

# Zwartewater Express

juli 2024



Kampioenschap  
pannavoetbal in  
Zwartewaterland

3



Ontspannen  
wandelen met je  
hond?

5



Medewerker aan  
het woord

8

## Afsluiting Erfgoedtour LVBHB in Hanzestad Hasselt

Vanaf 6 juli word er een ruim 1000 km lange tocht van Middelburg door alle provincies om in het weekend van 16 en 17 augustus te finishen in Hasselt. Zo laten ze heel Nederland zien dat deze unieke vloot springlevend is en het behouden waard!

Tijdens het weekend van vrijdag 16 augustus tot en met zondag 18 augustus 2024 zullen zo'n honderd historische bedrijfvaartuigen de kades van Hasselt sieren. Op zondag 18 augustus 2024 varen de leden van de LVBHB weer uit.

De ErfgoedTour is bij uitstek een promotionele kans om "ons soort schepen" verdere bekendheid te geven. Deze vloot is vroeger zonder computer op zicht gebouwd door vakkundige scheepsbouwers. Op sommige plaatsen zijn de oude werven van vroeger nog te herkennen. De 'motor' van de economie We besteden uitgebreid aandacht aan de context van de historische bedrijfsvaart als 'motor' van de Nederlandse economie tot behoudens waardig cultureel erfgoed dat nog steeds volop in gebruik is bijv. voor bewoning, recreatie of chartervaart. Om het evenement soepel te laten verlopen, zullen er enkele verkeersmaatregelen worden genomen. Bewoners van de Hasseltse binnenstad ontvangen binnenkort een brief met de benodigde informatie.

Het bestuur van Stichting Hasselt kijkt uit naar deze bijzondere ontmoeting en werkt nauw samen met de gemeente Zwartewaterland om de LVBHB en de bijbehorende ledenreünie te ondersteunen. Het betreft echter een activiteit van de LVBHB zelf; er zullen geen andere evenementen in dit weekend plaatsvinden.



Foto: Wikipedia.

### Music Kids Irene start nieuwe groep

In september start Irene weer met MusicKids; vanaf het nieuwe schoolseizoen stromen de jongste leden in. Voor het eerst wordt dan ook gestart met de module Algemene Muzikale Vorming. Daarin krijgen kinderen na het volgen van de eerste module Music Kids een extra verdieping in muziek. Tellen, ritme, ademsteun en een bredere kennismaking met verschillende instrumenten staan hierin centraal.

Bij Music Kids leren kinderen op vroege leeftijd wat een noot en ritme is, en hoe zij samen plezier kunnen beleven aan het maken van muziek.

Muziek en plezier zijn een enorme stimulans voor de ontwikkeling van een kind. Bij Irene Hasselt wordt Music Kids aangeboden aan kinderen vanaf 4 jaar op de zaterdagochtend.

Music Kids wordt aangeboden door enthousiaste professionals. Voor aanmelding of vragen kijk op [www.irenehasselt.nl/musickids](http://www.irenehasselt.nl/musickids) voor meer informatie.

DE BESTE WASSTRAAT VAN DE REGIO

60 meter wasplezier

Gratis gebruik van het stofzuigerplein voor Rial klanten.



Ma t/m Vrij 8.30 - 18.00  
Za 8.30 - 17.00  
Zb 10.00 - 17.00

Markenstein 670  
7943 PA Meppel  
[www.rialscarwashmeppel.nl](http://www.rialscarwashmeppel.nl)

Uw trap  
weer als  
nieuw?

Gedurende  
de vakantie  
geopend

- Kras en slijtvast
- Perfecte afwerking
- Antislip toplaag met 15 jaar garantie



Showroom geopend  
op afspraak  
Telfordstraat 9-14 Zwolle

Hevada Traprenovatie  
[www.hevadatraprenovatie.nl](http://www.hevadatraprenovatie.nl)  
06-38401735

Elke dag modespecials op socials

Bezoek ook onze online webshop!  
[webshop-jenn-zussenzij.nl](http://webshop-jenn-zussenzij.nl)

- Mode
- Sieraden
- Accessoires
- Beenmode
- Ondergoed
- Tassen & clutches

Gemeenteweg 73a  
7951CE Staphorst  
[www.jennstaphorst.nl](http://www.jennstaphorst.nl)

IJSSELLAND  
uitvaartzorg

Bij een overlijden 24 uur per dag  
bereikbaar via 038 2054 038  
[www.ijssellanduitvaartzorg.nl](http://www.ijssellanduitvaartzorg.nl)  
Marisa@ijssellanduitvaartzorg.nl

Marisa Bremer

Begeleiding en advies rondom een uitvaart in Zwolle en wijde omgeving.

YRO KEUKENS & BADKAMERS  
MARKNESSE

KEUKEN OF BADKAMER KOPEN?

WIJ VOEREN ALLE WERKZAAMHEDEN MET EIGEN MONTEURS UIT

- Leidingwerk
- Stucken en sauzen
- Betegelen
- Electra
- Vloerverwarming
- Enzovoort

MIT BOUW SHOP

Ma t/m do 07.00 - 19.00 uur • Vrij 07.00 - 18.00 uur  
Za 07.00 - 13.00 uur

BOUWMATERIAAL • GEREEDSCHAPPEN  
HOUTBEWERKING • SLIJPSERVICE  
SIERBESTRATING

Pr. Beatrixstraat 5a  
8281 CA Genemuiden  
038-78 56 285

Particuliere verhuizingen  
Projectverhuizingen  
Nationaal en internationaal  
Verhuysdirigente  
Kunst en antiek verhuizen  
Seniorenverhuizing  
Schoonmaakservice  
Handyman  
Opslag

uw verhuizing  
een frisse start

038 465 65 60 UTS HERSEVOORT  
VERHUIZINGEN  
ZWOLLE

Nervstraat 5 • 8013 RS Zwolle  
[info@utshersevoort.nl](mailto:info@utshersevoort.nl)  
[www.utshersevoort.nl](http://www.utshersevoort.nl)



**Gert Mooiweer**  
Uitvaart  
Overledenenverzorging

Waar respect en afscheid elkaar omarmen

Dag en nacht bereikbaar

06 319 615 71 / (038) 386 55 44

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

Schoenmaker Eddie in het mooie centrum van Zwolle

**KLAAR TERWIJL U WINKELT!**

Voor schoenreparaties, sleutels en accessoires.



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

— DE —  
**GROENE LANTAARN**  
MODE VOER NIEM & HAAR

BEL: 038 - 385 59 30  
MAIL: INFO@DEGROENELANTAARNMODE.NL  
BEZOEK: WESTERKAAI 48, GENEMUIDEN  
KIJK OP: WWW.DEGROENELANTAARNMODE.NL



**warnders tandtechniek**

- KOM LANGS VOOR EEN KOSTELOZE PROTHESE CHECK
- REPARATIES KLAAR TERWIJL U WACHT

Gemeenteweg 226  
7951 CW Staphorst  
tel. 0522 46 25 15

maandag t/m vrijdag  
van 9:00 tot 17:00



Margriet Krook  
uitvaartbegeleiding

een wens  
een afscheid  
een dierbare herinnering  
voor altijd

24 uur per dag bereikbaar

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

Jacky's Hoorstudio  
Uw audicien dichtbij



- Vakkundig en **onafhankelijk advies**
- **Gehoorrevalidatie** met vrijblijvende proefperiode
- **Gehoorberscherming** universeel en op maat
- **Service en onderhoud** van uw **hooroplossing**
- **Second opinion**
- Oren **reinigen** d.m.v. **uitzuigen**

Ds van Diemenstraat 6B 0529-23 20 40  
7711 JM Nieuwleusen info@jackyshoorstudio.nl

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

- Autosleutels
- Dupliceren
- Repareren en programmeren



Maak een afspraak via Whatsapp op 0529- 481429

wij helpen u graag!




- VERKOOP - VERHUUR

**Van REES Trailers**

- ONDERHOUD - TRANSPORT



KOEMATEN 16 8331 TK STEENWIJK 0521- 361584 INFO@VANREESTRAILERS.NL

[WWW.VANREESTRAILERS.NL](http://WWW.VANREESTRAILERS.NL)

**Colofon**

De Zwartewater Express: 20.000 exemplaren  
HASSELT - GENEMUIDEN - ZWARTSLUIS - MASTENBROEK

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

De Zwartewater Express is een onderdeel van:  
Boshuis Media • De Rietgans • 16 • 7702 AX Dedemsvaart  
06 51 42 01 08 • info@boshuismedia.nl • www.boshuismedia.nl




# LTV Zwartsluis wint zeer geslaagd Zwartewatertoernooi

Afgelopen maand hebben tennissers van de 3 watersteden deelgenomen aan het jaarlijkse Zwartewatertoernooi die dit jaar werd georganiseerd door Zwartsluis.

Er werden dubbelwedstrijden gespeeld in zes verschillende categorieën. In de aanloop naar de finaledag werd er wisselend in Genemuiden, Hasselt en Zwartsluis gespeeld. Door het heerlijke weer, de gemoedelijke en sportieve wedstrijden was het nog lang gezellig op de terrassen van de 3 clubs.

Ook op de finaledag scheen de zon en werden finales op het scherpst van de

sneede gespeeld. Voor Zwartsluis was er een eerste (Margreeth Kappert en Janetta Mooiweer) en tweede (MARIKE DIJKSTRA en Paulien Weebers) plek in de dames dubbel. Een eerste plek bij gemengd dubbel 7 (Gert van der Strouwe en Marike Dijkstra) en een tweede plek bij de heren dubbel 7 (Daan Eggink en Jan Wiegers). Een mooie prestatie die resulteerde in het winnen van de grote wisselbeker voor verenigingen. We zijn trots dat we hem mogen houden in Zwartsluis en hopen dat er volgende jaar nog meer teams meedoen aan dit leuke toernooi.

Met dank aan de 3 toernooicommissies voor het zeer geslaagde en sportieve toernooi.



finalisten Zwartewatertoernooi 2024

## Netcongestie vertraagt ruimtelijke ontwikkelingen

Door de overstap op duurzame energie, neemt de vraag naar elektriciteit toe. Hierdoor ontstaat op piekmomenten file op het elektriciteitsnet. Dat noemen we netcongestie. Op steeds meer plekken in Nederland is er onvoldoende capaciteit op het elektriciteitsnet beschikbaar.

Dat merken we ook in Zwartewaterland. Zo krijgen grootverbruikers geen nieuwe aansluiting meer en geen uitbreiding op bestaande contracten. Het project waar de netcongestie in ieder geval al van invloed is, is het zwembad in Zwartsluis.

### Gevolgen voor Zwembad Zwartsluis

Vóór de zomer stond de aanbesteding voor het nieuwe zwembad De Kragge gepland. Maar de netcongestie gooit roet in het eten. Er is een grootverbruik aansluiting nodig en dat wordt niet meer aangesloten. Hierdoor is het eerdere besluit om een nieuw zwembad te bouwen in een ander daglicht komen te staan. Het is nu eerst nodig om een goed beeld te hebben van wat de netcongestie voor de plannen betekent en welke mogelijke oplossingen er zijn. Hiervoor is onderzoek en expertise van buitenaf nodig en dat kost tijd. Op basis daarvan zal de gemeente bepalen wat er met het zwembad gaat gebeuren.

### Andere projecten

In hoeverre andere projecten worden geraakt en wat de invloed op nieuwe (woning)bouwprojecten is wordt momenteel onderzocht door de gemeente. Hoewel de netbeheerders verantwoordelijk zijn voor het vergroten van de capaciteit van het elektriciteitsnet en verdeelstations, wil de gemeente meedenken in oplossingen.

### Sprintsessies

Om netcongestie tegen te gaan en slim gebruik te maken van het elektriciteitsnet komen de provincie, de gemeente, ondernemers



en netbeheerders bij elkaar in zogenoemde sprintsessies. Tijdens een sprintsessie zoeken de partijen samen naar oplossingen. Bijvoorbeeld extra energie via zonnepanelen, onderling uitwisselen van restwarmte of elektriciteit, een collectief laadplein, onderling uitwisselen van gecontracteerd elektrisch vermogen of het opzetten van een energie-HUB. De eerste sprintsessie in Genemuiden heeft inmiddels plaatsgevonden.

## Finale op 28 augustus in Hasselt Kampioenschap pannavoetbal deze zomer in Zwartewaterland

Deze zomer strijden jongeren in Zwartewaterland voor het eerst om de titel Panna Champion 2024. Het nieuwe Zwartewaterlandse voetbalkampioenschap is een initiatief van het jongerenwerk van Zwartewaterland. Jongeren van 8 tot en met 20 jaar kunnen meedoen aan het toernooi.

Bij pannavoetbal spelen de deelnemers op een klein veld met teams van twee personen. Tijdens het evenement in Zwartewaterland kunnen jongeren hun sportieve talenten ontwikkelen en laten zien.

### Voorrondes

In drie verschillende leeftijdsgroepen wordt gestreden om de titel van Panna Champion 2024. Dat zijn de leeftijdscategorieën 8 tot en met 11 jaar, 12 tot en met 15 jaar en 16 tot en met 20 jaar. De voorrondes vinden

plaats op drie locaties:

- 24 juli: Zwartsluis (sportkooi aan de Cingellanden I)
- 25 juli: Hasselt (skatebaan naast de sporthal)
- 26 juli: Genemuiden (pannakooi in het Tagbos)

### Finale in Hasselt

De beste teams uit de voorrondes plaatsen zich voor de finale. Die eindstrijd vindt plaats op 28 augustus in Hasselt. Dan wordt ook duidelijk welke teams en welke spelers de eerste Panna Champions worden van Zwartewaterland.

### Aanmelden

Jongeren van 8 tot en met 20 jaar uit Zwartewaterland kunnen zich gratis aanmelden voor het evenement. Dit kan op de website [www.gezondengelukkig.nl](http://www.gezondengelukkig.nl).



IN EEN OASE VAN RUST EN NATUUR  
GENIETEN VAN WAT STADSPALEIS  
OLDRUITENBORGH U HEEFT  
TE BIEDEN

7 dagen  
per week  
open



Tevens is ons schitterende terras geopend van maandag t/m zondag van 10:30 - 16:00 uur.

14 HOTELKAMERS • PARTYZALEN • VERGADERZALEN • 2 RESTAURANTS



7 dagen  
open



Gratis  
parkeren



Zonnig  
terras



Gratis  
wifi



Camera  
toezicht



Groenestraat 24  
8325 AZ Vollenhove

0527 - 244 600  
[info@oldruitborgh.nl](mailto:info@oldruitborgh.nl)  
[www.oldruitborgh.nl](http://www.oldruitborgh.nl)

Uw trap  
weer als  
nieuw?

Gedurende de  
vakantie  
geopend

- Kras en slijtvast
- Perfecte afwerking
- Antislip toplaag met 15 jaar garantie

Showroom geopend  
op afspraak  
Telfordstraat 9-14 Zwolle



**Hevada Traprenovatie**  
[www.hevadatraprenovatie.nl](http://www.hevadatraprenovatie.nl)  
06-38401735

## Uitbundig en gedurfd nu ook in Hasselt

Op één van de mooiste plekjes in hartje Hasselt is Jennjust fow Women gevestigd. Als bezoekers de winkel binnen stappen, wacht hen een verrassing. De collectie van Jenn is niet standaard, maar juist een tikkeltje gedurfd, uitbundig en mooi geprijsd.

Mooie merken als Maicazz, Zizo, Yest, TQAMsterdam zijn populair en ruimschoots aanwezig in de winkel. Met elke week een nieuw thema buiten en dagelijks een filmpje op de socials, worden de dames in de regio geprikkeld en vanzelf enthousiast. Dit geldt ook voor de vestiging in Staphorst. Sieraden, accessoires, tassen, riemen, zomaar een greep uit de uitgebreide collectie van Jenn.

Bij en op loopafstand van de winkel is gelegenheid tot gratis parkeren en de winkel heeft door de centrale ligging een mooie uitstraling. Bij de vestiging in Staphorst is er zelfs een klein terrasje voor de deur voor het krijgen van een lekker bak koffie.

Het enthousiasme en de gedrevenheid van Jennita heeft haar telkens op nieuwe ideeën gebracht. Sinds het begin van deze maand is er de gehele zomer dus in Hasselt de pop-up store te vinden aan de Markt 8. Ren naar Jenn voor een complete set, eerlijks advies, gezelligheid en lekkere koffie. Zo krijg je bij Jenn net dat beetje meer. Benieuwd? Volg ons alvast op fb/instagram voor dagelijkse mode-inspiratie.

Liever online shoppen? Kijk dan op [Jennstaphorst.nl](http://Jennstaphorst.nl)



# Happy Garden Wereldrestaurant

## All-innclusive restaurant voor jong en oud

Het grote voordeel van onze arrangementen is dat je op voorhand weet wat de kosten zijn en dat niemand iets te kort komt! Ook voor grote groepen draaien wij onze handen niet om! Tevens kan er op rekening betaald worden, lekker makkelijk. Reserveer snel een tafel!

### Prijzen

#### Maandag-donderdag

Volwassenen € 36,50 p.p.

Senior 65+ € 34,50

Kinderen 3-12 jaar leeftijdjaar x € 2,75

#### Vrijdag-Zondag

Volwassenen € 39,50 p.p.

Senior € 36,50 p.p.

Kinderen 3-12 jaar leeftijdjaar x € 2,75

DINSDAGS GESLOTEN

\*Gratis Parkeergelegenheid

\*All-innclusive arrangement

\*Makkelijk bereikbaar

## VERJAARDAGS ACTIE

Bij Wereldrestaurant Happy Garden eet u helemaal GRATIS als u jarig bent!

Deze actie is alleen geldig op vertoon van een geldig identiteitsbewijs, op de desbetreffende dag en er moeten 3 vol betalende volwassenen met de jarige mee.

Alleen de jarige krijgt een gratis arrangement. Bent u jarig op een dinsdag (wij zijn dan gesloten), dan kunt u gratis komen eten op een andere dag in diezelfde week. \*niet geldig tijdens feestdagen



*Kom jij je verjaardag bij ons vieren?*

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



## Geslaagd tennis Zwatewatertoernooi voor de jeugd

Net als vorige jaar is het jeugd Zwatewatertoernooi op één dag gespeeld. Vrijdag 28 juni vond het Zwatewatertoernooi voor jeugdspelers plaats in Zwartsluis. Vierentwintig jeugdige tennisers uit de drie watersteden streden tegen elkaar in 3 categorieën.

### In de prijzen

In de categorie jeugd t/m 17 jaar werd Feline Hoekman uit Hasselt eerste en Daniel Timmer uit Zwartsluis tweede. In de categorie groen (t/m 12 jaar) was Mats van Andel uit Zwartsluis de beste en voor Imre van der Steeg uit Genemuiden een mooie tweede plek. In de poule met de jongste spelers (t/m 10 jaar) deed Senn van Andel uit Zwartsluis zijn grote broer na en werd eerste. Selene Gort uit Hasselt werd tweede.

### Supporters

Het publiek was goed vertegenwoordigd.

De spelers werden veelal aangemoedigd door ouders, grootouders en broertjes/zusjes. Het terras was vol en de bankjes bij de wedstrijden waren goed gevuld.

### Springkussen

Naast de potjes tennis was er ook vermaak buiten de tennisbaan. Op het springkussen van Bonthuis Vaartjes Makelaars konden de kids die nog energie overhadden lekker springen.

### Prijsuitreiking

Na het toernooi konden de spelers zich te goed doen aan broodjes knakworst en een broodje hamburger van de bbq. Tijdens de versnaperingen vond de prijsuitreiking plaats. De nummer 1 tot en met 3 uit elke poule kregen een beker en alle deelnemers kregen een medaille omgehangen. De prijzen zijn beschikbaar gesteld door hoofdsponsor ForTop. Al met al een zeer sportief, gezellig en geslaagd toernooi!



## Vakantiekriebels, iedereen veilig op weg!

De vakantie nadert, de kriebels slaan weer toe om er met de auto, camper, caravan of motor op uit te gaan.

### Autobanden

Wie eropuit gaat doet er goed aan de autobanden te laten controleren. "Ze vormen namelijk het enige contact met de weg" aldus Robbert van Lottum, bedrijfsleider van Premio van Essen Banden en Autoservice in Zwolle. "Voldoende profieldiepte zorgt voor voldoende contactvlak en daarmee voor voldoende grip. Met de juiste bandenspanning is de remweg korter en heb je een betere wegligging. Tevens voorkomt het versnelde en verkeerde slijtage van de banden, en bespaart het brandstof."

### Camper- en caravanbanden

"Zeker bij campers, caravans, vouw- en bagagewagens is controle van de banden erg belangrijk. Ze hebben doorgaans bijna een heel jaar stilgestaan", aldus Van Lottum. "Op het oog ziet het profiel er dan nog heel goed uit, maar is er van binnenuit sprake van uitdroging, of vervorming van de banden door langdurige stilstand. Ook treedt er dan vaak flat-spotting (vlakke kant op de band) op. Dit alles kan gevaarlijk zijn en leiden tot een klapband". Uit een gehouden steekproef van de BOVAG voorgaande jaren blijkt dat maar liefst bijna 30 procent van de caravans en de helft van de vouwwagens met verouderde banden rijdt. Dus er wordt door mensen nog veel te weinig aandacht aan de banden besteed.



### Motorbanden

Omdat je als motorrijder afhankelijk bent van maar twee wielen is het verstandig om de banden tijdig te vervangen. Een plat middenvlak zorgt sowieso voor afwijkend stuurgedrag.

### Auto-onderhoud

Niet alleen de banden zijn belangrijk maar ook de rest van de auto. Niemand wil met pech onderweg komen te staan. Bij een apk vindt visuele controle plaats, maar geen onderhoud. Laat daarom voor u op vakantie gaat een vakantiecheck en een onderhoudsbeurt uitvoeren. Denk daarbij aan verversen van de olie, het bijvullen van de vloeistoffen en controle van de remmen en de airco. Maak een afspraak bij **Premio Van Essen** voor een vakantiecheck, grote of kleine onderhoudsbeurt, apk of aircoservice, en ga zorgeloos op reis. Het op spanning brengen van de banden en de bandencontrole is bij Van Essen gratis. Hiervoor is een afspraak maken niet nodig.

**Reis dus voor je gaat eerst langs de Ceintuurbaan 8 in Zwolle. Zij helpen u graag.**

## Ontspannen wandelen met je hond, verhalen uit de praktijk

door Bianca Schrottenboer

Elke honden-training die ik geef, is weer bijzonder. Ik kom bij mensen thuis, dus daar begint het bij mij al met de verhalen die ik krijg te horen van de eigenaren van de honden.



de plaatselijke krant, zijn we met elkaar in contact gekomen. Volgens de man des huizes, zagen ze mijn training als de laatste strohalm....

We zijn aan de slag gegaan op de uitlaat-route achter hun huis en in hun eigen buurt. Daar kwamen we direct al mooie uitdagingen tegen waar we goed mee konden training. Ook had ik mijn eigen hond mee, waardoor we in korte tijd hele mooie resultaten konden boeken. Hierdoor groeide het zelfvertrouwen van de bazin en mede hierdoor ook het zelfvertrouwen en de rust van de hond.

Vorige week nog had ik weer zo'n mooie training. En hier wil ik graag jullie in meenemen en iets over vertellen.

Ik was uitgenodigd bij een ouder echtpaar in de polder. Zij waren in het bezit van twee Vizla's. De reu is erg druk en onhoudbaar vertelden deze mensen aan mij. Ondanks de vele cursussen die ze volgden met hun hond, ze konden tijdens de wandelingen niet op een ontspannen manier een andere hond passeren. Dit ging eigenlijk altijd gepaard met woest geblaf en op de achterpoten staan en hij was eigenlijk niet te houden voor de bazin.

Ondanks dat er een mooie uitlaat-route achter hun huis was, durfden ze niet meer in de buurt te wandelen. Meestal stapten ze in de auto om vervolgens ergens verderop hun honden te kunnen uitlaten, waar het rustig en overzichtelijk was. Zodat ze tijdig konden zien of er andere honden zijn en konden ontwijken. Na het lezen van mijn artikel in

**De baas, die niet verwacht had, dat we zulke mooie stappen konden maken in korte tijd, was blij verrast!**

Uiteindelijk liep de bazin met haar Vizla en mijn hond aan de riem, zonder ook maar enig ongewenst gedrag van haar hond. Ze begrijpt haar hond nu beter en durft weer te vertrouwen op haarzelf en haar hond. Door rustig en consequent te zijn en te blijven, maken ze stappen naar een toekomst met ontspannen wandelingen.

Bent u geïnteresseerd geworden in mijn trainingen? Kijk dan even op [www.trekkenaanderiem.nl](http://www.trekkenaanderiem.nl) of bel/app mij 0613452322, Bianca Schrottenboer.

Weer ontspannen wandelen met uw hond, zonder trekken aan de riem of blaffen en uitvallen?



Bel of app mij gerust voor een afspraak

Bianca Schrottenboer  
Tel: 06-13452322



# GOUD INKOOOP

Hoogste prijsgarantie

Zwolle-Assen-Groningen

€70<sup>999</sup> =

WIJ GEVEN  
CONTANT GELD  
VOOR UW GOUD!

Cash per gram! **GoudPunt**

Zilver per kilo € 800,-<sup>999</sup>

UW INKOOPIJWELIER  
Telefoon 050 - 2064008

LUTTEKESTRAAT 42 - ZWOLLE • WEIERSLOOP 15 - ASSEN  
OOSTERSTRAAT 48-2 - GRONINGEN [WWW.GOUDPUNT.NL](http://WWW.GOUDPUNT.NL)



# COMFORT IN ELKE STAP

## UW VOETEN VERDIENEN HET ALLERBESTE!

Pijnlijke voeten en ongemakken aan de voet komen veel voor. We doen immers ook alles met onze voeten en ze dragen het hele lichaam. Pijnklachten kunnen daarom uw dagelijkse bezigheden en werk sterk belemmeren. Het is belangrijk om goede schoenen te dragen want een goede schoen zorgt ervoor dat uw voeten gezond blijven en geeft een verbeterde houding, zeker als u veel op de been bent. **Bij Helga Schuurman Schoenen & Podologie vind u een grote keuze in goede kwaliteitsschoenen in verschillende breedte maten en met een uitstekende pasvorm.** Want een schoen met de juiste pasvorm is het beste voor uw voeten. Het liefst wilt u toch heerlijk lopen op schoenen en voetproblemen voorkomen. Ook is Helga Schuurman gediplomeerd podoloog en maakt zij, op afspraak, digitale afdrucken van uw voeten. Door opmaat gemaakte steunzolen kan zij de stand van de voeten en houding corrigeren en daardoor kunnen pijnklachten verminderen.

## DE KORTSTE WEG NAAR LEKKER LOPEN!

Helga Schuurman Schoenen & podologie heeft nu ook een zeer uitgebreide wandelschoenen collectie. Ook deze wandelschoenen hebben wij in verschillende soorten en breedte maten. Wij werken met verschillende merken zoals; **LOWA, MEINDL, DOLOMITE, GRISPORT, LOMER en XSENSIBLE.** Mede door het brede assortiment en onze wandelbaan kunnen we de klant optimaal adviseren en de perfecte wandelschoen aanmeten. Want de kortste weg naar lekker lopen zijn toch een paar geweldig zittende wandelschoenen.



**Helga Schuurman**  
Schoenen & Podologie

Helga Schuurman Schoenen & Podologie  
Burg. Backxlaan 37, 7711 AA Nieuwleusen  
0529-481429  
wiedeschoenpast@hetnet.nl  
www.helgaschuurmanschoenen.nl



# Onderzoek naar speel- en sportwensen De Greente

Hoe moeten de speel- en sportplekken op De Greente eruit komen te zien? En welke wensen hebben de bewoners? Dat brengt de gemeente Zwartewaterland in beeld. Inwoners kunnen hiervoor een online vragenlijst invullen.

De gemeente Zwartewaterland gaat de speel- en sportplekken op De Greente aanpakken. In één keer neemt de gemeente alle plekken onder handen, zodat ze straks beter op elkaar aansluiten. De wensen van de buurtbewoners spelen daarbij een belangrijke rol.

Aan de hand van een online vragenlijst verzamelt de gemeente Zwartewaterland de wensen van de buurt. Daarvoor heeft de gemeente op de verschillende speel- en sportplekken een QR-code opgehangen. De vragenlijst is ook beschikbaar via [www.zwartewaterland.nl](http://www.zwartewaterland.nl).

Door alle ideeën te verzamelen, wil de gemeente gericht aan de slag om de plekken te verbeteren. Het doel is om een gevarieerd aanbod te maken voor jong en oud.

# Op zoek naar grote maten herenkleding?

Wanneer je een grotere maat kleding nodig hebt dan verkrijgbaar in de meeste winkels, kan het wel eens lastig zijn om goede kleding te vinden. Elke winkel heeft wel een rekje met grote maten hangen, maar ja je wilt toch wel eens wat meer keus dan alleen dat rekje achter in de winkel. Is je antwoord "ja" op deze vraag, ga dan zeker eens langs bij Allsize North Støre in de Assendorperstraat te Zwolle.

In deze winkel van ruim 200m<sup>2</sup> tref je alleen maar grote maten herenkleding in de maten XL – 8XL. Sommige artikelen zijn zelfs leverbaar in 10XL of 12XL. De winkel hangt vol met mooie casual kleding, maar ook functionele werkkleding en veiligheidskleding.

Een zwembroek voor op vakantie, een badjas voor een relaxte zondag, een fietsbroek met zeemleer in het kruis en zelfs een leuke colbert voor een bruiloft zijn volop aanwezig in de winkel.

Bij Allsize North Støre kun je slagen vanaf kledingmaat XL, kleiner doen ze niet. Simpelweg omdat er genoeg winkels zijn die kleine maatjes verkopen. Maar in de gehele

weide omtrek van Zwolle is er niet een winkel die zo'n groot aanbod heeft. Het is niet voor niets dat mensen vanuit het hele land in de auto stappen om de winkel te bezoeken.

Wil jij ook niet meer te horen krijgen dat je maat er niet is? Wil jij ook eens wat meer keus hebben dan alleen een rekje? Wil jij ook last hebben van niet kunnen kiezen omdat er zo veel keuze is? Ga dan eens kijken bij Allsize North Støre en laat je verrassen door het veelzijdige & grote aanbod.

**Neem dit krantenartikel mee naar de winkel en krijg 15% korting op een artikel naar keuze**

**En omdat wij niet flauw zijn, mag dat ook het duurste artikel zijn.**

**Allsize North Støre  
Assendorperstraat 130-132  
8012 CC Zwolle  
Tel: 038-3020000  
[info@allsize-webwinkel.nl](mailto:info@allsize-webwinkel.nl)**

## XL - 8XL



**200m<sup>2</sup> Grote Maten Herenkleding  
Assendorperstraat 130-132 Zwolle  
[www.allsize-webwinkel.nl](http://www.allsize-webwinkel.nl)**

# Geen windturbines in Mastenbroekerpolder

De Provincie Overijssel heeft het rapport **Weidevogels en Windturbines in polder Mastenbroek** gepubliceerd. **Conclusie van dit rapport is dat windturbines in de Mastenbroekerpolder een te grote impact hebben op de weidevogelstand. Dat betekent dat er geen plaats is voor windturbines in de Mastenbroekerpolder.**

Eerder heeft de provincie een rapport opgesteld over de landschappelijke impact van windturbines op de IJsseldelta. In dit rapport waren twee mogelijke locaties aangewezen waar eventueel turbines geplaatst zouden kunnen worden. Het ging om een lijnopstelling tussen Genemuiden en Hasselt parallel aan de Nieuwe weg in polder Mastenbroek Oost en om het industrieterrein in Genemuiden.

**Onderzoek Weidevogels en Windturbines**  
Om het effect van het plaatsen van windturbines op de weidevogelstand in deze twee gebieden vast te stellen, heeft de provincie een ecologisch onderzoek laten uitvoeren. De provincie heeft uitdagingen als het gaat om de weidevogelstand, het realiseren van het aanvalsplan Grutto én de doelstellingen uit de Vogel- en Habitat richtlijn. Het onderzoek is uitgevoerd en de gevolgen voor het weidevogelbeleid in dit gebied zijn in beeld gebracht. De uitkomst van het onderzoek is dat de plaatsing van windturbines voor beide scenario's weidevogels in de zoekgebieden zal verstoren en er broedgebied verloren zal gaan.

**Weidevogels en windturbines in Mastenbroekerpolder gaan niet samen**

De plaatsing van windturbines in dit gebied zal de kwaliteit van percelen met bestaand weidevogelbeheer verlagen en de mogelijkheden voor uitbreiding beperken. Daarnaast zouden de windturbines zowel de uitvoering van het aanvalsplan Grutto als de doelstellingen uit de Vogel- en Habitat richtlijn binnen de polder Mastenbroek in de weg staan. De negatieve invloed op weidevogels is voor de provincie voldoende reden om het huidige beleid rondom de uitsluitingsgebieden te handhaven en af te zien van de openstelling van de Mastenbroekerpolder voor windturbines.

**Vervolg**

"Als gemeente zijn wij blij dat er nu duidelijkheid is over de mogelijkheden voor windenergie in de Mastenbroekerpolder. Nu er een definitief besluit ligt kunnen we dit boek sluiten. Wel moeten we ons bewust zijn van de gevolgen van dit besluit" zegt wethouder Harrie Rietman. "De tapijtin- dustrie in Genemuiden is erg energie-intensief. Nu het niet mogelijk is om lokaal windenergie op te wekken zal de energie ergens anders vandaan moeten komen. Dit brengt ook risico's met zich mee als je het hebt over betaalbaarheid, beschikbaarheid en betrouwbaarheid." Nu er een streep gaat door wind in Mastenbroek blijft er voor de gemeente Zwartewaterland nog maar één locatie over waar windenergie opgewekt kan worden en dat is Genne-Holten.



# Beleef betoverende voorstellingen van Zwolse bodem September is Zwolse makers- maand bij Zwolse theaters

In de maand september presenteert Zwolse theaters in Schouwburg Odeon een gevarieerd programma met theatervoorstellingen, allemaal van Zwolse bodem. Het programma biedt theater voor iedereen.

Een maand lang heeft Zwolse theaters extra ruimte gemaakt voor Zwolse makers in Schouwburg Odeon. De makers zijn uitgenodigd hun grote dromen en wensen door te geven en daarmee is vervolgens een programma gemaakt.

**Een divers programma van Zwolse makers**

Op het programma staan Theater Krijt met een première van Brutale Apen 4+. Groen & Van Lien, Jansen en de Boer, Met de Botte Zijde, Reuring Theater en Het Trojaanse Kalf maken eveneens een kindervoorstelling op maat. Firma Weijland is te zien

met de voorstelling Sta op Komediant! En theatermaker Silas Neumann laat zijn installatie Het Gebouw zien.

Programmeur Mirjam Reyneveld: "We zijn trots op wat er op Zwolse bodem gemaakt wordt en daar bieden we graag een podium aan. Premières, repetities, snelkookpannen, installaties... We vieren deze maand het werk van Zwolse theatermakers."

**Bezoeker kiest zelf entreprijs**

Omdat Zwolse theaters wil dat deze voorstellingen voor iedereen toegankelijk zijn, is de prijs aangepast. Iedereen kan zelf kiezen welke entreprijs zij betalen voor de voorstelling. De prijzen variëren van EUR 4,50 tot EUR 27,50 per kaart.

**Kijk voor het volledige programma en het bestellen van kaarten op [zwolse-theaters.nl/zwolse-bodem](http://zwolse-theaters.nl/zwolse-bodem).**



Opgelucht ademhalen..  
..doe je bij Zoutkamer Kampen

**HALOTHERAPIE HELPT**

RESULTAAT MOGELIJK AL NA ENKELE SESSIES

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

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

ASTMA - GRIEP - ECZEEM - GORONTSTEKING  
ALLERGIEEN - COPD - HOOFKOORTS - HOESTEN  
BIJHOLTEDONTSTEKING - PSORIASIS - CYSTIC  
FIBRIOSIS - SINUSITIS

Zoutkamer Kampen

BEDEIJNDE 18 KAMPEN  
018 - 333 22 37  
INFO@ZOUTKAMERKAMPEN.NL  
WWW.ZOUTKAMERKAMPEN.NL

## “Hoogsensitief? Ja, ik denk van wel, maar zo noem ik dat liever niet”



door Trea van der Cingel

Afgelopen week ben ik begonnen met een opleiding van een jaar om beroepscoach te worden. Ik vind dat interessant, het gaat niet specifiek over hoogsensitieve personen, maar geeft vanuit het brede veld van coaching allerlei informatie en oefening die ongetwijfeld ook zinvol zijn voor HSP.

Toen ik na een gesprek van een uur (!) via de telefoon aangaf dat ik mee wilde doen, en dat ik ook wel wat hoogsensitieve eigenschappen in haar dacht te herkennen zei ze: “Ja, dat heb ik ook wel eens gedacht, maar zo noem ik dat liever niet!”. Ik was verrast, had dit na ons diepgravende, interessante gesprek niet verwacht. Maar had wel weer een onderwerp voor deze column!

Elaine Aron, de wetenschapster die in de jaren '90 van de vorige eeuw wetenschappelijk bewijs heeft gegeven voor het bestaan van hoogsensitiviteit, komt uit Amerika. Zij gebruikte uiteraard een Engelse (Amerikaanse) naam: Highly Sensory Processing. Dat wil zeggen: HSP hebben een hoge verwerking in de hersenen van sensorische informatie. Sensorisch wil zeggen: alle informatie die via je zintuigen tot je komt. Dit klinkt toch wat minder beladen, minder stigmatiserend, roept minder het bekende oordeel op van 'overgevoelig' en 'dus' sneu, enigszins sentimenteel, en niet lekker nuchter en concreet. De afkorting van highly sensory processing is...HSP! Toen ik dat onlangs bedacht, leek me dat een mooi alternatief. We zijn niet overgevoelig maar hebben een hoge sensorische verwerkingssnelheid. Misschien

moeten we dit overwegen als alternatief, in de communicatie naar de omgeving. HSP zijn de 20 procent van de mensen met hersenen die een hoge sensorische verwerking hebben. En daarom krijgen we alle informatie om ons heen mee. Dat heeft voordelen en nadelen. En als je dan acceptatie ziet op het gezicht van je gesprekspartner kun je uitleggen waarom je bent zoals je bent. Of misschien in eerste instantie jezelf accepteren, en vervolgens de omgeving informatie geven.

Ik blijf erop terugkomen. HSP is géén etiket, géén stoornis en we zitten niet in het afvoerputje van de samenleving sneu te zijn. Maar onze maatschappij heeft ons nooit geleerd om te gaan met deze bedrading, waardoor we vaak onszelf naar beneden zijn gaan halen. Met het bekende gevolg: onzekerheid, het gevoel niet goed genoeg te zijn, niet normaal te zijn, overbelasting en burnout. Mocht je HSP zijn en je herkennen in de eigenschappen: kom op voor jezelf! Je bent in essentie een supersterk mens, maar je moet er nog mee leren omgaan. Als ik je kan ondersteunen door coaching op maat, dan zal ik je met hart en ziel begeleiden. Want mijn missie blijft: mijn mede-HSP bestaansrecht geven! En vaak en veel uitleggen hoe en wie we zijn aan de buitenwereld. Wie weet ook nog eens aan mijn nieuwe docent coaching, mocht ze ervoor open staan.

**Trea van der Cingel, HSP coach**

Mail: [trea@sense-coachinghsp.nl](mailto:trea@sense-coachinghsp.nl)

Tel: 06-40009993

• Wie geïnteresseerd is kan ook een kijkje nemen op mijn website:

[www.sense-coachinghsp.nl/](http://www.sense-coachinghsp.nl/)



## Medewerker aan het woord Coördinerend Verpleegkundig bij Wonen bij September Emmeloord

Dick van den Biggelaar,  
Coördinerend Verpleegkundig bij  
Wonen bij September Emmeloord

Ik ben Dick van den Biggelaar, sinds december 2023 werkzaam bij Wonen bij September als Verpleegkundige en sinds mei dit jaar als Coördinerend Verpleegkundige. Ik ben 29 lentes jong, geboren en getogen in Zuid-Limburg en 2,5 jaar geleden voor de liefde beland in (voor ons) het 'hoge noorden' of zoals ik altijd zei in het begin; in de buurt van Zwolle. Iets meer dan een jaar geleden ben ik verhuisd van Kampen naar Emmeloord samen met mijn vriendin.

Ik kom uit een echte zorg familie, mijn vader en zussen werken allemaal in de zorg. Zo ben ik ook op 17-jarige leeftijd begonnen met een BBL-opleiding als Verzorgende-IG, gevolgd door de opleiding Verpleegkundige. Door mijn studie te combineren met werk heb ik inmiddels al 12 jaar ervaring op mogen doen in verschillende functies binnen de ouderenzorg met een specialisatie richting dementie.

In mijn vrije tijd besteed ik graag tijd aan onze huisdieren en mag ik graag een potje gamen. Daarnaast ben ik ook veel op de weg te vinden met mijn motor, zowel alleen als samen met mijn vriendin. Veel bewoners vinden het ook prachtig als ik met een van de motoren naar het werk kom. Hierbij komen vaak verhalen naar boven dat ze vroeger bij hun vader achterop zijn motor mochten en samen de hele dag gingen rijden over de dijken en langs de tulpenvelden. Natuurlijk mogen de



bewoners die dat willen er dan ook altijd even op zitten.

### Belang van zinvolle dag invulling

Activiteiten voor een zinvolle dag invulling kunnen belangrijk zijn voor mensen met dementie. Ze geven plezier, ontspanning en creativiteit. Maar de activiteiten hebben nog meer voordelen; zo voelen mensen met dementie zich hierdoor vaak nuttig en gewaardeerd. Ook zijn er aanwijzingen dat zinvol bezig zijn de ontwikkeling van dementie remt. Daarnaast zorgt de dag invulling voor contact met andere mensen, dit helpt de participatie in de samenleving en zorgt voor een betere kwaliteit van leven.

Niet iedere bewoner heeft dezelfde interesses, hier wordt uiteraard ook door ons naar gekeken. Wij vragen daarom ook altijd naar de interesses van onze bewoners; wat deden ze vroeger voor werk, wat waren de hobby's, wat vinden ze minderleuk om te doen. Sommige bewoners genieten van het buiten zijn, wandelingen maken, tuinieren. Misschien zijn ze soms niet meer mobiel genoeg om in de tuin te helpen maar vinden

ze het leuk om bloemetjes te verzorgen of te bloemschikken. Ook stimuleren we wanneer het kan het gebruik van onze elektrische duo fiets, dit is ideaal voor de bewoners die zelf niet meer goed kunnen fietsen of wandelen maar om ze toch in beweging te houden en van de omgeving en natuur te laten genieten.

Voor de bewoners die meer op zichzelf zijn en zich liever afzonderen proberen we te kijken wat wij ze wel kunnen aanbieden, al is het even samen zitten en praten op zijn/haar eigen kamer of vragen om even mee te helpen met de was. Het feit dat ze het gevoel krijgen dat ze ons een handje kunnen helpen is al voldoende.

Daarnaast doet muziek het ook altijd goed bij de bewoners. Of het nu een muziekfilm of via de radio wordt afgespeeld maakt niks uit. Sommige bewoners sluiten hun ogen en bewegen mee op de muziek. Ook voor bewoners die veel last hebben van prikkels en hierdoor onrust ervaren brengt muziek vaak rust. Het is uit wetenschappelijk onderzoek ook gebleken dat muziek het langst blijft hangen bij dementie waardoor ze nog heel lang liedjes van vroeger zullen herkennen en zelfs mee kunnen zingen. Dit laatste zetten wij vaak in bij de laatste levensfase waarin ze het vaak onbewust nog mee kunnen krijgen, vandaar dat wij dan ook vaak aan de familie vragen wat de favoriete muziek van de bewoner was.

### Dieren

Bij Wonen bij September zijn we daarnaast ook dol op dieren, de collega's maar zeker ook de bewoners. Veel van de bewoners hebben vroeger op een boerderij gewoond en/of

gewerkt. En zoals een van de bewoners altijd heel goed weet te onthouden is het bij ons thuis ook een hele beestenboel, van honden/katten naar vissen en paarden. Zij vindt het prachtig en vraagt iedere dag hoe het met ze gaat en dit levert dan ook regelmatig gesprekstof op.

Collega's nemen ook wel eens hun hond mee naar het werk of komen in hun vrije tijd wel eens langs. De bewoners krijgen dan direct een glimlach op hun gezicht en de gesprekken over hun eigen huisdieren beginnen, bewoners mengen zich hierin en je hebt al snel een leuke groep bewoners die met zijn allen in gesprek gaan over hun verleden met dieren. Zo heb ik onze puppy genaamd Chloë meegenomen naar het werk. Ik was nog in niet in de huiskamer en ze had haar rust al gevonden op schoot bij een bewoner.

Daarnaast heb ik een tijdje geleden een lammetje meegenomen. De bewoners konden het lammetje melk geven via de fles en ermee knuffelen. Sommige bewoners hadden vroeger zelf schapen gehad en sommige bewoners hadden nog nooit een lammetje aangeraakt en vonden het leuk om het eens te ervaren. Dagenlang werd er over nagepraat.

Naast al deze eerder benoemde voordelen hebben dieren ook een gunstig effect op onrust bij mensen in dementie, het contact met de dieren biedt vaak een rust die zelfs kan helpen bij onrust in een verder gevorderd stadium van dementie. Wanneer menselijke communicatie en geruststelling soms nauwelijks of geen effect meer heeft kan een dier dit vaak nog wel brengen.





Tijdelijk  
in Hasselt



# Jenn's

## POP-UP STORE

Laatste  
week van de  
openings  
acties!

### Sfeerimpressie



Op één van de mooiste plekjes in het centrum van Hasselt is de sinds 3 juli tijdelijk Jenn's Pop-up Store gevestigd. Als bezoekers de winkel binnentappen, wacht hen een verrassing. De collectie van Jenn is niet standaard, maar juist een tikkie gedurfd, uitbundig en mooi geprijsd!

### Onze merken

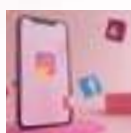
Mooie merken als Maicazz, Zizo en Yest, TQAMsterdam zijn populair en ruimschoots aanwezig in de Pop-up Store en de winkel in Staphorst. Met elke week een nieuw thema buiten en dagelijks een filmpje op de socials, worden de dames geprikkeld en vanzelf enthousiast. Sieraden, accessoires, tassen, riemen... zomaar een greep uit de uitgebreide collectie van Jenn.

Ren naar Jenn voor... een complete set, eerlijk advies, gezelligheid. Zo krijg je net dat beetje meer!

### Openingsaanbiedingen

**24 - 27 juli** Kans op een waardecheque t.w.v. € 100,-

Maak kans op een waardecheque t.w.v. € 100,- bij Jenn's Pop-Up Store! Doe mee en ontdek onze prachtige collectie.



### Volg ons op & maak kans op €50,-

Volg ons op de socials en maak t/m 27 juli kans op een waardecheque van € 50,-. Blijf op de hoogte van onze nieuwste items en acties!

### Locatie & tijden

Jenn's Pop-up Store kan je vinden aan de Markt 8 in Hasselt.

We zijn geopend van woensdag tot en met zaterdag van 09:30 uur tot 17:00 uur.



**Bestel ook online op: [www.jennstaphorst.nl](http://www.jennstaphorst.nl)**



# Sporten met warm weer: Doe het veilig met deze 6 tips

Wil je gaan sporten met warm weer? Het kan zeker, maar let wel op je eigen veiligheid. Je kunt altijd iets aan beweging doen, zowel binnen als buiten, maar je lichaam heeft het zwaar door de hitte. Daarom is het belangrijk om hier rekening mee te houden. Warm weer en trainen, kan dat?

Het wordt steeds warmer en de hitte kan lang aanhouden, zelfs in Nederland. Bewegen kan in principe altijd, vooral als je naar een sportschool met airconditioning gaat, zoals Purazen Gym. Maar wil je buiten trainen of thuis zonder airco, dan is het belangrijk om extra voorzichtig te zijn. Hier zijn zes tips om veilig te sporten bij warm weer:

## 1. Pas je training aan

Bij warm weer heeft je lichaam het al zwaarder. Als je gaat sporten, produceert je lichaam extra warmte die het moet afvoeren door te zweten, wat je hartslag verhoogt. Het is verstandig om je training minder intensief en zwaar te maken. Overweeg om 's ochtends vroeg te trainen wanneer het koeler is en vermijd sporten midden op de dag wanneer de hitte op zijn hoogtepunt is.

## 2. Probeer buiten te sporten

Buiten sporten kan heerlijk zijn bij mooi weer. Overweeg een outdoor-training met de Me-Mover, een fitnessapparaat dat fietsen, hardlopen en crosstraining combineert. Het is een leuke en effectieve workout waarbij je gewrichten nauwelijks belast worden.

Wat is een Me-Mover? De Me-Mover is een fitnessapparaat op wielen, aangedreven door



een stappende beweging in een staande houding. Het combineert fietsen, hardlopen en crosstraining en is geschikt voor iedereen. Het helpt je conditie te verbeteren, calorieën te verbranden en spieren in buik, benen, billen en rug te versterken.

## 3. Draag ventilerende kleding

Kies voor lichte, luchtige kleding die hitte afvoert. Stoffen die niet aan je huid plakken en frisse lucht doorlaten zijn ideaal. Bescherm je hoofd, nek en gezicht met een petje.

## 4. Zorg voor afkoeling tijdens de training

Of je nu binnen of buiten sport, zorg voor afkoeling. Maak je gezicht en nek nat of leg een natte handdoek in je nek. Binnen kan een

ventilator helpen.

## 5. Drink voldoende water

Hydratie is cruciaal. Drink voldoende water om je lichaamstemperatuur te reguleren. Als stelregel geldt: drink anderhalf keer zoveel als het vocht dat je door zweten verliest. Tijdens intensieve training kun je per uur meer dan een liter zweet verliezen.

## 6. Doe een cooling down

Na het sporten is het belangrijk om goed af te koelen. Sport je in een ruimte met airco, zorg dan dat je rustig afkoelt voordat je naar buiten gaat. De warmte buiten kan anders extra zwaar aanvoelen. Nieuw: Me-Mover Clinics bij Purazen Gym



Wil je de Me-Mover proberen? Volg dan een clinic bij Purazen Gym. Er worden verschillende clinics aangeboden tijdens de zomer. Meld je aan via [support@purazengym.nl](mailto:support@purazengym.nl) voor meer informatie.

## Contactgegevens Purazen Gym

**Purazen Gym**  
Werkerlaan 5B  
8043 LT Zwolle-Stadshagen  
Telefoon: 038-3030233  
E-mail: [support@purazengym.nl](mailto:support@purazengym.nl)  
Website: [www.purazengym.nl](http://www.purazengym.nl)

Elke dag geopend. Gratis parkeren voor de deur. Met deze tips kun je veilig en verantwoord sporten bij warm weer. Blijf goed gehydrateerd, draag de juiste kleding en pas je training aan op de temperatuur.

Veel sportplezier!

## Roldusol Uw zonweringsfabrikant!

Roldusol Meppel | Johan van Oldenbarneveltstraat 3 | Meppel | tel 0522-251543 | [www.roldusol.nl](http://www.roldusol.nl)



Openingstijden: van maandag t/m vrijdag 8.00-12.00 uur en 13.00-18:00 uur  
Zaterdag op afspraak | \*alleen geldig op Roldusol artikelen

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

## Iets nieuws nodig?

Kijk dan ook bij...

# BIVISTA

MEUBELEN

## ENORME KEUZE IN EETKAMERSTOELEN EN TAFELS



Roelof Brinkstraat 12 • 7951 DW Staphorst (Ingang zijkant spoorlijn)  
[info@bivista.nl](mailto:info@bivista.nl) • [www.bivista.nl](http://www.bivista.nl) • 06-49 70 41 83



# Maatwerk?

Bij ons  
verrassend  
voordelig!

Vraag  
eenvoudig  
en gratis een  
vrijblijvende  
maatwerk  
offerte aan

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

Adres Edisonstraat 5, Zwolle Telefoon (038) 444 84 01

**Tuin Totaal Center**  
Blokhutten Scherp en Sterk in Maatwerk

## Aandacht voor betere afvalscheiding pmd

door Gemeente Zwartewaterland

Gemeente Zwartewaterland en ROVA zetten voorloperscampagne in. Samen met ROVA vraagt de gemeente aandacht voor een betere afvalscheiding. Daarom is deze maand de voorlopers campagne gestart. Voorlopers zijn mensen van de ROVA die huis-aan-huis containers controleren op juiste afvalscheiding. Het gaat dit keer om de oranje containers waar Plastic verpakkingen, Metalen verpakkingen en Drankkartons (pmd) in gaan. Het doel van deze controle is om inwoners te laten zien hoe belangrijk goede afvalscheiding is. De campagne loopt tot het einde van het jaar.

We zijn ons steeds bewuster over hoe we omgaan met afval. Toch is het in de praktijk soms een zoektocht naar de juiste bak en is de restcontainer makkelijk gekozen. Als gemeente roepen we alle inwoners op om actief deel te nemen door extra goed te letten op het scheiden van pmd-afval. Goed gescheiden afval is namelijk geschikt om te recyclen en daarmee helpen we het milieu.

### Wat is pmd afval ook alweer?

Plastic verpakkingen, Metalen verpakkingen en Drankkartons noemen we pmd. Gemiddeld opent iemand elke dag zo'n 7 van dit soort verpakkingen. Een

huishouden produceert dus heel veel pmd. Gelukkig bevat pmd veel grondstoffen die we prima kunnen hergebruiken voor verschillende nieuwe producten. Een sterk staaltje recycling! Maar dit kan alleen als pmd goed gescheiden is.

### Hoe worden nieuwe producten uit pmd gemaakt?

Als ROVA pmd heeft opgehaald gaat het eerst naar een sorteerder. Na het sorteren gaat het afval naar verschillende verwerkers. Blik is bijvoorbeeld eindeloos te recyclen tot nieuw blik. Van plastic verpakkingen wordt granulaat gemaakt. Dit zijn plastic korrels die gebruikt worden om bijvoorbeeld emmers, straatmeubilair en fleecetruien van te maken. En drankkartons worden gebruikt om wc-papier van te maken.

### Wel of geen pmd?

Met behulp van een paar handige vuistregels weet u al snel of iets bij het pmd-afval hoort.

- Is het een verpakking uit het huishouden van plastic, metaal of is het een drankkarton?

- Is de verpakking leeg? (schoon hoeft niet)

- Is het geen uitzondering, zoals verpakkingen van chemische producten en verpakkingen van piepschuim? Dan mag het altijd bij het pmd.

Twijfelt u of iets bij het pmd hoort? Check dan de scheidingswijzer op [www.rova.nl/scheidingswijzer](http://www.rova.nl/scheidingswijzer).

## “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

## Het hart van IJsselland Maak ruimte, maak ruimte, maak ruimte



**We maken steeds minder tijd vrij voor de dood. Vrij nemen van het werk blijkt vaak lastig en zelfs sociale verplichtingen worden met moeite verzet. Binnen enkele dagen moet er dan, om bij voorkeur in het weekend uit te komen, een hele uitvaart georganiseerd worden.**

Wat er op neerkomt dat u, ondanks de ondersteuning van de uitvaartverzorgers, met het alle wensen voor de rouwkaart en -advertentie, de afscheidslocatie, het samenstellen van de adressenlijst (en misschien zijn dit er wel twee, met een inlegvel) en daarnaast uitgebreide muziek- en beeldwensen, wie zegt wat, hoe lang en wanneer, het te woord staan van belangstellenden aan de deur of via de telefoon, whatsapp en mail, doen we dit eigenlijk wel milieubewust genoeg, het uitzoeken van de catering, hoeveel mensen komen er eigenlijk, wel of geen bloemen, condoleanceboek en voorbereiden rouwstoet en het coördineren van de rouwbezoeken, gaan we mee naar de ovenruimte of hoe ziet het begraven eruit, misschien nog het leeghalen van de kamer in het verpleeghuis en tussendoor het doornemen van documenten en administratie.. nogal.. gebroken aankomt op de dag van de uitvaart.

“Steeds vaker denk ik: maak ruimte voor de dood.” “Ik denk dat ik dat ga schrijven,” zeg ik tegen mijn pedicure/goede inspiratiebron voor columns. We hebben het over stress rondom de uitvaart. “Nééééé.. dat zeg je toch níét, dat klinkt niet goed hóór!” Goed, zij heeft wel gelijk. Het is niet zo'n fraaie titel voor een column. Maar het moet gezegd worden.

We maken steeds minder ruimte voor de dood. Gelijk de (huis)arts en de uitvaartverzorging oproepen hoeft niet met spoed, u mag gerust de ruimte nemen om even op adem te komen. Of een tijdstip afspreken dat wij komen en wat ruimte geeft om uzelf voor te bereiden.

Voordat de buitenwereld weer binnenkomt. Het valt misschien op dat ik de belangrijkste elementen van de rouwperiode nog niet genoemd heb. Het hart. Het gevoel. De pijn. En dat blijkt in de praktijk ook vaak naar de achtergrond te zijn verdwenen. Ons hoofd wil alles begrijpen en overzichtelijk houden. We willen sterk en verantwoordelijk zijn. Het moet er allemaal goed en mooi verzorgd uitzien. Met name als je de vertegenwoordiger bent van de familie. Maar het hart heeft ook ruimte en tijd nodig.

De ruimte voor verlies. Tranen te laten stromen terwijl je voor niets een tweede bord opschept. Dom voor je uitkijken voor het raam, terwijl de radio zachtjes een lang verloren liedje speelt. Ruiken aan de kraag van de blouse die aan een punt van de stoelleuning hangt. De kinderen op schoot nemen zolang ze willen. Haar lange haren weer even kammen, misschien toch dat kwastje lippenstift nog een keer gebruiken. Samen een glas wijn drinken, huilend en lachend om een leven dat geleefd is. Om wat niet meer zal komen. Iets meegeven in de kist. Voor onderweg. Even voelen aan zijn gezicht. Ja, zo.. echt koud nu. Fluisteren dat het veel te vroeg is, opsommend hoe het allemaal anders had moeten gaan, smekend om een ruil met hierboven, verdoofd in slaap vallen en ontwaken in dezelfde stilte.

Ja.. dat klinkt allemaal niet goed.

Maar het moet gezegd worden.

**Heeft u ook een onderwerp rondom het levenseinde waarvan u denkt; daar mag misschien wat meer over gesproken worden met elkaar, iets wat wel eens benoemd mag worden, of misschien beter uitgelegd? Laat het mij weten, ik schrijf er graag een stukje over.**

Marisa Bremer biedt begeleiding en advies op maat rondom een uitvaart in Zwolle en wijde omgeving. Bij een overlijden 24 uur per dag bereikbaar via 038 2054 038. Bekijk meer op [www.ijssellanduitvaartzorg.nl](http://www.ijssellanduitvaartzorg.nl) of mail uw vraag naar: [Marisa@ijssellanduitvaartzorg.nl](mailto:Marisa@ijssellanduitvaartzorg.nl)



# Binnen of buiten?

## #Glazenschuifwand



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

Marsweg 1a, 8013 PD Zwolle

# Uw advertentie of artikel in onze krant?

• Neem vrijblijvend contact met ons op via:  
06-51 42 01 08 of mail naar [info@boshuismedia.nl](mailto:info@boshuismedia.nl)

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



## Verkoopplaats Zwartewaterland

Verkoop van 2e handsartikelen - "Kringloop"

06-20351311



Genemuiden  
Klaas Fuitestraat 25

Nieuwleusen  
Burgemeester Backxlaan 335



Ook 2e hands kleding!

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

## Kalter pakketten nieuws...

Wat leuk om weer een stukje te mogen schrijven over onze Kalter pakketten. We zijn lekker bezig. Steeds meer mensen weten ons te vinden. Voor een heel aantal bedrijven in de regio mochten we al pakketten maken.



Ook wordt de webshop goed bezocht en daarmee maken we mensen uit de hele EU blij. Een pakket naar Frankrijk? Geen probleem! Een pakket naar Noorwegen? Gaan we regelen! Maar uiteraard bezorgen we ook lokaal. Het leuke aan de lokale pakketten is dat we mooie combi's kunnen maken met fruit van Vitamientje.nl. Leuk om te melden is dat we bezig zijn met een nieuwe uitstraling! Het wordt iets lokaals en we zijn er nu al super enthousiast over. Binnenkort meer hierover te lezen en te zien. Een mooie uitbreiding van onze pakketten hebben we gevonden in een samenwerking met Reinier van Good Production. Hij graveert relatiegeschenken van de materialen hout, bamboe en rvs. Zo kunt u uw pakket nog wat persoonlijker maken. Denk aan uw bedrijfslogo of een leuke tekst. Veel is mogelijk! Kijk maar eens op onze site. Bent u binnen een bedrijf verantwoordelijk voor de kerstpakketten of kent u iemand die dat is? Zoekt u een partner om u te ontzorgen? Wij denken graag met u mee om voor uw medewerkers een mooi eindejaarspakket te maken. Bel, app of kom eens langs voor wat inspiratie. De koffie staat klaar...



Enkele voorbeelden van wat er mogelijk is. Benieuwd naar de mogelijkheden? Bel ons of kom langs!

Kalter pakketten  
Tasveld 26, IJsselmuiden  
0683549543

# WILDEBOER

Lekker beschut in je tuin zitten!

DE FRAAISTE CREATIES WORDEN  
GEMAAKT DOOR ZEILMAKERIJ WILDEBOER!

- VERANDAKLEDEN
- SCHADUWDOEKEN
- WINDSCHERMEN
- OPROLSCHERMEN

Terrasoplossing nodig? Neem contact op!



0529 - 48 30 30 • [info@wildeboer.com](mailto:info@wildeboer.com) [WILDEBOER.COM](http://WILDEBOER.COM)



SteengoedID

Rijksweg 2, Staphorst | T. (0522) 202 122 | [steengoedid.nl](http://steengoedid.nl)



# Hevada Traprenovatie de Trapspecialist van Zwolle

Na verloop van tijd worden trappen in huis lelijk, of raak je er gewoonweg op uitgekeken. In beide gevallen kan Hevada Traprenovatie er iets moois van maken. De afgelopen jaren werkte Henk van de Haar vanuit huis in Zwolle-Zuid, maar sinds begin februari heeft hij zijn eigen showroom. "Dat scheelt een hoop trappen en ander materiaal in mijn woonkamer."

Het is snel gegaan. Bijna driejaar geleden renoveerde Van de Haar zijn eerste trap: die in zijn eigen huis. Familieleden zagen het resultaat en wilden prompt ook zo'n frisse look. Van de Haar kreeg er plezier in en de mond-tot-mondreclame deed zijn werk. Naast zijn reguliere baan toverde de Zwollenaar steeds vaker in de avonduren en weekenden trappen om in strakke pareltjes. "Dat ging goed, ik heb niet bepaald twee linkerhanden. Maar ik vond dat ik me verder moest professionaliseren. Daarvoor volgde ik een vierdaagse opleiding bij het Stairs Education Centre in Spijkenisse." Ja, dat bestaat dus echt. "Daarnaast heb ik bij de leveranciers waar ik mee ging samenwerken aanvullende 'expert trainingen' gevolgd. De zaken gingen voorspoedig maar er was tot voor kort toch wel een minpuntje. En dat was dat ik alles vanuit huis deed. Daar stonden ook de showmodellen en de onderdelen voor de trappen die ik ter plaatse bij de klant onder handen ging nemen. Overall stond wel wat: niet alleen in de woonkamer, maar ook in de logeerkamer en zelfs in de slaapkamer. Mijn vrouw was daar ook niet zo blij mee." Dat kon dus niet langer. Een zogenaamde box ergens in Zwolle bleek ook niet de oplossing. "Daar bleek het veel te vochtig, niet handig als je met PVC en HPL werkt."

## Geén uitgljers

Maar uiteindelijk kwam daar een mooie kans: de

trappenspecialist kon de huur van een showroom aan de Telfordstraat in de Marslanden overnemen. "Er stond al een keuken in. Mijn vrouw, mijn zoons en ikzelf hebben de boel mooi aangekleed met naast de showtrappen twee mooie tafels, schilderijtjes aan de muur en een gezellig tapijtje op de vloer." Dat tapijt was zeker over van de stoffering die hij voor de trappen gebruikt? "Nee, stofferen van trappen doe ik niet. Daar zijn andere aanbieders voor." En met een grijns: "Beklede trappen zijn nu trouwens ook uit de mode." Van de Haar werkt met overzettreden van het zogenoemde PVC of HPL, laminaat met een extreem harde toplaag dat onderhoudsvrij en heel slijtvast is. En geeft daar dan ook vijftien jaar topplaaggarantie op. "Niet van dat plakspul, maar stevig gemonteerd. Een extra voordeel van dit product: je hoeft de oude treden daarvoor niet te schuren. Over uitglijden hoeft de klant zich ook geen zorgen te maken, alles is anti-slip van de hoogste gradatie." Bij Hevada Traprenovatie kun je terecht voor zowel open als dichte trappen en voor de leuning. "Soms vragen klanten me of ik meteen de gang of de overloop bij de trap mee wil nemen in de renovatie. Dat doe ik dan graag. En kijk daar in die showtrap: zie je die ledlampjes onder de treden? Daar wordt ook veel om gevraagd."

## De burens ook

"Deze showroom scheelt me uiteindelijk veel tijd", vertelt Van de Haar. "Nu kan ik meerdere klanten op een avond bedienen. Ik rij niet meer van hot naar her door de regio. Voorheen ging ik na het eerste contact altijd naar de klant toe met kleurstaal voorbeelden. maar in de showroom zijn showtrappen te bekijken op afspraak. Je kunt daarbij ook een foto van je trap meenemen voor een advies op maat. Ik kom natuurlijk wel al voor de daadwerkelijke renovatie bij de klant thuis om alles op te meten." Ook advies aan huis blijft

natuurlijk mogelijk. "Op afspraak kan ik klanten in de avonden en weekenden [eventueel ook op zondag] in de showroom ontvangen. De levertijd bedraagt circa twee maanden, daarna kom ik met de bus voorrijden en is het zagen en monteren meestal in een dag klaar. Als het op de dag van de renovatie regent, neem ik een mijn werktent mee die ik bij het huis van de klant plaats, want de onderdelen moeten natuurlijk wel droog blijven." Als de klus bij een klant eenmaal geklaard is, gebeurt het wel eens dat Hevada korte tijd later gebeld wordt door een van de burens.

"Heeft de een zo'n fonkelnieuwe trap, dan willen de burens er ook een. Ja, zo gaat dat. Soms ben ik bij meerdere huizen in één straat bezig geweest." Net als autorijden leer je trappen renoveren pas echt in de praktijk, stelt van de Haar. Hij lacht: "Bij recensies op Google scoor ik denk ik wel goed 5 sterren, dus het lijkt erop dat ik wel goed bezig ben. Regelmatig zeggen klanten dat ik zo enthousiast vertel over trappen, dat is ook mooi om te horen. Het mooie van het renoveren is dat je eind van de dag een mooi resultaat kan laten zien aan de klant. Ik ben natuurlijk een zpp'er, het voordeel daarvan voor de klant is het persoonlijke contact: de monteur is degene met wie je vanaf het begin contact hebt."

## Gedurende de hele zomer geopend.

**Hevada Traprenovatie**  
**Henk van de Haar**  
**Telfordstraat 9-14**  
**8013 RL Zwolle**  
**Telefoon (06) 38401735**  
**www.hevadatraprenovatie.nl**  
**E-mail: info@hevadatraprenovatie.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**

**NU ALLES 20% KORTING**

**SUMMER SALE**

**MyPalmShop**  
Zuiderzeestraatweg 452a - Wezep - 06 40243314



# RIKELS

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

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



OFFICIAL SERTA DEALER

ERVAAR ZELF WAT EEN GOEDE BOXSPRING KAN DOEN!

Kom langs en laat u adviseren in onze ruime experience room

Grote Voort 72-74, Zwolle | Of maak een afspraak op [www.rikels-slaapexperts.nl](http://www.rikels-slaapexperts.nl)

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



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

# Primo

KEUKENS.NL

De voordeligste keukenzaak!

Onze service voor u:



DIRECT DE LAAGSTE PRIJS



GRATIS 3D KEUKENONTWERP



MEETSERVICE



STIPTE LEVERING



MONTAGE



€9.500,-  
INCL. APPARATUUR



PRIMO KEUKENS KAMPEN | ZAMBONISTRAAT 4 | 038 820 0366  
Heerenveen | Hardenberg | Dronten | Roden | Meppel | Almelo | Emmen





2-zits met  
1 armleuning vanaf  
~~899,-~~  
**799,-**

4-zits elementenbank Bayonne bestaande uit: 2 losse 2-zitselementen vanaf ~~1798,-~~ **1598,-** | loungebank bestaande uit 1,5-zits en poef vanaf ~~1298,-~~ **1148,-** (afgebeeld in stof Rivas)  
bijzettafel City metaal **149,-** | triangel **299,-** | marmerlook **199,-**

Beschikbare elementen



BEPAAAL ZELF HOE JOUW  
ZITMEUBEL ERUITZIET



ZEER ZACHT EN  
COMFORTABEL  
ZITCOMFORT

BIJPASSENDE POEF

1,5-zits met 1 arm vanaf ~~849,-~~ **749,-** (afgebeeld in stof Rivas)  
poef 109x65cm vanaf ~~449,-~~ **399,-**

COLLECTIE  
BAYONNE

Elementenbank of modulaire bank: hoe je deze Bayonne ook noemt, het basisprincipe blijft hetzelfde. Alle elementen zijn volledig rondom gestoffeerd, dus je kunt met alle elementen zelf bouwen aan de ideale opstelling voor in je woonkamer. Ben je je huidige opstelling beu? Geen probleem met deze bank, want je (ver-)plaatst alle elementen zo vaak je wilt en hoe je wilt.

De acties zijn geldig t/m 31-07-2024. Niet in combinatie met andere acties.



Henders & Hazel Zwolle  
Tel. 038-3034300

Grote Voort 88  
8041 BH Zwolle

info@henhzwolle.nl  
 zwolle.hendersandhazel.nl

Openingstijden:  
Ma 13.00 - 18.00 uur | Di 9.30 - 18.00 uur | Wo 9.30 - 18.00 uur | Do 9.30 - 21.00 uur | Vr 9.30 - 18.00 uur | Za 9.30 - 17.00 uur | Zon 12.00 - 17.00 uur



Alle modellen worden verkocht met garantie en zolang de voorraad strekt.

Is uw gewilde model weg dan hebben we vast een andere oplossing voor u staan in onze showroom van 900m<sup>2</sup>.



Van kleine demontabele/opvouwbare scootmobielen tot grote robuuste of comfort Scootmobielen. Op al onze modellen geven wij garantie. Ook gebruikte driewiel fietsen en (elektrische) rolstoelen.

Bent u opzoek naar een scootmobiel, maar ziet u door de bomen het bos niet meer, dan nodigen wij u van harte uit in onze ruime showroom om al uw vragen te stellen en meerdere scootmobielen uit te proberen onder begeleiding. Moet de scootmobiel mee kunnen in de auto? Heeft u lichamelijke klachten? Hoever kunt u rijden met een scootmobiel? Moet ik een scootmobiel verzekeren? Zijn er ook rijlessen mogelijk? Kan ik overweg met een scootmobiel? Allemaal vragen die wij samen met u kunnen tackelen, onder het genot van een kopje koffie of thee.

Op onze locatie in Emmeloord hebben wij zowel binnen als buiten de mogelijkheid om de scootmobiel(en) te testen zodat u zelf kunt ervaren welke u het beste past. Naast onze Scootmobielen is Max-vitaal een moderne zorgwinkel die makkelijk toegankelijk is, waar iedereen terecht kan voor een deskundig advies op gebied van zorgulpmiddelen. U kunt de auto voor de deur parkeren. Ook hebben wij een eigen werkplaats en leveren wij service aan huis. Uiteraard leveren wij de scootmobiel bij u thuis af.



Van Medical - Galaxy Plus- Nieuw  
Van € 5100,- voor € 3995,-

Specificaties:  
-20 km per uur  
-90 ah accu - 50 -55 km actieradius  
-incl Stokhouder



Van raam - Maxi Elo driewiel fiets  
€ 2695,-

- Elektrisch ondersteund  
- NIEUWE ACCU MEI 2024  
- Slechts 161 km mee gefietst  
- occasion



Skyline - Smartchair travel - Nieuw  
Van € 2695,- voor € 1995,-

- Opvouwbaar elektrische rolstoel  
- Lithium accu - actieradius 15 km  
- 28 kg totaal tilgewicht



Vermeiren - Carpo 4  
€ 1495,-

- 15 km per uur  
- 75 ah accu - actieradius 35-40 km  
- Occasion



Van os medical - Elektrische rolstoel opvouwbaar  
€ 649,-

- 6 km per uur  
- 18 ah accu - 10-13 km actieradius  
- Opvouwbaar (37 kg)  
- DEMO MODEL



Kymco - Super 8  
€ 1895,-

- 13 km per uur  
- 50 ah accu - actieradius 30-35 km  
- Occasion







# Energie besparen met isolerende rolluiken

## Isolatie door rolluiken

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

## Isolatie met rolluiken in de winter

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

## Isolatie met rolluiken in de zomer

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

## Isolerende rolluiken

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

## Geluidswerende rolluiken

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



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

## Verschiede soorten rolluiken en mogelijkheden

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

## Voordelen van rolluiken

Naast de isolerende werking heeft een rolluik nog meer voordelen.

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

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



Johan van Oldenbarneveltstraat 3-A, 7942 GZ Meppel  
Tel: 0522 251 543  
E-mail: [info@roldusol.nl](mailto:info@roldusol.nl)

# Roldusol®

# welKOOP

## Ons eigen merk.

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



**1+1  
gratis**

**OP=OP**

## Opruiming vrijetijdskleding voorjaar 2024

Diverse modellen en maten uit de voorjaarscollectie.  
Het assortiment kan verschillen per winkel.  
Het goedkoopste artikel is gratis.  
Actieprijs variëren van **17.95 - 99.95**

**Wegens aankomende verbouwing heel veel artikelen sterk afgeprijsd! OP=OP**



Grisport  
werkschoenen  
Instap, S1P  
Maten 40 t/m 47.

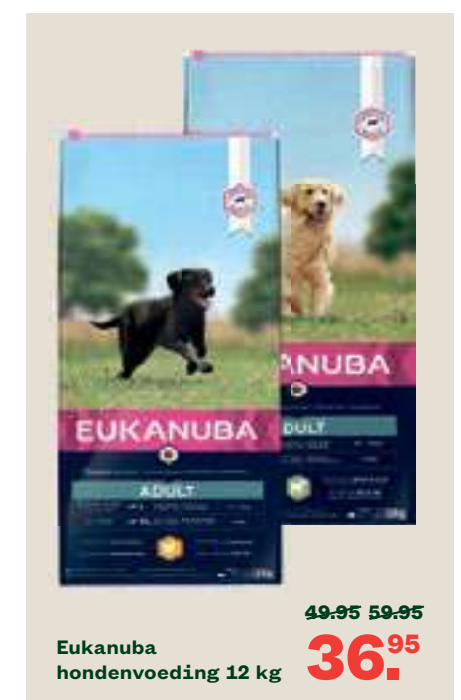
~~97.50~~  
**79.95**



**2<sup>e</sup>  
halve  
prijs**

Størvik  
korte werkbroecken Job, Ron en Thijs

Diverse maten en modellen.  
Bijv. Job 2 stuks ~~65.90~~ **49.43**  
Actieprijs variëren van **49.43 - 64.43**



Eukanuba  
hondenvoeding 12 kg

~~49.95 59.95~~  
**36.95**

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

### Openingstijden

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

**Geldig van maandag 8 t/m zondag 28 juli 2024**





Deze mag weg  
voor €8595,-



Compleet met  
granieten werkblad  
en apparatuur.  
Ook het prachtige  
fornuis.



Mooie moderne donkerrode keuken met vele  
extra's. Siemens inbouw apparatuur  
Kastenwand is 240 cm, eiland is 270 cm lang  
en 100 cm breed met bar blad.

Totaal € 12500,-



## DEZE BADKAMER GEHEEL GEMONTEERD

Sphinx

KEUZE UIT VEEL  
VERSCHILLENDE  
TEGELS EN  
BADKAMERMEUBELS

Geheel gemonteerd, leidingwerk,  
betegelen, hangend toilet, incl reservoir.  
Mooi badkamer meubel. Thermostaat  
douche mengkraan met regen douche.  
Inloop douche met scherm.

€ 11995,00\*

Keuken keuze uit verschillende tinten. Afm. 265 x 225 cm  
(aanpassingen in de opstelling zijn mogelijk) Compleet met werkblad,  
spiegel, kraan, koeler, vaatwasser, combi-oven, inductie kookplaat en schouw.  
Inbouwapparatuur is van het merk Bosch.

Ook leverbaar  
met Miele  
apparatuur  
voor € 9995,-

Nu voor  
€ 8500,-\*



NU OOK BIJ YRO VERKRIJGBAAR GORDIJNEN, RAAM DECORATIE,  
TEGEN ZEER LEUKE LAGE PRIJZEN

## YRO VERZORGT MET EIGEN MONTEURS:

Complete verbouwingen zoals muren wegbreken,  
vloerverwarming infrezen, plavuizen leggen, montage complete  
badkamers en keukens, electra, stucen en schilderen.

# YRO KEUKENS & BADKAMERS

MARKNESSE  
Expansie 10  
T. (0527) 20 33 06

• Maandag geopend na  
telefonische afspraak

Huisleverancier van:  
• Rotpunkt • Nobilia  
• Nolte • Pronorm



CBW-erkend

Afbeeldingen kunnen afwijken.  
Prijs- en zetfouten onder voorbehoud.  
Exclusief verwijderingsbijdrage.

\* Vraag in de  
showroom naar  
de voorwaarden

Kijk voor  
de actuele  
openingstijden  
op [WWW.YRO.NL](http://WWW.YRO.NL)





# H<sub>2</sub>O Pro<sup>®</sup>



## Doorbraak tegen kalkaanslag

20 cm

63 cm



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



Vriendelijk voor **milieu**  
en uw **portomonnee**

**€ 675,-**

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

Van Brandenburgstraat 2 (O.) 8061CN Hasselt info@h2opro.nl 085-1303991

