



Warm welkom voor bezoekers Kerst in Oud Kampen **5**



Gedenksteden Oude Raadhuisplein verhuizen **11**



Museum Stadsboerderij, een onontdekt pareltje **27**

KAMPEN VOOR ELKAAR
VRIJWILLIGERS(WERK) VIND JE HIER!
WWW.KAMPENVOORELKAAR.NL

Bouw Dorpssluis Reeve van start

Het startsein voor de bouw van de Dorpssluis in Reeve is gegeven door het bouwbord met aftelklok te onthullen. De Dorpssluis is gereed voor aanvang van het vaarseizoen 2025.

Op vrijdagmiddag 10 november vond het officiële moment van de start bouw van de Dorpssluis in Reeve plaats. Gedeputeerden Liesbeth Grijzen en Martijn Dadema, wethouders Jan Peter van der Sluis en Erik Faber, Joost Mulder (regiodirecteur BPD Ontwikkeling) en Oscar Koster (directeur Waterbouw Strukton) onthulden, in aanwezigheid van diverse betrokkenen, het bouwbord met daarop een afbeelding van Dorpssluis, de samenwerkende partners en een aftelklok.

Deze aftelklok geeft aan hoe lang het nog duurt tot het moment dat de Dorpssluis in

gebruik genomen kan worden. De planning voor de realisatie van de Dorpssluis in Reeve is dat deze vanaf het vaarseizoen 2025 werkend is.

Aanleiding bouw sluis

In het kader van Ruimte voor de Rivier is het Reevediep aangelegd. Het Reevediep zorgt ervoor dat Kampen en de regio Zwolle droge voeten houden bij hoog water. Het Reevediep is ook onderdeel van de totale gebiedsontwikkeling Reevedelta binnen de gemeente Kampen. Zo is er veel nieuwe natuur ontstaan en is er bij de aanleg van de dijken rondom het Reevediep rekening gehouden met de ontwikkeling van het nieuwe waterrijke dorp Reeve op en achter de klimaatdijk. Om Reeve vanaf het Reevediep te kunnen bereiken wordt in de klimaatdijk de sluis gerealiseerd. Zo wordt Reeve verbonden met het Reevediep. Over de sluis komt een fietsbrug, die onderdeel



wordt van het fietspad langs het Reevediep. De verwachting is dat de sluis voor het vaarseizoen 2025 gereed is, zodat vanaf 1 april 2025 de sluis gebruikt kan worden om Reeve in en uit te varen.

Reeve onderdeel van Reevedelta

De bouw van de geplande 600 woningen in Reeve vordert gestaag. Als onderdeel van de grootschalige gebiedsontwikkeling Reevedelta worden nu plannen uitgewerkt om het dorp te laten groeien tot circa 1.600 woningen inclusief bijbehorende voorzieningen, zoals een integraal kindcentrum, een supermarkt en horeca. In Reeve kunnen zowel toekomstige bewoners, als bezoekers zorgeloos genieten van een

Van links naar rechts gedeputeerde Martijn Dadema, wethouder Erik Faber, Oscar Koster (directeur Waterbouw Strukton), Joost Mulder (regiodirecteur BPD Ontwikkeling), wethouder Jan Peter van der Sluis, gedeputeerde Liesbeth Grijzen. (foto: Tennekes)

unieke omgeving waar landschap en water elkaar afwisselen. Reeve is een gezamenlijk initiatief van Gemeente Kampen en BPD | Bouwfonds Gebiedsontwikkeling.

Kijk voor meer informatie op:

www.reeve.nu
www.reevedelta.nl/reeve



Alle genodigden op de foto bij het bouwbord met op de achtergrond de sluis. (foto: Tennekes)

BERG
 MAKELAARDIJ
 Een vertrouwd adres!
www.bergmakelaardij.nl

BROEKHUIS
 IJsselmuiden
 Kleiland 2
 T 038 205 01 00

IJSSELMOTOREN
 Scooters & Tweewielers
 Spoorstraat 33 IJsselmuiden - 038 332 3330

WASMIJ BUDGET CARWASH
 NIEUW
 KIVETSTRAAT 2B KAMPEN

Kalter Pakketten
 By Vitamientje.nl
 Kalter Pakketten | Taveld 26 | 8275 RW IJsselmuiden | (06) 83 54 95 43
 Kalter Aardbeien gaat door!

DE HANZE WITGOED

Wij geven meer dan korting!

What's in a name? Van Hartsklank naar Sense Coaching HSP



door Trea van der Cingel

De afgelopen 2 jaar waarin ik hoogsensitieve mensen coach vanuit mijn praktijk is al vaak gebleken dat er nogal wat weerstand bestaat bepaalde 'gevoelige' termen, om te beginnen met de naam hoogsensitief. Da's best te begrijpen, vind ik.

Het woord 'hoog' roept gelijk de associatie op met 'laag', zodat sommige mensen veronderstellen dat wij als hoogsensitieven onszelf hoger hebben zitten dan de andere mensen. En het woord 'sensitief' roept nogal eens de gedachte op dat wij hoogsensitieven waarschijnlijk overgevoelig en kwetsbaar zijn. Hoewel logisch, zijn dit toch misverstanden. Hoogsensitief betekent: sterk (hoog) werkende zintuigen, doordat het zenuwstelsel sterk werkt. En daardoor is een hoogsensitief persoon iemand die alle prikkels uit de omgeving opmerkt. Een HSP hoort, ziet, voelt, ruikt en merkt alles om zich heen. Hoogsensitieve mensen zijn ook figuurlijk gezien sensitief, we voelen als vanzelf de sferen en stemmingen uit de omgeving aan. Dit kan leiden tot ernstige overprikkeling, soms zelfs leidend tot een burnout, of andere stressklachten. Als ervaringsdeskundige én gecertificeerd HSP-coach ben ik daarom mijn coachingspraktijk Hartsklank begonnen met een missie, namelijk mijn mede-HSP laten ervaren hoe je de belasting tot kracht kunt maken. Dat dit kan, heb ik ervaren bij mezelf en bij de mensen die voor een coaching bij mij gekomen zijn. Ik vind het fantastisch om te zien, hoe iemand kan opbloeien en de sterke persoon wordt die hij of zij eigenlijk is. In de loop van de tijd merkte ik dat de naam Hartsklank voor veel mensen ook een te 'gevoelige'

naam was. Vandaar -na enige aarzeling- de kogel door de kerk:

Sense als nieuwe naam, in plaats van Hartsklank. 'It makes sense', HSP coaching heeft zin en betekenis voor de ander, maar ook voor mezelf als coach. Sense verwijst daarnaast naar de zintuigen (senses), en naar gevoel (sensitive), beiden belangrijk in mijn coaching.

De naam voelt passender bij de soort coach die ik ben: nuchter, relativerend, met veel humor. Ik hoop dat Sense daardoor bij iedereen die de naam hoort of leest een goede associatie oproept. Mijn associatie is: het is zinvol, je vindt je essentie, en het is niet 'soft en zweverig' als je jezelf als hoogsensitief persoon ontwikkelt tot een mens in balans. What's in a name...tja, misschien is Shakespeare het niet met me eens, maar ik denk dat een naam uiteindelijk toch veelzeggend is! Wees daarom welkom bij Sense Coaching voor HSP: zelfde coach, zelfde missie, zelfde adres, andere naam!

Trea van der Cingel,
HSP coach
Mail: trea@sense-coachinghsp.nl
Tel: 06-40009993



Wie geïnteresseerd is kan ook een kijkje nemen op mijn vernieuwde website: www.sense-coachinghsp.nl/

de hanzze

BIERBROUWERIJ

KERSTPAKKETTEN



HANZEPAKKET LUXE

Optie 5

Alle soorten bier. Blond, dubbel, tripel, IPA, APA, weizen, herfstbok. 0,75 cl fles quadrupel.

Hanze worst, kaas en nootjes. En een hanze bierglas. Aangevuld met bierviltjes.

EUR 39,95 incl. BTW.

Wil jij je personeel of zakenpartner voorzien van een van onze mooie pakketten? Mail je bestelling door naar fleur@bierbrouwerijhanze.nl

06 33 05 98 91

Tasveld 10-1 IJsselmuiden

PER FLES INKOPEN

Optie 1

Keuze uit, blond, dubbel, tripel, IPA, APA, weizen, herfstbok, quadrupel.

Afname per stuk maakt niet uit. Kosten EUR 1,75 per fles incl. BTW.

BIERCLIPS

Optie 2

Keuze uit een pakketje met 4 of 6 bieren in een houder geclipd.

4 clip: EUR 8,- incl. BTW

6 clip: EUR 11,- incl. BTW

HANZEPAKKET BASIS

Optie 3

Alle soorten bier. Blond, dubbel, tripel, IPA, APA, weizen, herfstbok, quadrupel. Aangevuld met hanzebierviltjes.

EUR 19,95 incl. BTW

HANZEPAKKET MIDDEL

Optie 4

Alle soorten bier. Blond, dubbel, tripel, IPA, APA, herfstbok, quadrupel, Hanze worst, kaas en nootjes. Aangevuld met hanzebierviltjes.

EUR 29,95 incl. BTW.

VERS VAN DE AMBACHTELIJKE SLAGER!

KIP BURGERS

4 HALEN 3 BETALEN

5,25

KIP SHOARMA PAKKET

PER STUK

9,95

HOUTHAKKERS STEAKS

4 HALEN 3 BETALEN

7,95

MAALTIJD VAN DE WEEK

KANT EN KLARE HACHEE PER
MET HEERLIJK MALS SUDDER VLEES PORTIE

5,95

ELKE MAANDAG GEHAKTSCHIJVEN 5 HALEN 3 BETALEN

Slagery
ALEX VAN INGEN

IEDEREEN
AAN TAFEL

lekker • ambachtelijk • culinair • verantwoord
Dorpsweg 85 IJsselmuiden 038-3332439

reiki kids



Zit jouw kind niet lekker in zijn of haar vel?

Heeft je kind last van overprikkeling of hooggevoeligheid? Bij Reikikids bied ik behandelingen die speciaal zijn ontworpen om kinderen te helpen bij het vinden van innerlijke rust en balans.

Wanneer je bij mij komt, starten we altijd met een verkennend gesprek. Ik wil graag begrijpen waar jouw kind tegenaan loopt en wat je als ouder ziet of merkt. Samen met jouw kind ga ik dan op zoek naar de oorzaken van hun ongemak.



Mijn benadering maakt gebruik van de kracht van Reiki, een oude Japanse helingstechniek. Met zachte handoplegging breng ik energie in balans en help ik kinderen om zich beter te voelen. Deze techniek wordt vaak als zeer rustgevend ervaren. Vaak kan het ook helpen om ook wat eenvoudige oefeningen te doen, zoals ademhalingsoefeningen of oefeningen voor je energiebalans.

Deze kunnen je kind helpen om beter om te gaan met stress en overprikkeling. Bij Reikikids staat jouw kind centraal, ik werk samen met hen aan hun welbevinden en zelfvertrouwen. Wil je weten wat ik voor jouw kind kan betekenen? Neem dan nu contact op!



Kijk op Reikikids.nl voor meer informatie of bel 06-14 56 22 71



Herfst bij Canteleer

Nog niet zolang geleden liepen we zonder jas lekker naar buiten, maar inmiddels denken we daar anders over; de herfst is in het land. Het waait, het regent, het is kouder en de lamp gaat veel vroeger aan. De oogst is binnen, het blad valt en veel mensen denken met verlangen terug aan die heerlijke warme zomer...

Niet alleen wij, maar ook veel dieren gaan nu liever naar binnen. Vooral geiten staan liever droog in een stal. Zij hebben een hekel aan regen, maar ze komen van nature dan ook uit dorre, droge woestijngebieden. Samen met de anderen, de koeien, ezels, pony's, kippen en konijnen, staan ze inmiddels weer op stal.

Buiten is het dan wel rustiger, maar in de stal is het nu warm en gezellig. Met zijn allen zijn bij elkaar. En dat vind ik eigenlijk zo mooi aan de herfst; we zoeken de warmte en gezelligheid weer op. Het aantal bezoekers aan de kinderboerderij loopt in deze periode altijd terug, wat eigenlijk heel jammer is. Want de dieren staan nu lekker bij elkaar, je kan ze van dichtbij bekijken en makkelijker aanraken. Want een ezel of pony aaien, wordt een stuk lastiger als ze achter in een weiland staan. Daarnaast

zijn er regelmatig activiteiten die je binnen kan doen. Het aankomende Sinterklaasfeest gaan we in ieder geval niet buiten vieren, want die beste man is natuurlijk het mooie weer in Spanje gewend! En ik wil niet teveel verkappen..., maar we gaan in ieder geval lekkere pepernoten bakken!

Wat ik zelf ga doen, en misschien ook een leuk idee is voor anderen, is in ieder geval een lekkere pan soep maken, een mooie wandeling maken naar de kinderboerderij en dan bij terugkomst die zelfgemaakte soep eten om weer warm te worden... Een mooi vooruitzicht!

Als kind vond ik het geweldig om een warme keuken binnen te lopen, en alle geuren op te snuiven van al het lekkers dat in pannen en in de oven werd klaargemaakt. Ach ja, nostalgie... Ook dat hoort bij de herfst. Veel mensen zien deze periode als een afscheid van de zomer, van droefheid. Vallende bladeren staan gelijk aan verdriet en eenzaamheid. Ik zie deze periode liever als een opmaat. Een warming-up voor de winter, waarbij we alles wat geoogst is ten volle benutten om de koude, donkere maanden, goed door te komen. Waarin we tijd krijgen om hier samen, in gezelligheid, volop van te genieten. We nodigen vrienden uit voor



Foto: kinderboerderij Canteleer

een stoofpotje met groenten uit eigen tuin, met lekkere koffie en een warme appeltaart na... had ik al gezegd dat de herfst een tijd is van nostalgie?

Wat ik eigenlijk wil zeggen; laat je door

het weer niet tegenhouden om naar de kinderboerderij te komen. Wij en de dieren zien jullie graag komen en dan maken we er samen een gezellige tijd van.

Dus hopelijk tot ziens!

Participatie is belangrijk binnen de nieuwe Omgevingswet

Gemeente Kampen

De Omgevingswet stimuleert dat u actiever en eerder wordt benaderd om mee te denken over nieuwe plannen in uw buurt, uw gemeente, uw provincie. Dat heet participatie.

Op welke manier dat gebeurt, kan verschillen. Of misschien benadert uzelf uw omgeving met een eigen initiatief. De initiatiefnemer van een plan, een idee, is verantwoordelijk voor het betrekken van bijvoorbeeld bureaus en andere belanghebbenden. Het gaat om degenen op wie de plannen direct of indirect invloed hebben.

Participatie bij uw initiatief

Iemand met een plan of een idee (initiatiefnemer) wordt aangemoedigd om aan participatie te doen, maar is dat niet verplicht. Er is één uitzondering: de

gemeenteraad wijst gevallen aan waarin participatie wél verplicht is. Het gaat dan om activiteiten, die niet binnen het omgevingsplan passen en waarvoor een vergunning nodig is.

Hoe organiseert u een goede participatie bij uw plan?

Grote en ingewikkelde plannen vragen een intensievere betrokkenheid uit de omgeving en andere belanghebbenden, dan een klein initiatief of plan. Onze Leidraad Participatie bij uw initiatief kan u helpen. De leidraad is vanaf januari 2024 beschikbaar op onze website.

Animatie

Bekijk op de website **Aan de slag met de Omgevingswet** de animatie over participatie in de Omgevingswet, hierin krijgt u een korte uitleg over participatie.

Freerunning: vrijheid in beweging voor jongens én meiden!

Freerunning is vooral bekend als straatsport, maar de indoorvariant is net zo uitdagend. Zo sierlijk mogelijk van de ene plek naar de andere en onderweg hindernissen en obstakels nemen, daar gaat het allemaal om. Met snelheid gekoppeld aan acrobatiek, fysieke uitdaging, mentale beheersing en controle.

Freerunning is de afgelopen jaren sterk gegroeid. De sport is een filmpjes-hit op internet en veel bekende vloggers beoefenen de sport. Welkom bij RKDOS Freerunning, waar kinderen de vrijheid krijgen om te bewegen, creatief te zijn en bovenal plezier te hebben!

Ontwikkel fysieke vaardigheden

Freerunnen is niet alleen leuk, het helpt je ook om fysieke vaardigheden te ontwikkelen. Je verbetert je kracht, flexibiliteit, coördinatie en balans. Daarnaast vergroot je je zelfvertrouwen als je nieuwe bewegingen en trucs leert. Het is fijn om te sporten terwijl je plezier hebt!

Veiligheid staat voorop

Bij RKDOS Freerunning gaat veiligheid boven alles. We leren je de juiste technieken om blessures te voorkomen. Onze ervaren trainers zullen je begeleiden en helpen bij elke stap die je maakt, zodat je met vertrouwen kunt sporten.

Community

Freerunnen is niet alleen een sport, het is ook een gemeenschap. Samen met de andere kinderen zul je vriendschappen opbouwen, samenwerken en elkaar aanmoedigen om



"Elke training beginnen we met een goede warming up. Trainer Sansho doet het voor."

de coolste runs te maken. Freerunning is niet competitief, maar juist saamhorig. We moedigen elkaar aan om een eigen stijl te ontwikkelen en te experimenteren met verschillende bewegingen.

Plezier belangrijk

Bij onze RKDOS Freerunning is plezier de sleutel. We geloven dat leren en groeien het beste gebeurt wanneer je plezier hebt. We zorgen voor een speelse en ondersteunende omgeving waarin de kinderen kunnen genieten van elke trainingssessie.

Klaar om te beginnen?

De groepen zitten aardig vol maar we hebben nog wel een paar plaatsen over.

Kijk op www.rkdos.nl/freerunning voor meer info. Daar vind je ook de link om je aan te melden voor 2 gratis proeflessen.

Tot snel!



BEL OF APP NAAR 06-22 19 20 75 OF
MAIL [INFO@DENISIGN.NL](mailto:info@denisign.nl)





KERST

in oud KAMPEN **.NL**

za. 9 DEC.

16.00 TOT 21.00 UUR

zo. 10 DEC.

15.00 TOT 20.00 UUR

Dit jaar belooft Kerst in oud Kampen nog betoverender te zijn dan ooit tevoren.

Kerst in oud Kampen geeft haar bezoekers dit jaar letterlijk en figuurlijk een 'vurig' ontvangst. Vuurpotten, fakkels en een speciale vlammeende toegangspoort zorgen voor een letterlijk warm welkom voor iedereen. Stap binnen in een betoverende wereld vol warmte, traditie en gezelligheid.

Laat u verrassen, ontroeren en vermaken tijdens het Kamper kerstfeest, dat twee avonden lang wordt gehouden in onze prachtige binnenstad.

Voor slechts €5,00 per persoon (kinderen tot 12 jaar gratis) kunt u zich helemaal onderdompelen in het leukste theaterfestival van december!

Wie één keer kerst met Kampenaren heeft gevierd, wil nooit meer iets anders!

www.kerstinoudkampen.nl

Warm welkom voor bezoekers Kerst in Oud Kampen

Vurige entree als compliment voor vrijwilligers

Kerst in Oud Kampen geeft haar bezoekers dit jaar letterlijk en figuurlijk een warm welkom: wie de theaterroute begint aan de IJsselkade loopt door een 'vuurstraat' waarbij vuurpotten en fakkels de hoofdrol spelen. Een spectaculair gezicht belooft de organisatie, uiteraard keren ook vertrouwde elementen als de verrassende optredens op straat en de populaire nostalgische kermis weer terug in 2023.

"We hadden vorig jaar ook al een poort met daarop vuur en fakkels", zegt artistiek leider Jan Liefing over de entree van 2022. "Dat zag er fantastisch uit, de bezoekers waren ook erg enthousiast. Dat principe hebben we daarom nu uitgebouwd, van een vuurpoort tot een complete vuurstraat. Uiteraard volkomen veilig en met een theatrale aankleding." De vernieuwde entree zou je ook kunnen zien als eerbetoon aan alle vrijwilligers die het festival mogelijk maken, denkt artistiek manager Jan Liefing van Kerst in Oud Kampen. "Het lijkt wel alsof bijna iedereen in Kampen wel iemand kent die meewerkt, of zelf meedoet. De entree van dit jaar kun je dan ook zien als symbolisch compliment voor iedereen die zich het vuur uit de sloffen rent voor het festival en haar bezoekers."

Kermis en sneeuw

Naast de vernieuwde toegang tot het festival kent Kerst in Oud Kampen dit jaar ook weer een heleboel vertrouwde elementen, zoals de nostalgische kermis en de optredens van jeugdtheaterschool Ventura. Daarnaast belooft de organisatie hoe dan ook sneeuw in een deel van de binnenstad, en is er op de IJsselkade speciale aandacht voor het nautische Hanzejaar 2023. Mede dankzij de inzet van de vrijwilligers en bijdragen van trouwe sponsors en subsidieverstrekkingen kan de entree dit jaar beperkt blijven tot vijf euro per persoon voor iedereen van 12 jaar en ouder.

Wisselende tijden

Theaterfestival Kerst in Oud Kampen wordt dit jaar gehouden op zaterdag 9 en zondag 10 december. In tegenstelling tot voorgaande jaren zijn de aanvangs- en eindtijden van het festival dit jaar op beide dagen verschillend: op zaterdag duurt het feestje van vier uur 's middags tot negen uur 's avonds maar op zondag begint het festival al om drie uur 's middags om door te gaan tot acht uur 's avonds. Een bewuste keuze volgens artistiek leider Jan Liefing. "Uit ervaring weten we dat de drukte op zondagmiddag vaak wat later op gang komt, we geven zo de ruimte aan mensen die minder goed ter been zijn".

Collage; Fotografie: Ronald Fotografie - Johan Schaart - Colin Kouffeld - Patrick Krabbe



©fotografieronald.nl

Sandra's

— broodjes —
corner

Laat de lekkerste kerst ontbijtjes thuis bezorgen. Wij leveren deze uitsluitend op 1e kerstdag en 2e kerstdag.



KINDER ONTBIJTJE

Pistoletje Wit
Croissant
Boter
Hagelslag
Marshmallow Spies
Capri-Sun

Mini Muffin Vanille
Mini Muffin Chocolade

5,50



KLEIN ONTBIJTJE

Pistolet Wit
Pistolet Bruin
Croissant
Beschuit
Knäckebröd
Fruit
Mini kerststol

Flesje Jus
Boter
Hagelslag
Pindakaas
Jam

Ham
Kaas
Kipfilet
Carpaccio
Ei

16,95



GROOT ONTBIJT

2 Pistolet Wit
2 Pistolet Bruin
2 Croissant
2 Beschuit
2 Knäckebröd
1 Fruit
Mini kerststol

2 Flesjes Jus
2 Boter
2 Hagelslag
2 Pindakaas
2 Jam

Ham
Kaas
Kipfilet
Carpaccio
Ei

28,95

Bestellen kan via onze eigen website of per whatsapp (038-2024066)

Bestellen is mogelijk tot 24 december 18:00

ELKE MAANDAG:
ALLE XL PANINI'S VOOR
SLECHTS
5,50 per stuk
uitsluitend via onze eigen website

ELKE DINSDAG:
ALLE DONUTS VOOR
SLECHTS
1,25 per stuk
uitsluitend via onze eigen website

ELKE DONDERDAG:
ALLE SAPPEN &
SMOOTHIES SLECHTS
2,00 per stuk
uitsluitend via onze eigen website

038 - 2024066

WWW.SANDRASBROODJESCORNER.NL

BROEDERSTRAAT 2A

8261 GP KAMPEN

Die deerne uut lesselmuudn, wat doet ze toch allemoale?

door Irene Duitman - Dekker

In 2022 startte ik mijn praktijk als levensgids waarop ik veel reacties vanuit mijn omgeving kreeg dat ze het knap vonden dat ik mijn praktijk startte binnen IJsselmuuden en men was nieuwsgierig of het loopt en wat ik dan precies doe.

Opmerkingen die ik nogal eens hoor in deze omgeving zijn:

- Ik bin doar vuuste nuchter veur
- Ut lek mien un bietien zweverug
- Doar proat wie niet over

Ik geloof dat we allemaal een spreekwoordelijke kelder bezitten met oud zeer. Hoe goed of fijn je opvoeding misschien ook wel was. Bij de één is hij misschien wat voller dan bij de ander, maar we bezitten het echt allemaal. Jouw spreekwoordelijke kelder bevat onder andere de volgende zaken die jou iedere dag onbewust beïnvloeden: Opmerkingen die je als kind kreeg, normen en waarden die je meekreeg, gebeurtenissen die je meemaakte, je religie die je meekreeg, de cultuur waar je in opgroeide, aannames en interpretaties die je gedaan hebt, overtuigingen over jezelf, je familiegeschiedenis enz. Dit alles tezamen vormen jouw programmeringen en conditioneringen en je negatieve geloof over jezelf. Ook wel het ego genoemd. In feite niets meer dan oude opgeslagen informatie over jou.

Je denkt dat al deze zaken en gebeurtenissen zijn wie jij bent en je identificeert je hier volledig mee. Maar dit is een illusie. Dit is niet wie wij zijn. We worden heel en compleet geboren en je bent niets anders dan liefde. Dingen die je meemaakt in het heden.

En dit kan van alles zijn. Bijvoorbeeld een geur, een geluid, muziek, een gezichtsuitdrukking of hetgeen wat iemand tegen jou zegt of doet daarin wordt er wat geraakt en getriggerd in jouw spreekwoordelijke kelder.



Fotografie: Marbes ten Brinke - Dekker

Niks geen zweverig gedoe. Je wordt alleen geraakt door iets!

Dit zorgt er vervolgens voor dat we vaak de ander de schuld geven van onze gevoelens. Maar het gaat over je eigen kelder. Ik maak mensen graag bewust van het onderbewuste. Lekker met beide benen op de grond. Bij de feiten blijven van wat er nu echt gebeurt. En daar vervolgens je verantwoordelijkheid voor nemen. En ik ben er voor de mensen in het mooie IJsselmuuden en daarbuiten, want ook hier is het zo nodig dat er bewustzijn mag schijnen op alle donkere stukken in ieders kelder.

Warme en bemoedigende groet,
Irene



Bezorger in zicht

Naam: Thamara van den Berg
Leeftijd: 12
Woonplaats: IJsselmuuden

1. Sinds wanneer ben je bezorger van Kampen in Zicht?
Begin september 2023 ben ik begonnen.

2. Heb je een vaste dag wanneer je de kranten uitloopt?
Vrijdag als ze komen doe ik de helft en aan het begin van de volgende week de rest.

3. Luister je muziek tijdens het bezorgen?
Nee, tijdens het lopen luister ik geen muziek.

4. Hoe combineer je de bezorging in een drukke week met school?
In het weekend zorg ik dat ik de helft al heb gelopen zodat ik de rest van de kranten kan verdelen over het begin van de week.

5. Heb je al trucjes bedacht om snel en precies te bezorgen?
De krant pakken als ik klaar ben bij de vorige brievenbus, en alvast dubbelvouwen als ik naar de brievenbus loop. En altijd dezelfde route lopen, dan raak je er het snelste aan gewend.

6. Heb je al een grappig blunder gehad tijdens het bezorgen waar je nu om kunt lachen?
Ik heb nog niet zo veel bijzonders meegemaakt, maar dat gaat vast wel komen.

7. Wat vind je leuk aan de krant bezorgen?

Je leert de wijk kennen en je maakt de mensen blij als ze de krant weer krijgen

8. Als krantenbezorgers superhelden zouden zijn (zijn het eigenlijk ook), wat zou je superhelden naam zijn en welke kracht zou je hebben?
Dan zou ik **UNBEATABLE** zijn want een krantenloper loopt altijd de krant ook als het regent of hard waait.



Thamara die Kampen in Zicht in haar wijk aan bezorgen is. Foto: eigen foto

WasMij ziet gat in de markt met budget carwash aan de Kievitstraat Voor een prikkie met jouw auto door de wasstraat

door Rudi Buitenkamp



Waarom herken je de echte ondernemer? Op zo'n vraag zijn natuurlijk vele antwoorden mogelijk, maar het begint allemaal met een goed plan. Beter: met een uniek plan. Oftewel een business waarmee je een gat in de markt aanboort. Zelfs al ben je actief in een bestaande markt. Wat dat betreft, lijkt het met WasMij wel goed te komen. "In Kampen zijn al vier wasstraten, dus om er uit te springen, zijn wij gestart met een budget carwash", vertelt Shelina Pot trots.

Om het nog iets concreter te maken, betekent dit dat je jouw voertuig al voor € 5,- door de wasstraat kunt laten gaan inclusief afspreken en handmatig voorreinigen. En dan kun je ook nog gebruik maken van de stofzuiger om de auto van binnen te reinigen. Voor het duurste pakket met allerlei extra's én een waxbehandeling hoeft je slechts € 10,- neer te telen.

De WasMij Budget Carwash is nieuw, maar de locatie moet allerlei bellen doen rinkelen. "We hebben het begin oktober overgenomen van het naastgelegen Autobedrijf Renz", vertelt gastvrouw Shelina. "Op die locatie is al meer dan dertig jaar een wasstraat gevestigd. Het was in Kampen zelfs de eerste wasstraat met een kettingbaan. Sommigen kunnen zich vast nog wel de files op het bedrijventerrein herinneren. Zo populair was het."

Vliegende start
Nog even terug naar het fenomeen Budget Carwash. De initiatiefnemers proberen hiermee dus duidelijk een nieuwe doelgroep te bereiken. "Hoeje het ook wendt of keert, als je de auto door de wasstraat haalt, betaal je normaal gesproken best een aardig bedrag. Tot dit moment werd dus eigenlijk nooit rekening gehouden met de kleine portemonnee. De grap is wel dat je nu van alles voorbij ziet komen. Van een oud autootje tot een hagehieuwe BMW."

WasMij draait nu enkele maanden en dan lijkt het nog wat vroeg voor een goed onderbouwde conclusie, maar we kunnen wel stellen dat het een vliegende start beleefd. De budget carwash van Kampen is zelfs al naarstig op zoek naar versterking van het

team. "Het maakt niet uit welke leeftijd", geeft Shelina aan. "Het personeelsbestand loopt nu qua leeftijd ook uiteen van 16 tot 56 jaar."

Van de nieuwe werknemers wordt wel verwacht dat ze multifunctioneel inzetbaar zijn. Zowel bij WasMij als RijMij. Dat is het andere onderdeel van het bedrijf waarmee zowel autoverhuur als voertuigverzorging (tot de status van showroomklaar) wordt aangeboden. En – zo blijkt uit het verhaal van de gastvrouw – het begrip voertuig mogen we ruim interpreteren. Want, er komt van alles voorbij. Van 'gewone' auto's tot grote (polyester) boten en van motoren tot bedrijfsbussen en campers.

"Tot nu toe werd eigenlijk nooit rekening gehouden met mensen met een kleine portemonnee"

Tot slot moeten we 'm stellen, die kritische vraag. Want bij een budget carwash rijst het vermoeden dat ergens wordt bezuinigd. Dus, hoe zit het met de kwaliteit van de spullen? "Ons wasmiddel is het bekendste product (Riwax) van Nederland. Beter is er niet. En wat de wasstraat zelf betreft, die is zo goed als nieuw. De vorige eigenaar had net 100.000 euro geïnvesteerd in borstels, machine en een nieuwe kettingbaan", aldus Shelina die tot slot verwijst naar de social mediakanalen Facebook en Instagram waar allerlei mooie (kortings)acties worden aangekondigd.

WasMij
Kievitstraat 2b
8262 AD Kampen
www.wasmij.nl
info@wasmij.nl
Telefoon (038) 20 03 040



De WasMij Budget Carwash aan de binnenkant.

Activiteiten in de regio



Alles
voor uw **veiligheid**

- Advies, levering, onderhoud en inspecties
- Verbanddozen
- AED's
- Brandbestrijdingsmiddelen
- Noodverlichting

Cursussen
BHV, (kinder)EHBO, Reanimatie, Stop De Bloeding

Ideaal instructies ontzorgt u in uw volledige veiligheidspakket

Ideaal instructies

Spoorstraat 51a
8271 RG IJsselmuiden
Tel. (038) 870 03 76

www.idealoinstructies.nl



KOOPAVOND MET DE PIETENBAND

Kom gezellig Sinterklaasinkopen doen tijdens de koopavonden. De pietenband maakt er een feestje van en op **24 november** en **1 december**! Geniet van de muziek, en wie zoet is krijgt natuurlijk lekkers...Wist je dat Sint ook al zijn cadeautjes het liefst in Kampen koopt? Gewoon omdat hier de leukste cadeautjes te vinden zijn. Kom gezellig winkelen tijdens de koopavonden!



STADSGEHOORZAAL: TINEKE SCHOUTEN

Vrijdag 1 december 2023 - (20:15 - 22:00) Tineke bruist van energie en heeft nog volop inspiratie voor haar 26ste theatershow. Ruim 40 jaar lang is zij een unieke en constante factor in het Nederlands theaterlandschap. Nieuwe sketches, afgewisseld met mooie liedjes en nieuwe persiflages. Boek je tickets via Stadsgehoorzaal Kampen



KAMPEN ZINGT KERST EDITIE

Zondag 10 december 2023 - (19:00 - 20:00) Samen zingen in de bovenkerk o.l.v. Jan Quintus Zwart en organist Gerwin van der Plaats. In de Bovenkerk is het zingen op het mooist. Geniet van bekendste kerstliederen in de mooiste locatie van Kampen. Vrij toegang. Welkom!

BEZORGBERS GEZOCHT

Maandelijkse
editie



6 dagen
om uit te
lopen

**OPZOEK NAAR EEN FLEXIBELE
BIJBAAN? Meld je bij ons aan!**

Wij zoeken voor jou de dichtsbijzijnde woonwijk!

Scan de QR code en neem contact met ons op.

Of mail naar info@denisign.nl

DeniSign



door Visit Kampen

www.visitkampen.nl/evenementen



Binnenkort in ons theater!

30 nov



Wibi Soerjadi

Wibi Soerjadi zit dit jaar veertig jaar in het vak en dat viert hij met een jubileumconcert. Met alle hoogtepunten uit zijn carrière: van het eerste stuk dat hij als kind speelde tot het repertoire van nu.

12 dec



Nederlandse Bachvereniging

Het grote kerstconcert is Magnificat! Met dirigent Alex Potter in de prachtige Bovenkerk. Deze muzikale route van donker naar het licht leidt zowel langs de verwachting van advent als de vreugde van Kerst.

14 dec



GROOVE

Een swingend dansconcert van The Ruggeds en Ghetto Funk Collective. James Brown, Aretha Franklin en Marvin Gaye: je maakt alles mee. Van funk en soul tot aan hiphop, house en alles daartussenin.

16 dec



De Notenkraker

De ultieme kerstvoorstelling voor de hele familie. Onvergetelijk klassiek ballet van International European Ballet. Een virtuoos, jong balletgezelschap met 35 topdancers uit alle werelddelen.

bekijk het hele programma en bestel kaarten
via stadsgehoorzaalkampen.nl of scan de QR code



stadsgehoorzaal



Met livemuziek en Kunst- en Kerstmarkt 15, 16 en 17 december in Zwolle

Midwinter Spooktocht op zoek naar de trol

Op zaterdag 16 en zondag 17 december komt de eeuwenoude IJslandse legende van de trol Grýla tot leven tijdens een griezelige en spannende theatrale spooktocht in Zwolle. Dit monster leeft in de IJslandse bergen met haar dertien kerstkerels. Als Kerstmis nadert, komt Grýla uit de bergen op zoek naar stoute kinderen die zij in de zak stopt, om later te kunnen opeten.

Midwinter is de donkerste tijd van het jaar. Volkeren in de hele wereld staan in deze midwinterperiode met verhalen, vuur en lekker eten stil bij de kortste dagen van het jaar, waarin de zon even is bevroren aan de hemel. Ook in Zwolle kan het publiek deze bijzondere periode vieren.

Storytelling, theater en muziek

Het publiek wandelt tijdens Midwinter Spooktocht in groepen een spannende tocht door onheilspellende stegen en donkere kelders in de Zwolse binnenstad. Er zijn tochten op de middagen en avonden. Met verhalen, theater en muziek worden het oeroude monster Grýla en haar kerstkerels tot leven gewekt. De Midwinter Spooktocht wordt gespeeld en verteld door een aantal verhalenvertellers samen met vele amateurspelers. Met een 'escape' in de laatste scène.

Winterwarmte met livemuziek

Het publiek kan opwarmen en napraten in de sfeervolle circustent bij het vertrek- en aankomstpunt van de Midwinter Spooktocht: het Grote Kerkplein. Voor de gelegenheid is het plein omgedoopt tot Winterwarmte. Hier staan warme chocolademelk en glühwein klaar en brandt een heerlijk vuurtje. De tent heeft een doorlopende livemuziek-programmering met bandjes. Een fijne plek voor een goed gesprek of een dansje. Het muziekprogramma in de tent is er niet alleen zaterdag en zondag, maar ook al op de vrijdagavond.

Kunst- en Kerstmarkt

Om de tent op het Grote Kerkplein en langs de Luttekestraat kan het publiek zaterdag en zondag genieten van de Kunst- en Kerstmarkt. Daar wordt werk tentoongesteld van lokale en regionale kunstenaars en creatieve makers, smult het publiek van typische kerstversnaperingen en zijn bijzondere

decoraties te koop om huis en tuin in kerstferen te hullen. Er is een spooktocht voor 12+ en volwassenen en een spooktocht voor kinderen tussen 4 en 12 jaar. Programma en tickets via www.zwolleunlimited.nl/spooktocht.

Productiehuis De Verhalenboot

De Midwinterspooktocht is bedacht en gemaakt door het artistieke en het productieteam van Productiehuis De Verhalenboot. De tocht staat onder regie van de Zwolse verteller en regisseur NinaDis Meeuwssen, zelf van IJslandse afkomst. De organisatie van de spooktocht is een samenwerking met de ondernemers in de Zwolse binnenstad, verenigd in het ZwolleFonds. Festivalplatform Zwolle Unlimited is medapartner van het evenement.

Goud en smeerolie

Vele tientallen vrijwilligers zorgen ervoor dat het publiek onbezorgd kan genieten. Er zijn nog wat helpende handen nodig. De bemanning van de bar, de begeleiding van de routes, de op- en afbouw, de vuurtjes, de backstage verzorging en nog veel meer, worden gedaan door de vrijwilligers. Zij zijn het goud en de smeerolie.

Plein Winterwarmte (Grote Kerkplein) - aankomst en vertrekplek spooktochten

Vrijdag 15 december

20.00-00.00 uur

Livemuziek in de tent

Zaterdag 16 december

14.00 - 00.00 uur

Spooktochten en livemuziek

12.00 - 22.00 uur

Kunst- en Kerstmarkt op het Grote Kerkplein

12.00 - 18.00 uur

Kunst- en Kerstmarkt in de Luttekestraat

Zondag 17 december

14.00 - 00.00 uur

Spooktochten en livemuziek

12.00 - 22.00 uur

Kunst- en Kerstmarkt op het Grote Kerkplein

12.00 - 18.00 uur

Kunst- en Kerstmarkt in de Luttekestraat



Wie durft achter Grýla aan te gaan? Foto via Zwolle Unlimited



ZENNA

VUURWERK

VUURWERK KOPEN DOE JE BIJ IJSSELMOTOREN IJSSELMUIDEN



Online bestellen is al mogelijk

 <p>Future Aurora 144 schots compoand</p> <p>€ 165,00</p>	 <p>Zena Crackling Willow 30 schot crackling rook</p> <p>€ 85,00 € 59,95</p>	 <p>Multi Shooter</p> <p>€ 35,00 € 22,95</p>
---	--	--

Ijsselmotoren Ijsselmuiden - Spoorstraat 33 - 038 332 3330

Gedenksteden Oude Raadhuisplein verhuizen naar binnentuin Hof van Breda

Op het Oude Raadhuisplein bij de Nieuwe Toren (voorheen Koeplein) liggen in de bestrating stenen met namen van markante Kampenaren. Een initiatief van de Kamper Persclub. Door activiteiten op het Oude Raadhuisplein raken gedenksteden beschadigd. Op verzoek van de Kamper Persclub is besloten de stenen te verplaatsen naar een andere locatie, het Hof van Breda.

Hof van Breda is een openbare binnentuin in de binnenstad van Kampen, aan de Marktsteeg. Bewoners rond het Hof van Breda zijn met het idee gekomen om de stenen te verplaatsen naar de binnentuin.

Wethouder Erik Faber: "Er kwamen op het juiste moment dingen samen. Bewoners van het Hof van Breda waren al met de gemeente en deltaWonen in gesprek over aanpassingen van de binnentuin. Daarbij wilden zij ook aandacht geven aan bekende Kampenaren. Zo ontstond bij hen het idee om de stenen een mooie plek te geven in deze openbare binnentuin. De Kamper Persclub en wij zijn enthousiast over deze plek en werken hier dan ook graag aan mee."

In het Hof van Breda is al een buste van Henk van Ulsen aanwezig en een gedicht van Ida Gerhardt op een gasplaat. De Kamper Persclub wil met een steen personen eren die kleur gaven aan de Kamper samenleving. De gedenksteden

passen daarom goed op deze plek.

De eerste stenen werden geplaatst in 1981, ter herinnering aan Klaas Schilder, Klaas Kruihof, Hans Wiersma en Zwerina Hendriks. Daarna kwam iedere twee jaar een steen erbij. Inmiddels liggen op het Oude Raadhuisplein 21 gedenksteden.

Planning

De gedenksteden worden uit het Oude Raadhuisplein gehaald en gaan naar een steenhouwer. De gaten worden dicht gestraat. De steenhouwer zal de gedenksteden deze winter restaureren.

In het voorjaar 2024 krijgen de stenen hun plek in het Hof van Breda.



Foto: Gemeente Kampen

Maatschappelijk Energiecoöperatie Ijsseldelta zoekt energieke bestuursleden!

In 2021 is de Maatschappelijke Energiecoöperatie Ijsseldelta (MECIJ) ontstaan vanuit de Gebiedscoöperatie Ijsseldelta. Met als hoofdmotto het gebied de Ijsseldelta in 2050 energieneutraal. Op dit moment is de energiecoöperatie op zoek naar nieuwe enthousiaste bestuursleden om de Ijsseldelta te voorzien van duurzame energie. Ben jij iemand die zich graag wil inzetten voor de vitaliteit, kwaliteit, duurzaamheid en het milieu van de Ijsseldelta, dan zijn wij op zoek naar jou!

De MECIJ is nauw verwant aan de Gebiedscoöperatie Ijsseldelta (GCIJ). Beiden zetten zich in voor de kwaliteit van en de leefbaarheid in het gebied. De energiecoöperatie wil haar specifieke bijdrage leveren door de opwek van hernieuwbare energie te vergroten en de financiële opbrengsten te delen in het gebied.

"De opgave rondom duurzaamheid & energie is zo groot, dat we dit niet alleen kunnen oppakken. Samenwerking met dorpsverenigingen, met het bedrijfsleven en overheden zijn nodig om via een gebiedsaanpak samen het verschil te maken. Ondernemers en overheden zijn op zoek naar samenwerkingsvormen om de productie en het gebruik van duurzaam opgewekte energie bevorderen. Welke mogelijkheden daarvoor het meest geschikt zijn, hangt ook mede af van de kansen die het landschap, 'De Delta' ons biedt. Samen met de betrokken gebiedspartijen wil de GCIJ overgaan tot actie, omdat wij de urgentie van klimaatverandering onderschrijven en inzien."

Op dit moment bestaat de MEC Ijsseldelta uit



twee personen. Met als voorzitter André Klumpje en als penningmeester Freek Nabers. De nood ligt erg hoog.. Zij zijn bij diverse projectactiviteiten betrokken. Zo zijn zij gestart met het realiseren van zonnepanelen op basisschool Het Visnet in Grafhorst. Daarnaast wordt er hard gewerkt aan het realiseren van een twaalf hectare zonnepark aan de Hagendoornweg in Ijsselmuiden. Wat betreft windenergie, in het kader van participatie is er belangstelling naar vormen van samenwerking met de MECIJ als het gaat om grootschalige windenergie. "Zowel de gebiedscoöperatie als de energiecoöperatie worden gedragen door een

mooie club mensen en organisaties die zich graag inzetten voor het gebied de Ijsseldelta. Wij hebben de mogelijkheid om met verschillende partijen samen te werken. Zo werken wij samen met de provincie Overijssel en de gemeenten Zwolle, Kampen en Zwartewaterland. Gemeenten betrekken ons graag bij projecten, omdat wij als coöperaties samenwerken met onder andere verschillende dorpsverenigingen, terrein behorende organisaties, landbouworganisatie en watersportverenigingen. Hierdoor kunnen wij een groot draagvlak creëren door het inzetten van participatie bij de verschillende projecten. Hierdoor vergaderen we geregeld en

kunnen we een breder visiebeeld trekken van wat er nodig is en wat er moet gebeuren op het gebied van vitaliteit, leefbaarheid, duurzaamheid en milieu. Om dit allemaal te kunnen blijven doen zijn wij op zoek naar jou!", aldus André Klumpje.

Lijkt het jou ook leuk om je maatschappelijk hart te laten gelden bij de MEC Ijsseldelta, dan kunt u contact opnemen met Andre Klumpje telefoonnummer: 0628655684 of mailen kan naar a.klumpje@gcijsseldelta.nl. Voor meer informatie kun je ook altijd kijken op de website van <https://mecijsseldelta.nl/>



Waar verblijf jij?

#Tuinverblijf Maggy



www.gardenbuildings.nl

Marsweg 1a, 8013 PD Zwolle

Foodtrailer huren



€ 170,-

€ 5,00 p.p. voor het arrangement + prijs ex BTW

-  2 uur, incl personeel
-  Onbeperkt friet & snacks




Reserveren? 0616084024 | jesscallier@hotmail.com

DE BROOD BARISTA



De beste koffies in de stad, heerlijk ontbijt, belegde broodjes en zelfgemaakt gebak.

Scan mij om al dit lekkers te vinden!



Al onze producten kunnen ook To-Go

Botermarkt 5 | 8261 GR Kampen | www.debroodbarista.nl



Kerst, de gezelligste, mooiste en sfeervolste tijd van het jaar!

De meeste mensen brengen kerst het liefst door met vrienden en familie. Het huis moet er dan ook op z'n mooist bij staan maar dit kan soms nog wel een uitdaging zijn... Hierbij een aantal schitterende kersttrends van 2023

De traditionele kersttrend

Ben jij een type die echt van de traditionele warme kerstdagen houdt, er al maanden naar uit kijkt en eigenlijk vorige maand de kerstboom al wel wou opzetten? Dan moet je dit jaar weer voor de traditionele kersttrend gaan! Zo staan rode kleuren echt prachtig in jouw boom! Verder kun je gebruik maken van de kleuren goud, wit en groen. Ook kunnen ouderwetse ornamenten het net even maken. Kies bijvoorbeeld voor een auto, vogelhuisje of kerstman. Dit maakt jouw kerstboom echt eigen en speciaal.

De Sterren kersttrend

Hoefte het van jou niet al te gek maar houd je wel van natuurlijke materialen en kleuren. Kies dan voor de sterren kersttrend in jouw boom en daarbuiten! Jij houdt echt van bruin, crème en papieren materialen. Zo heb je sterren voor in de boom, maar heb je ook verschillende maten sterren, om op te hangen in bijv. je voorraam. Dit zal echt een plaatje zijn, voor binnen en vanuit buiten gezien. Wil je nou ook voor het kerstdiner je tafel prachtig aankleden? Dan staan de serene kleuren en materialen heel sfeer

op jouw tafel. Kies bijvoorbeeld voor een natuurlijk servies met rotan onderzetters, naturel accessoires en niet te vergeten de papieren sterren door trekken op jouw kersttafel. Zo krijg je een rustige eenheid in jouw kerstinterieur.

De roze chique kersttrend

Ben jij echt een romantikus en houd je van alles wat zoet is? Dan is deze trend zeker voor jou! Bij deze trend mogen de kleuren zacht- en oudroze, brons en champagne zeker niet ontbreken. Verder maken de glitters, zachte materialen, glas en papier het zeker een winter wonder plaatje!

Vergeet niet de zoete ornamenten zoals donuts, zuurstokken en cup cakes in jouw boom. Ook deze trend is mooi om door te trekken in de woonkamer. Denk bijvoorbeeld aan glitter waxinelicht houders, verschillende velvet lichte kleuren kerstballen op een plateau met kaarsen en een heerlijk zachtroze plaid over jouw loungebank.

Tip van mij!

Vergeet niet dat het **black Friday** is aankomend weekend, sla je slag om jouw kerstinterieur samen te stellen!



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

* Geldig van donderdag 23 t/m 27 november 2023.
Vraag naar de voorwaarden in de winkel.

IT'S BLACK FRIDAY
WEEKEND

21% btw vrij
op ALLE gordijnen



Bekijk ook onze nieuwe collectie
isolerende stoffen
Zo bespaart u dubbel op!

KLOPPENBURG
INTERIEUR



VELDOVEN 9 - 8271 RT IJSSELMUIDEN

Bos Bedden

Droom bedden



Black Friday
Cadeaus oploopt

€ 100,-

Bedtextiel cadeau!

Bij een besteding van
€ 1.000 - €2.000

€ 200,-

Bedtextiel cadeau!

Bij een besteding van
€ 2.000 - €4.000

3.000 m²
Nieuwleusen

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

Zondags gesloten
Iedere vrijdag koopavond



PROFITEER op

BLACK FRIDAY acties



* Actie geldig van 20 t/m 28 november
* niet i.c.m. met andere acties

Nieuwleusen  

www.bosbedden.nl

3.000 M2
showroom
vol beleving
en inspiratie

ack
day

pend t/m € 350

00,-

el cadeau!

steding van
- €3.000

€ 350,-

Bedtextiel cadeau!

Bij een besteding van
€ 3.000 of meer

ok van andere
ties in onze winkel!

ek
Eastborn
auping
met liefde

PUR
Mline
Slaap wel. Move better.
PULLMAN

bedden.nl

Instagram Facebook Nijverdal



3.000 m2
Nijverdal

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

Zondag en maandag gesloten
ledere vrijdag koopavond

Werken bij PGVZ

Ga jij aan de slag als

- Huishoudelijke hulp?
- Coördinerend Wijkverpleegkundige?
- Coördinerend Ambulant Begeleider?
- Chauffeur geWOON! (**vrijwillig**)?



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!



Nieuw woonproject De Bogaard



In IJsselmuiden is PGVZ gestart met een nieuwe woonvorm: De Bogaard. De Bogaard bestond al, maar de voorgaande bewoners van De Bogaard zijn verhuisd en de woning is volledig gerenoveerd. De woonvorm is al van start gegaan en er wonen al een aantal bewoners.

De Bogaard in IJsselmuiden biedt een gezellig thuis voor 9 bewoners en één logé, gelegen in een rustige woonwijk. Hier deel je een keuken en huiskamer met medebewoners, terwijl je beschikt over je eigen comfortabele zit-slaapkamer met eigen douche en toilet. Deze plek is ideaal voor mensen met een verstandelijke beperking die wat begeleiding nodig hebben maar ook waarde hechten aan momenten van zelfstandigheid. Je kunt genieten van gezamenlijke activiteiten zoals koken en eten met je huisgenoten, maar als je liever alleen wilt dineren op je eigen kamer, is dat ook mogelijk.

Overdag kun je naar je werk, dagbesteding gaan of enkele uren zelfstandig thuis blijven, eventueel in het gezelschap van andere bewoners. Begeleiding is beschikbaar vanaf 15.00 uur 's middags tot 10.00 uur de volgende ochtend. Om bij De Bogaard te kunnen wonen, heb je een indicatie nodig,

Hier vind je niet alleen een comfortabel thuis, maar ook de ondersteuning die je nodig hebt om een zelfstandig leven te leiden.

Benieuwd naar wonen in de Bogaard?

Bel dan met PGVZ op 038 333 1794 of stuur een mailtje naar bemiddeling.isp@pgvz.nl



Catootje aan de Botermarkt is veel meer dan een damesmodewinkel

Ontdek jouw favoriete geurnoot en laat daarna jouw eigen parfum tappen

door Rudi Bultenkamp

Ben jij een liefhebber van een fruitige geur? Of kunnen we je beter in de categorie 'houtig' scharen? Of ben je juist altijd op zoek naar bbemig of fris? Nee, dit is geen artikel over de geurnoten van wijn, maar over de geumoten van parfum. Raak je nu in lichte paniek omdat je niet goed weet wat jij een prettige geur vindt? Bij Catootje aan de Botermarkt word je met vijf vragen op een tablet begeleid in jouw afwegingen. Hoe fijn is dat!

Catootje aan de Botermarkt, dat is toch die damesmo dezaak? Klopt helemaal! Dameskleding is nog steeds het belangrijkste item in de knusse, sfeervolle winkel die in de loop der jaren mooie zijsprongen heeft gemaakt richting lifestyle. Denk aan houten horloges (van sandel- of walnoten hout), tassen en sieraden. "Het maakt de winkel extra aantrekkelijk en de drempel lager", vindt Angélique Kale, sinds 1990 eigenaar van de winkel aan het mooie plein in hartje Kampen.

Sinds twee jaar is achter in de winkel een fraaie wand met parfum gecreëerd. Wat opvalt, is het ontbreken van elke vorm van marketing op de flesjes. Geen merken en ook niet die prachtige titels van vrouwengeuren als 'Pure Passion', 'Chance' of 'L'interdit'. Toch verkoopt ze wel degelijk de **grote namen en bekende parfums**. "We verkopen het alleen onder een nummer en dat correspondeert met een bepaalde geurtoon. Als consument betaal je dus niet voor al die marketing."

Dankzij de samenwerking met TapParfum kan

Catootje aan de Botermarkt dezelfde geuren voor een lagere prijs aanbieden. Ideaal voor een cadeau in de feestmaand december! Zeker als je weet dat er sprake is van een uitgebreide collectie met meer dan honderd geurnoten. Alles is verkrijgbaar in flesjes van drie formaten. Weet je zeker de juiste keuze te hebben gemaakt, dan kun je kiezen voor een grotere fles. Twijfel je nog en wil je wat uitproberen, dan neem je het kleinste formaat. "Is het flesje leeg, neem het mee naar de winkel en ik tap het hier weer vol voor je."



"Is het flesje leeg, neem het mee naar de winkel en ik tap het hier weer vol voor je."

Ook voor heren

Overigens hoeven de heren niet meer ongeduldig buiten te wachten totdat hun partner is



Foto: Angélique Kale, sinds 1990 eigenaar van de winkel.

uitgesloopt. Ook de mannen vinden bij Catootje al hun favoriete parfums. "Al is het toch wel vaak de vrouw die een lekker geurtje voor de man koopt", stelt Angélique terwijl ze aangeeft dat het ook een leuk cadeau is om een leeg flesje in te pakken en dat vergezeld te laten gaan van een waardebon. "Dat is toch hartstikke leuk voor de feestdagen?" Over de feestdagen gesproken, de dames die zichzelf deze winter nog in het nieuw willen steken, doen er goed aan om even bij Catootje binnen te wandelen. Er is een ruime keuze van veelal Nederlandse en Deense

merken. "Mooie kwaliteit met een aantrekkelijk prijsniveau (middensegment), het is tijdloos en toch doen we zeker mee met de mode. Dit winterseizoen zie je veel kleuren, bruin en acru. Verder is er de ribstof, de lederlook en stofjes die lekker en aabaar aanvoelen."

**Broederstraat 19
8261 GN Kampen
www.catootjeaandebotermarkt.nl
catootje1990@gmail.com
Telefoon (038) 33 33 034**

'Het sociale aspect was in mijn vak lang wat onderbelicht'

Notaris Karst Beens staat graag dicht bij de mensen

door de redactie

Op de grens van de binnenstad van Kampen zetelt Notariskantoor Beens. Veel mensen uit de stad en het omliggende gebied weten hun weg daarnaartoe te vinden, voor alle mogelijke levensgebeurtenissen. Zoals samenwonen, een huwelijk of geboorte maar ook minder feestelijke zaken als overlijden of een scheiding. "De laatste tijd hebben veel mensen behoefte aan het opstellen van een levenstestament."

Bij een notaris denken sommige mensen nog aan een wat stijf, afstandelijk persoon. Misschien is dat intussen achterhaald, in elk geval voldoet Karst Beens niet aan dat beeld. Hij zegt: "zeg maar je en jou tegen me" en steekt ra de vraag hoe hij notaris is geworden, meteen van wal. "Ik wist al jong welk beroep ik later wilde uitoefenen. Meerdere familieleden van mij hebben rechten gestudeerd, misschien dat die wens daardoor is ontstaan. Ook ik ben dus rechten gaan studeren, aan de Universiteit Utrecht. Na mijn afstuderen heb ik de aanvullende studies voor notaris gevolgd en meerdere jaren verplichte praktijkervaring opgedaan." Dit bracht de geboren Genemuidenaar onder meer in het Haagse Benoordenhout en later bij de Zwolse praktijk Elzerman, waar hij kandidaat-notaris was. "Met het starten van een eigen kantoor heb ik twintig jaar gewacht, onder andere door de financiële crisis en doordat ik een tijd heb gefreelancet om mijn eigen stijl te ontwikkelen."

Tien personen

In juli vorig jaar nam Beens de Kampense praktijk over van Hil Herweijer, die met pensioen ging. "Ik ben de enige notaris hier in het kantoor, maar er werken nog negen andere mensen. Zij hebben hun

eigen ondersteunde taken en bereiden onder andere zaken voor. Maar ik doe zelf ook een deel van dat voorbereidende werk: schrijf bijvoorbeeld akten, testamenten en dergelijke. Het leukste aan dit werk vind ik de combinatie van meewerken met alles en het op kantoor ontvangen van mensen. Al heb ik me wel iets verkeken op de drukte." De zaken gaan dus voorspoedig. Beens heeft zich gespecialiseerd in familierecht. "Dat vind ik ook het leukst. Samenlevingscontracten, erfenissen, scheidingen, testamenten, geboortes. Ja, zonder geregistreerd partnerschap of huwelijk is het verstandig om zaken als voogdij voor je kind goed te regelen. Daar kom je achter in het geval van een scheiding of overlijden. Soms rond ik een zaak van a tot za, een andere keer blijft het meer beperkt tot het opstellen van documenten. Het werk op dit kantoor is heel afwisselend."

Sociaal

Maar om welk onderwerp het in een zaak ook gaat: cliënten hoeven niet bang te zijn dat ze geconfronteerd worden met een stortvloed aan voor een leek onbegrijpelijke juridische zinnen. "Ik houd niet van hoogdravend taalgebruik. Dat schept afstand en kan ertoe leiden dat mensen niet begrijpen waar ze straks hun handtekening onder zetten. Ik wil juist dicht bij de mensen staan en leg de juridische termen echt uit." Bij zaken als een hypotheekoverdracht van een woning krijgt Beens meestal opgetogen mensen aan tafel, hoe anders is dat bij een erfenis of scheiding. "Daar moet je mee om kunnen gaan. Tijdens mijn studie aan de universiteit en ook bij de beroepsopleiding tot notaris was er helaas weinig aandacht voor het sociale aspect, maar gelukkig komt daar de laatste tijd wat verandering in." In zijn contacten met cliënten merkt Beens een verschil met de mensen in het Haagse. "Ik kwam daar terecht via een vriendin met de bedoeling er een jaar te werken. Maar het werden er acht. Ik deed veel

zaken voor expats met internationaal recht. Maar het was altijd mijn wens naar Kampen te gaan. Daar gaat het er iets gemoedlijker aan toe. Ik woon overigens in Zwolle, zo kan ik zakelijk en privé gemakkelijker gescheiden houden."

Er worden aan notarissen veel eisen gesteld, ze krijgen immers vertrouwen van hun cliënten.

Koninklijke handtekening

Notaris word je niet zomaar. Je moet aan een hele hoop kwalificaties voldoen, zoals niet chantabel of beïnvloedbaar zijn. "Voor je beëdigd wordt, word je dan ook beoordeeld door verschillende commissies en 'doorgezagd' door een psycholoog. Als je overal goed doorheen bent gekomen, moet je bij de rechtbank een eed afleggen en pas daarna word je benoemd bij Koninklijk Besluit. Inderdaad, met een handtekening dus van het staatshoofd." Dit alles is zo geregeld om het notarisak integer en zuiver te houden. "Tijdens de financiële crisis hebben sommige collega's in den lande een graai uit de beheerde gelden van derden gedaan. Daarna zijn de normen nog strenger geworden. En dat is niet voor niets. Een notaris krijgt vertrouwen van zijn of haar cliënten en die moeten er honderd procent zeker van kunnen zijn dat daar geen misbruik van gemaakt wordt."

Regie nemen

Niet alleen zaken rond familierecht komen op Beens' bureau terecht maar ook die van woningoverdracht en hypotheek en zaken rond ondernemingen. En akten rond het Rijksvastgoed in de regio worden vaak door Beens behandeld. Maar ook iets heel anders, namelijk het overlijden van een dame van bijna honderd die



Karst Beens heeft zijn eigen stijl als notaris ontwikkeld.

helemaal niemand meer had, kwam op zijn bordje. "Het geeft me een goed gevoel dat ik haar zaken toch nog netjes heb kunnen afwikkelen." En dat brengt Beens bij de recente grotere vraag naar een levenstestament. "Ik merk dat meer mensen daar nu behoefte aan hebben. In zo'n document leg je van alles vast voor als je ooit bijvoorbeeld minder wilsbekwaam mocht worden, zelf niet meer in staat bent om beslissingen te kunnen nemen. Daarmee kun je een bewind of mentorschap, met soms heel vervelende situaties en boetes, voorkomen. In zo'n levenstestament kun je mensen machtigen om zaken voor je te regelen, als in een soort draaiboek. Vooral zestigplussers komen daarvoor naar me toe. Met een levenstestament houd je de regie in eigen handen."

**Notariskantoor Beens
Meeuwenweg 17 8261 VZ Kampen
Tel. (038) 333 70 51
E-mail: info@notariskantoorbeens.nl**

Ook een stoere hond kan bang zijn voor vuurwerk

Neem nu Boef, een hele stoere hond. Boef houdt allerminst van het geknal tijdens de jaarwisseling.

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

Tips voor oudjaarsavond zelf:

- Laat uw huisdier niet alleen op deze avond. Zorg voor een plek waar uw huisdier zich veilig voelt, bv. Een bench met een deken er overheen.
- Ga alleen met uw hond op oudejaarsdag naar buiten om even kort uit te laten.
- Probeer de rustige momenten van de dag op te zoeken.

Laat de hond altijd aangeliind uit. Het mooiste is om die dag even naar het bos te gaan, daar is geen vuurwerk en kan de hond toch zijn energie kwijt.

- Leidt uw hond rond middernacht af door te spelen, bijv. door zoekspelletjes te doen of een voertal cq kluit te geven.
- Katten verstopten zich vaak. Laat uw kat dan met rust. Houd katten binnen, sluit het kattenluik af.
- Doe ramen deuren en gordijnen dicht.
- Zet radio of TV aan.
- Zorg dat hond of kat gechipt is voor die tijd en de gegevens van de chip kloppen bv als u verhuist bent.

Voor de zeer angstige hond of kat gaan deze goede bedoelde tips niet werken. U moet dan eerder aan de slag bv. met training (noot in een groep) en/of medicatie. Met sommige medicatie moet u al 4 weken van tevoren beginnen. Houd daar rekening mee! Mocht u na het lezen van dit artikel nog vragen hebben, neem dan gerust contact met ons op. 038-4771951 of mail naar info@dapzw.nl

Alvast een goede jaarwisseling voor u en uw huisdier toegewenst



TON & FEMKE
DIERENARTSENPRAKTIJK
ZWOLLE ZWARTEWATERLAND

Een winterparadijs in uw eigen achtertuin, samen met Woning Sierbestrating

Terwijl de zon heeft plaatsmaakt voor de warme kleuren van het najaar, kunnen we niet anders dan denken aan de veranderingen die we in onze tuinen willen aanbrengen om voor de winter helemaal klaar te zijn. Met meer dan 25 jaar ervaring in sierbestrating weten we als geen ander hoe we uw dromen werkelijkheid kunnen maken. Ons deskundige team staat klaar om u te inspireren en te begeleiden bij het creëren van een herfst of winterparadijs in uw eigen achtertuin. Of u nu op zoek bent naar prachtige herfstkleuren, gezellige buitenruimtes om van warme dranken te genieten, of unieke tuinaccenten, ons uitgebreide assortiment tuinartikelen biedt alles wat u nodig heeft.

Tuinontwerp

Woning Sierbestrating biedt u een breed en divers assortiment bestratingsmaterialen voor uw tuin. 'Denk daarbij aan natuursteen, getrommelde materialen, betontegels, gecoate tegels, keramiek en gebakken materialen. "Wij zijn leverancier van onder andere Terras & Trends, Excluton, Tuinvisie, MBI, Kijlstra, Marlux, Michel Oprey, Wienerberger en zo nog veel meer". Woning Sierbestrating werkt al jaren nauw samen met verschillende hoveniersbedrijven op het gebied van tuinen en tuinontwerpen om zo een complete tuin te kunnen leveren.

Service en advies

Richard en Mitchell laten de klant graag diverse mogelijkheden zien en dragen ideeën en opties aan.

'We zien graag dat iemand jarenlang plezier heeft van zijn tuin en nemen dan ook alle tijd om onze klanten te adviseren hierin' Heeft u echt nog geen idee wat u wilt, dan kunt u ook geheel vrijblijvend een afspraak maken, zodat wij zeker weten dat wij op dat moment alle tijd voor u hebben". Woning Sierbestrating beschikt over vakkundige en gemotiveerd personeel die het werk keurig uitvoeren.



Woning Sierbestrating

Woning Sierbestrating
Eckertstraat 4,
8263 CB Kampen
T 038-3333011
0625056571

richard@woningbestrating.nl
www.woningsierbestrating.nl

10 daagse Stuntverkoop van start

Bij Koops Bedden in Wezep

De komende 10 dagen is er bij koninklijk onderscheiden Koops bedden aan de rondweg 72 te Wezep weer een unieke stuntverkoop!

"Wij hebben op de showroom heel veel artikelen afgeprijsd met 50% korting, echt ongekend!" zegt Ente Bosma. Wij hebben bijvoorbeeld heel veel matrassen in diverse hardheden en maten en in diverse soorten zoals latex, pocketvering en traag schuim-matrassen in de showroom. Verder heel veel showroom modellen boxsprings in zowel vlakke als elektrisch verstelbaar, diverse ledikanten en kasten.

Heel veel bed textiel zoals dekbedvertrekken, dekbedden, kussens, hoesakens, moltons, plaids, badjassen en veel accessoires met 50% korting! Verder hebben we tijdens de eerste week van de stuntverkoop op alle artikelen van Auping: 20% korting, en van het merk Tempur op de traag schuim matrassen: 300 tot 600,- euro korting bij aanschaf van een nieuw matras.

Dit zijn de spelregels:

- 1: Op alle aanwezige matrassen en toppers in de showroom: 50% korting!
- 2: Op alle showroom modellen boxsprings, ledikanten, kasten voorzien van een grote kaart: 50% korting!
- 3: Op alle aanwezige dekbedden en kussens op de showroom: 50% korting!
- 4: Op alle aanwezige bed textiel in de grijze bakken: 50% korting!
- 5: Heel veel accessoires zoals vloerkleden, lampen, kastjes, badjassen enz. met sticker: 50% korting!

Alles uiteraard van top kwaliteit en voorzien van goede garanties en service die u van een koninklijk onderscheiden bedrijf mag verwachten. Wees er snel bij want: op=echt op! Speciaal voor deze stuntverkoop hebben wij extra koopavonden.

Op woensdag 22 november een extra koopavond tot 9 uur, op 24 november en op 1 december. I.v.m. de drukte kan het zijn dat wij telefonisch slecht bereikbaar zijn. Stuur dan een mail naar: info@koopbedden.nl of spreek de voicemail in (038-3761212). Wij nemen dezelfde dag nog contact met u op.

Verder zijn wij geopend op maandagmiddag van 13.30 tot 17.30, di/wo/do/ van 9.30 tot 17.30 en zaterdag tot 17.00 uur. Zondags gesloten.




HARTJES SCHOENEN
KOM LANGS BIJ KRISMAN EN ERVAAR!

EXTRA LICHT IN GEWICHT
ZACHTE MATERIALEN
MEERDERE BREEDTEMATEN
GESCHIKT VOOR STEUNZOLEN

FOR SHOE LOVERS
HARTJES
UIT DOSTENRIJK

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

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



Nieuwe borstkankerprocedure Isala

Voorheen werden bij een uitzaaing van borstkanker in de lymfeklieren altijd alle okselklieren verwijderd. Deze ingreep leidde vaak tot klachten als een gezwollen arm, beperkingen van de schouder en pijn. In 2016 introduceerde Isala de zogeheten TAD-procedure. Die behandelingsmethode is uiterst effectief, zo blijkt uit onderzoek binnen Isala. 'Dankzij TAD is het aantal vrouwen bij wie alle okselklieren verwijderd worden met 84 procent gedaald.'

TAD staat voor targeted (doelgericht), axillary (oksel) en dissection (verwijdering). Deze procedure begint met echografisch onderzoek van de oksel en afname van wat weefsel. Als een lymfeklier een uitzaaing bevat, wordt deze gemarkeerd met een radioactief jodiumzadje. Na voorbehandeling verwijdert de chirurg de gemarkeerde klier. Dit gebeurt vaak samen met de operatie van de borst. Deze procedure wordt gecombineerd met het verwijderen van de schildwachtklier. "De combinatie van het verwijderen van de jodium-gemarkeerde klier en schildwachtklier noemen we TAD", verduidelijkt Maarten Beek, chirurg-oncoloog en supervisor van de onderzoekers. "Isala was een van de eerste ziekenhuizen die deze techniek op grote schaal toepasten. Hierdoor hebben we de mogelijkheid én ook de plicht om onze resultaten te delen."

Enorme database

Omdat de TAD-procedure relatief nieuw is, was er nog weinig bekend over de effectiviteit ervan. Dat Zwolle hierin het voortouw nam, is volgens Maarten geen toeval. "Isala is een



Er is monnikenwerk verricht in het Isala. Foto Wikipedia

van de grootste regionale borstkankercentra van Nederland. Dankzij het grote aantal patiënten beschikken wij over een enorme database op het gebied van de TAD-procedure." Onderzoekers Joni en Kiran hebben het afgelopen jaar alle 312 Zwolse TAD-dossiers doorgespit. Dankzij hun monnikenwerk weten we nu dat het aantal okselklierverwijderingen dankzij TAD is gedicmeerd. Daarnaast hoefde 14 procent van alle behandelde patiënten geen radiotherapie te ondergaan. "De TAD-procedure is effectief met behoud van oncologische veiligheid", concluderen de onderzoekers.

Vervolgstudies

De presentatie van de onderzoeksresultaten is een belangrijke mijlpaal, maar dit traject is niet klaar. "Fase 1 is afgerond, nu gaan we

aan de slag met vervolgstudies", benadrukt Maarten. Hij verwijst naar het toepassen van kunstmatige intelligentie op het gebied van PET-scans.

"Door het PET-programma te voeden met tumorkenmerken, kun je de voorspellende waarde van die scans – na voorbehandeling – wellicht vergroten", vertelt de chirurg. "Kortom, dit TAD-onderzoek smaakt naar meer."

Naast deze 'eigen' borstkankerstudies neemt Isala ook deel aan landelijke onderzoeken. Zo zijn er op dit moment dwarsverbanden met het UMCG, het Martini Ziekenhuis en het St. Antonius Ziekenhuis in Nieuwegein.

De S van Sinterklaas..

De S van Spanning

door Saskia Nuij

Sinterklaas is weer in ons land! En dit brengt naast het nodige plezier en gezelligheid voor sommige kinderen ook de nodige spanning met zich mee. Dit merk je aan het gedrag van je kind. De batterij is snel leeg, je kind is sneller boos, of barst om het minste of geringste in huilen uit. Wat kun jij nu als ouder doen?

Het begint bij het realiseren dat jouw kind gedurende deze periode spanning opbouwt. Dit begint al bij het Sinterklaasjournaal voor de aankomst, dan de aankomst zelf en in de periode erna wanneer er thuis of op school een schoen gezet kan worden. Dit zijn allemaal leuke dingen zou je denken. En dat is ook zo, maar tegelijkertijd gebeurt er nog veel meer! Er is een vergelijking naar vriendjes en vriendinnetjes die misschien vaker hun schoen mogen zetten. Daarbij komt dat kinderen minder buitenspelen en daardoor minder in beweging zijn. Er is veel 'schermtijd' op een dag, denk maar aan televisie kijken, op de tablet, computer of telefoon spelen of kijken. En op school zitten kinderen ook lange tijd stil aan hun tafel te werken, ook dit gebeurt steeds vaker op een tablet of laptop. Daardoor bouwt in hun lichaam de spanning steeds verder op. Tijdens (buiten)spelen met vriendjes en vriendinnetjes kunnen kinderen lekker ontladen en weer opladen. De opgebouwde spanning kan eruit, en dat is cruciaal voor hun welzijn.

En dan nu de tips:

- Ga in deze weken wat vaker met je kind naar het bos, of het park om bijvoorbeeld te rennen, te voetballen of verstopperijtje te doen.

- Stuur de kinderen wat vaker naar buiten om daar, zonder 'scherm' te spelen en te ontladen. Buiten spelen helpt om de stress van Sinterklaas los te laten.

- Eet aan tafel, zonder televisie, of ander 'scherm' en praat over wat je die dag voor leuks, geks, of grappigs hebt gedaan. Want samen praten en lachen zorgt voor een ontspannen sfeer en een goede verbinding met je kind.

- Geef 's avonds voor je kind naar bed gaat eens een lekkere voetmassage. Dit helpt je kind te aarden en te ontspannen, waar door ze beter kunnen slapen en de stress van de Sinterklaasperiode kunnen verwerken.

- Houd vast aan een dagelijkse routine. Zorg ervoor dat je kind op tijd naar bed gaat en voldoende slaap krijgt. Een goed slaappatroon is belangrijk om de spanning te beheersen en het humeur van je kind in balans te houden.

- Zorg voor gezonde voeding en drink voldoende water.

De Sinterklaasperiode kan vaak gepaard gaan met snoep en andere lekkernijen. Probeer echter om een gezond eetpatroon te handhaven en zorg ervoor dat je kind voldoende water drinkt. Dit zal helpen om de energie op peil te houden en het immuunsysteem te versterken. Dus zorg ervoor dat je in deze periode wat extra aandacht en zorg geeft. Op die manier help je je kind om deze spannende tijd te doorstaan en te genieten van het feest zonder al te veel stress.



IVAN HOFSTRA
Stark in Staal

Al uw wensen in staalwerk zijn bespreekbaar! • 06-4877212

DE HANZE WITGOED
DIESELSTRAAT 11
8263 AE, KAMPEN

**NIEUW & OUTLET
VOOR DE LAAGSTE PRIJS!**

038-8536773

24 / 25 NOVEMBER

**DE BASTARD L
URBAN COMPLETE
VAN € 1.599,00
VOOR € 1.275,00**

15% KORTING OP ALLE
ACCESSOIRES IN DE WINKEL!

**15% KORTING OP ALLE KACHELS!
VANAF € 1.000,00**

**BLACK
FRIDAY!**

WWW.HOUTKACHELDIRECT.NL
8271 RT IJsselmuiden / Veldoven 8 / 038-2022455

Opgelucht
ademhalen..

..doe je bij
Zoutkamer
Kampen



HALO THERAPIE HELPT

RESULTAAT AL MOGELIJK
NA ENKELE SESSIES



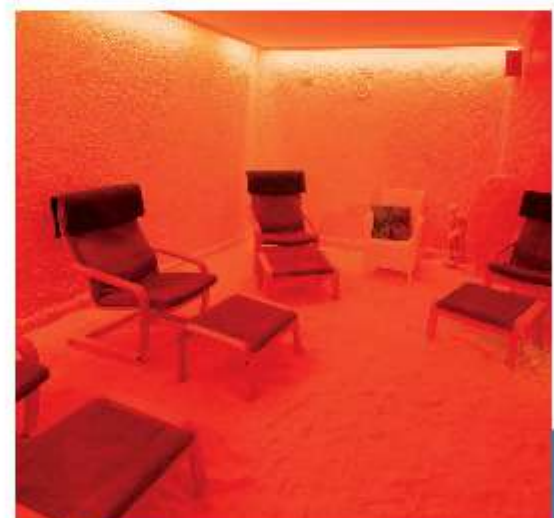
**Zoutkamer
Kampen**



Halotherapie helpt vroeger gingen mensen met luchtwegklachten naar een sanatorium, boekten ze een vakantie aan zee of gingen ze naar natuurlijke zoutkamers in zoutmijnen. Dat hoeft allemaal niet meer..

De heilzame werking van Halotherapie is nu voor iedereen beschikbaar dankzij de moderne technologie in onze ZOUTKAMER.

- Opgelucht ademhalen betekent o.a. dat uw longen weer beter en/of meer zuurstof kunnen verwerken.
- Halo - Zout-therapie geeft verlichting bij: luchtwegklachten 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 - PSORIASUS - CYSTIC
FIBRIOSIS - SINUSITIS**

REIGERWEG 15 KAMPEN
038 - 333 27 27
INFO@ZOUTKAMERKAMPEN.NL
WWW.ZOUTKAMERKAMPEN.NL

Kleur de Hanze stuur je kleurplaat vóór 3 december op

Op vrijdagavond 22 december om 19.00 uur is de officiële start van Kleur de Hanze in Kampen. Vanaf dat moment worden 150 kleurplaten van Kampenaren als spectaculaire lichtbeelden geprojecteerd op het Oude Raadhuis aan de kant van het Koeplein. Alle mensen in Kampen hebben nog tot 3 december aanstaande de tijd om hun kleurplaat in te sturen.

Stef Ekkel en Iris Boter

De eerste kleurplaten die zijn ingeleverd, zijn ingekleurd door de populaire volkszanger Stef Ekkel en schrijver/illustrator Iris Boter (bekend van o.a. De Zoete Zusjes en Juf Braaksel). Ze zijn allebei trotse inwoners van Kampen en ook present bij de vrolijke opening van het lichtevenement op 22 december in de binnenstad van Kampen.

Kleurplaat inleveren

Op de website www.kleurdehanze.nl staan de instructies voor iedereen die ook zijn of haar kunstwerk metershoog geprojecteerd wil zien. Dat gaat gebeuren van 22 tot 31 december op het gebouw waar nu het Stedelijk Museum Kampen is gevestigd. Samengevat komt het hier op neer: download de kleurplaat, kleur het gebouw in en stuur je kleurplaat vóór 3 december 2023 digitaal op. Als je inscannen en opsturen te ingewikkeld vind, kun je ook een gratis kleurplaat ophalen in het gemeentehuis van Kampen (Burgemeester Berghuisplein 1) en inleveren bij de receptie. Dat moet dan wel vóór 1 december, zodat de stichting Kampen Partners de kleurplaten nog kan inscannen en opsturen.

9 Hanzesteden

De feestelijke opening van Kleur de Hanze in Kampen vindt plaats op vrijdagavond 22 december om 19.00 uur op het Koeplein. Naast Iris Boter en Stef Ekkel zijn ook o.a. wethouder Bas Wonink en burgemeester Sander de Rouwe van de partij. Alle inwoners en bezoekers van Kampen zijn van harte uitgenodigd om hierbij aanwezig te zijn. Het evenement is georganiseerd door Hanzesteden Marketing in samenwerking met Kampen Partners als finale van het Hanzejaar 2023. Ook in Deventer, Doesburg, Elburg, Harderwijk, Hasselt, Hattem, Zutphen en Zwolle worden gebouwen uitgelicht tijdens de kerstvakantie.



baswonink Samen met mijn kleinzoon aan het kleuren voor #KleurdeHanze. Hoe leuk is dat! Mooie ac... meer



Foto's: inzendingen Iris Boter, Bas Wonink en Stef Ekkel voor Kleur de Hanze in Kampen

DAMES & HEREN geuren van TapParfum

Is je flesje leeg? Laat hem her vullen!

ATOOTJE

Dames- en Heren-Geur - Inhoudstafel 18
Kampen - 088 1333004
www.croonjessandekampens.nl

Prijzen
30 ml 12,50
50 ml 17,50
100 ml 27,50

Her vullen? Vanaf 10,-

Herend's FLESJE

Judi
Hairstudio & Barbershop

Oudestraat 24
Venestraat 6
Kampen

SCAN DE QR CODE!

www.hairstudiojudi.nl
hairstudio_judi

EEN NIEUWE WERELD VAN
HUIDVERZORGING EN VERBETERING

• Op maat gemaakte huidverzorgende behandelingen
• Persoonlijk aandacht en deskundig advies
• Een passie voor schoonheid

Pretty by Me Beauty salon
Pre- & huidverzorging

www.prettybymo.nl
Goudplevier 56
8271 GB IJsselmuiden
06 29 55 11 38

Nieuwe plannen bij Kampenion

De najaarscompetitie voor tafeltennisvereniging Kampenion loopt ten einde, zowel voor de senioren als voor de jeugd. Maar dat betekent niet dat de club stil gaat zitten. De trainingen gaan gewoon door en er wordt druk gewerkt aan de voorbereiding van nieuwe activiteiten.



De zaal van Kampenion. Foto: G. Wessels

In de ledenwerfcommissie zijn plannen voor een scholieren-teamtoernooi, voor leerlingen van groep 6, 7 en 8 van de basisschool. Het is al een aantal jaren geleden dat Kampenion in de kerstvakantie een scholierentoernooi organiseerde, voor individuele leerlingen. Dat werd doorgaans druk bezocht, maar de laatste jaren wat minder. Daarom wordt er voor de basisscholen in de gemeente Kampen iets nieuws georganiseerd, een toernooi in een ander jasje en op een ander tijdstip. Meer nieuws hierover volgt later, de scholen worden op tijd geïnformeerd. De school die nu alvast met trainingen gaat beginnen, heeft vast een streepje voor!

De zaal van Kampenion is uitermate geschikt voor ouderen die op een gezonde manier willen bewegen en deel uit willen maken van een sociale, gezellige groep. In principe kan iedereen meedoen, maar het richt zich op de leeftijdsgroep 55+. Naast bewegen staat bij OldStars tafeltennis ook het ontmoeten en het sociaal contact centraal. Ontmoet nieuwe mensen onder het genot van een kopje koffie of thee.

Niet alleen de jeugd krijgt bij Kampenion veel aandacht, ook aan de ouderen wordt gedacht. Op het programma staat 'OldStars', tafeltennis voor ouderen vanaf ongeveer 55 jaar. De organisatie gebeurt in samenwerking met het Ouderenfonds en Sportservice Kampen. OldStars tafeltennis is een laagdrempelige sport waar iedereen lang aan mee kan blijven doen. OldStars tafeltennis draagt bij aan de fysieke en de mentale gezondheid. Door de oefening in oog-handcoördinatie is tafeltennis heel goed voor uw hersenen. Er wordt ook veel aandacht besteed aan de warming-up en aan balans- en strekoefeningen. Ervaring met tafeltennis is niet nodig. Kampenion maakt ook bewust tijd voor samen zijn, een gesprek of een kop koffie. OldStars tafeltennis is een aangepaste

Bij Kampenion staat ook nog steeds wekelijks de deur open voor vluchtelingen uit Oekraïne. Bij Kampenion vindt men dat een sportvereniging ook een maatschappelijke functie heeft. De club probeert dat op verschillende manieren tot uitdrukking te brengen. Als vereniging wil Kampenion graag iets betekenen voor vluchtelingen uit Oekraïne die in de gemeente Kampen verblijven.

Daarom organiseert Kampenion elke dinsdagmiddag een inlopmiddag. Ook mensen die nog nooit gefeltnist hebben, zijn welkom, jong en oud. Zin om een balletje te slaan? Kom gezellig langs. Elke dinsdag, van 15.00 tot 17.00 uur. Het adres: De Maten 6 in Kampen (in het gebouw van Denge Sport).

KORTING

GELDIG TOT EN MET EIND 2023

-20%

**20%
Korting**
op Race en
ATB fietsen



20% Korting
op Cortina fietsen
met Bafang
ondersteuning

Alle
2e hands
fietsen

**15%
Korting**

geen inruil hierop

-15%

Stadsfietsen
20% korting



Kettler
fietsen

**20%
Korting**

Geen inruil op de kortingen

Race en ATB
kleding

**50%
Korting**

-50%

Kom snel langs in de winkel!

Veenstraat 1B
8271 VP
IJsselmuiden

www.muldertweewielers.nl/



Elke aanbieding geldt voor winkelvoorraden, en zo lang de voorraad strekt!

Wil je meer weten over jouw familie en jouw stamboom?

Of loop je vast in jouw genealogisch onderzoek? Weet je niet hoe of waar je gegevens kunt vinden? De vrijwilligers van de Historische Vereniging voor de IJsseldelta Jan van Arkel helpen je graag op weg bij het onderzoek naar jouw (familie)geschiedenis.

Iedere eerste zaterdag van de maand zijn er vrijwilligers van de Historische Vereniging Jan van Arkel en van de Nederlandse Genealogische Vereniging in het Informatiecentrum van het Stadsarchief Kampen in De Stadskazerne, Oudestraat 216.

Deze inloopochtend is zaterdag 2 december 2023 van 10.00 - 13.00 uur:

Stamboomonderzoek

De vrijwilligers helpen je bij het onderzoek naar jouw familiegeschiedenis. Je kunt daarbij gebruik maken van de faciliteiten van het Stadsarchief Kampen. Je krijgt bijvoorbeeld uitleg over de eerste bronnen die je bij stamboomonderzoek tegenkomt, zoals bevolkingsregisters, burgerlijke stand en kerkelijke doop-, trouw- en begraafboeken. En ze leggen graag uit hoe je kunt zoeken naar gegevens op internet en in de verschillende archieven.

Extra (vroeg en late) ritten en reismogelijkheden met keolis blauwnet per 10 december

EXTRA LATE RITTEN TUSSEN ZWOLLE EN KAMPEN

Van maandag tot en met zaterdag rijden er twee extra late ritten tussen Zwolle en Kampen. Eén rit van Zwolle naar Kampen, vertrek om 00:59

uur. En één rit van Kampen naar Zwolle, vertrek om 01:14 uur. Deze ritten bieden een extra late reismogelijkheid voor reizigers uit de Randstad en het noorden van het land om naar Stadshagen of Kampen te reizen.

Top2000 kerkdienst in De Hoeksteen

IJSSELMUIDEN – Op zondag 19 november is iedereen van harte uitgenodigd voor een speciale Top2000 kerkdienst in De Hoeksteen met als thema; **Alledaagse muziek, met een diepere boodschap.**

Simon, Miss Montreal, U2 en Blof. Spreker is Laurens Oosterbroek en de dienst begint om 16.30 uur. Locatie: De Hoeksteen Goudplevier 108 in IJsselmuiden. Voel je welkom!!

De huisband 'Goud' zal tijdens deze dienst vele top 2000 hits spelen van onder andere Nick &

TOP2000



Het is een veel gestelde vraag: Hoe hoog zijn de kosten voor een uitvaart? Het antwoord luidt meestal: Tussen de zeven- en elfduizend euro. Er is een beter antwoord. Hier wordt gesproken over gemiddelde kosten. Die krijg je door alle kosten voor alle uitvaarten te delen door het aantal uitvaarten. Een uitvaart is maatwerk, dus is er niet één bepaald gemiddelde.

Er zijn heel veel keuzes die invloed hebben op de kosten. Over wat voor soort uitvaart hebben we het? Is het een begrafenis, of een crematie? Komt er een sobere uitvaartkist of een uitvaartmeubel met toeters en bellen eraan? Is het in besloten kring, of worden er vierhonderd mensen verwacht? Gaat iedereen naar huis na de ceremonie, of is er een borrel? Krijgt iedereen een maaltijd aangeboden? Zijn er hele specifieke wensen? Er zijn heel veel keuzes die invloed hebben op de kosten.

Het kan dus heel goed zijn dat de totale kosten veel lager liggen dan het gemiddelde, of dat ze er ruim overheen gaan. De nabestaanden die ik begeleid, krijgen om die reden altijd zo snel mogelijk, meestal binnen een dag, een begroting van de kosten zodat er geen vervelende verrassingen achteraf zijn. Het is zelfs mogelijk om vooraf inzicht te krijgen in de kosten. Wanneer je daar behoefte aan hebt is het handig om eerst je wensen in kaart te brengen. Op basis van de wensen kan er een beraming van de te verwachten kosten gemaakt worden.

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

op=op

STUNT VERKOOP

**SLECHTS
10 DAGEN**

Start verkoop:
woensdag 22 november
(niet eerder)

Voor openingstijden zie
koopsbedden.nl

Profiteer van fantastisch lage prijzen!

**KOOP-
AVONDEN**

**22, 24 november
& 1 december**

50% KORTING



op alle aanwezige

bedtextiel

o.a. overtrekken, hoeslakens,
moltens enz.

in de grijze bakken

matrassen

pocket - latex - traagschuim

in de showroom

**showroom-
modellen**

**zowel ledikanten,
boxsprings en kasten**

**kussens en
dekbedden**

in de winkel

**met
grote
kaart**



Altijd een belevenis!

KOOPS SINDS 1840 BEDDEN



Rondweg 72 Wezep

Tel: 038 376 12 12

afspraken@koopsbedden.nl

www.koopsbedden.nl

**Zondags
gesloten**

Eindejaarsknaller bij Maxvitaal, de specialist in zorg hulpmiddelen

Met leuke korting en veilige rolstoel of rollator het nieuwe jaar in

door de redactie

Tien procent korting op alle artikelen in het assortiment, inclusief de voorradige occasions bij de mobiliteitsproducten. Of kom langs voor een kosteloze rolstoel- of rollatorcheck, om te laten bekijken of die nog helemaal veilig is. Maxvitaal luidt 2023 uit met een eindejaarsknaller.

De twee decemberacties zijn er om de vele klanten uit de wijde omgeving van Emmeloord te bedanken voor al hun steun en positiviteit rond de verhuizing van Maxvitaal naar de nieuwe locatie, zeggen eigenaren Chalong de Bruin en Ronnie Prins. "We groeiden door het grote aantal producten én bezoekers uit ons jasje op de oude plek in het Emmeloordse centrum. Uit de reacties van klanten blijkt dat ze het ons van harte gunnen dat we in mei van dit jaar ons huidige fraaie, ruime pand konden betrekken. En daar mag best iets tegenover staan. Om onze dankbaarheid te tonen, hebben we deze twee acties bedacht. Van 12 tot 23 december kunnen bezoekers ervan profiteren."

Winterklaar

De gratis rolstoel- en rollatorcheck komt op een geschikt moment: winterse gladheid en kou vereisen immers des te meer dat deze hulpmiddelen volledig betrouwbaar zijn. "Medewerkers van Maxvitaal onderwerpen het vervoerhulpmiddel aan een grondige inspectie, zodat je weet dat je er van op aan kunt. En verzorgen indien nodig smering of afstelling, kosteloos." De kortingsactie kan benut worden om producten aan te schaffen die in de koude periode extra comfort verschaffen, zoals bijvoorbeeld medicinaal gelooideschapenvachten, warmte dekens, schouder- en nek warmtekussens of pantoffels. Maar dat niet alleen. "Hij geldt voor alle producten in ons assortiment",

beradrukt De Bruin. De enige restrictie is dat de maximumkorting per klant 350 euro bedraagt. "Maar dat is natuurlijk best een heel behoorlijk bedrag."

Probleembos starten

En dan heeft Maxvitaal nog een leuk nieuwtje, ook weer passend bij de winter: "Zoveel klanten vroegen ernaar dat we er verbaasd over waren. Daarom hebben we er werk van gemaakt: een winterstalling voor scootmobielen. Voor 50 euro per maand kunnen bezitters hun voertuig op een warme en droge plek stallen bij Maxvitaal." Niet alleen staat de scootmobiel als die in de koude periode niet gebruikt wordt, thuis niet in de weg. Ook kan de stalling een hoop startproblemen in het voorjaar voorkomen doordat de motor en de accu beter beschermd zijn tegen de kou. Goed idee van Maxvitaal!

Specialist

Een kleine greep uit het assortiment van Maxvitaal: opvouwbare scootmobielen, gewone en elektrische rolstoelen, rollators, hoog laagbedden en matrassen, warmteproducten, op maat gemaakte stoelen, sanitairproducten, alarmhorloges en DECT telefoons. Maar er is nog veel meer. En nogmaals: de tien procent korting geldt voor alle producten. Kom in de periode van 12 tot 23 december naar de showroom vol beleving (850 vierkante meter) van de specialist in zorg hulpmiddelen voor senioren en mindervaliden en profiteer van de korting. En wie een rollator of rolstoel heeft: neem die meteen mee.

Open dagen

Op 22 en 23 december kan iedereen komen kijken wat de zorg hulpmiddelenwereld allemaal te bieden heeft. Ook wie misschien niet direct iets nodig heeft, is van harte welkom op deze open dagen. Natuurlijk onder het genot van de eigengemaakte Maxvitaal oliebol.

Tot ziens in Emmeloord!

Maxvitaal
Traktieweg 12 8304 BA Emmeloord
Telefoon 0527 - 860 086
info@max-vitaal.nl (mèt koppeltaken!)
Parkeerplaatsen aanwezig



Een van de vele rollators in het assortiment.



Veiliger op de trap. Ook deze traphulp is verkrijgbaar bij Maxvitaal.



De opvouwbare scootmobiel Mobio ATTO Sport.



Een ruim aanbod in op maat gemaakte Fitform wellness stoelen.



Chalong (rechts) en zijn compagnon Ronnie Prins zijn de drijvende krachten achter Maxvitaal.

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

GEREDSCHAPPEN

HOUT BEWERKING

SLIJSERVICE

SIERBESTRATING

Kom langs in onze shop en bekijk ons ruime assortiment.

Pr. Beatrixstraat 5a
8281 CA Genemuiden
038-7856285

topcleaning

WIJ HELPEN U GRAAG MET O.A.:

- Reinigen en waterafstotend houden van Ski-Kleding
- Het wassen en winter klaar maken van uw winterjas met donsulling

OPENINGSTIJDEN
maandag 6:30 - 12:30 uur
dinsdag 10:00 - 16:30 uur
vrijdag 8:30 - 12:30 uur

FOODCOURT KAMPEN: LUTHERANUS 116, 5251 CS Kampen, tel: 038-711-1999

Eigenlijk voor alles wat van textiel is kunt u bij ons terecht!

Colofon

Kampen in Zicht:
20.000 exemplaren

KAMPEN/IJSSELMUIDEN
AFGIFTEPUNTEN • WILSUM
S-HEERENBROEK/ZALK/GRAFHORST
KAMPERVEEN/MASTENBROEK

Uw advertentie of artikel bij ons in de krant?
Neem dan gerust contact met ons op en vraag naar de mogelijkheden en bel naar 06-22192075.

Tips voor de redactie?
Mail dan naar Denise Huenestein via denise@denisign.nl

Kampen in Zicht is een onderdeel van DeniSign:

Benthuislaan 50
8043TH Zwolle
06-22192075
info@denisign.nl
www.denisign.nl

Denise Huenestein

JIJ REGELT DE GASTEN, WIJ DOEN DE REST!

DE FEESTMEESTERS

CATERING, EVENTS & PARTYVERHUUR

BARBECUE EN CATERING

Een overheerlijk buffet voor een bedrijfsfeestje, hapjes voor jouw verjaardag of de volledige catering bij jouw event of bruiloft. Ook kun je zelf BBQ-pakketten en diverse buffetten samenstellen. Wij regelen alles wat je nodig hebt.

www.defeestmeesters.nl

Carlsonsstraat 7 • Kampen
038 711 06 38



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 VIEREN 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

15:45 - 18:15 UUR

16:00 - 18:30 UUR

16:15 - 18:45 UUR

16:30 - 19:00 UUR

TWEEDE ZITTING

18:45 - 21:15 UUR

19:00 - 21:30 UUR

19:15 - 21:45 UUR

19:30 - 22:00 UUR



Blauwe Engel 5
8265 NL Kampen
038 331 4955

www.happygardenkampen.nl

College verleent medewerking aan aanleg zonnepark Hagedoornweg

Gemeente Kampen

Afgelopen week heeft het college besloten mee te willen werken aan de aanleg van een zonnepark aan de Hagedoornweg in IJsselmuiden door ontwikkelaar RWE. Het college vraagt de raad om hiervoor een ontwerpverklaring van geen bedenkingen af te geven.

Voordat een ontwerpbesluit ter inzage kan worden gelegd, moet de raad eerst een ontwerpverklaring van geen bedenkingen afgeven. Dit is nodig omdat afgeweken wordt van het nu geldende bestemmingsplan om het zonnepark mogelijk te maken.

Wethouder Erik Faber: "De uitdagingen zijn groot. In het Klimaatakkoord is afgesproken dat we in 2050 energieneutraal willen zijn. Om dat doel te kunnen halen is het nodig om in onze gemeente meer duurzame elektriciteit op te wekken. Het is onze eigen ambitie om in 2035 een energieneutrale gemeente te zijn. We zetten ons hier volop voor in. Dat betekent dat we soms lastige keuzes moeten maken. Maar iedere stap die we zetten, is er één. De aanleg van een zonnepark aan de Hagedoornweg

gaat een belangrijke bijdrage leveren aan het opwekken van schone energie." Het zonnepark aan de Hagedoornweg draagt bij aan het realiseren van het RES-bod (Regionale Energie Strategie) van de gemeente Kampen om in 2030 244 gigawattuur (Gwh) per jaar op te wekken. Dit is verdeeld over windenergie, zon op dak en zon op veld. Met het bod voor de RES West-Overijssel, waar Kampen onderdeel van is, draagt de gemeente bij aan de doelen uit het landelijke Klimaatakkoord. Het zonnepark van 11 hectare draagt hier 12 Gwh aan bij en dat is 5% van het totaal.

Bodemdaling en CO2-uitstoot

Een ander belangrijk aandachtspunt is de problematiek van bodemdaling en CO2-uitstoot. In het Klimaatakkoord zijn landelijk afspraken gemaakt om CO2-uitstoot door uitdroging van veen tegen te gaan. Om de polder Mastenbroek te behouden, is het nodig dat maatregelen getroffen worden. De initiatiefnemer heeft aangegeven dat zij binnen het projectgebied maatregelen treffen om bodemdaling en CO2-uitstoot tegen te gaan. Hiervoor is een waterhuishoudkundig plan opgesteld. De gemeente gaat de uitvoering van de maatregelen monitoren om inzicht te krijgen

in de effecten. Ook andere aspecten zoals de landschappelijke inpassing en compensatie aan weidevogelgebied zijn van belang. Daarnaast vindt de gemeente het belangrijk dat de lokale omgeving meedeelt in de opbrengsten van het zonnepark door financiële participatie en lokaal eigendom. Denk hierbij aan een speciale regeling voor direct omwonenden en de mogelijkheid om te kunnen mee-investeren of mede-eigenaar te kunnen worden. Al deze aspecten heeft de initiatiefnemer meegenomen in de plannen.

Vorbereidingsbesluit provincie Overijssel

In oktober is het zogenoemde 'vorbereidingsbesluit 'Zonneparken' van provincie Overijssel in werking getreden. Dit besluit betekent dat vergunningaanvragen vanaf 12 oktober worden aangehouden. De aanvraag van RWE is echter voor die datum ingediend, waardoor de gemeente deze vergunning nog wel in behandeling moet nemen.

Wat staat er in de RES

In de RES (Regionale Energie Strategie) geven samenwerkingspartners aan hoeveel duurzame elektriciteit zij samen in de regio kunnen

opwekken om bij te dragen aan de doelen uit het landelijke klimaatakkoord. Kampen is onderdeel van de RES West-Overijssel. Er wordt gekeken naar waar plek is voor het opwekken van zonne- en windenergie. Ook gaat de RES in op de aanwezigheid en verdeling van warmtebronnen in de regio die nodig zijn voor het op een duurzame en aardgasvrije manier verwarmen van woningen. Ten slotte richt de RES zich ook op het netwerk dat nodig is om duurzame energie op te slaan of te transporteren. In de RES staan uiteindelijk projecten en een planning voor het opwekken van duurzame energie.

Wat is de bijdrage van de gemeente Kampen?

West-Overijssel wil in 2030 1800 Gwh (1,8 Twh) aan wind- en zonne-energie gerealiseerd hebben en streeft de komende jaren op regionaal niveau naar meer wind en minder zon-op-land. De gemeente Kampen wil hierin 244 GWh voor haar rekening nemen. Dit bod bestaat uit 33 Gwh zon op dak, 55 Gwh zon op veld en 156 Gwh windenergie in 2030. Om aan het RES-bod te voldoen moet er in de komende jaren nog volop ingezet worden op het ontwikkelen van windmolens en zonneparken.

Museum Stadsboerderij, een onontdekt pareltje....



Foto: Museum Stadsboerderij

Eeuwenlang woonden binnen de stadspoorten van Kampen, stadsboeren oftewel "Kamper Koeboeren". Tot ver in het einde van de 20e eeuw waren deze boerenbedrijven nog steeds in bedrijf. Tegenwoordig herinneren alleen nog tientallen overgebleven hooiluiken en de grote open binnenterreinen aan dit boerenverleden.

In de Groenestraat nr. 94 is een voormalige stadsboerderij weer in ere hersteld. Het museum laat zien hoe boerengezinnen werkten, woonden en leefden samen met hun vee te midden van de andere burgers in de binnenstad van Kampen. Zij voorzagen de burgerbevolking van melk en vlees. Als museum willen wij het verhaal van deze unieke Kamper geschiedenis levend houden.

Onlangs noemde een bezoeker ons museum "een onontdekt pareltje". Wij waarderen dit grote compliment figuurlijk gezien, maar nemen het toch niet al te letterlijk, in ons museum is geen parel o.l.d. te vinden namelijk, hooguit alleen een bloedkoralen ketting. Maar dan alleen bescheiden in de "sundesse veurkamer". De rest van het museum staat in het teken van de 5 V's, met hoofdletter: Vaste mest, Voer, Vee, Vrijwilligers en Verhalen, al ruim 22 jaar heel veel mooie Verhalen! De laatste jaren is dit verhaal verduidelijkt met een blijvende expositie van mooie grote foto's,

zonder filter en zonder poseren zijn een aantal kenmerkende tafereel van een tijd nog niet zo lang geleden vastgelegd. Voor de stadsboeren was het routine, hun dagelijks werk, het melken, voeren, hooien en alles wat daarom heen gebeurde, tot ver na de oorlog nog met tientallen tegelijk in de Kamper binnenstad. Een heel belangrijke "V" zijn de Vrijwilligers, jongeren en ouderen. Sommigen hebben het zelf van dichtbij meegemaakt hoe het leven toen was. Een bezoek aan ons museum is een directe kennismaking met onze vrijwilligers, zij nemen u mee in het verhaal als persoonlijke gids.

Kampen heeft een zeer rijk historisch verleden, met uiteraard de Hanze, de Kogge en de sigarenindustrie, maar aan de andere kant van de stad waar voorheen de "Broekweiden" vol koeien liepen was die kant van de Kamper historie al eeuwenlang net zo waardevol. Museum de Stadsboerderij laat u deze historie meemaken! Wij heten u van harte welkom!

Voor meer info en openingstijden, kijk op: www.museumstadsboerderijkampen.nl

ZONDER AFSPRAAK

Mus'ab
Sinds 1988
Herenkapsalon

65+ ACTIE | KNIPPEN TOT 13:00 U

DINSDAG | WOENSDAG | DONDERDAG | VRIJDAG

KNIPPEN

65 plus voor: €15,-

"De kapsalon waar u zich net even meer thuis voelt."

OPENINGSTIJDEN:
Maandag 12:00 - 19:00 u
Di, 1/3/5 za. 09:00 - 19:00 u
VRIJDAG 09:00 - 13:00 u
Zaterdag 09:00 - 18:00 u
*Vrijdag 14 uur gesloten tussen de molens.

OUDESTRAAT 97, 8261 CJ KAMPEN ☎ 038 78 55 815 f @

Als onderdeel van ons concept bieden we kosteloze ruimte aan scholen, (sport)verenigingen en stichtingen om hun boodschap te laten zien. Mail uw bijdrage naar: info@denisign.nl

WILLIAM'S

**FASHION
FOR
MEN**

2^E BROEK 50% KORTING

VANAF WOENSDAG
15 NOVEMBER TOT EN MET
ZATERDAG 25 NOVEMBER

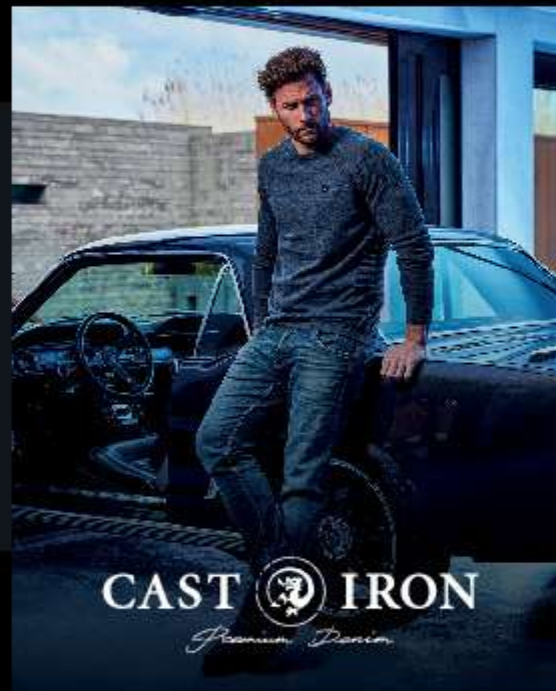
MELD JE AAN
VOOR ONZE
NIEUWSBRIEF!
ZO BLIJF JE
ALTIJD OP DE
HOOGTE VAN
ALLE ACTIES!



DE WINKEL VOOR ALLE MANNENMODE.
VAN CASUAL TOT OP MAAT GEMAAKTE TROUWPAKKEN!
KOM SNEL LANGS IN EEN VAN ONZE WINKELS



WIJ VERKOPEN ONDER ANDERE **DEZE MERKEN**



BLUE INDUSTRY



STATE OF ART
MENSWEAR

GARDEUR



BORN WITH APPETITE

MEYER



williamsfashionformen.nl

De Redepassage 21 - Dronten - 0321 - 312 315
Oudestraat 60 - Kampen - 038 - 30 30 100