

Blauwvinger Courant

december 2023



Kerst in Zwolle

8



Toerist in eigen stad

12



Puzzel mee en win!

28



wenst u fijne feestdagen

Kleurplaat levensgroot geprojecteerd op gevel

ANNO Stadsmuseum Zwolle negen dagen verlicht

Het Hanzejaar 2023, waarin veel bijzondere evenementen georganiseerd werden, is bijna voorbij. Als afsluitend project is er Kleur de Hanze. Het eindresultaat daarvan is van vrijdag 22 tot en met zaterdag 30 december te bewonderen aan de Melkmarkt.

Dan staat de gevel van ANNO Stadsmuseum Zwolle op een bijzondere manier in de schijnwerpers. Een ingekleurde kleurplaat wordt erop geprojecteerd, gemaakt door een bezoeker van het pand, inwoner van Zwolle of kunstenaar.

Negen Hanzesteden

Kleur de Hanze is een bijzondere interactie tussen mens en gebouw en een project van kunstenaar Mr. Beam in opdracht van de negen Hanzesteden Kampen, Harderwijk, Elburg, Deventer, Zutphen, Doesburg, Hasselt, Hattem en Zwolle. In de negen steden zullen samen elf panden negen dagen lang met een kleurplaatprojectie verlicht worden.

Tot en met zondag 3 december konden kleurplaten – digitaal – ingestuurd worden. Op dit moment worden de geselecteerde kleurplaten omgezet in lichtprojecties. De makers van de geselecteerde kleurplaten krijgen bericht via een e-mailnieuwsbrief van Hanzesteden.

Info over het project is te vinden op www.kleurdehanze.nl.



Een impressie van hoe het pand aan de Melkmarkt 41 er straks uit zou kunnen zien. Foto: Visit Zwolle.

H₂O Pro
keramische kalkontharder

Doorbraak tegen kalkaanslag!

✓ zonder zout
✓ zonder stroom
✓ zonder afvoer

€ 675,-

www.h2opro.nl

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

uw **verhuizing**
een frisse start

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

VERHUIZINGEN
ZWOLLE

TEGELHUIS OMMEN
10 JAAR

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

Strangeweg 24 | 7731 GW Ommen
tegelhuisommen.nl

Maatwerk tafels
voor binnen en buiten

TREETOP TABLES

TAFELS EN MEER

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





**Tweewielercentrum
Zwolle**

Vechtstraat 26 • 8021 AX Zwolle • tel: 038 - 7501608
• info@tweewielercentrumzwolle.com

Tweewieler centrum Zwolle

Betaalbaar fietsplezier voor jong en oud



Elektrische Fatbikes vanaf 1199,= en elektrische bakfietsen vanaf 2199,=
Uit voorraad leverbaar. Kom proefrijden.

www.tweewielercentrumzwolle.com



Mag ik
opluchting voelen?



Bohemen
UITVAARTCENTRUM

Wanneer je iemand verliest voel je je verdrietig, leeg en soms eenzaam. Somberheid of boosheid kan ook het overheersende gevoel zijn. In de praktijk zie ik ook nog wat anders. Iets wat zich voordoet wanneer iemand overlijdt na een periode van ziekte en langdurige, intense zorg.

In zo'n situatie werd er veel van de mensen om deze persoon heen gevraagd. Ze wisten niet waar ze aan toe waren. Het dagelijkse leven werd ontwricht en er ze hadden extra taken die emotioneel zwaar waren. Bij een overlijden begrijpt iedereen het verdriet en somberheid. Maar voor de nabestaanden valt er in deze situatie ook een bepaalde spanning weg. De nabestaanden kunnen dan naast verdriet ook opluchting voelen wat dan weer vaak een schuldgevoel met zich meebrengt. Het ervaren van die opluchting zegt niet dat je niet van iemand hield, maar dat je heel veel hebt gegeven in een moeilijke periode. Daarom mag die opluchting ook gevoeld worden.

In de week van de uitvaart heeft iemand een keer tegen mij gezegd, 'ik krijg weer energie'. Terwijl er intens verdriet was door het verlies. Deze nabestaande had met heel veel bezieling zorg gegeven tijdens de laatste levensfase. In het verdriet van het verlies werd tegelijkertijd vernieuwde energie voor het leven gevonden. Dat kon alleen omdat er erkenning was voor het verdriet en de opluchting. Dus ja, de opluchting mag er ook zijn. Ik weet hoe de wegen lopen, maar jij bepaalt de route zodat we samen van verdrietige momenten waardevolle herinneringen maken.

Wil je alle columns van Bas Smit lezen? Kijk op nieuwspagina van www.bohemenuitvaarten.nl



sanson

**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



Margriet Krook
uitvaartbegeleiding

een wens
een afscheid
een dierbare herinnering
voor altijd

24 uur per dag bereikbaar

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

Het mooiste cadeau voor
de feestmaanden!

Onze bestseller Pfaff expression




NAAIMACHINES & HOBBY
Dinie Kleine

Burg.Backxlaan 348 - NIEUWLEUSEN
Tel. 0529.483805
www.diniekleine-naaimachines.nl

Linnenverkoper werd wetenschapper en ontdekte zaadcellen

Straatnaam onder de loep



Antoni van Leeuwenhoek. Foto: Wikipedia / Jan Verkolje

door Roy Visscher

In deze rubriek besteedt de Blauwvinger Courant elke maand aandacht aan de achtergrond van een Zwolse straatnaam. En daarbij soms ook aan de straat zelf, met bijvoorbeeld wat geschiedenis of markante panden. Deze keer heeft onder de loep een mooie dubbele betekenis. Het onderwerp is immers de Van Leeuwenhoeklaan, aan de uiterste oostkant van de wijk Berkum. Antoni van Leeuwenhoek is vooral bekend van de microscoop. Maar hij had naast de microscoop nog wel wat meer op zijn lever.

De Delftenaar, geboren in 1632, was namelijk zowel handelaar, landmeter en wijnroeiër als glasblazer en microbioloog. Vanaf 1674 deed hij met zijn microscoop vele ontdekkingen die bekend werden door zijn correspondentie met de Royal Society in Londen, zoals de zaadcellen in sperma. Toch was hij oorspronkelijk opgeleid tot kassier en boekhouder, vijf tot zes jaar lang in Amsterdam. Als hij nu had geleefd, zou Van Leeuwenhoek door sommigen een 'nerd' genoemd worden: al op jonge leeftijd ontwikkelde hij een brede belangstelling voor sterrenkunde, wiskunde, natuurkunde en scheikunde. Aan de andere kant was hij wel zo 'hip' om zichzelf – als een soort artiest – een andere naam aan te meten. Philipszoon werd van Leeuwenhoek, omdat zijn ouderlijk huis in Delft op de hoek naast de Leeuwenpoort stond.

Vergrootglas

Na zijn eerste huwelijk startte Van Leeuwenhoek in Delft een winkel in linnen, garen en band. Hij had de beschikking over lenzen en loepen voor de controle van stoffen. In 1648 kreeg hij voor het eerst een vergrootglas in handen: een loep voor de textielhandel met een vergrotende kracht van drie: een dradenteller. De Nederlander Jan Swammerdam – naar wie ook een straat werd vernoemd, vlak bij de Van Leeuwenhoeklaan – en de Engelsman Robert Hooke (1635-1703) gebruikten al een samengestelde microscoop met oculair en objectief, maar de vergrotende kracht van deze apparaten viel in het niet bij de sterke lenzen die Van Leeuwenhoek zou maken. Zo vergrootte Hooke

gebouwde microscoop slechts 30x, terwijl de enkelvoudige microscoop van Van Leeuwenhoek de 270x aantikte. Dit blijkt uit een door Van Leeuwenhoek gemaakt exemplaar dat in het bezit is van het Universiteitsmuseum in Utrecht.

Autodidact

Al snel richtte Van Leeuwenhoek zijn lenzen op iets anders dan lakens. Hij was een autodidact: zonder enige natuurwetenschappelijke opleiding en zonder kennis van vreemde talen leerde hij zichzelf in een achtervertrek van de winkel de kunst van het observeren en beschrijven. Maar hij was ook een verbazingwekkende vakman die zichzelf glas leerde blazen, slijpen en polijsten. Met de microscopen die hij bouwde, deed Van Leeuwenhoek verschillende ontdekkingen, waarvan vele van groot belang zouden blijken voor de verdere ontwikkeling van de wetenschap zoals de micro- en celbiologie. In 1679 maakt Van Leeuwenhoek als eerste een berekening van het maximumaantal mensen dat onze planeet kan herbergen (Global Carrying Capacity). Zijn berekening: 13,4 miljard mensen. In 1677 ontdekt de Delftenaar de spermatozoa, als hij bij onderzoek op gezond sperma een geweldige menigte diertjes ziet. De zaadcellen bewegen (met hun staart) en daarom zijn zij volgens hem de levensdragers. Hij laat de tekst over de menselijke zaadcellen in het Latijn vertalen.

Bemiddeld

Antoni hertrouwde na het overlijden van zijn eerste vrouw en kreeg met zijn eerste echtgenote vijf kinderen. Vier van hen stierven eerder dan hun vader. Ook zijn tweede vrouw stierf, waardoor alleen Van Leeuwenhoek en zijn dochter Maria overbleven. Hij was een rijk man geworden. Dit blijkt uit het vermogen dat zijn dochter twintig jaar na zijn dood naliet, 90 duizend gulden, maar ook uit zijn aankoop in 1666 van een tuin buiten de stad. In 1723 overleed Van Leeuwenhoek in zijn geboortestad, bijna 91 jaar oud. Volgens de verhalen dicteerde hij op zijn sterfbed een brief aan de Royal Society waarin hij het fladderen van zijn middenrif zo grondig beschreef dat de aandoening de ziekte van Van Leeuwenhoek wordt genoemd. Hij werd in de Oude Kerk in Delft begraven.

Grote Nederlander

Het naar hem vernoemde Antoni van Leeuwenhoekziekenhuis is gespecialiseerd in oncologie en verbonden aan het Nederlands Kanker Instituut. Niet in zijn geboortestad Delft maar wél in Leiden is een wijk naar Van Leeuwenhoek genoemd. Hij eindigde op de vierde plaats tijdens de verkiezing van De grootste Nederlander in 2004. Toch heeft hij nooit een Nobelprijs gekregen. Die bestond tijdens Van Leeuwenhoeks leven immers nog niet. Die prestigieuze prijs was er wel voor een aantal andere naamgevers van een Berkumse straat zoals Tobias Asser, Frits Zernike, Peter Debije en Heike Kamerlingh Onnes. Dichtbij deze straten ligt overigens het Nobelpad. Berkum, in 1967 overgegaan van de gemeente Zwollerkerk naar Zwolle, is een rustige en geliefde woonwijk. De internationaal bekende zangeres Charlotte Wessels is er deels opgegroeid.

SPECTACULAIRE UITVERKOOP EXCLUSIEVE SHOWROOMMODELLEN

Uniek in Oost Nederland!!

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

Roldusol Uw zonweringsfabrikant!

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



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!

Colofon

De Blauwvinger Courant:
32.000 exemplaren

ASSENDORP / PIERIK / SCHELLE
AA-LANDEN / DIEZE- OOST
DIEZE- WEST / HOLTENBROEK
BINNENSTAD / WINDESHEIM
DIEZERPOORT / HAERST / BERKUM
WIPSTRIK / KAMPERPOORT
VEERALLEE / HANZELAND

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

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

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

De Blauwvinger Courant is een onderdeel van:
Boshuis Media

Julianastraat 43A • 7701 GJ Dedemsvaart
06-51420108 • info@boshuismedia.nl
www.boshuismedia.nl



Aan de frontlinie met Veldheren Live



Mart de Kruif is een graag geziene gast in veel tv-programma's, waaronder Op1. Foto Youtube

De belangrijkste Nederlandse generaals buiten dienst, Peter van Uhm en Mart de Kruif, gaan het theater in en doen daarbij ook Zwolle aan. Onder het motto 'Dichterbij de frontlinie komt u niet' geven zij een unieke kijk in de huidige stand van zaken aan de frontlinie. Ook gaan ze onder leiding van journalist Jos de Groot dieper in op wat oorlog betekent en delen ze hun kennis en ervaring op dit gebied.

Wie beter dan twee van de bekendste generaals buiten dienst van ons land kunnen ons helpen aan antwoorden in deze onzekere tijd? Wat kunnen we leren van de geschiedenis van oorlogen in het hedendaagse conflict? Hoe is het met het leger in Europa gesteld? En wat als ons land vandaag zou worden aangevallen? In februari 2023, een jaar nadat Rusland Oekraïne binnenviel, ging de podcast 'Veldheren' live en die bleek direct een doorslaand succes. In relatief korte tijd is de podcast een van de belangrijkste

bronnen geworden in de duiding van deze oorlog, maandelijks wordt die ruim 350.000 keer beluisterd. De behoefte aan kennis en informatie over de grootste oorlog op ons continent sinds 1945 is onverminderd groot. De tournee langs diverse steden borduurt voort op de relevantie en de onderwerpen die in de podcast aan bod komen en de vele vragen die wekelijks door luisteraars worden gesteld.

Tv-gast

Peter van Uhm (67) is generaal buiten dienst. Tussen 2008 en 2012 was hij Commandant der Strijdkrachten: de hoogste militair van Nederland en belangrijkste militair adviseur van de minister. Bovendien verantwoordelijk voor meer dan 70.000 militairen. Mart de Kruif (64) is voormalig luitenant-generaal in de Koninklijke Landmacht. Van 2011 tot en met 2016 was hij Commandant Landstrijdkrachten. De Kruif was een jaar lang verantwoordelijk voor zo'n 45.000 NAVO-militairen tijdens de missie in Afghanistan. Hij schuift in diverse tv-programma's regelmatig aan om zijn inzichten met de kijkers te delen. Over de samenwerking tussen de twee in de theaters schrijft Het Financieel Dagblad onder andere: 'Veldheren kan bogen op militaire kennis en ervaring die andere oorlogsduiders ontberen.' Maandag 8 januari 20.00 uur, Schouwburg Odeon. De kaartverkoop voor Veldheren Live gaat ontzettend snel. Wie geen kaartje heeft kunnen bemachtigen: op 6 februari is er ook een Veldheren Live in Rabo Theater de Meenthe in Steenwijk.

De Wensboom 2023

December is een maand van gezelligheid, feestjes en familie. Een maand van cadeautjes en een moment om even extra lief te zijn voor elkaar. Ken jij iemand die iets extra's verdient? Kom zaterdag 16 of zondag 17 tussen 11.00 en 17.00 uur naar de wensboom van SamenZwolle in de Luttekestraat en doe een wens voor een dierbare!

Ons doel: zoveel mogelijk wensen laten uitkomen in samenwerking met diverse Zwolse ondernemers. Want in Zwolle regelen we het samen!

Uitreiking: Wordt jouw wens waargemaakt? Dan word je uitgenodigd voor het uitreikingmoment op 7 januari, 11:00 uur in Odeon.

Locatie: Luttekestraat ter hoogte van Het Grote Kerkplein

Leeftijd: Alle leeftijden

Kosten: Gratis

Ik wens jou...

Heb jij iemand in jouw omgeving die wel iets extra's kan gebruiken? Die een grote droom heeft of die je om een andere reden iets liefs toewenst? Grappige wensen, liefdevolle wensen, emotionele wensen, onbaatzuchtige wensen: ze mogen allemaal in onze mooie Wensboom.



Opgelucht ademen..
...doe je bij Zoutkamer Kampen

HALO THERAPIE HELPT

RESULTAAT AL MOGELIJK NA ENKELE SESSIES

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

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

ASTMA - GRIEP - EXCEEM
OORONTSTEKING ALLERGIEEN
COPD - HOOIKOORTS - HOESTEN
BIJHOLTEONTSTEKING - PSORIASIS
CYSTIC - FIBRIOSIS - SINUSITIS

HEIDERWEG 16 KAMPEN
828 - 323 27 37
INFO@ZOUTKAMERKAMPEN.NL
WWW.ZOUTKAMERKAMPEN.NL

2013-2023

10 JAAR

TEGELHUYS 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 aanschaft 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@tegelhuysommen.nl
openingstijden: di-za 10:00-17:00



Nieuw matras, bed of dekbed nodig?

Droomkorting tijdens onze inruilweken!

Lever in december je oude exemplaar in en ontvang:

- Tot 500 euro korting op een nieuwe boxspring
- Tot 300 euro korting op een nieuw matras
- Tot 150 euro korting op een nieuw dekbed



Bezoek onze slaapwinkel in Genemuiden.

Plan een vrijblijvende afspraak in of breng een bezoek tijdens de openingstijden van onze slaapwinkel!

Bezoek: Langestraat 32

8281 AM Genemuiden

Bel: 038 - 234 00 30

Whatsapp: 06 - 27 10 20 00

Mail: info@contourbedden.nl

Boek je afspraak op contourbedden.nl

Contour Bedden
Geeft vorm aan slaapgeluk

OPHEFFINGS UITVERKOOP

20%

40%

50%

tot

75% KORTING!

MEUBELTREFFER NIEUWLEUSEN
STOPT ERMEE NA 25 JAAR!

ALLES MOET WEG, OP=OP!

ENKELE VOORBEELDEN



Hoekbank van 2569,-
Nu 1349,-



Hoekbank van 2479,-
Nu 899,-



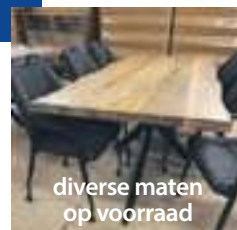
Dressoir van 749,-
Nu 199,-



stoel van 169,-
div kleuren/uitvoeringen
Nu 69,-



Fauteuil van 649,-
Nu 399,-



diverse maten
op voorraad
tafel van 729,-
Nu 399,-



Salontafel van 505,-
Nu 99,-



Tafel van 489,-
Nu 229,-



Boekenkast van 505,-
Nu 99,-

GRIJP NU UW KANS!

2500M² STAAT BOORDEVOL EN MOET LEEG!!

Alles moet weg en wordt verkocht voor zeer lage prijzen!!
Hoekbanken, tafels, stoelen, boxsprings, fauteuils, kasten, lampen enz. enz.
Kom ook langs en scoor een prachtig meubel voor de laagste prijs!

Kalkovenweg 3, 7711GV Nieuwleusen 0529-483378 - Elke do. vr. en za. open

**START
VERKOOP:**

DO. 14 DECEMBER 10.00 - 17.30

VR. 15 DECEMBER 10.00 - 21.00

ZA. 16 DECEMBER 10.00 - 17.00

Meubel
TREFFER



Vishandel Theo Muys

VIS- & GOURMET SCHOTELS



Hapjesschotel

Garnalen in Knoflook | Gevuld Ei
Makreelwrap | Makreel Bacon
Tonijnhapje | Tonijnwrap
Zalmroomkaas | Zalmwrap

Klein 40 hapjes € 37,50
Groot 64 hapjes € 52,50

Theo's Zalmsalade

Zalmsalade | Haring
Kibbeling | Makreelwrap
Zalmsnippers | Zalmwrap

± 4 personen € 32,50
± 8 personen € 52,50



Buffetschotel

Brado | Haring
Makreel Naturel | Makreel Peper
Paling | Zalmfilet
Zalmlende

Met 3 soorten salades
€ 37,00

Gourmetschotel, zelf samenstellen...

Kies 5 vissoorten uit 9 mogelijkheden, p.p. ± 300 gram.

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

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

Minimaal 2 personen!
Per persoon € 6,95



Luxe Visschotel, zelf samenstellen...

Kies 4 vissoorten uit 9 mogelijkheden.

Haring | Hollandse Garnalen | Grote Roze Garnalen
Heilbotfilet | Makreel | *Palingfilet | Tonijnwrap
Zalmwrap | Zalmfilet *Meerprijs!

Geef dit aan in het bestelformulier.
Standaard op de schotel: **Zalm Aardappelsalade.**

4 personen € 37,50
6 personen € 52,50



WINKELCENTRUM AA LANDEN
WINKELCENTRUM ZWOLLE ZUID

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



Workshop 'Stralend jezelf zijn' op 27 januari in Zwolle

ZWOLLE - Op zaterdag 27 januari 2024 organiseren coach Eline Bijzet en fotografe Erica Turmel een workshop voor vrouwen in Zwolle en omgeving. De workshop, die plaatsvindt tussen 14:00 en 17:00 uur, is bedoeld voor vrouwen die door stress of door veranderingen na de zwangerschap onzeker zijn geworden over zichzelf. Het thema is: 'Van binnen naar buiten stralend jezelf zijn!'

Zelfvertrouwen en plezier

Het tweetal organiseert deze workshop vanuit het verlangen om vrouwen in hun kracht te zetten. Eline vertelt: "Wij willen

vrouwen laten zien hoe bijzonder ze zijn en ze bewust maken van hun unieke talenten." Onder de onzekerheid van veel vrouwen zit zoveel moois wat de ruimte mag krijgen, geeft ze aan. "Daarvoor is nodig dat ze zichzelf wat vaker in het middelpunt zetten. Want dat geeft zelfvertrouwen en positieve energie, dat zorgt ervoor dat je gaat stralen!"

Jezelf anders gaan zien

Tijdens de workshop inspireert Eline je om je innerlijke vuurtje aan te wakkeren door kleur te geven aan jouw kwaliteiten en waarden. Ze laat zien wat kleur doet voor je stemming en uitstraling. Erica zet daarna alle



deelnemers op de foto, waarbij ze eerst tips geeft over hoe je ontspannen en spontaan op de foto gaat. De vrouwen krijgen achteraf

de mooiste foto van zichzelf toegestuurd. "Een mooie foto helpt om jezelf anders te gaan zien. Je hebt dan iets tastbaars waar je vol trots naar kunt kijken", licht Erica toe.

Aanmelden

Deelname aan de workshop kost €49,95 inclusief foto, een werkboek, kleurrijke materialen en koffie/thee met wat lekkers. Aanmelden kan door te mailen naar info@kleurfactor.nl. Er is slechts plek voor 8 vrouwen, wees er dus snel bij. Meer informatie over Eline is te vinden op: www.kleurfactor.nl en over Erica op: www.natuurlijkerica.nl.

Ria ten Klei: 'elkaar helpen, dat zit er gewoon in bij mij'

Weggeefkastje Stadshagen bestaat drie jaar

door Roy Visscher

Van de tien weggeefkastjes die er ooit in Zwolle waren, zijn er alweer een paar verdwenen. Sommige zijn leeg of bevatten levensmiddelen die over datum zijn. Of je moet altijd aanbellen als je er iets uit wilt halen. "Dat is niet mijn keuze", zegt Ria ten Klei van het weggeefkastje aan de Klokkengietlerlaan. "Je kunt bij mij zonder aan te bellen een of twee levensmiddelen meenemen. En ook iets uit de non-foodkast."



Levensmiddelen en overige artikelen zijn aan de Klokkengietlerlaan in Stadshagen gesplitst. Voor kerst komt er nog een bak bij. Foto: Roy Visscher

Producten met een houdbaarheidsdatum worden door Ria altijd gecontroleerd. Daarom moet bij het inleveren van dergelijke producten wel altijd even aangebeld worden. "Tussen 16 en 20 uur ben ik altijd thuis om die in ontvangst te nemen. Daarna sorteer ik ze op houdbaarheidsdatum en 's ochtends vul ik het weggeefkastje bij. Non-food artikelen kun je gewoon in het speciale kastje kwijt, dat ook bij mijn voorkeur staat. Als een kastje vol is, is het handig om toch even aan te bellen in plaats van je gift erbovenop te leggen. Het zou zonde zijn als spullen natregenen." Ten Klei werd geboren in Haarlem maar verhuisde al op haar zesde naar Zwolle. Al jong had ze de motivatie om mensen te helpen. "Dat is ook mijn motivatie voor het weggeefkastje: elkaar helpen, vooral de minderbedeelden, lief zijn voor elkaar. Dat zit er gewoon in bij mij en krijg ik er niet uit. Maar dat wil ik ook niet." Het steunen van goede doelen kreeg ze met de paplepel ingegoten. "Mijn oma bijvoorbeeld breide kleding voor Soedan. En ook mijn ouders, zij het wat minder, deden belangeloos werk."

Barre tijden

Het weggeefkastje voldoet aan een behoefte: er komen elke dag wel mensen langs. Zowel gezinnen als alleenstaanden. "Ze komen spullen halen of brengen, de verhouding is ongeveer samsam. Deze maand staat het kastje er drie jaar en het is nog steeds hard nodig. Het zijn barre tijden, mede door de oorlog in Oekraïne. En Stadshagen is helemaal niet zo rijk als vaak gedacht wordt, er zijn best wel mensen die in armoede leven. Maar hoe bereik je die? Vaak schamen ze zich voor hun situatie. Doodzonde eigenlijk." Door

haar vrijwilligerswerk leert Ria sommigen van deze mensen kennen. "Als ze spulletjes komen brengen of halen, knoop ik soms een praatje aan. Soms komt daar meer uit voort, zoals een vriendschap op Facebook. Of ik hoor schrijvende verhalen en kijk wat ik nog meer voor ze kan doen. Dat kan bijvoorbeeld een verwijzing zijn naar de juiste instantie. Al is het vaak niet duidelijk waar iemand moet zijn. Ik ben zelf nog aan het uitvogelen hoe het allemaal werkt, er is veel te weinig transparantie bij de gemeente Zwolle."

Camera

De hoeveelheid tijd die Ria aan het weggeefkastje spendeert, vind ze zelf wel meevallen. "In het verleden heb ik mantelzorg gegeven, daarna besloot ik dat ik dat niet nog eens wilde. De graadmeter is dat ik het leuk moet blijven vinden om te doen. Ik onderhoud het kastje, plaats er berichten over op Facebook en Telegram en koop heel soms wat stickerproducten bij de supermarkt. Dat is wel het meeste werk en is goed vol te houden." In november vorig jaar is haar kastje een keer in één keer leeggehaald, wat zeker niet de bedoeling is. Maar dit was voor Ria geen reden om ermee op te houden. "Zoiets kan een keer gebeuren. Na die gebeurtenis heb ik een camera opgehangen. Daarna is het kastje weer twee keer leeggehaald, na een gesprek door de politie met de dader heeft hij het niet meer gedaan." Een tijdje terug was het nogmaals raak maar de dader was met de camerabeelden niet te identificeren. "Gelukkig is het bij deze meneer bij één keer gebeven." De bedoeling is een of twee levensmiddelen mee te nemen. "Van een keer per twee weken tot twee keer per

week vind ik normaal. En je mag ook twee non-food artikelen meenemen. Zoals een puzzel, spelletje of boekje. Soms komen mensen met een big shopper langs om die helemaal te vullen, dát is dus niet okay."

Je hele big shopper vullen, dát is niet de bedoeling

Kerstpakketten

Ria wil de mensen niet teleurstellen. Maar donateurs voor levensmiddelen zijn lastig te vinden. "Op de Dankdag voor Gewas en Arbeid op 1 november heeft basisschool De Wendakker acht dozen en twaalf big shoppers vol gedoneerd en vorig jaar hield basisschool De Sprinkel een inzameling voor mijn weggeefkastje. Maar graag kom ik ook in contact met bedrijven die het kastje een maand willen sponsoren, of structureel natuurlijk." In de periode tussen sinterklaas en kerst heeft Ria ook een bak speciaal voor kerst buiten staan. "Het zou mooi zijn als mensen daarvoor komen brengen wat ze over hebben van hun kerstpakketten, tussen 16 en 20 uur. En ook non-food kerstartikelen die ze niet meer gebruiken, mogen naar mij toe. Bruikbare non-food artikelen gooi ik overigens nooit weg, alles wat niet meegenomen wordt, gaat naar de kringloop."

Wie een bijdrage heeft, kan dat aangeven op Facebook bij de pagina weggeefkastje Stadshagen of via Telegram.

Op Facebook plaats ik trouwens wekelijks foto's van wat is toegevoegd aan de kastjes en verloot ik soms spulletjes die niet opgehaald worden."

Fijne feestdagen

Boshuis Media

wenst u

allemaal fijne

feestdagen en een

voorspoedig en

gezond 2024!

Boshuis
media

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

Concerten, beelden, markt



Winterse liedjes in de buitenlucht. Foto: Wyoba.org



de Koningskerk. Foto: Google Earth



De Dominicanenkerk in Assendorp. Foto de redactie



Een beeld van het Ijsbeeldenfestival van vorig jaar. Foto: kerstmarkten.net

Kerst mag dan officieel twee dagen duren, voor veel mensen begint het kerstgevoel al veel eerder. Daarom zijn er ook tal van evenementen in kerstsfeer in de periode voor 25 december. Hier een opsomming van wat er voor kerstliefhebbers in Zwolle te beleven is op onder andere muzikaal gebied.

Vanaf 6 december doorlopend - Lichtbeeldenroute

De binnenstad is in sfeerverlichting gestoken met gigantische lichtbeelden en geurende kerstbomen. Nieuwe lichtbeelden worden toegevoegd aan de verzameling. Ook audiotours.

Woensdag 13 december - Kerstmarkt Westenholtse

Op het Petuniaplein wordt rondom de verlichte kerstboom weer van alles verkocht, zoals lekkernijen en kerstcreaties. En er is de verloting van de jaarlijkse winkeliersactie. Van 15.00 tot 20.00 uur.

Vrijdag 15 december - Winterglow bij Stadkamer

A capella klanken van de Bluebird Voices, een winters verhaal van een Zwolse verhalenverteller en houtvuur, glühwein en warme chocolademelk. Bij droog weer is deze activiteit buiten bij de hoofdingang van Stadkamer Centrum. Neem eventueel een dikke jas, een kussentje of een dekentje mee. Van 19.45 tot 20.45 uur. Deelname gratis, wel vooraf reserveren via <https://stadkamer.op-shop.nl/5302/winterglow/15-12-2023>.

Vrijdag 15 december - Kerstconcert in de Koningskerk

Het Christelijk Mannenkoor Zwolle geeft een kerstconcert in de Koningskerk aan de Landsheerlaan 5 in Zwolle-Zuid. Aanvang 20.00 uur.

Vrijdag 15, zaterdag 16 en zondag 17 december - Livemuziek in de tent

Grote Kerkplein, vrijdag 20.00-00.00 uur, zaterdag 14.00 – 00.00 uur, zondag 14.00 – 22.00 uur

Vrijdag 15 tot en met zondag 24 december - Kerstduizeling

Een antieke draaimolen en kerststalletjes in een ouderwetse kerstsfeer. Speciaal voor de kinderen. Op het Rodetorenplein.

Zaterdag 16 december - A-Mee-Zing Kerstconcert in de Dominicanenkerk

Op zaterdag 16 december geeft De Bazuin in samenwerking met vocalgroup VIVID een kerstconcert in de Dominicanenkerk aan de Assendorperstraat in Zwolle. Op deze sfeervolle locatie speelt het orkest muziek om naar te luisteren, maar is er ook gelegenheid om samen met kerstliederen mee te zingen. Met een gevarieerd programma is er muziek voor jong en oud. Denk bijvoorbeeld aan Dream in the Silent Night, Sunrise at Angel's Gate én muziek uit de film Home Alone. VIVID zingt daarnaast een aantal eigentijdse nummers en zal ook samen met het orkest optreden. Het concert vindt plaats van 19.30 tot 22.00 uur, met inloop vanaf 19.00 uur. Tickets kosten 15 euro (volwassenen) en 10 euro (kinderen) per persoon en zijn te bestellen via www.ticketkantoor.nl/shop/bazuinkerst23.

Zaterdag 16 december - Hendrik is Scrooge

Schrooten, nen dondersen droadnaegel. Dat is de subtitel van de Oost-Nederlandse bewerking van het bekende kerstverhaal A Christmas Carol van Charles Dickens. Theatermaker Bert Eeftink maakte de Oost-Nederlandse Scrooge, met in de hoofdrol zijn alter ego Hellingen Hendrik. Die speelt in deze productie de hardvochtige boer Hendrik Schrooten uit de buurtschap Stokkum bij Markelo, die alles en iedereen om zich heen schoffeert. Vooral zijn trouwe knecht Gertje moet het ontgelden. Schouwburg Odeon, 20.00 uur

Zaterdag 16 december en zondag 17 december - Midwinter Spooktocht

Start Grote Kerkplein. zaterdag 14.00 – 00.00 uur, zondag 14.00 – 21.00 uur

Zaterdag 16 en zondag 17 december - Kunst- en Kerstmarkt

12.00 – 22.00 uur op het Grote Kerkplein
12.00 – 18.00 uur in de Luttekestraat, van 11.00 tot 17.00 uur daar ook een wensboom

Zaterdag 16 december tot en met 25 februari - Ijsbeelden Festival 2023 in de IJsselhallen

Dit jaar staat op het Ijsbeeldenfestival het thema 'Mythen en Legenden' centraal. Deze oude verhalen worden tot leven gebracht in ijs- en sneeuwsculpturen die reiken tot een hoogte van wel zes meter. Van de Griekse mythologie, met figuren als Medusa en Icarus, tot de mystiek van de Chinese zodiac en de eeuwenoude raadsels rondom het monster van Loch Ness: het bijzondere van deze verhalen is dat ze de tand des tijds doorstaan en ons blijven verwonderen en inspireren. Zowel het heldhaftige verhaal van Koning Arthur als de mysterieuze onderwaterwereld van Atlantis is herkenbaar voor jong en oud en te zien in ijs en sneeuw. Het Nederlands Ijsbeelden Festival belooft een reis door de tijd en over de wereld te bieden, waarbij de schoonheid van ijs en sneeuw samensmelt met de magie van mythen en legendes.

Busje komt zo

Met een online-ticket is entree verzekerd! Wie aan de deur een ticket koopt, loopt het risico dat het tijdslot vol zit en moet dan wachten op een volgend (vrij) tijdslot. In het openingsweekend en tijdens de kerstvakantie rijdt er van 10.00 tot 17.10 uur een gratis bus (maximaal dertig passagiers) in Zwolle, genaamd de IJSBEELDEN-BUS. Deze bus rijdt gratis rondjes tussen Bilderberg Grand Hotel Wientjes bij het NS-station Zwolle, het Ijsbeeldenfestival en het centrum van Zwolle (Eekwal). Deze bus is alleen toegankelijk voor de bezoekers van het Ijsbeelden Festival met een ticket.

Dinsdag 19 december - Händels Messiah

Beleef het wereldberoemde Messiah van Händel in het Academiehuis Zwolle, uitgevoerd door The Bach Choir & Orchestra of the Netherlands. De musici bespelen authentieke strijkinstrumenten en worden aangevuld met natuurtrompet en pauken. Händels Messiah is in de kerstperiode het meest gewaardeerde oratorium. Geniet in het Academiehuis Grote Kerk Zwolle van de unieke sfeer die Händels Messiah zo typeert. Aanvang 15.45 uur.

ten, sport: kerst in Zwolle

Dinsdag 19 december - Kerstklassiekers in Academiehuis grote Kerk

Beleef in het schitterende Academiehuis Grote Kerk een ultiem concert met kerstklassiekers van wereldberoemde componisten. In de hoofdrol pianist Jan Vayne en voor de tweede keer op één dag het Bach Choir & Orchestra of the Netherlands. Wars van vaste gewoonten of muzikale dogma's improviseert Vayne er lustig op los. The Bach Choir & Orchestra of the Netherlands schittert tijdens Gloria in D en 'Winter' uit De Vier Jaargetijden van Vivaldi en daarnaast met traditionele kerstklassiekers van wereldberoemde componisten. Aanvang 19.30 uur.

Dinsdag 19 december - Sneeuwbeesten

Een wervelend midwinterfeest voor de donkere dagen. Het hypermuzikale cabaretduo Maartje & Kine neemt u mee op een hallucinerende vlucht langs alle continenten. Overal en nergens strijken ze neer om u te laten horen en zien hoe men daar het feest van het Licht viert. Dit belooft een rijke avond te worden vol poëzie, kolder, kerstklassiekers én magische sages. Bovendien zijn er gastoptredens van bekende en onbekende Nederlanders. En ook vergezelt een Zwols koor het duo. Schouwburg Odeon, 20.00 uur

Zaterdag 23 december - Kerst Ontbijt Run

Zes kilometer rennen door Zwolle! De renners starten vanaf Hedon om 8.30 uur en krijgen daar na afloop een heerlijk ontbijtje. De deelnemers wordt gevraagd iets te geven voor de 112 Nepal doos. Zo kan weer worden verdergegaan met de herbouwprojecten in Nepal. Aanmelden voor dit hardloopevenement kan niet meer, maar langs de weg de circa tweehonderd renners aanmoedigen op 20 december kan wél!

Zaterdag 23 december - Lebbis en Jansen: SUBLIEM, Oudejaarsconference 2023

Theater De Spiegel, 20.00 uur

Zondag 24 december - Kerstconcert Grootkoor Zwolle met tenor Florian

Het is inmiddels een traditie geworden. In december genieten jaarlijks vele mensen van de befaamde Grootkoor kerstconcerten. Kom alvast in de kerststemming met zanger Florian, die met zijn prachtige stem diepe indruk maakte in het tv-programma 'ARIA'. Een groot gemengd koor, samen met Tenor Florian, vertolkt de grootste kerstklassiekers aller tijden. Theater De Spiegel, 14.00 tot 16.15 uur, pauze inbegrepen.

Zondag 24 december 16.00 – 21.00 uur - Kerstival

Muziek in circa twintig cafés en restaurants.

Zondag 24 december - De Alternatieve Nachtmis

Vorig jaar was de Alternatieve Nachtmis een daverend succes met een uitverkochte Hanzestrohmzaal. Maartje & Kine keren terug als huisband en zorgen voor speciale Nachtmis-muziek. Theatremaker en historicus Tijmen Dokter blikt terug op het jaar 2023. Met verschillende gasten. Schouwburg Odeon, 21.30 uur

Maandag 25 december - De Notenkraker, opgevoerd door State Opera Bulgaria.

Dit klassieke ballet is een feest voor het hele gezin. Uitgevoerd door een symfonisch orkest komt de muziek van Tsjajkovski tot leven. Theater De Spiegel, 14.30 uur

Woensdag 27 december - Lichtjeswandeling Zwolle 2023

Een bijzondere winterwandeling in het donker door Park Het Engelse Werk van ongeveer 2,5 à 3 kilometer. Deelname is gratis. Start tussen 18.30 en 20.30 uur bij Uitspanning 't Engelse Werk

Donderdag 28 december - Swan Lake door Introdans

Een bekende, alom geliefde klassieker in een nieuwe, eigentijdse interpretatie voor de hele familie. Met zijn Swan Lake creëerde de Belgische choreograaf Stijn Celis een frisse, humoristische en innovatieve bewerking van het 'ballet der balletten'. Theater De Spiegel, 16.00 uur

Vrijdag 29 december - Koning Willem wil 'm

Iedere dag trekt de koning door het land met zijn karavaan: een oude gammele koets, een ridder op de bok en twee paarden ervoor. Achter de koets bungelen drie wagonnetjes. (4+) Schouwburg Odeon, 15.00 uur

Vrijdag 29 en zaterdag 30 december - Kerstverhaal van meneer Kampen

Een bewerking van A Christmas Carol van Dickens door Harro van Lien (4+). Schouwburg Odeon, 11.00 en 14.00 uur

Zaterdag 30 december - De Efteling Musical

Vanuit het Sprookjesbos in de Efteling komen Klein Duimpje, Heks, Wolf, Roodkapje, Assepoester, Draak en vele andere Sprookjesbosbewoners naar Schouwburg Odeon (5+). Schouwburg Odeon, 13.30 en 16.00 uur

Zaterdag 30 december - Het meisje met de zwavelstokjes

Een beeldschoon winters sprookje door Het Kleine Theater. Over een meisje dat helemaal alleen in de sneeuw hoop en troost vindt in het afsteken van haar zwavelstokjes. Bij ieder stokje dat zij brandt verschijnt een droombeeld, een stille wens.. Droevig? Hooguit ontroerend. (4+) Schouwburg Odeon, 15.00 uur

Kerstpakkettenactie

Aan het einde van elk jaar maakt stichting KerstZwolle kerstpakketten voor sociale minima in Zwolle zoals de Voedselbank en de daklozenopvang. Ook dit jaar wil ze we weer ruim 2.800 mensen voorzien van een leuk, lekker en bruikbaar kerstpakket. Dat doen we samen met heel veel vrijwilligers. Een klus duurt ongeveer 2 uur. Bekijk de video op kerstzwolle.nl en ervaar wat de klussen inhouden.



Naast aandacht voor Bachs ook voor andere beroemde componisten. Foto wikipedia



: Rennen op weg naar een ontbijtje. En daarna iets geven voor Nepal. Foto: run2day.nl



Florian Poepjes. Foto: wikiportret.nl



Scrooge uit A Christmas Carol. Foto: The New York Times

KLOPPENBURG INTERIEUR



VELDOVEN 9 - 8271 RT IJSSELMUIDEN



Kom langs bij ons in de december maand, bij een aankoop ontvang je ook een kerstkado!

Vindt de perfecte basis voor jouw interieur!

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

Een nieuw jaar met een nieuw interieur?

Een nieuw interieur kost niet alleen veel geld en moeite, maar staat ook nog eens in de top 10 van meest stressvolle situaties. Het is daarom erg belangrijk om goed voorbereid aan jouw plannen te beginnen. Om dit succesvol te laten verlopen geef ik hierbij graag een aantal tips.

Denk vooral eerst goed na over wat de plannen zijn en begin niet impulsief zelf aan het shoppen van items. De juiste keuzes maken en budgetteren is de basis van een goed bedacht plan. Hiermee valt of staat jouw interieur. Tekenen hoort hier natuurlijk ook bij, dit kan meer inzichten geven en bepaalde keuzes makkelijker maken door ruimtelijke inzichten weer te geven.

Een nieuwe frisse wind door je interieur is misschien wel één van de lastigste uitgaves om in te schatten. De kosten in de hand houden is niet altijd makkelijk. Verzamel je financiële gegevens en kijk hoeveel budget je nodig denkt te hebben. Door een budget op te stellen krijg je direct meer overzicht.

Misschien denk je dat je geld kan besparen door zelf aan de slag te gaan. Dit is een grote misvatting. Het inhuren van een adviseur verdient je gemakkelijk terug. Het bespaart jouw

veel tijd, dure fouten of miskopen plus de eventuele kortingen die een bedrijf voor je kan regelen. Voor kleine projecten kun je bijvoorbeeld een interieuradviseur inschakelen om een passend interieurplan te maken. Voor grotere projecten is het slim om het hele traject te laten begeleiden van concept tot en met uitvoering. Dankzij een goed ontwerp wordt de ruimte langdurig maximaal benut, zowel praktisch als visueel. Veel ruimtes worden ingericht zonder van tevoren na te denken over de verlichting, de bestaande aansluitpunten worden gebruikt uit gemakzucht of besparing. Dit is een grote fout aangezien verlichting je ruimte kan maken of breken.

Hetzelfde geldt voor akoestiek. Kies niet alleen materialen uit wat je mooi vindt maar ook of dit de juiste combinatie is wat zorgt voor een goede akoestiek. Dit maakt een leefruimte veel prettiger. Kies kleur en materiaal uit in de ruimte waar het komt. In elke ruimte/woning is daglicht anders. Heb je licht op het noorden of op het zuiden? Een heleboel keuzes waar je aan moet denken tot een passend geheel.

Kan ik jouw helpen om een fantastisch interieur samen te stellen? Neem gerust contact op.



Jari Schaapman

Y A R I E S
O N T W E R P B U R E A U

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



EHBO voor hoogsensitieve personen maak een PPP (Persoonlijk Prikkel Plan)!

Door Trea van der Cingel

“Ik vind mijn werk eigenlijk niet leuk; het is veel te druk, en ik ervaar geen zingeving. Maar ja, ik zou ook niet weten



wat ik anders moet.” Deze verzuchting komt geregeld voorbij in het coachtraject van een hoogsensitief persoon (HSP). Ergens wringt er iets. Het werk bevalt niet echt, maar wat je anders zou willen heb je ook niet zo paraat. Toch kun je als HSP die vraag beter niet blijvend parkeren en maar gewoon doorgaan met iets waar je niet écht plezier in hebt.

Een belangrijk feit is dat een HSP bij alles wat hij/zij/die doet of meemaakt zeer actieve hersenen heeft, waarbij prikkels in meerdere gebieden heel diep worden verwerkt. Daarom kost het ons veel energie om schouderophalend door te gaan als iets ons echt raakt of bezighoudt. Het kan hierbij gaan om zintuiglijke prikkels, zoals een te drukke kantoortuin, voortdurend mensen om je heen die in overleg zijn, binnenkomende appgeluiden, gebrek aan rustige ruimtes, of ruimtes die altijd te koud of juist te heet zijn. Hier kun je ook last van hebben als je niet hoogsensitief bent, maar de hersenen van een HSP registreren en verwerken deze prikkels zo intens, dat je al snel na de start van je werkdag met 1-0 achterstaat.

Naast zintuiglijke prikkels zijn er prikkels die je niet concreet kunt benoemen, maar wel kunt voelen: de sfeer, de onderlinge relaties en het vertrouwen in elkaar.

HSP hebben daar een feilloze antenne voor en verwerken al deze informatie grondig. Bijvoorbeeld een leidinggevende die drammerig en veeleisend is, terwijl je voelt



dat hij/zij eigenlijk onzeker is. Of geroddel onderling waarbij mensen niet geaccepteerd worden. Of een gebrek aan waardering voor je kwaliteiten, waardoor je het gevoel hebt dat je zinloos werk zit te doen en niemand je echt ziet.

Als je hoogsensitief bent, en je hebt nog niet geleerd wat voor jou de beste manier is om hiermee om te gaan, dan kan dit een grote impact hebben. Een voortdurende overbelasting door alles in en om je heen houd je meestal niet je hele carrière vol. Je kunt er passief van worden, of juist boos of onrustig. Dit kan zich ook uiten in fysieke klachten, bijvoorbeeld vaak hoofdpijn hebben of altijd moe zijn. Ook hebben veel hoogsensitieve mensen last van een ‘druk hoofd’, hun gedachten razen maar door, maar het zorgt alleen maar voor vermoeidheid en lijkt verder niets te helpen.

Op dat moment kan het zinvol zijn om een Persoonlijk Prikkelplan te maken. Hierbij breng je alle prikkels in en buiten jezelf in kaart. Tijdens coaching kijken we ook naar de dieper gelegen oorzaken, die maken dat je bijvoorbeeld last hebt van mensen die zich dominant gedragen. In het proces van het opstellen van dit plan gaan puzzelstukjes op hun plaats vallen, en ga je beseffen waarom je zo reageert en waarom bepaalde situaties zo hard binnenkomen. En dan komt er ruimte in jezelf. Dat betekent niet dat je ineens afscheid moet nemen van je huidige baan. Maar je zult er op een ándere manier naar kijken, en daardoor weet je op een dieper niveau hoe je verder wilt.

Trea van der Cingel, HSP coach.

Mail: trea@sense-coachinghsp.nl

Tel: 06-40009993

website: www.sense-coachinghsp.nl

Bijna duizend klachten over Zwols afvalstelsel ‘Zwolle wordt steeds viezer’

Het betalen per afvalzak bestaat nu bijna een jaar in Zwolle. Net zo lang als het meldpunt Schoon Zwolle, een initiatief van de SP. Daar zijn inmiddels bijna duizend klachten binnengekomen. “Tijdens het afvaldebat in de zomer gaf het gemeentebestuur toe dat Zwolle viezer wordt en dat zien we ook in de meldingen. We krijgen nog regelmatig klachten, met name over dumpingen”, aldus Brammert Geerling, fractievoorzitter van de SP.

Sinds midden november plaatst Schoon Zwolle de foto's uit het meldpunt op Facebook, Instagram en Twitter. Dit gebeurt in ieder geval tot de eindafrekening over 2023 plaatsvindt. “Door te laten zien hoe smerig de stad is geworden, houden we het probleem bij het gemeentebestuur op de agenda”, zo stelt Geerling.



Veel klachten komen binnen bij het meldpunt Schoon Zwolle, vooral over dumping van afval. Dat ziet er soms zo uit. Foto: schoonzwolle.nl

Eerder boekte de SP succes in het afvaldossier. Mensen in een rolstoel die niet goed bij de luier- en incontinentiecontainers kunnen, komen nu in aanmerking voor een vrijstelling voor het gebruik van de ondergrondse container. “Wij horen dat mensen in een rolstoel die lang aandringen hun luier- en incontinentiemateriaal nu zonder boete in de ondergrondse kwijt kunnen. Dat is een mooie stap, maar de gemeente maakt het deze mensen nog steeds te moeilijk om dit aan te vragen. De vrijstelling voor mensen in een rolstoel moet gewoon als oplossing worden aangeboden.”

Deurwaarders

Verder kijkt Geerling met enige vrees naar de eindafrekening. Volgens hem blijkt uit de rapportage van de gemeente dat er huishoudens zijn die een flinke eindafrekening tegemoet gaan. “De gemeente verwacht dat de meeste huishoudens duurder uit zijn. Maar er zijn huishoudens die afstevenen op een eindafrekening van honderden euro's. Dit zijn waarschijnlijk niet de huishoudens die zulke kosten makkelijk kunnen dragen en die mogelijk de invoering van de afvalboete niet door hebben gehad. Denk bijvoorbeeld aan demente ouderen. Gaat de gemeente daar straks deurwaarders op af sturen?”

Waar verblijf jij?

#Tuinverblijf Maggy



www.gardenbuildings.nl

Marsweg 1a, 8013 PD Zwolle

Fijne feestdagen



Boshuis Media wenst u allemaal fijne feestdagen en een voorspoedig en gezond 2024! Bedankt voor het vertrouwen en het lezen van onze kraant. Wij hopen u in het nieuwe jaar weer te kunnen voorzien van leuke nieuwsberichten uit uw regio.

Namens het team van **Boshuis media**



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

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

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

Rondkijken in een monument dat roerige tijden heeft gekend

In de Sassenpoort voel je je toerist in eigen stad

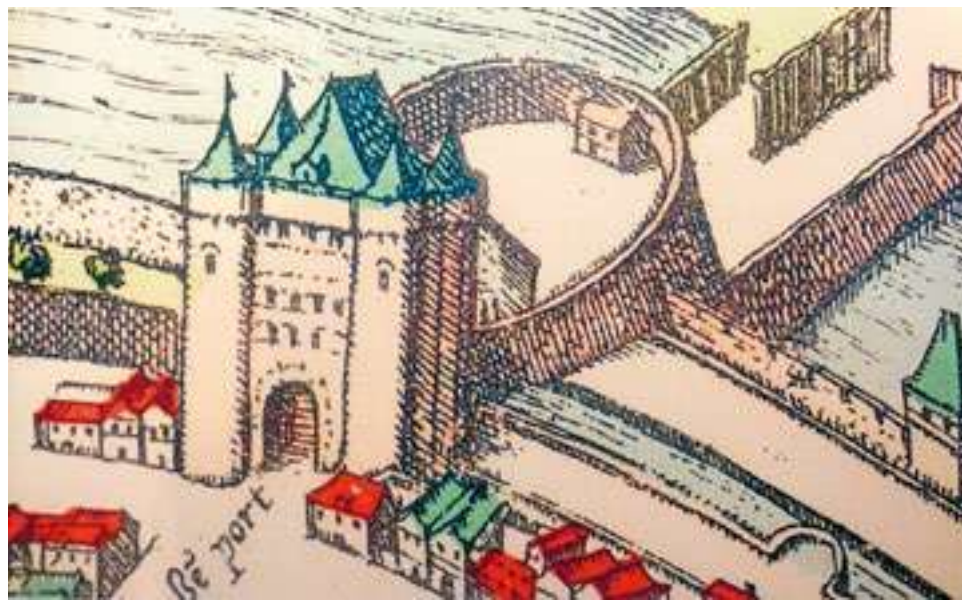


De Sassenpoort is na de Peperbus het hoogste gebouw van de Zwolse binnenstad. Foto: wikipedia/Johan Bakker.

door Roy Visscher

Je kunt er zomaar honderden keren onderdoor gegaan zijn zonder beseft te hebben wat zich allemaal boven je bevond. En dat is zonde, want de Sassenpoort is één brok Zwolse geschiedenis. Wie de moeite neemt er naar binnen te gaan, kijkt daarna nooit meer met dezelfde ogen naar dit Zwolse monument. Poortwachter Dick Felix leidde de verslaggever van deze krant – en diens vrouw – rond. “Pas goed op bij de struikeltrede!”

Al iets voor de afgesproken tijd staat onze gids al buiten op ons te wachten. Dick Felix mag dan een geboren Rotterdammer zijn, hij weet meer van de Sassenpoort dan de meeste Zwollenaren en heeft veel te vertellen. Hij steekt dus meteen van wal. “Kijk, daar boven zie je Michaël in de sluitsteen van het gewelf. De aartsengel Michaël is de beschermheilige van de stad Zwolle.” Hij was ‘een strijdbare ridder tegen het kwaad.’ Het is dezelfde figuur die tegenwoordig op de Grote Markt staat. In een mooi reliëf is hij zichtbaar, precies in het midden van de onderdoorgang van de poort. Ernaast zit nog een ontsnappingssluik, wellicht ook gebruikt als hijsopening.” We lopen iets verder richting het Van Nahuysplein. “De sleuf hierboven was voor het valhek dat ongewenste gasten buiten de stad moest houden.” Je zou het maar in je nek hebben gekregen. Tot 1839 waren er ook nog een houten buitenpoort buiten de gracht met een zogenoemd rondeel en een brug over de gracht. “Vroeger liep de binnenste van de twee grachten meteen langs de poort. Er zitten dan ook WC-gaten waardoor ‘het’ meteen in de gracht plonste.” De Sassenpoort was naast een verdedigingspoort ook een soort van douane. “Als je Zwolle in wilde, werd je door een poortwachter beoordeeld op uiterlijke kenmerken die zouden kunnen verraden dat je een crimineel was. Liep je mank? Had je maar één oog? Dat werd als verdacht opgevat. Dan buiten blijven dus.” Wij gaan



De Sassenpoort in de zestiende eeuw met rechts het rondeel. Duidelijk is te zien dat Zwolle twee vlak naast elkaar liggende grachten had.

juist zo naar binnen, maar eerst stelt Dick ons de volgende vraag: ‘Wat zijn die blauwe strepen in de boog van het gewelf?’. Het blijkt lak te zijn van de daken van de blauwe stadsbussen die tot in 2000 nog onder de poort door reden. Misschien waren de banden soms wat te hard opgepompt?

Koeienoptocht

De Sassenpoort, 42 meter hoog, verving in 1409 ‘Die Zaggingporte’, die waarschijnlijk iets verderop stond aan het eind van het straatje Krommejak. In de veertiende eeuw was Zwolle immers platgebrand door roofridder Van Voorst. Maar negen huizen en wat gebouwen bleven over. Daarna kwam er in Zwolle een verordening die bouwen met stenen verplicht stelde. En werd de stadsmuur verbeterd. De Sassenpoort was nooit bedoeld als op zichzelf staand bouwwerk maar vormde een onderdeel van de stadsmuur. “Precies daar liep de muur, en dan verder achter de huizen in de Koestraat langs.” Dick wijst op de grijze tegels in de Sassenstraat. “In achtertuinen in de Koestraat liggen nu nog resten van de fundering.” Ook op onze vraag waar de naam Koestraat in vredesnaam vandaan komt, lepelt Dick zo het antwoord op. “Het vee dat buiten de gracht graasde, werd ‘s avonds binnengehaald tegen diefstal en liep via die straat naar de Ossenmarkt, bij de Peperbus.” En nog gaan we de poort niet in. Eerst nog even iets over de bakkerij die aan de Koestraatzijde tegen de poort aangebouwd was. “Die had in de poort een eigen ingang voor ‘s avonds als die dicht was. De sleutel van de Sassenpoort werd

altijd ‘s avonds ingeleverd bij de magistraat. De bakker kon voor zijn werk via die deur waar je de restanten nog van ziet, dan nog in en uit.”

Achtervolging

Wij gaan echter door de officiële ingang naar binnen en de smalle, draaiende trap op. Alsof je tijdens een vakantie een kasteel bezoekt. Ook hier is schade zichtbaar. Dick wijst ons op de muren langs de trappen. Daarvan zijn stukjes zwartgeblakerd. “Die plekken zijn ontstaan bij het beklimmen van de trappen met een fakkel in de hand. Hadden jullie trouwens opgemerkt dat de trappen naar rechts omhoog draaien? Dat is bewust zo bedacht. Zo hadden de poortwachters hun rechterhand vrij als zij voor vijanden de

trap op vluchtten. Aangezien toen ook de meesten rechtshandig waren, konden zij zo de achtervolgers gemakkelijker steken. En pas op! Je komt zo ook een struikeltrede tegen. Een leuke verrassing voor de vijand, die er bij het omhoog rennen niet op rekende dat een van de treden afwijkend van hoogte is.” Toen al slimme jongens, die Zwollenaren. Dat zal in de middeleeuwen meermaals een gevalletje ‘oeps’ hebben opgeleverd. In de Hanzezaal op de eerste verdieping worden we getraakteerd op een expositieruimte met een hoop prenten die de historie van de stadsmuur verduidelijken. De vloer is één grote luchtfoto van de binnenstad. “Er zaten op het hoogtepunt 23 torens en 8 poorten in de muur. Alle poorten zijn gesloopt. Op een na dan. Van de torens zijn de Wijndragers-, Pelser- en Zwanetoren nog bewaard gebleven.” Drie grote maquettes trekken de aandacht.

Naast de Sassenpoort zijn ook de verdwenen Diezerpoort en Kamperpoort te bewonderen. “Die twee zijn gemaakt op basis van tekeningen, want foto’s bestaan er niet van.” Aan de prachtige maquette van de Sassenpoort is anderhalf jaar gewerkt. Eén kamertje ervan is ingericht. “Dat is de kamer waar Wolf van Ittersum, een bekende familienaam in het Zwolse, met zijn grote gezin verbleef als bescherming. Tegen wie? Zijn eigen zwager, die een appeltje met hem te schillen had. Die kamer is nog intact en kun je bezoeken.” In de kamer staat ook een in 3D geprinte witte maquette met toelichting in braille. “Anders dan die andere mag je deze wél aanraken.” Wie benieuwd is wat het échte verhaal over de bijnaam Blauwvingers is, kan het antwoord ook op deze etage vinden ...



In de Hanzezaal heb je Zwolle aan je voeten, letterlijk.



Aanzicht van Zwolle in de richting van het huidige Rodetorenplein, rond 1600. De koeien grazen er buiten de gracht vrolijk op los.



Ook over het trappenhuis heeft Dick Felix anekdotes paraat.



Vervolg

In de Sassenpoort voel je je toerist in eigen stad

Bijna ten onder

Aan het begin van de zeventiende eeuw was het niet meer nodig hem te gebruiken als verdedigingswerk. “Hij kreeg toen de functie van stadsgevangenis”, legt Dick uit. “Na de vrijlating van de laatste gevangene in 1739 werd de poort van binnen verbouwd voor de huisvesting van minderbedeelde gezinnen. Weer een eeuw later werd die gebruikt als opslagplaats voor het leger, onder andere van kleding. En werden de andere Zwolse stadspoorten en vrijwel de gehele stadsmuur gesloopt.” Ook de Sassenpoort was bijna ten onder gegaan, in 1877. Maar de gemeenteraad stemde tegen afbraak. Zestien jaar later staat de poort opnieuw op de nominatie om het veld te ruimen maar hij wordt gered doordat hij op het laatste moment verkocht wordt aan de staat. “Daarna is hij drie jaar lang gerestaureerd door Pierre Cuypers en kreeg hij de status van Rijksmonument. Hij staat zelfs in de top 100 van Rijksmonumenten. Tot 1977 is de Sassenpoort gebruikt als Rijksarchief. “De boekenkasten staan er nog steeds, waarvan sommige gevuld.” Op de tweede verdieping vinden we de Pierre Cuyperszaal. Die is nu ingericht als trouwzaal en kan afgehuurd worden. In de oostelijke toren bevinden zich de voormalige gevangencellen. En het ‘toilet’ waar Dick het al eerder over had. “Hier bevond zich ook de ‘takelmaschine’ voor het neerlaten en ophalen van het valhek. En kijk onder je: daar zitten de mezekouwen, oftewel werpgaten. Daar doorheen kon de vijand worden bestookt met kokende pek, kokend water, pijlen, olie en stenen. Er zijn nog maar acht andere bouwwerken in Nederland met deze gaten.” Een ervan is nu voorzien van dik glas, zodat je de mensen kunt zien die onder de poort door lopen, die waarschijnlijk geen idee hebben wat ze boven het hoofd hangt. De andere twee zijn dichtgemetseld, voor de veiligheid van de bezoekers.

Paardenkrachten

De derde verdieping is de laatste die nog gebruikt werd voor de Sassenpoort werd overgedragen aan de Stichting Monumentenbezit. Hier is het enige Rijksarchief dat nog als zodanig herkenbaar is. “De etage wordt nu gebruikt voor onder andere

kinderspelletjes door ANNO Stedsmuseum Zwolle.” Maar het ging er hier niet altijd zo lieflijk aan toe.

Het ging er hier niet altijd zo lieflijk aan toe

Dick Felix gaat ons voor naar de naastgelegen toren, waar hij ons vast het fraaie uitzicht wil laten zien. “Kijk: onder die kleine raampjes stonden vroeger kleine kanonnen. Falconetten, dus zonder wieltjes. Met een handig balkonnetje tegen de terugslag bij het vuren.” En het uitzicht? Dat is inderdaad mooi, we zitten dan ook al zo’n dertig meter hoog, vergelijkbaar met de achtste verdieping van een flat in bijvoorbeeld Holtenbroek. Maar het kan nog hoger: op naar de verdieping met de spits, oftewel klokkensolder. “De originele balken zitten er nog in”, licht Felix toe. “En deze hele etage is er waarschijnlijk in één keer op gezet, van buitenaf. Het zou kunnen dat daarvoor paarden gebruikt zijn, die beneden een katrol in beweging zetten die de boel omhoog hees.” Jammer genoeg zijn daar geen tekeningen van bekend, het zal een waar huzarenstukje én een mooi schouwspel geweest zijn.

De vlag uit

De Sassenpoort is geen kerk dus kreeg die bij de bouw geen klokkenspel. Pas in de achttiende eeuw hebben de Zwollenaren ervoor gezorgd dat dat alsnog toegevoegd werd. Het wordt nu via een computer bestuurd. “Eerst zat op deze etage een rode koepel, bij de restauratie door Cuypers is die in 1895 vervangen door de huidige vierkante, neogotische spits. “En Cuypers heeft alles laten staan, ook de kist waar zand in zat voor onder de touwen met de gewichten van het klokkenspel. Voor een zachtere landing, mochten ze eens losschieten. Daar staat-ie.” En dan wijst Dick langs de laatste trap naar boven. Het blijkt een ware wirwar van balken in de spits waarin het klokkenspel hangt. Onze aandacht gaat ook uit naar de enorme



Ook de Zwolse archiefruimte is nog herkenbaar.

vlaggenmast die overdwars in de ruimte hangt. “Ja, die steken wij, zeg maar de huidige poortwachters, tweemaal per jaar uit. Met Koningsdag en op Bevrijdingsdag. Dat is wel even een klusje.” Tot slot laat Felix ons nog een kleine bedompte ruimte zien. Het was de kruitopslag. Want ook de kanonnen moesten natuurlijk ‘eten’. “Ze moesten hier heel voorzichtig te werk gaan met die fakkels in hun handen, want kruit en vuur ... En ook nu moeten we nog voorzichtig zijn, in de hele Sassenpoort. Want kijk maar naar de Notre Dame in Parijs na die grote brand: er is voor de restauratie wel voldoende geld ingezameld maar er zijn te weinig vakmensen om die uit te kunnen

voeren.

Wijze woorden van ‘poortwachter’ Dick Felix: laten we vooral zuinig zijn op dit bijzondere Zwolse icoon.

Gelukkig is de Sassenpoort een zogenoemd Blue Shield monument. Dat betekent dat in het geval van een ramp de poort met voorrang wordt beschermd. Laten we hopen dat dat nooit van pas komt.



Dick Felix geeft toelichting in de kruitopslag. Foto's Roy Visscher



Het Zwolse icoon heeft ook een miniatuur in Madurodam. Foto Wikimedia Commons.

Adresgegevens Sassenpoort

Sassenstraat 53
www.sassenpoortzwolle.nl
info@sassenpoortzwolle.nl
Telefoon (06)-17126734

Openingstijden: maandag, woensdag, vrijdag en zondag van 13 tot 17 uur, zaterdag van 11 tot 17 uur, dinsdagen en donderdagen tijdens schoolvakanties van 13 tot 17 uur.

Buiten openingstijden zijn bezoeken op afspraak mogelijk. Hiervoor geldt voor groepen van minder dan 15 personen een toeslag van €15,- bovenop de reguliere prijs.

Toegangspreizen: kinderen jonger dan 4 jaar gratis, 4 tot 12 jaar 2,50, vanaf 12 jaar 5,-



Bij een aanval rijdens de middeleeuwen een plek om onder weg te blijven.

Koerswijziging Fraterhuis

Gemeente zoekt nieuwe locatie Fraterhuis in Broerenkwartier

Door: Gemeente Zwolle

De gemeente start een verkenning naar een nieuwe plek voor filmtheater Fraterhuis in het Broerenkwartier. Dat stelt het college van Burgemeester en Wethouders voor aan de gemeenteraad. De gemeente werkt al een aantal jaren aan plannen voor het voormalige Hudson's Bay pand in het Broerenkwartier. Ze wil meer levendigheid in het Broerenkwartier en de Zwolse binnenstad brengen door het winkelgebied om te vormen tot een mix van functies zoals wonen, retail, horeca en cultuur.

De herontwikkeling van het Hudson's Bay pand is in deze omvorming een belangrijke bouwsteen. Eind vorig jaar besloot de gemeenteraad hiervoor geld vrij te maken, zodat het Fraterhuis in dit pand onderdak kan vinden en daarmee de langgekoesterde wens tot uitbreiding vorm kan geven.

Sindsdien is de situatie in de cultuursector flink gewijzigd. Vrijwel alle culturele instellingen in Zwolle staan financieel onder druk. Ze zien zich geconfronteerd met flinke kostenstijgingen, waardoor ze moeite hebben hun begroting rond te

krijgen met de huidige subsidiebedragen.

Daarom gaat het college van B en W de komende maanden onderzoeken hoe de gelden binnen de cultuurbegroting optimaal kunnen worden ingezet vanaf 2025.

De subsidie aan het (nieuwe) Fraterhuis maakt deel uit van dit onderzoek. Nu al is duidelijk dat alle culturele ambities niet gaan passen binnen het gemeentelijke huishoudboekje vanaf 2025. Om zoveel mogelijk flexibiliteit te houden bij de keuzes volgend jaar hebben B en W besloten terug te komen op het eerdere besluit om het Fraterhuis te huisvesten in het Handelshuys. Dit zou naar verwachting de komende jaren een te fors beslag leggen op de beschikbare gelden voor cultuur in Zwolle.

Wethouder Monique Schuttenbeld: "Natuurlijk is het heel jammer dat we dit besluit hebben moeten nemen. Maar de situatie dwingt ons om nu aan de voorkant

deze keuze te maken. Daarmee houden we meer ruimte bij de verdeling van de gelden volgend jaar. De wens om het Fraterhuis in het Broerenkwartier een nieuwe plek te bieden om uit te breiden staat recht overeind. We zijn al meer dan 10 jaar met het Fraterhuis in gesprek over een locatie waar het filmtheater kan uitbreiden. Daar gaan we mee door, maar we moeten nu wel de koers wijzigen en op zoek gaan naar een andere plek in het Broerenkwartier. Want we willen ook meer reuring en cultuur in het Broerenkwartier. De komende maanden onderzoeken we samen met het Fraterhuis of er een alternatieve plek in het Broerenkwartier is waar het Fraterhuis onderdak kan vinden tegen lagere kosten. Daarover zal in het voorjaar meer duidelijkheid komen."

De gemeente handhaaft wel het eerste recht van koop op het voormalige Hudson's Bay pand om invloed te houden op de invulling en herontwikkeling van het pand. De ambities voor de invulling van het pand blijven hoog, gezien het belang van deze plek voor het Broerenkwartier.

Fijne feestdagen

Boshuis Media

wenst u

allemaal fijne

feestdagen en een

voorspoedig en

gezond 2024!

Boshuis
media

SAVE THE DATE!

ZONDAG 28 JANUARI - 19.00 UUR



Na anderhalf jaar mogen wij met trots een nieuw **Benefiet Festival** aankondigen in **Poptempel Hedon** te Zwolle ten bate van **Stichting R.M.R.H. (Roeien Met de Riemen die Je Hebt)**



60'S - 70'S REVIVAL FESTIVAL 2024

F E A T U R I N G:



SOUL VIBRATION
De 12 koppige formatie speelt "OLD SCHOOL SOUL" en natuurlijk diverse Motown Hits uit de jaren 60/70.



CCR REVIVAL
Deze 6 man sterke band speelt de mooiste hits van **CREEDENCE CLEARWATER REVIVAL** **JOHN FOGERTY EXPERIENCE**.



THE LSB EXPERIENCE
De 6 mans formatie speelt, tijdens hun 3e theatertour "SONGS OF CSN&Y" om Crosby, Stills, Nash & Young te eren.



Angst voor vuurwerk voorkomen met tijdige aanpak

Hoe steun je je huisdieren tijdens de feestdagen?



Er zijn mogelijkheden om ervoor te zorgen dat 'Fikkie' en 'Minoes' niet lijden onder luidruchtig vuurwerk. Foto's: dogpsychology101.com en yahoo.com



door de redactie

Harde knallen kunnen bij huisdieren nog lang na het laatste vuurwerk na-ijlen. Een dierenarts geeft tips tegen vuurwerkangst en over andere feestdagenperikelen.

Honden zijn erg gevoelig voor harde geluiden, weet de dierenarts. Daardoor kunnen viervoeters van onverwachte harde knallen behoorlijk in paniek raken. Het gebeurt nogal eens dat zij zich, als ze uitgelaten worden, losrukken van hun riem en ervandoor gaan. "Maar ook kunnen er bij honden die van slag raken langduriger

problemen ontstaan. Een voorbeeld is 'generalisatie'. Daarbij breidt de angst voor vuurwerknallen zich bij de hond uit tot angst voor meer geluiden. Of het dier durft niet meer terug te komen op de plek waar het zo geschrokken is, wat het voor de eigenaar van een weggelopen hond ook nog eens moeilijker maakt om zijn maatje terug te vinden." Dit fenomeen van het voortaan mijden van een plek waar ooit gevaar was of leek te zijn, is ontstaan in de evolutie bij zowel mensen als dieren. Het helpt om nieuwe onveilige situaties te voorkomen.

Supplementen

Angst bij een huisdier kan zo sterk worden dat het dier er echt last van heeft en onhandelbaar wordt. Hoe sterk die angst uiteindelijk wordt, is genetisch bepaald en hangt volgens de dierenarts af van de moederzorg die het dier in zijn eerste weken na de geboorte heeft gekregen. Maar het goede nieuws: het is te voorkomen dat bijvoorbeeld een hond of kat vuurwerkangst ontwikkelt. "Zo bestaat er een goed werkend, geregistreerd medicijn. Dit verandert de overdracht van angstprikkels in de hersenen van het dier, waardoor het niet direct stress

ontwikkelt bij harde knallen. Een nadeel: dit middel slaat pas aan na zes tot acht weken van gebruik. Het gros van de dierenbezitters komt er pas een paar dagen voor de jaarwisseling om vragen, en dat is dus te laat." Gelukkig bestaan er ook voedings-supplementen die veel sneller resultaat opleveren. Deze bevatten een eiwit dat ook in de moedermelk zit en een kalmerende werking heeft.

Stopcontact

En dan zijn er ook nog de feromonen, geurstoffen die een grote invloed hebben op het gedrag van dieren. "Deze feromonen kunnen heel simpel aan een ruimte worden afgegeven door een verdampert die je in het stopcontact steekt. Dit werkt niet alleen bij honden en katten, ook bijvoorbeeld konijnen worden er rustiger van." De laatste optie om een bang huisdier comfortabel door het geknal op en rond oud en nieuw te loodsen, is het geven van een stofje dat op valium lijkt en in een lage dosering angstremmend werkt. Maar geen angst: dit middel verdooft niet, de hond, kat of welk ander dier ook blijft volledig bij kennis.

Met een feromonenverspreider in huis worden je huisdieren rustiger

"Dit middel verkopen we tegen de jaarwisseling tientallen keren." De genoemde middelen hebben nog een ander voordeel. Als dieren door hun angst een gedragsprobleem ontwikkelen en gedrags-therapie nodig is, zijn ze daar door deze medicatie ontvankelijker voor.

Goede voorbeeld

Sommige huisdiereigenaren brengen hun dier ergens anders onder waar minder geknald wordt. Bij familie of bekenden bijvoorbeeld of in een pension. "Op zich best een goede oplossing", volgens de dierenarts. "Maar of het dier het daar naar de zin heeft, hangt af van het karakter. En bij honden daarnaast van het ras." Wie ervoor kiest samen met het dier thuis te blijven, kan zelf invloed uitoefenen op het welbevinden van de vierpoot. "Ga zelf niet schrikachtig reageren op knallen, bijvoorbeeld. Een dier neemt dergelijk gedrag over. En overdrijf niet als je het dier troost, dat maakt de angst juist groter. Een goede sociale band kan

daarentegen wel steun bieden."

Chocolade

In de feestmaand december hebben veel mensen chocolade in huis. Vaak hoor je dat die gevaarlijk kan zijn voor honden. Een broodje aap of zit er waarheid in? Het is het tweede, volgens de huisarts. "Voor honden is chocola, zeker de pure variant, wel degelijk giftig. Het kan zelfs dodelijke hartritme stoornissen veroorzaken. Maar tegen hoeveel chocolade een hond kan, is afhankelijk van zijn grootte." Nog zoiets wat onder hondenbezitters de ronde doet: bij een hond die onverhoeds van chocola heeft gesnoept, moet je zout in de keel doen om braken op te wekken. "Ook dat is gevaarlijk, de hond loopt daardoor een groot risico op zoutvergiftiging." Wat je dan wél moet doen (en dat is beslist géén 'wij van wc-eend'): "Zo snel mogelijk naar de dierenarts gaan voor een injectie om de chocola uit te laten braken."

Splinters

Maar het is rond de feestdagen niet alleen oppassen geblazen met het bruine goedje. Ook botjes, met name die in gevogelte, zijn gevaarlijk voor honden. Die kunnen immers versplinteren en inwendige schade bij het dier veroorzaken en in de keel blijven steken. "Wie zijn of haar dier een extra plezier wil doen, kan beter wat meer aandacht geven of samen een extra rondje lopen." Overigens: ook de kerstboom en -ster zijn potentieel giftig. "Houdt je kat ervan aan nieuwe planten te knabbelen, wees dan voorzichtig. Ook het afdekken van de waterbak onder een echte kerstboom, is een goede veiligheidsmaatregel. Het water kan namelijk giftige stoffen bevatten." Een laatste tip voor de wintermaanden: spoel de poten van je hond af na het maken van een wandeling als met zout gestrooid is. De pekkel kan de hond last bezorgen.

Gedekt

Iets waar weinig mensen bij stilstaan: ook voor huisdieren is een ziektekostenverzekering af te sluiten. "Ook als ze bekend zijn met deze mogelijkheid, kiezen de meeste dierenbezitters daar toch niet voor. Ze verwachten de kosten van het verzekeren immers toch niet terug te verdienen. Maar de kosten van een operatie kunnen soms oplopen tot in de duizenden euro's. En dat kan niet iedereen een, twee, drie op tafel leggen." Informatie over deze verzekeringen is te vinden op verzekerjehuisdier.nl.

Kerst

het feest van het licht

Door Margriet Krook

Kerst, een tijd van vreugde, samen zijn en liefde, kan voor velen een bitterzoete periode worden wanneer dierbaren



ontbreken. De afwezigheid van geliefden werpt een schaduw over de schitterende lichten en feestelijke decoraties die de straten sieren. In plaats van hun warmte en lach te voelen, voelen we een leegte

in ons hart.

De kerstboom, die jaarlijks vol glinsterende ornamenten hing, lijkt nu incompleet. De stoel waarin je dierbare altijd zat, is nu leeg en stil. De geur van hun favoriete gerechten vult niet langer de keuken. Kerstliederen, eens vol vreugde gezongen, brengen nu tranen in de ogen.

Maar te midden van deze duisternis kunnen we een lichtpuntje vinden. We kunnen de herinneringen aan onze dierbaren koesteren. We kunnen praten over de grappige verhalen en dierbare momenten die we deelden en een kaars aansteken ter



ere van hun nagedachtenis. Kaarsen die ons verbinden met elkaar. Kerst zonder dierbaren is inderdaad een uitdaging, maar ook herinnert het ons eraan hoe kostbaar de tijd met hen was. Het leert

ons ook medeleven en begrip te tonen voor anderen die hetzelfde gemis voelen. Laten we samen troost vinden in elkaars gezelschap en in de wetenschap dat liefde en herinneringen de ware verlichting van deze feestelijke periode zijn.

Margriet Krook Uitvaartbegeleiding wenst u allen Fijne Feestdagen en veel geluk, liefde, maar bovenal een Gezond 2024.

Ook in 2024 kan ik u bijstaan in een moeilijke periode van afscheid. Wilt u meer informatie? Bel mij op 06-36113000.

Bos Bedden

Droom bedden



Kies je

€ 100,-

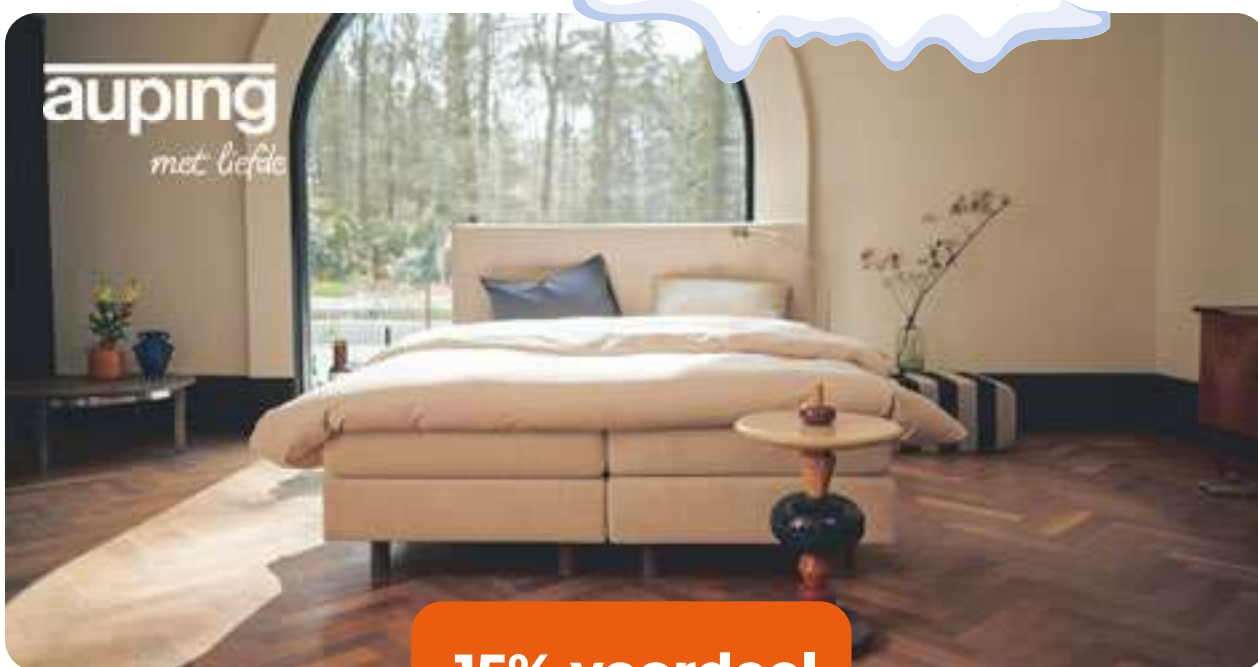
Bedtextiel cadeau

Bij een besteding van
€1.000 - €2.000

€ 2

Bedtex

Bij een
€2.000



15% voordeel

op het hele Auping assortiment



€ 300,- tot € 500,-

Op een hoofdbord bij aankoop van

XXL store
3.000 M2

Nieuwleusen

Nijverdal



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

www.bosbedden.nl
Gratis parkeren



3.000 M2
showroom
vol beleving
en inspiratie

cadeau!

200,-

Bedtextiel cadeau

Bij een besteding van
€1.000 - €3.000

€ 350,-

Bedtextiel cadeau

Bij een besteding van
€3.000 of meer

200,- euro korting

aan complete Pullman boxspring

15% voordeel

Op bijna het hele Tempur assortiment

leep

avek
SINCE 1977

Eastborn

PULLMAN

auping
met liefde



edden.nl
voor de deur!

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



KERST BIJ

Happy Garden



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

All-Inn Kerstbrunch 1ste en 2de kerstdag

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

Tarieven

VOLWASSENEN € 36,50,-
65+ € 33,50,-
KINDEREN 3-12 JAAR € 2,25 X LEEFTIJDJAAR

Reserveertijden

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

All-Inn Kerstdiner 1ste en 2de kerstdag

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

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

Tarieven

VOLWASSENEN €49,50
65+ €45,50
KINDEREN 3-12 JAAR €3,- X LEEFTIJDJAAR

Reserveertijden

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



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





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



Bas Smit



06 25 41 14 65



www.bohemenuitvaarten.nl
info@bohemenuitvaarten.nl

Originaliteit bij afscheid, gevoel in elk detail

Colofon

De Blauwvinger Courant: 32.000 exemplaren

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

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

De Blauwvinger Courant is een onderdeel van:
Boshuis Media

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



“Rikels dé enige onafhankelijk Slaapexpert in uw regio”

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



Sander van Klompenburg,
eigenaar Rikels Slaapexperts

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



- Poetsen
- Polijsten
- Ceramic Coating
- Schadeherstel

- Restylen/ Spotrepair
- Bekleding reparatie
- Details etc.

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

VAAK MOE EN OVERPRIKKELD?

LEER LEVEN VANUIT JE KRACHT!

IS HOOGSENSITIVITEIT EEN STOORNIS?

Nee, een HSP is volkomen normaal! Het zenuwstelsel van een HSP werkt alleen veel sterker dan gemiddeld. Dit is bewezen door wetenschappelijk onderzoek van Elaine Aron in 1991. Je grote opmerkingsgave kun je uiteindelijk inzetten als talent. Hoogsensitiviteit is erfelijk, vaak 'zit het in familie'.

HOE KOMT EEN HSP IN BALANS?

Het belangrijkste is leren omgaan met je karaktereigenschappen, en ervaren hoe je als een hoogsensitief persoon in deze maatschappij tot je recht komt! Door de coaching van Trea van der Cingel, ervaren HSP coach en therapeut (logopedist) kom je zonder omwegen tot de kern. Voor hoogsensitieve ouders zijn de inzichten direct toepasbaar in de opvoeding van hun hoogsensitieve kinderen. Bij stemklachten is een combi HSP coaching- logopedie mogelijk. Meld je aan voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek.



15 tot 20% van de Nederlanders is hoogsensitief. Een hoogsensitief persoon (HSP) hoort, ziet, voelt, ruikt en merkt vrijwel alles om zich heen.

Als je een HSP bent voel je de stemmingen van anderen en de sfeer in een groep haarfijn aan. In onze prestatiegerichte, drukke maatschappij leidt dit bij een hoogsensitief persoon geregeld tot een burnout of overspannenheid.

MEER INFORMATIE? NEEM VRIJBLIJVEND CONTACT OP:.

Praktijk Sense, coaching bij hoogsensitiviteit

Trea van der Cingel, coach HSP
Locatie Zwolle (Stadshagen)
Bel of app naar [06 4 000 999 3](tel:0640009993)
Mail: trea@sense-coachinghsp.nl



Lees meer op
www.sense-coachinghsp.nl





MOOI OP MAAT

VAN HUBO WIJHE EN HASSELT

Hubo Wijhe
Handelsweg 2 - 8131 XX Wijhe
(0570) 52 20 33 - wijhe@hubo.nl

Hubo de Breker
Buiten de Enkpoort 15 - 8061 HR Hasselt
(038) 477 12 58 - hasselt@hubo.nl

Fijne feestdagen

Boshuis Media wenst u allemaal fijne feestdagen en een voorspoedig en gezond 2024! Bedankt voor het vertrouwen en het lezen van onze krant. Wij hopen u in het nieuwe jaar weer te kunnen voorzien van leuke nieuwsberichten uit uw regio.



Namens het team van





Doe inspiratie op in onze vernieuwde SHOWROOM



VANAF NU OOK BIJPASSENDE INTERIEURKASTEN



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

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





G. Schrijver BV

Het adres voor al uw oude metalen, papier en folie.

*Inkoop van oud-ijzer
en metalen*

*Ook het adres
voor uw papier
en plasticfolie*

Adres: Vlijtseweg 212
7317 AN te Apeldoorn

Openingstijden:
Ma-Vr 07:30 uur tot 17:00 uur
Za 08:00 uur tot 12:00 uur

Tel : 055-521 63 63
Email: info@gschrijverbv.nl
www.gschrijverbv.nl

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

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



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

**MET EEN DAKKAPEL VAN
VAN HATTEM MEER**

DAGLICHT
LEEFRUIMTE
WOONBELEVING

*Een dakkapel
die aan alle regels
en eisen voldoet*

BEL VOOR EEN VRIJBLIJVEND
ADVIES GESPREK!
T 038 33 77 989

Van Hattem Dakkapellen, zekerheid voor u!

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

Uw adviserende dakkapel specialist sinds 2004

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



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

Kom ons team versterken!

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



Van Hattem Dakkapellen | Klaas Fuitestraat 33a | 8281 BX Genemuiden
info@vhdakkapellen.nl | 038 33 77 989 | www.vhdakkapellen.nl

Vredesposter wordt protestposter

Door: Celeanum Zwolle

De leerlingen van klas 1 hebben meegedaan aan de internationale Peace Poster Contest van de Lionsclub. Het thema van dit jaar is **Durf te dromen!** Als winnaar van het Celeanum kwam de poster van Klaus uit de bus. Ook Julia en Marjolein maakten prachtige posters en kregen de tweede en derde prijs.

Mevrouw Koens van de sectie kunst beeldend over de wedstrijd: "In een wereld waar oorlog normaal lijkt te zijn geworden, en we iedere dag beelden zien van wat mensen elkaar aandoen, is het nog meer dan anders belangrijk om te durven dromen over vrede. Over de hele wereld zijn de afgelopen weken honderdduizenden kinderen bezig geweest



met het zelfde thema: vrede. We vinden het geweldig dat alle leerlingen uit klas 1 zich hebben ingezet om een eigen poster te maken. Want dat betekent ook dat ze er bij stil hebben gestaan hoe belangrijk vrede is."

Marjolein maakte in haar poster een meisje dat wat rondloopt in een grauwe stad. Met het licht dat uit haar zaklamp komt wordt de wereld zichtbaar waarvan zij droomt: een wereld van vrede waar het licht en kleurrijk is. Julia maakte een meisje hangend aan ballonnen, dat zich mee te laten voeren naar een mooiere en betere wereld.

Klaus won de eerste prijs, maar, zoals hij zelf aangaf, hij heeft geen vredesposter, maar een protestposter gemaakt. "Mijn vredesposter gaat niet over hoop, maar over het verlies

van alle hoop. Mijn vleesmolen is niet een symbool van vrede, maar een symbool van pijn. Het enige wat we nog kunnen doen, is alle landen door de vleesmolen halen en met elkaar, opnieuw beginnen. Gewoon opnieuw." De aanwezigen waren erg onder indruk van zijn statement. De poster van Klaus is ingestuurd voor de regionale wedstrijd van de Peace Poster Contest.

De posters van alle drie de leerlingen zijn opgehangen in de school. Wil je ze zelf komen bekijken, dan kan dat! Op 14 december is er een speciale avond voor groep 7 en 8 en hun ouders met als thema *Komt dat Zien* van 19.00 – 20.30 uur, Zoom 37. Ook is er op 16 januari een informatiemiddag en -avond voor groep 7 en 8. Graag opgeven via: www.celeanum.nl.



Colofon

De Blauwvinger Courant:
32.000 exemplaren

ASSENDORP / PIERIK / SCHELLE
AA-LANDEN / DIEZE- OOST
DIEZE- WEST / HOLTENBROEK
BINNENSTAD / WINDESHEIM
DIEZERPOORT / HAERST / BERKUM
WIPSTRIK / KAMPERPOORT
VEERALLEE / HANZELAND

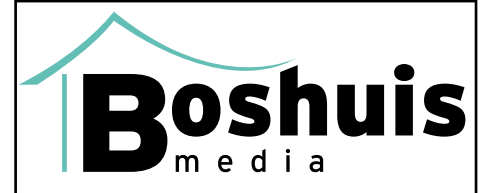
Onze kranten verschijnen maandelijks met een oplage van 167.000 exemplaren in de volgende edities; Meppeler Express, Zicht op Steenwijk, Zwartewater Express, Vechtdal krant, Polder Courant, Blauwvinger Courant, Stadshager Courant en Kampen in Zicht.

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

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

De Blauwvinger Courant is een onderdeel van:

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



DECEMBER met Expert

55"
140 cm

Scan & bestel

LG OLED evo
2023 | C35

SMART
4K UHD
OLED

1499,-*

Beste uit de test JUN 2023

Ook verkrijgbaar: **42"** **48"**
65" **77"**

LG
OLED 4K TV | OLED55C35LA

- 55" (140 cm) 4K OLED Smart-tv
- Prachtige beelden door de a9 AI Processor 4K Gen6
- Zeer slank design
- Ervaar meeslepend beeld met Dolby Vision IQ en Filmmaker Mode
- Levendig geluid door Dolby Atmos

* Prijs na 100,- retour via LG

Scan & bestel

199,-
100 KOFFIES VOOR 5,-*

NESPRESSO | **DeLonghi**

NESPRESSO | NESPRESSO EN510.B

- Zet eenvoudig de lekkerste koffie
- Voor Espresso, Lungo en nog veel meer koffierecepten
- Geïntegreerde melkopschuimer voor cappuccino, latte macchiato of espresso macchiato
- Waterreservoir van 1 liter

* Na registratie via Nespresso

DAAR WORDEN GOURMETTERS WIJZER VAN

Scan & bestel

649,-
566,-

BOSCH
WASMACHINE
WAN28096NL EXCLUSIV

- 7 KG VULGEWICHT EN 1400 TOEREN
- ACTIVEWATER PLUS: STEM T WATERGEBRUIK AUTOMATISCH AF OP DE HOEVEELHEID WASGOED
- HYGIËNE PLUS: DOODT 99,99% VAN ALLE BACTERIËN, OOK OP 40°C
- SPEEDPERFECT: PERFECT SCHOON, MAAR DAN TOT WEL 65% SNELLER
- AQUASTOP: DE ALLERBESTE WATERBEVEILIGING VOOR JE WASMACHINE

Energieklasse B

Prijs- en modelwijzigingen en eventuele druk- en zetfouten voorbehouden.
Prijzen en acties gelden t/m 10 december 2023. Voor alle actiemodellen geldt maximaal 3 per klant.

Expert Zwolle
Zwolle Zuid | Ministerlaan 268 | 038-850 0100
Stadshagen | Belvederelaan 235 | 038-850 0100
expert.nl/zwolle

ABN-AMRO
BESTE
WINKELKETTEN VAN
NEDERLAND
2023-2024
ELECTRONICA & ALLENDING

ABN-AMRO
WEBSHOP
AWARDS
NEDERLANDS
2023-2024
ELECTRONICA & ALLENDING

expert

ROBUUST MAATWERK

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.



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 poot onderstel.

Alle lengtes leverbaar tot 390 cm.

De stoelen zijn Nederlands fabricaat uitgevoerd in een microvezel stof.



BEZOEKADRES

Dedemsvaart

Moerheimstraat 50
7701 CG Dedemsvaart

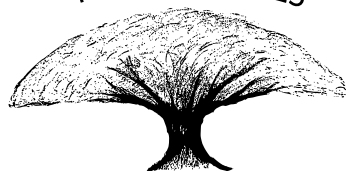
FABRICAGE EN OPSLAG

Balkbrug

Zwolseweg 18A
7707 AH Balkbrug

Maandag t/m donderdag op afspraak
vrijdag 13.30 - 20.00 | Zaterdag 10.00 - 16.00

TREETOP TABLES



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

Al onze leveringen geschieden volgens de leveringsvoorwaarden van het CBW.



MERRY CHRISTMAS



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!



Werken bij PGVZ

Ga jij aan de slag als

- Teamleider Ambulante Begeleiding
- Senior Coördinator Begeleiding (autisme)?
- Invalkracht Verzorgende IG of Verpleegkundige?
- Zorgmedewerker Huis Assendorp (flexibel inzetbaar)?



*Scan mij voor
alle vacatures*

Waar ligt jouw hart in de zorg?

PGVZ biedt verzorging & verpleging, huishoudelijke ondersteuning, ambulante begeleiding en dagbesteding. Verder bieden wij zorg in een aantal wooninitiatieven. Vindt de baan die bij jou past!



Wonen in Huis Assendorp

Ook als je ouder wordt, wil je midden in het leven staan. Volop genieten, praten, lachen, bezig zijn. Dat is waar Huis Assendorp voor staat. Een plaats waar oudere én jonge bewoners, buurtbewoners en bezoekers elkaar ontmoeten. Waar altijd bedrijvigheid is, met zorg dichtbij voor mensen die dat nodig hebben.

- **Wonen met zorg dichtbij**
- Midden in wijk Assendorp
- Mooie appartementen
- Gezellige sfeer

Benieuwd naar wonen met zorg in Huis Assendorp in Zwolle? Er zijn nog een aantal appartementen beschikbaar in Huis Assendorp. Heeft u interesse om in Huis Assendorp te wonen of wilt u wat meer informatie? Neem dan even contact op met ons via bemiddeling.isp@pgvz.nl

Ook wonen in Huis Assendorp? Kijk op pgvz.nl voor meer informatie of bel 038 333 17 94



pgvz.nl | werkenbijpgvz.nl | 038 333 17 94



PUZZELBIJLAGE

Duik in de wereld van woorden met onze boeiende woordzoekers! Maak kans op fantastische prijzen die variëren van een gezellige overnachting in een B&B tot cadeaubonnen, een nieuwe elektrische tandenborstel en nog veel meer. Laat de letters je leiden en puzzel mee.

Stuur de oplossing voor 31 december 2023 op.
Na 31 december 2023 sluiten de puzzels en kunt u niet meer deelnemen





Vishandel
Theo Muys



Fijne feestdagen

- AALANDEN
- GARNAAL
- GARNAAL KROKET
- INKTVIS
- KIBBELING
- LEKKERBEK
- MAKREEL
- MOSSELEN
- NOORDZEE
- SCHELVIS
- VICTORIABAARS
- VISSHOTELS
- VISSERSBOOT
- VOLKERT
- WINKELCENTRUM
- ZALM
- ZWAARDVIS
- ZWOLLE ZUID

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

Oplossing woordzoeker:

Naam:

Adres:

E-mail:

Telefoon:

Lever de bon in bij:
Zwolle Zuid winkelcentrum 8014 VC
ZwolleAA-Landen winkelcentrum 8032 JV



Oplossing

Wij verloten twee cadeaubonnen t.w.v. €25,-



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



Puzzel mee & win

- AFHALEN
 - ARRANGEMENTEN
 - AZIATISCH
 - BIER
 - BLAUWE ENGEL
 - BUFFET
 - CADEAUBON
 - DESSERTS
 - EINDELOOS
 - FRISDRANK
 - GASTVRIJHEID
 - GERECHTEN
 - HAPPY
 - HAPPY DRIVE
 - HUISGEMAAKT
 - INTERNATIONALE
 - KEUKEN
 - KAMPEN
 - KERSTDINER
 - KEUKEN
 - KINDERBUFFET
 - KINDEREN
 - KOFFIE
 - LUXE
 - MOGELIJKHEDEN
- ONBEPERKT
 - ONTSPANNEN
 - OPENINGSTIJDEN
 - PRIJZEN
 - RESERVEREN
 - SAMBAL
 - SCHELPEN
 - SFEERVOL
 - SPEELPARADIJS
 - STOKJES
 - STREEKGERECHTEN
 - SUSHI
 - TAFEL
 - THEE
 - UITGEBREID
 - VARIATIE
 - VASTE PRIJS
 - VIS
 - VLEES
 - VOLWASSENEN
 - WERELDRESTAURANT
 - WESTERSE KEUKEN
 - WIJN

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

Oplossing

WIN een diner voor 2 personen

Mail de oplossing naar info@happygardenkampen.nl





**EFFE
WAS
SEN**



- HOGEDRUK
- ABONNEMENT
- AUTOWASSEN
- BODEM
- BORSTEL
- CARWASH
- DROGEN
- DROOGMOND
- EFFEWASSEN
- INSECTEN
- KETTINGBAAN
- KWALITEIT
- MATTENKLOPPER
- NOZZLE
- OVERDEKT
- PEKEL
- POLISH
- SAHARAZAND
- SCHOON
- SCHUIM
- SERVICE
- SHAMPOO
- SNEL
- STOFZUIGEN
- STOFZUIGPLEIN
- STUIFMEEL
- TEXTIEL
- VELGENREINIGING
- VOGELPOEP
- WATER

**Mail de juiste oplossing
voorzien van uw naam, adres
en telefoonnummer naar
effewassen@outlook.com**

Kerstpuzzel

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

Oplissing



WIN: 1x waspas t.w.v €75,- 2x wasbon PowerPolish programma t.w.v €15,-

KLOPPENBURG INTERIEUR



Fijne feestdagen



- ACCESSOIRES
- ATELIER
- BEHANG
- BIES
- BUITENZONWERING
- CONFECTIE
- DUETTE
- EGALINE
- GORDIJNEN
- HORDEUR
- INBETWEEN
- INMEETAFSpraak
- INTERIEUR
- JALOEZIE
- KLANTCONTACT
- KLEURADVIES
- MARMOLEUM
- MEGAVIEW
- MONTAGE
- PLANNING
- PLISSÉ
- PLOOI
- PVC
- RAAMDECORATIE
- RAIL
- SCHOONLOOPMAT
- SERVICE
- STOFFEERDER
- STYLING
- TRAPBEKLEDING
- TREKSTANG
- VINYL
- VLOERKLEED
- WAVE

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

Oplissing

Oplissing woordzoeker:

Naam:

Adres:

E-mail:

Telefoon:

Lever de oplossing in bij Kloppenburg interieur, veldoven 9 8271 RT IJsselmuiden of stuur naar verkoop@kloppenburginterieur.nl

**Win een
vloerkleed
t.w.v €250,-**



Puzzel mee & win

**Maak 3 x kans op
€250,- tegoed**

(bij besteding vanaf €750,-)

Elke inzender krijgt een kortingsbon van 20%, bij besteding vanaf € 500,-

Oplossing woordzoeker:

Naam:

Adres:

E-mail:

Telefoon:

Lever de oplossing in bij AP Stijlmeubelen. Westeinde 101 7671 EL Vriezenveen. Of mail naar info@apstijlmeubelen.nl

- AMBIANCE
- CLUBFAUTEUILS
- EETKAMERTAFEL
- EIKENHOUT
- EXCLUSIEF
- GEZELLIGHEID
- HOCKER
- HOOGWAARDIG
- HOTEL CHIQUE
- KASTEELBANKEN
- KERSENHOUT
- KLASSIEK
- MAATWERK
- OORFAUTEUILS
- RELAXFAUTEUILS
- RUIME KEUZE
- SERVICE
- SFEER
- SIDE TABLE
- STIJLMEUBELN
- VAKMANSCHAP
- VERLICHTING
- VERSE KOFFIE
- VLOERKLEDEN
- VRIEZENVEEN
- WIJNTAFEL TJE

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

Oplossing

ICT-Dokter Zwolle

Eerste hulp bij ICT-problemen verlossi & advies
www.ictdokterzwolle.nl
info@ictdokterzwolle.nl
 06-222 03 750



- ADVIES
- OFFICE
- BEELDSCHERM
- ONDERHOUD
- CARTRIDGES
- PERSOONLIJK
- CHROMEBOOK
- PRINTERS
- DESKTOP
- PROBLEEMOPLOSSEND
- EPSON
- REFURBISHED
- GAMINGCOMPUTER
- REPARATIE
- GOEDKOOP
- SECURITYSERVICE
- HUISMERK
- SERVICE
- INSTALLATIE
- SMARTHOME
- INTERNET
- SMARTPHONE
- IOS
- TERRA
- LABELPRINTERS
- TOETSEBORD
- LABELS
- WEBSHOPS
- LAPTOP
- WEBSITES
- MUIS
- WIFI
- NETWERKEN

Oplossing woordzoeker:

Naam:

Adres:

E-mail:

Telefoon:

Lever de oplossing in bij ICT dokter Zwolle. Moutmolen 60, 8044TN Zwolle. Of mail naar info@ictdokterzwolle.nl

Woordzoeker

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

Oplossing

PRIJS: €200,- korting op een nieuwe laptop van TERRA na keuze.
 Of gratis installatie bij een refurbished laptop na keuze t.w.v. €100,-



welkoop

Ons eigen merk.

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



**20%
korting**

Alle voederhuizen op paal

Bijv. Merel 29.95 **23.96**



**2^e
halve
prijs**

Alle Beeztees hondensnacks

Bijv. treats x-mas 200 gram 2 stuks ~~5,-~~ **3.76**

**15%
korting**



Alle Hill's honden- en kattenvoeding

Excl. Hills Prescription Diet.

Bijv. adult mini kip 1,5 kg ~~14.25~~ **12.11**



**15%
korting**

ONS EIGEN MERK

Alle Welkoop thermo ondergoed

Droog, warm en comfortabel. Zachte huidvriendelijke stof. Maten M t/m 2XL.

Bijv. Thermobroek zwart 31-35 **27.16**



**2 stuks
set - 80,-**

247 Jeans spijkerbroek Palm S01, S02, S07 en S08

Stretch stof. Diverse breedte- en lengtematen.



**2^e
halve
prijs**

Alle Bolsius kaarsen

Diverse soorten. Bijv. rustiek donkergrijs 130x68

2 stuks ~~9.38~~ **7.04**



**20%
korting**

Alles van The Windmill

Diverse artikelen. Bijv. startersset in houten kist

~~159,-~~ **127.20**

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

Openingstijden

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

Geldig van maandag 11 t/m zondag 31 december 2023

EASYSLIM.NU®

Simpel, Snel, Slank!

Goed beginnen in 2024?

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 t/m 31 maart 2024)

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

Zwolle
Marsweg 55
zwolle@easyslim.nu

Nieuwleusen
Backxlaan 352
nieuwleusen@easyslim.nu

Hardenberg
Sallandsestraat 16b
hardenberg@easyslim.nu

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

