2019 nog bij elkaar. Bij stellen die ongehuwd samenwoonden lag dit percentage op 84%.

Veel impact

Of je nu getrouwd bent, een geregistreerd partnerschap hebt of ongehuwd samenwoont, een scheiding heeft altijd veel impact. Emotioneel, maar ook praktisch en financieel. Want wie blijft er in het huis wonen? Is dat überhaupt wel mogelijk, gezien de kosten? Als het nog wel kan, lukt het de ander dan ook nog om een woning te kopen of te huren? Waar gaan de kinderen wonen en wie betaalt dan wat?

Als jij en je partner uit elkaar gaan, is het belangrijk om zo snel mogelijk inzicht te krijgen in jullie financiële toekomst. Denk bijvoorbeeld aan alimentatierechten en -plichten, maar ook aan (toekomstige) woonlasten en de verdeling van vermogen, zoals spaargeld en het huis. Daarnaast bestaat de kans dat jullie aanspraak kunnen maken op een deel van elkaars pensioenrechten.

Financiële gevolgen onder controle

Neem daarom meteen contact op met een Erkend Financieel (Echtscheiding Adviseur) als je in een scheidingstraject belandt.

Die kan je bijstaan met advies en schakelt waar nodig andere specialisten in. Dat neemt het verdriet van een verbroken relatie niet weg, maar helpt je wel om de financiële gevolgen ervan zo goed mogelijk onder controle te houden.



Redderadvies

Tanja Redder 06-38 89 56 29
Financieel Adviseur



“Echt,
uitelkaar...”

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



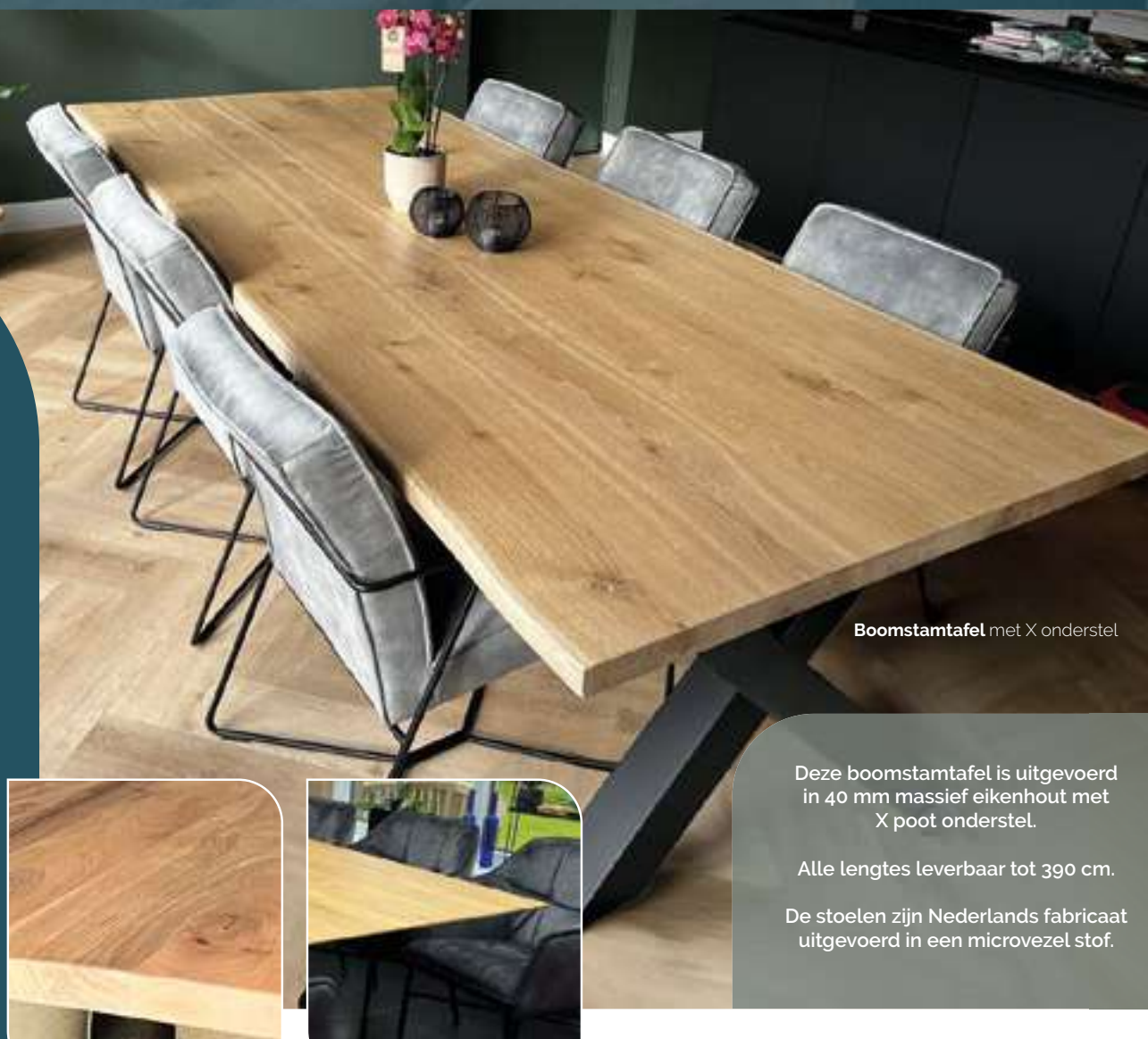
Stoelen

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!



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 HARDENBERG | LANGE SPRUIT 5 | 0523 725 800
Heerenveen | Roden | Meppel | Dronten | Kampen | Almelo | Emmen

MANSIER
tuinmachines



Showroom maandag t/m zaterdag geopend
Werkplaats maandag t/m zaterdag geopend
Grote voorraad en deskundig advies
Eigen transportmiddelen
Alleen de beste merken

Kelvinstraat 12 • 7701 BZ Dedemsvaart
0523-613464 • info@mansier.com
www.mansier.com



DUIDELIJK VERHAAL

DE HYPOTHEEKSHOP

Staphorst - Nieuwleusen - Sint Jansklooster e.o.

Arno Boxum

(06) 41 67 38 41 - nieuwleusen199@hypotheekshop.nl
www.hypotheekshop.nl/staphorstnieuwleusen



- Tuinontwerp
- Tuinaanleg
- Tuinonderhoud
- Sierbestrating
- Bodemanalyse
- Vijvers
- Afrasteringen
- Schuttingen

A. VISSCHER
ontwerp, aanleg en onderhoud
van tuinen en sierbestrating



Onze groene vingers... brengen uw tuin tot leven!

Arend Visscher

Violenstraat 15
7731WK Ommen

06 - 516 000 86

www.avisscher.nl

info@hoveniersbedrijf-visscher.nl





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



Greenpan Wokpan

- Ø 28cm
- Antikleeflaag 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!

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

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

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

MEIJER PARKET

Raamdecoratie

Traprenovatie

Parket-, pvc- en laminaatvloeren

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

Coevorderweg 139, 7781 PB De Krim
Tel.nr. 0523-682373 Email: info@meijer-parket.nl
www.meijer-parket.nl

Oog voor kwaliteit

Wij hebben een **passie voor tuinen**. Deze passie willen we graag met u delen door middel van **goed advies, eerlijke offertes, mooie ontwerpen en een prachtig eindresultaat!**



Kanaalweg West 30A - 7691 CJ -Bergentheim - info@gpmbрил.com - 06-522 961 95
Openingstijden: Maandag t/m Zaterdag: 08:00 - 20:00

JOOP_KIST

Inspiratie voor jouw interieur

www.joopkisthardenberg.nl
Europaweg 33 | 7772 BN Hardenberg | 0523-261035

 **Redderadvies**
jouw financiële mentor

Advies bij hypotheek

Mediator bij echtscheiding

Elk scheidingsproces betreft een unieke situatie
Door samen in gesprek te gaan komen we tot een juiste balans van een duidelijk einde en een heldere nieuwe (financiële) start.

Ik begeleid je van begin tot eind
Benieuwd wat ik voor je kan betekenen?
Neem dan vrijblijvend contact met mij op.

“Echt, uitelkaar...”

Tanja Redder
(06) 388 95 629

info@echtuitelkaar.nl | info@redderadvies.nl
www.echtuitelkaar.nl | www.redderadvies.nl

AB anton's bloemkwekerij

TUINPLANTEN VERS UIT DE KAS

ZANDSPEUR 81

In de kas, waar Anton en zijn collega's werkzaam zijn, kunnen de klanten zelf hun planten, hangpotten, wandhangers en opgemaakte bloembakken, potten en manden uitzoeken. Ook bieden ze aanplant-service. Er kan zowel contant als met pin worden betaald. Bovendien geeft Anton graag tips voor goede verzorging voor maximale bloei. Hij deelt graag zijn passie en kennis met andere tuinliefhebbers en laat U graag meegenieten van de bloemenpracht.

leuke opgemaakte mandjes, schaaltes, schors stukjes, etc... leuk om kado te doen

Kado bonnen

struiken en bloembollen

Herfstbloeiers zoals Bolchrijsant, Violen, Anjers, heideplanten, vaste planten, hangpotten, wandhangers, en schaaltes.

Maandag t/m zaterdag geopend van 9.00 - 17.00 t/m 21 oktober
Dinsdag t/m zaterdag geopend van 9.00 - 17.00 vanaf 23 oktober

Anton's Bloemkwekerij, Zandspeur 81, 7711 HG Nieuwleusen
T 06 5040 6245 / info@antonsbloemkwekerij.nl

www.antonsbloemkwekerij.nl



Hou je huis warm, comfortabel en energiezuinig

In het Vechtdal omarmen we een rijke verscheidenheid aan woningtypen. Van nieuwbouwwoningen tot historische boerderijen en liefdevol gerestaureerde panden, van twee-onder-een-kapwoningen tot moderne appartementencomplexen. Onze gemeenschap wordt gekenmerkt door de diversiteit van woningen, net zoals de diversiteit van de mensen die erin wonen.

Te midden van deze variatie aan huizen, mogen we niet vergeten dat onze woningen meer zijn dan slechts stenen en dakbedekking. Laten we in deze tijd van snelheid en verandering niet vergeten om naast goed voor onszelf te zorgen, ook goed voor onze woningen te zorgen. Door onderhoud en aandacht te schenken aan onze huizen, kunnen we hun levensduur verlengen, hun waarde behouden en bovenal, ervoor zorgen dat ze een veilige en comfortabele omgeving bieden.

1. Controleer de verwarmingssystemen:

Laat je verwarmingssysteem jaarlijks controleren en onderhouden door een professional. Vervang of reinig luchtfilters regelmatig, meestal om de 1-3 maanden. Zorg ervoor dat radiatoren en convectoren vrij zijn van obstakels zodat warmte vrij kan circuleren.

2. Isoleer je huis:

Controleer de isolatie in je zolder, muren en vloeren en verbeter deze waar nodig. Zorg ervoor dat er geen tochtgaten zijn bij ramen en deuren en gebruik tochtstrips om ze af te dichten.

3. Bescherm je waterleidingen:

Isoleer blootgestelde waterleidingen om bevriezing te voorkomen. Dit is vooral belangrijk in koude klimaten. Laat water druppelen of stromen bij koud weer om te voorkomen dat leidingen bevriezen.

4. Dak en goten:

Zorg ervoor dat je dak in goede staat verkeert en repareer eventuele beschadigingen om lekkages te voorkomen. Houd de dakgoten vrij van bladeren en puin, zodat smeltwater goed kan weglopen.

5. Veiligheid:

Controleer en vervang de batterijen in rook-

en koolmonoxidemelders.

6. Ramen en deuren:

Controleer de afdichting van je ramen en deuren en repareer eventuele scheuren of kieren. Overweeg het gebruik van isolerende raambekleding om warmteverlies te verminderen.

7. Ventilatie:

Zorg voor voldoende ventilatie in huis om condensatie en vochtophoping te voorkomen, wat schimmelgroei kan bevorderen.

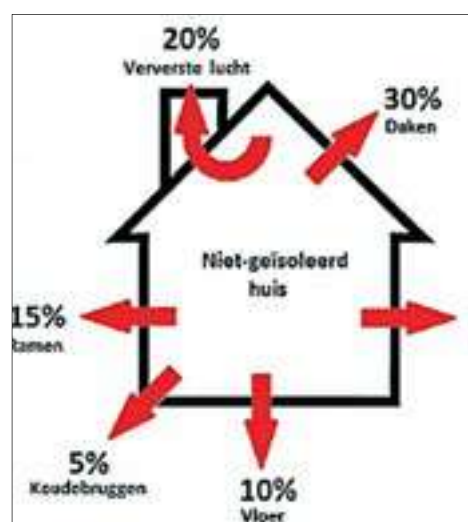
8. Buitenapparatuur:

Sluit buitenkranen af en verwijder tuinslangen om te voorkomen dat ze bevriezen. Berg tuinmeubilair en tuingeveerdzaam op of dek ze af om ze te beschermen tegen de elementen.

9. Noodvoorzieningen:

Zorg dat je in geval van een stroomstoring over noodvoorzieningen beschikt, zoals dekens, zaklampen en voedselvoorraad.

Het onderhouden van je huis in de winter vergt wat voorbereiding en inspanning, maar het helpt je om comfortabel en veilig te blijven tijdens de koude maanden.



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 houd 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 versteld: 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: Verschiede uitvoeringen, stoffen en kleuren in de ruime showroom. Eigen foto

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

Verkoopplaats Zwartewaterland

Verkoop van 2e handsartikelen - "Kringloop"

06-20351311



Genemuiden
Klaas Fuitestraat 25

Nieuwleusen
Burgemeester Backxlaan 335



Ook 2e hands kleding!

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



Nieuw bij Kloppenburg interieur

M A R T V I S S E R



Nieuwe collectie vloerkleden!

KLOPPENBURG
INTERIEUR



VELDOVEN 9 8271 RT IJSSELMUIDEN



- VLOEREN
- GORDIJNEN
- RAAMDECORATIE
- BEHANG
- VLOERKLEDEN
- BUITENZONWERING
- HORREN

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



Xsensible Stretch-walker, 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



Straatnaam

onder de loep

de Jeroen Boschstraat in Ommen

door Margriet Dalmeijer

OMMEN – 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: de Jeroen Boschstraat in Ommen.

Jeroen Bosch (Den Bosch, ca. 1450 – aldaar, 1516), ook wel Jheronimus of Hieronymus Bosch genoemd, was een befaamd kunstschilder die al tijdens zijn leven beroemd was in de Nederlanden en daarbuiten. Hij stond bekend om zijn satirische en surrealistische voorstellingen, waarin vreemde fantasiefiguren en bizarre tafereelen de boventoon voeren. Zijn officiële naam was Jheronimus

van Aken, maar hij gebruikte vaak de naam Bosch. Dit was een duidelijke verwijzing naar Den Bosch, de stad waar hij bijna zijn hele leven woonde en werkte. Het schilderen kreeg hij met de papepel ingegoten, want hij kwam uit een echte schildersfamilie. Niet alleen waren zijn grootvader Jan, zijn vader Anthonis en drie van zijn ooms schilder, maar ook zijn broer Goossen en diens vrouw Katharina.

Broederschap

Behalve de gegevens uit officiële bronnen zijn er maar weinig details bekend over het leven van Jeroen Bosch. Zo ontbreken precieze gegevens over zijn geboorte en opleiding, al wordt aangenomen dat hij samen met zijn broer in de leer was bij zijn vader. In 1481 trouwde hij met Aleid van de Meervenne, die uit een patriciërsfamilie stamde, en rond 1487 werd hij lid van de Illustre Lieve Vrouwe Broederschap in Den Bosch. Via dit religieuze broederschap sleepte hij een aantal opdrachten in de wacht. Verder schilderde hij veel voor de hoge adel en de burgerij en

had hij ook opdrachtgevers in onder meer Spanje en Venetië. Bosch was voor zijn tijd zeer vernieuwend en hij gebruikte symboliek die nog niet eerder was voorgekomen. Zijn schilderijen beelden vaak een tegenstelling tussen goed en kwaad uit en benadrukken het zondige karakter van de mens. Over de precieze betekenis van zijn schilderijen wordt veel gediscussieerd, omdat niet is overgeleverd wat hij precies met zijn werken bedoelde. Al tijdens zijn leven waren er veel vervalsingen van zijn kunstwerken in omloop. Ook werd zijn stijl veelvuldig gekopieerd. Daardoor is niet altijd duidelijk of een schilderij al dan niet door hem geschilderd is. Omdat hij zijn schilderijen niet dateerde, is niet precies te achterhalen wanneer hij ze maakte.

Dali

Momenteel worden zo'n 25 werken aan hem toegeschreven. Er wordt algemeen aangenomen dat in de loop der eeuwen ook veel van zijn werken verloren zijn gegaan.

Veel kunstenaars hebben zich door Bosch laten inspireren, waaronder Pieter Bruegel en Salvador Dali. Jeroen Bosch werd op 9 augustus 1516 begraven. Waarschijnlijk overleed hij aan de pleuritis, die toen heerste.

De Tuin der Lusten van Jeroen Bosch. Foto: Wikipedia



Nationaal Grammofoonmuseum in Nieuwleusen officieel geopend

door Margriet Dalmeijer

NIEUWLEUSEN – Zaterdag 7 oktober was een heuglijke dag voor het Nationaal Grammofoonmuseum in Nieuwleusen. Toen vond namelijk de officiële opening plaats van het museum, dat verhuisd is naar het Olde Gemientehuis en sinds halverwege juli toegankelijk is voor bezoekers. Onder de genodigden bevonden zich grondlegger Jelle Bos, voorzitter van de Stichting Grammofoonmuseum Rob Vogelzang en wethouder Jan Uitslag.

De ingebruikname van de nieuwe locatie ging niet zonder slag of stoot, want corona, gestegen energie- en materiaalprijzen en een onverwachte liftverbouwing drukten flink op de begroting. Het overwinnen van al deze perikelen maakte de officiële opening extra feestelijk. Reden voor het museum om niet één, maar drie openingshandelingen in het programma op te nemen. De eerste handeling bestond uit het onthullen van de nieuwe naam van het museum, dat de toevoeging ‘Nationaal’ heeft gekregen. Dit voegt volgens Rob Vogelzang een extra dimensie toe en zet het museum beter op de kaart in Nederland.

De inmiddels 84-jarige Jelle Bos, die in 2004 de grondlegger was van het Grammofoonmuseum, onthulde samen met zijn kleindochter Sarah de eveneens nieuwe naam van het plein voor het museum. Dit voorplein heeft bij wijze van eerbetoon de naam ‘Jelle Bos Pleintje’ meegekregen. Als extra verrassing kreeg Rob Vogelzang uit handen van Dorien Tuin-Zielman van Oranjevereniging Nieuwleusen een cheque van maar liefst 3250 euro overhandigd. Dit was de opbrengst van de pubquiz die tijdens de Oranjefeesten werd georganiseerd.

Dansje

Zanger Erwin Nyhoff, onder andere bekend van The Voice of Holland, bracht enkele



Erwin Nyhoff feliciteert Jelle Bos met de opening. Links: Rob Vogelzang. Foto: Paul Scholten via devriendenvanderadio.eu

nummers ten gehore en mocht vervolgens samen met Jelle Bos en Rob Vogelzang officieel het museum openen. Zij deden dit op een ludieke manier. Speciaal voor de gelegenheid was namelijk een oude fonograaf bij de ingang gezet, die met een slinger moest worden geactiveerd. Korte tijd later schalden de onmiskenbare klanken van Glenn Miller's ‘In the Mood’ door de prachtig versierde groene hoorn, waardoor Jelle Bos spontaan en met een grote glimlach op zijn gezicht een dansje deed.

Wethouder Jan Uitslag had louter lovende

woorden voor het museum, dat hij bestempelde als ‘een nationale trots.’ Ook andere genodigden waren enthousiast. Zij hadden na de officiële opening de mogelijkheid om onder leiding van een gids door het museum te wandelen. Jelle Bos genoot zichtbaar van de feestelijkheden. De opening typeerde hij als “een heel bijzonder moment. Het is echt een mijlpaal in mijn leven. Misschien wel een van de laatste, maar ik ben er heel blij mee.” Hij maakte ook van de gelegenheid gebruik om alle vrijwilligers en andere mensen te bedanken voor het in gereedheid brengen van het museum.

Over het museum

In het Grammofoonmuseum is een unieke collectie te zien van grammofoons en andere afspelen- en opnameapparatuur uit de periode van 1900 tot de jaren tachtig. Ook herbergt het museum een omvangrijke collectie grammofoonplaten en microfoons.



Laure Veldman officieel geïnstalleerd als kinderburgemeester

door Margriet Dalmeijer

DALFSEN/NIEUWLEUSEN – Op maandagavond 11 september vond voorafgaand aan de vergadering van de gemeenteraad een bijzonder moment plaats in de raadszaal van het gemeentehuis in Dalfsen. Toen werd de elfjarige Laure Veldman namelijk officieel benoemd tot kinderburgemeester door burgemeester Erica van Lente.

Speciaal voor deze gelegenheid was de rode loper uitgelegd, waarover Laure en haar familie de raadszaal in liepen. Ook haar voorgangster Benthe Dijkman was met haar familie bij de bijzondere benoeming aanwezig. Voorafgaand aan de benoeming benadrukte burgemeester van Lente het belang van het hebben van een kinderburgemeester, 'omdat wij niet altijd goed weten wat jullie allemaal voor wensen, ideeën en verwachtingen hebben en wat jullie dromen zijn voor de toekomst.'

Daarnaast benoemde ze nog even kort de andere zeven kinderen die zich hadden aangemeld om kinderburgemeester te worden. De gemeente is van plan om hen actief bij het kinderburgemeesterschap te betrekken: 'We concludeerden dat er zoveel mooie ideeën zijn en betrokkenheid is bij de kinderen die zich hadden opgegeven. We zien dit als een kans om hen en hun leeftijdsgenoten meer te betrekken bij Dalfsen en zo meer in contact te staan met deze jonge doelgroep. Zij zijn de toekomst van onze gemeente, dus daar willen we graag in investeren.'

Belofte

Om officieel beëdigd te worden, moest Laure instemmen met de belofte van de kinderburgemeester: "Ik beloof dat ik mij als kinderburgemeester in zal zetten voor een nog mooiere gemeente Dalfsen." Daarna kreeg ze de speciale kinderambtsketen omgehangen door haar voorgangster Benthe, die ook nog enkele woorden sprak: "Ik heb veel leuke dingen

gedaan, het was super om te doen. Ik hoop dan ook dat Laure het net zo leuk gaat vinden. Het was niet alleen leuk om kinderburgemeester te zijn, maar ook heel leerzaam."

Na haar officiële benoeming gaf Laure ook nog een korte toespraak: "Ik vind het leuk dat ik nu kinderburgemeester ben. Ik wil mij bezig gaan houden met meer groen op schoolpleinen, bomenplantdag en meer beweging in de gemeente Dalfsen. Ik ga mijn best doen, zodat de gemeente beter wordt voor kinderen, en ik hoop dat de gemeenteraad ook mee gaat helpen." Daarnaast vindt Laure het belangrijk dat kinderen kunnen ontbijten op school en vrijwilligerswerk kunnen doen.

Burgemeester van Lente is ook enthousiast: "Het blijft iets moois om te doen, zo'n installatie van een kinderburgemeester. Je merkt de spanning, gecombineerd met veel energie en enthousiasme. Ik kijk ernaar uit om het komende jaar met Laure samen te werken."

Taken

Een kinderburgemeester komt op voor de belangen van kinderen, onder andere door naar hun ideeën en wensen te luisteren, deze bij de gemeente onder de aandacht te brengen en acties te bedenken rond onderwerpen die voor kinderen belangrijk zijn. Ook gaat de kinderburgemeester met burgemeester en wethouders naar activiteiten en heeft hij of zij enkele keren per jaar overleg met de burgemeester.



De burgemeester poseert trots met de kinderburgemeester. Foto: Facebookpagina gemeente Dalfsen

Kalshoven

Kom jij ons team versterken?

Wij zoeken een Medewerker Specialistische reiniging

32 - 40 uur | Dalfsen

Bekijk het functieprofiel op kalshovendalfsen.nl/vacatures of scan de qr-code.



Bij Kalshoven hebben wij alles in huis voor:

- schoonmaakonderhoud
- glas-/gevelonderhoud
- specialistische reinigingen
- ongediertebeheersing
- reiniging van zonnepanelen

Kalshoven

Adres

De Singel 14
7722 RR Dalfsen

Telefoon

0529 - 431 207

E-mail

info@kalshovendalfsen.nl

Website

www.kalshovendalfsen.nl

Oosterveen's olie



Mobil
SMEERMIDDELEN



GASFLESSEN IN ALLE SOORTEN EN MATEN!



www.oosterveensoliehandel.nl

Al 100 jaar geven wij vol gas...



‘Onze patiënten willen we echt leren kennen, want voorkomen is beter dan genezen’

Vervolg voorpagina

Onmisbaar

Een onderdeel van de missie van Minto Tandzorg is om de patiënten echt te leren kennen. Zo kan een langdurige behandelrelatie opgebouwd worden, waarin de meest optimale tandzorg wordt geleverd. Daarom wordt sommige zorg gedelegeerd aan daarin gespecialiseerde medewerkers. “Dat zijn onze mondhygiënist en de preventie-assistenten. Deze dames zijn echt onmisbaar voor onze brede zorg. Zo kunnen wij dankzij hen meer aanbieden, zoals bijvoorbeeld binnen de implantologie.” Daarbij gaat het om tanden of kiezen die ontbreken. “Een enkele tand of kies kan vervangen worden door een implantaat maar er is nog veel meer mogelijk. Van het plaatsen van een brug of kroon op een implantaat tot het vervaardigen van een compleet klikgebit.” En ook voor een prothese, een uitneembare vervanging, kunnen patiënten bij Minto Tandzorg terecht. “Evenals voor bijvoorbeeld facings of cosmetische tandheelkunde. Toen we beiden nog als zzp’er werkten in een praktijk, hebben we daar ruime ervaring mee opgedaan. Maar er was weinig ruimte voor een eigen visie. Daarom besloten we samen een praktijk op te richten. Naar de fris klinkende naam Minto hebben we overigens wel een tijdje lopen zoeken.”

Op één lijn

Ondanks de samen twaalf jaar praktijkervaring die de twee jonge dertigers meebrachten, zal het best wel even spannend geweest zijn om die sprong in het diepe te nemen. “Ja, dat was het soms wel. En vooral druk, want toen we Minto Tandzorg aan het opzetten waren, werkten we beiden ook nog elders. Maar gelukkig kregen we enorm veel steun van onze echtgenoten. We hebben geen moment spijt gehad van

onze keuze. Een eigen praktijk is zoveel meer dan tandartswerk. Je kunt er je eigen visie in verwezenlijken, dat hadden we als zzp’ers niet kunnen doen.” Minto Mondzorg begon met één assistente, toen kwam er een mondhygiënist bij, nu zijn er vijf assistentes waarvan een praktijkmanager is en twee zich bezighouden met preventie. “Zij delen de visie van de praktijk. Als je als zzp’er hebt gewerkt, zie je dat dat echt niet overal zo is. We mogen dus echt in onze handjes knippen met deze dames.” Nog steeds zijn de twee tandartsen soms continu met de praktijk bezig, zoals finetunen en nog onderscheidener worden. Maar na het zwangerschapsverlof van Charlotte in november kunnen ze beiden vier dagen als tandarts op de praktijk werken. En daar verheugen ze zich op. “We zitten echt voor 95 procent op één lijn. En over die andere vijf kunnen we van elkaar leren. Naar welke tandarts we zelf gaan? Naar elkaar! Ja, we weten wat we aan elkaar hebben, kunnen heel direct tegen elkaar zijn. En we zien elkaar meer dan onze mannen.” Peywand, lachend: “Mijn gezin komt op nummer één, meteen daarna komt Charlotte.”

Mondig

Ook naar de patiënten zijn de twee direct. “Al kun je dat beter ‘duidelijk’ noemen. Na een intakegesprek stellen we een behandelplan op en bespreken we met de patiënt de toekomst en onze visie daarop. Keuzes zijn voor de patiënt meestal mogelijk, maar we geven wel een advies wat de beste optie zou zijn. Pappen en nathouden, dat doen we niet. Als een kies eruit moet bijvoorbeeld, dan moet dat. Het resultaat moet gewoon goed zijn. Maar we zijn er ook voor mensen die het wat minder breed hebben.” De patiënten van tegenwoordig zijn mondiger geworden, dat ervaren ook deze ondernemende tandartsen. Zo zoeken mensen zelf op het internet



naar behandelingen. “En soms komen ze daardoor met verzoeken voor behandelingen die niet kunnen, of niet verstandig zijn. Ze hebben bijvoorbeeld van die prachtige witte tanden op Instagram gezien. Of willen ‘er een stukje bij op’. Ook over de nadelen van iets als bleken willen we duidelijk zijn. Soms is een behandeling een lapmiddel. Beter is het om je op tijd bij ons te melden, dan is veel te voorkomen.” De dames leggen net zoveel uit als dat ze boren, verklaren ze. “Alles begint met duidelijke communicatie. Ja, ook over angst voor pijn. Vaak is die ontstaan door een negatieve ervaring en die kan lang blijven. Maar als je de angst erkent en goed uitlegt wat je gaat doen, dan is een uitgebreidere behandeling vaak wel bespreekbaar. Er is in de opleiding nu ook meer aandacht voor een goede omgang met de patiënt. Maar je leert die vooral in de praktijk en moet ook gewoon in je zitten.”

Zuur

Ook tandartsen krijgen continu te maken met trends en ontwikkelingen. Zo merkt Peywand de laatste jaren dat oudere mensen vaker mooie, frisse, rechte tanden willen. Bleken is populair. “Kunstgebitten zijn dat tegenwoordig juist niet meer. Maar het langer behouden van je eigen tanden gaat natuurlijk wel gepaard met meer slijtage. Die kan, soms behoorlijk complexe, problemen veroorzaken.” En dan is er het veelvuldig nuttigen van frisdrank, zeker door jongeren. Het is een denkfout dat suikervrije dranken veel beter zijn voor het gebit. “Cariës wordt veroorzaakt door verkeerd poetsgedrag, suiker én zuren. En die laatste zitten volop in alle frisdranken, ook in de suikervrije varianten. Dat is wel een serieus probleem. Onze preventiemedewerkers blijven dit dan ook geduldig uitleggen.” Wat soms voorkomt, is dat kinderen lang niet naar de tandarts zijn geweest vanwege de financiële situatie van de ouders. “Deze kinderen hebben niet per se meer gaatjes maar de slijtage slaat wel toe. Ook wordt een beugel soms niet aangeschaft, daarvoor moeten de ouders immers aanvullend verzekerd zijn.” En dan zijn er natuurlijk de technologische ontwikkelingen. Minto Tandzorg gebruikt de nieuwste technieken. Een voorbeeld. “Nog niet zo heel lang geleden moest je voor een knarsbitje of beugel in zo’n beetje met een vloeibaar, klevend goedje happen. Dat is bij ons in 99 procent van de gevallen vervangen door scans die een perfecte 3D-weergave



van het gebit samenstellen.” De Ommense praktijk wordt ook bezocht door mensen uit plaatsen als Zwolle, Vroomshoop, Hardenberg, Emmen en zelfs het Duitse Uelsen. Maar nieuwe patiënten kunnen nog steeds terecht bij Minto Tandzorg.

Kom kennismaken

Zaterdag 4 november is er een open dag met vrije inloop. Geïnteresseerden kunnen van 10 tot 13 uur door de praktijk lopen en de huiselijke, rustgevende sfeer ervaren. De tandartsen lopen rond om vragen te beantwoorden. De praktijk is volledig rolstoeltoegankelijk en parkeren kan voor de deur op het eigen terrein. Aanmelding kan naast op de open dag ook via de website en eventueel telefonisch.

Minto Tandzorg
Van Reeuwijkstraat 54
7731 EH Ommen
info@mintotandzorg.nl



Hartsklank – Begeleiding bij hoogsensitiviteit

Jezelf zijn in een wereld die voortdurend probeert je te veranderen, is de grootste prestatie.



Trea van der Cingel
 ☎ 06 4 000 999 3
 ✉ trea@logovandercingel.nl
 🌐 www.logovandercingel.nl

gecertificeerd
hsp begeleider

NIEUWJAARSFEEST | 01-01-2024
 01.00-05.00 UUR

Foud & Nieuw PARTY

Bestel nu kaarten & munten

CAFÉ DE KROEG OF VIA
 WWW.FOUDENNIEUWBALKBRUG.NL

KAARTEN: € 15,- (OP=OP)
 MUNTEN VOORVERKOP: € 2,75
 MUNTEN IN FEESTTENT: € 3,00

Locatie
 HOOGVEENSEWEG 36, BALKBRUG
 (FEESTTENT ACHTER MANEGE DE DIAMANTHAL)

MET DJ
MARTHIJN TEUNISSEN

CAFÉ
DE KROEG

A&H CATERING

Hoogsensitief zijn en jezelf goed genoeg vinden: hoe doe je dat?



door Trea van der Cingel

Kent u die reclame nog van een paar jaar geleden? Een nonchalante, vriendelijk ogende BN'er keek ons vanaf de televisie vertrouwelijk in de ogen terwijl hij een bedrag pinde, en zei: "Ze mogen alles van me weten, behalve mijn pincode."

Ik zou er eentje aan toe willen voegen. Wat vindt u van: "Ze mogen alles van me weten, behalve wie ik echt ben." Natuurlijk zullen we dit nooit op deze manier zeggen. En zo gemakkelijk is het ook niet, om echt jezelf te laten zien. Want als je dat doet, wie weet wat de anderen dan van je zullen vinden.

Ik merk sinds ik HSP-coach ben dat acceptatie van jezelf als hoogsensitief mens, en dit ook durven benoemen, voor veel mensen moeilijk is. Het is alsof veel mensen zich ervoor schamen of niet weten wat ze ermee aan moeten omdat ze misschien vinden dat ze 'gewoon normaal' moeten doen.

HSP is geen etiket, het is een persoonlijkheidstype. Daarom is het ook belangrijk dit niet als etiket te zien. Je 'hebt' geen HSP, je bent een hoogsensitief mens.

Heel normaal. En tegelijk met een aantal eigenschappen die een grote kracht kunnen zijn, maar ook een grote last als je er nog niet mee om weet te gaan. De belangrijkste eigenschappen van hoogsensitieve mensen (zo'n 15-20 procent van de wereldbevolking) zijn:

-Een zeer goed, sterk werkend zenuwstelsel, waardoor we veel meer uit de omgeving meekrijgen dan gemiddeld.

- Een zeer goed werkende intuïtie, waardoor we heel goed zijn in het aanvoelen van de stemming van andere mensen en van de sfeer in groepen.

Als een hoogsensitief persoon nog niet weet hoe hij of zij hiermee om kan gaan, is er een hoger risico op overspannenheid, burn-out, gevoelens van 'niet goed genoeg zijn' of onrust. En een heel druk hoofd, vol gedachten die de hele dag rondtollen.

Als je voor jezelf en je omgeving ook nog eens krampachtig verstoepd dat je veel meer opmerkt en voelt dan andere mensen, en je hier soms moe of overbelast door voelt, dan is dat een dubbele belasting! Hoe opener je ergens over bent, hoe minder beladen en normaler het wordt, en hoe meer begrip je krijgt. Wees niet bang dat je dan een etiket op jezelf plakt.

Je erkent jezelf,
 je geeft jezelf bestaansrecht,
 en accepteert je eigen persoonlijkheid!

Hartsklank – Begeleiding bij hoogsensitiviteit

Jezelf zijn in een wereld die voortdurend probeert je te veranderen, is de grootste prestatie.



Trea van der Cingel
 ☎ 06 4 000 999 3
 ✉ trea@logovandercingel.nl
 🌐 www.logovandercingel.nl

gecertificeerd
hsp begeleider

Natuurbegraafplaats 'Hoogengraven' Ommen



Wij dragen, net als u, de natuur een warm hart toe en zijn blij met de natuurbegraafplaats. Daarom wordt de eenvoudige naalddhouten grafkist bij een door ons verzorgde uitvaart geheel gratis verstrekt.



Uitvaartverzorging en begeleiding
vechtdal

Wilt u meer weten? Bel gerust!

Jan Slagter: 06 25 24 36 88

uitvaartverzorgingvechtdal.nl



Emoties: wie heeft ze niet?



Door Erna Bouwhuis

Gelukkig heb je emoties want dat geeft alle kleur aan je leven. Emoties geven je informatie. Maar wat als emoties je overspoelen, zwaar aanvoelen, druk geven, je letterlijk beroerd laten voelen of dat je juist de leegheid voelt. Mag je deze emoties voelen van jezelf? Of ben je de hele dag bezig deze emoties te onderdrukken, ervoor weg aan het lopen door hard te werken, dwangmatig te sporten of iets anders dwangmatig te doen om het maar niet te voelen?

Ik heb het over emoties zoals: angst, woede, irritatie, afkeer, schuldgevoel, schaamte, frustratie of verdriet. Het emotionele deel in je brein en met name de emoties die ik noemde, kosten bakken met energie. Deze emoties veroorzaken een hormonale reactie in je lichaam, dit is een stressreactie. De belangrijkste hormonen die worden aangemaakt bij stress zijn de stresshormonen, adrenaline en cortisol. Bij emoties die een stressreactie veroorzaken, kunnen de aangemaakte hormonen urenlang actief blijven waardoor je bijvoorbeeld moeite krijgt met concentreren en in slaap vallen.

Te lange en te vaak voorkomende stressreacties waardoor het stresshormoon verhoogd blijft, zijn schadelijk voor je fysieke en mentale gezondheid. Emoties veroorzaken grote lichamelijke effecten. Dit komt omdat zij twee belangrijke systemen in het lichaam aansturen; het autonome zenuwstelsel en het hormonale systeem. Het autonome zenuwstelsel (AZS) regelt automatisch bijna alle onbewuste functies en processen in je lichaam zoals: je ademhaling, je hartslag, je bloeddruk, de energieproductie, de spijsvertering en de stofwisseling. Over deze functies hoef je niet na te denken en wij kunnen deze processen slechts indirect beïnvloeden.

Het AZS bestaat uit twee regelsystemen met elk een tegengestelde werking, het sympathische systeem en het parasympaticus. Het sympathische staat voor actie en is het gaspedaal van het lichaam en het parasympaticus staat voor het herstel en is de rem. Het sympathische deel zorgt ervoor dat je wilt vechten of vluchten in levensbedreigende situaties en als het nodig is om te presteren. Het parasympatische deel is verantwoordelijk voor herstel, reparatie, opbouw en rust.

Langdurig onderdrukken of vermijden van emoties die vreselijk voelen zorgen, ervoor dat je niet voldoende herstelt, weer opbouwt en rust krijgt in je systeem. Hierdoor raak je uitgeput of heb je het gevoel altijd aan te staan omdat je continu je gaspedaal ingedrukt houdt, je kan niet meer het gaspedaal loslaten. Je accu laadt niet meer op.

Emoties die vreselijk voelen, veroorzaken vaak automatisch gedrag wat je niet dient. Deze emoties zorgen ervoor dat het sympathische deel in je blijft vechten, vluchten of bevriezen. Deze cirkel van gedrag houd je automatisch in stand, vaak zonder dat je je hiervan bewust bent. Deze cirkel van stressreacties heeft invloed in je lichaam, in je emoties en in je denken en het houdt je weg bij jouw potentieel, de rust en kalmte die je wilt voelen.

Wanneer je stil gaat staan bij alle emoties, herkent en erkent, krijg je inzicht in hoe jouw cirkel van automatisch gedrag werkt. Hierdoor krijg je zicht op je stressreacties zodat er ruimte ontstaat om ze te stoppen en een voor jou werkzame cirkel te creëren die je wél dient.

Stel je eens voor wat dat voor jouw leven zou kunnen betekenen? Stel je eens voor: dat je weer voelt dat je grip hebt, dat jij in de 'lead' bent in plaats van dat je energie-vretende emoties jouw leven bepalen, hoe zou dat zijn? Voelen dat je weer ruimte hebt en toegang tot kalmte, rust en jouw potentieel, dat zou toch geweldig zijn?

Voel je dat dit helemaal bij je past?

Dan is het een no-brainer om deze training te gaan volgen. Allereerst wordt er in deze training balans gecreëerd in het sympathische en in het parasympatische systeem en dat doe je in deze training niet met praten maar wel met hele gerichte oefeningen.

De training wordt in mijn praktijk gegeven in een kleine groep. De dagdelen zijn op vrijdagochtenden: 3, 10, 17 en 24 november en 1 december.

Geef je op voor deze training, zie www.selfbalance.nl/fysieke-training-stressklachten/

Yoga2all
Dwarsdijk 6
7731 RV Ommen

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

'Nieuws'

Tijd voor nieuwe dingen

Door Jacky Zweers-Poels

Het is alweer een tijdje geleden dat ik een column heb geschreven. Tot mijn spijt kwam het er maar niet van om weer eens lekker in



de pen te duiken. Terwijl het iets is dat ik zo graag doe. Opgeslokt door de gang van alle dag van het gezin en de drukte op het werk schoot het er steeds weer bij in. Maar eind oktober is de jaarlijkse Europese hoorbeurs in Duitsland. Tijd voor nieuwe dingen!

Ongeveer de meest gehoorde moeilijkheid voor mensen met gehoorverlies is het verstaan in gezelschap. Als er meer geluid om iemand heen is, wordt het moeilijker om het gesprek te volgen. Dit met alle gevolgen van dien.

Waar voorheen er alleen een spraak in huis test was, die uitsluitend gedaan werd op speciale indicatie door het audiologisch centrum is er nu een nieuwe testmethode ontwikkeld om de kwaliteit van het gehoor te kunnen meten. Een test die als aanvulling gebruikt kan worden op de huidige testen die er al zijn om te voorspellen hoe iemand om kan gaan met spraak in lawaai. Zo is veel beter in te schatten hoeveel ondersteuning iemand van hoortoestellen nodig heeft in die situatie.

Ik heb deze zomer al een voorproefje mogen zien van deze nieuwe test, en ik ben heel benieuwd naar meer informatie en training op dit gebied.

De jaarlijkse beurs is ook vaak het toneel voor nieuwe ontwikkelingen in hoortoestellen. Zo komt o.a. Starkey met een nieuwe generatie hoortoestellen. Weer meer techniek, betere accuduur en een heel nieuwe hoorbeleving.

Zo doet iedere hoortoestelleverancier, fabrikant of laboratorium zijn best om de slechthorende nog beter te kunnen laten functioneren. Iedereen pretendeert de beste te zijn, maar horen is natuurlijk heel persoonlijk. Daarom is een proefperiode ook zo waardevol. Zelf als slechthorende ervaren hoe het is om een hoortoestel te dragen en zelf te ervaren of al die nieuwe technieken echt meerwaarde hebben. Zelf ervaren hoe het is om met minder inspanning mee te kunnen doen op de verjaardag of op visite.

Iedereen is zijn eigen expert.



NIEUWJAARSFEEST | 01-01-2024

01.00-05.00 UUR

Foud & Nieuw PARTY

Bestel nu kaarten & munten

@ CAFÉ DE KROEG OF VIA
WWW.FOUDENNIEUWBALKBRUG.NL

KAARTEN: € 15,- (OP=OP)

MUNTEN VOORVERKOOP: € 2,75

MUNTEN IN FEESTTENT: € 3,00

Locatie

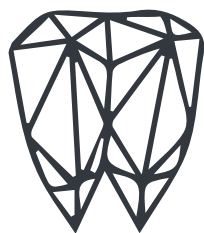
HOOGVEENSEWEG 38, BALKBRUG
(FEESTTENT ACHTER MANEGE DE DIAMANTHAL)

MET DJ

MARTHIJN TEUNISSEN

CAFE
DE KROEG

A&H
CATERING



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



TAXI STEEN OMMEN

BEDRIJVEN EN INSTELLINGEN | ZORGVERVOER
LEERLINGENVERVOER | LUCHTHAVENVERVOER
ROLSTOELVERVOER | STRAATTAXIVERVOER

RESERVEREN?
BEL 0529 - 45 17 24

TAXI
Steen

P.O. Julianastraat 18, 7731 GH Ommen
Telefoon 0529-451724 E-mail info@taxisteenommen.nl
www.taxisteenommen.nl

- Autosleutels
- Dupliceren
- Repareren en programmeren



Maak een afspraak
via Whatsapp op
0529- 481429

wij helpen u graag!



Hernieuwde inzet voor werkzoekenden in de gemeente Dalfsen

Werkcafé Dalfsen feestelijk geopend door wethouder Betsy Ramerman

DALFSEN - Maandag 16 oktober werd het werkcafé in Dalfsen officieel geopend. Wethouder Betsy Ramerman opende het werkcafé met een inspirerend welkomwoord. Hiermee gaf ze het startsein voor de wekelijkse ontmoetingsplek. Ook ontving ze werkzoekenden die waren uitgenodigd om met de wethouder in gesprek te gaan.

Het werkcafé is bedoeld om mensen bij te staan bij het vinden van werk of die interesse hebben in (om)scholing. Het werkcafé is een initiatief van de gemeente Dalfsen.

“We willen op een laagdrempelige manier de juiste ondersteuning bieden”

Wethouder Betsy Ramerman: “We willen op een laagdrempelige manier de juiste ondersteuning bieden. En hopen hiermee inwoners verder te helpen naar betaald werk. Wij vinden namelijk dat iedereen mee moet kunnen doen in de maatschappij.

En daar gaan we voor, samen met elkaar werken aan een toekomst voor ons allemaal. Het werkcafé gaat aan dit doel bijdragen.”

Werkzoekenden of (om)scholing

Tijdens het werkcafé kan elke inwoner van de gemeente Dalfsen terecht met vragen over werk en scholing. Dit kunnen vragen zijn over: ‘hoe schrijf ik een brief? Of: ‘ik wil een diploma halen, hoe pak ik dat aan?’ En ‘hoe kan social media helpen bij mijn zoektocht?’ Verder worden er verschillende workshops en trainingen gegeven met interessante onderwerpen. Het werkcafé is vrijblijvend en kosteloos.

Zowel de loopbaanbegeleiders als de adviseur werkgeversdienstverlening staan klaar voor de bezoekers tijdens de inloop.

Wanneer en waar

Elke dinsdagochtend, van 9.30 uur tot 12.00 uur, opent het werkcafé haar deuren in de kulturhusen. Elke week in een andere kern van de gemeente Dalfsen. In de oneven weken in de Trefkoele+ in Dalfsen, in de even weken in de Spil in Nieuwleusen. En op de laatste dinsdag van elke maand in de Mozaïek in Lemelerveld.

Bekijk de website www.dalfsen.nl/werkcafe voor de exacte data.



Bezoekdienst Saam Welzijn biedt geestelijke ondersteuning bij rouw

door Margriet Dalmeijer

DALFSEN - Iedereen die het heeft meegemaakt, kan het beamen: het overlijden van een partner is een bijzonder ingrijpende gebeurtenis. De eerste maanden is er in de regel veel steun van familie, vrienden en andere naasten, die een luisterend oor bieden en helpen met praktische zaken. Maar ook nadat deze extra aandacht is afgenomen, is er vaak behoefte om over het verlies te praten. In deze situaties kan de Bezoekdienst bij rouw van Saam Welzijn uitkomst bieden.

Na het verlies van een partner komt er veel op je af. In de eerste periode ben je vooral bezig met overleven en is het verdriet misschien nog te vers om erover te praten. Maar vaak komt er na verloop van tijd meer ruimte en behoefte om het verlies bespreekbaar te maken. Om weduwen en weduwnaars te ondersteunen, biedt de Bezoekdienst van Saam Welzijn hen de mogelijkheid om in contact te komen met iemand die een vergelijkbare situatie heeft meegemaakt en bereid is om te luisteren. Uit ervaring is gebleken dat juist dit lotgenotencontact bij verlies heel belangrijk is. Niet alleen is het fijn om met iemand van gedachten te wisselen die zelf ook een ingrijpend verlies heeft meegemaakt, maar ook is het vaak makkelijker om je verhaal te vertellen tegen iemand die relatief vreemd is.

De dienst is bedoeld voor iedereen van 55 jaar en ouder van wie de partner zes maanden of langer geleden is overleden.

Maandelijks

Om zo goed mogelijk ondersteuning te kunnen bieden, worden er voor aanvang van het bezoekttraject eerst enkele belangrijke stappen doorlopen. Zo krijgt een belangstellende eerst een vrijblijvend kennismakingsgesprek bij Saam Welzijn, om te onderzoeken of de Bezoekdienst iets voor hem of haar is. Besluit iemand om van de dienst gebruik te maken, dan wordt een passende vrijwillig(st)er gezocht die de bezoeken gaat afleggen. De bezoeken vinden gemiddeld eens per maand plaats voor de duur van een jaar. Is er daarna nog

behoefte aan meer gesprekken, dan kan het bezoekttraject eventueel verlengd worden. Vertrouwelijkheid en integriteit staan tijdens de gesprekken centraal.

De vrijwillig(st)ers die de bezoeken afleggen, zijn allemaal ervaringsdeskundigen, aldus Saam Welzijn: ‘De bezoekers zijn zelf ook weduwe of weduwnaar. Ze hebben allen op eigen unieke wijze weer vorm kunnen geven aan hun leven na het verlies van hun partner. Die ervaring stelt hen in staat om dit werk te doen. Ze hebben een cursus ‘Bezoek bij rouw’ gevolgd en voeren hun taak uit onder verantwoordelijkheid van de coördinator van het project.’

Contactinformatie

Voor meer informatie en aanmelden kan contact worden opgenomen met Myrthe Koerhuis, de coördinator van het project. Zij is te bereiken via: 0529 – 79 30 13 06 – 51 98 22 59 of m.koerhuis@saamwelzijn.nl.

Om zo veel mogelijk mensen te kunnen ondersteunen, is de Bezoekdienst overigens nog op zoek naar extra vrijwilligers. Ook zij worden van harte uitgenodigd om contact op te nemen.



Vaak hebben rouwende partners behoefte aan ondersteuning door een lotgenoot. Foto: Roman Samborski / deagreez via stocklib.

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

WAAR bij TravelXL Roessink (in het reisbureau)

voor cadeau's met een mooi verhaal
• Fairtrade
• duurzaam
• reiswaar

WAAR DALFSEN
WEEKLIJKSE ONTMOETINGSPLEK VOOR WERKZOEKENDEN

Bloemendalstraat 18
7721 AM, Dalfsen
T: 0529 436625

roessink@travelxl.nl
www.reisbureauroessink.nl



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