



Dans op recept **5**



Familie bepaald, niemand anders **7**



Huis & Tuin **18**  
special t/m **24**

**H2OPro**  
Doorbraak tegen kalkaanslag!

- ✓ zonder zout
- ✓ zonder stroom
- ✓ zonder afvoer

€ 875,-  
[www.h2opro.nl](http://www.h2opro.nl)

## Juf van KindPunt brengt eigen voorleesboek uit

In deze editie van de Meppeler Express komt een medewerker van KindPunt aan het woord die een boek heeft geschreven dat kinderen helpt uitdagingen aan te gaan. Het is Ingrid den Hollander, leerkracht van de kleutergroepen en intern begeleider bij locatie het Stadskwartier.

"Een aantal jaren geleden heb ik een master 'Educational Needs gedragspecialist' afgerond aan Hogeschool Windesheim in Zwolle", vertelt Den Hollander. "Daar ben ik erg geïnspireerd geraakt. Onder andere de mindset-theorie van Carol Dweck heeft mijn interesse gewekt. Die beschrijft hoe de manier waarop je tegen iets aankijkt, bepaalt hoe je ermee omgaat. Als het om het leren van nieuwe dingen gaat, hoor je vaak 'Dat kan ik niet'. Ook kinderen in de klas hoor ik dat vaak zeggen. Maar als dat je mindset is, kost het meer moeite om het nieuwe je eigen te maken. Met een andere mindset kom je gemakkelijker verder. Ik geef er dan ook de voorkeur aan om te zeggen: 'Ik kan het nóg niet.'" En fouten maken is helemaal niet erg. Als je nooit fouten maakt, zul je immers ook niet veel leren. "Het is dus belangrijk dat kinderen minder angst hebben om iets niet goed te doen. Fouten horen bij het leerproces en dus bij het groeien. Daarom gebruik ik vooral 'groeltaal': woorden die zorgen voor een 'growth-mindset'. Je mag iets durven doen. Dat maakt groei mogelijk, een zogenoemde fixed mindset veel minder." Van huis uit kreeg Den Hollander dit ook al mee. "Als ik zenuwachtig was voor een repetitie of een tentamen, zei mijn moeder vaak: 'Het



wordt altijd weer vanzelf avond en dan lig je gewoon weer lekker in je bed'. Ik hoop dat ouders en leerkrachten kinderen gunnen dat ze fouten maken."

**Ingrid den Hollander krijgt het eerste exemplaar van het boek overhandigd door de uitgever.**

**LEES VERDER OP P12**

**Tuin Totaal Center**  
Blokhuizen Scherp en Sterk in Maatwerk  
**Maatwerk?**  
Bij ons verrassend voordelig!  
Edisonstraat 5 | 8013 PS Zwolle | Tel. (038) 444 84 01  
[www.tuintotaalcenter.nl](http://www.tuintotaalcenter.nl)

**TEGELHUIS OMMEN**  
**10 JAAR**  
MAAK KANS OP EEN GRATIS  
BADKAMER, TOILET OF WOONVLOER!  
Strangeweg 24 | 7731 GW Ommen  
[tegelhuysommen.nl](http://tegelhuysommen.nl)

**DE BESTE WASSTRAAT VAN DE REGIO**  
**60 meter wasplezier**  
Gratis gebruik van het stofzuigerplein voor Rial Mante.  
**Rial CarWash**  
MEPPEL  
Blauw Vrij: 9.30 - 18.00  
Za. 8.30 - 17.00  
Zo. 10.00 - 17.00  
Blankenstein 670  
7943 PA Meppel  
[www.riacarwashmeppel.nl](http://www.riacarwashmeppel.nl)

**BIVISTA**  
MEUBELN  
Roelof Brinkstraat 12 | Staphorst (ingang zijkant spoorlijn)  
Email: [info@bivista.nl](mailto:info@bivista.nl)  
Website: [www.bivista.nl](http://www.bivista.nl)  
Tel: 06-49704183  
Donderdag - Vrijdag - Zaterdag geopend

ZIEN WIJ JOU IN ONZE WINKEL?

**ABC** | Metaal Recycling.nl  
Inkoop van oud-ijzer en metalen  
\*Informeer naar de ophaalmogelijkheden  
Zomerdijk 9 b1 - 7942JR Meppel - **0522 245850**

**Maatwerk tafels**  
voor binnen en buiten  
**TREETOP TABLES**  
TAFELS EN MEER  
Moerheimstraat 50  
7701CG Dedemsvaart  
Tel: 06-33 830449  
[www.treetoptables.nl](http://www.treetoptables.nl)

Ongeacht de vraag waar en of u verzekerd bent, ik help u graag.  
**Richard Krist Uitvaartbegeleiding**  
Zelfstandig, ervaren en onafhankelijk  
24/7 bereikbaar  
Afscheidshuys Steenwijk  
Stijlvolle afscheidsruijme  
in de binnenstad  
(dag en nacht toegankelijk)  
Koningstraat 1, 8331 HV Steenwijk, 06 48415584  
[info@richardkrist-uitvaart.com](mailto:info@richardkrist-uitvaart.com) | [www.richardkrist-uitvaart.com](http://www.richardkrist-uitvaart.com)



Foto van de maand

MEI



Sta jij op de foto in de cirkel?  
Dan mag je bij boekhandel  
Riemer Barth een boek  
uitzoeken!  
Neem de foto mee naar  
Boekhandel Riemer Barth  
Woldstraat 5, Meppel

Herdenking  
Bevrijding Meppel

RIEMER  
BARTH  
BOEKHANDEL



KindPunt  
Kindcentraal van 0 tot 12

PLUS  
kinderopvang 0-12 jaar

# SAVE THE DATE

## Volleybaltoernooi

### NIEUWVEENSE LANDEN

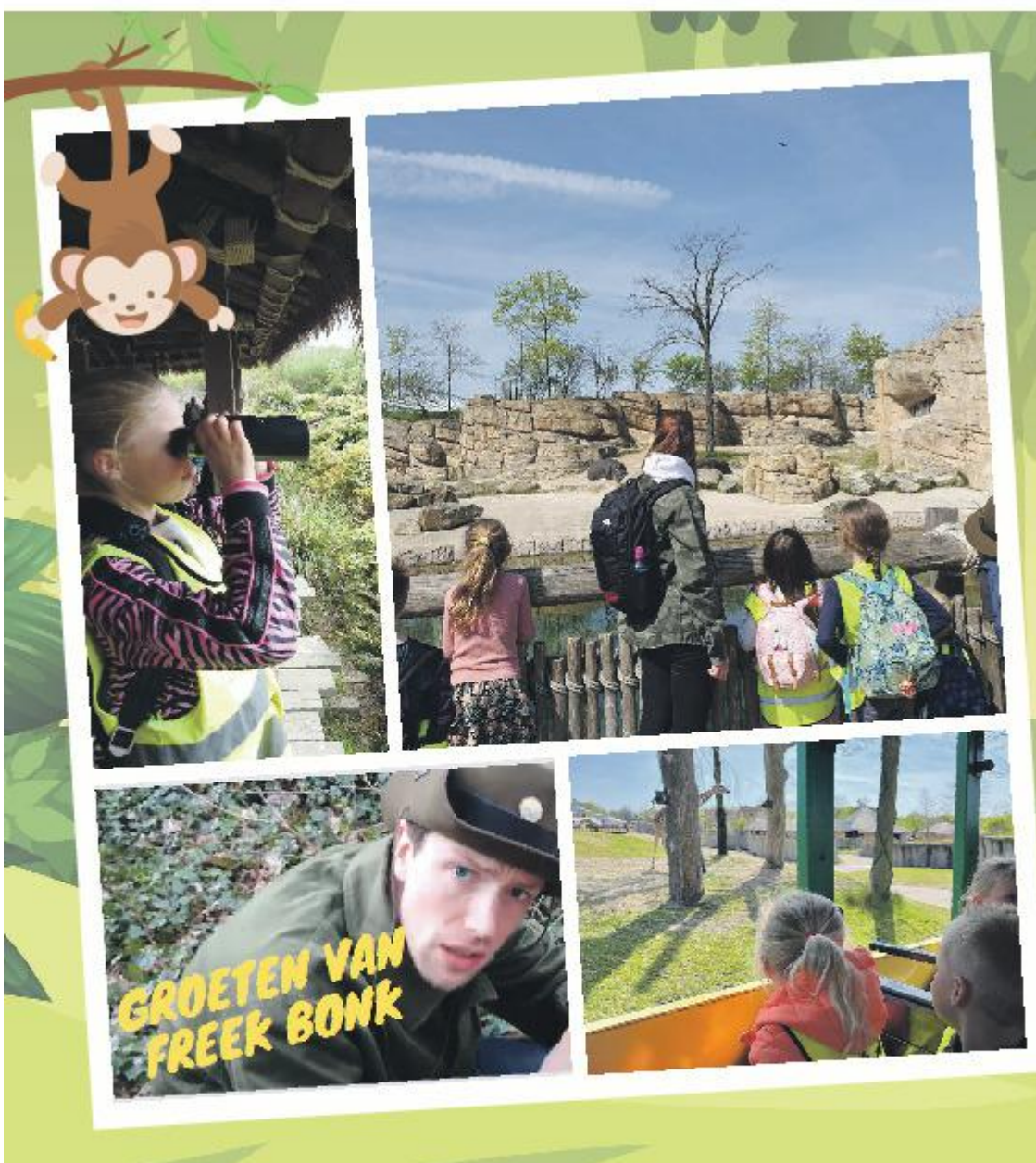
VRIJDAG 30 juni a.s.  
18.30-20.00 uur  
Grasveld Watertorenpark

WIN  
EEN  
BUURT  
BBQ!

Stel een team samen met je  
buren, vrienden of collega's uit  
de Nieuwveense Landen!  
Een team bestaat uit minimaal  
6 personen met deelnemers  
vanaf 12 jaar.



Geef je op of vraag  
de link aan via  
[info@kindpunt.nl](mailto:info@kindpunt.nl)



# WILDE DIEREN ONTDEKKEN

in Wildlands!

In de meivakantie heeft PlusKinderopvang samen met 44 kinderen een bezoek gebracht aan Wildlands. Iedere vakantie staat er een thema centraal en nu was dit 'Wilde dieren ontdekken'. Naast dieren tekenen, een quiz en een diervoorstelling opvoeren mocht een bezoek aan de dierentuin in Emmen uiteraard niet ontbreken.

### Samen genieten en op avontuur

Met een touringcar vertrokken de kinderen richting Emmen. Voor sommigen best spannend maar gelukkig was onze eigen 'Freek Bonk' van de partij. Hij zorgde voor extra plezier en vertelde de kinderen over de dieren en de natuur. Met een speciale dierenbingo wist hij de spanning in de bus al snel te doorbreken.

Het bezoek aan de dierentuin maakte het vakantieprogramma voor de kinderen compleet. Zij hebben veel dieren gezien, zijn op avontuur geweest in de rondvaartboot en mochten in een jeep de giraffen van dichtbij bewonderen. Het was een geweldige ervaring en zeker voor herhaling vatbaar!



[www.pluskinderopvang.nl](http://www.pluskinderopvang.nl)





## SPONSORLOOP

Meester Christian Wolters van KindPunt heeft een grote sponsorloop georganiseerd op Kindcentrum Het Kompas. De opbrengst is voor World Servants. Christian is vakleerkracht bewegingsonderwijs bij KindPunt en brengt de kinderen graag in beweging. De collega's van het Kompas hebben enthousiast meegewerkt aan deze sponsorloop. Door de weersomstandigheden vond de sponsorloop in de sporthal plaats. Er was net voldoende ruimte voor alle supporters. Aangemoedigd door alle supporters liepen de kinderen van klein tot groot fantastische afstanden. Deze zomer gaat Christian (samen met een groep anderen) naar Zambia om twee klaslokalen en een leerkrachtenwoning te bouwen.

De kinderen van het Kompas hebben het fantastische bedrag van €16.671,30 bij elkaar gelopen. Dit bedrag brengt dat allemaal weer een stuk dichterbij. Hartelijk dank aan alle sponserende (groot-)ouders, burens en vrienden!



Lees hier meer over de actie van Christian en World Servants. Sponseren kan nog steeds ;-)

## Koningsspelen



Kijk hier voor het TIME-laps filmpje van meester Gerrit

De koningsspelen 2023 Meppel waren een groot succes! Iedere locatie had eigen spelletjes en activiteiten en de kinderen van de groepen 5 t/m 8 gingen naar de sportpark Koedijklanden. De sportverenigingen uit Meppel hadden daar samen met alle vakleerkrachten een prachtig sportief programma neergezet. Turnen, softbal, hockey, korfbal, atletiek, judo, kickboksen en nog veel meer sporten konden de kinderen ervaren op deze sportieve dag. Moe, voldaan en hopelijk geïnspireerd voor een (nieuwe) sport gingen de kinderen weer naar huis.

## SPACEBUZZ



Op maandag 8 mei was de spacebus (bekend door André Kuipers) in Meppel bij Kindcentrum Het Kompas. De leerlingen van de groepen 7 van Het Kompas en het Stadskwartier mochten een bezoek brengen aan deze leerzame 'experience'. De kinderen hebben tijdens dit educatieve programma een levensechte ruimtereis gemaakt in de spacebuzz. Met Virtual reality en augmented reality konden de kinderen de wereld van een afstand bekijken. De leerlingen worden op deze manier bewust van de kwetsbaarheid van onze planeet en kunnen vanaf nu fungeren als ambassadeurs van 'de Wereld'.





# KRUIDER WORKWEAR

## WERKKLEDING - BEDRIJFSKLEDING VEILIGHEIDSSCHOENEN - PBM's



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

**Kruidier Workwear**  
Lange Baan 27B  
8331 LW Steenwijk

**0521 - 854 939**  
[www.kruidierworkwear.nl](http://www.kruidierworkwear.nl)  
[info@kruidierworkwear.nl](mailto:info@kruidierworkwear.nl)

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

**Ga heerlijk de zomer in met schoenen van Hartjes.**  
Stijlvol, soepel en comfortabel

**Krisman**  
SCHOENEN

FOR SHOE LOVERS  
**HARTJES**  
UIT GOSTRIJK

Assendorpersstraat 120, Zwolle  
tel. 038 - 421 7950  
Parkeren voor de deur  
[www.krismanschoenen.nl](http://www.krismanschoenen.nl)

Bezoek ook onze webshop: [www.krisman-westeneng-schoenen.nl](http://www.krisman-westeneng-schoenen.nl)

**ZorgMies regio Zwolle** e.o.

**ZorgMies maakt het leven leuker**

ZorgMies biedt (tijdelijke) ondersteuning aan mantelzorgers. Heeft uw ouder bijvoorbeeld dementie? Of zoekt u extra ondersteuning bij de zorg voor uw kind met een verstandelijke beperking? Wat uw zorgvraag ook is - wij staan voor u klaar.

Benieuwd wat wij voor u kunnen betekenen? Neem vrijblijvend contact op met ZorgMies Zwolle.

☎ 038 - 7820560      ✉ [zwolle@zorgmies.nl](mailto:zwolle@zorgmies.nl)

 <b>Hulp in Huis</b> Licht huishoudelijk werk, boodschappen, koken	 <b>Gezelschap</b> Luisterend oor, wandeling, kopje koffie, eentje	 <b>Gezins hulp</b> Ondersteuning bij een verstandelijke of lichamelijke beperking
 <b>24-uurs zorg</b> Na een operatie, bij Alzheimer of palliatieve zorg	 <b>Slaap- &amp; Waakservice</b> Ondersteuning in de nacht, bijvoorbeeld na een operatie	 <b>Hulp bij dementie</b> Nachtzorg, persoonlijke verzorging, gezelschap, hulp in huis





## Activiteiten wijk Haveltermade

Meppel – In de komende drie weken organiseert Meppel Actief in samenwerking met verschillende organisaties activiteiten voor jong én oud in de wijk Haveltermade.

Op woensdag 31 mei staan ze vanaf 12:30 van Panna Knock Out op het Troelstraplein. Jongeren tussen de 8 en 14 jaar kunnen meedoen tijdens de Panna Knock Out.

Een week later op woensdag 7 juni, staat de middag in het teken van de Prokkelweek. Een 'Prokkel' is een prikkelende ontmoeting tussen mensen met én zonder verstandelijke beperking. Op het Troelstraplein zullen verschillende sport- en beweegactiviteiten te doen zijn. Iedereen kan hier aan mee doen en aanmelden voor deze activiteiten is niet nodig.

Woensdag 14 juni is het de Nationale Buitenspeel dag. Meppel Actief organiseert op deze dag van 14:30 tot 16:30 verschillende sport- en beweegspellen voor kinderen uit groep 1 t/m 8 op het Troelstraplein. Aanmelden voor deze middag is niet nodig.

Wil jij meer informatie over bovenstaande activiteiten of wil je op de hoogte blijven van (andere) activiteiten, ontwikkelingen, nieuws en fotoverslagen? Volg en like ons dan op facebook! Via [www.facebook.com/meppelactief.nl](http://www.facebook.com/meppelactief.nl) of neem een kijkje op onze website: [www.meppelactief.nl](http://www.meppelactief.nl)



## Wat gebeurt er allemaal bij Dorris&Co?

door Dorris Passenheim

Op deze prachtige ochtend heet ik twee zussen van harte welkom in mijn winkel. De ene zus studeert nog, de andere zus staat aan het begin van haar loopbaan. Een paar weken geleden was hun moeder al bij mij in de winkel voor een kleuranalyse.

'De kleding die ze hier kocht, staat haar zo goed. En ze krijgt zoveel positieve reacties op haar kleding. Dat willen wij natuurlijk ook!'

Dus heb ik beide dochters vanochtend in de analyse. Ze zijn keurig op tijd en we beginnen met de kleurdoeken. Bij de ene zus zie ik dat de koele zomerdoeken haar huid prachtig laten stralen.

Haar ogen komen heel mooi uit bij zachte zomertinten. De andere zus straalt in de lentedoeken. 'Ik ben het niet gewend om kleur te dragen, maar ik zie wel heel duidelijk dat deze kleuren me prachtig staan.' Ze probeert meteen een kleurrijk truitje. 'Het staat me wel heel goed.'



Ik kan niets anders dan dit ook beamen. Het truitje mag mee naar huis. Samen vinden we voor beide zussen mooie items in de winkel. Ze gaan beiden stralend het weekend tegemoet. Als ze weg zijn bedenk ik me maar weer wat een kleuranalyse kan doen voor je carrière.

En zowel de kleur- als de figuuranalyse zijn leeftijdsloos. Het gaat er altijd om wat bij jou past. Dat maakt het misschien wel zo bijzonder.

Graag gedaan!  
Liefs, Dorris

## Dans op Recept geeft Parkinsonpatiënten hun plezier in bewegen terug

door Margriet Dalmeljer

MEPPEL – Op woensdag 10 mei is in Meppel een bijzondere serie danslessen van start gegaan. De wekelijkse lessen, die worden georganiseerd door 'Dans op Recept', zijn speciaal bedoeld voor mensen met de ziekte van Parkinson en hun partners of mantelzorgers.

Het is algemeen bekend dat beweging gezond is, maar voor mensen die chronisch ziek zijn kan bewegen een hele uitdaging zijn. Door het aanbieden van speciale danslessen wil Dans op Recept deze groep mensen het plezier in bewegen teruggeven. Laagdrempeligheid en gezelligheid staan centraal tijdens de lessen, die zo zijn ingericht dat iedereen kan meedoen; danservaring is dus niet nodig.

De lessenserie bestaat uit 35 lessen en wordt afgesloten met een voorstelling. Voor of na de les wordt er gezamenlijk koffie gedronken, zodat de deelnemers gezellig met elkaar kunnen praten of ervaringen kunnen uitwisselen over hun ziekte.

Om te onderzoeken welke invloed de danslessen op Parkinson hebben, is door Revalidatiecentrum Friesland en Parkinson Centrum Nijmegen een wetenschappelijk onderzoek uitgevoerd. Daaruit bleek dat de lessen niet alleen een positief effect hebben op het zelfvertrouwen en de kwaliteit van leven van Parkinsonpatiënten, maar ook op de ziektesymptomen van Parkinson. Dit sluit aan bij de reacties die Dans op Recept van cursisten krijgt: "Onze deelnemers geven aan dat ze zich fitter voelen. Ze krijgen meer zelfvertrouwen, hebben plezier, contact met anderen

en ontdekken wat hun lichaam allemaal nog wél kan. We werken vanuit ieders mogelijkheden en daarbij houden we altijd rekening met de beperkingen die er zijn. Zo zijn de lessen laagdrempeliger en beter vol te houden."

### Voorstelling

Meppel is niet de eerste locatie waar Dans op Recept actief is. Het project begon in 2016 in Friesland, waar initiatiefneemster Marlien Seinstra het balletje aan het rollen bracht: "Iedereen kan dansen, want iedereen heeft beweging in zich. Het geeft ontspanning, conditie en lenigheid. Ik ben dansdocent en maak dansvoorstellingen met niet-professionele dansers.

Een bevriende fysiotherapeut vroeg mij of ik dansles wilde geven aan enkelen van zijn Parkinsonpatiënten. Natuurlijk wilde ik dat. Met die eerste groep en hun mantelzorgers maakte ik ook een dansvoorstelling.

Een groot succes, met enthousiast publiek. Iemand van de provincie was erbij en adviseerde dit over heel Friesland te verspreiden."

In de jaren die volgden, sloten steeds meer locaties in Friesland zich aan. Sinds kort worden ook de eerste lessen in Groningen aangeboden en nu is Drenthe daar dus bij gekomen. Naast in Meppel worden er danslessen gegeven in Emmen, Hoogeveen en Roden. Naar verwachting sluiten in het najaar ook Assen en Zuidlaren bij het project aan. De danslessen van Dans op Recept vinden elke woensdag van 13.30 tot 14.30 uur plaats bij Revalidatie Friesland aan de Reggersweg 2A. Geïnteresseerden kunnen zich aanmelden voor een gratis proefles door te mailen naar [administratie@dansoprecept.nl](mailto:administratie@dansoprecept.nl) of te bellen met (06) 25 19 00 35. Kijk voor meer informatie over Dans op Recept op <https://dansoprecept.nl/>.



Je fitter voelen door te dansen. Foto: Christian Kamminga / Dansoprecept.nl





# Markt agenda 2023

## Dedemsvaart Events



<b>24 juni</b>	<b>BRADERIE &amp; VLOOIENMARKT</b> 10.00-16.30	<b>29 juli</b>	<b>BRADERIE &amp; VLOOIENMARKT</b> 10.00-16.30	<b>26 aug</b>	<b>BRADERIE &amp; VLOOIENMARKT</b> 10.00-16.30
					
<b>Gamemarkt</b> + meet & greet met Pikachu		<b>Platenmarkt</b>		<b>Speelgoedmarkt</b> + meet & greet met Spiderman	
<b>30 sep</b>	<b>BRADERIE &amp; VLOOIENMARKT</b> 10.00-16.30	<b>15 dec</b>	<b>MOONLIGHT SHOPPING</b> 15.00-21.00	<b>16 dec</b>	<b>HOLLANDE AVOND</b> 20.00-0.00
					
<b>Crea- &amp; hobbymarkt</b> + meet & greet met T-Rex		<b>In Kerstsfeer</b>		<b>Hollandse Avond</b> bij De Baron, kaarten kopen via dedemsvaartevent.nl	

Alle markten vinden plaats in het centrum van Dedemsvaart (Julianastraat).  
Zie voor actuele informatie en aanmelden als standhouder [dedemsvaartevents.nl](http://dedemsvaartevents.nl)

## Kom naar Nieuwleusen!

Uw adres voor Naaimachines – Lockmachines  
Dealer van: Pfaff – Husqvarna – Singer – Brother + Baby Lock

### Reparatie alle bekende merken



pfaff Expression 720

Ook uw adres voor:  
Modestoffen – kinderstoffen  
+ hele grote collectie kleinvak

gratis parkeren  
voor de deur

NAAIMACHINES & HOBBY  
*Dinie Kleine*

Burg. Backxlaan 348 - 7711 AL Nieuwleusen - Tel: 0529-483805 -  
[info@diniekleine-naaimachines.nl](mailto:info@diniekleine-naaimachines.nl)



## SORTAS

recycling

Afvalbrengrstation voor bedrijven & particulieren



Hesselterlandweg 69 (voormalig Rova locatie)

 **container verlener.nl**



## DE BESTE ZONNESTUDIO VAN MEPPEL

De beste zonnestudio van Meppel met de professionele banken van Ergoline.

Zonnen kan bij ons al vanaf €13 per 15 minuten. Daarna betaald u het normale tarief per minuut. Onze zonnestudio houdt zich aan de Kwaliteitsnormen van Stichting Verantwoord Zonnen.



- ✓ Welkom zonder afspraak
- ✓ Zonnen vanaf €13
- ✓ Voordelen voor vaste klanten
- ✓ Gratis parkeren

Hoofdstraat 88  
7941AL Meppel  
0522 - 859094





## 'De familie bepaalt, en niemand anders'

door de redactie

'Eigenwijs zijn of weten waar je mee bezig bent': twee totaal verschillende benamingen voor wat eigenlijk hetzelfde is én van toepassing op Richard Krist. Voor de geboren Heerenveener (57) is deze eigenschap allesbehalve een belemmering in zijn werk. "Hoe groter een bedrijf, hoe meer van bovenaf opgelegd wordt. Ik kan zelf bepalen wat ik doe en wat ik niet doe."

Zijn werk hinkt op twee benen, zegt Richard: uitvaartbegeleiding en het Afscheidshuys Steenwijk. Al is hinken niet helemaal het juiste woord. Want de twee functioneren los van elkaar prima maar kunnen elkaar ook aanvullen en versterken. "Bij uitvaarten die ik verzorg kan de familie 24 uur per dag, met een eigen sleutel van de voordeur en van de rouwkamer, in het Afscheidshuys terecht om bij hun overleden dierbare te zijn. Maar het is bij de uitvaarten die ik verzorg absoluut geen voorwaarde om de overledene daar te laten opbaren, het is een van de mogelijke opties. Omgekeerd kunnen andere uitvaartondernemers ook ruimte in het Afscheidshuys huren, voor bijvoorbeeld een plichtigheid of condoleance maar ook om op te baren in een van de rouwkamers. En in dat geval bemoei ik me natuurlijk niet met zijn of haar werk." Het Afscheidshuys Steenwijk bevindt zich in het centrum. "Het zetelt in een drielal monumenten. Ik had daar lange tijd twee rouwkamers, recentelijk heb ik mijn kantoor 'opgeofferd' om een derde ruimte te creëren. Het was in drukke tijden met twee immers soms maar nét te doen."

### Geen lifters

Toen Krist drie jaar geleden uit dienst ging bij een uitvaartonderneming, ontstond de gelegenheid om voor zichzelf te gaan werken. "Dit past veel beter bij mij! Van huis uit ben ik immers ondernemer." Zo is Krist als zelfstandige niet gebonden aan vaste structuren, waardoor hij bij een uitvaart veel meer vrijheid heeft om invulling geven aan de wensen van de familie. "Soms worden ruimten in het Afscheidshuys gehuurd door grote uitvaartondernemingen. Dan zie ik weer hoe die uitvaarten aanpakken. Sommige ex-collega's doen dat – vaak van bovenaf opgelegd – al tientallen jaren op exact dezelfde manier. Ik ben daarentegen zelfstandig en volledig onafhankelijk." Als je succes hebt met wat je doet, willen leveranciers daarop soms meeliften met afspraken. Dat soort dealtjes maakt Richard dus niet. "Nee, ik doe alleen dingen die bij een uitvaart passen. En de familie bepaalt wat die zijn. Ik doe niet aan exclusiviteit."

### Het kan anders

De families komen vooral uit Steenwijk en omgeving, vertelt Richard, maar ook wel van elders. "Als ze van verder komen, is dat meestal via-via gegaan. Van een uitvaart komt een uitvaart, zeggen we in dit vak. Als je het goed doet tenminste. Veel mensen hebben nog steeds het idee dat een uitvaart op een bepaalde manier hoort te verlopen. Als ze dan bij mij zien hoe het anders kan, zeggen ze vaak: 'Kan dat ook? Dat was geweldig'. Zo heb ik recentelijk de kerk tegenover het Afscheidshuys afgehuurd voor een uitvaart, maar dan zonder de dominee. Er was daarna een 'afterparty' in het Afscheidshuys." Richard schrijft graag het levensverhaal van een

overledene, dat hij vanzelfsprekend eerst laat lezen door de familie. "Nee, geen standaard chronologieën maar verhalen waarin bijvoorbeeld bepaalde karaktereigenschappen terugkomen die de overledene bij leven had. Daar zitten soms dingen in waarvan de familie zegt: 'hoe kon je dat weten? Dan waren ze dus alweer vergeten dat ze me die zelf al verteld hadden.'"

### Richard Krist Uitvaartbegeleiding

Koningstraat 1  
8331 HV Steenwijk  
<https://www.richardkrist-uitvaart.com/>  
info@richardkrist-uitvaart.com  
Direct contact: (06) 4841 5584

**"Ik doe alleen dingen die bij een uitvaart passen. En de familie bepaalt wat die zijn."**

**Ik doe niet aan exclusiviteit."**

## En nu...?

door Richard Krist



De telefoon gaat ( midden in de nacht...), ik neem een beetje half wakker aan. "Richard Krist Uitvaartbegeleiding, u spreekt met Richard." "Ja halo, u spreekt met ... Mijn vader is ... hoe zeg je dat en tegelijkertijd wordt er op de achtergrond gezegd: "overleden." "Mijn vader is overleden." "Gecondoleerd. Wat kan ik voor u doen?" Het enige wat wordt gezegd is... "Komen."

Dan staan alle vezels in mijn lichaam aan en ga me klaar maken om naar deze familie te gaan. Al ben je uit je slaap gehaald, je staat aan! Het enige wat je vaak weet is dat er iemand overleden is natuurlijk, waar je moet zijn en hoe laat je hebt afgesproken.

Als ik dan aan de deur sta is het eigenlijk altijd wel "spannend" om in welke situatie en bij wat voor familie je terechtkomt. Dat is voor mij juist het mooiste van ons vak. De verscheidenheid aan families die ik mag begeleiden. Begeleiden is wat we doen. Als een "verlengstuk" van de familie functioneren, alles regelen en adviseren. Wij zijn degene die van de hoed en de rand weten en de familie kan meenemen in het proces van regelen van een uitvaart. Samen op weg om dit zo passend mogelijk vorm te geven.

En de verscheidenheid aan mensen is wat het juist zo bijzonder maakt. En het onrustige in je werk qua tijd en indeling moet je tegen kunnen. Werk en privé gaan zeker door elkaar. En zeker als zelfstandig ondernemer is dat zo, maar dat geeft aan de andere kant (soms) ook wel weer vrijheid. Het pad van regelen is een pad met veel vragen en antwoorden waar sommige families geen weet van hebben en andere exact weten wat er moet gebeuren.

"Ik heb jou in de krant gezien en hoor goeie dingen over je... dus jou moesten we hebben!" Dat is wat een familie een tijdje geleden zei bij binnenkomst na de melding. Nu moet ik er wel bij zeggen dat zij midden in de nacht belden (1.15 uur) om voor 9.00 uur af te spreken (omdat de dokter 's nachts niet zou komen). Toen ik de volgende dag vroeg waarom de familie midden in de nacht had gebeld om voor de volgende morgen af te spreken kreeg ik te horen. "De zorg zei dat je het druk hebt en nu weten we zeker dat je komt...". Bijzonder en toch heel fijn.

Het verschil tussen grote organisaties en kleine ondernemingen (zoals ondergetekende) kan liggen in aandacht, tijd en mogelijkheden. Je zou zeggen dat dit gelijk moet zijn, naar de ervaring leert (wat we terugkrijgen van de families) is dat het allemaal strakker in tijd en aandacht gestoken wordt met minder flexibiliteit. De ene grote onderneming is weer anders dan de andere.

Loopt een verzekering bij een onderneming die ook een uitvaart heeft is het niet (wat vaak wel genoemd wordt in de polis...) "Bij overlijden bel..." "verplicht" om de uitvaart door deze partij uit te laten voeren. Dit misverstand bestaat nog steeds en wordt in stand gehouden door deze en gene. Niets is minder waar. De keuze is vrij en aan de familie. Bij een keuze voor een plaatselijke, kleinere en bekende onderneming uit de omgeving (als bv. ondergetekende) is vaak alles persoonlijker, is er meer tijd en aandacht (lees bijna altijd) voor de nabestaanden en eigenlijk standaard tegen een lagere prijs.

Meer weten?

Schroom niet om contact op te nemen.  
info@rk-uitvaart.com  
06 484 15584



Richard Krist Uitvaartbegeleiding



Vrijheid om invulling te geven aan de wensen van de familie.

Foto: Bureau Beuriet





**Ophoff**  
NIEUWLEUSEN

MERKSPECIALIST IN OPEL



€17.500,-

Opel Crossland 1.2 Turbo Innovation 51.000 km Bouwjaar 2018

WIJ WERKEN MET ALL-IN PRIJZEN, INCL. AFLEVERINGSKOSTEN & GARANTIE.

Zafira Tourer 1.4 Turbo Cosmo 116.000 km. Blauw, Navi, Camera, Trekhaak, 7 pers.	2015	15.500,-
Grandland 1.2 Turbo 120 Jaar Edition 51.000 km. Grijs Navi, AGR stoelen, Camera	2020	23.950,-
Mokka X 1.4 Turbo (130pk) Elegance 14.000 km. Grijs/zwart dak Camera AUTOMAAT	2022	31.950,-
Mokka X 1.4 Turbo innovation, 67.000 km., Wit, Navi, Leer, Open dak, Trekhaak	2018	18.950,-
Astra 1.2 Turbo 130pk Elegance 8.000 km. Rood, Navi, Camera LED, AUTOMAAT	2022	32.950,-
Astra ST 1.0 Turbo Innovation 85.000 km. Grijs Navi, El.achterdep, AGR stoelen	2019	17.450,-
Astra 1.0 Turbo 5-drs. Edition 45.000 km. Wit, Navi, PDC V+A	2018	14.950,-
Astra ST 1.4 Turbo Innovation 122.000 km. Grijs Camera, DAB+ Navi LED	2017	15.500,-
Crossland X 1.2 Turbo 2020 Edition 5.400 km Wit/Zwart dak Trekhaak, AUTOMAAT	2020	23.450,-
Crossland X 1.2 Turbo (130 pk) Innovation Wit/Zwart dak Navi, Camera	2019	18.950,-
Crossland X 1.2 Turbo Innovation 49.000 km Grijs/zwart dak Navi, AGR, Trekhaak	2018	18.450,-
Crossland X 1.2 Turbo Innovation 64.000 km. Wit/Zwart dak Trekhaak, AGR, Head up	2017	16.950,-
Meriva 1.4 Turbo Edition 98.000 km. Grijs, Trekhaak, AGR stoelen	2015	10.500,-
Meriva 1.4 Turbo Cosmo 63.000 km. Grijs, Navi, AFL, Leer, AUTOMAAT	2014	12.950,-
Corsa 1.2 Turbo (100pk) Elegance 1.600 km. Grijs, Camera	2022	20.950,-
Corsa 1.2 Turbo (100pk) Edition 42.000 km. Grijs Intellilink	2020	15.950,-
Corsa 1.0 Turbo 3-drs. Black & White OPC Line 110.000 km. Wit, Navi, PDC	2018	11.500,-
Corsa 1.0 Turbo 5-drs. Edition 125.000 km. Blauw, Navi, PDC.	2017	11.450,-
Corsa 1.0 Turbo 5-drs. Edition. 61.000 km. Blauw	2017	10.950,-
Corsa 1.0 Turbo 3-drs. Color Edition 91.000 km. Zwart, Intellilink, OPC-Line	2017	11.950,-
Corsa 1.0 Turbo 3-drs. Edition 116.000 km. Zwart, Intellilink, Trekhaak	2015	8.950,-
Karl Rocks 1.0 Online Edition 47.000 km. Zwart Intellilink, PDC achter	2018	12.500,-
Karl Rocks 1.0 5-drs. Online Edition 46.000 km. Rood, Intellilink, Parkeersensoren	2017	11.500,-
Karl Rocks 1.0 5-drs. Online Edition 52.000 km. Blauw, Intellilink, parkeersensoren	2017	11.500,-
Karl Rocks 1.0 5-drs. Online Edition 56.000 km. Grijs, Intellilink, DAB, PDC achter	2017	11.500,-
Karl 1.0 5-drs. Edition 78.000 km. Blauw 15 inch, PDC achter 1e eig.	2018	9.950,-
Karl 1.0 5-drs. Innovation 43.000 km. Grijs, PDC achter, Winterpakket	2017	9.950,-
Karl 1.0 5-drs. Edition 56.000 km. Grijs, Bluetooth, 15 inch, Parkeersensoren	2017	9.450,-
Karl 1.0 5-drs. Edition 44.000 km. Wit Bluetooth, Cruise control, 1e eig	2017	9.250,-
Karl 1.0 5-drs. Edition 124.000 km. Rood Bluetooth, parkeer sensoren 1e eig.	2017	8.450,-
Citroen C1 1.0 VTI 5-drs. Feel 37.000 km. Grijs, Airco	2019	9.950,-
Seat Arona 1.0 TSI Xelence Business FR 71.000 km. Grijs, Navi, Camera, Trekhaak	2018	17.950,-

Rollecate 21 Nieuwleusen | T (0529) 481317 | www.ophoff.nl

## Wandelwol dé oplossing bij blaren en voet-ongemak

Wandelwol antidruk-wol is een zachte, natuurlijke en lanolinerijke wol dat je het gevoel geeft te lopen op wolven. Heb je pijn door het hardlopen, wandelen of door een sport zoals voetbal? Zijn je schoenen te groot, heb je last van weinig vetpolster onder de voet, pijnlijke likdoorns tussen of rondom de tenen, wintertenen, hielspoor of blaren? Ontdek of Wandelwol antidruk-wol de pijn wegneemt.



WandelWol  
Lanolinrijke, natuurlijke wol

Het antidruk-product van Wandelwol bestaat uit een melange van 100% schapenwol; zonder chemische toevoegingen of bewerkingen. Het materiaal is zacht en bevat lanoline (wolvet) Wandelwol is door zijn natuurlijke afkomst biologisch-afbreekbaar, absorbeert transpiratievocht en ventileert. Zorgt voor warme voeten in de winter en verkoelt in de zomer. De antidruk-wol verzacht ontstane blaren en voorkomt blaarvorming. Werkt drukontlastend, huid-herstellend en is een behoud voor mooie teenagels en voeten.

Wandelwol is door de extreem goede werking een begrip bij wandelaars. Nieuwsgierig geworden? Haal een zakje wandelwol van 20 gram voor 9,95 bij Zuss&Zij



- Autosleutels
- Dupliceren
- Repareren en programmeren



AUTOSLEUTELS - NIEUWLEUSEN  
0529-48 14 29

Maak een afspraak  
via Whatsapp op  
0529- 481429

wij helpen u graag!



**Helga Schuurman**  
Schoenen & Podologie

VOOR ELKE GELEGENHEID EEN PASSEND  
PAAR SCHOENEN OF VOOR ELKE  
VOET EEN PASSEND PAAR SCHOENEN.



Diverse  
soorten  
wandel-  
schoenen  
met  
merken  
zoals

Meindl,  
Lomer,  
Dolomite,  
Grisport en  
Xsensible.



Burg. backxlaan 37 771 IAA Nieuwleusen 0529-481429  
wiedeschoenpast@hetnet.nl www.helgaschuurmanschoenen.nl





# EASYSLIM.NU®

*Simpel, Snel, Slank!*

## AFVALLEN

### EN DUS GEZONDER EN FITTER WORDEN

#### Bij Easyslim kan het!

Vele tientallen klanten hebben de weg naar onze studio's inmiddels gevonden. Zowel mannen als vrouwen, en van alle leeftijden. Maar allemaal hebben ze één ding gemeen: Ze hebben moeite hun gewicht onder controle te krijgen en op peil te houden. Veel afslankmethodes bieden vaak maar een zeer tijdelijke oplossing. Dat het anders kan bewijzen de Easyslim.nu afslankstudio's van Petra Bartelink (61). Samen met haar team is zij al vele jaren actief in de regio. De begeleiding tijdens de behandelingen is zeer persoonlijk en gericht op resultaat.

#### Hoe het werkt

De studio's van Easyslim.nu werken met een geavanceerd apparaat dat werkt met ultrasound en elektrostimulatie. De ultrasound techniek zorgt ervoor dat vet uit de vetcel gaat en via het lymfestelsel het lichaam verlaat. Tegelijkertijd worden met elektrostimulatie de spieren getraind. Dit gebeurt terwijl u ontspannen en comfortabel op een behandelafel ligt.

#### Niet alleen de weegschaal

Om de resultaten nauwkeurig te kunnen volgen gebruiken we periodiek een 'Body Composition Analyzer'. Dit apparaat wordt gebruikt om de samenstelling van het lichaam exact in kaart te brengen en is veel meer dan alleen een BMI (Body Mass Index)-berekening. Door alleen naar BMI te kijken zou een goed getraind lichaam met veel spieren zelfs als 'obese' kunnen worden aangemerkt, omdat spieren nu eenmaal ook letterlijk gewicht in de schaal leggen. De samenstelling van het lichaam wordt gemeten, dus de verhouding vet en spieren, evenals het viscerale vet (het zogenaamde orgaanvet).

Hiermee wordt het eenvoudiger om samen met een voedingsadvies haalbare doelen uit te zetten. Aangezien geen enkel lichaam gelijk is, is het dankzij een uitgebreide intake en een nauwkeurige analyse door de Inbody scan mogelijk om het behandeltraject bij Easyslim.nu perfect af te stemmen op het lichaam, met een nog beter resultaat.



Voor iedereen maken we een persoonlijk behandelplan op maat, zodat de behandeling perfect aansluit bij jouw doelen en mogelijkheden.



#### METEN = WETEN

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

Hiermee kunnen we je lichaamssamenstelling nauwkeurig in kaart brengen.

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



**KOM KENNIS MAKEN**  
en laat je verrassen  
door onze werkwijze

## ACTIE

Intake incl. behandeling  
van €89,- voor €49,-

Geldig t/m 30 juni 2023



OF BOEK JE AFSpraak  
ONLINE VIA  
**EASYSLIM.NU**

**HARDENBERG | NIEUWLEUSEN | ZWOLLE**  
**VRAGEN? BEL OF APP 06 53 35 34 64**

  
**EASYSLIM.NU®**  
*Simpel, Snel, Slank!*

## Heerlijke asperges bij Bras- serie de Boerderij

De gehele maand mei kun je bij ons genieten van heerlijke gerechten met asperges. Onze asperges komen van Kwekerij Weiland, net buiten Zuidwolde (Drenthe). Onze asperge soep en hoofdgerechten zijn te bestellen met een heerlijk gebakken stukje zalm of smaakvolle beenham! Nu het mooie weer er ook weer aankomt kan er weer fijn gezeten worden op ons sfeervolle terras waar u goed uitzicht heeft op onze speeltuin. Het is hier goed vertoeven in het zonnetje en hoe lekker is het dan om daar een heerlijke portie asperges bij te eten.

Volgende week is het Pinksteren en onze camping staat volgeboekt met gezinnen en vrienden! Het zal een gezellige drukte worden bij ons. Beide Pinksterdagen bieden wij wederom onze luxe brunch aan, mocht u met Pasen hebben misgegrepen dan kunt u nu nog reserveren maar, vol = Vol. Reserveren kan op de website [www.brasseriedeboerderij.nl](http://www.brasseriedeboerderij.nl) of via telefoon 0523-225323

Wist u dat u bij ons ook terecht kunt voor heerlijk softijs en milkshakes? We hebben sinds kort een nieuwe ijsmachine waar we de meest heerlijke soft ijsjes met verschillende dips mee kunnen maken! Deze kun je dagelijks bestellen vanaf 12.00 uur bij onze snackcorner naast de brasserie.



 BRASSERIE  
**DE BOERDERIJ**

  
CAMPING  
**SI-ES-AN**  
GASTVRIJ & VEELZIJDIG

GEDREVEN, EIGEN, ALERT

*Uitvaartzorg*

**Gea van Sleen**

Dag en nacht bereikbaar  
**(06) 29 04 73 09**  
[www.uitvaartzorggeavansleen.nl](http://www.uitvaartzorggeavansleen.nl)

Voor iedereen, ongeacht waar u verzekerd bent.

— DE —  
**GROENE LANTAARN**  
MODE VOOR HEM & HAAR

BEL: 038-385 59 30  
MAIL: [INFO@DEGROENELANTAARNMODE.NL](mailto:INFO@DEGROENELANTAARNMODE.NL)  
BEZOEK: WESTERKAAI 48, GENEMUIDEN  
KUK OP: [WWW.DEGROENELANTAARNMODE.NL](http://WWW.DEGROENELANTAARNMODE.NL)





## Cranio ondersteunt om fysieke en emotionele veerkracht te herstellen

Emotionele klachten

Covid en vaccinatie klachten

Rug-, nek- en schouderklachten

Spier- en gewichtspijnen

*...welkom om te ervaren  
hoeveel lichter het kan*



CRANIO SACRAAL  
THERAPIE STEENWIJK

Roelle Vijverberg  
06-15449378

Informeer vrijblijvend naar de mogelijkheden voor uw klacht(en)

[www.craniosacraaltherapiesteenwijk.nl](http://www.craniosacraaltherapiesteenwijk.nl) | [info@craniosacraaltherapiesteenwijk.nl](mailto:info@craniosacraaltherapiesteenwijk.nl)

## Waarom bindweefseltherapie zo effectief is

**Bindweefsel (fascie) is het weefsel dat alle spieren en organen omhult en alles in het lichaam met elkaar verbindt en bij elkaar houdt. Het is rijk aan zenuwen, bloedvaten en lymfvaten. Het bindweefsel heeft letterlijk contact met elk ander systeem van het lichaam. Het hebben van soepel bindweefsel is van vitaal belang voor onze algehele gezondheid en welzijn. Op microscopisch niveau omhult bindweefsel namelijk elke cel van ons lichaam.**

Blokkades in het bindweefsel kunnen onder andere bewegingsbeperkingen veroorzaken. Hierdoor ontstaan veel gezondheidsklachten zoals stijfheid, pijn, slaap- en energieproblemen. Ook onverwerkte emoties kunnen zich vastzetten in het bindweefsel. Het weefsel verdikt zich daar, waardoor elasticiteit vermindert en tenslotte verloren gaat. Het bindweefsel vormt dan als het ware een harnas om de spier en de organen, waardoor deze niet meer vrij kunnen bewegen en de energie zal stagneren. Het kan zelfs zo zijn dat op het omliggende weefsel zoveel trekkracht wordt uitgeoefend dat je je niet meer kan ontspannen of bijvoorbeeld een gedeelte zelfs van de oorspronkelijke plaats wordt getrokken.

Tijdens een behandeling wordt volgens een vast tienstappenprotocol het gehele lijf

met zachte manuele technieken op bindweefselspanning onderzocht. Wanneer spanning in het bindweefsel ten grondslag ligt aan de ervaren beperkingen, wordt vaak na enkele behandelingen al verlichting van de klachten ervaren. De zachte aanraking, waarbij niet gemanipuleerd wordt, zorgt ervoor dat het bindweefsel van binnenuit gaat herstellen.

Cranio Sacraal Therapie is een erkende complementaire therapie die door de meeste aanvullende verzekeringen (deels) vergoed wordt.

Informeer telefonisch vrijblijvend naar de mogelijkheden voor uw klacht(en) bij Roelle Vijverberg tel. 06-15449378.



Een voorbeeld van hoe bindweefsel eruit ziet

## Op adem komen in Villa Bodelaeke: op een prachtige plek genieten van lunch, borrel en diner

door Marianne Weegenaar

**Giethoorn** - Een sfeervol restaurant in combinatie met een prachtig terras met eigen haven: Stefan Hoekstra en Thijs de Lange werden eigenlijk direct verliefd op de prachtige plek aan het water waar ze sinds kort 'Villa Bodelaeke' runnen. Ze zagen direct de mogelijkheden en besloten een tweede horecagelegenheid te beginnen in waterresort Bodelaeke, naast hun bestaande restaurant Villa Kalkoven in Meppel.

Niet dat beide 'Villa's' helemaal hetzelfde zijn. 'We werken met verschillende menukaarten, maar we hebben op beide locaties dezelfde stijl van koken', licht Thijs de Lange toe. 'Daarom beginnen beide bedrijfsnamen met 'Villa': dat zorgt voor herkenbaarheid. We zijn geen eetcafé, willen mooie gerechten op een mooie manier presenteren, maar niet in het hoogsegment.'

### Lokale, duurzame producten

Gerechten gemaakt van lokale, duurzame producten. Dat is het concept van het nieuwe restaurant. Ook de koffie, thee en wijnen zijn biologisch. Je kunt bij Stefan en Thijs terecht voor lunch, (aangeklede) borrel en diner. Maar ook fietsers die even wat willen drinken, of bootjesmensen die aanmeren zijn welkom. 'Villa Bodelaeke is zeker niet alleen voor de parkgasten, maar juist voor iedereen die ook wil genieten van dit mooie plekje', zegt Thijs. 'We willen laagdrempelig zijn, maar onze gasten wel echt het gevoel van een belevenis geven.'



Foto: Fotografie Natuurlijk.

Stefan Hoekstra en Thijs de Lange: na 'Villa Kalkoven' zijn ze een nieuwe horeca-uitdaging aangegaan met 'Villa Bodelaeke'.

Het fijne van deze plek is derust: 'Het is Giethoorn, maar dan zonder het massatoerisme. Je kunt hier lekker even in alle rust op adem komen. Je kunt gemakkelijk aanleggen met de boot, en hoeft niet bang te zijn dat je wordt aangevaren.'

### Zakelijke bijeenkomsten en familiefeesten

Op de locatie kunnen ook bruiloften, zakelijke bijeenkomsten en familiefeesten gehouden worden. 'Eigenlijk voor alle dierbare momenten:

dat kan een familiereünie zijn, maar ook een condoleance.' Villa Bodelaeke is zomer én winter open. Beide vestigingen hebben een jong energiek team, zowel in de keuken als in de bediening. 'We werken zelf hard mee!', licht Thijs. 'We houden niet van een hiërarchische werksfeer. Bij ons geen geschreeuw in de keuken. Iedereen moet het naar z'n zin hebben, en het leuk vinden om bij ons te werken. Privéleven is ook belangrijk, daarom hoeven onze medewerkers nooit een

heel weekend te werken.'

Thijs groeide op op een biologische boerderij in de Weerribben en kreeg het gebruik van biologische en streekproducten met de paplepel ingegoten. 'Waarom producten van ver halen, terwijl ze ook om de hoek kunt krijgen?', vindt hij. 'Het is uiteindelijk lekkerder én prima betaalbaar.'

Voor meer informatie: [www.villabodelaeke.nl](http://www.villabodelaeke.nl)





# Van voetbalteam en wielerploeg tot bouwvakker en horecamedewerker: Veilig en comfortabel aan het werk met Kruiders Workwear

**Steenwijk - Ze vormen een goed op elkaar ingespeeld team: vader Bert en zoon Max Kruiders. Sinds augustus vorig jaar hebben ze een fraaie nieuwe winkel aan de Lange Baan 27B in Steenwijk. Onder de naam Kruiders Workwear verkopen ze van alles wat mensen nodig hebben om hun werk veilig en comfortabel uit te kunnen voeren.**

Dat zijn niet alleen (veiligheid)schoenen, maar omvat ook kleding in alle soorten en maten, beschermingsmiddelen en accessoires. Op de bovenverdieping is een complete DTP-afdeling gevestigd. Dit is vooral het domein van Max, die de opleiding Multimedia & Design in Groningen heeft gedaan. Hij kan werkkleding van elk gewenst logo voorzien, maar zorgt ook voor belettering van bedrijfsbussen, vrachtwagens en boten. Ook het ontwerpen van logo's kan hij voor zijn rekening nemen. Hij ontwerpt en maakt abriposters en heeft een lamineermachine om materiaal dat buiten komt te hangen te beschermen tegen alle weersinvloeden.

## Lekker druk

Vader Bert is het merendeel van de tijd in de winkel te vinden, waar het de hele dag door een komen en gaan van klanten is. "De ene keer staat er een complete ploeg bouwvakkers op de stoep, die nieuwe werkkleding komt passen, de andere keer komt een moeder voor haar zoon - als die zelf geen tijd heeft - wat uitzoeken. Dan is het soms improviseren: wat voor maat heeft uw zoon? Ehhh, net zo iets als u...!"

Aan Bert Kruiders de schone taak om tussen de rekken op zoek te gaan én een passend kledingstuk te vinden. Een dakdekker loopt deze middag binnen en wil exact dezelfde broek als die hij nu ook draagt. "Waarom zou ik een andere nemen? Deze bevalt me prima!"

## Nieuw: zorgkleding

In de winkel zijn uitgebreide kledingcollecties van Blakläder, Dassy, Fristads, Herock, Carhartt en Santino te vinden. Medewerkers van uiteenlopende bedrijven komen hier graag een kijkje nemen om bedrijfskleding uit te zoeken. "Het merk Dassy heeft voor dames en heren een grote collectie broeken, jassen en polo's, et cetera die allemaal goed te combineren zijn en in verschillende kleuren verkrijgbaar zijn." Er is een grote collectie voor horecapersoneel en helemaal nieuw is de collectie zorgkleding. Voor scholieren van de Regionale Praktijk Academie (RPA) die stage gaan lopen, heeft hij ook kleding in huis.

## Kwaliteit voorop

Bert en Max verkopen gerenommeerde merken en kiezen altijd voor kwaliteit. "Als je aan het werk bent wil je geen broek die steeds afzakt en waar je later weer losse bretels bij moet kopen. Of schoenen die nét niet lekker zitten." Bij de schoenenafdeling staat een voetenuitlesapparaat dat heel veel informatie geeft. Een goed hulpmiddel, zo dat Bert eigenlijk nooit mishoefte grijpen. Het assortiment is groot en veel schoenen zijn niet alleen comfortabel maar ook modieus. "Bijvoorbeeld schoenen voor zorgpersoneel, horecamedewerkers en verkopers, die er leuk uitzien én ervoor zorgen dat je veilig loopt over gladde vloeren. "Ook zijn er veiligheidsschoenen voor bijvoorbeeld stratenmakers en industriemedewerkers."

## Beschermingsmiddelen

Verder is er een royale afdeling met persoonlijke beschermingsmiddelen (pdm's) van verschillende

merken, waaronder Delta Plus. "Veiligheidschaps, mondklappen, harnassen, handschoenen, maskers, brillen en valbeschermingsartikelen." De dakdekker loopt tevreden de winkel uit met zijn aankoop. "Ik heb er niks aan als een broek over drie weken kapot is. Nu weet ik zeker dat

het goed is", meldt hij. De deur gaat alweer open voor een volgende klant: een mevrouw die een vest zoekt "dat de hele dag lekker zit, en niet te warm en niet te koud is." Bert Kruiders schiet te hulp: "Dat gaat lukken!"

Kruiders Workwear VOF  
Lange Baan 27B  
8331 LW Steenwijk  
Telefoon: 0521 854 939  
www.kruidersworkwear.nl  
E-mail: info@kruidersworkwear.nl



Bert (links) en Max Kruiders: een team dat zowel werkkleding als onder andere bedrijfsbelettering verzorgt. Eigen foto's

# Ook mantelzorgers kunnen met een gerust hart op vakantie

ZorgMies kan de hulp overnemen

**Een oogje in het zeil houden, boodschappen doen, helpen bij het koken, mee op huisartsbezoek: een greep uit de dingen die een mantelzorgers doet voor een naaste. Maar wat moet deze naaste als de mantelzorgers op vakantie gaat? ZorgMies heeft altijd een prima vervanger klaarstaan. 'Die kan alle zorg overnemen, of een deel. Ook alleen tijdens de vakantie.'**

Ook mantelzorgers moeten er even tussenuit kunnen. Want voor hen is het zorgen voor iemand zwaar en soms ook eenzaam. Majanka en Gineke zien in hun werk voor ZorgMies regio Zwolle vaak overbelaste zorgverleners. De ZorgMies kunnen hun zorgtaken overnemen. "Voor de medische handelingen is er de thuiszorg. Maar vaak is er geen tijd voor een bak koffie of wat gezelligheid. ZorgMies zijn er om te helpen bij bijvoorbeeld het koken, het boodschappen doen, het overzicht houden op het huishouden, het stimuleren van lichaamsbeweging en het scherp houden van de geest." Maar ze gaan ook mee naar de arts, tandarts, kapper en zelfs de schoonheidsspecialiste. En zorgen voor dat zo belangrijke gezelschap en desgewenst begeleid vervoer. "Dat kan dus ook voor een kortere periode of op afroep, als de reguliere zorgverlener even niet beschikbaar is. Onze slogan 'ZorgMies maakt het leven leuker' gaat dus niet alleen op voor degene die zorg nodig heeft, maar ook voor de gever. Want onze ZorgMies - en ZorgSiemen - kunnen hun werk overnemen."

## Zorghart

Even bellen met Majanka of Gineke en het wordt geregeld. "We starten altijd met een vrijblijvend en kosteloos intakegesprek, zonder verplichte abonnementen of andere

addertjes onder het gras. Daarna kijken we welke persoon in ons ruime bestand aan ZorgMies en -Siemen het meest geschikt is. Ze zijn allemaal in het bezit van een VOG-verklaring maar bovenal zorgzaam, respectvol en flexibel en hebben net als wij een zorghart. Dat weten we omdat we persoonlijk met hen kennismaken hebben. De klik tussen de ZorgMies en cliënt is belangrijk dus ook die maken eerst kennis met elkaar." Dankzij de ZorgMies kun je als mantelzorgers met een gerust hart op vakantie: "De zorg die je levert, draag je over aan de ZorgMies/-Siem. Hij of zij kan je op je vakantieadres op de hoogte houden over hoe het gaat met bijvoorbeeld vader of moeder. Dit kan via een Whatsapp-bericht aan de ZorgMies/-Siem maar ook via e-mail of een telefoontje met een van ons", leggen Majanka en Gineke uit. De ZorgMies hebben ook een signaleringsfunctie dus trekken aan de bel bij vragen of bijzondere ontwikkelingen. De meesten hebben immers een zorgachtergrond of zijn zelf mantelzorgers geweest en weten 'hoe het werkt'.

## Overbelasting

De huidige generatie volwassen kinderen zegt wat gemakkelijker tegen hun ouders: 'bewaars je geld niet voor de erfenis, maar koop de zorg die je nodig hebt gewoon in. Bijvoorbeeld in de vorm van een ZorgMies. "Dan is er geen 'poespas' nodig om snel te kunnen starten. Maar ook met een pgb kun je bij ons terecht. In beide gevallen geldt: wacht niet te lang met contact opnemen, regel het op tijd." Ook werkgevers kunnen contact opnemen met ZorgMies: "Werkgevers kunnen daarmee werknemers helpen die door mantelzorgers overbelast dreigen te raken. Aan langdurige uitval hangt immers een fors prijskaartje." ZorgMies regio Zwolle, opgericht in september 2017, is actief in Zwolle, Meppel, Steenwijkerland,

Westerveld, Hattem en Wezep/Oldebroek. Majanka en Gineke zijn de eigenaren van het regiokantoor, zij doen onder andere de intakes met nieuwe ZorgMies, matchen die met cliënten en zijn aanwezig bij de kennismakingsgesprekken. "Ook onderhouden we contacten met onder anderen casemanagers, de wijkverpleging, bewindvoerders, uitvoerders van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) en mantelzorgmakelaars. Wat dit werk zo mooi maakt: dat wat we zelf missen binnen de huidige zorg, kunnen onze ZorgMies bieden."

ZorgMies regio Zwolle e.o.  
Telefoon (038) 782 0560  
 zwolle@zorgmies.nl  
 www.zorgmies.nl/zorgmies-zwolle



Geen zorgen tijdens de vakantie



## Vervolg • Juf van KindPunt brengt eigen voorleesboek uit

### Kaartjes

Tijdens een internationaliseringstraject in Canada zag Den Hollander dat er in het onderwijs aldaar meer aandacht is voor hoe het brein functioneert. "Ik ben me daar daarna ook in gaan verdiepen, onder andere in emotieregulatie. Dat heeft ertoe geleid dat ik een 'stille hoek' heb ingericht in de klas. De time-out is wel een bekend begrip, die stille hoek is eigenlijk meer een time-in. Kinderen kunnen er even naartoe en dingen doen om tot rust te komen als ze teveel prikkels hebben gekregen. Daarna kunnen ze nieuwe informatie beter verwerken." Wie Den Hollander ook op het spoor heeft gezet, is James Nottingham met zijn theorie over de leeruitdaging. "Hij stelt onder meer dat een goede leraar situaties creëert waarin leerlingen die cognitieve onbalans, de leerkuil, ervaren die zo noodzakelijk is om te groeien in hun ontwikkeling." Het woord leerkuil klinkt misschien wat vreemd, maar: "Het staat er in mijn beleving symbolisch voor dat je eerst in het diepe springt om een uitdaging aan te gaan en daar moeilijkheden tegen kan komen, maar er altijd met meer kennis uitkomt." In de klas heeft Den Hollander 'mindsetkaartjes' geïntroduceerd. "Daar staan vragen op als 'Aan wie kun je hulp vragen?' en 'Wat was de beste fout die je hebt gemaakt?'. Ik wil kinderen ook vooral meegeven dat je niet altijd heel hoog hoeft te vliegen, fladderen mag ook! Als je maar de uitdaging aangaat en niet direct denkt dat je iets niet kunt."

### 'Net als Diede'

Toen ze van fulltime juf terugging naar anderhalve dag per week, ontstond de behoefte om het boek 'Diede durft!' te

schrijven. "Het is een voorleesboek voor kinderen van de groepen 1 tot en met 4, waarin de hoofdpersoon Diede leert dat ze fouten mag maken en daardoor meer nieuwe dingen durft te proberen." Uitgeverij Ten Brink wilde het boek uitgeven. De illustraties zijn gemaakt door de Zwolse Marijke ten Cate. "Ik was zeer vereerd dat ze dat wilde doen en was ook erg verrast door het geweldige resultaat. Haar prenten ondersteunen het verhaal precies. Het boek is ook in België opgepikt en ook hebben veel ouders van hoogbegaafde leerlingen het aangeschaft. Soms hoor ik in de klas een leerling zeggen: 'Dat ga ik net als Diede doen!'" Herman Langhorst, directeur van KindPunt, heeft het eerste exemplaar in ontvangst genomen. "Veel collega's hebben het boek aangeschaft en ik heb een workshop mindset gegeven voor medewerkers van KindPunt. En wat erg leuk was: een leerling uit groep 4, Lone, koos voor haar boekbespreking mijn boek!"

### Lone tijdens haar bespreking van het boek Diede durft!



## Wat is de kracht van je kwetsbaarheid?

door Marianne Boerman

We zitten aan tafel in mijn kantoor en ik vraag aan haar hoe het gaat? Ze vertelt over een situatie op het werk. Ik vraag aan haar wat het met haar gedaan heeft. 'Nu wel weer goed', zegt ze met een glimlach op haar gezicht. Dat is wat ik haar hoor zeggen. Ik kijk haar aan en zeg: 'Ik zie jouw ademhaling versnellen en je hebt je armen over elkaar. Ik hoor je stem harder worden en ik voel dat de energie is veranderd. Hoe ervaar jij dat? Is het voor jou echt weer goed op het werk?' 'Nee, eigenlijk niet.' 'Waarom zet jij dan een masker op?' En ik laat een stilte vallen....



In mijn trajecten komt met regelmaat naar voren dat mensen gekwetst zijn in het contact met anderen. Om te voorkomen dat ze opnieuw gekwetst worden zetten ze een masker op. Pesten is hier een oorzaak van. Uit onderzoek door het Nederlands jeugdinstituut blijkt dat 41,5% van de 18-25 jarigen ooit gepest is op school. Bij 56% van hen heeft dit geleid tot emotionele en psychische klachten. Maar ook in de werksituatie wordt 1 op de 10 medewerkers gepest, wat resulteert in 4 miljoen extra verzuimdagen per jaar.

### Achter welk zelfbeschermingsmechanisme verstop jij je (on)bewust?

Niemand wil pijn ervaren, dus uit zelfbescherming ga je onderzoeken welke methode werkt om de pijn niet te voelen. Na een aantal positieve ervaringen bij deze methode, ga je dit ook toepassen in andere 'lastige' situaties. Je ontwikkelt een zelfbeschermingsmechanisme waarbij jij je ware gevoel niet toont. Misschien:

- Ben jij die zelfverzekerde vrouw die op elk feestje het hoogste woord voert? Of:

- Ben jij die vrouw met een afwachtende houding die niet snel haar mening deelt? Of:
- Ben jij die vrouw met een glimlach en die even kort wegstijgt als je geraakt wordt? Of:
- Ben jij die vrouw die alles oplost en onder controle heeft? Of:
- Ga jij conflicten uit de weg? En probeer je het iedereen naar de zin te maken?

Wellicht gebruik je voor elke situatie een andere tactiek. Je leert welk masker het beste werkt.

Doordat jij je anders voordoet dan dat je je eigenlijk voelt kun je lichamelijke of mentale signalen van je lichaam krijgen. Zo kost het je veel energie omdat jij:

- De lat hoog legt voor jezelf;
- Altijd rent en vliegt;
- Het iedereen naar de zin wil maken;
- Alles perfect moet doen;
- Veel moet van jezelf;
- Geen Nee kunt zeggen.

Tijd voor jezelf en nadenken over wat jij wilt en

nodig hebt, heb jij lange tijd geleden onbelangrijk gemaakt. Alles in jouw roept om gehoord en gezien te worden.

### Wat bedoel ik met de kracht van kwetsbaarheid?

Wanneer jij jouw emoties durft te tonen (kwetsbaarheid), dan leer jij op je intuïtie (kracht) te vertrouwen. De kracht zit erin, dat je (weer) geraakt kunt worden door anderen. Zowel de positieve als de negatieve uitspraken. Hoe reageer jij als iemand zegt: 'Goh, wat zie je er leuk uit vandaag!' Kun jij die ontvangen? De Dikke van Dale geeft een minder positieve betekenis aan kwetsbaarheid: 'Kwetsbaar is het vatbaar zijn voor verwonding of ander onheil.'

Inderdaad vatbaar ... De mogelijkheid bestaat dat je pijn ervaart. Maar dat bepaal jij. Jij bepaalt wat vat op jou krijgt. Vertrouw op jouw gevoel! Bedenk je beschermingsmechanisme, het heeft je ooit geholpen. Nu is het tijd om afscheid te nemen. Het is tijd voor de Kracht van Kwetsbaarheid! Lijkt het je waardevol om vrijblijvend een kopje thee of koffie te drinken? Plan dan nu een gesprek in.

Marianne Boerman  
Coaching & Training  
06-83207602  
www.marianneboerman.nl  
mail@marianneboerman.nl

## Durf jij jezelf te laten zien in al je kwetsbaarheid?





## Straatnaam

# onder de loep de Dagpauwoog in Meppel

door Margriet Dalmeijer

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

De dagpauwoog (*Aglais io*) is een middelgrote dagvlinder die tot de familie van de aurelia's (Nymphalidae) behoort. Zijn fraaie, bontgekleurde uiterlijk zorgt ervoor dat hij makkelijk te herkennen is. Hij ontleent zijn naam aan de paarsblauwe vlekken op de bovenkant van zijn vleugels, die lijken op de 'ogen' die op pauwenveren voorkomen. Deze oogvlekken zijn bedoeld om mogelijke vijanden af te schrikken.

Ook de rupsen van de dagpauwoog zijn gemakkelijk te herkennen aan hun zwarte lichaam met fijne, witte spikkels en lange stekels. De vlindersoort komt bijna overal ter wereld voor, behalve in gebieden die te koud zijn, zoals bijvoorbeeld het noorden van Scandinavië. Ook in Nederland geldt de vlinder als een algemene soort. Afgelopen jaar was hij zelfs de meest getelde vlindersoort tijdens de in juli gehouden Tuinvlindertelling van de Vlinderstichting.

Hoewel de dagpauwoog zich graag tegoed doet aan nectarrijke planten als koninginnekruid, distel en vlinderstruik, is zijn belangrijkste waardplant de grote brandnetel. Dat betekent dat hij hier zijn eitjes op afzet. Ook is de brandnetel het belangrijkste voedsel van de rupsen van de dagpauwoog. Voor de voortplanting van deze vlinder – en overigens ook veel andere vlindersoorten – is de aanwezigheid van deze plant dus essentieel. De dagpauwoog wordt vooral aangetroffen in ruige graslanden, bloemrijke randen van bos- en heidegebieden, dijken, parken en tuinen,

maar kan ook prima op ander plekken gedijen waar veel brandnetels en nectarrijke bloemen beschikbaar zijn.

### Overwinteren

De dagpauwoog overwintert als vlinder op donkere, beschutte plekken, zoals een schuur, een holle boom of tussen gehakt hout. Hij komt al vroeg in het voorjaar uit zijn schuilplaats naar buiten, zodra de eerste warme dagen zich aandienen. Dan zoeken mannetjes en vrouwtjes elkaar op voor de paring, waarna het vrouwtje haar eitjes afzet aan de onderkant van de bladeren van de grote brandnetel. Per keer kan een vrouwtje zo'n 800 tot 1000 eitjes afzetten, die ze over verschillende plekken verspreidt om de kans op uitkomen groter te maken.

Nadat de rupsen zich van mei tot juni tegoed hebben gedaan aan de brandnetels, verpoppen ze zich tot de eerste generatie dagpauwogen, die van juni tot augustus vliegen. Bij warm weer ontstaat er een tweede generatie, die vliegt van augustus tot oktober. Zodra het kouder wordt, gaan de

vlinders op zoek naar een nieuwe schuilplaats om te overwinteren. In deze periode eten ze veel nectar, om voldoende vetreserve te hebben om de winter door te komen.

De vlinder die je lijkt aan te staren.

Foto: Korall op Wikipedia



# Warrior Events heeft grootse plannen met winkelcentrum De Swaenenborgh

door Margriet Dalmeijer

**MEPPEL – Er gloort hoop voor winkelcentrum De Swaenenborgh in Meppel: na jaren van verloedering en grote leegstand ziet het er naar uit dat het gebouw een nieuwe bestemming krijgt. Het Groningse bedrijf Warrior Events, in de wijde regio bekend om haar spannende real life games, heeft namelijk het plan opgevat om in de verwaarloosde winkelpassage een indoor pretpark te realiseren.**

Het pretpark moet de vorm krijgen van een 'real life gaming center', waar bezoekers zich kunnen onderdompelen in een levensechte spelervaring waarin zij zelf de hoofdrol spelen.

"Denk aan een combinatie van een gigantische escaperoom en een filmset", legt directeur Alita Smit van Warrior Events enthousiast uit. "Dit wordt iets unieks. Zoiets is er nog niet in Europa, en misschien niet eens in de wereld."

Het winkelcentrum moet plaats gaan bieden aan verschillende games, die op dit moment al volop in ontwikkeling zijn. Om de spellocatie voor zo veel mogelijk doelgroepen interessant te maken, mikt Warrior Events op verschillende spelgenres.

Zo zijn er plannen voor een humoristisch spel, maar ook voor games waarin juist de spanning centraal staat en waar deelnemers een adrenalinekick van krijgen. Net als bij andere door het bedrijf ontwikkelde real life games zullen de spellen in De Swaenenborgh geïnspireerd zijn op bekende games, series en films, waaronder Harry Potter en Call of Duty. Dit zal voor

toekomstige deelnemers ongetwijfeld een feest van herkenning opleveren.

### Verbouwingen



Verschillende soorten games zijn gepland. Foto: Facebookpagina Warrior Events

Voordat de eerste bezoekers ontvangen kunnen worden, moet er nog wel het nodige werk worden verzet. Weliswaar is

de eerste horde genomen – de eigenaar van het winkelcentrum heeft de plannen goedgekeurd – maar dat betekent niet dat alles al in kannen en kruiken is. Ook de gemeente moet namelijk nog groen licht geven voor de voorstellen van Warrior Events.

Daarnaast moeten in De Swaenenborgh ook een aantal noodzakelijke verbouwingen worden verricht om de locatie geschikt te maken voor het indoor gamecenter.

De meest in het oog springende verandering is dat het winkelcentrum in twee delen zal worden gesplitst. Via de ene ingang, die ongemoeid wordt gelaten, is Albert Heijn te bereiken. De supermarkt is de enige winkel die niet uit het winkelcentrum vertrekt. De andere ingang gaat straks toegang geven tot het spellencomplex en zal voorzien worden van toegangspoortjes en een ontvangstruimte. Het indoor pretpark gaat bijna het hele winkelcentrum beslaan, inclusief de voormalige bioscoop die in het pand gevestigd is.

Omdat het gamecenter zo'n vernieuwend concept is, wil Warrior Events eerst kijken of bezoekers er warm voor lopen. Daarom zal het winkelcentrum aanvankelijk voor een half jaar worden gehuurd. Als de start succesvol verloopt, gaat het bedrijf de mogelijkheden onderzoeken om zich voor langere tijd aan de locatie te verbinden. Zelfs de koop van De Swaenenborgh behoort in dat geval tot de mogelijkheden. Warrior Events hoopt in september de eerste bezoekers in het gamecenter te kunnen verwelkomen.

Meer weten over Warrior Events? Kijk dan op <https://warriorevents.nl>.



## Opladen en weer door.

door Gert Mooiweer



Het is zaterdagmorgen een uur of tien als mijn telefoon gaat, ik pak, op mijn eerste vakantiedag, zoals ik altijd oppak met: Gert Mooiweer uitvaartverzorging. Een vriendelijke stem aan de andere kant van de lijn meldt een overlijden. Ik vraag of ik later even teug mag bellen omdat ik midden in een drukke winkel sta. Gelukkig mag dat. Ik doe even snel mijn boodschappen, rijd naar kantoor en bel deze meneer terug.

We maken een afspraak voor later die dag. Eenmaal aangekomen op het adres tref ik 2 zeer vriendelijke mensen aan, die mij totaal niet kennen, zelfs nog nooit van mij gehoord hadden en via internet aan mijn gegevens gekomen zijn. Koffie en cake wordt mij aangeboden, ik zei nog dat ik dit meestal aanbied, maar dit wel zeer waardeerde. Een paar brede glimlachen kwamen tevoorschijn en we gingen zeer ontspannen het gesprek aan. Al snel werd duidelijk dat de mevrouw die overleden was niet getrouwd was geweest, geen kinderen had en ook geen broers of zussen. Een neef had de zorg voor haar op zich genomen.

Het moest een "warme" eenvoudige en kleine uitvaart worden. Het aantal mensen dat verwacht werd lag zo rond de 40 en ik stelde voor er een technische crematie van te maken met het afscheid in mijn eigen uitvaartcentrum. Een technische crematie is puur alleen het aanbieden van het lichaam ter verbranding, een eventueel afscheid vindt elders plaats dus niet in het crematorium. Omdat de familie van ver kwam en eigenlijk geen goede plek had om de dingen rustig uit te werken, (de afdeling in het verzorgingstehuis was een gesloten afdeling en erg onrustig) deed ons besluiten om tante op te baren bij mij, waarbij de neef en nicht onbeperkt gebruik kunnen maken van het uitvaartcentrum. Zo gezegd zo gedaan. Tante werd netjes door ons verzorgd, overgebracht en opgebaard. Haar pluche hondje lag liefdevol op haar kussen tegen haar wang aan in de kist. Een haast ontroerend gezicht, de familie vond het geweldig. Vele dingen hebben we die dag geregeld zodat de familie rustig weer naar het verre westen kon afreizen en ik het een en ander hier kon gaan regelen voor hen. Vele telefoontjes werden onderling gepleegd en de uitvaart kreeg langzaam vorm. Er werd gekozen voor een beamerpresentatie met foto's van tante en mooie muziek waar ze van hield. Koffie vooraf met daarbij een broodje voor de mensen die van ver kwamen en dat kwamen de meesten. Na het samerzijn een combi van warme hapjes en vis en een borrel. Hoe persoonlijk kun je het maken, nou heel persoonlijk dus.

We hadden alle tijd om samen te zijn omdat ik best een ruime tijd tussen het samenzijn en de daadwerkelijke crematie gekozen had. Men kende dit in het westen niet, zoveel tijdsruimte om ontspannen samen te zijn. Nou hier wel hoor. Er kwamen nog 2 meldingen bij en mijn vakantie begon dus duidelijk in te korten. Maar nee komt niet voor in mijn pakket in aan te bieden diensten. Toch nog een paar dagen weg kunnen gaan, maar als je zoveel complimenten krijgt over het geheel dan heb je eigenlijk geen vakantie meer nodig, want wat haal ik daar toch een voldoening uit.

Toch is het goed om zo af en toe even aan jezelf te denken. Mijn batterijtje is weer opgeladen en kan er weer tegenaan.



# Happy Grill

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

Bier en wijn zit ook bij de prijs in!

Beilerstraat 2 7933 TT Pesse

[www.happygrill.nl](http://www.happygrill.nl) | 0525-242708

Dag en nacht bereikbaar  
(ongeadt waar u verzekerd bent)  
038-3865544 / 06-31961571  
ook voor uw assieraden

*Uitvaart* Gert Mooiweer  
Overledenenverzorging

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

Waar respect en afscheid elkaar omarmen

## warnders tandtechniek

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

Gemeenteweg 226  
7951 CW Staphorst  
tel. 0522 46 25 15

## INKOOP VAN OUD GOUD EN ZILVER

OLDEHOLTPADE  
TEL: 0561 - 689290  
[WWW.PRAKKENEDELMETAAL.NL](http://WWW.PRAKKENEDELMETAAL.NL)

## Tuin Totaal Center

Blokhutten Scherp en Sterk in Maatwerk

Maatwerk?

Bij ons verrassend voordelig!

Edisonstraat 5 | 8013 PS Zwolle | Tel. (038) 444 84 01  
[www.tuintotaalcenter.nl](http://www.tuintotaalcenter.nl)

## TEGELHUIS OMMEN

# 10 JAAR

MAAK KANS OP EEN GRATIS  
BADKAMER, TOILET OF WOONVLOER!

Strangeweg 24 | 7731 GW Ommen  
[tegelhuysommen.nl](http://tegelhuysommen.nl)

## DE BESTE WASSTRAAT VAN DE REGIO

### 60 meter wasplezier

Gratis gebruik van het stofzuigerplein voor Rial klanten.

Plaatsing: 8.30 - 18.00  
Za. 9.30 - 17.00  
Zo. 10.00 - 17.00

Blankenstein 670  
7543 PA Meppel  
[www.riancarwashmeppel.nl](http://www.riancarwashmeppel.nl)

## Uw advertentie of artikel in onze krant?

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





## Gemeente Staphorst doet mee aan E-waste Race

door Margriet Dalmeijer

**STAPHORST** – Goed nieuws voor iedereen die thuis nog oude of kapotte apparaten heeft liggen. Tot 15 juni vindt in de gemeenten Staphorst, Steenwijkerland en Hattem namelijk de zogenaamde E-waste Race plaats. Tijdens deze race, die is bedacht door Stichting OPEN, nemen tien basisscholen in de regio het tegen elkaar op om zo veel mogelijk elektronisch afval in te zamelen.

'Dit educatieve project, waarbij scholen de strijd aangaan met elektronisch afval, combineert bewustwording over circulariteit met een fysieke inzamelactie. Op deze manier leren kinderen en hun omgeving over het verzamelen van elektronisch afval', aldus Stichting Open. Met de race willen de organisatoren het verzamelen van e-waste 'leuk, leerzaam en makkelijk' maken. Het programma is zo opgezet dat kinderen op een interactieve en inspirerende manier allerlei dingen leren die met het onderwerp e-waste te maken hebben. Niet alleen onderwerpen als grondstofschaarste en consuminderen passeren de revue, maar ook krijgen de kinderen informatie over hergebruik en recyclen. Tijdens de actieperiode proberen de deelnemende leerlingen zoveel mogelijk oude en kapotte elektronische apparaten in te zamelen. Op <https://ewasterace.nl> kunnen buurtbewoners, vrienden en familieleden hun elektronische afval aanbieden, waarna de basisschoolkinderen de spullen komen ophalen. Accu's of losse batterijen mogen tijdens de actie niet worden ingeleverd. Apparaten die nog te maken zijn, worden gerepareerd bij een lokaal Repair Café; de rest wordt ter recycling aangeboden. Om ervoor te zorgen dat de e-waste zo goed mogelijk hergebruikt of gerecycled wordt, werken de deelnemende gemeenten

samen met de ROVA en Stichting Noggus & Noggus.

### Herbruikbaar

Alle ingezamelde apparaten worden door de kinderen op de website van de E-waste Race ingevoerd. In het klassement is dagelijks te zien hoeveel elektronisch afval al door de verschillende scholen is ingezameld. De school die bij afloop van de actieperiode de hoogste score heeft behaald, wint een coole schoolreis voor de hele klas. Dat de E-waste Race hard nodig is, blijkt wel uit de inzameklifers die er over elektronisch afval bekend zijn: meer dan de helft van alle apparaten wordt niet ingezameld. Oude telefoons behouden vaak onderin een la en ook dingen als niet langer gebruikte laptops of kapotte dvdspelers blijven vaak ergens in huis rondslingeren. Dit is zonde, want al deze apparaten bij elkaar bevatten enorm veel waardevolle en herbruikbare materialen.

Om te bekijken wat het effect van de E-waste Race is, heeft Stichting OPEN een onderzoek laten uitvoeren door de Technische Universiteit Eindhoven. Hieruit blijkt 'dat de E-waste Race zorgt voor een positieve gedragsverandering en meer bewustwording bij leerlingen en hun directe omgeving, zoals ouders en leerkrachten, ten aanzien van het recyclen van elektronisch afval'. Onder de naam WeCycle voert Stichting OPEN verschillende campagnes om de inzameling en recycling van e-waste te stimuleren. Consumenten en professionals kunnen hun afgedankte elektrische apparatuur inleveren bij een van de 13.000 WeCycle-inleverpunten in heel Nederland.

Meer weten?  
Kijk dan op <https://ewasterace.nl>.

## Van kunstwerken tot ballonnen: de leukste evenementen in de regio

door Margriet Dalmeijer

**REGIO** – De komende maanden worden in de regio weer diverse evenementen en exposities georganiseerd. In dit artikel worden enkele van deze activiteiten uitgelicht.

### Bibliotheek Meppel – Expositie Cultuurtraject+

Tot en met donderdag 1 juni is in de bibliotheek in Meppel een tentoonstelling te zien in het kader van Cultuurtraject+, een culturele samenwerking tussen Stad & Esch, CSG Dingstede en Terra Meppel VO. Het project heeft als doel om elk schooljaar een gezamenlijk groot cultuurproject te organiseren in de gemeente Meppel met steeds een ander thema. Het thema van dit jaar is 'Kunst, boeken en poëzie'. De tentoongestelde kunstwerken zijn gemaakt door leerlingen uit de eerste, tweede en derde klassen van de deelnemende scholen. Zij hebben hun creaties gemaakt tijdens een speciale lessenserie, die geheel in het teken stond van het cultuurtraject.

De expositie van Cultuurtraject+ is gratis te bezoeken tijdens de openingstijden van de bibliotheek. Kijk voor meer informatie op [www.bibliotheekmeppel.nl](http://www.bibliotheekmeppel.nl).

zich sterk maakt voor de genezing van spierziekten. Medewerkers van het fonds zijn op de fair aanwezig om uitleg te geven en vragen te beantwoorden. Ook is het voor bezoekers mogelijk om een donatie aan het fonds te geven.

De Fair Buitenleven duurt van 10.00 tot 17.00 uur en is gratis toegankelijk.

### Balloonfair Staphorst op 6 en 7 juli

Heb je altijd al in een luchtballon over de regio willen vliegen? Dan komt nu je kans. Op donderdag 6 en vrijdag 7 juli wordt bij Manege RV Staphorst namelijk de vijfde editie van de inmiddels befaamde Balloonfair georganiseerd. Na vier succesvolle eendaagse edities heeft de organisatie dit jaar besloten om uit te breiden naar een tweedaags evenement, waardoor er meer passagiers mee kunnen varen. Op beide avonden zullen maximaal 35 luchtballonnen opstijgen, waaronder ook ballonnen met bijzondere vormen en groottes. Het festival wordt op 7 juli afgesloten met de Night Glow: een spectaculaire en onvergetelijke lichtshow. Het evenemententerrein is gratis toegankelijk; voor de ballonvaart moeten wel kaartjes worden gekocht.

Kijk voor meer informatie of om tickets te bestellen op [www.balloonfairstaphorst.nl/](http://www.balloonfairstaphorst.nl/).



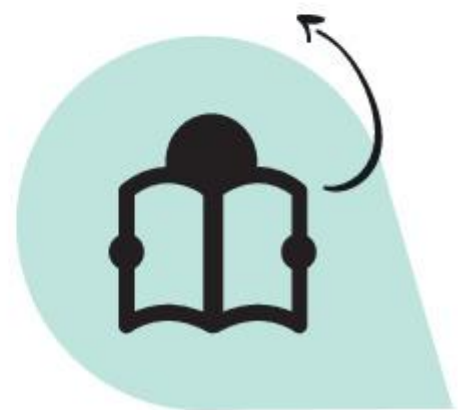
### Fair Buitenleven in De Wijk op 10 juni

Aan de Ossensluis 8 in De Wijk wordt op zaterdag 10 juni weer de jaarlijkse Fair Buitenleven georganiseerd. Ook dit jaar kunnen bezoekers volop genieten van al het mooie dat het buitenleven te bieden heeft. In een gezellige en ongedwongen sfeer slenteren langs kraampjes met onder meer streekproducten en brocante, een lekkere kop koffie drinken of proeven van de gerechten die in grote potten op houtvuur worden gemaakt: het is allemaal mogelijk. Ook voor kinderen is er op de fair van alles te beleven. Zij kunnen zich niet alleen uitleven op het springkussen, maar ook deelnemen aan verschillende leuke kinderactiviteiten.

Net als in voorgaande jaren wordt op de Fair ook weer aandacht gevraagd voor een goed doel. Dit jaar is de keuze gevallen op het Prinses Beatrix Spierfonds, dat

De lucht in met een koe.  
Foto: Facebookpagina Balloonfair Staphorst

Heb jij nieuws voor ons?  
Laat het ons weten!



Inzamelen voor een groenere wereld. Foto: Facebookpagina Wecycle



# Fietsen langs de Vecht in de slipstream van Wennemars

door de redactie

Iedereen met een fiets, langzaam of snel, kan zaterdag 27 mei weer naar Dalfsen komen voor Erbens Vechtdaltoer. Die is genoemd naar de sportman Erben Wennemars, die in het dorp aan de Vecht geboren is, en biedt zorgvuldig uitgezochte routes van 50 tot 170 kilometer. De opbrengst gaat dit jaar naar het Ronald McDonald Huis Zwolle en Stichting Team Dalfsen tegen de ziekte ALS.

Racefietsers, e-bikers en fietsers met rechte sturen: iedereen is welkom om een tocht te maken door het rustgevende en afwisselende stroomgebied van de Overijsselse Vecht vanaf Dalfsen. Uniek voor de Vechtdaltoer is dat de routes elk jaar anders zijn, al blijven de fietsers natuurlijk wel altijd in de buurt van de Vecht. De routemakers hebben hun best gedaan om de bebouwde kom zoveel mogelijk te vermijden. De routes zijn verkeersluw en onderweg kom je hooguit een paar verkeerslichten tegen. De lengtes zijn 50, 70, 90, 130 en 170 kilometer en op de kortste na gaan de routes ook wat de hoogte in over de Lemelerberg. De twee langste leiden tot het Duitse Uelsen, zo'n 15 kilometer over de grens. "Veiligheid staat hoog in het vaandel", vertelt Peter de Weerd van de organiserende Toerclub Dalfsen. "Zo is een aantal routes op 6 mei al een keer 'voorgefiets'. Alle routes worden ook voorzien van duidelijke pijlborden. De eerste pijlploegen vertrekken op 27 mei 's ochtends al om vijf uur om de pijlen op de juiste plekken aan te brengen. Zij nemen bezems mee om waar nodig bochten schoon te vegen. Voordat de fietsers starten, controleren motorrijders of alle pijlen er nog staan."

## Burger en drankje

De organisatie besteedt aandacht aan elk detail. Vandaar ook de hoge waardering die deelnemers en de Wielersportbond NTFU mystery guests eerder aan de Erbens Vechtdaltoer gaven. Zo kunnen de deelnemers hun fiets bij het clubhuis van Toerclub Dalfsen bewaakt stallen. Leden van de NTFU kunnen vlot starten omdat de organisatie gebruikmaakt van Scan & Go. Onderweg rijden auto's rond die fietsers met pech helpen. Een coördinator in het clubhuis stuurt hen, maar ook EHBO'ers aan. "Neem als er slecht weer verwacht wordt wel regenkleiding mee", geeft De Weerd de fietsers een goede tip mee. "Na afloop is er een gezellige nazit in het clubhuis en trakteert de Toerclub Dalfsen iedere deelnemer op een Vechtdalburger en een drankje." Ook naamgever Erben Wennemars is hier aanwezig en die zal ongetwijfeld vele handen schudden.

## In het spoor van Erben

Erbens Vechtdaltoer kent geen wedstrijdelement. Starten kan tussen 7.00 en 12.00 uur, afhankelijk van de gekozen afstand. De start en finish zijn bij het clubgebouw van Toerclub Dalfsen. Ter plekke inschrijven kan, behalve voor de routes van 130 en 170 kilometer. Hiervoor geldt alleen een voorschrijving. "Dit jaar gaat de opbrengst naar het Ronald McDonald Huis Zwolle en Stichting Team Dalfsen tegen de ziekte ALS. En hoe meer deelnemers, hoe hoger de gift voor deze goede doelen. We gokken op zo'n 800 tot

1000 fietsers aan de start." Niet alleen is Erbens Vechtdaltoer genoemd naar de bekende voormalige wedstrijdschaatser Erben Wennemars, die ook lid is van de organiserende Toerclub Dalfsen. "Hij woont hier in Dalfsen en maakt zelf – soms met zijn zoon Joep – ook regelmatig trainingstochten op de fiets door het gebied waar de routes doorheen lopen."

## Toerclub Dalfsen

Toerclub Dalfsen is opgericht in 1985 en heeft als doelstelling de fietssport in de meest brede zin te bevorderen. "Het gaat ons dan ook niet om het wedstrijdelement. De club ondersteunt haar 270 leden op het gebied van toerfietsen en recreatief fietsen. In de winter maken de leden mountainbike-tochten. Voor onze leden organiseren wij ook eens per vijf jaar een Jubileumtoer naar het buitenland en jaarlijks een Fietsdriedaagse voor het hele gezin in juni. Die laatste vindt dit jaar plaats van 19 tot en met 21 juni." Via een fietsapp kunnen leden de fietsagenda van de club raadplegen. Op elke dag van de week zijn leden actief in groepen, waarin zij zich qua leeftijd en niveau thuisvoelen.

Het inschrijfgeld voor de Erbens Vechtdaltoer van 50 en 70 kilometer bedraagt euro 8,-/leden van de NTFU 6,-. Voor de 90 kilometer is het euro 10,-/8,- en voor de langste twee afstanden euro 13,-/10,-. Voor meer informatie en voorinschrijven zie: [www.erbensvechtdaltoer.nl](http://www.erbensvechtdaltoer.nl).

Adres startpunt:  
Clubhuis Toerclub Dalfsen  
Gerner Es 7c  
7722 RC Dalfsen





# Astma Eczeem

## Griep Oorontsteking

## Allergieën COPD

## Hooikoorts Hoesten

## Bijholteontsteking

## Psoriasis Sinusitis

## Cystic Fibrosis

### Halotherapie helpt

\* Vroeger gingen mensen met long- en 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 ademen betekent o.a. dat uw longen weer beter en/of meer zuurstof kunnen verwerken.

\* Halo- Zout-therapie geeft verlichting bij:

\* Luchtweg-klachten zoals:

Astma, COPD, Hooikoorts, Sinusitis, Bronchitis, Rokershoest en andere Luchtwegaandoeningen.

Post Covid klachten

\* Huid-klachten zoals:

Psoriasis, Eczeem en Acne

### Voordelen Halotherapie:

- \* Natuurlijk en effectief
- \* Geen bij-effecten
- \* Verwijdert overmatig slijm
- \* Reinigt de luchtwegen
- \* Verbeterd de longfunctie
- \* Vermindert hoesten
- \* Vermindert huidproblemen
- \* Geeft ontspanning en vitaliteit
- \* Verbeterd algemene conditie
- \* Versterkt immuunsysteem
- \* Betere sportprestaties
- \* Beter slapen

**Halotherapie helpt** Resultaat al mogelijk na enkele sessies  
Bel voor een gratis en vrijblijvende proefsessie **038 - 333 2727**

**Halotherapie helpt** Resultaat al mogelijk na enkele sessies  
Bel voor een gratis en vrijblijvende proefsessie **038 - 333 2727**



**Zoutkamer Kampen**

Reigerweg 15, 8263 BB Kampen  
038 - 333 2727  
info@zoutkamer-kampen.nl  
www.zoutkamer-kampen.nl



**Zoutkamer Kampen**

Reigerweg 15, 8263 BB Kampen  
038 - 333 2727  
info@zoutkamer-kampen.nl  
www.zoutkamer-kampen.nl

# Primo

KEUKENS.NL

De voordeligste keukeenzaak!

Onze service voor u:



DIRECT DE LAAGSTE PRIJS



GRATIS 3D KEUKENONTWERP



MEETSERVICE



STIJPE LEVERING



MONTAGE



**€8.990,-**  
INCL.  
APPARATUUR



**PRIMO KEUKENS MEPPEL | ZOMERDIJK 3A | 0522 276 501**  
Heerenveen | Hardenberg | Roden | Dronten | Kampen | Almelo





# MIT BOUW SHOP.

Openingstijden: Maandag t/m vrijdag van 7:00 uur tot 19:00 uur. | Zaterdag van 7:00 tot 13:00 uur.

**BOUWMATERIAAL**

**IJZERWAREN**

**GEREEDSCHAPPEN**

**HOUTBEWERKING**

**SLIJPERVICE**

**SIERBESTRATING**

## FEEST BIJ MITBOUW SHOP!

**Op 2 juni openen wij officieel onze Mitbouwshop.**

Productpresentaties van diverse leveranciers • Open huis Mitbouwproducten  
• Leuke aanbiedingen! • De Mitbouwshop verloting! • Hapje & Drankje  
• (aanvang 11:00 uur)

Pr. Beatrixstraat 5a  
8281 CA Genemuiden  
038-7856285

# MIT BOUW SHOP.



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



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



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

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

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

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

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





# Inspireren

door Herbert Riphagen

Herbert Riphagen van Mypalmshop.nl en Johan van der Perk van Perkgroen.nl zijn al ruim 25 jaar bevriend. Ze inspireren elkaar met het zoeken, kweken en toepassen van vorstbestendige exoten. Bij grotere tuinen en projecten wordt regelmatig samengewerkt en ervaringen uitgewisseld. "Ik zoek graag de grote solitaires en eye-catchers uit bij Herbert van Mypalmshop" vertelt Johan. In Beesd (Gld) heeft Johan naast zijn ontwerpstudio en botanische assortiment kwekerij een halve hectare showtuin.



Johan van der Perk in zijn eigen Showtuin



Herbert Riphagen met zijn dochter in de Himalaya op 4900mtr op zoek naar "nieuwe" planten die een kans maken in Noord Europa.

## Niche trend

De planten die ik kweek zijn zeker een niche' vervolgt Johan zijn verhaal. 'Maar ik merk dat er steeds meer interesse is voor dit soort planten. In de jaren tachtig/negentig werd bamboe veelal geassocieerd met Japanse tuinen, maar dat raakte uit de mode.

Nu wordt bamboe overal toegepast. Met name omdat bamboe veel CO2 vasthoudt en gedurende het hele jaar zuurstof afgeeft. Zo ben ik afgelopen zomer bezig geweest met een project in de Amsterdamse nieuwbouwwijk IJburg waar de architect hoofdzakelijk bamboe heeft meegenomen in zijn ontwerp.'

Deze grote, parkachtige tuin herbergt een unieke collectie bamboes, grassen en exoten uit winterkoude gebieden van over de hele wereld in een natuurlijke sfeer. In de jaren '80 zijn we begonnen met het verzamelen, uitplanten en testen van talloze soorten bamboes, siergrassen, siergemers, bladplanten etc. De tuin is door haar compositie en leeftijd voor veel bezoekers een inspirerende plek. We laten hier ook zien wat mogelijk is voor uw tuin, park of project. De plantvakken zijn zo aangelegd dat de plantcomposities vertaalbaar zijn naar uw situatie. Ook zijn er verschillende bamboehagen aanwezig. Als bezoeker kun je een betere keuze maken op basis van de voorbeelden in de showtuin. Het is een ideale plek om ideeën op te doen over niet alledaagse vorm- en soortcombinaties.

## Bamboehagen

Steeds meer mensen ontdekken het gebruik van bamboe als haag. In de showtuin zijn vele voorbeelden te vinden hoe en welke soorten bamboe gebruikt kunnen worden als wintergroen scherm, tuinafscheiding, windsingel of privacy beplanting.

## Nieuwe soorten

De showtuin is ook botanisch interessant voor geïnteresseerden in bijzondere soorten. Het is een testplek voor nieuwe soorten die nog in observatie zijn. Door het groeiedrag, winterhardheid, grootte, ziektegevoeligheid etc. te volgen en te observeren over meerdere groeiseizoenen wordt duidelijk welke nieuwe soorten kans maken om in het assortiment geïntroduceerd te worden en aanbevelingswaardig zijn voor gebruik in Noordecupese beplantingen.

## Opdrachtgevers in binnen- en buitenland

Als specialist in bamboe en grasachtige planten met een tropische look, werkt Johan voor particuliere en zakelijke opdrachtgevers over de hele wereld. Denk aan hoveniers, architecten, dierentuinen, recreatieparken, maar ook Staatsbosbeheer en Nederlandse expats bijvoorbeeld. 'Ik word vaak benaderd. Dat geeft mij het voordeel om de opdrachten te kiezen die ik het interessantst vind en waar ik de meeste uitdaging in zie. De beste opdrachten zijn opdrachten waarbij mijn creativiteit vrij baan krijgt, daaraan geef ik dan ook vaak de voorkeur.

## Bamboe is hip

Toch laat Johan zich niet leiden door trends. 'Ik ga nooit op zoek naar iets nieuws om meer omzet te genereren. Ik heb me volledig toegelegd op exotisch planten en tuinen. Ik kweek met name

planten die van oorsprong uit winterkoude gebieden komen zoals China, Korea, de Himalaya, Zuid-Amerika, de zuidpunt van Afrika en Noord-Amerika. Daar vind je heel veel planten die een heel geschikt zijn voor Nederland of andere delen van Noord-Europa. Je moet alleen wel weten waar je moet zoeken.' De showtuin van Johan is gedurende het groeiseizoen op vrijdag en zaterdag 10-17 uur te bezoeken [www.PerkGroen.nl](http://www.PerkGroen.nl)

Het Filiaal van Mypalmshop in Wezep is geopend van woensdag tot en met zaterdag van 10-17 uur. Het Hoofdbedrijf ( 2 hectare Exotische Oase in een kas van 6 meter hoog in Erica) elke vrijdag en zaterdag van 10.00-16.00 uur. [www.Mypalmshop.nl](http://www.Mypalmshop.nl)

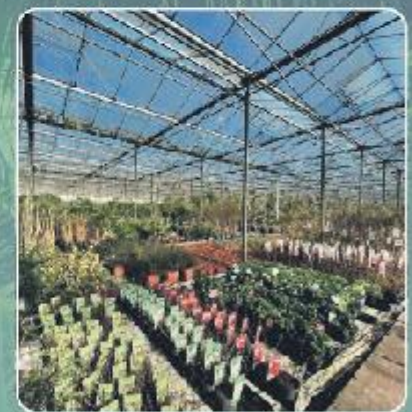
**Kom langs in het exotische plantencentrum van Nederland aan de A28 Afslag Wezep**

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

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

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

Bekijk ook onze Website [www.mypalmshop.nl](http://www.mypalmshop.nl)



**MyPalmShop**

Zuiderzeestraatweg 452a - Wezep - 06 402433 14



2013-2023

# 10 JAAR

## TEGELHUY SOMMEN

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



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

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

**Tegelhuys Ommen**

kijk op onze site naar de actievoorwaarden of kom langs!

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

# Brakke Totaal

Voor al het reinigingswerk o.a:

Terras en straat • Dakgoten en Dakboeien

- Algenbehandeling (periodiek)
- Zonnepanelen

**Maak nu de afspraak voor het reinigen van uw zonnepanelen**

06-19322606  
cbrakke11@gmail.com

## “Rikels dé enige onafhankelijk Slaapexpert in uw regio”

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

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



Sander van Klompenburg, eigenaar Rikels Slaapexperts

# RIKELS

SLAAP EXPERTS

## Ik wil niet alleen mijn gras groen

# #Sedumdak



**Brink Garden Buildings**

[www.gardenbuildings.nl](http://www.gardenbuildings.nl)

Marsweg 1a, 8013 PD Zwolle

## GEZELLIG, KOM NAAR BRASSERIE DE BOERDERIJ!

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

Laat ons weten wat uw wensen zijn!

De Haar 7 • 7707 PK Balkbrug  
f brasserieboerderij

0523-225323 / [WWW.BRASSERIE-DE-BOERDERIJ.NL](http://WWW.BRASSERIE-DE-BOERDERIJ.NL)

**BRASSERIE DE BOERDERIJ**

SPEELTUIN, ZONNIG TERRAS, STREEKPRODUCTEN & HEERLIJKE GERECHTEN

# LUBBERS MEUBELOUTLET

Coevorden **DE KEUZE IS REUZE** Dedemsvaart

2 ½ + 2 zits

leverbaar in div kleuren



Van €1295 nu voor **€995,00**

**SUPER DEAL**

Coevorden: Krimweg 20 - Dedemsvaart: Rheezerend 132  
Woensdag t/m zaterdag van 10.00 tot 17.00 uur - Zondag van 12.00 tot 16.00 uur (alleen in Coevorden)







## De voordelen van H2O Pro op een rij:

- Zelfs oude kalkaanslag verdwijnt
- Milieuvriendelijk
- Overall te installeren
- Zuiver natuurkundig proces
- Uniek in prijs en prestatie
- Geschikt voor een natriumarm dieet
- Volledig geluidloos
- Zonder voorschriften voor bedrijven

# H2O Pro®

## Doorbraak tegen kalkaanslag!



- ✓ zonder zout
- ✓ zonder stroom
- ✓ zonder afvalwater

vriendelijk voor milieu en portemonnee

**€675,-**

[www.h2opro.nl](http://www.h2opro.nl)

Van Brandenburgstraat 2 | 8061 CN Hasselt (ov)  
tel.: +31 85 130 39 91

## Roldusol Uw zonweringsfabrikant!

Roldusol Meppel | Johan van Oldenbarneveltstraat 3 | Meppel | tel 0522-251 543 | [www.roldusol.nl](http://www.roldusol.nl)



SOLAR, GEEN STROOM NODIG



30% KORTING OP ZONWERING EN ROLLUIKEN\*

ACTIES T/M 30 JUNI 2023.

Openingstijden: van maandag t/m vrijdag 8.00-12.00 uur en 13.00-18.00 uur  
Zaterdag op afspraak | \*alleen geldig op Roldusol artikelen

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

## Lukkes Outdoor TUINMEUBELEN

DE TUINMEUBEL SPECIALIST VAN HET NOORDEN  
[WWW.LUKKESOUTDOOR.NL](http://WWW.LUKKESOUTDOOR.NL)



**2DE PINKSTERDAG  
OPEN  
VAN  
11:00-17:00 UUR**



Jachtwerfstraat 1a  
8471 XW Wolvega  
0561 475048  
[info@lukkesoutdoor.nl](mailto:info@lukkesoutdoor.nl)

Openingstijden :  
Dinsdag t/m Zaterdag van  
10:00 - 17:00 uur  
Zondag 13:00-17:00 uur  
1ste pinksterdag gesloten



# Bos Bedden

Droom bedden



TEMPUR®

## Nieuwe collectie Tempur!

Ervaar nu de **20% extra drukverlaging** op de nieuwe collectie Tempur matrassen



Van € 3.545,- Voor € 2.995,- Afmeting 180x200

Compleet met luxe hoofdbord, 2 x LED leeslamp & 2 stuks LED in-/uitstapverlichting



Nu € 300,- setvoordeel + 2 x Bloomon giftcard cadeau

Je slaapt al op een Eastborn boxspring van 2.295,- Voor € 1.995,-

### Nieuwleusen

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

[Nieuwleusen@bosbedden.nl](mailto:Nieuwleusen@bosbedden.nl)

Iedere vrijdag koopavond | zondags gesloten

### Nijverdal

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

[Nijverdal@bosbedden.nl](mailto:Nijverdal@bosbedden.nl)





3.000 M2  
showroom  
vol beleving  
en inspiratie



**auping**

met liefde



**Auping Tone van € 4.805,- Voor € 3.495,-**

Welkom bij **de grootste Auping Studio** van Noord-oost Nederland!

**PULLMAN**



**GRATIS Jansen giftset cadeau bij aanschaf van Pullman Matras**

Je slaapt al op een pullman matras **vanaf € 799,-**



**Kom langs voor  
een adviesgesprek!**

[bosbedden.nl](https://www.bosbedden.nl)



Nieuwleusen | Nijverdal





# Bij Treetop Tables is elk meubelstuk uniek

Treetop Tables in Dedemsvaart is een familiebedrijf met meer dan dertig jaar ervaring in robuust hout. De onderneming maakt unieke (boomstam) tafels en andere meubelen, zoals buitenmeubilair, salontafels, bartafels, bijzettafels en houten accessoires van bijzondere houtsoorten. Zij leveren daar daarnaast moderne kwaliteitsstoelen van Nederlands fabricaat. Elk meubel heeft zijn eigen unieke uitstraling en vormt een waardevolle aanvulling op uw interieur.

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

Treetop Tables begonnen. Samen maken we de mooiste tafels, stuk voor stuk maatwerk".

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

## Iets teruggeven aan de aarde

schilderij op zich", aldus Van Oosten.

### Verantwoord gekapt hout

Veel van het hout waarmee Treetop Tables werkt komt uit Indonesië. Daarbij gaat het uitsluitend om gecertificeerd hout (V-legal certificaat) dat wordt gewonnen uit gebieden die door de overheid zijn aangewezen voor legale kap. Bovendien plant Treetop Tables voor iedere verkochte tafel ook boompjes terug op Java. "Wij vinden het belangrijk dat we op onze manier ook iets teruggeven aan de aarde", zegt Van Oosten.

### Kwaliteit voor reële prijs

De visie waarmee de familie Van Oosten werkt is kwaliteit leveren tegen zeer billijke prijzen. Van Oosten: "Het is gebruikelijk dat het hout voor Suar-tafels zoals wij die maken ongelakt in Nederland aankomt. Dat



Rutger en Nick van Oosten

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



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

## Stuk voor stuk maatwerk

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



### Openingstijden:

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



Showroom & werkplaats in Dedemsvaart

Tafels in de mooiste houtsoorten:

- Suar
- Iroko/Kambala
- Mahonie
- Eiken
- Oud-eiken
- Noten

Bewerkt in onze eigen werkplaats.



Bezoek ons



Treetop Tables  
Moerheimstraat 50  
7701CG Dedemsvaart



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