



Nieuw theaterseizoen bij Bostheater

4



Straatnaam onder de loep

5



Voetbalclub USV doneert oude voetbaltenues

9

H₂O Pro

Doorbraak tegen kalkaanslag!

www.h2opro.nl



Enorm muzikaal aanbod bij To The Maxx Music in Dedemsvaart

door Maxine Overweel

Vanaf het moment dat je binnenkomt bij To The Maxx Music in Dedemsvaart kijk je als bezoeker je ogen uit. Snare-, strijk- en blaasinstrumenten worden overzichtelijk getoond aan de wanden en in de winkel zijn prachtige drumstellen te bezichtigen. Het aanbod van onder meer gitaren, drums, piano's en accordeons is zo indrukwekkend dat je het overweldigend kunt noemen.

Gelukkig wordt iedere bezoeker hartelijk ontvangen door een enthousiast team dat beschikt over alle benodigde kennis om potentiële klanten te voorzien van advies. Wij bezochten eigenaar Max Oost Jr. en zijn vader Max Oost om meer te weten te komen over dit bijzondere bedrijf. Meteen bij de ontvangst is al duidelijk dat het succes van deze onderneming wordt gedragen door het mateloze enthousiasme van vader en zoon, die duidelijk een enorme passie hebben voor muziek en geluid. Gedreven vertellen zij over het ontstaan van dit bedrijf, dat oorspronkelijk is begonnen met verhuur van licht- en geluidsapparatuur. Door de omstandigheden tijdens corona moest het roer worden omgegooid en in plaats van bij de pakken neer te zitten is het idee voor To The Maxx Music ontstaan. Dat dit een goede keuze is geweest, bewijst de enorme klantenkring van 50.000 mensen die is opgebouwd in de afgelopen twee jaar. Uit alle streken komen klanten naar Dedemsvaart om het aanbod te ontdekken: klanten uit bijvoorbeeld Rotterdam en Amsterdam en zelfs België hebben de reis er graag voor over tijdens de zoektocht naar het juiste instrument.



Een waar walhalla voor muzikanten in Dedemsvaart. Foto: To the Maxx Music

Try & Buy

Ook op het gebied van service is To The Maxx Music vooruitstrevend, zo beschikken zij over een grote voorraad onderdelen en er zijn maar liefst twee medewerkers als luthier werkzaam om reparaties uit te voeren. Maar er zijn niet alleen instrumenten en benodigdheden. De zaak biedt ook een ruim aanbod shirts, petten, mokken, hoodies et cetera die uniek bedrukt zijn met bijvoorbeeld muziekmerken. Eens per maand wordt er een evenement georganiseerd en als herinnering worden er dan bijvoorbeeld unieke mokken gedrukt die verkrijgbaar zijn in de winkel. Met ruim 65.000 artikelen is het aanbod ongekend groot. In de korte tijd van haar bestaan is de winkel uitgegroeid tot de grootste Hagström dealer binnen de EU en de zaak beschikt over een eigen bezorgservice om ervoor te zorgen dat producten zorgvuldig worden afgeleverd. De chauffeurs beschikken zelf ook over muzikale kennis en kunnen dus

advies geven over de producten. Uniek is het Try & Buy concept. Hierbij kiest een klant drie gitaren die thuis worden bezorgd. De bezorgers helpen vervolgens een uur lang met advies om een keus te maken uit de drie instrumenten. De kosten voor deze dienst bedragen €65,- en wanneer dit tot een aankoop leidt wordt dit bedrag gerestitueerd. Zo draagt op deze manier draagt To The Maxx Music bij aan een groene voetprint, iets wat vader en zoon Max erg belangrijk vinden.

Vacatures

Ook binnen licht en geluid is het aanbod groot en verschillende opties zijn te bezichtigen in de zaak. Op verschillende plekken wordt de sfeer gecreëerd door licht en geluid zodat bezoekers zelf de mogelijkheden ervaren en de bijbehorende apparatuur kunnen bekijken.

To The Maxx Music breidt momenteel de winkel uit en is op zoek naar collega's om het huidige team van zeven medewerkers te versterken. Momenteel zijn er vacatures voor een data-entry medewerker, magazijnmedewerker en een chauffeur, geïnteresseerden kunnen contact opnemen met de winkel.

Eigenaar Max Oost vindt het belangrijk om zijn hobby uit te dragen en anderen te enthousiasmeren voor muziek. "Iedereen kan een instrument leren bespelen en To The Maxx Music draagt hier graag aan bij", aldus Max Oost.

To The Maxx Music
Marconistraat 9
7701 SJ Dedemsvaart
<http://tothemaxxmusic.nl>

Maatwerk tafels voor binnen en buiten



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



2e Paasdag geopend
11.00-17.00

GSM WWW.SEINENMEUBELEN.NL
Rollecate 27 | Nieuw-leusen

Sallandse Huizen

Woning verkopen?
Gratis waardebepaling!
0529 851110

Niet omdat het anders moet, maar omdat het anders kan

Uitvaartverzorging en begeleiding
Vechtdal

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

Nieuwelandstraat 6
7731TH Ommen
T 0529 46 30 46

info@uitvaartverzorgingvechtdal.nl
www.uitvaartverzorgingvechtdal.nl

Tegelhuis Ommen

Tegelhuis Ommen | Strangeweg 24
7731 GW Ommen | T: 0529 467784
TegelhuisOmmen.nl

Kaas van Schut

Nu ook meer dan 150 soort speciaal bieren

Varsenerstraat 7 in Ommen

Uitknipbon
Tegen inlevering van deze bon: het 5e biertje gratis!*

*Goedkoopste biertje gratis, geldig tot za. 15 april 2023

Bij Treetop Tables is elk meubelstuk uniek

Treetop Tables in Dedemsvaart is 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. Zij leveren daar daarnaast moderne kwaliteitsstoelen van Nederlands fabricaat. Elk meubel heeft zijn eigen unieke uitstraling en vormt een waardevolle aanvulling op uw interieur.

Eigenaren van Treetop Tables, Rutger en Nick van Oosten, hebben van hun liefde voor houtbewerking hun werk kunnen maken. Rutger deed veel ervaring op met houtbewerking bij een gerenommeerd ambachtelijk parketbedrijf waar hij het vak parketteur leerde: "Het interessante hieraan is dat je alles leert over heel veel verschillende houtsoorten, lakken en lijmen. Hier heb ik alle dagen nog plezier van. Ik heb daar ook gewerkt als commercieel-technisch adviseur en bedrijfsleider. Door omstandigheden kon ik mijn functie bij het parketbedrijf niet meer uitvoeren. Dan ga je nadenken over de toekomst en kijken waar je dromen liggen. Met mijn zoon Nick zijn wij Treetop Tables begonnen. Samen maken we de mooiste tafels, stuk voor stuk maatwerk".

Omdat geen boom hetzelfde is, heeft elke tafel zijn eigen unieke vorm en structuur. Van Oosten: "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", aldus Van Oosten.

Iets teruggeven aan de aarde

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. Bovendien plant Treetop Tables voor iedere verkochte tafel ook boompjes terug op Java. "Wij vinden het belangrijk dat we op onze manier ook iets teruggeven aan de aarde", zegt Van Oosten.

Kwaliteit voor reële prijs

De visie waarmee de familie Van Oosten werkt is kwaliteit leveren tegen zeer billijke prijzen. Van Oosten: "Het is gebruikelijk dat het hout voor Suar-tafels zoals wij die maken ongedakt in Nederland aankomt. Dat is goedkoper dan wanneer ze al in Indonesië gelakt worden. Het nadeel is dat ze dan tijdens het transport te



Rutger en Nick van Oosten

vochtig worden. Eénmaal in Nederland gaan ze krimpen en daardoor krijg je scheurvorming. In containers hangen wel zakjes met zoutoplossing die vocht opnemen, maar als deze 'vochtvreters' verzadigd zijn gaan ze lekken op het hout en daar krijg je witte vlekken van. Wij laten de tafels daarom in Indonesië drogen en in dezelfde fabriek lakken. Het voordeel is dat de bladen tijdens transport geen vocht opnemen. Het lekken van de 'vochtvreters' is dan ook geen probleem. De kwaliteit van de bladen is daardoor beter. Alleen vinden wij de lak die in Indonesië wordt gebruikt niet goed genoeg. Daarom schuren we de bovenlaag van de tafels hier en lakken we ze zelf opnieuw met meerdere lagen matte 2 componenten projectlak. Hierdoor is de kwaliteit is beduidend beter.



Treetop Tables
Moerheimstraat 50
7701 CG Dedemsvaart
06-3383 0449
Treetoptables.nl

Stuk voor stuk maatwerk

2e paasdag geopend

Met onze unieke binnen & buiten tafels zit u er zonnig bij dit voorjaar



Openingstijden:
Maandag t/m donderdag
op afspraak
vrijdag 13.30-20.00 uur
zaterdag 10.00-16.00 uur



Showroom & werkplaats in Dedemsvaart

Tafels in de mooiste houtsoorten:
- Suar
- Iroko/Kambala
- Mahonie
- Eiken
- Oud-eiken
- Noten

Bewerkt in onze eigen werkplaats



Bezoek ons

Treetop Tables
Moerheimstraat 50
7701CG Dedemsvaart



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



Music Store

EUROPA'S GROOTSTE HAGSTROM DEALER



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



5%

**KORTING
BIJ INLEVEREN
VAN DEZE
COUPON**

*GELDIG T/M 31 APRIL 2023

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

Bezoek onze website
www.tothemaxxmusic.nl

**MAXX
MUSIC**

Vanuit wensen en grenzen de balans zoeken

Aangenaam, mijn naam is Agnes Boer en sinds 2020 uitvaartbegeleider in het Vechtdal. Een nieuw gezicht, met nieuwe gewoontes. Misschien heb je kunnen lezen over het woord rouwdoula en/of verhalen van mij gehoord of gelezen in de media en op sociale media.

Waar ik voornamelijk voor sta binnen het thema sterven, de dood en alle gevoelens die daarbij komen is: vanuit wensen en grenzen de balans zoeken. Het bespreekbaar maken van wensen bij leven

zodat er meer ruimte is om gevoelens toe te laten. Rituelen en verbinding creëren. Wat veel al gezien wordt is: we doen het zoals we deden en daar blijven daarbij.

Ik sta hier anders in. De dood en de daarbij behorende emoties horen bij het leven en mag gezien en gehoord worden. Gebruik maken van een foto- en videograaf om beelden te maken, een kist die puur en passend is bij het persoon kan een positieve bijdragen leveren aan de verwerking.

Een nieuw gezicht, met nieuwe gewoontes. Wil jij eens kennis maken met mij? En

bespreekbaar maken wat er allemaal mogelijk is? Ik ben te volgen op Facebook, Instagram en www.agnesboer.nl zijn er diverse blogs te lezen of je mag vrijblijvend een gesprek met mij aanvragen.

Agnes Boer
Uitvaart en begeleiding
www.agnesboer.nl
0652324020

Agnes Boer
Uitvaart en Begeleiding



Een nieuw theaterseizoen bij het Bostheater in Ommen

door Maxine Overweel

Sinds jaar en dag is het Bostheater in Ommen een populaire plek waar zowel Ommenaren als toeristen genieten van cultuur en muziek. Op een bijzondere locatie midden in het bos is dit openluchttheater de perfecte plek voor een geslaagde avond of dag. Ook dit jaar is er weer een groots en gevarieerd aanbod artiesten en evenementen dat een breed publiek zal aanspreken. Voorafgaand aan een nieuw theaterseizoen spraken wij met Wim Bremmer, voorzitter van Stichting het Bostheater, over wat wij zoal mogen verwachten de komende periode.

Het Bostheater in Ommen is van grote historische waarde: het is gebouwd in 1947 en sindsdien voor verschillende doeleinden ingezet. Na verkoop van tijd raakte het Bostheater in verval, tot in 2013 subsidie werd verleend vanuit de gemeente Ommen om het in ere te herstellen. Vandaag de dag worden de activiteiten in het openluchttheater georganiseerd en verzorgd door Stichting het Bostheater; zij zorgen voor het behoud en voortbestaan van het theater. De stichting bestaat uit 7 bestuursleden en maar liefst 135 vrijwilligers, die een grote bijdrage leveren op het gebied van bijvoorbeeld horeca, beveiliging en sfeer. Deze professionele organisatie bestaat uit onder meer teams voor programmering, tickets, reclame en PR, onderhoud en parkeerbeheer. Bij grote voorstellingen wordt gewerkt met professionele security bestaande uit 10 tot 12 mensen.

Rowwen Hèze

Ook dit jaar staan er weer bijzondere voorstellingen op de agenda. "In juni mogen wij niemand minder dan Rowwen Hèze ontvangen in het Bostheater", begint Wim Bremmer. Deze band die ooit als Engelstalige band uit De Peel is begonnen, behoort vandaag de dag tot de grote acts in de Nederlandse popmuziek. "In juli komen The Dirty Daddies het theater bezoeken. Na het succes van de band tijdens de Ommer Bissingh zal het optreden in het theater ongetwijfeld weer een enorm succes worden. Met een groot scala aan hits en een uitgebreid repertoire zal dit optreden een breed publiek aanspreken en deze avond zal de bezoekers vast nog lang bijblijven." Ook grote namen als Snelle

en Edwin Evers staan weer in de planning voor dit jaar. In september wordt het seizoen traditiegetrouw afgesloten met 'The Legends we've lost'. "Dat is een uniek optreden waar liedjes gespeeld worden van artiesten die helaas niet meer onder ons zijn", vertelt Bremmer. "Op deze manier worden de liedjes en de artiesten niet vergeten en kunnen we blijven genieten van verschillende grote hits." In 2022 organiseerde het theater 15 voorstellingen, waar in totaal maar liefst 19.000 bezoekers op af zijn gekomen. Per voorstelling kan het theater circa 2400 bezoekers ontvangen, er is dan voldoende parkeergelegenheid voor bezoekers. "Veel Ommenaren komen doorgaans op de fiets, die goed is te stallen. Omdat camping Ommerland grenst aan het theater, kunnen bezoekers er ook voor kiezen op de camping te overnachten."

Toegankelijk

Met name de optredens met grote artiestennamen zijn doorgaans razendsnel uitverkocht, iets waar het theater erg blij mee is: "Met de opbrengst van deze optredens kunnen de kleinere gratis optredens worden bekostigd. Een doelstelling is om de ticketprijs zo laag mogelijk te houden, om voor een ieder toegankelijk te zijn." Tevens organiseert het theater naast deze topacts ook een aantal gratis optredens. Zo worden er jaarlijks vier gratis kindervoorstellingen vol dans en muziek georganiseerd. Die zijn een groot succes bij kinderen, die hier interactief aan mee kunnen doen door mee te zingen of te bewegen tijdens het optreden. Tijdens deze middagen wordt gratis ranja geschonken. Dit jaar wordt er ook een koreravond georganiseerd. Omdat het theater valt onder het Natura 2000 gebied, zet het hoog in op duurzaamheid. "Zo wordt de stroomvoorziening geregeld vanuit generatoren op synthetische diesel, waardoor die bijna CO2-neutraal zijn", geeft Bremmer aan. "Daarnaast werken we aan een project met gerecyclede bekertjes om bij te dragen aan een beter milieu en zwerfafval tegen te gaan. Het zorgt er ook voor dat de geluiden binnen de norm blijven door vele geluidsmetingen uit te voeren die worden vastgelegd en beoordeeld om de omgeving niet te verstoren."

Bostheater Ommen
Besthemerberg 1
7731 PB Ommen
www.bostheaterommen.nl



Danny Vera in een afgeladen Bostheater. Foto: Robert Westera

Start uitbreiding woonzorglocatie ZGR Brugstede officieel gemarkeerd

LEMELERVELD - Onder toezicht van burens, medewerkers en overige betrokkenen werd vrijdagochtend 10 maart de uitbreiding van woonzorglocatie ZGR Brugstede officieel gemarkeerd. Aankomend jaar wordt de woonzorglocatie in Lemeleveld uitgebreid met vijftien appartementen.

Na een korte toespraak was de eer aan toekomstig huurder Janny Boschman om de start van de uitbreiding officieel te markeren. Samen met locatiemanager Flierman verrichtte zij in de graafmachine de eerste handeling. Een bijzonder moment voor de locatiemanager die met het officiële startschot haar jarenlange wens voor uitbreiding van Brugstede in vervulling ziet gaan. Om plaats te maken voor de uitbreiding

zijn recentelijk vijf woningen aan de Kampstraat afgebroken. Aannemer Haafkes Bouwondernemers realiseert komend jaar op deze plek dertien zorgappartementen en twee sociale huurwoningen. De geliefde woonzorglocatie in Lemeleveld wordt daarmee flink uitgebreid van dertig naar vijfenveertig appartementen. Zorgaanbieder ZGR voorziet met de uitbreiding in de toenemende vraag naar 24-uurs zorg in de regio die terug te zien is in de lange wachtlijst van Brugstede. Komende weken wordt gestart met het leggen van de fundering. Voor de bouwvakantie moet het hoogste punt zijn bereikt. Naar verwachting is de uitbreiding in het eerste kwartaal van 2024 gereed. Actuele updates gedurende het bouwproces kunt u vinden op de website van ZGR (www.zgr.nl).



Ook Ise DeLange deed het Bostheater aan, in haar eigen Overijssel. Foto: Robert Westera



Straatnaam

onder de loep de Bartokstraat in Dedemsvaart

door Margriet Dalmeljer

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

Béla Viktor János Bartók (Nagyszentmiklós, 25 maart 1881 – New York, 26 september 1945) was een beroemde Hongaarse componist, die tot de belangrijkste van de twintigste eeuw wordt gerekend. Ook was hij een zeer getalenteerde pianist, die de door hem gecomponeerde pianowerken vaak zelf uitvoerde. Bovendien was hij een van de grondleggers van de

etnomusicologie – de studie van muziek in zijn culturele context; samen met landgenoot en componist Zoltán Kodály was hij de eerste die de volksmuziek van Hongarije en Roemenië in kaart bracht.

Les van moeder

Dat Bartók muzikaal was, bleek al op jonge leeftijd. Volgens zijn moeder Paula kon hij al verschillende ritmes onderscheiden die zij op de piano speelde voordat hij goed en wel kon praten en tegen de tijd dat hij vier was, kon hij al veertig verschillende stukken spelen op de piano. Vanaf zijn vijfde kreeg hij officieel pianoles van zijn moeder, die het belangrijk vond om hem te helpen bij zijn muzikale ontwikkeling. Toen Bartók pas zeven jaar oud was, overleed zijn vader plotseling. Zijn moeder besloot met hem en zijn zusje te verhuizen, zodat hij les kon krijgen van de beste muziekleraren. Zo kwam het gezin uiteindelijk terecht in Pressburg, het huidige Bratislava. Op zijn elfde gaf de jonge Béla zijn eerste publieke piano-optreden, waar hij onder andere zijn eerste compositie ten gehore bracht,

die hij had geschreven toen hij pas negen was. Twee jaar later had hij al zo'n dertig pianocomposities geschreven.

Niet lang daarna ging hij in Pressburg aan het conservatorium pianolessen volgen bij onder anderen Lazlo Erkel. Vanaf 1899 studeerde hij aan de Koninklijke Muziekacademie in Boedapest, waarna hij aan de slag ging als concertpianist en docent piano. Volgens de overlevering begon hij interesse te krijgen in volksmuziek nadat hij in 1904 tijdens een vakantie een kindermisje volksliedjes had horen zingen. In de jaren die volgden, verzamelde hij samen met Kodály, die hij tijdens zijn studie had leren kennen, duizenden volksliederen. Deze verwerkte hij ook veelvuldig in zijn muziek.

Verboden

Toen Adolf Hitler in 1933 in Duitsland aan de macht kwam, werd de muziek van Bartók al snel als 'entartet' beschouwd en daarom verboden. Om de nazistische dreiging te ontvluchten, besloot hij in 1940

naar de Verenigde Staten te emigreren. In 1944 ging hier zijn bekendste en populairste muziekwerk in première. Lang kon hij niet van dit succes genieten, want op 28 september 1945 overleed hij aan de gevolgen van leukemie.

Béla Bartók in 1903. Foto: onbekende fotograaf, via Wikipedia



Vanuit pijn groei je

door Erna Bouwhuis

Vanuit pijn groei je, afgelopen tijd kom ik dit thema veelvuldig tegen. In allerlei variaties komt dit naar voren, in de stukken die ik lees, in persoonlijke gesprekken en het lijkt erop dat het algoritme op mijn tijdslijn dit onderwerp ook graag onder de aandacht brengt.

Het onderwerp beroert mij omdat ik vind dat hier nuance in aangebracht moet worden. Voor het overzicht zet ik een paar van de welbekende uitspraken op een rij

- Je moet uit je comfortzone gaan, het ongemak/pijn voelen om echt te kunnen veranderen.
- Je moet diep gaan tijdens het sporten want dan wordt je beter; je breekt je eerst af zo dat je daarna weer op kunt bouwen waardoor je steeds sneller, sterker en beter wordt. Lees: door de pijn heen bijten en vaak tot zover gaan dat je moet overgeven.
- Je moet in je leven diepe en donkere emotionele pijn hebben meegemaakt om spiritueel te kunnen groeien. Je moet door ervaring weten wat lijden is.

De vrouwen onder ons die kinderen hebben mogen krijgen weten heel goed wat pijn is tijdens de barsweeën en dat wanneer alles goed heeft mogen gaan je iets fantastisch ontvangt, jullie kindje. De verschillende religieuze en of filosofische stromingen zeggen dat lijden (pijn) bij het leven hoort, of zeggen zelfs het leven is lijden.

Doorgemaakte pijn waarbij er een positief 'resultaat' is geeft pijn een functie, namelijk dat het eerst nodig is om tot een verandering/transformatie te kunnen komen. Met je vertrouwde gewoontes breken en uit je comfortzone stappen om te veranderen, het sterker en sneller worden door diep te gaan tijdens het sporten en de emotionele pijn te doorleven waardoor je tot inzichten komt die je leven totaal verandert, zijn de positieve resultaten. Om tot deze resultaten te komen is het belangrijk in hoe je pijn beleeft, welke betekenis geef je pijn en hoe "verdraag" je pijn? Wanneer ga



je bijvoorbeeld echt te ver en pleeg je roofofbouw op je lichaam doordat jij jezelf altijd maar over de kling jaagt bij het sporten. Wanneer daag je jezelf te veel uit en neem je onnodige risico's onder het mom van uit je comfortzone stappen. Wanneer blijf je emotionele pijn maar opzoeken omdat het een manier voor je is geworden om te vreden dat je leeft.

Het gaat om een delicaat evenwicht die heel persoonlijk is, waar ligt jouw punt van groei zodat je pijn kunt transformeren? Vaak heb je hier zomaar geen antwoord op. Voor dit delicate evenwicht heb je zelfkennis nodig, een sterk reflectief vermogen en ultieme eerlijkheid naar jezelf. Bij Self Balance worden er trainingen gegeven die je stapsgewijs naar meer zelfkennis leiden waardoor je inzicht krijgt in wanneer je aan het afdwingen bent of dat je vanuit je aanwezige kracht werkt die je laat groeien.

<https://selfbalance.nl/op-reis-door-de-7-chakras/>

www.selfbalance.nl
Dwarsdijk 6
7731 RV Ommen
0640 30 6576

Wandelend de omgeving ontdekken met wandelvereniging GreenShoes uit Dalfsen

door Maxine Overweel

Dat onze omgeving uitermate populair is onder wandelaars is alom bekend, de historische waarde van de omgeving en de vrije natuur nodigen uit om verkend te worden. Voor hen die de omgeving op een andere manier willen verkennen is het wandelen via een vereniging een populair alternatief. Een gesprek met wandelvereniging GreenShoes uit Dalfsen over de activiteiten die zij zoal organiseren.

Circa dertien jaar geleden is wandelvereniging GreenShoes ontstaan, oorspronkelijk binnen de stichting GreenBikes, toen van daaruit de behoefte ontstond de omgeving ook lopend te verkennen. Twee jaar later stopte GreenBikes en op 10 april 2012 werd de Wandelvereniging GreenShoes Dalfsen opgericht. Met succes, zo valt wel te concluderen uit het feit dat de wandelvereniging vandaag de dag circa 140 leden heeft. De eerste tocht die de wandelvereniging ooit organiseerde was er een die niet snel vergeten zou worden, blikt Jan Bredewold terug. Als bestuurder is hij vanaf het eerste uur betrokken bij de vereniging. Tijdens die eerste tocht rekende de organisatie op zo'n 80 deelnemers, alle vrijwilligers waren hierop ingesteld en er was snert gemaakt. Het was een complete verrassing toen er 200 deelnemers opdrafden. Gelukkig is het door de inzet van de vrijwilligers destijds allemaal in goede banen geleid maar vanaf dat moment was duidelijk hoe populair wandelen in deze omgeving is. Deze trend heeft zich in de loop der jaren doorgezet en elk jaar weer weten honderden deelnemers de georganiseerde tochten te vinden.

Wekelijkse tochten

Het topjaar was het jaar voor de coronaperiode, met maar liefst 3300 deelnemers was de jaarlijkse Midwinterhoornocht het grootste succes van de vereniging tot dusver. Deze unieke tocht wordt jaarlijks georganiseerd op 29 en 30 december en is een van de hoogtepunten voor de vereniging. Een andere zeer populaire tocht is de Groene Looper tocht die jaarlijks op Tweede Pinksterdag wordt georganiseerd. Deze evenementen zijn onderverdeeld in verschillende afstanden waardoor iedereen naar eigen vermogen kan deelnemen. Naast deze bijzondere evenementen is er wekelijks een breed aanbod aan tochten. Iedere

dinsdagochtend wordt er een wandeling georganiseerd van 5 à 7 kilometer die laagdrempelig is en door vrijwel elke deelnemer gevolgd kan worden. Bij de dinsdagtochten staat gezelligheid voorop en is vooraf opgeven niet nodig. Doorgaans zijn er 20 tot 25 deelnemers en de tocht wordt begeleid door twee gidsen. Hij wordt vrijwel altijd afgesloten met een gezellig kopje koffie in het oude station. Deze gewoonte heeft de basis gelegd voor menige vriendschap en draagt bij aan het voorkomen van eenzaamheid en aan het leren kennen van mensen in de omgeving.

Gidsen

Daarnaast worden er wekelijks weekendtochten georganiseerd door verschillende gidsen die het gebied goed kennen en veel informatie kunnen delen over de omgeving. Omdat zij devrijehand hebben in de organisatie, komen wandelaars telkens langs andere plekken. De vereniging moedigt aan om zelf ook wandelroutes in te zenden, ook wanneer men geen gids is. Dit omdat het aanbod van wandelroutes altijd uitgebreid kan worden. Die kunnen verschillende startpunten hebben maar moeten altijd bereikbaar zijn vanaf het plaatselijke station. Eventueel worden deelnemers daar afgehaald. Naast de reguliere tochten worden er ook thematochten georganiseerd, bijvoorbeeld over hout en bomen of Krishnamurti in Ommen. Voor deze tochten is opgave noodzakelijk. Voor wie op zoek is naar een sportieve uitdaging is er iedere eerste zaterdag van de maand een sportieve wandeling. Geïnteresseerden zich opgeven via de website. Deze tochten hebben een afstand van circa 25 kilometer en vergen enige conditie, de ideale uitdaging voor de sportieve wandelaar. "Bij wandelen is het belangrijk om te luisteren naar het lichaam, ook helpt het om voorbereid te zijn op de weersomstandigheden. Zolang dat in acht wordt genomen kan iedereen echt genieten van een route", aldus Gert Siffels, voorzitter van de vereniging. De wandeltochten worden georganiseerd voor een breed publiek en zowel jongeren als ouderen nemen deel aan georganiseerde tochten. Natuurlijk is het mogelijk lid te worden van de vereniging, dit lidmaatschap biedt voorrang op het inschrijven bij evenementen en een korting op deelname van een tocht. "Wellicht zijn er ook deelnemers die het leuk zouden vinden om zitting te nemen in het bestuur, dat zou een leuke aanvulling zijn!", aldus Jan Bredewold. De vereniging hoopt op weer een succesvol jaar waarin veel gewandeld wordt en leuke nieuwe contacten ontstaan. www.greenshoes.nl

Naturbegraafplaats 'Hoogenraven' Ommen



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



Uitvaartverzorging en begeleiding
Vechtdal

Wilt u meer weten? Bel gerust!

Jan Slagter: 06 25 24 36 88

uitvaartverzorgingvechtdal.nl

Schoenmaker Eddie in
het mooie centrum van Zwolle

KLAAR TERWIJL U WINKELT!

Voor schoenreparaties,
sleutels en accessoires.



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

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

VERBORGT UW URGENTIE NATUURLIJK

www.freda.nl

06 - 425 132 80
24/7 bereikbaar!

freda
Uitvaartbegeleiding

PRAKKEN
EDELMEETAAL

**INKOOP VAN
OUD GOUD EN ZILVER**

OLDEHOLTPADE
TEL: 0561 - 689290
WWW.PRAKKENEDELMEETAAL.NL

Tuin Totaal Center
Blokhuizen Scherp en Sterk in Maatwerk

Maatwerk?

Bij ons verrassend voordelig!

Edisonstraat 5 | 8013 PS Zwolle | Tel. (038) 444 8401
www.tuintotaalcenter.nl

Particuliere verhuizingen
Projectverhuizingen
Nationaal en internationaal
Verhuidegents
Kunst en antiek verhuizen
Bekleedverhuizing
Schoonmaakservice
Handyman
Opslag

**uw verhuizing
een fissa start**

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

Het hart van IJsselland

Dapper

door Marisa Bremer



Een gesprek bij leven. Het blijft iedere keer bijzonder en ongrijpbaar om te spreken met iemand die weet wanneer hij gaat sterven. "Het kan niet lang meer duren, maar vaak ook: vrijdagmiddag om 14.00 uur."

Het is natuurlijk geen gewoon gesprek. Het gaat over het laatste afscheid. Het afscheid dat men gaat houden, waar de hoofdpersoon zelf niet bij aanwezig is. Of misschien wel. Want, "er is nog nooit iemand teruggekomen om het te vertellen," maar ook: "Ik weet zeker dat mijn tante Lien dat roodborstje daar regelmatig langs laat huppen!"

Wat het ook is, dat maakt mij niets uit. Wat ik ervan vind is niet interessant. Het gaat erom dat degene die het leven gaat verlaten, dat met de beste zorg en aandacht doet. Het gaat veel verder dan bedenken welke muziek je graag wilt laten horen en of er een advertentie in de krant komt. Hoe doe je dat nou als de dokter komt voor euthanasie? "Welke kleding kan ik het beste aantrekken, wat als ik alles laat lopen (wat niet gebeurt)." Wat doen de verzorgers eigenlijk allemaal, ik ga van te voren wel douchen. Ik trek ook alvast dat incontinentiemateriaal aan. Nou... dit is eigenlijk allemaal best ongemakkelijk." Sterven kan je niet oefenen. Helaas wordt er nog wel eens gedacht dat euthanasie een makkelijke oplossing is, een uitweg. Maar niets is minder waar. Het vergt moed van een mens om zijn eigen weg te kiezen, wetende dat je je naasten achterlaat. Het proces van loslaten en je neerleggen bij de grenzen van je lichaam en geest, van de wereld om je heen. Je Lief aankijken en weten dat dit afscheid van jullie leven samen definitief is. "Is het goed zo? Kan ik gaan?" Een afscheid dat je niet wil nemen, maar het moet. Innerlijk weten dat dit voor jou het einde is, hoe onnoemelijk het verdriet ook is. Maar nu met een datum en tijdstip. Dat is gewoon heel dapper.

"We zien elkaar niet meer." Als ik weer ga, komt altijd het moment dat mijn gesprekspartner en ik ons dat realiseren. "Ja, jij mij wel natuurlijk" hoor ik vaak en dat geeft altijd een glimlach. Maar ook een wonderlijk moment in de tijd dat in mijn geheugen wordt gegrift. Want het in de ogen kijken van een mens, dat met opgeheven hoofd de dood in de ogen kijkt, blijft bij ieder sterven en in iedere situatie, iets onbeschrijfelijk groots.

Wij zijn 24/7 te bereiken via 038 20 54 038. U wordt hier altijd te woord gestaan en geholpen.

Meer informatie vindt u op www.ijssellanduitvaartzorg.nl en met regelmaat op facebook en instagram.



IJSSELLAND
UITVAARTZORG



Een bed kan zoveel meer bieden dan slapen alleen

Ieder mens komt op een bepaalde periode in zijn/haar leven op het punt dat alles niet meer zo vanzelfsprekend is als eerder. We worden allemaal ouder, kunnen ziek worden of willen graag meer gemak. Iedereen weet dat goed slapen belangrijk is voor de gezondheid.

Wat minder bekend is, dat er bedden zijn waar vele opties op toe te passen zijn om het leven een stuk makkelijker te maken, dat we onszelf blijven redden en daarmee minder afhankelijk zijn. Veel mensen zijn bekend met de zorgbedden die je kunt huren en met het feit dat deze vaak geassocieerd worden met een ziekenhuisbed. Maar tegenwoordig zijn er veel verschillende bedden leverbaar met de uitstraling van een gewoon ledikant/boxspring, maar wel met alle gemakken die u nodig heeft. Comfort bedden en levensloop bestendige bedden die onopvallend voorzien zijn van ongekende mogelijkheden. Hiermee blijven wij zelfredzaam en kunnen wij zolang als we zelf willen, onszelf redden. Iets van de toekomst? Dat is het zeker. Het blijft hierdoor ook gezellig in de slaapkamer en worden we niet dagelijks geconfronteerd met ziekenhuisbedden. Mochten we later misschien zorg nodig hebben, dan is het bed voorzien van functies die ons helpen.

Wist u dat er bedden zijn die je doelbaar kunt maken?

Eenvoudig worden de bedden uit elkaar geschoven, waardoor het opmaken van het bed, ineens gemakkelijk is. Maar ook onder het bed stofzuigen is dan geen uitdaging meer. Vervolgens worden de bedden weer tegen elkaar aan geschoven, en ziet het geheel eruit als vanouds; een gezellig, warm droombed zoals een traditionele boxspring of ledikant. Deze bedden kunnen wij vervolgens ook nog eens onopvallend laten voorzien van een hoogslag systeem. Hiermee kan het bed op iedere gewenste hoogte ingesteld worden. Voor bijvoorbeeld ergonomische werken op hoogte wanneer we (in de toekomst) verzorgd moeten worden aan

bed. Of voor het eenvoudig in en uit bed stappen. Nog meer extra opties zoals Trendelenburgfunctie, een papegaai, uitvalbeveiliging en meer behoren ook tot de mogelijkheden. Deze opties kunnen later ook eenvoudig toegevoegd worden, omdat deze bedden hiervoor geschikt zijn, mocht dit nodig zijn. Voor wanneer er in de toekomst bijvoorbeeld zorg nodig is aan bed. We hebben het niet voor het uitkiezen en er kan ons zomaar iets overkomen. Met de keuze van deze mooie optie, is het bed ineens levensloopbestendig. Je eigen bed, waarbij we niet afhankelijk zijn van soms dure huurbedden. Binnen twee jaar is dit bed namelijk alweer terug verdient en blijft het uw eigen bed. Zonder concessies te doen aan het uiterlijk van het bed. Dus mocht het punt komen dat u of uw partner afhankelijk wordt van zorg, dan kan de zorg u eenvoudig verzorgen op uw eigen bed en op ergonomische wijze, dit laatste wat tegenwoordig een vereiste is.

Kom nu naar Bos Bedden

Tijdens de lopende Comfort Weken, heeft Bos Bedden in Nieuwleusen & Nijverdal een extra grote collectie comfort & zorgbedden opgesteld staan. Laat u in ongedwongen sfeer informeren over de mogelijkheden en opties. Wij laten u graag verrassen met ongekende mogelijkheden en opties, want op de slaapkamer moet het gezellig zijn is onze mening.



Bos Bedden

Droom bedden

Bos Bedden Nieuwleusen
Den Hulst 33
7711 GK Nieuwleusen
Tel: 0529-481223
www.bosbedden.nl

Bos Bedden Nieuwleusen
Albert Einsteinstraat 11
7442DK Nijverdal
Tel: 0548-740030

DONDERDAG
27 APRIL 2023

GRATIS
ENTREE!

KONINGSDAG

met The Sweatshirts
- top 100 band -

BALKBRUG

vanaf 14.00 uur / Feesttent @ Cafe De Kroeg

Voor de kinderen:
springkussen en gratis
ranja!

Zien we jou op
koningsdag? of
koningsnacht?

Zwolseweg 4a, 7707
AH Balkbrug

WOENSDAGAVOND
26 APRIL 2023

GRATIS
ENTREE!

KONINGSNACHT

BALKBRUG

met DJ Marthijn Teunissen

Kom ook gezellig naar de feesttent!

vanaf 21.00 uur / Feesttent @ Cafe De Kroeg

CAFE
DE KROEG



Hoogsensitieve kinderen met “moeilijk gedrag” hebben last van hun omgeving!

De intern begeleider kijkt me vragend aan, met haar pen in de aanslag: “Het maakt niet zoveel uit of hij nou hoogsensitief is of iets anders, heb je ook concrete tips zodat hij rustiger wordt?”

Ik begrijp de vraag heel goed. Het is lastig als een overprikkeld kind in de klas te druk wordt en superbeweeglijk is, of zelfs boos wordt en ‘ontploft’. Of als hij of zij superstil wordt, zich terugtrekt en bijna geen contact meer maakt. Voor ouders is dit meestal ook lastig, ze weten vaak niet wat ze eraan moeten doen. En dan heb je ook nog te maken met meningen van familieleden of kennissen die adviezen geven als: ‘Je moet bij hem volgens mij heel duidelijk grenzen stellen!’.

Ook al begrijp ik de behoefte aan een snelle oplossing en aan concrete tips, toch is het een misvatting om het kind met ‘probleemgedrag’ centraal te stellen en met regels en adviezen te willen veranderen. Met een hoogsensitief kind is namelijk niks aan de hand. Hij of zij is geboren met een sterk werkend zenuwstelsel, zodat het kind alles hoort, ziet, ruikt, voelt en opmerkt. Inclusief spanningen in een klas of thuis. Het probleem zit ‘m in de omgeving. Onze samenleving, inclusief het onderwijs en het reilen en zelen in een

gezin, is meestal zo verschrikkelijk druk en vol en veelzijdig, dat het voor veel mensen niet meer te doen is. Laat staan voor een hoogsensitief kind. Die knapt af, trekt zich terug of ontploft. Eigenlijk heel logisch. Het probleem ontstaat als we niet erkennen dat we in ons ‘systeem’ iets moeten veranderen, maar in plaats daarvan het kind willen gaan veranderen. Dat is precies verkeerdt om gedacht. Het vraagt om vertraging, om het in kaart brengen van de omgeving van het kind, om nauwkeurig observeren, en heel goed weten wat hoogsensitief betekent bij dit kind. Het vraagt niet om snelle tips, die het kind leren om zijn gedrag te veranderen. Dus, ouders, kom op voor je kind, en wees je ervan bewust dat je een heel bijzonder kind hebt, dat niet altijd door onze hoepels springt. Maar dat uiteindelijk heel veerkrachtig kan worden, als de omgeving passend is!



In deze maandelijkse column schrijf ik over hoogsensitiviteit, in de vorm van informatie over HSP en observaties van het leven van alledag, gezien door mijn bril als (begeleider) HSP.

U kunt meer lezen over hoogsensitiviteit en over de coaching die ik kan bieden, op mijn website: www.logovandercingel.nl.



Staan wij binnenkort bij u in de straat?

Voorjaarsactie

Gratis inzethorren bij aanschaf van een dakkapel



Neem een kijkje op onze website of maak direct een afspraak!



☎ 0523-656 881 📍 Rollocate 69, 7711 GG Nieuwleusen 🌐 www.klokdakkapellen.nl

*de actie loopt tot 1 mei '23

MEIJER PARKET

AL SINDS 1981 HET JUISTE ADRES VOOR HOOGWAARDIGE VLOEREN



O.a. parket-, laminaat- en pvc-vloeren. Onderhoud. Traprenovatie. Binnenzonwering.

Coevorderweg 139, 7781 PB De Krim

Tel.nr.: 0523-682373

E-mail: info@meijer-parket.nl

meijer-parket.nl



Twins & Trackstyle
de schoen die altijd goed zit
Enorme collectie van
extra smal tot extra breed

TWINS & TRACKSTYLE



Geen koopavonden op donderdag

Assendorperstraat 120, Zwolle
tel. 038 - 421 7950

Parkeren voor de deur
www.krismanschoenen.nl

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



Voetbalclub USV doneert oude voetbaltenues aan Gambia

door Margriet Dalmeijer

NIEUWLEUSEN/STAPHORST – Eind vorige maand vond bij voetbalclub USV in Nieuwleusen een bijzonder tafereel plaats. Toen werden namelijk de oude tenues van de club – zo'n tweehonderd stuks – overhandigd aan de Stichting Staphorst helpt Gambia, zodat ze een tweede leven in het Afrikaanse land kunnen krijgen.

Met een grote glimlach namen Auktje Alsema-Westerhof en Hennie Bos van de stichting in sportpark Hulsterlanden de outfits in ontvangst. Om de overdracht extra feestelijk te maken, kwamen Klaas en Diane Oosterveen langs met een overheerlijke slagroomtaart. Hun bedrijf Oosterveens Oliehandel is de hoofdsponsor van Stichting Staphorst helpt Gambia. Ook Dick ten Klooster van de sponsorcommissie van USV was aanwezig. Het is niet de eerste keer dat de voetbalclub haar oude tenues aan de stichting schenkt. Inmiddels gebeurt dit al zo'n tien jaar en kan er dus gesproken worden van een heuse traditie. In Gambia, een echt voetballand, krijgen de outfits een goede bestemming; ondanks dat er soms enkele gebruikerssporen te zien zijn, kunnen ze nog prima een ronde mee. Halverwege maart is de kleding verscheept naar Gambia. Als de tenues halverwege juni in het Afrikaanse land aankomen, gaan Auktje en Hennie daar namens de stichting naartoe om de kleding aan de lokale voetballers te overhandigen.

West-Afrika

Gambia, officieel de 'Republic of Gambia', is een klein land in het westen van Afrika dat rondom grenst aan Senegal. Het land, met ongeveer 2 miljoen inwoners, ontleent zijn naam aan de

gelijknamige rivier die midden door het land stroomt. Het is met een lengte van 250 kilometer en een breedte van enkele tientallen kilometers het kleinste land van het Afrikaanse vasteland. Gambia is een ontwikkelingsland, wat betekent dat de leefomstandigheden slecht zijn en het sterftecijfer hoog. Ook is de medische zorg over het algemeen slecht en komt analfabetisme veel voor.

In 2010 vatte Auktje samen met anderen het plan op om in het dorp Wellingara financiële hulp te bieden aan gezinnen en een school. Naast woningen, voedsel en goederen kregen de gezinnen ook hulp vanuit Staphorst om in hun eigen levensonderhoud te voorzien. Zo werden er enkele winkeltjes gestart, evenals een handel in verkoop van auto's. Ook de school in Wellingara kreeg de afgelopen jaren veel hulp vanuit Staphorst. Zo werden er niet alleen computers en raaimachines geschonken, maar werden in Staphorst ook sponsoracties gehouden om geld voor schoolmeubels in te zamelen. Deze werden in Gambia zelf geproduceerd, om Gambiaanse timmerlieden de mogelijkheid te bieden geld voor hun gezin te verdienen. Ook zijn speeltoestellen gemaakt, is een toiletgebouw neergezet en zijn diverse schoolspullen geschonken. Door onderwijs te ondersteunen, armoede te bestrijden en de kansen op werk te verbeteren, wil de stichting het toekomstperspectief van zowel kinderen als volwassenen verbeteren.



Wil je meer weten of de Stichting Staphorst helpt Gambia ondersteunen?

Kijk dan op <http://staphorsthelptgambia.nl/>.

De overhandiging van de tenues, eind februari. Foto: USV / Stichting Staphorst helpt Gambia

Hubo

MAATWERK VAN HUBO

KASTEN • DEUREN • ZONWERING • HORREN • RAAMDECORATIE

Hubo Nieuwleusen
Den Hulst 48 - (0517) 481 341 - nieuwleusen@hubo.nl **#Hubohelpt**

Jacky's Hoorstudio

Uw audicien dichtbij



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

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

0529 - 23 20 40
info@jackyshoorstudio.nl
www.jackyshoorstudio.nl

GEZELLIG, KOM NAAR BRASSERIE DE BOERDERIJ!

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

Laat ons weten
wat uw wensen zijn!



SPEELTUIJ,
ZONNIG TERRAS,
STREEKPRODUCTEN
& HEERLIJKE
GERECHTEN

De Haar 7 • 7707 PK Balkbrug
f brasserieboerderij



BRASSERIE

DE BOERDERIJ

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

Happy Grill



Kom bij ons heerlijk all-inclusive diner. U kunt genieten van een uitgebreid aanbod van lekkere gerechten. Wij hebben hoge kwaliteit voor een lage prijs.

Bier en wijn zit ook bij de prijs in!

Beilerstraat 2 7933 TT Pesse

www.happygrill.nl | 0525-242708



Redderadvies

jouw financiële mentor

Advies bij hypotheek Mediator bij echtscheiding

Elk scheidingsproces betreft een unieke situatie

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

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

**“Echt,
uitelkaar...”**

het juiste advies voor echtscheidingen

Tanja Redder
(06) 388 95 629

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



Helga Schuurman
Schoenen & Podologie

VOOR ELKE GELEGENHEID
EEN PASSEND PAAR
SCHOENEN



Durea
Finn comfort
Fluchos
Footnotes
Gabor
Grisport
Heliiform
Remonte
Rieker
Rohde
Stuppy
Verhulst
Waldlaufer
Xsensible

Burg. backlaan 3 | 7711 AA Nieuwleusen | 0529 - 48 1429
wiedeschoenpast@hetnet.nl | www.helgaschuurmanschoenen.nl



Oorsmeer

door Jacky Zweers-Poels



Iedereen heeft het, oorsmeer. De een heeft er meer last van dan de ander. Vaak is de hoeveelheid genetisch bepaald. Maar wat is het eigenlijk en waarom zit het in onze oren?

Oorsmeer wordt gemaakt in de oorsmeerklieren. Deze zitten in het buitenste deel van de gehoorgang, daar waar ook de haartjes zitten. Deze zorgen er dan ook voor dat het goedje, samen met talg en keratine uit het oor naar buiten gewerkt worden. In principe is het oor dus zelfreinigend.

Oorsmeer is ook erg nuttig. Zo beschermt het de oren tegen uitdroging, vangt het stofdeeltjes en zelfs insecten. Daarbij heeft oorsmeer een hoge zuurgraad. Dit zorgt ervoor dat het beschermt tegen virussen of bacteriën.

Door het dragen van gehoortoestellen of gehoorbescherming is de uitgang van het oor merendeel van de tijd geblokkeerd. Het proces van de haartjes die het oorsmeer uit het oor werken is daarmee verstoort. De oren kunnen daardoor sneller verstopt raken. Ook de vorm van de gehoorgang heeft hier natuurlijk invloed op. Hoe smaller de gehoorgang, hoe sneller die verstopt zal raken.

Vaak is het zo dat de dopjes op een gehoortoestel of de gehoorbescherming met de tijd gelig eruit gaan zien. Hoe goed iemand ook schoonmaakt, het blijft steeds verder verkleuren. Hoe snel dit gebeurd is ook weer persoonsafhankelijk. De een heeft een hogere zuurgraad dan de ander en hoe zuurder het oorsmeer is, hoe sneller het de materialen die in het oor gedragen worden zal aantasten.

Wat kunnen we zelf doen om de oren schoon te houden? Het gebruik van wattenstaafjes wordt door de meeste KNO-artsen afgeraden. Deze duwen het oorsmeer vaker verder het oor in, voorbij de haartjes. Hierdoor kan het oor het zelf er niet meer uit werken en raken de oren juist steeds verder verstopt. Er zijn verschillende soorten oorspray op de markt en ook earscratchers worden steeds vaker gebruikt als alternatief.

Nog een leuk 'wist u datje', ooit werd oorsmeer gebruikt tegen uitgedroogde lippen. Persoonlijk ben ik toch blij dat er inmiddels lippenbalsem verkrijgbaar is!

Jacky's Hoorstudio
Uw audicien dichtbij

Gezond & voedzaam koken, speciaal voor mensen met een klein budget

Vanaf heden wordt er iedere maand, op de tweede dinsdagavond van de maand gekookt in De Spil in Nieuwleusen. Gerda van "Wat doen we in de pan" gaat dan aan de slag met inwoners uit Nieuwleusen en omstreken, om gezond, maar vooral betaalbaar te leren koken. Dit doet zij in samenwerking met Kulturhus De Spil en de Voedselbank Nieuwleusen. De initiatiefnemers zijn blij met de financiële ondersteuning vanuit de Gemeente Dalfsen.

Inwoners die willen leren om te koken op basis van betaalbare en gezonde ingrediënten, kunnen zich opgeven voor een van de volgende workshops welke gegeven worden op: 14 maart, 11 april, 9 mei, 13 juni 2023. Er is deelname ruimte in de kookstudio voor acht personen per workshopavond. De avonden

starten om 19:00 uur en eindigen om 21:30 uur. Deelname is GRATIS. De workshop is inclusief ingrediënten, recepten en een bak koffie of thee voorafgaand aan de workshop. Later dit jaar worden de najaar data bekend gemaakt. Het doel van dit initiatief is dat mensen met een klein budget gezond en gevarieerd en voedzame maaltijd leren maken. Inwoners gaan

samen aan de slag en Gerda benadrukt "het is tevens ook vooral een gezellige avond, waarbij de ontmoeting centraal staat".

Opgave kan vanaf heden digitaal via: watdoenweindepan@gmail.com of telefonische opgave via 06-16495935.



Brunchen tijdens Pasen bij Brasserie de Boerderij

De eerste feestdagen van 2023 zijn alweer in zicht! Tijdens de Pasen is het zeker goed vertoeven bij ons in de Brasserie. Beide dagen kunt u aanschuiven voor de Paasbrunch. Deze uitgebreide brunch starten we met een seizoensoep.

Vervolgens kunt u gebruik maken van het luxe buffet met onder andere verse zuivel van Zuivelboerderij de Waard, koffie, thee en jus d'orange maar natuurlijk ook luxe broodjes, diverse soorten beleg, eitjes en zoetigheden. Ook zal de paashaas een bezoekje brengen aan ons! En zal er voor de kinderen een activiteit worden georganiseerd.

€29,75 per persoon. Kinderen van 3 - 12 jaar €15,- per persoon. Voor meer informatie of wanneer u wilt reserveren

kunt u de website raadplegen, www.brasserie-de-boerderij.nl

Daarnaast gaan wij ook meer de natuurlijke kant op! U zult misschien wel eens gezien hebben dat wij graag met streekproducten werken. Onlangs hebben wij een nieuw product aan ons assortiment toegevoegd. Wij zijn een samenwerking aan gegaan met "Het heerlijke theeboekje" uit Nieuwleusen. Bij onze high tea of een gewoon lekker kopje thee kunt u nu kiezen uit heerlijke thee soorten gemaakt van verse kruiden uit de natuur.

Speciaal voor ons hebben zij ook een Reestdal thee voor ontwikkeld. Echt genieten! Wilt u dit eens uitproberen? Kies dan eens voor onze high tea. Diverse hartige en zoetigheden maar ook een lekkere warme hap.



Redderadvies, uw financiële mentor

Soms zijn er momenten in het leven waar je een ervaringsdeskundige bij nodig hebt. Tanja Redder van Redderadvies kan jouw steunpilaar zijn op het gebied van financiën. Zij adviseert en begeleidt particulieren op het gebied van hypotheek, echtscheidingen, pensioenen en verzekeringen.

Redderadvies

Tanja Redder woont met haar gezin in Balkbrug en heeft sinds 2018 haar eigen bedrijf Redderadvies, waarvoor ze een kantoor aan huis heeft. Geen onpersoonlijk kantoor op een industrieterrein of in een kantorenpark, maar juist een persoonlijke plek voor vertrouwelijke gesprekken met haar klanten. Na jaren bij verschillende grote financieringsbedrijven te hebben gewerkt, waagde ze de stap om voor zichzelf te beginnen. Sinds 2021 ondersteunt Ellen Winter Tanja bij diverse administratieve werkzaamheden.

Persoonlijk contact

Voor het persoonlijke contact is het prettig

om bij elkaar aan tafel te zitten, zodat er op een rustige manier met elkaar gesproken kan worden. Want het gaat immers om belangrijke en vertrouwelijke zaken. Mensen praten niet graag over financiën met een vreemde of per telefoon, dus Tanja komt graag bij de mensen thuis om zo in een vertrouwde omgeving ongestoord kennis te maken en te kunnen praten over deze zaken. Natuurlijk is het ook mogelijk om, bijvoorbeeld bij een financieel conflict of een echtscheiding, op kantoor in Balkbrug of op een neutrale locatie af te spreken.

Financiële mentor

Het is Tanja's passie om klant(en) financieel te ontzorgen en een op maat gemaakte oplossing voor de persoonlijke financiële situatie te creëren om zo een stabiele financiële toekomst op te

bouwen. Dit gebeurt natuurlijk met respect voor de wensen van de klant(en) en er wordt gekeken naar de haalbare mogelijkheden. In de wereld van regels in de financiële sector wordt duidelijkheid gegeven over de mogelijkheden, toelichting gegeven over onduidelijkheden, maar ook een houvast geboden bij zaken die geregeld moeten worden omtrent hypotheek, scheidingen, pensioenen en verzekeringen.

Wilt u ook advies of hulp bij een hypotheek, jullie echtscheiding, pensioen en/of verzekeringen?

Neem vrijblijvend eens contact op met Redderadvies via 06 - 38 89 56 29 of vraag een gesprek aan via www.redderadvies.nl/contact.



"Echt,,
uitelkaar...
het kan ook anders..."

Bos Bedden

Droom bedden

3.000 M2
showroom
vol beleving
en inspiratie



Elba Fiore deelbaar ledikant

Stijlvolle comfort/zorg ledikant

Stijlvolle comfort/zorg ledikant ook leverbaar in lengte 220 cm.

voor: € 4.530,-

**Uw Comfort
Onze zorg!**

Wist u dat?

Dit bed voorzien is van alle eisen op het gebied van comfort en ergonomie van een modern zorgbed. Daarnaast bevat dit bed ook de diverse benodigde keurmerken.



Elba Excellent deelbaar ledikant

Leverbaar in diverse houtkleuren

Uitvoering 180x200 waarvan 1 x hoog laag € 4.180,-



Comfortlift boxspringbox hoog laag

Extra opties/ mogelijkheden toepasbaar

Uitvoering 180x200 waarvan 1 x hoog laag € 5.685,-



auping
met liefde

Auping Auronde deelbaar ledikant

Leverbaar in diverse maten en kleuren

Uitvoering 160x200 € 3.500,-



Elba Royal deelbaar Ledikant

Ruime keuze uit stoffen & leverbaar in lengte 220 cm

Uitvoering 180x200 waarvan 1 x hoog laag € 4.180,-



Hannah deelbaar ledikant

Ook leverbaar in andere maten en met bijpassende nachtkastjes/ linnenkast

Uitvoering 160x200 cm. van € 1.192,- Voor € 993,-

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

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

Iedere vrijdag koopavond | zondags gesloten
Prijs en zetfouten voorbehouden



bosbedden.nl



**Kom langs voor
een adviesgesprek!**

Nieuwleusen | Nijverdal





WE MAKE THE WORLD'S BEST MATTRESS.™

WELKOM BIJ DE GROOTSTE SERTA-DEALER VAN NEDERLAND!



**KLANTEN
BEOORDELEN
ONS MET 9,8!**



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

Ervaar het zelf wat een goede boxspring voor u kan doen!

**KOM LANGS EN LAAT U ADVISEREN
IN ONZE RUIME EXPERIENCE ROOM**

RIKELS
SLAAP EXPERTS

Grote Voort 72-74, Zwolle
T 038 - 453 45 14
E info@rikels-slaapexperts.nl
www.rikels-slaapexperts.nl

Primo
KEUKENS.NL

De voordeligste keukeenzaak!

Onze service voor u:



DIRECT DE LAAGSTE PRIJS



GRATIS 3D KEUKENONTWERP



MEETSERVICE



STIPTE LEVERING



MONTAGE



€8.990,-
INCL.
APPARATUUR



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



Dalfser Kwekerij Onderdijk verhuurt indoor volkstuintjes

door Margriet Dalmeijer

DALFSEN – Bijzonder nieuws vanuit Dalfsen. Daar zijn Jolande en Martie Onderdijk van de gelijknamige kwekerij namelijk druk bezig om een kas van 1500 m² gereed te maken voor het verhuren van indoor volkstuintjes. Voor zover bekend is Kwekerij Onderdijk de eerste en enige met een indoor volkstuintje in Overijssel.

Jolande kwam op het idee van de bijzondere volkstuintjes toen ze hoorde van een soortgelijk project in Almere. Haar interesse was meteen gewekt en dus werden er plannen gemaakt om ook in Dalfsen een aantal indoor volkstuintjes aan te leggen. Bij wijze van pilot zijn dat er in eerste instantie 25. Is de pilot een succes, dan zullen nog eens 25 tuintjes in de kas worden gerealiseerd. Uit ervaring weten Jolande en Martie dat kweken in een kas veel voordelen heeft. Niet alleen heb je in een indoor tuin geen last van neerslag of wind, ook is het groeiseizoen in een kas veel langer dan in de buitenlucht.

Dit heeft er mee te maken dat de grond in de lente sneller opwarmt en in de herfst langer warm blijft. Bijkomend voordeel is dat gewassen niet alleen eerder, maar ook langer geoogst kunnen worden. In principe is het mogelijk om het hele jaar door groenten te kweken en te oogsten. Door de hoge temperaturen is het ook goed mogelijk om exotische gewassen te telen.

Beter groeien

In de kas zijn de omstandigheden voor de gewassen optimaal: de kwekerij zorgt ervoor dat het in de winter niet gaat vriezen in de kas. In de zomer zorgt het schermdeuk ervoor dat groenteplantjes niet direct in de zon staan. Ook beschikt elk volkstuintje over een eigen wateraansluiting en tuingereedschap. Maar daarmee stoppen de voordelen niet. Zelf gekweekte groenten en fruitsoorten smaken niet alleen een stuk lekkerder, maar zorgen ook voor een gevoel van trots en voldoening bij de kweker. En ook niet onbelangrijk in deze dure tijden: door je eigen groenten in een kas te kweken, ben je goedkoper uit dan wanneer je alles in de supermarkt moet kopen. Het indoor volkstuintje

heeft daarnaast ook een sociaal aspect. Jolande en Martie willen graag hun passie voor groen met andere tuinders delen. Ook kunnen tuinders onderling kennis en ervaringen uitwisselen. Mensen die een volkstuintje bij Kwekerij Onderdijk willen huren, zijn aan kosten ongeveer een tientje per week kwijt. Dit is inclusief onderhoud, water en tuingereedschap. De inschrijvingen zijn inmiddels geopend en er zijn al twaalf volkstuintjes gereserveerd.

Belangstellenden worden dus opgeroepen om niet te lang te wachten met inschrijven. De verwachting is dat de eerste tuintjes rond juli verhuurd kunnen worden. Uitgifte van de tuintjes vindt plaats op volgorde van inschrijving.



Het hele jaar door kweken. Foto: Facebookpagina Kwekerij Onderdijk

Wil je meer weten of je inschrijven voor een indoor volkstuintje? Stuur dan een mail naar info@kwekerijonderdijk.nl. Geïnteresseerden kunnen ook langskomen. De kwekerij bevindt zich aan de Hessenweg 22a in Dalfsen.

Vijfde editie Vitaal Vechtdal Challenge in april van start



door Margriet Dalmeijer

VECHTDAL – Op 4 en 6 april is het zover: dan gaat de Vitaal Vechtdal Challenge weer van start. Tijdens dit gratis wandelevenement, dat speciaal is bedoeld voor mensen met een chronische aandoening, wandelen deelnemers ruim twintig weken lang in de omgeving onder leiding van een wandelcoach en een zorgprofessional. Net als afgelopen jaren bevinden de startlocaties zich in Dalfsen, Avereest, Ommen en Hardenberg.

Het is alweer de vijfde editie van het succesvolle evenement, dat inmiddels bij steeds meer mensen in de regio bekendheid geniet en waar oud-deelnemers met veel enthousiasme op terugkijken. Volgens de organisatoren is de challenge 'gericht op de beginnende wandelaar die kennis wil maken met wandelen, op mensen die conditie willen opbouwen en op mensen die onder professionele begeleiding weer vertrouwen willen krijgen in hun lichaam'. De Vitaal Vechtdal Challenge is speciaal bedoeld voor mensen met een chronische aandoening, zoals diabetes, hart- en vaatziekten, COPD en kanker, maar bijvoorbeeld ook voor ex-coronapatiënten.

Om de challenge voor zoveel mogelijk mensen toegankelijk te maken en zoveel mogelijk mensen het positieve effect van bewegen op de gezondheid te laten ervaren, wordt rekening gehouden met ieders niveau. Tijdens de eerste wandellessies wordt een korte afstand gelopen en ligt het wandeltempo laag. Gedurende de weken die volgen, zal de conditie van de deelnemers geleidelijk worden opgebouwd, zodat zij sneller en verder kunnen wandelen dan in het begin. Door die geleidelijke opbouw en de gezellige

Betere gezondheid door wandelen.
Foto: Vitaal Vechtdal

en ontspannen sfeer is de challenge voor de meeste mensen goed vol te houden. Vaak ervaren ze dat ze meer kunnen dan ze vooraf dachten. Bovendien merken ze dat hun conditie verbetert en hun spieren sterker worden, waardoor hun zelfbeeld beter wordt en hun enthousiasme om te bewegen groter.

Leefstijl

Doel van de Vitaal Vechtdal Challenge is dat deelnemers na afloop van het programma een afstand kunnen wandelen van 3, 5 of 10 kilometer. Daarnaast is het de bedoeling dat ze gedurende het hele jaar zelfstandig wandelingen kunnen maken. Aan zelfstandig bewegen wordt tijdens de challenge extra aandacht besteed. Naast bewegen is er tijdens het wandelen ook aandacht voor andere leefstijlonderwerpen, zoals bijvoorbeeld het belang van gezonde voeding. Aan de Vitaal Vechtdal Challenge zijn voor de deelnemers geen kosten verbonden, maar dit betekent niet dat de challenge geheel vrijblijvend is. Voor een goed resultaat is het belangrijk om zoveel mogelijk bij de trainingen aanwezig te zijn. In Avereest en Dalfsen wordt iedere dinsdagavond om 19.00 uur gewandeld en is de eerste training op dinsdag 4 april. Op donderdagavond om 19.00 uur vinden de wandelingen in Hardenberg en Ommen plaats. Daar start de eerste training op donderdag 6 april. Op zaterdag 16 september wordt de challenge afgesloten met een gezamenlijke wandeling. Zodra de exacte startlocaties bekend zijn, worden deze aan de deelnemers meegedeeld.

Meer weten of je aanmelden? Kijk dan op <https://www.vitaalvechtdal.nl/challenge>.

Drentse landschappen en intuïtieve kunst: de bijzonderste exposities in de regio

door Margriet Dalmeijer

De komende weken zijn in de regio weer diverse bijzondere exposities te zien. In dit artikel worden twee daarvan uitgelicht.

Reestkamer Balkbrug: Landschappen van Siemen Dijkstra

Tot en met 15 april is de Reestkamer in Balkbrug het decor van een bijzondere tentoonstelling met kunstwerken van Siemen Dijkstra. Het gaat om een impressie van landschappen uit een privécollectie. Siemen Dijkstra (1968) werd geboren in Den Helder, maar groeide op in het Drentse Pesse, waar hij een bijzondere band ontwikkelde met zowel het Drentse als het Groningse landschap. Hij volgde een opleiding grafiek en eerstegraads leraar tekenen aan de Academie Minerva in Groningen, waarna hij inktstudies en kleurenhouwsneden ging maken met landschappen als onderwerp. Hij wil niet alleen het feitelijke landschap vastleggen, maar ook de ziel ervan weergeven.

'Als geen ander weet hij een subtiele sfeer neer te zetten vol kleurnuances en met een grote rijkdom aan details. Zijn liefde voor de natuur vertaalt hij in intieme panorama's van bomen, bladeren en rimpelend water. Siemen Dijkstra is een schepper van sferen die veelal bezieling en nostalgie weerspiegelen. Zijn landschappen laten dan ook meer zien dan de zichtbare werkelijkheid.' Siemen: 'Het vastleggen van ruimte op een plat vlak is één ding, het vastleggen van het onnoembare is een ander verhaal. In al die jaren dat ik mij bezighoud met het landschap bedenk ik mij dat ik eigenlijk aan het archiveren ben. Het archiveren van bezielde landschappen, voordat deze verdwenen zijn.' De expositie van Siemen Dijkstra is elke zaterdag en zondag te bezichtigen in de Reestkamer van 14.00 tot 16.00 uur. Kijk voor meer informatie op <https://reestkerk.nl/>.

De Carrousel in Ommen: intuïtieve kunst van José van der Ploeg

Tot en met 10 mei is in de Carrousel in Ommen een expositie te zien van José van der Ploeg, die een eigen praktijk heeft in klank- en hypnotherapie en daarnaast werkzaam is als kunstenaar. 'Vanuit haar hypnotherapie kwam José in aanraking met het beelddenken dat plaatsvindt in het onbewuste. Dit heeft haar geïnspireerd om te gaan experimenteren met mixed media zoals kleurpotloden, stiften, acryl- en aquaverf of krijt op karton. Het resultaat is een verzameling kleurrijke en passievolle werken die de kijker enthousiast maken en uitnodigen om te ontdekken dat er meer is dan het leven op deze planeet.'

José: 'Ik krabbel wat lijnen op karton of een andere ondergrond en verbind me op deze manier met mijn onderbewuste. Geen idee wat er ontstaat, dat is elke keer anders.' Naast de kunstwerken heeft José ook een set met inzichtkaarten ontwikkeld die bij haar expositie te zien zijn. José: 'Door een kaart te trekken, krijg je inzicht in jezelf en de wereld om je heen. Het zit vol symboliek en kan je helpen om in een andere staat van bewustzijn te komen.'

Kijk voor meer informatie op <https://deveranderingzwolle.nl/>.



Intuïtieve kunst. Foto: José van der Ploeg

Energie besparen met isolerende rolluiken

Isolatie door rolluiken

Er zijn veel redenen om voor rolluiken te kiezen. Rolluiken worden bijvoorbeeld vaak aangeschaft als zonwering of als middel om privacy te bevorderen. Een bijkomend voordeel waaraan kopers van rolluiken niet denken, is dat rolluiken isoleren. Er zijn verschillende rolluiken verkrijgbaar met een isolerende werking. Zo slaat u dus 3 vliegen in 1 klap: met een isolerend rolluik koopt u zonwering, privacybevordering én energiebesparing in één. Bij de isolatie die de rolluiken bieden, gaat het niet enkel om thermische isolatie, maar ook om akoestische isolatie. Door isolatie op het gebied van temperatuur wordt energie bespaard. Deze besparing is goed voor de portemonnee én voor het milieu.

Isolatie met rolluiken in de winter

In de winter is het fijn om de kou buiten te houden. U zit er in huis graag warmtjes bij en stookt dus goed om de kou van buiten geen kans te geven. Thermische isolatie van rolluiken kan bijdragen aan het warmhouden van uw huis in de winter. Veel warmte ontsnapt 's winters het huis via deuren en ramen en kieren die zich rond deuren en ramen bevinden. Door juist op deze 'zwakke punten' rolluiken aan te brengen, wordt de warmte optimaal vastgehouden in huis en stookt u niet voor niets. Door rolluiken met isolerende werking strategisch in te zetten, werkt u niet enkel aan de warmte isolatie van uw huis, maar bespaart u ook op de energierekening. De isolerende rolluiken zorgen zo niet alleen voor een warm huis, ook zijn ook goed voor de portemonnee.

Isolatie met rolluiken in de zomer

Bij isolatie denken we vaak aan de winter, waarin we een aangenaam warm huis willen hebben. Hiervoor is isolatie inderdaad belangrijk. We isoleren de vloer, de muren, het dak... Ook in de zomer is isolatie echter rendabel, dit keer omdat het andersom werkt: u wilt de warmte juist buiten het huis houden. Ook in de zomer zijn de ramen en deuren de boosdoeners: zij laten de meeste warmte binnen in huis. Met rolluiken met thermische isolatie houdt u niet alleen warme lucht buiten, maar zorgt u er ook voor dat de zon niet op de ruiten valt en zo het huis opwarmt. Zoals isolerende rolluiken in de winter energiebesparing opleveren, kunnen ze dat in de zomer ook doen. Een airco hoeft minder energie te verbruiken om het huis koel te houden als de rolluiken met isolerende werking de warme lucht en het zonlicht buitenhouden. Dit ziet u terug op de energierekening.

Isolerende rolluiken

De werking van isolerende rolluiken is afhankelijk van hoe vaak het rolluik dicht is. Een rolluik dat voortdurend openstaat, houdt geen kou buiten in de winter of warmte in de zomer. In ons assortiment hebben we rolluiken met verschillende isolerende werking. Onze Roldusol rolluiken hebben een isolerende laag: de lamellen zijn gevuld met pur of schuimvulling. Dit materiaal is uitermate geschikt om te isoleren, terwijl het weinig ruimte inneemt. Hierdoor kan het goed verwerkt worden in rolluiken. Daarnaast vormt zich, als de rolluiken gesloten zijn, een luchtkussen tussen het rolluik en de venster, en dit luchtkussen heeft nog een extra isolerende werking. In de winter komt de koude lucht het huis niet binnen, in de zomer blijft de warme lucht buiten. Verwarming of airco hoeven zo minder te verwarmen of te koelen, wat een milieuvoordeel en financieel voordeel is.

Geluidswerende rolluiken

De rolluiken die voorzien zijn van isolatiemateriaal bieden niet enkel thermische isolatie, maar zijn ook inzetbaar als akoestische isolatie. De rolluiken zijn dus geluidswerend en dempen geluiden van buiten. Een geluidsisolerend rolluik in de slaapkamer kan zo de nachtrust



bevorderen doordat geluiden van buiten minder goed of zelfs in het geheel niet meer doordringen in de slaapkamer. Voor geluidswerende rolluiken kunt u ook terecht bij Roldusol, wij adviseren u graag over het rolluik dat het best bij uw situatie past.

Verschillende soorten rolluiken en mogelijkheden

De keuzemogelijkheden op het gebied van rolluiken zijn uitgebreid. Zo weet u zeker dat er altijd iets voor u bijzit. Of u nu een moderne eengezinswoning of een statig monumentaal pand bewoont, er is altijd een rolluik te vinden dat bij uw wensen aansluit. De maat en kleur van rolluiken is af te stemmen op uw huis en smaak. Ook zeer brede ramen kunnen voorzien worden van rolluiken. Het is zelfs mogelijk om twee rolluiken zo te combineren dat het vaak niet meer zichtbaar is dat het om twee rolluiken gaat.

Voordelen van rolluiken

Naast de isolerende werking heeft een rolluik nog meer voordelen.

- Rolluiken hebben een inbraakwerende werking. Binnendringen door een raam of deur dat voorzien is van een rolluik, is nu eenmaal veel minder eenvoudig en werkt dus ontmoedigend.
- In tegenstelling tot veel gordijnen laten rolluiken geen enkel licht door. Voorbijgangers kunnen dus niet bij u naar binnen kijken, en uw privacy is optimaal.
- Een gesloten rolluik verduistert een vertrek. Zo slaapt u in een écht donkere slaapkamer en hebt u geen last van bijvoorbeeld straatverlichting of passerend verkeer.
- Elektrische rolluiken kunnen eenvoudig gekoppeld worden aan een tijds klok. Zo kunt u instellen dat de luiken op gezette tijden open- en dichtgaan.
- Elektrische rolluiken kunnen opgenomen worden in een domotica systeem. Aan een domotica systeem zijn meerdere apparaten te koppelen, die vervolgens allemaal centraal bediend kunnen worden. Zo kunt u bijvoorbeeld de rolluiken op een bepaalde tijd automatisch dicht laten gaan en tegelijkertijd de lampen laten aanspringen.

Het is dus een goed idee u af te vragen met welk doel u uw rolluiken in de eerste plaats aanschaft, en welke voordelen u daarnaast graag hebt van uw rolluiken. Schaft u bijvoorbeeld rolluiken aan als zonwering voor uw oude huis dat gevoelig is voor tocht? Dan kan het zich zeker lonen te kiezen voor isolerende rolluiken, zo dat u in de winter de kou beter buiten de deur kunt houden.



Johan van Oldenbarneveltstraat 3-A, 7942 GZ Meppel
Tel: 0522 251 543

Roldusol®

Zonnepanelen en Solar Carports van Shift to Solar

Shift to Solar is de marktleider op het gebied van slimme, duurzame oplossingen. Shift to Solar biedt niet alleen zonnepanelen voor daken aan, maar bijvoorbeeld ook solar carports en fietsenstallingen met zonnepanelen. De mogelijkheden zijn zeer divers. Kies je voor Shift to Solar? Dan kies je voor innovatieve, slimme oplossingen en een partij die altijd met je meedenkt.

De ambitie van Shift to Solar is altijd geweest om te helpen aan een mooiere wereld. Daarom willen wij met onze solar fietsenstallingen, zonnepanelen en solar carports een bijdrage leveren aan de aantrekkelijkheid van steden en dorpen. De focus ligt steeds meer op milieu, verantwoord gebruik van grondstoffen en energie. We schuiven van verantwoord ondernemen naar circulair ondernemen. Willen werken voor opdrachtgevers die net als wij het

milieu serieus nemen en samen een substantiële bijdrage leveren aan een mooie, gezondere, circulaire wereld.

Zonnepanelen van Shift to Solar

Schijnt de zon? Dan betekent het dat niet alleen jij kunt genieten. Shift to Solar heeft zonnepanelen voor carports, fietsenstallingen, bedrijfsdaken en particulieren. Kies jij voor zonnepanelen van Shift to Solar? Dan kies je voor een duurzame investering, een fijne samenwerking en een zeer aantrekkelijk rendement. Zo geniet jij nog meer van de zon!

Solar Carports

Een solar carport is een carport met zonnepanelen. De zonnepanelen wekken energie op waarmee de elektrische auto's, die eronder geparkeerd staan, opgeladen kunnen worden. Een mooie duurzame oplossing voor

het opladen van de elektrische auto's van jouw personeel, klanten, gasten of bezoekers. Bovendien maak je de tijd dat de auto stilstaat op het werk of tijdens een bezoek ook nog eens waardevol. En dit bespaart niet alleen tijd, maar ook stroom die je anders thuis kwijt was.

Heb jij interesse? Neem contact met ons op. Wij nemen vervolgens zo snel mogelijk contact met jou op om een afspraak te maken.

De oplossingen van Shift to Solar zijn altijd maatwerk. Wij kijken daarom samen naar de voorwaarden die het best passen bij jouw wensen. Op de installatie hoef je niet lang te wachten, die wordt meteen ingepland en snel uitgevoerd.



shift to solar

Ceintuurbaan 15
8022 AW Zwolle
Tel. 0529-700214
info@shifftosolar.nl
www.shifftosolar.nl



KENNISMAKINGSLESSEN

Golf een sport voor iedereen! Ook een keer proberen?

Gratis 2,5 uur les in de basistechniek van het golf onder leiding van een van onze golfers plus begeleiding door een ervaren golfer van Hooge Graven. Aansluitend het geleerde in praktijk brengen op de baan.

Wanneer?	Van	Tot
Zaterdag 25 maart	14.00 uur	16.30 uur
Zaterdag 15 april	14.00 uur	16.30 uur
Zaterdag 27 mei	14.00 uur	16.30 uur
Zaterdag 10 juni	14.00 uur	16.30 uur
Zondag 2 juli	14.00 uur	16.30 uur
Zaterdag 12 augustus	14.00 uur	16.30 uur
Zaterdag 2 september	14.00 uur	16.30 uur
Zondag 24 september	14.00 uur	16.30 uur
Zaterdag 14 oktober	14.00 uur	16.30 uur

Jong en oud kan deelnemen aan deze kennismakingslessen: (groot)ouders, (klein)kinderen, burens, vrienden, collega's; iedereen is welkom!

Aanmelden is verplicht en kan door te mailen naar info@hooegegraven.nl.

Neem voor vragen contact met ons op via 0529 - 455 999 (3).



Kom naar Nieuwleusen! PAASAANBIEDINGEN!

Op vrijdag 14 en zaterdag 15 april demonstratie dagen van Babylock - Lockmachines en coverlocks.



Husqvarna Viking
Model Opal 650

Ook geven wij workshops in lockmachines en naai- en borduurmachines om alles te leren wat u met uw machine kunt

Nu met extra korting en nog vele andere modellen

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



NAAIMACHINES & HOBBY
Dinie Kleine

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

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



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

**Al meer dan 80 jaar
vertrouwde zorg
in uw omgeving**

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

WAAR bij TravelXL Roessink (in het reisbureau)

voor cadeau's met een mooi verhaal

- Fairtrade
- duurzaam
- reiswaar

WAAR DALFSEN
REISWED. 2243-2519 REISWED. 2243-2519

Bloemendalstraat 18
7721 AM, Dalfsen
T. 0529 436625

roessink@travelxl.nl
www.reisbureauroessink.nl

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

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



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

Arend Visscher

Violenstraat 15
7731WK Ommen

06 - 516 000 86
www.avisscher.nl
info@hoveniersbedrijf-visscher.nl



**warnders
tandtechniek**

Gemeenteweg 226
7951 CW Staphorst
tel. 0522 46 25 15

OPENINGSTIJDEN:
maandag t/m vrijdag
van 9:00 tot 17:00
zaterdag
van 9:00 tot 11:00



Ik ben Celeste Hoff en heb 13 jaar gewerkt als arts vooral met chronisch zieke mensen. Door ervaring heb ik gezien wat leefstijl en voeding kan doen met je gezondheid. Sinds kort heb ik een eigen praktijk om mensen met natuurlijke middelen, voeding en leefstijl hun gezondheid weer zo optimaal en vitaal mogelijk te krijgen. Wil je preventief bezig zijn met je gezondheid? Of weten hoe je je lichaam in staat kunt stellen zichzelf te herstellen?

Ik koop u binnenkort te ontmoeten in mijn praktijk in Dalfsen!

DIASSAGETHERAPIE - VOEDING - LEEFSTIJL
Eenmalig - Nietmalig - Herhaald

www.praktijkhofvaneden.nl

Nek-, schouder- of rugklachten, of een ontspanningssmassage?

U kunt bij mij terecht!
www.praktijkhofvaneden.nl
06-37296407

Ook wij zijn er weer klaar voor #voorjaar



www.gardenbuildings.nl

Marsweg 1a, 8013 PD Zwolle

Verkoopplaats Zwartewaterland

Verkoop van 2e handsartikelen - “Kringloop”

06-20351311



Genemuiden
Klaas Fuitestraat 25

Nieuwleusen
Burgemeester Backxlaan 335



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

Ook 2e hands kleding!



EASYSLIM.NU®

Simpel, Snel, Slank!

Makkelijk afvallen!waarom niet?!

ONZE BELOFTE AAN JOU:

- 1) Verlies direct ca. 15cm*
- 2) Vet definitief weg
- 3) Strakkere huid
- 4) Spieropbouw
- 5) Gratis recepten & voedingsadvies
- 6) En bovenal lekker & ontspannend



BIJ EASYSLIM.NU:

Met ons apparaat train je je spieren tot wel 94% terwijl dit in de sportschool maar 28% is! Afslanken bij Easyslim.nu is overigens niet alleen voor dames. Zo'n 40% van onze klanten is man. Voor iedereen maken we een persoonlijk behandelplan op maat, zodat de behandeling perfect aansluit bij jouw doelen en mogelijkheden.

DE BONUS VAN EASYSLIM.NU

METEN=WETEN

Om het behandeltraject precies te laten aansluiten op jouw lichaam maken we gebruik van een 'Body Composition analyzer'.

Hiermee kunnen we je lichaamsamenstelling nauwkeurig in kaart brengen.

Op die manier krijg je waardevolle inzichten die je helpen bij het afslanken en kunnen we haalbare doelen uitzetten.



Voorjaarsactie

Intake incl. behandeling

Tijdelijk van

€89 voor €39*

Geldig t/m 30 april 2023.

Wacht niet langer..

Begin NU met afvallen!



OF BOEK JE AFSPRAAK
ONLINE VIA
EASYSLIM.NU

NIEUWLEUSEN - ZWOLLE - HARDENBERG

VRAGEN? BEL OF APP 06 53 35 34 64

EASYSLIM.NU®

Simpel, Snel, Slank!

THE FINAL JOURNEY

"AFSCHEID NEMEN NAAR
WENS EN IN STIJL"



SALLAND MOTOREN
groot door klein te blijven

Meer Salland Motoren:

- Onderhoud en reparatie aan Triumphs
- Vervaardigen van cafe-racers met Europese onderdelen leveranciers

Rudolf Dieselstraat 1a • 8013 NJ Zwolle • 038-4601167
• www.salland-motoren.nl

Uw advertentie of artikel in onze krant?

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

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

Boshuis
media



Autowasstraat Nuri Bv
Ceintuurbaan 3
www.effewassen.nl

CARWASH
EFFE
WAS
SEN

Colofon

Vechtdal krant: 23.000 exemplaren

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

Boshuis
media



TAXI STEEN OMMEN

BEDRIJVEN EN INSTELLINGEN | ZORGVERVOER
LEERLINGENVERVOER | LUCHTHAVENVERVOER
ROLSTOELVERVOER | STRAATTAXIVERVOER

RESERVEREN?
BEL 0529 - 45 17 24

TAXI
Steen

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

Oog voor kwaliteit

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



gpmbril
LANDSCAP ARCHITECTUUR



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

De Wereld afstruinen naar Palmen

door Herbert Riphagen

Uiteindelijk valt de appel minder ver van de boom dan Herbert Riphagen voor ogen heeft als hij de heug verlaat. Hij wil niet in de voetsporen van zijn vader treden die op dat moment een boomkwekerij runt. Na zijn schooltijd wil hij reizen. Gedurende zes jaar bezoekt hij bijna alle continenten, maar vertoeft toch het meest in het Verre Oosten.

Met Indonesië heeft hij de sterkste band, omdat hij daar is geboren toen zijn ouders ontwikkelingshulp deden. Hij leert er ook zijn vrouw kennen waarmee

hij besluit zich in 1995 te vestigen. Terug in Nederland begint wilt hij een exotische tuin creëren. Probleem is dat vele planten die tijdens zijn reizen waren gefotografeerd niet zijn te krijgen. In die tijd is internet net in opkomst en probeert hij dan maar de zaden van over de gehele wereld te bestellen. Er worden zelfs brieven geschreven naar agrarische scholen in het buitenland met als doel studenten te bereiken die voor hem eventueel de zaden ter plaatse kunnen plukken.

Al snel wordt in een tussenwoning de kelder en de zolder geclaimd om zaden te kiemen. Al snel loopt de hobby uit de hand en binnen enkele jaren zijn er behoorlijke aantallen en vooral vele



Zaden winnen van palmen op 2700m hoogte



Bij vorst worden randen van de bladeren van de Trachycarpus wagnerianus veelal wit

Trachycarpus wagnerianus

Een palmsoort die Riphagen erg charmeert is de Trachycarpus wagnerianus. Hij begint ze eind jaren 90 zelf in grotere aantallen te zaaien, waarmee hij de eerste is in Europa. "Het is het broertje van de Trachycarpus fortunei, maar dan mooier. Even winterhard, maar de stijvere bladeren doorstaab in de tuin de wind beter. Zijn "look" is hierdoor eleganter. Bovendien behoudt de wagnerianus in tegenstelling tot de fortunei zijn onderste bladeren.

De baderen vergelen minder snel en hoeven daardoor dus ook minder snel afgeknipt te worden. Dit zorgt voor een mooie compacte opbouw. Dit zorgt voor een mooie compacte opbouw. Het is wel een minder snelle groeier wat hem iets duurder maakt dan de fortunei. In 2001 zijn er in Engeland de eerste bomen die zaad geven en Riphagen hoeft dus niet jaarlijks meer naar Japan of Korea om daar zaad te halen.

soorten palmzaailingen geboren. "Tijdens het reizen is duidelijk geworden dat ik een exotische bomenfreak ben. Dat wilde ik toch enigszins vasthouden", vertelt Riphagen.

Van het een komt het ander. De zaden die hij opkweekt en plant in zijn achtertuin blijken prima Nederlandse winters te kunnen doorstaan. Op het internet komt hij er al gauw achter dat hij niet de enige is met een virus voor exotische planten en bomen. Het hek is van de dam als hij in 2001 in Spanje een beurs bezoekt en 30.000 palmzaailingen verkoopt met de bedoeling thuis ruimte te creëren.

Het is echter de start van zijn handel in palmen. Op dat moment een markt met veel potentie, ontdekt Riphagen. De eerste partijen kweekt hij op bij zijn broer, van wie hij een klein gedeelte van zijn kas huurt. Zijn personeel wordt ingeschakeld om jonge planten te leveren aan groothandelaren en om eigen jonge planten die in Spanje en Italië verder zijn opgekweekt af te kweken in Nederland.

Op deze manier bouwt Riphagen door de jaren heen een goede relatie op met vele palmenkwekers in Italië en vooral Spanje. En zo maakt Riphagen eind jaren 90 van zijn hobby zijn werk.

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

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

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

Geopend van Dinsdag t/m Zaterdag van 10.00 tot 17.00 uur.

Bekijk ook onze Website www.mypalmshop.nl



MyPalmShop

Zuiderzeestraatweg 452a - Wezep - 06 40243314



- Autosleutels
- Dupliceren
- Repareren en programmeren

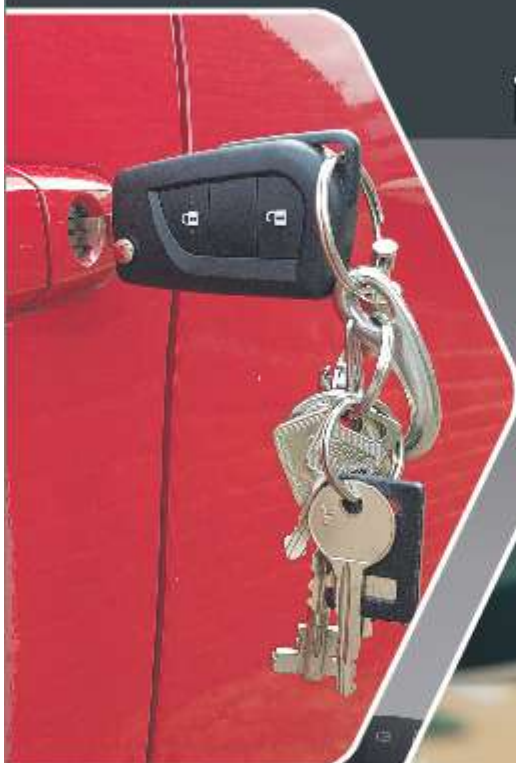


AUTOSLEUTELS - NIEUWLEUSEN

0529-48 14 29

Maak een afspraak
via Whatsapp op
0529- 481429

wij helpen u graag!



- Onderhoudsarm materiaal
- Persoonlijk contact
- Creatieve oplossingen
- Al 30 jaar uw totaalbouwer
- hoge kwaliteit
- zeer korte bouwtijd

Showroom:
Coevorderweg 137
7781 PA, De Krim (Ov.)
www.segeko.nl

SeGeKo heeft zich als zelfstandig bedrijf en met vakkundig personeel, waarvan sommige met meer dan **30 jaar ervaring** in het vak, gespecialiseerd als 'totaalbouwer' in **serres, veranda's, carports, aluminium kozijnen en gevelbouw.**



Openingstijden

Wij ontvangen u graag in onze gezellige showroom. Kom gerust langs voor een kopje koffie. U vindt onze openingstijden hieronder.

Maandag	vanaf 09:00 uur
Dinsdag	vanaf 09:00 uur
Woensdag	vanaf 09:00 uur
Donderdag	vanaf 09:00 uur
Vrijdag	vanaf 09:00 uur
Zaterdag	vanaf 09:00 uur



U kunt op verschillende manieren contact opnemen met ons.

Bezoek onze showroom tijdens de openingstijden, maak een afspraak voor bezichtiging buiten de reguliere openingstijden of bel 0522 - 44 05 88.

Roldusol Uw zonweringsfabrikant!

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

De gasprijs is de afgelopen dagen gestegen naar recordhoogte!

KIES NU VOOR ISOLERENDE ROLLUIKEN...

Voordelen

- Veiligheid**
- Inbraakvertragend
 - Inkijkwerend
- Privacy en rust**
- Geluïdempend
 - Weerbestendig
 - Lichtregulerend
 - Inkijkwerend
 - Insectenwerend
- Isolatie**
- Energiebesparend
 - Warmte en kou isolatie
 - Weerbestendig

25% KORTING OP ZONWERING EN ROLLUIKEN*



Openingstijden: van maandag t/m vrijdag 8.00-12.00 uur en 13.00-18:00 uur

* Alleen geldig op Roldusol artikelen.

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

AB anton's bloemkwekerij

**TUINPLANTEN
VERS UIT DE KAS
ZANDSPEUR 81**

Welkom in de kas van Anton's Bloemkwekerij! Voor velen al het bekende adres waar u zelf de planten kunt uitzoeken. voorjaarsbloeiers, vasteplanten en groenteplanten en zomerbloeiers. Wij delen graag de passie en kennis met tuinliefhebbers en geven u graag tips, voor verzorging en maximale bloei!

Groenteplanten en kruiden

Groot assortiment zomerbloeiers vanaf medio april

Pin en contante betaling

**Primula's:
6 voor € 5,-
bij inlevering van deze advertentie**

Ranonkel

Fleurige viooltjes

Wandhangers

Leuke opgemaakte manden, hangpotten, wandhangers, schors stukjes ect... Ook leuk om kado te doen.

Kado bonnen

Maandag t/m zaterdag geopend van 9.00 tot 17.00 uur.

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

www.antonsbloemkwekerij.nl



DUIDELIJK VERHAAL

DE HYPOTHEEKSHOP

Staphorst - Nieuwleusen - Sint Jansklooster e.o.

Arno Boxum

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

www.hypotheekshop.nl/staphorstnieuwleusen



Bestel het vlees direct van de boer!

Bestellen kan gemakkelijk door te bellen of te appen naar: 06 - 28 54 24 62.



Groot aanbod in divers vlees!

Premium kalfsvlees

> Kalfsgehakt	400 g	5,00	> Kalfsgrillworst	300 g	4,50	> Kalfs Tomahawk	500 g	17,99
> Kalfsrookworst	280 g	4,25	> Kalfs steak naturel	1x 175 g	4,25	> Kalfs T-Bone	400 g	8,75
> Kalfssaucijzen	3x 100 g	4,75	> Kalfsezeltje	250 g	8,00	> Kalfsossobuco	per kilo	19,00
> Kalfsschnitzel	2x 120 g	7,25	(lende/liegstukje)			(schenkel)		
> Kalfsburgers	2x 125 g	4,00	> Kalfsstaartstuk	850 g	17,95	> Kalfs Tournedos	3x 90 g	9,75
> Kalfs rib eye	175 g	5,00	(Picanha)			> Kalfs French Rack	1,7 kilo	37,50
> Kalfsentrecote	1x 175 g	4,95	> Kalfs Wienerschnitzel	175 g	4,50	> Kalfs Zwezerik	875 g	34,95
> Kalfskotelet	+/- 175 g	4,25	> Kalfs Riblap	400 g	7,40	> Kalfs Tong	600 g	9,95
> Kalfsoester	1x 175 g	4,75	> Kalfsucade	+/- 1,2 kilo	24,95			
> Kalfslever plakken	2x 120 g	5,25	> Kalfshaaspuntjes	500 g	12,40			

Premium vlees van onze eigen scharrelvarkens

> Gehakt h-o-h	300 g	3,25	> Schnitzel	per kilo	17,00	> Snack gehaktballetjes	per kilo	14,50
> Hamlappen	300 g	5,00	(ongepaneerd)			(voorgegaard)		
> Speklappen	per kilo	12,00	> Ribben	per kilo	10,00	> Rookworst	per kilo	13,95
> Ribkarbonades	300 g	4,50	> Slavinken	per kilo	12,25	> Varkenshaas	per kilo	25,00
> Schouderkarbonades	per kilo	12,95	> Hamburgers	per kilo	13,50	(beperkt verkrijgbaar)		
> Verse worst h-o-h	300 g	3,75	(glutenvrij)			> Spareribs	per kilo	8,00
> Bakleverworst	+/- 700 g	3,50	> Gehaktballen h-o-h	per kilo	14,50	(ongemarineerd)		
> Snertpakket		2,00	(voorgegaard)			> Saucijzen	per kilo	11,50
(oudervets)								

Niet van onze eigen varkens maar wel in ons assortiment

> Procureur	2,2 kilo	19,50	> Oerham	400 g	4,99	> Varkensbuik	2,2 kilo	24,95
> Spareribs	per kilo	12,95	(Pig Wing)			(met zwaard)		
(gemarineerd en voorgegaard)			> Varkenshaas	250 g	4,00	> Varkensbuik	2,2 kilo	23,95
> Ribfilet	1,1 kilo	9,65	> Boston Butt	3,5 kilo	27,90	(zonder zwaard)		

Proef het verschil met heerlijk 100% kalfsvlees tot varkensvlees van onze eigen scharrelvarkens.

En wist je dat... Kalfsvlees erg gezond is? Kalfsvlees is een bron van vitamine B3, B6, B12, vitamine D en zink? Daarnaast is kalfsvlees zeer mals, licht verteerbaar en mager van structuur. Bovendien heeft kalfsvlees een kortere bereidingstijd dan rundvlees. Oftewel, een heerlijk gezond en mals stukje vlees wat snel op tafel staat.

Wil je meer informatie of heb je nog geen keuze kunnen maken? Kom gerust langs en wij helpen je graag.

kalfsvleesdedemsvaart.nl



Openingstijden

Woensdag 09.00 - 12.00 uur
Zaterdag 09.00 - 14.00 uur
Andere dagen of tijden in overleg

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



graafies
ONTWERP

Samen scoren in social media!

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

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

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



Nu voor **€150,-** social media



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

GRAAFIESONTWERP.NL



Inbouwapparatuur? Natuurlijk bouwen wij die vakkundig voor je in!

En we meten het ook eerst voor je in! Want dan weet je zeker dat het past.
Kom voor advies naar onze winkel of kijk op expert.nl/inbouw



**NU GRATIS
INMETEN**



Met onze eigen Expert monteurs
kunnen wij ook alles repareren

Vraag naar de mogelijkheden van onze technische dienst

Expert Ommen

Schurinkstraat 26a | 0529-451406

expert.nl/ommen | ommen@expert.nl



expert

