

DEZE WEEK:



Wat is glucose en waarom is het zo belangrijk?

Glucose is een suiker die in ons bloed circuleert. Het is de belangrijkste bron van energie voor ons lichaam. Een te laag of te hoog glucosegehalte kan tot gezondheidsproblemen leiden. Dit artikel vertelt je alles wat je moet weten over glucose.



IN DE PROVINCIE

Op wielen het Nationaal Park ontdekken

PROVINCIE UTRECHT



- Centrale verwarming
- Airconditioning
- Reinigen ventilatiekanalen
- Warmtepompen
- Elektrapanelen
- Service-abonnementen
- Huren All-in v.a. € 25,- p. mnd.

Communicatieweg 12
3641 SE Mijdrecht
Tel. 0297-284295
info@vderwilt.nl

www.vderwilt.nl

ACTIE

4 HALEN = 3 BETALEN

Auto Maas
Aalsmeer

Teelmanstraat 3, 1431 GL Aalsmeer
T 0297-324320 • E auto_maas@seat.nl

www.automaas.nl

ADVERTEREN?

IN DE
Nieuwe Meerbode

INFORMATIE:

0297-581698

06-53847419

VERKOOPMIJDRECHT@MEERBODE.NL

Voor **méér** lokaal
nieuws uit de regio!

ZIE ONZE SITE:
MEERBODE.NL

GEEN KRANT?
0251-674433



Hergebruiksplannen de Trekvogel heikel punt bij enkele bewoners:

”Bezoekers van de voedselbank zijn toch ‘ander soort’ mensen”

Mijdrecht – Je werd er even stil van. De aanwezige op de tribune, de wethouder en ook de aanwezige raadsleden. De opmerking van een echtpaar (omwonenden van de Trekvogel)

Dit echtpaar had de gelegenheid genomen om hun bezwaren te uiten tegen de plannen van het college, om de bestemming van deze leegstaande school een maatschappelijke bestemming te geven. Het doel is om hierin te vestigen: Inloophuis 't Anker, Atelier de Kromme Mijdrecht, Leerwerk-

plaats en Financiële winkel van Tympan De Baat en de Voedselbank. En deze laatste twee organisatie s vielen duidelijk niet erg in de smaak van deze omwonenden: “Wij zijn tegen deze plannen van de gemeente”, zo lieten zij weten. “Het is hier een uniek stukje natuur en dat verdwijnt op deze ma-

nier. Een Leerwerkplaats en een Voedselbank horen niet thuis in een woonwijk. Dat geeft overlast. Het is een ander soort publiek”. Iedereen viel even stil, maar ze volgde: “Het wordt ook allemaal veel te druk, er komen vrachtwagens voor de bevoorrading. Deze mensen horen niet in een woonwijk te lopen met hun krates voedsel. Ze schamen zich toch meestal al”, aldus het echtpaar. **Vervolg elders in deze krant.**



Woningbouw op de Stationslocatie?

Geluidsoverlast verkeer en tranformatiestation nog heikel punt

Mijdrecht – Er wordt allang over gesproken, wat te doen op de zogeheten ‘Stationslocatie’ in Mijdrecht. In de raadsvergadering van juli 2016 heeft de toenmalige raad besloten dat de ontwikkelingsrichting permanente sociale huurwoningen voor vergunninghouders en reguliere woningzoekenden zou moeten worden. Uit het onderzoek blijkt dat het mogelijk is om, rekening houdend met een aantal voorwaarden, te komen tot een plan dat zowel maatschappelijk als financieel haalbaar is. Dit voorstel was al eerder op de agenda gezet (in maart jl.) Maar toen blijkt dat uitvoeren van een akoestisch onderzoek naar het tranformatiestati-

on nog wenselijk was. Dit onderzoek is inmiddels gereed en heeft niet geleid tot een wijziging in het bestemmingsplan, als het college in hun voorstel aan de raad.

Stedin wil uitstel

Daar was de afgevaardigde van Stedin het zeker niet mee eens. Hij was duidelijk. Dit voorstel was nog niet rijp voor behandeling. De geluidsoverlast was nog zeker niet geregeld. “Stel het uit tot september”, zo stelde hij voor, “dit voorkomt tijd en geld als men straks met bezwaren naar de Raad van State gaan. We moeten meer onderzoek doen”. Anco Goldhoorn: “Is dit wel de juiste plaats voor woningen?”. Stedin: “Ik vraag

het me af”. Sligtenhorst van CU/SGP was diep in de materie gedoken: “Geluid is het meest cruciaal in dit plan. Een geluidswal zou m.i. de oplossing zijn, of is dit al afgeserveerd? Wat is nog het woongefort voor deze bewoners binnen en buiten? Ook Ernst Schreurs van PvdA-GL vroeg zich af: “Wil daar nog wel iemand wonen? We hebben het hier niet over 2 decibel maar of 20 of 30”. De deskundige ambtenaar van de gemeente: “We wisten dat het een gevoelige locatie was. Ze zit nu eenmaal met de Rondweg, een Industrierrein en een trafohuis. We wisten dit toen we eraan begonnen. Alle woningen krijgen een geluidsruimte. Ook de aanne-

Veel stormschade in Vinkeveen en Wilnis

De Ronde Venen – Woensdagnacht kregen Vinkeveen en Wilnis de volle laag van de storm. Deze bijna windhoos veroorzaakte heel veel schade. De Brandweer en gemeente zijn de hele nacht druk in

de weer geweest, om te helpen waar zij konden en de doorgaande wegen en fietspaden zoveel mogelijk weer vrij te maken van de tientallen omgewaaide bomen. **Vervolg in de krant.**

Gezocht: Getuigen van aanrijding

Mijdrecht – Op dinsdag 4 juni rond 15.00 uur vond er op het fietspad langs de Hofland in Mijdrecht (ter hoogte van de verkeerslichten bij de N201) een aanrijding plaats tussen een jongen op een fiets en een man op een scooter. Wij roepen getuigen op die iets van dit voorval hebben gezien. In het bijzonder zoeken wij de eigenaresse van het hondje op de foto, zij is na de aanrijding ter plekke geweest en heeft zich over de jongen ontfermd. Graag zouden wij met haar in contact komen omdat zij mogelijk informatie kan verschaffen over de toedracht. Tevens willen wij haar persoonlijk bedanken. Reacties : 0628730871



AALSMEER FLOWER FESTIVAL

15 & 16 JUNI

11.00 – 17.00 UUR

Een cultureel dagje uit tussen de bloemen voor jong en oud!
WWW.AALSMEERFLOWERFESTIVAL.NL



DE SCOOTMOBIEL SPECIALIST AAN DE A2

400 m2 Showroom met vele type Scootmobielen om vrijblijvende te testen op Unieke Testbaan!

TOMZORG.NL
DE CORRIDOR 2-4
3621 ZB BREUKELEN
T: 085 021 24 24
OPENINGSTIJDEN:
DI-VR - 10:00 / 17:00
ZA - 10:00 / 15:00

Extra showroom korting op
scootmobielen op vertoning
van deze advertentie in Juni

Nieuwe Meerbode



Wij zijn met **SPOED** op zoek naar serieuze

BEZORGERS/STERS
VOOR MIJDRECHT

MEER WETEN? BEL TIJDENS KANTOORUREN: 0251-674433
EN VRAAG NAAR MARCO OF ROGIER
WWW.VERSPREIDNET.NL **INFO@VERSPREIDNET.NL**

mer is bekend met de akoestische zaken daar en wil het project toch bouwen”. Wethouder Schuurs (VVD) voelde niet voor uitstel: “Laten we nu eerst doorgaan tot de raad. Die kan altijd nog besluiten uit te stellen”. Ernst Schreurs zou graag een bezoek brengen aan de locatie voor die tijd. De ambtenaar gaf hem de volgende raad: “Ga dan in het spitsuur. Dan moet

je al hard praten om elkaar te verstaan. Het geluid is fors, maar niet extreem. Wettelijk is het toegestaan. Ik zou er zo gaan wonen. Ik woon nu in Rotterdam Overschie, nou dan begrijpt u het wel. De bewoners van de Nutsaan, vertegenwoordigd door Nutsaanbewoner Guido Starmans deden ook hun verhaal. **Vervolg elders in deze krant.**

INFORMATIEF

DOKTERSDIENSTEN

Alle diensten van de huisartsen worden gedaan vanuit Huisartsenpost Leidse Rijn, Soestwetering 1 in Utrecht 088-1309620. Dit geldt voor het weekend en voor werkdagen van 17.00-08.00 uur

APOTHEEK

Apotheek De Ronde Venen
Hoofdweg 6a Mijdrecht,
0297-286262. Open: ma. t/m vr.
8.00-17.30 u., za. 10.00-13.00 u.

Apotheek Mijdrecht

Hofland 48 Mijdrecht,
0297-286262. Open: ma. t/m vr.
8.30-12.30 u. en 13.30-17.30 u.

Apotheek Wilnis

Wagenmaker 99b, 3648 KV Wilnis,
0297-303903. Open: ma. t/m vr.
8.00-17.30 u.

Boots apotheek Vinkeveen,
Herenweg 57, 0297-262033.
Open: ma t/m vr 8.30-17.30 u;

Zuwe Hofpoort apotheek

Polanerbaan 2, 3447 GN
Woerden, 0348-427851
Open: ma. t/m vr. 08.00-17.30 u.

Buiten deze tijden kan men terecht bij:

Dienstapotheek Utrecht

Diakonessenhuis Burg. Fockema
Andreaelaan 60, 3582 KT Utrecht,
030-2144583.
Open: 22.00-08.00 u.

ZORG & ZWANGERSCHAP

Maatschap. Verloskundigen
'De Ronde Venen'. 7 dagen
per week, 24 uur per dag
mobiel bereikbaar voor
bevallingen en spoedgevallen
op 06-47556371, www.verloskundigenderondevenen.nl

STICHTING RECHTSWINKEL

De Ronde Venen: Hoofdweg 1,
Mijdrecht. Het spreeku. is op de
di.avonden van 19.30-20.30 u.

DIERENHULP

Dierenambulance 06-53315557

DIERENARTSEN

Dierenartsenpraktijk
Mijdrecht-Wilnis,
Bozenhoven 69-71 Mijdrecht,
0297-293939.

Dierenkliniek Amstel, Vecht &
Venen, Herenweg 129 Vinkeveen,
0297-263758, www.dkavv.nl.

Dierenkliniek De Ronde Venen
Dorpsstraat 40 Mijdrecht,
0297-241146

STICHTING THUIS STERVEN DE RONDE VENEN

Vrijwillige Palliatieve Terminale
Zorg in de thuissituatie. 7
dagen per week, 24 uur per dag
bereikbaar, 06-51451130.

TYMPAAN-DE BAAT

Kerkvaart 2, 0297-230280.
www.tympaan-debaat.nl

PSYCHOLOGISCHE

HULPVERLENING

Directe psychologische
hulpverlening
Zeelt 38 Wilnis, 0297-241562
Drs. J.M.M. Simons Klin.
psycholoog/psychotherapeut/BIG

Praktijk voor psychologische

hulpverlening
Vijzelmolen 25 Mijdrecht
H. Rapp-Jonkers, 06-15599435

Van Dijk Psychologenpraktijk

Behandelcentrum Careyn
Maria-Oord. Postadres: Heren-
weg 69 Vinkeveen. Bezoekadres:
Ingang Kerklaan, 06-44737826
www.vandijkpsychologenpraktijk.nl

SLACHTOFFERHULP

0900-0101
www.slachtofferhulp.nl

BRANDWEER & POLITIE

Brandweer 030-2404400.
Politie 0900-8844.



Dorpsfeest Nes aan de Amstel

Regio - Dit jaar vindt het Nesser dorpsfeest plaats van 14 t/m 16 juni 2019 met allerlei activiteiten voor jong en oud. Op vrijdagmiddag staat het springkussen klaar en kunnen kinderen reptielen zien en voelen. Op vrijdagavond is er na de jaarlijkse klassieke voetbalwedstrijd, FC Nes United vs the next generation, feest in de tent. De 'Nieuwe Band' en 'Hollands Diep' zullen optreden. Entree is gratis.

start met een rommelmarkt (vanaf 10.00 uur). Iedereen is welkom om spullen te komen verkopen of kopen. Neem een kleedje mee om alle verkoopwaar uit te stallen. Bij slecht weer kan er droog verkocht worden in de feesttent. Deelname is gratis. Na het pupillenvoetbal is er een optreden van 'de parels uit de polder'. Aansluitend gevolgd door de dorpsmaaltijd, verzorgd door basisschool De Zwaluw.

Rommelmarkt

Op zaterdag wordt de dag ge-

Slob- en slotenrace

Zaterdagavond vindt het jaarlijks

terugkerende slob en sloot race plaats. Van heiden en ver komen deelnemers naar Nes aan de Amstel om door de schitterende Bovenkerkerpolder te racen door de weilanden en sloten. Ook voor toeschouwers een waar spektakel. Inschrijven vanaf 19.00 uur in de feesttent. Vanaf 21.00 uur zal het dak van de feesttent eraf gefeest worden tijdens de 'Voute Saterdag van Nes goed Après ski'. Een feest waarbij muziek van alle tijden wordt gedraaid. Dit jaar is de bruine kroeg nog mooier dan voorheen.

Zondag

Op zondag kan de kerktoeren beklommen worden en is er voetbal 6x6 voor volwassenen. 's Mid-

Zaterdag: Straattheaterfestival in dorpscentrum Mijdrecht



Mijdrecht - Op zaterdag 15 juni zal van 11.00 tot 17.00 uur het jaarlijkse Straattheaterfestival in Mijdrecht weer plaats gaan vinden. Ruim 26 artiestengroepen zullen het festival bezoeken. Op verschillende locaties in het centrum van Mijdrecht zal het pu-

bliek kunnen gaan genieten van diverse optredens van artiesten uit binnen- en buitenland. Professionele- en lokale artiesten gaan hun uiterste best doen om deze dag tot een geweldige happening te maken. Eén van de grootste publiekstrekkers en zeer

uniek is Cia La Tal uit Spanje. Zij spelen op het Raadhuisplein in een enorm uurwerk. U zult zich verbazen over de wijze waarop levensechte uurwerkpoppen daar hun act zullen uitvoeren. Funky Frida uit België is een artiest van een heel ander kaliber. Bij deze vrouw staan herkenning, interactie en humor in een hoog vaandel. Het duo Diesel gaat u op verrassende wijze een jongleeract presenteren die u nog niet eerder heeft gezien. Dit jaar zal er ook theaterkunst te zien zijn. Gewoon kijken en verwonderen. De Ronde Venen bezit ook eigen talent. Diverse dans- en zanggroepen zullen hun talenten aan u presenteren. In de Dorpsstraat en bij de Passage staan kraampjes waar diverse spullen worden aangeboden. Muziek, acrobatiek, emotie, sport en kunst. U kunt het allemaal gaan beleven op 15 juni in het centrum van Mijdrecht.

Roeitocht Botshol voor kinderen

Regio - Als je een klein waterratje bent moet je zeker dit lezen. Op 22 juni organiseert het IVN onder begeleiding van twee natuurgidsen een roeitocht op de Botshol. Ben jij tussen de 8 en 12 jaar en ben je graag in de natuur kom dan gezellig roeien. We roeien tussen de rietkragen door naar de Grote Wijhe. Als we de Grote Wijhe hebben over gestoken ko-

men we bij een spannend eiland hier meren we aan. Op het eiland doen we allemaal natuur spelletjes maar hier kun je ook heerlijk zwemmen. Hup, zo van de roeiboot in het water. Ben je van het roeien hongerig geworden, prima, tot slot gaan we picknicken met lekker fruit en wat hartige dingen. De tijd vliegt om en je zult merken, we moeten al veel

te snel terug roeien omdat jullie ouders al staan te wachten. Wil je komen geef je dan op bij Lia (lia.rademaker@gmail.com) of Anja (adekruifj@hccnet.nl). We vertrekken om 13.30 bij Botshol 14, Abcoude en zijn daar om 16.30 terug. De kosten bedragen € 5,-. We zien je graag op 22 juni, tot dan, en vergeet niet je zwemkleding mee te nemen.

zaamheden en het feit dat ik mij niet gesteund voelde door de winkeliersvereniging/gemeente, hebben bijgedragen tot de sluiting. Negen jaar lang heb ik met veel liefde en plezier alles gegeven voor Hobby Dee, maar nu is de vlam van mijn motivatie uitgeblust. Het liefst blijf ik bestaan om klanten te kunnen adviseren en te helpen met al hun hobby's. Ik wil al mijn lieve vaste klanten, mijn familie en alle goede vrienden bedanken voor hun steun. De vele positieve woorden en gebaren van de afgelopen weken hebben mij echt geraakt. Nu ben ik klaar voor een nieuwe uitdaging en verandering in mijn leven, de tijd zal mij leren hoe dat eruit gaat zien."

Hobby Dee sluit op 24 augustus 2019 voorgoed haar deur. Ca-deaubonnen kunnen nog tot 31 juli 2019 worden ingeleverd.



Meldpunt Mijdrecht/Ronde Venen
Tel: 088-0064673
rondevenen@amivedi.com
facebook.com/Amivedi-MijdrechtRonde-Venen
www.amivedi.nl

Stichting Amivedi is een vrijwilligers organisatie die zich inzet voor vermiste en gevonden huisdieren in Nederland. Dit door middel van de kosteloze registratie van deze dieren. We zijn het landelijk meldpunt voor huisdier eigenaren. Onze enthousiaste vrijwilligers werken nauw samen met politie, dierenartsen, dierenambulances en dierenasielen, wat er voor zorgt dat vele huisdieren weer thuiskomen! Voor registratie, vragen en/of andere zaken binnen uw regio, kunt u telefonisch contact opnemen met het meldpunt Mijdrecht/Ronde Venen, of met het centraal meldpunt van Amivedi 0900-2648334.

Vermist

- 1474828, 5-6-2019, Kat, Smurf, poes, EUROPESE KORTHAAR OF HUISKAT, CYPERS GRIJSZWART (GESTREEPT), met een wat lichtere kleur op de snoet. Heeft gele ogen en een relatief lang lichaam. Molenland, Mijdrecht.

Zaterdag 22 juni Chazz 2019 in De Hoef

Van 16.00 tot 22.00 swingt het weer en klinkt er muziek in de mooie en sfeervolle tuin van Boerderij Stroomzicht, Westzijde 50, 1426 De Hoef. Vier redenen om naar .Chazz 2019 te komen: bijpraten met vrienden, een hapje eten, genieten van de tuin en vooral lekker luisteren. Op de fiets komen is heel handig en verstandig. De auto parkeren kan in het weiland, de vriendelijke parkeerwachters wijzen dan de weg.

Etta James Experience

De band is opgericht als een eerbetoon aan Etta James. Het vitale optreden van Etta wordt geëvenaard door de oprichtster en leadzangeres van de band Floor Kraayvanger. Ze heeft net als Etta een ietwat rauwe geweldige stem en ze heeft fantastische musici om zich heen verzameld. Over Floor zei een fan: "she's the biggest hope for the Funk-Rock-Throne, nevertheless she's remarkably blonde". De Etta James Experience bestaat sinds 2014 en speelt van Rotterdam tot Arnhem en Hengelo in zalen en op allerlei festivals voor een groot publiek. Alles aan deze band is top, de muziekkeuze, de musici, de charmante backings en de sexy leadzangeres. Kom en maak het mee hoe 'grand lady of soul' Floor met haar musici het publiek meekrijgt.

De musici: Op toetsen Sjoerd Smeenk, bijgenaamd 'orgelscheurder', op gitaar Mike Donkers, op basgitaar Patric Roes die zich als een 'baars' (Engels voor bas) in het water voelt en op drums Bert de Jonge. Pieter van

der Venne op baritonsaxofoon met een 'knorrende lage A', Ewout Dercksen op tenorsax, Diederik Ruisch en Gert Timmens beiden op trompet/bugel. Van 20.45 tot 22.00 uur spelen ze op Chazz. Je kunt kennis maken met de band op www.ettajames-experience.com en alvast genieten van hun muziek op youtube. Een optreden was bij het schrijven van deze column al 16.365 keer beluisterd. Dat zegt al genoeg. Voor foto's en de sfeer van het festival www.chazz.nl Daar vind je ook informatie over het goede doel van Chazz 2019 en over de kaartverkoop.

Tot Chazz Ria Waal



Hobby Dee gaat sluiten

Regio - Het besluit is genomen. Hobby Dee sluit haar deuren. "Het

was een hele moeilijke beslissing, voor mijzelf maar ook tegenover mijn klanten.", aldus eigenaresse Diane Uphof. "Veel externe factoren, waaronder de concurrentie van hele grote goedkope winkelketens, het gebruik van internet en webshops, de bouwwerk-

dags zijn er volksspelen en is er een loterij met super toffe prijzen! 's Avonds zijn er warme wereldkeukengerechten te eten bij het dorps huis 'de Nesse' en Robbie van Robbies pancakes staat klaar om de lekkerste pannenkoeken te bakken. En natuurlijk bakt Hans van Hans patat een lekker patatje. Ze sluiten af met de stoelendans.

COLOFON

Nieuwe Meerbode

Verschijnt woensdag

**EDITIE 2
DE RONDE VENEN,
MIJDRECHT, WILNIS,
AMSTELHOEK, DE HOEF,
VINKEVEEN, WAVERVEEN**

Postadres

Midrethstraat 9
3641 CB Mijdrecht
Tel. 0297-581698

Aanleveren van advertentie

Dinsdag voor 10.00 uur
verkoopmijdrecht@meerbode.nl

Advertentieverkoop

Nel van der Pol
Mobiel 06-53847419

Advertentie-tarieven:
op aanvraag

Aanleveren van kopij

Maandag voor 15.00 uur
redactiemijdrecht@meerbode.nl
Maximum aantal woorden: 300

Redactie

Nel van der Pol
Mobiel 06-53847419

Kabalen

Opgeve gratis advertenties
voor www.meerbode.nl/kabalen-opgeven/

Druk

Janssen/Pers Rotatiedruk

Verspreiding en bezorgklachten

www.verspreidnet.nl
Tel. 0251-674433

Centrale administratie

Visserstraat 10
1431 GJ Aalsmeer
Tel. 0297-341900

Uitgave van

GOUW Uitgevers B.V.
Haarlem-Aalsmeer-Mijdrecht

132e jaargang

Oplage: 16.400

Ingezonden brieven

Eenieder staat het vrij te reageren op artikelen of zijn mening te geven op ontwikkelingen die spelen binnen de gemeente. Uw ingezonden brief dient echter ondertekend te worden ingestuurd, dus voorzien van naam, adres, telefoonnummers en/of e-mailadres. Deze gegevens worden niet volledig in de krant gepubliceerd; wél naam en woonplaats. Anoniem ingezonden brieven worden niet in behandeling genomen. De redactie behoudt zich het recht voor brieven te weigeren dan wel te redigeren of in te korten. Houd maximaal 300 woorden aan.

Let op

Nadrukkelijk maken wij u er op attent, dat door ons in deze krant geproduceerd advertentie-, foto- en/of tekstmateriaal niet beschikbaar wordt gesteld aan derden. Dus ook niet per e-mail, fotokopie of anderszins zonder uitdrukkelijke schriftelijke toestemming van de uitgever!

Privacy

Zie onze privacyverklaring op www.meerbode.nl/privacy

WWW.MEERBODE.NL



Het adres voor al uw bloemwerk, boeketten, rouwarrangementen, bruidswerk en abonnementen, zowel zakelijk als privé.

Kijk voor meer info op duoplant.nl



Jolanda Dirksen Uitvaartverzorging

Met respect voor uw persoonlijke wensen

Volledig begeleid door één persoon

U kunt mij 24 uur per dag bereiken 0297-594345 / 06-26242126

www.jolandadirksenuitvaartverzorging.nl



Tandprothetische Praktijk

H.R. Sneeuwloper
A. Sneeuwloper

Kunstgebitten
Reparaties
Implantaten

25 JAAR
EEN BEGRIP IN
DE RONDE VENEN

Tel. 0297-285056
Raadhuisstraat 13
3648 AR Wilnis

Aangesloten bij zorgverzekeraars
Lid van het ONT
(organisatie Nederlandse Tandprothetici)

mee leven

Rob van de Velde

Uitvaartverzorging met alle begrip

Tel. 0297-583448 Vinkeveen
Tel. 0294-293063 Baambrugge
Voorbancken 3 • 3645 GV Vinkeveen
info@robvandevelde.nl
www.robvandevelde.nl

SIERBESTRATING

incl. ontgraven, afvoeren, aankoop stenen/tegels, zand, aanleg, afrillen en invegen

vanaf € 64,- per m²

OPRIT OF BESTRATING VERZAKT!

ophogen incl. zand, kapotte stenen/tegels vervangen, afvoer, afrillen en invegen

slechts € 23,- per m²

WIJ HERGEBRUIKEN UW MATERIAAL IN UW NIEUWE TUIN!

Volg ons op:



Kemp Tuinaanleg B.V.

T: 0172 - 60 36 98 • M: 06 44 48 44 45 • www.kemptuinaanleg.nl
ook 's avonds en in het weekend bereikbaar

Te koop:

Tijger gymmen nieuw all star mt. 6,5
voor €12,50,-. Mint groen gymmen
All Star mt. 6 voor €10,-.
Tel. 0294-293157

Te koop:

48 jaar oude union herenfiets 3
versnellingen 28 inch in originele
staat wel even opknappen € 50,-.
Tel. 0297-786546

Te koop:

Philips lcd-tv met ambilight. In zeer
goede staat. 32 inch. Met afstandsbe-
diening en gebruiksaanwijzing € 50,-.
Tel. 0297-287715

METALEN

INKOOP OUD IJZER EN METALEN

Elke dag geopend van 7.00 - 16.30 uur
en zaterdag van 8.00 - 12.00 uur
Ringdijk 1• bedijking • 1427 AT Amstelhoek

TEL: 06-42430170
WWW.CPMETALEN.NL



Inloopavond: maandag 17 juni 2019 van 18:30 tot 20:00 uur.

BINNENKORT IN DE VERHUUR SOCIALE HUURAPPARTEMENTEN FUTENLAAN

Binnenkort gaat ons nieuwbouwproject Futenlaan in Vinkeveen in de verhuur. Het is een appartementencomplex met 1 twee-kamerwoning en 15 drie-kamerwoningen, van circa 66 tot 77 vierkante meter. De huurprijzen zijn vanaf € 607,45 (exclusief servicekosten, prijspeil 2019). De verhuur van deze appartementen zal via Woningnet Regio Utrecht plaatsvinden. **Vanaf 14 juni a.s. zal de advertentie op Woningnet verschijnen.**

GroenWest organiseert een inloopinformatieavond over de verhuur van de woningen aan de Futenlaan.

Wij willen u van harte uitnodigen hierbij aanwezig te zijn. De inloopinformatieavond vindt plaats in De Boei (Kerklaan 32) te Vinkeveen op maandagavond 17 juni 2019 van 18:30 tot 20:00 uur. Tijdens deze avond kunt u vragen stellen over de woningen, de toewijzing en het verhuurproces.

Mocht u nog vragen hebben, meer informatie wensen, of zich willen aanmelden om aanwezig op te inloopinformatieavond belt u dan gerust tijdens kantooruren (maandag tot en met vrijdag van 08.30 uur tot 17.00 uur) via telefoonnummer 088-0129000 of stuur een e-mail naar futenlaan@groenwest.nl



Iedere uitvaart krijgt bij
ons de grootst mogelijke
persoonlijke zorg

Wanneer er iemand overlijdt staat de wereld even stil voor de nabestaanden. Het verdriet is intens, maar in korte tijd moet er ontzettend veel geregeld en georganiseerd worden. U wilt graag op een persoonlijke manier afscheid nemen van uw dierbare. Een uitvaart die past bij de overledene én de nabestaanden.

Uitvaartcentrum Finnema verzorgt met aandacht en respect de uitvaart. Voor kostbare momenten rondom de uitvaart, maar ook als een troostvolle herinnering. Het ervaren team van Uitvaartcentrum Finnema staat dag en nacht klaar om u zoveel mogelijk te ondersteunen en adviseren bij alle belangrijke beslissingen die u moet nemen rondom een begrafenis of crematie. Zij werken persoonlijk, respectvol en in stijl. Zo kunt u in alle rust rouwen en afscheid nemen van uw dierbare.



Uitvaartcentrum
Finnema

Directe hulp na overlijden:
0297 325 865
(dag en nacht bereikbaar)

Uitvaartcentrum Finnema
Zwarteweg 108, 1431 VM Aalsmeer
Aula/Uitvaartcentrum De Ronde Venen
Ringdijk 4, 3648 EB Wilnis
www.uitvaartcentrumfinnema.nl



de Nutslaan

Woningbouw op de Stationslocatie? Geluidsoverlast verkeer en tranformatiestation nog heikel punt

Vervolg van de voorpagina

15 jaar
“Precies 15 jaar geleden zijn we ons als bewoners van de Nutslaan actief gaan bemoeien met de Stationslocatie. We stuurden in 2004 een vriendelijke brief naar de gemeente: wilt u binnenkort de groene buffer langs de sloot tussen Stationslocatie en Nutslaan herstellen? Alle mooie bomen en struiken langs die sloot waren immers gesneuveld vanwege de noodzakelijke groot-schalige bodemsanering van begin deze eeuw. De reactie van de gemeente liet enige tijd op zich wachten en had als strekking: die groene buffer komt terug, maar we willen eerst even bepalen wat we met de stationslocatie gaan doen. Helaas voor ons: de bomen en struiken zijn vele jaren la-

ter nog steeds niet terug. Ik zal u besparen wat we in die 15 jaar allemaal hebben meegemaakt met de gemeente op en rond onze straat. Daar is mijn spreektijd ook onvoldoende voor. Het beweegt zich van Sahara-achtige zandstormen, via een insectenplaag, in onze tuinen waaiende metalen golfplaten en ronduit rare gemeentelijke plannen, zoals knalrode hoge torenflats en een verkeersplan waarbij dwars door de voorste woningen in onze straat een fietspad was geprojecteerd.

Klankbordgroep
In eerste instantie hebben we ons er aldus ongevraagd mee bemoeid. Maar nu alweer een flink aantal jaren doen wij dat op gevraagde wijze. Gevraagd door de gemeente, om zitting te nemen in de klankbordgroep Stationslo-

catie (en destijds ook rotonde Industrieweg/ Rondweg). Is leuk om in die klankbordgroep mee te draaien? Ja, en we hebben samen met de VIB en de andere leden van de klankbordgroep niet alleen aangehoord wat de gemeente van plan was, maar eveneens actief verbeter-suggesties gedaan en de gemeente ook wel voor bloopers behoed. Tegelijk is het ook een hele zware oefening in geduld in die klankbordgroep
Samenvattend: we denken constructief mee! En we zijn ook blij dat er nu eindelijk een wel door-dacht plan van een projectont-wikkelaar op tafel ligt en er dus een eind lijkt te gaan komen aan al die jaren praten en praten. Toch blijven er nog een paar stevige aandachts- en zorgpunten rond de Stationslocatie:

Bebouwingshoogte: In de toelichting op het bestemmingsplan zeggen deskundigen op meer dan 1 plek dat in de nabijheid van het stationsgebouw en de Nutslaan de bebouwingshoogte beperkt moet zijn, zodat zichtlijnen behouden blijven op de weini-gemarkante bebouwing die in Mijdrecht nog resteert. Dankzij pleidooien in de klankbordgroep is de bebouwingshoogte van 11, via 8 naar 7,5 meter verlaagd. Met de bekende afwijkingsbevoegheid van B&W van 10% kom je dan toch nog uit op 8,25 meter. Behoud je daarmee die in het bestemmingsplan veelgeprezen zichtlijnen? Ik dacht het niet. Het college wil slechts 2 bouwla-gen en in onze ogen is 2 x 3 me-ter + 0,5 meter speling dan echt voldoende om architectonisch en stedenbouwkundig verantwoord te ontwerpen.

2: Bemaling en hoogte maaiveld: Dat zijn 2 belangrijke zorgpunten voor de bewoners van de Nutslaan die wij ook tot vervelens toe in de klankbordgroep aan de orde hebben gesteld. Sinds kort hebben we het gevoel dat deze zorgpunten door de gemeen-te worden gedeeld. Ik zal u niet lastigvallen met een inhoudelij-ke riedel over deze vraagstukken. Maar het blijft vreemd dat de ge-meente in reactie op onze ziens-wijze stelt dat het uitgangspunt is om het huidige niveau van het maaiveld te behouden, terwijl in de nota zienswijzen op het voor-ontwerp de Veiligheidsregio als geru-ststellende reactie heeft ge-kegen dat het maaiveld behoor-lijk zal worden verhoogd, waarna de Veiligheidsregio ervan heeft afgezien om op het ontwerp een nieuwe zienswijze in te dienen... U zult begrijpen: na vaststelling van het bestemmingsplan, tij-dens het verdere realisatieproces zullen wij er bovenop blijven zit-ten om een en ander goed te re-gelen.

3: Bodemverontreiniging: geluk-kig zijn gemeente en ik het sinds kort erover eens dat de zware ko-perverontreiniging zich niet in

mijn tuin bevindt (zoals in een eerdere versie van het bestem-mingsplan stond), maar op de Stationslocatie in de nabijheid van mijn tuin. Alweer diverse we-ken geleden heb ik de gemeente en de projectontwikkelaar gewe-zen op een brief van de provincie van 2004 (dus van na de groot-schalige sanering) dat de veront-reiniging op een andere plek van de Stationslocatie zou zitten en over meer vierkante meters is ver-spreid (dan op pag 12 van de no-ta zienswijzen is getekend). En nu maar hopen dat de echte feiten binnenkort helder worden voor alle betrokkenen.

4: Oversteek Industrieweg: mede omwille van de tijd en omdat het buiten het kader van het voor-liggende bestemmingsplan valt, zie ik ervan af om op deze plek er nog iets inhoudelijks over te zeggen. Misschien kies ik ervoor om te reageren op het artikel in-de Nieuwe Meerbode van giste-ren over deze materie. Hoe dan ook, wij hebben de indruk dat na jaren aandacht vragen er binnen afzienbare tijd echt iets gaat ge-beuren.

5: De groen/blauwe buffer: zoals gezegd vroegen wij 15 jaar gele-den aan de gemeente om na de bodemsanering de groene bu-fer langs de sloot tussen Stati-onslocatie en Nutslaan te her-stellen. De voorbije jaren heb-

ben wij als Nutslaners dit vraag-stuk een ontelbaar aantal keren in de klankbordgroep aan de or-de gesteld. Dat heeft uiteindelijk gewerkt, zoals u onder meer kunt lezen op pag 11 van de voorlig-gende nota zienswijzen: ten wes-ten en ten zuiden van de Nut-slaan zal een buffer van water en groen van minimaal 6 meter breed worden ingericht en dat deze randvoorwaarde is mee-gegeven aan de (toen nog 3) in-schrijvende partijen. Helaas, het plan op basis waarvan de uitein-delijke projectontwikkelaar is uit-verkoren, spoort niet met deze randvoorwaarde. Eén villa op de Stationslocatie is aan de verkeer-de kant van de overeengekomen buffer geprojecteerd. Voor mij is het een raadsel dat dit niet is ge-constateerd bij de toetsing van de plannen van de projectont-wikkelaar. Wij gaan ervan uit dat niet het bestemmingsplan, maar het plan van de projectontwikke-laar zal worden aangepast. Hope-lijk zit u als raad op dezelfde lijn. Tot slot nog de kanttekening dat er mensen in dit gemeentehuis zijn die aannemen dat de afge-sproken buffer groen OF blauw kan zijn. Onzes inziens staat in de nota zienswijzen luid en duidelijk dat het om groen EN blauw gaat,” aldus Starmans

Ook dit onderwerp komt van-avond (woensdag 13 juni) in de openbare raadscommissie

De achterzijde van de Nutslaan. Nu nog mooi groen uitzicht



Veiliger oversteken bij Industrieweg en Rondweg

Mijdrecht - Vorige week stond een uitgebreid artikel in deze krant over veiliger oversteken van Industrieweg en Rondweg voor voetgangers en fietsers. Daar-in was de visie van de gemeen-te over dit vraagstuk opgeno-men op basis van een door de ge-meente ingehuurd ingenieursbu-reau. Tijdens de raadsvergadering de dag erna werd onder meer ge-sproken over het bestemmings-plan Stationslocatie. Eén van de insprekers bij dat agendapunt was Guido Starmans, als ver-tegenwoordiger van de bewoners van de Nutslaan. Die straat ligt net naast de Stationslocatie. Diep in de vorige eeuw was Starmans raadslid en fractievoorzitter in de gemeenteraad van De Ronde Venen. In zijn inspraakreactie ging hij zijdelings ook in op de over-steekproblemen in de buurt van de rotonde. Een paar raadsleden wilden daar gelijk graag dieper met hem over doorpraten, maar Starmans trachtte de boot af te houden omdat hij wilde dat de raad zich vooral zou bezighou-den met het echte agendapunt

van die avond. Voor ons was dit voldoende reden om na afloop van de raadsvergadering eens met Starmans te gaan praten.

Kijken door een rietje
We vroegen hem wat hij vindt van de rapportage van het inge-nieursbureau en de gemeente. Starmans vertelt dat hij het ken-merkend vindt dat de proble-matiek kijkend door een rietje wordt benaderd. Zo worden de bestaande en toekomstige over-steken een-voor-een bestudeerd en komen er dus ook verschil-lend soortige oplossingen op ta-fel. Als je wat verder zou uitzoo-men, krijg je het grotere beeld in zicht en kan je een echt goede en structurele oplossing bedenken.

Ongelijkvloerse oversteken Rondweg en Industrieweg
Een jaar geleden werd er een mo-tie van CU/SGP in de raad aange-nomen waarin het college werd opgedragen om de scenario's te onderzoeken van een brug voor voetgangers en fietsers over de Rondweg heen en een fietstun-

nel onder de Industrieweg door. Tijdens de raadsvergadering van afgelopen donderdag wil-de een raadslid van CU/SGP van Starmans weten of hij dat geen mooie oplossing vond. Dat vond Starmans niet. Hij vertelde ons dat zo'n brug een stuk hoger zou moeten worden dan op het mooie plaatje bij de motie is ver-beeld. Anders zou er geen bus of vrachtwagen onderdoor kunnen. Aan de oostzijde van de Rondweg gaat zo'n brug heel wat parkeerplaatsen kosten, helemaal als je daar een hellingbaan voor fiet-sers aan wil vastknopen. Binnen de kortste keren zal je ook aller-lei hekken aan beide zijden van de Rondweg krijgen om tegen te gaan dat mensen toch gelijk-vloers gaan oversteken. Kortom, de voorgestelde oplossing is lelijk en duur en dat geld kan de ge-meente beter besteden aan be-langrijkere zaken. Helemaal lelijk en duur is een parkeergebouw op de plek van de huidige lang-parkeerplaats aan de Rondweg, waar het ingenieursbureau het ook nog over heeft. Hoe moet zo'n idee nou overkomen op Van Walraven? Die zijn al jaren bezig met het verfraaien van de buiten-kant van hun gebouwen en dreigen dan een per definitie lelijk parkeergebouw tegen hun gevel aangeplakt te krijgen. De uitbrei-ding van de parkeerplaats kan simpel gelijkvloers; dat is minder lelijk en extreem veel goedkoper. CU/SGP ziet in zijn motie ook kan-sen voor een fietstunnel onder de Industrieweg. Zulke tunneltjes le-veren altijd sociale onveiligheid op. En Starmans zou ook niet we-ten waar zo'n tunneltje zou moe-ten uitkomen. Bij de brandweer-kazerne of de Nutslaan? En dan?

Echt gevaarlijke oversteken
De zebra bij de bushaltes en die bij de Nutslaan vindt Starmans echt gevaarlijk. Het is puur geluk dat daar nog geen echte onge-lukken zijn gebeurd. Als je bij de

bushalte richting brandweerkar-zerne rijdt en er staat een bus pal voor de zebra geparkeerd (en dat is vaak het geval) is 15 km per uur al te snel, want er kan zomaar ie-mand van achter die bus halver-wege de zebra voor je auto wan-delen (of rennen als zo iemand de bus aan de overkant nog net wil halen). Die zebra is recent aan-gelegd en is typisch een geval van een verkeerskundige bloo-per. Hopelijk wordt daar snel iets aan gedaan. Voor een fatsoenlij-ke oversteek van de Industrieweg knokt Starmans samen met zijn bure-n van de Nutslaan al jaren. In de as van de weg is destijds een kleine verhoging aangebracht, als een soort vluchtheuvel zonder paaltjes of verlichting. Meerde-re keren per dag denderen zwa-re vrachtwagens dwars over die vluchtheuvel heen. In de voor-ste woningen van de Nutslaan is dan nog net geen sprake van Gro-ningse toestanden, maar er zijn al eens glazen in de kast omgeval-len in deze woningen die niet op palen staan. Zo'n verhoging in de as van de weg levert slechts een schijnveiligheid op en dat is ei-genlijk nog gevaarlijker dan he-lemaal geen verhoging. De be-woners van de Nutslaan hebben

kort geleden de toezegging van de gemeente ontvangen dat er binnenkort nu echt iets gaat ge-beuren. Dat zou mooi zijn.

Een echt integrale en structurele oplossing
We vroegen Starmans waar hij tijdens de raadsvergadering op doelde toen hij het had over een echt structurele oplossing voor de oversteekproblematiek die ook nog weinig zou kosten. Vol-gens hem is het antwoord simpel: vanaf de RABObank aan Bozen-hoven tot aan de afslag naar het parkeerterrein aan de Rondweg maak je er een 30 km-zone van. En dat doe je ook met het gedeel-te Industrieweg tot aan de Nijver-heidsweg. Dan zijn in één klap alle problemen opgelost. Bijko-mend voordeel van deze oplos-sing is dat aan veel van de nieu-w te bouwen woningen op de Stationslocatie nu kostbare geluids-werende voorzieningen moeten worden getroffen. Die voorzie-ningen zijn niet meer nodig, of in elk geval veel minder kostbaar als je de snelheid op de Rondweg zuid terugbrengt van 50 naar 30 km. Hij vertelt dat hij deze op-lossing al eens in het gemeente-huis heeft ingebracht. De reactie

van de gemeente is dan letterlijk: In het beleidsplan verkeer is de Rondweg opgenomen als 50 km/ uur weg. Vanwege de functie als hoofdonthutingsweg is een ver-laging van de snelheid naar 30 km/uur geen optie.
Voor Starmans is zo'n reactie on-begrijpelijk. Het beleidsplan ver-keer is niet heilig; je kan het im-mers met een simpel raadsbe-sluit aanpassen. En nog vreem-der vindt hij het om het bewus-te gedeelte van de Rondweg en Industrieweg als 50 km weg aan te merken. Dat is nu al een illusie. Van de langparkeerplaats tot de rotonde kan je met die hobbels, zebra's en bushaltes nu al echt geen 50 km rijden en dat geldt ook voor de rotonde zelf. Als er een fatsoenlijke oversteek bij de Nutslaan is aangelegd, is 50 km ook te veel (hoopt hij in elk ge-val). En voor de Rondweg zuid, als de Stationslocatie is bebouwd, precies hetzelfde.

Gemeenteraad aan zet
Starmans vindt dat de gemeente-raad nu aan zet is om het college te overtuigen: stoppen met dure adviesbureaus en simpelweg een goedkope, structurele oplossing realiseren.





ROOSKLEURIG
coaching

Ontwikkeladvies 45 plus Mijn loopbaan, mijn regie!

Bent u werkend of ZZP-er en 45 jaar of ouder
en gemiddeld 12 uur per week werkzaam?

Dan kunt u gebruik maken van het Ontwikkeladvies.
Een tijdelijke subsidieregeling van SZW.
Inzicht in toekomstperspectief van
uw huidige werk en loopbaanmogelijkheden.

Informeer naar de mogelijkheden en maak voordat
u op vakantie gaat nog een afspraak!

GRATIS!

06-53135015
info@rooskleurigcoaching.nl
www.rooskleurigcoaching.nl
Noloc erkend loopbaanprofessional

ERVAREN TUINMAN

heeft tijd voor al uw
werkzaamheden.
Alles bespreekbaar.
Vrijblijvende prijsopgave
v.a. €14,50 per uur.
Ingeschreven bij KvK
Inlichtingen: 0639870829

Caravanaanbieden.nl

**Wij kopen
graag uw
tourcaravan.
Alle merken
en bouwjaren.
Tel: 06-53202040**

* Gevraagd:

Voor mijn hobby ben ik op zoek naar
elektrische en gewone fietsen om te
knutselen. Tel. 06-84613045

* Gevraagd:

Oudijzer o.a. radiators, kachels,
fietsen, accu's, hekken, metalen
kasten, witgoed en div. metalen.
Tel. 020-6455546

MUZIEKWINKEL STAGE MUSIC SHOP

- muziekinstrumenten
- accessoires
- flightcase-materiaal
- verhuur van
geluidsapparatuur

OPEN:
maandag: 13.00-18.00
dinsdag-vrijdag: 10.00-18.00
vrijdag koopavond: 19.00-20.30
zaterdag: 10.00-17.00

Schoolstraat 7 | Aalsmeer
0297-328044
www.stagemusic.nl



BAKKER DE KRUIJF

AMBACHT EN SMAAK | SINCE 1939

Mijdrecht
De Passage 20 | 0297 256751

Vinkeveen
Plevierenlaan 29 | 0297 263984

Wilnis
Molmlaan 8 | 0297 256750

online:
bakkerdekruif.nl
facebook.nl/bakkerdekruif

WEEK
END
TIP

BAKKER DE KRUIJF

**VADERDAG
TAARTJE**

VOOR DE LIEFSTE PAPA



BRAM VAN DIERMEN WORLD OF FRESH FISH
Elke donderdag op de markt in Mijdrecht

**ZE ZIJN
ER WEER!!!**

**HOLLANDSE
NIEUWE!**

**VERS VAN HET MES
PER STUK 2,25
4 VOOR
8,00**

World of
FRESH FISH

DEZE AANBIEDING
IS GELDIG OP
DONDERDAG
13 JUNI OP DE
MARKT IN MIJDRECHT!

WIJ BAKKEN TOT 17.00 UUR!!



L Het VerkeersCollege

Juni acties:

40 uur Autorijles + examen: € 1.995,-

Onbeperkt op de Rijsimulator € 75,-

Bromfietspraktijk 1 dag: € 295,-

Kom **GRATIS** Theorie oefenen

0297-250 638 / www.verkeerscollege.com / 0172-577 980

Te koop:
Heerlijke biojam, sap, braam, pruim,
mango, aardb, zw. bes, vlier. V/a €1,-
p.pot. Leimuiderdijk 97 Rijsenhout.
Staat buiten. Tel. 0297-331433

Te koop:
Grote doos leuke rommelmarkt
spullen €10,-. Tel. 0297-288377

Te koop:
Sierstenen van beton. Gevlamd rood,
totaal 5,8 m2. 21x21 cm. En 15x21 cm.
Ze staan al opgestapeld, Uithoorn.
Tel. 0297-568609

Gevraagd:
Zwitserland vignet 2019.
Tel. 0297-288377

Uitnodiging voor een Investeringskans!

Collin Crowdfund verzorgt de campagne voor Watersportcentrum Proosdij BV te Vinkeveen

Uitnodiging voor informatiebijeenkomst

Een mooie rendement tegen een verantwoord risico? Dan is deze investeringskans een
mooie optie. Meer weten? Kom 18 juni om 20.00 uur naar De Plashoeve in Vinkeveen
voor meer informatie. De koffie staat klaar vanaf 14.30 uur.

Programma: Introductie René Bultena - toelichting Collin Crowdfund - napraten/borrel.

Aanbod voor investeren: straks te vinden via www.collincrowdfund.nl

Lening: € 2.500.000,-
Rente: bruto 6% per jaar
Looptijd: 48 maanden
Rente/aflossing: maandelijks
Slottermijn: € 1.500.000,- (zomer 2023)

Leendoel: herfinanciering
Totale hoofdsom: € 5.250.000,-
Informal: € 2.000.000,-
Eigen inbreng: € 750.000,-
Via Collin: € 2.500.000,-

Dun & Bradstreetscore: Laag risico
Collin Credit Score: Goed
(Rentabiliteit: Ruim voldoende Solvabiliteit: Excellent (60%) Liquiditeit: Goed)

Uw primaire Zekerheden:

1e Hypothecaire inschrijving van € 2.500.000,- op meerdere onderpanden te Vinkeveen.
Persoonlijke borgstelling van € 250.000,- van ondernemer René Bultena.



*Ik informeer u graag verder!
Wees welkom op 18 juni om 20.00
uur in De Plashoeve te Vinkeveen.*

Meer informatie over Collin Crowdfund? www.collincrowdfund.nl

“Banken laten MKB los”

René Bultena gaat voor crowdfunding

De Ronde Venen - De Nieuwe Meerbode plaatst heel veel advertenties. Maar deze advertentie over crowdfunding is zo vernieuwend en apart, dat we René Bultena naar de redenen daarvan gevraagd hebben.

Waarom crowdfunding?
René: Basis is dat ik Watersportcentrum Proosdij verder wil ontwikkelen. Het park verder uitbreiden met o.a. chalets, bedoeld voor de verkoop en verhuur. Hiervoor is geld nodig.

Dan ga je toch naar je bank?
René: dat zou je inderdaad zeggen. Maar dan zal ik je wat achtergrond geven. Sinds de crisis trekken heel veel banken zich terug uit directe financieringen van MKB-bedrijven. En dat geldt zeker voor recreatiebedrijven en dus ook voor Proosdij. Dat betekent feitelijk dat die bedrijven op zoek moeten naar ander financieringsbronnen, in de eerste plaats voor het vervangen van de bestaande bancaire financieringen en in de tweede plaats om verder

te kunnen investeren. En je weet stilstand is achteruitgang. Dus dan zoek je naar andere mogelijkheden. Want ik wil wel verder. We hebben de mogelijkheden tot verdere ontwikkeling en er is vraag naar hoogwaardige recreatie. Echt ondernemen. En crowdfunding is daarvoor een hele goede mogelijkheid.

Zijn er geen andere banken?
René: Dan heb ik een tegenvraag. Hoeveel banken hebben we in Nederland eigenlijk nog over? Dat zijn er maar heel weinig. Ik ben ook actief in Duitsland en daar ligt het heel anders. Daar heb je banken, vooral kleine lokale banken, die midden in de samenleving staan en trots zijn om een bedrijf te financieren. Als je daar een kantoor binnenkomt zie je vitrines, waarin gefinancierde bedrijven zich mogen presenteren. Daar is de bank trots op “hun” bedrijven. Helaas zie ik dat hier niet meer. Ik moet helaas constateren – en ik zal echt niet de enige zijn – dat de banken in Nederland het MKB aan het loslaten zijn.

Terug naar de vraag: Waarom Crowdfunding?
René: Ja, Crowdfunding is ook voor mij nieuw. Ik ben wel gewend om met andere ondernemers samen te werken en samen te investeren. Een van die collega’s wees me op de mogelijkheid van crowdfunding en toen ben ik er in gedoken. Bij crowdfunding moet er een betrouwbare, deskundige organisatie achter zitten. Een bedrijf dat met toestemming van de autoriteit Financiële Markten (AFM) actief is. Die heb ik gevonden in Collin Crowdfund, een van de grootste crowdfundplatformen van Nederland. En weet je, crowdfunding is eigenlijk ook een vorm van samenwerking. Nu vraag ik het publiek om met mij samen te werken. Samen te investeren en samen rendement maken. En zeker meer rendement dan je aan rente krijgt op je spaarrekening.

Jij bent in De Ronde Venen een publiek figuur, heb je daar geen last van?
René: Nee, dat denk ik juist niet.



Ik ben met iets moois bezig, namelijk het ontwikkelen van Watersportcentrum Proosdij, echt wel bekend bij inwoners van onze mooie gemeente. En ik doe de mensen een heel goed aanbod. Ik geef ze de gelegenheid mee te kunnen doen in het mooier maken van de gemeente en daar krijg je dan ook nog een goed rendement voor terug. Gelijktijdig zijn deze investeringen een impuls voor onze lokale economie. Misschien moet ik het zelfs wel omdraaien. Ik ben er trots op ondernemer in deze gemeente te zijn. Ik ben daarom heel bewust in mijn eigen omgeving deze actie gestart. En - zoals jij dat noemt - als publiek figuur moet je naar mijn mening de mensen een betrouwbaar en goed aanbod doen. En dat gebeurt nu. Ik heb er alle vertrouwen in.



Hergebruiksplannen de Trekvogel heikel punt bij enkele bewoners

”Bezoekers van de voedselbank zijn toch ‘ander soort’ mensen”

Vervolg van de voorpagina

Koopwoningen
Rob Evers van de VVD vroeg het echtpaar wat ze dan zouden willen: “een buurthuis?”. “Nee daar zit ook niemand op te wachten. De historische vereniging Proosdij, een fotoclub, prima, maar geen jeugd”. Anco Goldhoorn van Ronde Venen Belang vroeg zich af wat er tegen een voedselbank is en hoeveel omwonenden hier nu zo tegen waren. Het echtpaar wist dat niet zo: “Wij wonen in de koopwoningen (bungalows). Met diverse burens hebben we contact gehad. We weten het zeker niet van iedereen. Bezoekers van

de voedselbank zijn toch meestal mensen die zich schamen dat ze daarheen moeten. Het is een ander soort publiek”, aldus het echtpaar.

Gesproken?
Ernst Schreurs PvdA-GL vroeg zich af of de bezwaarden wel gesproken hadden met organisaties waarvan ze dachten zo’n overlast te krijgen. Ook hierop kwam geen goed antwoord. Ze ontweken het door te vertellen dat de gemeente al een keer een fout hadden gemaakt door kamerbewoning te tolereren in dezelfde wijk. “Ook daar hebben we veel overlast van. Lappen voor de ra-

men, de tuin is een wildernis, er wonen junks”. “U geeft geen antwoord op mijn vraag”, zo kaatste



Schreurs terug: “Ja een keer maar die man was zeer snel geïrriteerd en liep weg”, kwam er uiteindelijk uit.

Nu ook
Van Bergen van de Voedselbank was ook aanwezig aan gaf aan dat de Voedselbank nu ook gevestigd was in een woonwijk en wil in Hofland Zuid, ook in een school. Deze ruimte verdwijnt echter, dus moest er iets nieuws gezocht worden en met deze nieuwe locatie zouden we heel blij zijn”, aldus Van Bergen. Ernst Schreurs vroeg Van Bergen of er echt colonnes mensen kwamen. Van Bergen: “Momenteel zijn er 115 mensen bij ons ingeschreven. Er is echter ook een uitgifte punt in Vinkeveen en in Abcoude, dus blijven er zo’n 80 over hier. De meeste komen alleen, soms met zijn tweeën. Elke maandag en donderdag komen ze hun pakket ophalen” Schreurs: Kan het verspreid worden? Meer uitgifte dagen? Van Bergen: “Is te overwegen. We denken aan een zelfbedieningswinkel en dan op meerder dagen open. Maar dan moeten we eerst zeker weten of het doorgaat”. Vanavond woensdag 13 juni wordt dit onderwerp politiek besproken. Deze vergadering is openbaar en begint om 19.30 uur. Hierna komt het dan in de raad die uiteindelijk het laatste woord zal hebben. Wordt vervolgt



AmstelProms zangers en zangeressen bekend

Zaterdag 22 juni wordt op het evenemententerrein aan de Randhoornweg het populaire AmstelProms concert georganiseerd. Het concert wordt uitgevoerd door een groot orkest bestaande uit 70 muzikanten, een koor van meer dan 80 zangers en zangeressen en brengt een mix van pop en klassieke muziek voor het publiek ten gehore. De muziek die wordt gespeeld zal een feest der herkenning zijn voor de aanwezigen. Waar menig klassiek werk, gespeeld door het orkest, aanzet tot meedeinen op de bekende walsjes, worden de popnummers gezongen door lokale zangers en zangeressen. De afgelopen weken zijn audities gehouden onder geïnteresseerde zangers en zangeressen om te kijken welke stemmen het beste passen bij de gespeelde nummers en ook dit jaar is weer een prachtige selectie gemaakt van optredende artiesten. De repetities voor de zangers en zangeressen zijn de komende 2 weken. Dan wordt het voor de uitvoerende artiesten de eerste keer dat ze samen met het grote orkest en het voltallige koor hun nummers kunnen oefenen. Ieder jaar weer is dat een fantastisch moment waar alles samenkomt. Pas dan ervaren de zangers en zangeressen de kracht van mee mogen zingen met zo’n geweldige enthousiaste groep uitvoerende muzikanten en koorleden.

De line-up
Op 22 juni vanaf 18:00 uur kan op het evenemententerrein worden genoten van een hapje en een drankje en zal zangeres Juuzz enkele sets ten gehore brengen tijdens het eten. Om 20:30 begint het concert en mogen de geselecteerde zangers en zangeressen eindelijk hun optreden verzorgen. Gedurende het concert treden de volgende AmstelProms artiesten op:
- I Will Follow Him - Mirel-

- le Verheijen, Anouk Backer, Marjolein Bravenboer
- Sound of Music - Mirelle Verheijen
- Het Duurt te Lang - Zarai Valk
- Blues Brothers Revue – Kamiel Klufft
- Like a Prayer - Lianda van der Schilden
- Sway – Nick van der Jagt
- Frank Sinatra medley - Judith Beuse
- Arcade – Simon Prins
- LEEF! - Edo Botterman

Zitplaatsen voor vlak bij het podium
Omdat het evenement te groot werd om plaats te vinden op de Wilhelminakade is uitgeweken naar het evenemententerrein aan de Randhoornweg. De organisatie had liever het concert weer aan de Amstel uitgevoerd, maar met de krappe ruimte waren er veel bezoekers die klaagden over het feit dat ze te lang moesten staan, te weinig ruimte hadden, of het concert niet goed konden zien. Om iedereen optimaal van het concert te kunnen laten genieten is besloten een ware concertzaal op te bouwen op het evenemententerrein. Waar vorig jaar nog een tribune werd gebouwd achter de staanplaatsen, is nu gekozen voor een opzet waar de zitplaatsen dicht bij het podium worden neergezet en de staanplaatsen daarachter. Op die manier kan iedereen het goed zien en horen en kan er vanaf de zitplaatsen nog beter worden genoten van de optredens tijdens het concert. De zitplaatsen zijn te koop via de website www.amstelproms.nl en zijn in de voorverkoop EUR 19,50 per persoon. Op de dag van het concert zelf kunnen ook nog zitplaatsen worden gekocht voor EUR 25,- per persoon. Het concert begint vanaf 20:30 uur, maar vanaf 18:00 uur kan er al genoten worden van live muziek, eten, drinken en gezelligheid.



Verhalenroeitocht 20 juni op Botshol

Regio - Al eens meegeweest met de verhalenroeitocht op de Botshol, die jaarlijks georganiseerd wordt door verhalenvertellers Joke Dekker-Booij van vertelkring De Schatkist en Elza Vis van Binnenste-Buiten? Nu alweer voor de 11e keer. Zij nemen u mee in de boot en varen tussen de rietkragen naar de plas en zoeken dan een rustige plek tussen het riet waar u in de sfeer van dit prachtige natuurgebied kunt luisteren naar verhalen. Het gaat niet om de kennis van alles wat daar leeft en groeit, maar om de beleving. Met hun stem nemen zij je mee naar de diepte onder de wa-

terspiegel of met wonderlijke verhalen van de bewoners rond en in de plas. Halverwege leggen wij aan bij een eiland voor een sapje en een drankje. Daar wisselen de vertellers van boot zodat u ook de andere verhalen hoort. En met een beetje geluk varen we met ondergaande zon terug tussen de rietkragen door via de smalle vaarten. Wilt u dit meemaken, geef u snel op want er gaan max. 4 boten mee. Datum: donderdag 20 juni. Tijd: 19.00 - ca. 21.30 uur Kosten : € 9.00 p.p. Afvaart: Roeibotenverhuur Verweij, Botshol 14, 1391 HP Abcoude. Opgeven: Joke Dekker-Booij 06 - 10814589

Zonnebloemgasten naar Silvercloud

De Ronde Venen - Dinsdag 4 juni vertrokken de Zonnebloemgasten van afdeling Wilnis/De Hoef met de bus naar Maarsse om in te schepen op de “Silvercloud” van Rederij Stichtse Vecht voor een boottocht. over de Vecht. Het was een heerlijk weertje, dat al gauw na de koffie met taart de meeste gasten naar het bovendeck vertrokken om

lekker buiten uit te waaien en te genieten van alle mooie buitens en grachtenpandjes. Voor de lunch moest iedereen weer naar beneden, waar de tafels mooi en met veel lekkers gedekt waren. Aan het eind van de middag vertrokken we met de bus naar Wilnis, het was een volmaakt dagje uit voor de gasten en de vrijwilligers.





Op wielen het Nationaal Park ontdekken

Het is bijna zomer: lekker struinen in het Nationaal Park Utrechtse Heuvelrug! Het Leersumse Veld is met de nieuwe Natuur zonder Drempels route nu ook 'op wielen' te ontdekken.

Het Leersumse Veld met zijn stuifzand, vennen en Piëmontese runderen is het werkgebied van Staatsbosbeheer boswachter Corien Koreman. Geraakt door de noodkreet van een bewoner, ondernam ze

actie voor een rolstoeltoegankelijk pad. "Iedereen moet toch van de natuur kunnen genieten? Natuur speelt een grote rol bij revalidatie. Daarbij zijn er steeds meer bezoekers met een rolstoel, scootmobiel of rollator." Dankzij haar crowdfundingactie ligt het pad er, voorzien van vernuftige klaphekken met touwen. "Zelfgemaakt", lacht ze. "Hekken zijn nodig vanwege de grazers, maar een

standaardoplossing was er niet." Frans de Graaff neemt, in zijn scootmobiel en later zijn rolstoel, de proef op de som. Een blond getint rund slentert dichterbij terwijl Frans het hek bedient en het pad oprijdt. Frans is een fervent handbiker, heeft een drukke baan en staat volop in het leven. En toch: de rolstoel. "Er zijn veel momenten dat je het lastig hebt. Bij de dagelijkse dingen en

deelname aan het 'normale' leven, zoals werk en sociale activiteiten.

mensen op wielen. Dat je door zo'n pad mee kunt als de familie gaat wan-

genieten, helpt."

Donaties welkom

Ondanks bijdragen van MTB Heuvelrug en anderen, zijn donaties welkom: buitenfonds.nl/mindervalidepad. Corien: "Voor het onderhoud en een picknicktafel met rolstoelplekken. Zodat je samen om de tafel kunt." Check de rolstoelvriendelijke routes op: np-utrechtseheuvelrug.nl

Iedereen moet van de natuur kunnen genieten

Ik wil ook over de wandelpaden rijden en sporten met mijn gezin. Ik wil het zelf beleven". Al is er veel verbeterd, er zijn niet veel locaties geschikt voor

delen, is zo belangrijk." Met een armzwaai wijst hij naar het panorama van stuifzand en dennen. "Natuur is helend. Ik heb veel pijn. Hiervan kunnen

We verbruiken 120 liter water per dag

Dat is bijna twee keer zo veel als we denken. Zuinig omgaan met ons drinkwater is belangrijk. Het kan al makkelijk een paar liter minder. Met warm weer even de plantjes watergeven? Een kwartier sproeien kost 100 liter drinkwater. Met een regenton in de tuin vang je regenwater op en bespaar je het hele jaar op kostbaar drinkwater. Maar ook in huis valt 'waterwinst' te behalen.

Korter of minder douchen bijvoorbeeld. Nederlanders douchen gemiddeld 8,3 minuten, zo'n 60 liter drinkwater per douche



beurt. En dat vijf keer per week. Door gebruik van de spaarknop op het toilet spaar je dagelijks nog eens 8 liter. Meer tips: vitens.nl

Zin in vertier?

Naar de paardenmarkt en een potje koek-slaan, een goochelshow bekijken van Fred Kaps of rotte eieren gooien naar degene op de schandpaal.

Ben jij ook benieuwd naar hoe wij vroeger plezier maakten? Dan zit je goed bij het thema [#zinin op UtrechtAltijd](https://#zininopUtrechtAltijd), de online toegangspoort voor verhalen over het erfgoed van de provincie Utrecht.

De komende maanden staat UtrechtAltijd vol verhalen met vertier. Reis mee langs de Schuttersfeesten in Soest, het Lampegieatersfeest in Veenendaal of bezoek het Hooglandse carnaval. Duik de herberg in, bezoek de muziektent en speel een potje kolf. Krijg je al zin in wat vertier? Kijk snel op UtrechtAltijd.nl.



ACTUEEL

Word Gast van de Staten

Statenleden zijn de door de inwoners gekozen volksvertegenwoordigers van de provincie Utrecht. Maandelijks vergaderen zij over actuele (beleids-) zaken in de provincie Utrecht. Wilt u een keer van dichtbij meemaken hoe dit in zijn werk gaat? Hoe Statenleden van uw provincie debatteren over zaken die spelen in Utrecht? Meld u aan via provincie-utrecht.nl/gastvandestaten.

Werk aan de weg

Een greep uit de wegwerkzaamheden in de provincie Utrecht:

- N212 Wilnis:** diverse reconstructie- en onderhoudswerkzaamheden omgeving Geerbrug tot en met oktober 2019
- N230 Maarssen:** vervangen voegovergangen Zuilense Ring tussen 21 juni en 26 augustus 2019
- N237 De Bilt:** aanleg nieuwe fietstunnel Kapelweg-Oude Bunnikseweg, 1 juli-eind november 2019
- N409 Nieuwegein:** Groot asfaltonderhoud en aanbren-

gen bermverharding tussen Nieuwegein en Houten, 24 juni-5 juli 2019

Een interactieve kaart van alle actuele wegwerkzaamheden aan de provinciale wegen vindt u op: provincie-utrecht.nl/wegen of volg ons twitteraccount @werken-dewegutr. Voor spoedeisende zaken zoals storingen aan de verkeerslichten, wegversperringen en olie op de weg belt u met het Meldpunt calamiteiten (030) 258 36 00

Openbaar vervoer in 2020 - jouw mening telt!

Vanaf 15 december verandert er het nodige in het openbaar vervoer in en rondom de stad Utrecht. Vervoerder U-OV introduceert dan een nieuw netwerk met buslijnen onder de naam U-link. Ook zullen bussen vaker aansluiting krijgen op de nieuwe tramlijn naar Utrecht Science Park. Voordat de provincie Utrecht over deze plannen een besluit neemt, is de reiziger aan het woord. Vul daarom voor 1 juli de enquête in die te vinden is op u-ov.info/jouwmeningtelt

Officiële bekendmakingen.nl

Officiële bekendmakingen staan niet langer in uw huis-

aan-huisblad. In plaats daarvan kunt u terecht op officie-lebekendmakingen.nl en ook op mijnoverheid.nl. Via mijnoverheid.nl krijgt u automatisch bericht bij publicaties over een locatie bij u in de buurt. Wilt u toch een geprinte versie van een provinciale verordening, beleidsregel of kennisgeving, die betrekking heeft op uw directe leefomgeving? Belt u dan 030-258 9111.

Provinciale staten

De volgende vergaderingen van Provinciale Staten staan gepland op:

- 19 juni, 09:30 uur:** Commissie Ruimte, Groen en Water
- 19 juni, 19:30 uur:** Bestuur, Economie en Middelen
- 26 juni, 13:00 uur:** Commissie Milieu en Mobiliteit
- 26 juni, 19:30 uur:** Gecombineerde commissie Jaarrekening 2017
- 10 juli, 10:30 uur:** Provinciale Staten

De data en tijdstippen van vergaderingen kunnen wijzigen. Kijk daarom voor de meest actuele informatie op: provincie-utrecht.nl/psutrecht. U kunt Provinciale Staten ook volgen op Twitter: @PSUtrecht.



Eindelijk daar is hij dan: Het uitvoeringsplan afval

De Ronde Venen - Eind deze maand beslist de gemeenteraad over het langverwachte uitvoeringsplan afval en vanavond wordt het besproken in een openbare commissievergadering. . Het college verwacht een groot maatschappelijk draagvlak voor dit uitvoeringsplan. Daarmee moet worden voldaan aan de landelijke doelstelling “Van Afval Naar Grondstof (VANG)”. Het gaat zowel om het beter scheiden van afval door huishoudens als om een forse vermindering in het aantal kilo’s restafval per persoon.

Meer afvalscheiding

De afvalscheiding door huishoudens moet toenemen tot 75 procent in 2020. Dat doel is al in 2014 vastgelegd in afspraken tussen de landelijke overheid en de Vereniging van Nederlandse Gemeenten. De gemeente De Ronde Venen heeft die termijn “bijgesteld” en hanteert nu 2022 als het jaar waarin die 75 procent afvalscheiding bereikt moet zijn. Nu is dat 63 procent. De hoeveelheid aangeleverd restafval - vorig jaar nog 180 kilo per persoon in de gemeente - moet dan zijn teruggebracht naar 100 kilo per persoon.

Vijf maatregelen

Het college van b en w heeft in het uitvoeringsplan afval diverse maatregelen uitgewerkt, die - volgens het college - in totaal zullen bijdragen aan het verhogen van de afvalscheiding met zeven procent. Tot die maatregelen behoren het “aanpassen” van de frequentie in het ophalen van de grijze containers, verbeterde afvalscheiding bij de hoogbouw, meer communicatie, luierscheiding en een passysteem voor het afvalbrengstation. De combinatie van deze vijf maatregelen wordt scenario één genoemd en deze variant heeft de voorkeur van het college.

Chip op grijze container

Scenario twee bestaat uit dezelfde maatregelen, maar dan met het vierwekelijks legen van de grijze containers met restafval. Deze combi zou leiden tot een totale stijging van twaalf procent in de afvalscheiding. Het derde scenario houdt tariefdifferentiatie (diftar) in. Daarbij worden alle grijze containers voorzien van een chip. Per afzonderlijk huishouden wordt het afvaltarief dan berekend aan de hand van het aantal kilo’s in de restafvalbak en het aantal keren per jaar dat de bak aan de weg is gezet. Invoering van dit scenario drie - samen met de eerder genoemde maatregelen - zou een totale stijging in de afvalscheiding van vijftien procent opleveren.

600 euro per woning?

Opvallend is dat in elk van de drie

scenario’s een zeer grote investering nodig is voor de gescheiden afvalinzameling bij de hoogbouw. Van de bijna 18.000 woningen in de gemeente zijn een kleine 3.000 ingedeeld in de categorie hoogbouw. Er is een investeringsbudget van ruim 1,8 miljoen euro nodig - omgerekend gaat het om ongeveer zeshonderd euro per woning in de hoogbouw - om de afvalscheiding daar te optimaliseren. De afschrijvingskosten, rentekosten “en de overige structurele financiële effecten” van scenario één moeten opgenomen worden in de program-mabegroting. Het college geeft in het raadsvoorstel aan dat die investering van ruim 1,8 miljoen euro een positief effect op de afvalscheiding zou hebben van in totaal één procent.

Nascheiding is nodig

Zo zouden er bij de hoogbouw nieuwe, afsluitbare containers voor papier geplaatst moeten worden die alleen met een pasje te openen zijn. Dat geldt ook - al dan niet ondergronds - voor containers voor het restafval. Dat restafval van de hoogbouw-woningen moet na het ophalen nog wel “nagescheiden” worden, om plastic verpakkingen, metalen verpakkingen (blik) en drankpakken te kunnen recycleren. Daarbij geeft het college aan: “Het effect op heffing en bronscheiding is op dit moment nog niet bekend.” Voor de dekking van de voorlichtingskosten rondom afvalscheiding heeft het college geen bedrag opgenomen.

Heffing omlaag en omhoog

In het raadsvoorstel wordt bij scenario één uitgegaan van een daling van de afvalstoffenheffing van twee euro per huishouden per jaar. Bij scenario twee zou de heffing met bijna acht euro kunnen dalen en bij scenario drie gaat het om een besparing van ruim achttien euro. De besparingen zijn feitelijk hoger, want alle huishoudens moeten elk jaar wel acht euro extra gaan bijdragen. Dat is voor de steeds terugkomende kosten die gekoppeld zijn aan de gescheiden afvalinzameling bij de hoogbouw.

Los daarvan meldt het college dat “door autonome ontwikkelingen” het tarief van de afvalstoffenheffing in de toekomst zal stijgen. “De verwachting is dat het voor meerpersoonshuishoudens zal gaan om een stijging van circa 20 euro in 2020 en circa 50 euro in 2021.” De tariefstijging voor eenpersoonshuishoudens wordt ingeschat op 20 euro in 2020 en 40 euro in 2021. Die prijsstijgingen zijn onder andere het gevolg van hogere verwerkingskosten van restafval en groente-, fruit- en tuinafval.



Hollandse nieuwe haring in Mijdrecht

De Ronde Venen - Voor het 18de achtereenvolgende jaar wordt in Mijdrecht de Haringparty georganiseerd door de Lionsclub Mijdrecht-Wilnis. Dit evenement vindt plaats op woensdag 19 juni van 17.00 tot 20.00 uur bij restaurant Rendez Vous aan het Raadhuisplein in Mijdrecht. De haring wordt die dag vers aangevoerd door Rendez Vous. Dit jaar zijn er een aantal vernieuwingen doorgevoerd. Behalve haring is er nu ook RendezVous Streetfood. Daarnaast is er ook de Showroom op het Raadhuisplein. Honda Van Nieuwkerk en Volvo Bangarage laten de nieuwste model-

len zien. Deze activiteit is voor iedereen vrij toegankelijk en is een prima gelegenheid om vrienden, relaties en nieuwe contacten in een gemoedelijke sfeer te ontmoeten. De entree is gratis en de drankjes en haringen kunt u ter plaatse verkrijgen middels een bonnensysteem. De haringparty zal net als vorig jaar muzikaal worden omlijst door het dixieland orkest De Swingmasters.

Haring happen voor een goed doel

De Hollandse Nieuwe is niet alleen een genot om te eten, maar met uw aanwezigheid steunt u



bovendien Stichting Haarwensen . Symbolisch zal het eerste vaatje Rondeveense haring geveild worden. Als veilingmeester treedt de heer Hans van Veen op.

De eerste Hollandse Nieuwe mag u natuurlijk niet missen. Kom op 19 juni naar restaurant Rendez Vous in Mijdrecht en hap een haringke mee!

Column van het Inwonerscollectief DRV

Geen vertrouwen in de inwoners

Vanuit de samenleving merken we in toenemende mate een behoefte aan een ander soort van bestuur. Inwoners willen dat de politiek veel meer gaat luisteren en inspelen op de behoefte van de (individuele) inwoner. Samenwerken met de inwoners en deze veel meer betrekken. De inwoners ook de mogelijkheid geven om zaken zelf te gaan oppakken. De (lokale) overheid heeft daar zelf de mond ook vol van. Men wil niets liever dan inwonersparticipatie. Maar lukt dat in de praktijk ook of blijft het bij loze woorden?

Onafhankelijk en geen politiek spel

Als inwonersbeweging willen wij niet aan het politieke spel meedoen. We willen onafhankelijk zijn en ook geen politieke kleur innemen. Kortom we willen er zijn voor alle inwoners. We willen inwoners stimuleren om mee te denken en nog liever dat ze mee gaan doen. Inwoners moeten van ons dan ook geen politieke inbreng verwachten. Toch ontkomen we er niet aan om het politieke spel te volgen. Daar worden immers de zaken geregeld en bepaald. Als het gaat om zaken die ons als inwoners raken of aangaan moeten we ons als inwoners wel laten horen. Maar we moeten ons niet alleen laten horen we moeten ook gewoon doen! Inwoners die initiatief nemen en die samen dingen gaan ondernemen kunnen echt wat bereiken. Ondernemende inwoners dus. Daar gaan wij ons als inwonersbeweging voor inzetten.

De inwoner als ondernemer

Ondernemende inwoners zijn goed voor de lokale economie en versterken de saamhorigheid. Het is een nieuwe ontwikkeling die we in de samenleving steeds vaker tegenkomen. In veel gemeentes zien we dat er Inwonersbedrijven ontstaan die met inwoners als werknemers lokale werkzaamheden oppakken. Werkzaamheden die voorheen werden uitgevoerd door de lokale overheid of gek genoeg door externe bedrijven buiten de gemeente. Dit heeft alles te maken met de klassieke aanbestedingsregeltjes die er zijn en ze zelf soms in de weg zitten. Toch zijn er ontwikkelingen die het mogelijk maken om de inwoners veel meer te betrekken bij deze aanbestedingen. Als je hier meer over wil weten moet je maar eens googlen op het woord “Right to Challenge”. Er zijn dus echt kansen en mogelijkheden om inwoners echt te laten meedoen.

De politiek moet wel meedoen

Kunnen wij het zonder de lokale overheid? Daar kunnen we kort over zijn; Nee! Vinden we dat vervelend? Nee! We willen ons ook niet afzetten tegen de politiek en ons populistisch opstellen. Op die manier krijgen

we waarschijnlijk wel sneller ontevreden inwoners achter onze inwonersbeweging. Maar dat is niet onze insteek. Wij geloven in samenwerking tussen inwoners en de lokale overheid. Maar dan moet de liefde wel van twee kanten komen. De politiek moet dan wel mee gaan doen en de inwonersparticipatie echt een kans geven. De meeste gemeenten (en dat geldt wat ons betreft ook nog voor De Ronde Venen) hebben nu een bestuurlijke top-down-cultuur. Dat wil zeggen dat de gemeenteraad het mandaat heeft gekregen van de inwoners om van alles te beslissen, dus inwoners mogen wel hun mening geven over allerlei plannen maar meer ook niet. Die top-down-cultuur is met de jaren ontwikkeld en is niet zomaar te veranderen in een bottom-up cultuur. Maar zoals eerder gezegd ook voor de politiek liggen er kansen om te veranderen en de lokale democratie te vernieuwen.

Kadernota

In dit verband is de kadernota een belangrijk politiekstuk wat vorige week in onze gemeente is gepresenteerd. In de kadernota wordt het beleid voor 2020 en later uitgezet. We vonden daarin een mooi stukje tekst wat ons erg aanspreekt. Er staat op blz. 26 het volgende te lezen : “Inwonersinitiatieven worden omarmd, waarbij onze grondhouding faciliterend is; meedenken met onze inwoners. Inwonersparticipatie is een mogelijkheid om de lokale democratie te vernieuwen.” In het coalitieakkoord stond ook al te lezen dat men breder gebruik wil maken van inwonersparticipatie. Het lijkt er dus op dat de lokale overheid er ook veel waarde aan hecht dat er stappen gemaakt gaan worden als het gaat om inwonersparticipatie. Men erkent dat daar creativiteit en doorpakken voor nodig zijn en men dit samen moet doen met inwoners en ondernemers. Dat klinkt hoopvol. Maar voorlopig alleen woorden op papier.

De praktijk lijkt minder hoopgevend

Ondanks die mooie woorden werd ons optimisme getemperd door een aantal zaken in de praktijk. Het feit dat het woord inwonersparticipatie slechts vijf keer voorkomt in

de kadernota die toch zo een 15.000 woorden omvat is natuurlijk veel zeggend. Dan lezen wij verder dat er slechts een eenmalig budget van € 25.000,- wordt vrij gemaakt voor inwonersparticipatie. Dat is nog geen 1% van de totale begroting. Daarvan moet dan ook nog een deel geïnvesteerd worden voor het inrichten van de inwonerspanels. Maar waar we echt verdrietig van werden was het feit dat met 12 stemmen voor en 14 stemmen tegen de ingediende motie “Uitdagingsrecht” er niet door is gekomen. Een gemiste kans wat ons betreft. Hier had De Ronde Venen het zogenaamde Right to Challenge kunnen implementeren om inwoners echt te gaan laten meedoen.

Geen vertrouwen

We weten niet wat de achterliggende redenen van de tegenstemmers zijn om deze motie niet te steunen. Weet men wel waar men nee tegen heeft gezegd? Het geeft ons als inwoners in ieder geval het gevoel of wij niet voor vol worden aanzien. De gemeente De Ronde Venen geeft hiermee aan dat zij haar inwoners, inwonersbedrijven en maatschappelijke organisaties nog niet wil uitdagen om mee te doen om zaken op te pakken. Zaken die inwoners wel aangaan overigens. Het lijkt er op dat men geen vertrouwen heeft dat inwoners dingen samen soms beter, slimmer en misschien wel goedkoper kunnen doen dan de gemeente en of dure ingehuurd externe partijen. Het anders doen dan de traditionele manier lijkt dus nog een stap te ver in De Ronde Venen. Je kunt inwoners wel regelmatig gaan raadplegen over nut en noodzaak van voorgenomen beleid, maar als je vast blijft houden aan het oude beleid komt er geen verandering. Moeten wij als inwoners dan maar weer achterover gaan leunen?

Inwoners dagen de gemeente uit

Het lijkt ons zinvol dat wij ons als inwoners niet buiten spel laten zetten. De gemeente is er immers voor de inwoners en niet andersom. Laten we het idee van “uitdagingsrecht” dan ook maar omdraaien. Wij gaan de lokale overheid uitdagen om ons als inwoners veel meer te betrekken en mee te laten doen. Wij hebben zelfs al een aantal zaken, die momenteel spelen in onze gemeente, op onze verlanglijstje staan. We willen als inwoners deze kansen graag oppakken en gaan uitvoeren. Zo willen wij graag het inwonerspanel oprichten, de zitbankjes onderhouden en zelfs hebben wij aangegeven een IVI-inwonerseiland met vereende inwonerskrachten te gaan runnen. Hele concrete dingen waar de gemeente ons de kans kan geven om te laten zien waar wij als inwoners toe in staat zijn. Op deze manier is het in diverse andere gemeente ge-

lukt het beheer op een voor de inwoners bevredigend niveau te brengen, met diverse positieve gevolgen voor de leefkwaliteit in de eigen woonomgeving. Er zijn hiervoor Inwonersbedrijven door inwoners opgericht. Met deze inwonersbedrijven van en voor de inwoners worden dit soort activiteiten op een georganiseerde en duurzame manier opgepakt.

Inwonersbedrijf

Gezien de goede resultaten in andere gemeentes willen wij ook een inwonersbedrijf in De Ronde Venen neerzetten. Samen met de inwoners (dit zijn de werknemers) allerlei werkzaamheden en diensten gaan uitvoeren. Hierdoor nemen wij als inwoners het bestuur niet over. Nee, wij willen graag een deel van de uitvoering van het gekozen beleid voor onze rekening nemen. Als de lokale overheid de moeite neemt om inwoners hierin serieus te nemen zit er voor inwoners veel meer in dan het slikken van opgelegde besluiten. Dit zal er vervolgens weer voor zorgen dat er veel minder ongenoegen en ongewenste neveneffecten onder de inwoners zal komen. Voor de overheid geldt dat op deze manier misschien het vertrouwen van inwoners in de overheid weer toeneemt. Een absolute win win situatie dus.

In gesprek met elkaar

Het lijkt ons goed om hierover serieus en op basis van gelijkwaardigheid met elkaar in gesprek te gaan. Wij zijn al enige tijd in gesprek met gemeentelijke ambtenaren en maatschappelijke partners en hebben onlangs ook alle politieke partijen uitgenodigd om ons de kans te geven onze plannen toe te lichten. De eerste gesprekken zijn geweest en het lijkt er op dat er meer begrip is voor onze beweging en er veel raakvlakken zijn. Omdat wij absoluut geen politieke kleur hebben hopen we dat alle politieke partijen de kans pakken om met ons te brainstormen hoe wij deze nieuwe beweging in De Ronde Venen samen kunnen vormgeven.

Wilt u als inwoner ook meedoen?

De inwoners staan uiteraard bij ons op de eerste plaats. Alleen als de inwoners samen optrekken kunnen wij een krachtige inwonersbeweging neerzetten. Wilt u als inwoner meedoen aan deze inwonersbeweging en heeft u misschien interesse om te als inwoner te gaan werken bij het Inwonersbedrijf in De Ronde Venen dan kunt u ons dit natuurlijk laten weten door een e-mail te sturen naar : drv@inwonerscollectief.nl

Overigens staat de koffie bij ons op de locatie altijd klaar voor een goed gesprek. Kom gerust eens vrijblijvend langs.

Wij zijn inwoner! U ook?



BOOMSTAM-TAFELS!
Kwaliteit en duurzaamheid

SHOP JOUW EIKENHOUTEN MEUBELS IN AALSMEER

ESTAFETS
EETKAMERBANKJES
SALONTAFELS
KASTEN
TV MEUBELS
NIEUWMAAKS
BANKJES

GEDOBBINDE MET
NORDSTYL ONDERSTELLEN

NORDSTYL

AALSMEERDERWEG 98G, AALSMEER
ZATERDAGS GEOPEND VAN 10.00 TOT 14.00 UUR



VOOGES
brood & banketbakkerij

Aalsmeer • Amstelveen • Mijdrecht

Komende vrijdag en zaterdag in de winkels:

Vaderdag bosvruchtentaartje €9,95

Vaderdag pakketje €12,95

Bestaande uit een radlercake, bierbrood en een 6-pack Ruhrgold bier in een mooie tas!

Dit jaar vernieuwd recept met Ruhrgold bier

RUHRGOLD

Van harte welkom in de winkel!
WE STAAN GRAAG VOOR U KLAAR!

Kijk ook op: www.bakkerijvooges.nl

G. DE HAAN & Zn.
Zand - Grind - Grond - en Erfverharding

Hét adres voor o.a.:

- Tuingrond
- Straatzand
- Vulzand
- Siergrind
- Verhardingsmateriaal
- Big Bags

06-51262561
06-54331657
0297-264227

Provincialeweg 9
3641 RS Mijdrecht

www.dehaanzandengrind.nl

Voor grote of kleine hoeveelheden, af te halen of bij u thuis bezorgd.
Ook voor het bezorgen van big bags met kraanauto.

De Hyundai i-Range met €1.500 SmartTech bonus.
Vooruitstrevend en voor iedereen toegankelijk.

Bij Hyundai kijken we altijd vooruit. De slimme technologieën, zoals Forward Collision-Avoidance Assist en Apple CarPlay™, houden je veilig en verbonden. Met de SmartTech bonus van €1.500 liggen de geavanceerde Hyundai i-Range modellen binnen handbereik. En met de 5-jaar garantie met onbeperkte kilometerbeden reden genoeg om langs te komen voor een proefrit. **Kom verder.**

Ontdek meer op goldcar.hyundai.nl

GoldCar B.V.
Pletterij 2, Amstelveen, tel. 020 - 643 3733

HYUNDAI

5 ONBEPERKTE KILOMETER GARANTIE

Gecombineerd verbruik: 3,9-5,8 (l/100 km)/17,2-25,6 (g/km); CO₂ - emissie: 101-132 (g/km). Uitstoot is afhankelijk van gebruik. Uitstoot- en verbruikgegevens zijn gebaseerd op tests die zijn uitgevoerd volgens Europese Verordening 715/2007/EEG. De vermelde NEDC-waarden voor het gecombineerde brandstofverbruik en de CO₂-uitstoot zijn terug bepaald naar de waarden overeenkomstig de oude NEDC-testmethode. De Hyundai actie 'SmartTech bonus' bestaat uit een maximaal voordeel van €1.500 op het aankoopbedrag van een Hyundai i10 of een Hyundai i20 of een Hyundai i30 N Line. Actie geldt bij een getekende koopovereenkomst van 01-06-2019 tot en met 30-06-2019 met een uiterste registratiedatum van één maand na koopovereenkomst. Actie is wel geldig op geselecteerde (voorraad)modellen en niet geldig in combinatie met andere lopende acties, m.u.v. de 50/50 deal. Genoemde prijs is een adviesprijs en is excl. metallic lak en eventuele opties. De Hyundai '5 jaar garantie zonder kilometerbeperking' is alleen van toepassing op Hyundai voertuigen die initieel aan een eindgebruiker zijn verkocht door een erkend Hyundai-dealer. De gedetailleerde garantievoorwaarden zijn per 01-01-2019 beschreven in het service- & garantieboekje. Kijk voor prijzen en voorwaarden op hyundai.nl of vraag ernaar bij de erkend Hyundai-dealer. Afgebeeld model kan afwijken van standaard uitvoering. Druk- en zetfouten voorbehouden. *Afhankelijk van de uitvoering.

Let op! Geld lenen kost geld

Bouwplannen seniorencomplex Bernhardlaan stuit op bezwaren

Mijdrecht – Een groepje bewoners van de laagbouwoningen (koopwoningen) aan de Stadhouderslaan zijn op zijn zachtst gezegd niet blij met de bouwplannen van Groen West, om op de plaats van de (bouw)valle dijkwoningen aan de Bernhardlaan in Mijdrecht een Seniorencomplex te bouwen in de sociale huursector. Op het perceel waar men wil gaan bouwen zijn nu een tweetal twee onder een woning en een vrijstaande woning gelegen. Deze zijn of leeg, of worden anti kraak bewoond. De huur appartementen zijn primair bedoeld voor senioren/doorstromers. Voorrang

krijgen: senioren die een sociale eengezinswoning in De Ronde Venen achterlaten en woningzoekenden die een sociale huurwoning in De Ronde Venen achterlaten. Dit zorgt voor een gezonde doorstroming op de woningmarkt. Het plan omvat 21 huurappartementen in een blok van vier bouwlagen. Op de begane grond parkeren en bergingen en vanaf niveau van de dijk, drie woonlagen.

Schenden privacy
De bewoners van de laagbouwoningen aan de Stadhouderslaan en dat met name de bewo-

ners van nummer 22 en 24, zijn niet erg blij met deze plannen. Ze vinden het complex te massaal en te hoog: “De bewoners die op hun balkon staan of zitten kijken recht in onze achtertuinen. Momenteel hebben we een prachtige buffer van groen tussen de nu bestaande bouw en onze woningen door prachtige bomen die er staan. Die verdwijnen en alle privacy is weg”. De aanwezige ambtenaar legde uit dat ze aan heel veel bezwaren al tegemoet waren gekomen: “de ontsluiting gaar nu via de Bernhardlaan, het bouwvlak is aanzienlijk verkleind. Dat mooie

groen waar u het over heeft dat zijn gewoon verwilderde tuinen. Daar is totaal geen onderhoud geweest. We hadden graag nog iets naar achteren gewild, maar daar krijgen we geen toestemming voor van het waterschap. Het blijft natuurlijk een dijktaaluut. Deze plek is bij uitstek een prachtige locatie voor dit soort woningen”.

Twee minder?
Raadslid Ernst Schreurs vroeg zich af of je de bezwaren van de tuin kijken niet kon oplossen door twee minder appartementen te bouwen. Maar dit ging niet aldus een medewerker van Groen West: “Dan is het financieel niet meer haalbaar”. Ook dit onderwerp komt vanavond (woensdag 13 juni weer in de commissie in het politieke debat.

Praat mee over zonnepanelen en windmolens

De Ronde Venen - De gemeente De Ronde Venen wil in 2040 een klimaatneutrale gemeente zijn. Daarom willen we de komende jaren evenveel energie opwekken als we gebruiken. Geen energie uit aardgas, maar schone energie,

verkregen uit zon en wind. Daarvoor komen in de gemeente zonnepanelen en windmolens. Welke voorwaarden verbindt u aan de plaatsing van zonnepanelen en windmolens? Daarover hoort de gemeente graag uw mening. Vul

daarom de enquête in via www.derondevenen.nl/enquete-duurzaamheid en geef uw mening! Invullen kan tot 24 juni. Wethouder Kiki Hagen (Duurzaamheid): “De gemeente hoort graag de mening van haar inwoners over



de komst van zonnepanelen en windmolens. Daarom hebben we gekozen voor een digitale enquête en leggen we de enquête voor aan het inwonerspanel van de gemeente. Nu komt het er op aan; zorgen dat zoveel mogelijk inwoners de enquête invullen. Dus laat van u horen!”

Presentatie resultaten
Op donderdag 4 juli licht de gemeente tijdens een inloopavond in De Boei in Vinkeveen de resultaten van de enquête toe. Inwoners zijn tussen 19.30 en 21.30 uur van harte welkom op het moment dat het hen schikt om een toelichting te krijgen of op opmerkingen te maken. Samen met de resultaten uit de enquête worden deze verwerkt in een voorstel aan de gemeenteraad over de randvoorwaarden voor plaatsing van zonnepanelen en windmolens in De Ronde Venen. De gemeenteraad wordt in het najaar gevraagd de randvoorwaarden vast te stellen. Na vaststelling door de gemeenteraad, brengt de gemeente samen met inwoners, landeigenaren, bedrijven en andere belanghebbenden zoekgebieden in kaart. Zoekgebieden zijn gebieden waar zonnepanelen en/of windmolens zouden passen binnen onze gemeente. Benieuwd naar de voortgang of andere duurzame ontwikkelingen in de gemeente? Ga naar duurzaamderondevenen.nl en schrijf u in voor de nieuwsbrief!



Goede fee erg gewaardeerd op de markt

Mijdrecht – Donderdag jl. liep er op de Mijdrechtse markt een goede fee rond die regelmatig een bezoeker op de schouder tikte, net op het moment dat hij of zij een aankoop wilde afrekenen. Gebeurde dat dan ontving de gelukkige, namens de

marktkooplieden, vijf euro in contanten, een fijne korting. Dit om hun waardering uit te spreken aan de wekelijks terugkerende bezoekers van deze zo gezellige en sfeervolle donderdagmarkt op het Mijdrechtse Raadhuisplein.



Seizoenafsluiting Seniorenbowling

Mijdrecht - Op de laatste dinsdag van mei vindt de traditionele seizoenafsluiting plaats van de bowlingcompetitie voor senioren. De bowlinggroep maakt deel uit van de Stichting Spel en Sport De Ronde Venen. Op dinsdag 28 mei kwamen de deelnemers nog een keer bij elkaar om met een feestelijke en gezellige middag het seizoen af te sluiten. Tevens werd de balans opgemaakt van de competitie die eind augustus vorig jaar van start was gegaan en werden de prijswinnaars in het zonnetje gezet. In lijn met de missie van de Stichting

Spel en Sport De Ronde Venen is de wekelijkse bowlingmiddag voor de deelnemers een ideale manier om in beweging te blijven en de conditie op peil te houden. De gezelligheid van het samen sporten staat voorop. Het competitie-element geeft een extra motivatie om een zo goed mogelijk resultaat te bereiken. Doordat er gespeeld wordt met een handicapsysteem zijn er ook voor de minder ervaren spelers volop kansen om een rol te spelen in de competitie. Bowling is bovendien een sport die tot op hoge leeftijd gespeeld kan worden, getuige het feit dat afgelo-

pen voorjaar drie leden hun negentigste verjaardag hebben gevierd. Leeftijd behoeft dus geen belemmering te zijn om mee te doen.

De prijswinnaars seizoen 2018-2019
De vrouwen spelen in twee groepen. De gemiddelde scores bepalen de indeling in een van de twee klassen. In de A-klasse haalde Bep Reiss de hoogste score en mocht zich kampioen bij de dames noemen. Tweede en derde in deze klasse werden respectievelijk Bep Oldenburger en Wil Kuijper. In de B-

klasse behaalde Cher Visser het hoogste resultaat gevolgd door Bep de Koning en Giny Liesveld. Bij de mannen wordt gespeeld in drie klassen. Winnaar in de A-klasse werd Henk Oldenburger, gevolgd door Theo Kooijman en Ernst van Ginkel. In de B-klasse ging de winst naar Gerard Mons-houwer. Op de tweede plaats kwam Jan Rijs en derde werd Theo Zaal. Winnaar in de C-klasse was Ton Woud, gevolgd door Hans Bergkamp en Maarten van den Ham.

Nieuwe leden zijn welkom
Het komende seizoen viert de bowlinggroep haar 25-jarig bestaan. Een goede reden om lid te worden en hiermee het jubileumjaar extra kleur te geven. De bowlinggroep speelt vanaf 10 september elke week op dinsdagmiddag in Bowlingcentrum Mijdrecht aan de Ontspanningsweg in Mijdrecht (naast het Veenweidebad). Men kan kiezen uit twee tijdstippen: van 13.00-15.00 uur of van 15.00-17.00 uur. Men betaalt wekelijks een kleine bijdrage voor de baanhuur en een kopje koffie of thee. Om lid te worden kan men in het nieuwe seizoen gewoon op dinsdagmiddag binnenlopen en zich aanmelden. Men kan ook contact opnemen met de voorzitter van de bowlingcommissie Peter Hartog, telefoon 0297-257653, of hem een mailtje sturen: peter@pchartog.nl. Meer informatie is te vinden op www.spelensportdrv.nl.



Haringparty 2019!

Uithoorn - Een mooie traditie wordt voortgezet. Na het eerste succesvolle evenement in 2018 organiseert Rotary AMU (Aalsmeer – Mijdrecht – Uithoorn) op donderdag 27 juni a.s. voor de tweede keer haar Haringparty. Het netwerk evenement waar een groot deel van de bedrijven uit Uithoorn en de Ronde Venen weer wordt verwacht. We heten je dan ook graag welkom op het Marktplaats 2a van Restaurant Geniet aan de Amstel! Vanaf 17.30 uur zijn de deuren open en is iedereen van harte welkom om de officiële opening bij te wonen van dit prachtige evenement. Om 18 uur zal het eerste vaatje aan land worden gebracht. Naast de heerlijke haring kan er onder leiding van

notaris mr. Marlies Akkerman een bod worden uitgebracht op het eerste vaatje. Kwaliteit gegarandeerd!

Goede doelen:
Zoals vorig jaar zal de opbrengst bestemd zijn voor lokale goede doelen in de omgeving van Uithoorn en de Ronde Venen, respectievelijk: Samen aan de Amstel en de Moeder-ervendag. Naast haring eten en het ondersteunen van onze goede doelen, is er tijd en ruimte genoeg om te genieten en te netwerken. Rotary AMU zal er alles aan doen om van deze traditie weer een sprankelend evenement te maken. Ondernemers die hun bijdrage op een andere manier willen leveren zijn natuurlijk ook van harte welkom.



”Het was doodeng, we dachten dat alles zou instorten”

Storm raasde door Wilnis en Vinkeveen

Vervolg van de voorpagina

Gelukkig zijn er geen slachtoffers gevallen. Vooral Vinkeveen kreeg het zwaar te verduren. De brandweer kreeg dusdanig veel hulpmeldingen dat zij de hulp inriepen van de gemeente en brandweercollega's van omliggende gemeenten. Bomen sloegen los, dakpannen, nee zelfs hele daken werden van woningen getrokken en kwamen meters verder neer in tuinen van de buren. Tuinsets werden soms tientallen meters verder gevonden in het water of zijn nog steeds onvindbaar: "dit was echt angstaanjagend"

Bomen

In de dorpen waren tientallen bomen omgewaaid. In de Reigerstraat in Vinkeveen braken de bomen als 'luciferhoutjes'. Ook op de Loopveldweg en de Middenweg ging het fout. Bomen vielen op auto's, op daken en hekwerken. Bij Een woning op de Middenweg raasde de storm over het dak en sloeg alle dakpannen weg, waardoor er enorme waterschade ontstond in de slaapkamers. Alle spullen uit de tuin werden 'verplaatst' en tuinstoelen werden de volgende ochtend teruggevonden in het weiland verderop. Ook de N201 was enige tijd geblokkeerd door omgeval-

len bomen, evenals de Padmosweg in Wilnis

Vinkefest

Vinkefest, het feest van Vinkeveen, werd ook zwaar getroffen. Een groot deel van de feesttent is weggewaaid. Het aluminium frame en het tentdoek werd her en der in stukken teruggevonden. Iedereen bleef ongedeerd, maar de schrik zit er goed in. Of het feest vrijdag van start kan gaan is nog maar de vraag. De organisatie komt later vandaag met meer informatie. Hoe groot de schade is wordt vandaag misschien bekend, maar het is niet mis.



Vito gaat naar het WK aardrijkskunde in Hong Kong



Mijdrecht - Uit de bijna 7000 duizend leerlingen in Nederland die meededen aan de 26e editie van de Aardrijkskunde Olympiade, bleven er uiteindelijk 16 over die zich kwalificeerden voor de eindronde. Onder hen was Vito Tillart uit atheneum 6 van het VeenLanden College. De eindronde werd van 4 tot 7 juni verzorgd op Hogeschool Zeeland, university of applied sciences, in Middelburg. Met een grote veldwerkopdracht verdiepten de finalisten zich hier

in de maatregelen die kunnen worden genomen om de kans op een overstroming in Middelburg te verkleinen. Welk deel van Middelburg kan overstromen? Welke historische waterkeringen heeft de stad? Welke kritieke infrastructuur is er? Hoe kan het laaggelegen gebied van de “badkuip van Ritthem” preventief worden geëvacueerd? Wat zijn goede shelerslocaties voor de bevolking uit deze wijk? De antwoorden op deze en meer vragen moesten de

kandidaten verwerken in een PowerPointpresentatie van maximaal 12 dia’s. De voorzitter van de veldwerkcommissie, Frederik Oorschot, was onder de indruk van de prestaties van de leerlingen. “Deze leerlingen hebben, zonder een eerdere kennismaking met de problematiek, in korte tijd een geweldig resultaat geboekt”.

Opdracht

Naast de veldwerkopdracht hebben de leerlingen tijdens de nationale eindronde ook een kennistoets gemaakt, met dit jaar vragen over klimaatverandering, het Nord-Stream project en de cartografische weergave van de uitkomsten van de landelijke verkiezingen. Een Engelstalige multi-mediale keuzetoets, bestaande uit 40 meerkeuzevragen met video’s, animaties, kaarten en diagrammen waarin de breedte van het vak aardrijkskunde werd getoetst, vormde het derde en laatste onderdeel van de finale. Behalve het serieuze gedeelte van de aardrijkskunde olympiade was er ook tijd voor ontspanning. Op donderdagavond werden de leer-

lingen meegenomen door studenten van de Hogeschool Zeeland voor een gezellige avond in het bruisende centrum van Middelburg. Op vrijdagochtend was er een excursie door het gebied rond Middelburg. Op die manier kreeg niet alleen het competitieve element aandacht, maar was er ook ruimte voor het sociale gebeuren, dat een minstens zo belangrijk onderdeel van de olympiade is.

Beste

Jacobus Petersen van het Christelijk Gymnasium Utrecht mag zich de beste aardrijkskunde-leerling van Nederland noemen. Twee tweede prijzen gingen naar Nora Schreuder (veldwerkprijs, Min-kema College Woerden) en Vito Tillart (theorieprijs, VeenLanden College Mijdrecht) en de iGeoprijs ging naar Brecht Reintsema (het Twickel College Hengelo). Deze vier winnaars vertegenwoordigen Nederland op de 16e Internationale Geografie Olympiade (iGeo), het WK Aardrijkskunde, dat van 30 juli tot en met 5 augustus 2019 gehouden wordt in Hongkong. Teams uit vijftig landen nemen aan deze prestigieuze wedstrijd deel. In het bijzijn van ouders en docenten aardrijkskunde hebben de winnaars van de eindronde hun prijzen in ontvangst genomen.

Voor elke finalist waren er certificaten en attenties. Zo ontving Vito de Bosatlas van de geschiedenis van Nederland. Uiteraard was ook de docente aardrijkskunde van Vito, Yacintha Chaigneau, bijzonder trots op haar leerling.

Zij wist nog te melden dat voordat het grote avontuur in Hong Kong gaat plaatsvinden, de winnaars op maandag 24 juni aanstaande gehuldigd worden op het ministerie van Onderwijs in Den Haag. En dat is niet niks!

Gratis loopbaanontwikkeladvies

Regio - Alle werkenden, ambtenaren of zelfstandigen zonder personeel van 45 jaar of ouder, die voor minimaal 12 uur per week werkzaam zijn, kunnen tot uiterlijk 10 januari 2020 gratis advies krijgen van een loopbaanadviseur. In deze periode kan, zolang het subsidieplafond nog niet bereikt is, subsidie aangevraagd en verkregen worden. Wat is Ontwikkeladvies 45plus? Iedereen denkt wel eens na over hoe zijn werk er in de toekomst uit gaat zien. Een loopbaanadviseur kan mensen daarmee helpen. Dat is fijn voor als er een verandering aan zit te komen, maar ook mensen die tevreden zijn met hun huidige baan kunnen veel baat hebben bij zo’n advies. Minister Koolmees van Sociale Zaken en Werkgelegenheid heeft daarom de subsidieregeling ‘Ontwikkeladvies voor 45-plussers’ opengesteld. Een ontwikkeladvies traject is preventief en dient bewustzijn te creëren, zodat de ouder wordende werken de zich meer bewust wordt van het toekomstperspectief van het huidige werk en meer regie kan gaan nemen over de toekomst van de eigen loopbaan. Wie een ontwikkeladvies aanvraagt, krijgt een aantal individuele gesprekken met een loopbaanadviseur. Samen kijkt u dan naar uw huidige werk, naar wat u kunt en leuk vindt, en waar in de toekomst banen voor u te vinden zijn. De loop-

baanadviseur kan u ook helpen om uw nieuwe plannen in gang te zetten. Het ontwikkeladvies is voor de deelnemer gratis. De loopbaanadviseur vraagt de subsidie aan. Er is ook een potje voor leidinggevers die hun werknemers willen ondersteunen bij hun loopbaanwensen.

Contact

Als u gebruik wilt maken van het Ontwikkeladvies 45plus zoek dan contact met Rooskleurig Coaching Uithoorn, Rose-Marie Lucas, Noloc erkend loopbaanadviseur. Bij haar hebben inmiddels tientallen 45plussers een ontwikkeltraject naar tevredenheid doorlopen en regie genomen over hun eigen loopbaan! Rose-Marie: “Het is écht een kans om je loopbaan nieuw leven in te blazen: de boel even op te schudden. Het geeft veel inzicht en bewustwording over je werk!” Iets voor u? Zie www.rooskleurigcoaching.nl of stuur een WhatsApp naar 06-53135015. Let op: als je al werkloos bent, jouw werk wegens ziekte niet meer kunt doen of met ontslag bedreigd wordt en er al een ontslag/reorganisatie regeling voor je van kracht is, kan je niet deelnemen aan deze subsidieregeling.

Zie de advertentie verder op in deze krant.



Sinds oktober 2018 is in Zijdellwaard het Aziatische fusion restaurant van Jason Hu gevestigd. Onder de bezielande invloed van zijn vader, Hu Shao Ting (eigenaar/grootmeester-chef in de “Chinese Intangible Cultural Heritage Cuisine” en 3-voudig wereldkampioen Chinese Cuisine) van Specialiteitenrestaurant Yu Woah te Amstelveen, volgt Jason zijn vader in diens voetsporen en verwent zijn gasten met Aziatische verrassingen. Wat de keuken van Jason Asian Cuisine zo kenmerkend maakt, ligt in het gebruik van de meest alledaagse ingrediënten om een smaak te creëren die het ‘gewone’ overstijgt. Om u inzicht te geven in de oudste culinaire keuken ter wereld, zal ik u in een aantal columns vertellen over de wondere wereld van Aziatische gerechten.

Raak geïnspireerd door deze eeuwenoude traditionele keuken

Door zijn enorme uitgestrektheid en oeroude culinaire erfenis kan China zich beroemen op een keuken die qua variatie en rijkdom haar weerga niet kent. Met een grondgebied dat varieert van vruchtbare delta’s tot dorre woestijnen, van woestte bergstreken tot rijke kuststroken; en met klimaten van de subtropen tot de toendra’s, heeft China in de loop der tijd een keuken ontwikkeld met eenzelfde diversiteit van kookstijlen. Iedere streek mag dan haar eigen specialiteiten heb-

ben, gebaseerd op diepgewortelde tradities en lokale producten, toch kan men de keuken gemakshalve indelen in vier hoofdstijlen, die ongeveer corresponderen met de geografische indeling.

De Chinees leeft om te eten en eet om gelukkig te worden. Een goede Chinese kok zorgt er dan ook voor dat zijn gerechten zoveel mogelijk zintuigen prikkelen. Hij geeft zijn creaties poëtische namen als ‘Groot en gelukkig plan’, Twee schatten bij elkaar’ en ‘Gouden manen op een zilveren zee’. Zijn schotels behagen het oog door een feest van vormen en kleuren. De smaak en de samenstelling van zijn gerechten zijn uiterst verfijnd.

2300 Jaar geleden wisten de Chinese vorstenhuizen onder het bewind van Tj’in Sje-hwangti (de eerste Chinese keizer) ook al van (culinaire) wanten. Vaak werden aan het keizerlijk hof grote banketten gehouden, waarbij overdaad en het exotische eerder regel dan uitzondering waren. Op het menu van een dergelijk feestelijk banket vond men regelmatig de volgende gerechten:

- Gevulde luipaardfoetus, paté van miereneitjes, ragout van berenklauwen, dun gesneden reerug met citroenmelisse, plakjes gedroogd hertenvlees, lampreipastei, speenvarken gefarceerd met jujubes, in klei gebaden en daarna twee dagen

gestoofd, in azijn geconserveerd slakkengehakt, gevuld jong everzwijn in een saus van gehakt en zuring, gekruide fazanten- en hazenbouillon met waterkastanjes, paddenstoelen en bamboespruiten, schildpad, lippen van apen, gegrild vlees van de das, staart van ijsvogels, olifantspoten, staart van de Yak, kuit van de steur, de rug van de grote haai, buik van de zeelt, slangen-vlees, vislippen, vogelspeeksel, rattenembryo’s en oogballen van schaa of geit.

De Chinese keuken is een veelzijdige keuken. Door de grootte van het land en als gevolg daarvan de aanwezigheid van vele volkeren met hun eigen culturen, klimatologische afhanke-lijkheden en regionale voedselbronnen, kan men niet spreken van één “keuken”. Wel zijn er gemeenschappelijke factoren in de verschillende regionale keukens die het mogelijk maken te spreken over een Chinese keuken.

Voedsel is in de Chinese keuken niet enkel een zaak van eten. Ook moet het voedsel mooi gepresenteerd worden en een goede combinatie vormen van de basissmaken. De gerechten mogen niet overweldigend zijn in geur of smaak.

De basisingrediënten zijn granen, rijst in het oosten, gierst en tarwe in het Noorden. Deze worden gegeten als pasta’s, puur, pap of in deegvorm. Vetten, zowel dierlijk (eend, kip, varken) als plantaardig (sesam, pinda) worden gebruikt om de granen meer smaak te geven. Taugé (sojascheuten) en lente-uen vormen de belangrijkste groenten.

De belangrijkste kookmethodes zijn

- koken
- bakken
- roerbakken
- stomen
- frituren

De belangrijkste smaakgevers zijn

- vijfkruidenpoeder
- sojasaus
- gember

- koriander
- knoflook
- oestersaus
- hoisinsaus
- ve-tsin
- suiker
- chilipepers

De Chinese keuken kan opgedeeld worden in 4 zones

De noordelijke Beijing- en Shandongkeuken en de Mongoolse keuken. Deze worden gekenmerkt door het gebruik van schapenvlees. De verfijnde Pekingkeuken is de voormalige keizerlijke keuken, ook wel Mandarijns genoemd. De belangrijkste landbouwproducten hier zijn rijst, tarwe, maïs, sesamzaad, sorghum (een gras-soort), Chinese kool, selderie, lente-ui en komkommer. Deze noordelijke keuken gebruikt voornamelijk rijst, gierst, sojabonen en perziken.

De westelijke Chuan-keuken wordt gekenmerkt door sterk gekruide gerechten en door het veelvuldig gebruik van rundvlees. In de gerechten van deze streek zitten vaak chilipepers en Szechuanpeper.

De zuidelijke Yue-keuken met zoetzure accenten, waardoor smaak en sappigheid van vlees en groenten bewaard blijven.

De oostelijke keuken waarvan de Sjanghai-keuken de bekendste is, wordt gekenmerkt door granen zoals rijst en tarwe en de zeevruchten zoals garnaal en krab. De keuken hier heeft een zoete toets. Andere belangrijke ingrediënten zijn rijstwijjn en zoete bonenpasta. Shanghai heeft de meeste uitheemse invloeden gehad op zijn keuken, waardoor in Shanghai gebak en koude voorgerechten gegeten worden.

De oorspronkelijke Chinese keukens zijn door migratie over de hele wereld verspreid en hebben zich in vele landen aangepast aan beschikbare grondstoffen en smaak van de lokale bevolking.

In een volgend artikel zal ik voor u de geheimen van de Chinese keuken verder uitdiepen en toelichten.

Bloemenevenement op 15 en 16 juni Aalsmeer Flower Festival wordt een feest voor alle zintuigen

Aalsmeer - Zaterdag 15 en zondag 16 juni wordt in bloemendorp Aalsmeer de zesde editie van Aalsmeer Flower Festival gehouden. Het evenement verbindt bloemen met kunst en cultuur en laat bezoekers op twee locaties kennismaken met verrassende bloemsierkunst. Aalsmeer Flower Festival is een cultureel dagje uit tussen de bloemen. Tijdens het evenement laten bloemdesigners fantastische creaties zien met verse snijbloemen en planten. De levendige kleuren, de inventieve presentaties en de combinatie met natuur, kunst en muziek zorgen voor een vrolijke dag uit voor jong en oud. Onder het thema ‘Flora’s Finest’ worden de nieuwste trends in bloemdesign getoond. In museum de Historische Tuin (Praamplain 1) komen onder leiding van arrangeur Elize Eveleens tal van bijzondere projecten. Moderne bloemsierkunst vloeit hier samen met een natuurlijke omgeving. Kunstenaarsduo AlexP maakt bezoekers onderdeel van een kunstwerk. In de veilingzaal is een bloemenshow vol inspiratie van Flower Circus en worden veilingen gehouden. Atelier Steengoed toont bloemrijke kunst. Ook kunnen bezoekers lekker uitblazen bij Het Tuin-

huis. De andere locatie is het Flower Art Museum (Kudelstaartseweg 1, tegenover de watertoren). Onder leiding van arrangeur Marloes Joore gaat bloemsierkunst hier een spannende verbinding aan met beeldende kunst. Op het buitenterrein zijn workshops voor kinderen en volwassenen, demonstraties, bloemige snacks en een kinderspeurtocht. Ook de toekomstige attractie FloriWorld presenteert zich.

Live muziek en watertaxi’s

Op beide locaties is er live muziek. Bezoekers kunnen gratis gebruik maken van de watertaxi’s die over de Westeinderplas-sen varen tussen de twee locaties. Ook rijdt er een pendelbus. Aalsmeer Flower Festival is 15 en 16 juni van 11.00 tot 17.00 uur. Tickets zijn het hele weekend geldig en kosten € 10,- aan de deur of € 7,50 in de voorverkoop. De online voorverkoop loopt nog t/m 14 juni. Voor kinderen t/m 14 jaar is de entree gratis. Voor parkeren wordt geadviseerd gebruik te maken van het parkeerterrein aan de Dreef in Aalsmeer. Er zijn ook fiets- en wandelroutes tussen de locaties beschikbaar. Meer informatie: www.aalsmeerflowerfestival.nl.





Lijf & gezondheid

Lees je fit!



facebook.com/LijfGezondheid

Bewegen

Voeding

Psyche

Medisch | Zorg

Uiterlijk

juni 2019

Wat is glucose en waarom is het zo belangrijk?

Wat is glucose nu precies? Glucose is een koolhydraat. Ons lichaam is in staat om glucose uit suikers en zetmeel te halen. De glucose komt dan in ons bloed terecht. De weefsels (vooral de spieren) nemen deze glucose dan weer op en verbranden die. Glucose is de brandstof waardoor ons lichaam kan presteren. Het is dus een onmisbaar product voor ons voortbestaan, evenals bijvoorbeeld water en zuurstof.

Glucosewaarden en het belang daarvan

Met een glucosemeter kunt u uw glucosewaarden bepalen. Als u nuchter bent, zal de glucosewaarde in het lichaam erg laag zijn. Na het eten van een maaltijd met koolhydraten neemt de hoeveelheid bloedglucose relatief snel toe. Dat gaat door tot ongeveer 1 of 2 uur na de maaltijd. Als de glucosewaarde in het bloed is gestegen, zorgt het hormoon insuline in het bloed dat de glucose snel door het lichaam wordt opgenomen. Op die manier worden de normale glucosewaarden weer snel bereikt. Er is ook een hormoon dat ervoor zorgt dat er weer glucose uit de weefsels wordt opgenomen als het gehalte in het bloed te laag wordt. Dit hormoon heet glucagon. Bij de gezonde mensen zorgt het lichaam ervoor dat de molaire waarde van glucose in het bloed tussen de 4 en 8 mmol per liter bedraagt.

Verstoring van de glucosewaarde in het bloed

Een van de meest voorkomende chronische ziekten is diabetes. Deze volksziekte komt voor als type 1 en type 2. Bij type 1 maakt de

schildklier in het geheel geen insuline aan. De oorzaak van dit foutje in het lichaam is nog onbekend. De patiënt moet in dat geval door injecties of een insulinepomp dagelijks voldoende insuline krijgen toegediend om de glucosewaarde op een juist niveau te houden. Bij diabetes type 2 wordt er te weinig insuline aangemaakt. Vaak is het mogelijk met medicijnen een normaal leven te leiden. De oorzaak van type 2 is ook nog niet duidelijk, maar lijkt wel samen te hangen met een ongezonde levensstijl.

Een te laag bloedsuikergehalte oftewel hypoglykemie

Bij diabetes, ook wel suikerziekte genoemd, ontstaat meestal een probleem met een te hoge glucosewaarde in het bloed. Maar door de ontregeling van het bloedsuikergehalte kan er ook een te lage waarde ontstaan. Dan is het van belang om snel glucose aan het bloed toe te voegen. Normaal gesproken zit glucose niet als zodanig in onze voeding. Het ontstaat door de spijsvertering in ons lichaam. Maar u kunt wel glucosestroop maken of het direct eten. Het wordt dan dextrose of druivensui-

ker genoemd. Als u last heeft van hypoglykemie is het verstandig altijd een voorraadje glucose beschikbaar te hebben voor direct gebruik. Het grote belang van meten van de glucosewaarde. Het meten van de glucosewaarde van het bloed is iets dat diabetes type 1 patiënten dagelijks doen. Ook voor type 2 patiënten is het verstandig om de bloedglucose regelmatig te testen. Indien de molaire waarde buiten de normale glucosewaarden ligt, brengt dit schade toe aan het lichaam. Hoe langer de waarden afwijken, hoe ernstiger de schade kan worden. Als het gaat om het op de juiste wijze meten van de glucosewaarde kunt u terecht bij uw huisarts of andere specialisten op medisch gebied. Zij kunnen u ook alles vertellen over de betekenis van de metingen die u doet.

Het gebruik van glycogeen in het lichaam

Het lichaam kan maar een beperkte hoeveelheid glucose opslaan. Dit gebeurt in de lever. De stof die daar wordt bewaard noemt men dan glycogeen en niet glucose. Als het lichaam snel energie nodig heeft, bijvoor-

beeld in een nood-situatie wordt deze hoeveelheid aangesproken. Normaal gesproken hebben gezonde mensen een voorraad glycogeen die voldoende is voor een uur sporten.

Bij diabetes kan ook deze voorraad in de lever te laag worden. Het lichaam kan dan gedurende een korte periode glucose maken uit eiwit of vet. Dit gebeurt met behulp van stresshormonen zoals adrenaline en cortisol. Dit is niet goed voor het lichaam. Voor extra inspanningen die een diabetespatiënt dus zeker te zijn dat de bloedsuikerspiegel in orde is.

Symptomen van diabetes

Diabetes type 1 wordt vaak snel ontdekt omdat de symptomen zeer heftig zijn en de patiënt raakt op den duur bewusteloos. Diabetes type 2 wordt ook wel een sluipmoordenaar genoemd omdat de symptomen vaak niet erg duidelijk zijn of niet herkend worden. Vaak is een test van het bloed noodzakelijk en ook in dat geval is de uitslag vaak niet eenduidig. De meest duidelijke aanwijzingen voor diabetes type 2 zijn

- veel voorkomende vermoeidheid
- problemen met de ogen, zoals branderigheid en slecht, wazig of dubbelzien
- slecht genezende wonden
- tintelende handen en voeten/minder of geen gevoel meer in de voeten
- kortademigheid

Ga bij twijfel even langs bij uw huisarts voor een bloedtest. Een normale bloedsuikerspiegel is belangrijk voor een gezond lichaam.

Bron: Bloeddrukmeterswebshop.nl

Verder in deze uitgave:



Je vetverbranding weer op gang krijgen



Geitenkaas maaltijdsalade



Botox als middel tegen depressie

RECEPT

Geitenkaas maaltijdsalade

Ingrediënten per persoon:

1 wortel	3 theelepels azijn
1/2 rode ui	1 theelepel honing
1 plak geitenkaas	Zout (naar smaak)
2 eetlepels pijnboompitten	75 gram (gemengde) sla
1,5 eetlepel mayonaise	Zwarte peper (naar smaak)
1 theelepel mosterd	Nog 2 theelepels honing

Bereidingswijze:

Rasp de wortel en snipper het halve rode uitje fijn. Doe dit in een kom. Zet de heteluchtoven op 150 graden Celsius en haal het rooster er uit. Leg een stuk bakpapier op het rooster en leg daar het stuk geitenkaas op. Als de oven warm is, doe je dit op het rooster in de oven. Laat de kaas maximaal 20 minuten in de oven warm worden.

Doe in de tussentijd de pijnboompitten in een pan en zet het vuur zachtjes aan. Houd ze tussendoor goed in de gaten, anders verbranden ze! Doe de mayonaise, mosterd, azijn en honing in een bakje, roer het door elkaar en breng het op smaak met wat zout. Schep de dressing door de wortel en ui heen. Snijd de tomaat in blokjes en schep dit voorzichtig door de wortel, ui en dressing heen.

Check je pijnboompitten en schud ze om!

Was de sla en maak de sla droog in een slacentrifuge. Leg de sla vervolgens op een bord. Check je pijnboompitten en schud ze om!

Doe over de sla het 'prakje' met wortel, ui, tomaat en de dressing. Leg daarop de plak geitenkaas. Strooi er vervolgens wat (versgemalen zwarte) peper overheen.

Check je pijnboompitten en schud ze om! Zijn ze bruin? Doe dan 2 theelepels honing bij de pijnboompitten in de pan. Roer het geheel door en doe dit over de geitenkaas en de rest van de salade.

Tadaaaa, eet smakelijk!
www.combivitaal.nl



Positieve leefstijlverandering

Mijdrecht - SLIMNESS heeft weer een nieuw certificaat behaald. In deze masterclass stond positieve leefstijl verandering centraal. Een positieve leefstijl verandering levert mensen veel op: gezondheid, energie en vitaliteit. De gedragsverandering die hiervoor nodig is, blijkt voor veel mensen een flinke uitdaging. SLIMNESS biedt nu alle handvatten om een leefstijlverandering uit te lokken en mensen daarbij te ondersteunen en te begeleiden naar een gezonde(re) leefstijl.

Tijdens de masterclass kwamen onder meer de volgende onderwerpen aan bod:

- hoe staan we er in Nederland voor?
- leefstijl als onderdeel van positieve gezondheid;
- motivatie voor leefstijlverandering;
- redenen om wel/niet te veranderen;
- uitdagingen bij leefstijlverandering;
- bijzondere doelgroepen: mensen die over weinig gezondheidsvaardigheden beschikken.

Gezond zijn en gelukkig voelen zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Mensen die gelukkig

zijn ervaren een gevoel van tevredenheid, plezier, vreugde en liefde. Zij ervaren relatief meer positieve dan negatieve emoties en ze evalueren hun leven positief. Ongelukkige mensen bewegen minder, eten ongezonder en roken meer. Het is dus niet alleen "afvallen" maar het is zoveel meer dan dat! We weten allemaal dat een gezond gewicht (BMI) veel ziektes kan voorkomen. Wanneer je met afvallen bezig bent zal je uiteindelijk ook beter slapen, meer conditie hebben, lekker in je vel zitten, jezelf accepteren, vrolijk zijn, meer kennis van gezondheid hebben, je grenzen kennen etc.

Wil jij je leefstijl veranderen en daarbij de rest van je leven op gewicht blijven? Dan moet je heel kritisch naar jezelf kijken en daar kan SLIMNESS jou bij helpen! Neem daarom nu de stap naar een gezondere leefstijl en neem contact op met SLIMNESS. Mail info@slimness.nl of bel 0297-765027. Liever in een groep? De groepen starten weer na de zomer op 18 september. Opgeven doe je via de website www.slimness.nl. Op zaterdag 14 september tussen 09:00 en 14:00 uur heeft SLIMNESS weer een open dag.

Ontdek de impact van voeding

Wist jij dat je darmproblemen, instabiele bloedsuikers, emotionele disbalansen of een burn-out met voeding kunt verbeteren?

Kennis over voeding voor het hele gezin zorgt ervoor dat jij en je gezin meer energie hebben.

Verkrijg de juiste kennis zodat je zelf gezonde voeding kunt bereiden die je nodig hebt.

Maak een afspraak voor een persoonlijk advies:
annette@fysikosvoeding.nl

Kies voor een gratis quickscan

Lees meer op www.fysikosvoeding.nl

Ontdek wat de impact van voeding kan zijn

Regio - Veel mensen hebben regelmatig gezondheidsvragen. Gebeurt het jou ook wel eens dat je je afvraagt of je jouw darmen, instabiele bloedsuikers en emoties met andere voeding beter onder controle kunt houden?

Wil jij weten of voeding bij een burn-out een sneller herstel kan geven? Voeding kan vaak een grotere bijdrage leveren dan veel mensen denken. Over voeding wordt veel geschreven, waardoor ik vaak hoor dat mensen soms door de bomen het bos niet meer zien.

Kennis

Krijg kennis over wat eiwitten, vetten, vitamines en mineralen voor je doen en hoe je dit kunt eten. Dan kun je zelf op basis van ken-

nis en gegevens de juiste voeding maken. Je leert het lekker, leuk en praktisch te maken met voldoende mogelijkheden om te variëren. Krijg de juiste handvatten zodat je op basis van kennis voeding in de winkel kunt kiezen en weet hoe je die kunt maken.

Afspraak

Maak een afspraak voor een gratis quickscan waarin ik je inzichten geef in je persoonlijke eetgewoonten. Hoe zit het met je eiwitten, vetten en mineralen? Hoeveel triggers gebruik je voor je darm en hoe los je dat op? Op basis van gerichte vragenlijsten stel ik een persoonlijk advies samen. Stuur een e-mail naar annette@fysikosvoeding.nl en geef aan welk onderwerp voor jou interessant is.

Gewichtsconsulent & Bewegingscoach

AFVALLLEN IN GROEPSVERBAND

START 18 SEPTEMBER

OPGEVEN VIA DE WEBSITE! 1^e GROEP 19.00 UUR, 2^e GROEP 20.30 UUR

SLIMNESS is aangesloten bij de BGN.
Dit houdt in dat de kosten van deze cursus door meerdere zorgverzekeraars vergoed worden!

info@slimness.nl | 0297-765027
Bozenhoven 19 | Mijdrecht

www.slimness.nl

Bekend van:

HUID

Périne... dat is andere huid

Een uniek winkelconcept dat nog niet in Nederland bestaat wordt vanaf 22 juni in Mijdrecht een feit. Op deze dag opent Instituut Périne aan de Genieweg nummer 8 de deuren van haar vernieuwde Skin Store, evenals het bekendmaken van de aangepaste bedrijfsnaam. Wij zouden ons vereerd voelen als u de honneurs van de officiële opening zou willen waarnemen.

Périne

Eigenaresse Périne Heerrooms is sinds 1992 als ondernemer in de beautybranche actief in de gemeente Ronde Venen en wordt door haar vakgenoten in Nederland gezien als vooruitstrevende en trendsettende ondernemer. Met haar beauty-instituut Périne is zij inmiddels een begrip in de weide omgeving van Mijdrecht op het gebied van natuurlijke huidverbetering. Ze wordt dan ook gevolgd door vele andere beauty-bedrijven.

Périne Skin Store

Périne Skin Store is een winkel waar mensen uit de gemeente Ronde Venen en omgeving naar toe zullen komen voor alles op het gebied van natuurlijke huidverbetering. Daar stappen zij even uit de hectiek van alle dag om in een ontspannen ambiance verrast te worden door producten die op verschillende manieren bijdragen aan een betere huid. Dit zijn niet alleen skin care producten waarmee thuis de huid verzorgd kan worden, maar ook producten die bijdragen aan een leefstijl die

zorgt voor meer vitaliteit en ontspanning en dus een betere huid.

Bewust assortiment

Om voor de Skin Store het beste assortiment samen te stellen wordt de hele wereld overgereisd en worden vele (vak)beurzen bezocht. Alle producten zijn uiterst zorgvuldig geselecteerd op hun bijdrage aan een betere huid én hun bijdrage aan een betere wereld. Dit kan zijn vanwege het milieuvriendelijke productieproces en duurzame gebruik of vanwege de goede doelen die gesteund worden met de verkoop ervan.

Samenwerken maakt sterk

Ook voor ondernemers uit de regio met producten die tot deze categorie behoren heeft Périne een plaatsje gereserveerd in haar Skin Store. Zij gelooft namelijk in het succes van het bundelen van krachten in de retail om zo elkaars reikwijdte te vergroten. Daar wordt door deze ondernemers enthousiast op gereageerd en gebruik van gemaakt.

Welkom

Mijdrecht, gemeente Ronde Venen, heeft de Nederlandse primeur op zaterdag 22 juni. Na de feestelijke officiële opening is er vanaf 11.30 uur een gezellige inloop is volop verrassingen.

Genieweg 8, 3641 RH Mijdrecht
Tel. (0297) 273121
www.perine.nl

MEDISCH

Wat is myopie?

Myopie, oftewel bijziendheid, is een oogafwijking waarbij het zicht op afstand onscherp is. Dit komt voor bij kinderen vanaf zes jaar die veel computeren, veel op hun mobieltje of tablet kijken of intensief lezen.

De ogen zijn dan ingesteld op een punt dichtbij waardoor de ontwikkeling van het zien in de verte achterblijft. Als kinderen myopie ontwikkelen is het belangrijk dat dit op tijd wordt gesignaleerd, want dan is het nog goed te behandelen met een min-bril of contactlenzen.

Wat je er zelf aan kan doen is de '20-20-2'-regel toepassen. Na 20 minuten dichtbij kijken, 20 seconden ver weg kijken. De 2 staat voor 2 uur buiten spelen. Mocht u hierover vragen hebben dan kunt u mailen naar e.roorda@opsisoogziekenhuis.nl.

Elianne Roorda heeft ruime ervaring op het gebied van orthoptie en optometrie. Zij werkt op woensdag en vrijdag bij Opsis Oogziekenhuis in Alkmaar. Voor algemene informatie: opsisoogziekenhuis.nl, of bel 088-6649674.



PÉRINE
SKIN STORE
OPENT HAAR
DEUREN,
KOM JE OOK?



OP ZATERDAG 22 JUNI

OPENT

het totaal nieuwe, unieke en onderscheidende winkelconcept Périne Skin Store haar deuren.

Dé conceptstore met een uitgelezen selectie van beauty & lifestyle musthaves die allen bijdragen aan een gezondere, betere huid én een betere wereld.

Je bent van harte welkom om kennis te maken met the ultimate customer experience in een oase van skin essentials.

Vanaf 11.30 uur - 16.00 uur is er een gezellige inloop volop verrassingen en openingsacties

SKIN STORE *Périne*
DAT IS ANDERE HUID

THERAPIE

Kwalitatief beter leven door Shiatsu

Paula Andersen vertelt mij graag waarom zij iedereen Shiatsu therapie bij Petra van der Knaap gunt, maar eerst wil ik weten: Waarom ben jij naar Petra gegaan?

'Mijn halve gezicht, van mijn achterhoofd tot aan mijn neus, voelde net of ik een verdoving bij de tandarts had gehad. Mijn mondhoek hing een beetje en ik had een raar gevoel in mijn hoofd. Uiteraard heb ik allerlei onderzoeken gehad, maar daar kwam niets uit. In het reguliere circuit kon ik alleen nog medicijnen krijgen, verder wisten ze het niet meer. Toen las ik het stukje van Petra in de krant en hoopte dat zij mij zou kunnen helpen.' Paula oogt fit, haar bijna 70 jaar is haar niet aan te zien en van verlammingachtige verschijnselen is helemaal niets meer te vinden. Nu, na een jaar, heeft ze nergens last meer van. Enthousiast gaat ze verder: 'De behandeling bestaat uit drukpuntmassage waarbij Petra lichte druk uitoefent op energiepunten. Geen gekneed of pijnlijke oefeningen, dus in principe geschikt voor iedereen, en je hebt gewoon je kleren aan.'

Wat is Shiatsu eigenlijk?

Shiatsu is een traditionele Chinese behandelwijze waarbij met lichte druk op het lichaam blokkades of stagnaties in energiebanen worden opgelost. Drukpunten zitten niet altijd op de pijnlijke plek zelf. Het kan zijn,

bijvoorbeeld bij hoofdpijn, dat alleen de benen worden behandeld. Maar ook op het mentale vlak kan Petra helpen, want emoties kunnen ook stagnaties in het lichaam veroorzaken. Door het opheffen van de blokkades kunnen angsten, boosheid en verdriet bijvoorbeeld een stuk minder worden, waardoor er een significante verbetering is in de kwaliteit van het leven. De energiebanen stromen dan beter door waardoor het niet blijft 'hangen.'

Voor iedereen geschikt

Voor wie zouden deze behandelingen het beste zijn, vraag ik aan Paula: 'Voor iedereen. Echt waar... Mensen hebben tegenwoordig bijna allemaal stress, of zijn zwaar vermoeid. Dan is Shiatsu ideaal omdat het naast ontspannend ook preventief werkt. Bovendien kan Shiatsu helpen bij zware hormonale klachten, of onverklaarbare pijnen. Vaak kunnen deze, deels, of soms helemaal verholpen worden, dit verschilt wel per persoon. Mijn overtuiging is dat iedereen aan de Shiatsu zou moeten omdat het de maatschappij enorm veel medische kosten bespaart.'



Frequentie van de behandelingen

Paula legt uit wat er in eerste instantie gebeurt: 'Petra begint met een uitgebreid intakegesprek en brengt alle klachten in kaart. De eerste paar weken kom je elke week voor een behandeling, daarna zit er meer tijd tussen de behandelingen. Men kan, als de klachten verminderd zijn of helemaal

weg zijn voor onderhoud blijven komen.' Op de website van Petra, www.sanbaopraktijk.nl staat veel meer informatie. Ook uitgebreide beschrijvingen van de behandelingen of wat u kunt verwachten. De kosten worden grotendeels vergoed door de meeste zorgverzekeraars omdat zij aangesloten is bij beroepsvereniging Zhong.

DE KELDER
IS WEER
OPEN

VEEL
KORTINGEN

25%
50%
75%

Volop koopjes
bad-strand-lingerie
en onderkleding

Extra aandacht
voor de heren:

ONDERGOED
TOT 75% KORTING

Speciaalzaak • Corsetterij • Lingerie • Badmode • Borstprotheses

Mirande lingerie

Schans 1 - 1421 BA Uithoorn
Tel. 0297-564106 E-mail mircors@xs4all.nl
f Mirande Lingerie

maandag gesloten
dinsdag t/m vrijdag 9.30-17.30 uur
zaterdag 9.30-17.00 uur
Voldoende gratis parkeerplaatsen

SAN BAO
PRAKTIJK

SHIATSU
MASSAGE
THERAPIE



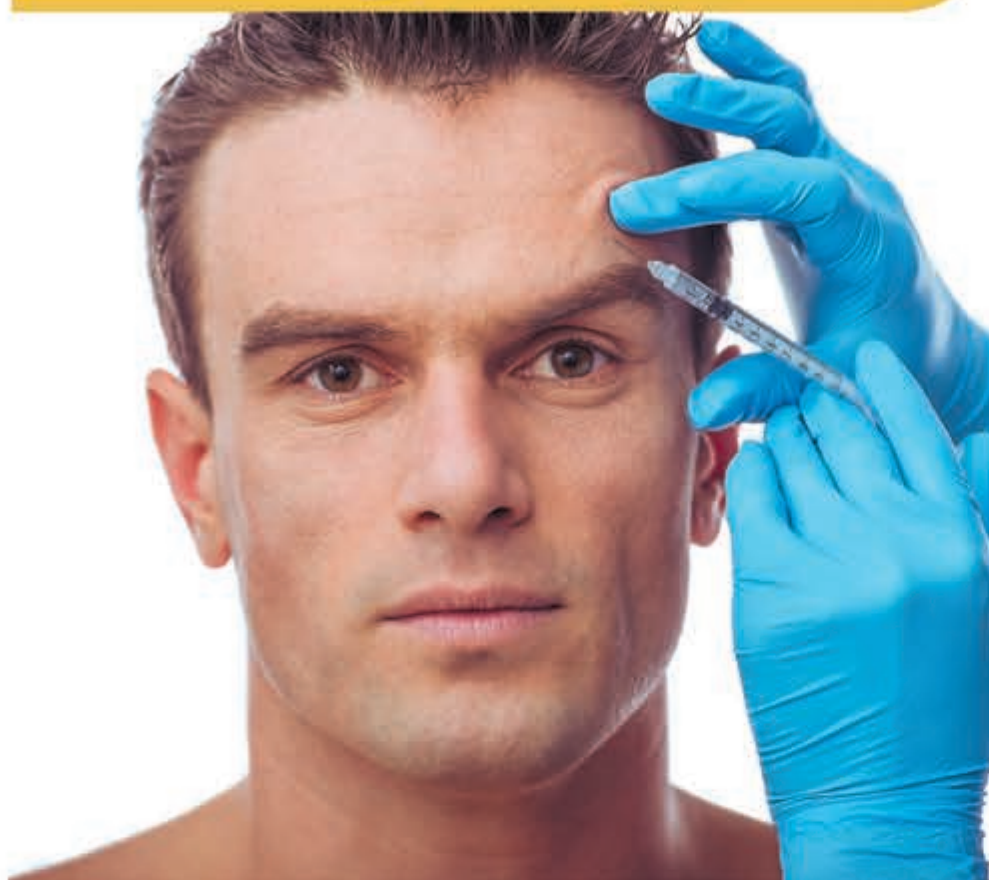
Shiatsu therapie is een effectieve behandeling voor veel klachten zoals hoofdpijn, slapeloosheid, overgangsklachten, menstruatieproblemen (pijn en/of heftig bloedverlies), vermoeidheid, burn-out, stress, pijn in rug, schouder, nek of andere pijnklachten, darmklachten en emotionele problemen. Shiatsu versterkt uw weerstand en is zeer ontspannend. Het geeft uw lichaam een echte oppepper!

De behandeling wordt door de meeste zorgverzekeraars vergoed.

Kijk voor meer informatie:

www.sanbaopraktijk.nl of bel 06 1528 0701

Botox als middel tegen depressie



Botox wordt voornamelijk gebruikt voor cosmetische doeleinden: het tegengaan van rimpels in het gezicht. Onderzoekers hebben ontdekt dat het ook een effectief middel is tegen depressie.

Aan het onderzoek namen 30 chronisch depressieve patiënten deel. De deelnemers werden verdeeld in 2 groepen; 15 patiënten ontvingen een injectie met botox en de andere 15 patiënten ontvingen een injectie met placebo (zoutoplossing). Zowel behandelaar als patiënt waren niet op de hoogte over de inhoud van de injectie. Bij mensen die de botox geïnjecteerd hadden gekregen werden na twee weken al positieve resultaten gevonden, en na 6 weken waren de depressie symptomen met gemiddeld 47,1% afgenomen. Bij de andere groep waren amper verbeteringen te zien. Deze bevindingen zijn inmiddels ook gezien in 5 andere grote wetenschappelijke studies waar in totaal 194 patiënten aan deelnamen (Parsaik et al., 2016)

Reden om het onderzoek te starten was voor de wetenschappers de signalen van cliënten die na een botox behandeling aangaven beter gehumeurd te zijn. Botox verlamt de zenuwen die de gelaatsspieren aansturen: de (boze) frons verdwijnt. De studies lijken het idee te bevestigen dat gezichtsuitdrukkingen er niet alleen zijn om emoties op andere over te brengen, maar belangrijk zijn voor de geëmotioneerde persoon om eigen gevoelens te identificeren en te ervaren.

Weinig bijwerkingen

De behandeling heeft volgens de artsen relatief weinig bijwerkingen en is efficiënt. Een spuitje heeft meerdere maanden effect in tegenstelling tot antidepressiva die dagelijks ingenomen dienen te worden

Saskia Bouwens



en waarbij de kans op bijwerkingen relatief groot is.

Worden de kosten vergoed door de zorgverzekering?

Behandelingen van botox tegen overmatig zweten en bijvoorbeeld migraine worden, afhankelijk van de specifieke situatie, vergoed. De behandeling tegen depressie, waar dit artikel over handelt, staat nog in de kinderschoenen. Kijk in de polis van uw zorgverzekering of een botox behandeling voor therapeutische toepassingen een optie is, en informeer naar de mogelijkheden voor een vergoeding. Een positieve referentie van een bevoegde behandelaar kan helpen de verzekering te overtuigen van de medische noodzaak van de behandeling.

Indien u meer wilt weten, neemt u dan contact op met Saskia Bouwens, MSc. [Specialist Wet BIG], tel. 06-37611599, info@sbcare.nl

OVER DE AUTEUR

Saskia Bouwens • Klinisch expert
Castricum
www.sbcare.nl



Testpersonen gezocht voor meest complete hooroplossing ter wereld. Gratis en vrijblijvend

Oorwerk is wederom geselecteerd om de nieuwste hoortechniek van Signia, leverancier van Siemens hoortoestellen, in de praktijk te testen. Hiervoor zijn we op zoek naar mensen die reeds een hoortoestel dragen maar ook naar mensen die merken dat hun gehoor tekort schiet en daar iets aan willen veranderen.

Wilt u als eerste kennis maken met de nieuwste hoortechnologie?

Het nieuwe hoortoestel zorgt volgens klinische studies voor het beste spraakverstaan in gezelschappen en zorgt voor een aanzienlijke vermindering in de luisterinspanning. Verder is er naast de directe koppeling met uw smartphone ook een mogelijkheid om uw toestel door de audiciens op afstand bij te laten stellen.

Uw medewerking is belangrijk.

Nieuwe technieken zo goed mogelijk laten aansluiten op ieders wensen en behoefte; dat is waar Oorwerk naar streeft. En daar kunt u een bijdrage aan leveren. In de praktijktest wordt u dan ook gevraagd om diverse luistersituaties te beoordelen in direct contact met uw audiciens.

Neem nu contact op met onze gecertificeerde audiciens voor meer informatie.

Oorwerk Uithoorn

Schans 2
1421 BB Uithoorn
T: 0297 520 100
E: uithoorn@oorwerk.nl

Oorwerk Aalsmeer

Stationsweg 2
1431 EG Aalsmeer
T: 0297 320 478
E: aalsmeer@oorwerk.nl

Bij: Ed Kriek Optiek



Hearing
Systems

SIEMENS



Openingstijden: zie www.oorwerk.nl

voorlichtingsavond artrose aan de schouder



Fanne Scheerder
Orthopedisch Chirurg

Ervaart u al lange tijd klachten aan de schouder? Deze klachten kunnen het gevolg zijn artrose aan de schouder.

Als orthopedisch chirurg en schouderspecialist bij Annatomie mc Amsterdam-Amstelveen ben ik gespecialiseerd in de behandeling van deze artroseklachten. Op de voorlichtingsavond op donderdag 20 juni vertel ik u over de oorzaak van artroseklachten aan de schouder, hoe u voorkomt dat ze verergeren en hoe ze te verhelpen zijn met zowel niet-operatieve als operatieve behandelingen of door het plaatsen van een schouderprothese.

Meld u aan op www.annatommie.nl/evenementen of bel met 088 022 0600. Deelname is gratis. Ik ontvang u graag bij Annatomie mc Amsterdam-Amstelveen.

Donderdag 20 juni
18.30 - 20.30 uur
deelname is kosteloos

Annatomie mc Amsterdam-Amstelveen
Burgemeester Haspelslaan 131
1181 NC Amstelveen



annatomie mc
voor orthopedie en beweging

de medisch specialist in beweging

Je vetverbranding weer op gang krijgen

Meer dan de helft van de vrouwen boven de 50 worstelt met overgewicht (zeggen de statistieken) en ik krijg regelmatig mails van vrouwen die me bijna in paniek schrijven: "Marjolein, help! Ik eet minder en beweeg meer maar ik val niet meer af! Wat moet ik doen?" Ik leg het je uit. Zet je schrap want mijn verhaal is anders dan wat je altijd te horen hebt gekregen.

Marjolein Dubbers



Richt je focus op méér energie, niet op afvallen

Om te beginnen zeg ik tegen iedere vrouw (of man) die wil afvallen altijd de focus te richten op het krijgen van méér energie, niet op afvallen. Als je focust op méér energie heb je in ieder geval je focus op het verbeteren van je gezondheid. Méér energie vertelt je of je op de goede weg bent. Afvallen wil lang niet altijd zeggen dat je gezond bezig bent: veel vrouwen worden er doodmoe van.

Er wordt vaak gezegd: je moet afvallen om gezond te worden. Ik zeg: je moet éérst gezond worden, dan volgt afvallen bijna altijd als vanzelf (of aankomen als je te mager bent.) Deze twee hebben namelijk veel meer met elkaar te maken dan je denkt.

Er zijn vele redenen waarom je niet kunt afvallen

Laat ik voorop stellen dat er vele redenen kunnen zijn waarom het soms onmogelijk lijkt om af te vallen. De wereld om ons heen vertelt het verhaal dat het makkelijk is: minder eten en meer bewegen. Zo simpel is het absoluut niet. Afvallen is een complex proces omdat ons lichaam een uitermate complex organisme is en ieder lichaam uniek.

In mijn boek Het Energieke Vrouwen Voedingskompas beschrijf ik tien oorzaken waarom iemand niet afvalt ondanks minder eten en meer bewegen. Om er enkele kort uit te lichten:

- Dikmakende bacteriën in je darmen hebben de overhand gekregen (echt waar!)
- Je alvleesklier maakt steeds te veel insuline aan
- Je lever heeft moeite met ontgiften en afvoeren van hormoonverstorende

stoffen die worden opgeslagen in je vetcellen

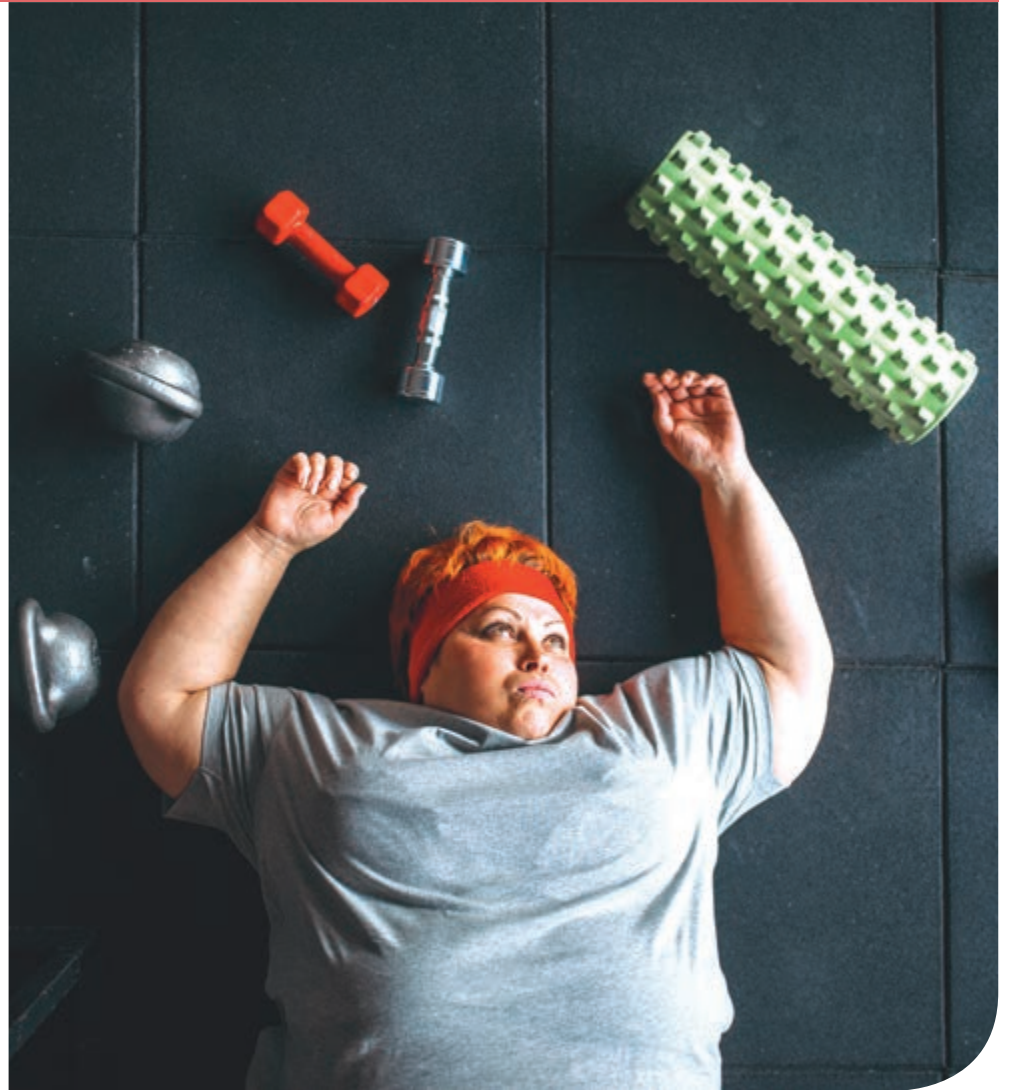
- Je stofwisseling staat als gevolg van jarenlang (crash)diëten in de overlevingsstand en slaat zoveel mogelijk vet op
- Je lichaam mist enkele belangrijke voedingsstoffen die nodig zijn om vetten te verbranden, zoals magnesium en zink
- Je gebruikt medicijnen (denk ook aan de pil) die maken dat je moeilijk kunt afvallen

Vandaag wil ik er een belangrijke aan toevoegen: je valt niet af omdat je je lichaam voortdurend laat branden op glucose in plaats van vetten. Ik ga je dit uitleggen. Het goede nieuws is dat veel van deze oorzaken met één slimme omschakeling verdwijnen als sneeuw voor de zon: de omschakeling van glucoseverbranding naar vetverbranding.

De grootste vijand van de waarheid is een mythe

John F. Kennedy heeft ooit gezegd dat de grootste vijand van de waarheid meestal niet een bewuste leugen is maar een hardnekkig mythe. Als het gaat om afvallen zijn we allemaal gaan geloven in de mythe dat we dik worden van het eten van vetten. Ik heb het ook jarenlang geloofd.

Vanaf de jaren 50 van de vorige eeuw hebben we vetten in de ban gedaan en zijn we nu als mensheid dikker, vermoeider en zieker dan ooit. Overgewicht neemt extreme vormen aan en hart- en vaatziekten zijn nog steeds doodsoorzaak nummer 1. Diabetes type 2 wordt een wereldwijde epidemie genoemd en steeds meer mensen worstelen met chronische ziektes. Hoe kan dit? Dit komt doordat het verhaal dat we dik en ziek worden van het eten van



gezonde vetten een mythe is. Het is onzin. **Je lichaam heeft een natuurlijke aanleg om vetten te verbranden (!)**

Al in de vijftiger jaren ontdekte dr. Alfred W. Pennington, een onderzoeker op het gebied van obesitas, dat het lichaam ongekende hoeveelheden vet kan verbranden. Het vet dat we eten wordt grotendeels gelijk verbrand en gebruikt als energie: ons lichaam heeft een natuurlijk aanleg om vetten te verbranden. Ja, lees deze laatste zin nog maar eens een keer: ons lichaam heeft een natuurlijke aanleg om vetten te verbranden!

Je lichaam kan energie maken van koolhydraten en vetten die je eet. Het verbranden van vetten is echter een veel 'schoner' proces waarbij veel minder vrije radicalen worden aangemaakt. Vrije radicalen liggen ten grondslag aan chronische ontstekingen die op hun beurt zorgen voor chronische ziektes. Daarnaast kan je lichaam van een vetmolecuul meer dan twee keer zoveel energie maken als van een glucosemolecuul. Glucosemoleculen maakt je lichaam aan zodra het zoetigheid of koolhydraten heeft gekregen.

Lees verder op www.lijfengezondheid.nl

OVER DE AUTEUR

Marjolein Dubbers

• Oprichtster Energieke Vrouwen Academie Rosmalen
www.energiekevrouwenacademie.nl

Genieten van de zon

Karin Rutte



Zeker in de zomer moet de huid gedurende de hele dag extra beschermd en verzorgd worden tegen de schadelijke effecten van de zon; van zonsopgang tot zonsondergang. Maar wat is goed beschermen want de zon heeft ook een positief effect op mensen. Warmte en licht zorgen ervoor dat we ons goed voelen.

De zon geeft ook UV-straling af. Hierdoor maakt het lichaam vitamine D aan. Dit is goed voor sterke botten. UV-straling helpt ook bij het verminderen van bepaalde huidziekten zoals psoriasis. De zon kan echter ook schadelijke gevolgen hebben zoals huidveroudering en huidkanker. Zonnebrand zorgt ervoor dat schadelijke UV-straling de huid niet beschadigt en zorgt ervoor dat de huid niet snel verouderd. Voor het beste advies over zonbescherming, afgestemd op jouw huidtype, ga je naar de schoonheidsspecialist. De zon produceert UV-A stralen en UV-B stralen. Van te veel UV-A stralen verou-

dert je huid sneller. Van teveel UV-B stralen, kun je verbranden. Een goed zonnebrandproduct beschermt tegen beide. Hoe hoger de factor, hoe langer de zonnebrand beschermt tegen de schadelijke stralen van zon. Lees in ieder geval goed de verpakking. Het hangt van je huidtype af hoe lang je veilig in de zon kunt zitten zonder zonnebrand. Smeer je in ieder geval in voordat je in de zon gaat liggen. Smeer opnieuw nadat je gezwommen hebt. Een peeling verwijdert de dode huidcellen en zorgt voor een mooiere tint. Hiervoor zijn diverse producten voor thuis verkrijgbaar. Voor een goed product of

een intensievere peeling, bijvoorbeeld microdermabrasie, ga je naar de schoonheidsspecialist.

OVER DE AUTEUR

Karin Rutte • Schoonheidsspecialiste

Caring, praktijk voor huidverzorging Santpoort
www.caringsantpoort.nl

Estate planner Marco Driesprong geeft 24 juni een heldere lezing in Dorpshuis De Quakel

Testament kan veel familieled voorkomen én geld besparen

DE KWAKEL - Er bestaan veel misverstanden over de verdeling van een nalatenschap wanneer één van de twee partners overlijdt. Het merendeel van de vijftigplussers denkt dat de afwikkeling van een erfenis in Nederland prima bij wet geregeld is. Maar niets is minder waar, stelt estate planner Marco Driesprong. Volgens hem kan het opstellen van een testament mensen veel familieled én geld besparen.

"Wie dan leeft, wie dan zorgt", wordt weleens gezegd. Toch kan het leven van een achterblijvende partner na een overlijden, los van alle verdriet en rouw, door het ontbreken van een testament op een regelrecht drama uitlopen. Door diverse wetwijzigingen in de afgelopen decennia, is het vaak onduidelijk hoe het erfrecht nu eigenlijk wettelijk is geregeld. "Met het opstellen van een testament, weten mensen vooraf al precies waar ze aan toe zijn wanneer een dierbare wegvalt", zegt Marco Driesprong.

"Bij verhalen over testamenten, erfenissen en nalatenschappen wordt onterecht vaak gedacht dat het iets is voor vermogende mensen", gaat Marco Driesprong verder. "Binnen de huidige generatie vijftigplussers heeft dan misschien niet iedereen een kapitaal in geld op de bank opgebouwd, een groot deel heeft wel een eigen huis dat (bijna) hypotheekvrij is. Ook dat is vermogen waarover (eventueel) erfbelasting verschuldigd is."

In de wet is inmiddels geregeld dat bij het overlijden van één van de ouders, de overblijvende ouder en de kinderen samen erven. De langstlevende is eigenaar van alle eigendommen en de kinderen zijn weliswaar erfgenaam maar krijgen nog niets in handen. Ze krijgen een soort tegoedbon op de overblijvende ouder.

Aan de hand van een simpel rekensommetje legt Marco Driesprong uit dat bij het ontbreken van een testament, het overlijden van een partner tot een financieel drama voor de achterblijvers kan leiden. "De nog levende partner heeft weliswaar een grote vrijstelling van erfbelasting, maar deze ouder moet de erfbelasting over de erfdelen van de kinderen al wel direct afrekenen. Zo'n acht maanden na het overlijden van een partner ligt de blauwe envelop op de deurmat. Als de erfenis voor het merendeel bestaat uit het huis, hoe ga je dan die erfbelasting betalen?"

Marco Driesprong kent meerdere voorbeelden van mensen die hierdoor in financiële problemen zijn gekomen. "Onnodig familieled, dergelijke schrijnende situaties zijn te voorkomen door het opstellen van een testament. Maar je moet het wel even doen."

Vreemd genoeg is het maken van een afspraak bij een notaris voor veel mensen nog een erg grote stap. Dat ziet Marco Driesprong ook. "Mensen vrezen vaak dat het ze handenvol geld gaat kosten of dat de materie erg ingewikkeld is. En nadenken of praten over een testament is ook niet de leukste bezigheid die je kunt bedenken, dus schuiven ze het opstellen van een testament voor zich uit. Soms té ver."

De Hypotheekadviseur heeft daarom in samenwerking met een groot aantal gerenommeerde notariskantoren een laagdrempelige service ontwikkeld, waarbij op heel persoonlijke wijze een testament kan worden opgesteld. Bovendien blijven de totale kosten inzichtelijk en relatief laag. "Onze adviseur komt bij de mensen thuis om de wensen en verzoeken op te tekenen en vertaalt dit naar een concept-testament in begrijpelijke taal.

Na eventuele aanpassingen gaat de adviseur samen met de klant naar de notaris om het definitieve testament te laten bezegelen. We verlagen niet alleen de drempel naar de notaris, we ontzorgen ook."

Naast een gewoon testament, dat pas na een overlijden in werking treedt, kan ook een levenstestament familiedrama's voorkomen, legt Marco Driesprong uit."

"Stel, één van de twee partners wordt wilsonbekwaam, dan is het niet vanzelfsprekend dat de ander zonder meer kan beschikken en beslissen over de (gezamenlijke) eigendommen. Het is daarom verstandig om bij leven samen een volmacht vast te laten leggen in een levenstestament. Is dat niet het geval, dan zal het er in de praktijk op uitdraaien dat de partner van iemand die bijvoorbeeld door ziekte wilsonbekwaam is geworden ineens voor alledaagse zaken bij de rechter om toestemming moet vragen."

De kosten voor het opstellen van een testament wegen niet op tegen de lasten die mogelijk anders voor rekening van nabestaanden en partners komen", zegt Marco Driesprong tot slot. "Laat staan het onvoorziene leed dat er mee gemoeid kan zijn. Dat wens je niemand toe."

Marco Driesprong geeft een lezing over de noodzaak van een actueel testament en levenstestament. U kunt deze lezing kosteloos bijwonen door u in te schrijven op www.inschrijvenlezing.nl of te bellen met 085 - 8000 140.

Locatie: Dorpshuis De Quakel
Kerklaan 16,
1424 BK De Kwakel
Datum: maandag 24 juni 2019 om 19:30 uur
Inschrijven kan via: www.inschrijvenlezing.nl
085 - 8000 140

deHypotheekadviseur
gewoon lekker wonen!



TE HUUR BOERDERIJBUNGALOW OP DE VELUWE - EPE (GELDERLAND)

LIGGING

Te huur op het fraaie, rustig gelegen bungalowpark Rabbit-Hill-Epe in het bos- en heiderijke Epe/Nunspeet, met zijn vele wandel- en fietspaden.

BESCHRIJVING

Regio : Gelderland/Veluwe
Aantal pers. : 4-6 personen
Type : Boerderij-bungalow
Ligging : op 1100 m² eigen bosperceel in een recreatiepark
Aantal slaapk. : 3 slaapkamers

RESERVEREN FA. LOGTENBERG BEHEER

Mogelijkheid voor reserveren, 7 dagen per week (ook na 18.00 uur)

Vraag altijd naar de speciale kortingsweken!

Telefoon : 0578-688008 of 06-39668162
Email : w.logtenberg@outlook.com
Website : www.rabbithillepe.nl

Kijk voor meer informatie op de website www.rabbithillepe.nl. Hier kunt u ook de andere huizen bekijken die worden verhuurd.



WWW.RABBITHILLEPE.NL

Te koop:
i.z.g.st kaptein madre 26 inch moederfiets 3 versnelling axa slot led lampen goede banden enz. €125,-
Tel. 0297-786546

Te koop:
Rond koffieblik douwe egberts 32,5 cm diam. €22,50. Rond koffieblik douwe egberts 28 cm diam. (Oud) €32,50. Tel. 06-38819380

Te koop:
Donkerblauwe birkenstocks mt 38 te klein gekocht €25,-. Squash racket €27,50. Melkbus €32,50.
Tel. 06-38819380

Te koop:
Buitendeur m 9 ruitjes afm. 224x93x4 cm €80,-. Salters improved family scale no 50 groen vr.pr. €110,-.
Tel. 06-38819380

Te koop:
Staande schemerlamp grootmoederstijd m lektuurbak €67,50 + bijbehorende lektuurbak €27,50 in 1 koop €85,-. Tel. 06-38819380

Te koop:
3x cartridges epson t711 - zwart. Prijs €10. Tel. 0297-284406

Aangeboden:
Leuke, gezonde, mooie konijntjes, middelgroot, 1 langharig en 4 kortharig, grijsbont en zilvergrijs €15,- p.st. Tel. 0297-593237

Gevraagd:
Ik ben op zoek naar een zakhorloge. Wie heeft er een te koop?
Tel. 06-20918852

Te koop:
Rvs afzuigkap Siemens 60cm breed €30,-. Tel. 06-15424883

Gevraagd:
Zegels van Hoogvlied voor voedselbank boodschappenpakketten.
Tel. 06-15424883

Te koop:
Slaapzak €6,-. 4 stoelkussens voor hoge leuning, oranje met bruin €6,- p.st. Tel. 0297-263017

Gezocht:
Oude werkbank en of ladenkast.
Tel. 06-22885528

Gevraagd:
Een zeis. Graag inclusief korte cursus en/of uitleg. Tel. 06-53683933

Te koop:
Mooie etna potkachel antiek €75,-.
Tel. 0297-520180

La Spada, fashion for men and women

O.A. KULTIVATE CATWALK JUNKIE AMBIKA PLEASE HAPPY SOCKS MARYLEY



SHOP GEMAKKELIJK VIA WWW.LASPADA.NL
GRATIS VERZENDING



LA SPADA

Mail: info@laspada.nl • Tel: 0297 727 305

Te koop:
Wirlpool combi-magnetron met grill. Mod: jt369/sl vraagprijs €50,-.
Tel. 06-20817797

Te koop:
Vierkanten glazen tafel (1 meter), een hoek licht beschadigd €100,-.
Tel. 0297-284550

Te koop:
Lego personentrein met 12 volt-transformator en verlichting €25,-.
Tel. 0297-283036

***Aangeboden:**
Ervaren rijksgediplomeerde horlogemaker. Reparatieplaats voor mechanische uurwerken. Tel. 0297-564845

Gevraagd:
Knikarm zonnenscherm met gestreept doek afmeting 350 en 500 cm mag elektrisch zijn. Tel. 06-48344508

Te koop:
Holl. walnoten 500 gr. €2,50. Biol. get. prod. (jams, pesto) walnotentaart, kadomandjes €10,-. Tel. 0297-264904



SAMEN SCOREN
TEGEN KANKER

Vraag nu meer
informatie
aan

CLUBS
4LIFE

KWF
KANKER
BESTRIJDING

kwf.nl/clubs4life

Wat een geweldige belevenis: Op bezoek bij de Roodkapje tentoonstelling



De Ronde Venen - Groep 1 & 2 van OBS De Eendracht bezoekt de tentoonstelling van Roodkapje bij het NME-Centrum De Woudreus in Wilnis! Wat een geweldige belevenis en wat hebben ze een plezier gehad! De kleintjes keken hun ogen uit! Een spannend bos met het huisje van grootmoeder en de 'boze wolf' op de loer...De kleuters leren welke dieren in het bos wonen en proeven van de heerlijke koekjes die Roodkapje naar grootmoeder brengt. Tot slot maken ze nog een mooi natuurschilderijtje om grootmoeder mee te verrassen. De kleuters van OBS De Eendracht weten het nu zeker: ze willen allemaal wel vriendjes zijn met Roodkapje en die koekjes lusten ze wel elke dag!



HandbikerJetze Plat

Als motivator naar HandbikeBattle

Regio - Handbiker Jetze Plat reist komende week naar het Oosten-rijke Kaunertal voor de zevende editie van de HandbikeBattle. Plat deed eerder zelf mee aan deze wedstrijd, die beginnende handbikers een enorme uitdaging wil bieden. Dit jaar is de regerend wereldkampioen als ambassadeur van het evenement aanwezig. De HandbikeBattle is een wedstrijd waar handbikers een berg van 20 kilometer en 1.000 hoogtemeters beklimmen. Plat legt uit: “Om zo’n beklimming op armkracht te doen, is een enorme uitdaging. Deelnemers weten vaak niet helemaal niet waar ze aan beginnen, voor velen is het de eerste kennismaking met handbiken in de bergen na een ongeluk, ziekte of een revalidatietraject.” Al sinds de eerste editie in 2013 is Plat bij het evenement betrokken. Hij zegt: “Eerst zelf als deelnemer, via de hoofdsponsor van de HandbikeBattle - ‘Move Forward by Hollister’ - ben ik ambassadeur geworden.”

Wedstrijd
Er is een wedstrijd in teamverband, voor teams van de verschillende Nederlandse revalidatiecentra, en een individuele wedstrijd. In totaal verschijnen er komende donderdag (13 juni) 115 handbikers aan de start. Plat geeft de deelnemers in aanloop naar de HandbikeBattle nog de nodige tips; vooral uit eigen ervaring. Hij vertelt: “In de voorbereiding zijn alle deelnemers per-

fect begeleid door de revalidatiecentra. Ik ga maandag nog met ze aan de slag, geef tips over hoe ze de race het best in kunnen delen en hoe ze bijvoorbeeld met hun versnellingen moeten omgaan. Een berg beklimmen is totaal iets anders dan handbiken in het vaak vlakke Nederland.”

Motiveren
Plat stapt zelf donderdag ook in zijn handbike om de berg te beklimmen. Hij haast te zeggen: “Maar dat doe ik niet om een snelle tijd neer te zetten! Wereldbikers en WK’s zijn nu mijn podium, tijdens de HandbikeBattle sta ik volledig ter beschikking aan de deelnemers. Ik ga ze onderweg motiveren zodat iedereen de top kan halen. Ik ben er echt om te helpen. En dat is soms nog wel mooier dan zelf meedoen. Want zo’n prestatie geeft een enorme boost aan het vertrouwen in je eigen capaciteiten. Veel deelnemers gaan daarna nog veel grotere uitdagingen aan. Prachtig om daar iets aan bij te dragen.”

HandbikeBattle
Het doel van de HandbikeBattle is om mensen actief en fit te laten worden door hen een uitdaging te bieden die stimuleert om intensief te gaan trainen. De HandbikeBattle is een wedstrijd, maar het belangrijkste is dat elke deelnemer de finish haalt. Vanaf het begin in 2013 is er tijdens de Battle ook onderzoek gedaan wat er verandert in de fysieke en mentale capaciteit van de deelnemers.



Veenlands Martijn naar landelijk A

De Ronde Venen - In het afgelopen voorjaarsseizoen werd het Bijmaat/Veenland team 2e in de landelijke B klasse tafeltennis, vlak achter kampioen Dokkum. Bij de eerste onderlinge wedstrijd werd Dokkum nog met 3-7 verslagen. Doordat Dokkum in de hele reeks wedstrijden constanter presteerden, met ruimere overwinningen, werden zij met 5 punten verschil kampioen. Een prachtig resultaat toch voor Bijmaat/Veenland, bereikt met vele keren trainen. Er gaat nu veel veranderen. Het team breekt in 2 delen. Bijmaats Teun en Veenlands Martijn gaan in het najaar mee spelen bij Rega uit Nijkerk in de landelijke A. Zo krijgen ze de kans zich te meten met de beste tafeltennissers van Nederland. Martijn was daar wel aan toe met zijn 81 % gewonnen partijen. Victor en Leon, de andere helft van het team, gaan bij de senioren spelen, af en toe nog geholpen door Martijn. Waarschijn-



Wandelen met Ijsvereniging Vinkeveen

Vinkeveen - Op zaterdag 15 en zondag 16 juni organiseert Ijsvereniging Vinkeveen wandelingen. Er kan 5, 12, 20, 30 of 38 km gewandeld worden door de mooie polders van Vinkeveen, langs het Gein en door de Botshol. Het wandelpad door de Botshol is

dit weekend weer open voor publiek. Alle routes zijn gepijld, en onderweg is voldoende horeca. Start en finish bij dorps huis De Boei in Vinkeveen. Starten kan vanaf 7.30 uur. Meer informatie op onze website: www.ijsverenigingvinkeveen.nl



Op de foto van links naar rechts: Boven: Teeraphum van Vliet, Mitchel Cuyper (Coach), Kaj te Beest, Ryan Ruischoots, Sem Werneke, Yanick Sumajow, Tibor Bregman, Cooper Kropveld, Daan de Boer. Onder: Jaiden van der Sloot, Mark Roeleveld, Noel Holman, Ciaran Green, Rens Kok, Lucas Veenhof. Afwezig dit weekend: Daan de Bruin en Nick Hulscher.

Hertha J016-1 doet Europese ervaring op

Vinkeveen - Dit Pinkerweekeinde stond er als seizoenafsluiting een internationaal voetbaltoernooi bij onze Oosterburen in Hagen op het programma. Een prachtig avontuur en op voorhand al een legendarische herinnering! Vrijdagavond werd reeds afgereisd naar Duitsland om elkaar zo mogelijk nog beter te leren kennen. Maar vooral ook om elkaar wat moed in te praten omdat er ook tegenstanders uit de Bundesliga zouden deelnemen. Nou en dat hebben ze geweten beste dames en heren. In Nederland succesvol uitkomend in de Hoofdklasse en dus best wat gewend maar deze tegenstan-

ders waren met een opgevoerde brommer nog niet bij te houden... Er werd gespeeld in een officieel stadion waar met een beetje inschikken zo maar 30.000 toeschouwers in zouden kunnen. Alle wedstrijden op zaterdag en zondag werden uiteindelijk verloren maar de stemming heeft er geen minuut onder geleden en dat is klasse! Een geweldige voetbalervaring rijker om (nog) beter te worden. Dit keer geen grote beker maar wel de complimenten voor gedrag, sportiviteit, uiting van respect, uitvoering van NIX 18 en de wijze waarop jullie als echte sportvrienden met elkaar omgaan.

2e editie Rondje Zijdelmeer

Regio - Na het succes van vorig jaar organiseert atletiekvereniging AKU op vrijdag 28 juni voor de 2e keer het Rondje Zijdelmeer. Wie kent in Uithoorn niet het rondje om het mooie Zijdelmeer, veel wandelaars genieten regelmatig van de prachtige natuur en de rust op de Boterdijk en het Zijdelveld en hardlopers gebruiken het rondje om hun trainingskilometers te maken. Met het Rondje Zijdelmeer kun je je met anderen meten en weet je tegelijk hoe snel je de ruim 3 kilometer hebt gelopen.

Zijdelmeercup
Voor de snelle lopers zijn er prijzen voor de eerste 3 aankomenden bij de dames en de heren en de winnaar krijgt de Zijdelmeercup mee naar huis, een wisselbeker die je een jaar lang thuis mag bewonderen. Voor diegenen die graag een langere afstand willen lopen bestaat de mogelijkheid om na de eerste ronde door te lopen en op die manier 6 kilometer te lopen. De tijd wordt uiteraard geregistreerd, de prijzen zijn alleen voor de eerst aankomenden op de 3 kilometer. Vorig jaar waren broer en zus Sjoerd en Kirsten Heemskerk de snelsten op de 3 kilometer en zij zullen zeker hun titel met verve verdedigen. Zullen zij weer als snelsten het Rondje afleggen?

Speciale Zijdelmeercup voor de jeugd
De organisatie heeft besloten om

ook voor de jeugd tot en met 12 jaar, voor meisjes en jongens, een wisselbeker met prijzen voor de eerste 3 aankomenden beschikbaar te stellen.

Berkelaar Zomeravondcircuit
Het Rondje Zijdelmeer is de eerste wedstrijd van het Berkelaar Zomeravondcircuit, het circuit bestaat verder uit de Koojman Polderloop op 1 augustus in de Kwakel en wordt afgesloten op de atletiek- en wielersbaan op sportpark de Randhoorn op donderdag 5 september. Elke loper die aan de 3 wedstrijden van het circuit meedoet, ontvangt na afloop een mooie herinnering.

Starttijd en startplaats
De start is op het Zijdelveld bij hotel Lakeside, er is daar kleedgelegenheid en er kan van de toiletten gebruik gemaakt worden. Alle lopers worden om 20.00u. weggeschoten. Het inschrijfgeld bedraagt € 2,50,- en na afloop ontvangt elke deelnemer een mooie Zijdelmeermedaillon. Verzoek aan alle lopers om zoveel mogelijk met de fiets naar de start te komen, langs het Zijdelveld kan er niet geparkeerd worden. Parkeren kan achter het gemeentehuis of in de parkeergarage van het Amstelplein. Er worden geen wegen afgesloten. Er is wel beperkte verkeershinder op de Boterdijk en het Zijdelveld, omwonenden worden door verkeersregelaars van AKU naar hun woning begeleid.



Vitac 1 In de eerste klasse helaas toch nipte degradatie

Vinkeveen - Het eerste team van tafeltennisvereniging Vitac uit Vinkeveen kwam in de voorjaarscompetitie 2019 uit in de eerste klasse na het kampioenschap van vorig seizoen. Er zijn is de afdeling Midden. 1 hoofdklasse met 8 teams en er zijn twee eerste klasse poules met ieder 6 teams, en daaronder nog 168 teams. Vitac speelde bij de beste 28 van 188 teams van de afdeling Midden Nederland! Dat is een hoog niveau en dat was ook te merken aan de tegenstanders. De eerste wedstrijd tegen UTTC uit Utrecht ging met 4-1 verloren, de tweede tegen Almeerspin uit Almere werd daarentegen knap met 3-2 gewonnen, evenals het derde duel tegen Shot uit Soest. Daarna haalde Vitac uit tegen koploper Maarssen en werd er zelfde met 4-1 gewonnen. Helaas ging de vijfde wedstrijd tegen Over 't Net uit Amersfoort met dezelfde cijfers verloren. Na vijf rondes stond Vitac met 12 punten op een keurige vierde plaats. In de returnrondes ging het echter net wat minder goed, waardoor 9 punten gehaald werden. Kampioen Maarsse was uit op wraak en won zelfs met 5-0. Ondanks dat het team tweemaal van Shot gewonnen heeft blijft Shot in de eerste klasse en degradeert Vitac samen met Almeerspin weer naar de tweede klasse. Het team bestaande uit Ellie van Senten, Rian van de Most en Danny Hilhorst eindigde dus net onder de degradatiestreep, maar met opgeheven hoofd!

De eindstand was:

1. Maarssen	10-34
2. UTTC	10-29
3. Over 't Net	10-26
4. SHOT Soest	10-23
5. Vitac	10-21
6. Almerspin	10-17

Persoonlijke resultaten

Ellie van Senten	8-16	50%
Danny Hilhorst	5-10	50%
Rian van de Most	4-14	29%

Hypotheekshop Mijdrecht Open Tennistoernooi 2019

Mijdrecht - Het TVDRV Hypotheekshop Mijdrecht Open Toernooi wordt gehouden van zaterdag 29 juni tot en met zondag 7 juli op het park van Tennisvereniging De Ronde Vener. Het is een open toernooi hetgeen betekent dat leden van alle tennisverenigingen mogen meedoen. Het Open Toernooi staat bekend om de mooie wedstrijden die er worden gespeeld maar staat zeker bekend in de regio om haar gezellig-

heid. Er wordt gespeeld in de volgende categorieën: 3, 4, 5, 6 (17+), 7 (17+), 7 (35+) en 8 (17+). Waarbij in de singel wordt gespeeld volgens actuele ranking. Ook wordt er dit jaar weer een apart 50+ toernooi gespeeld. Deze wedstrijden worden overdag gespeeld en de verwachting is dat er weer veel sportieve 50 plussers uit de Ronde Venen zullen meedoen. Inschrijven voor het Open Toernooi kan via www.tvdrv.nl



Zomerbridge De Legmeer Knallende start

Regio - De eerste avond zomerbridge eindigde na afloop oververdovend in een fikse onweersbui, maar de code oranje had vier en dertig paren niet weerhouden. In de A-lijn boekte de ijzersterke combinatie Cora de Vroom & Gerda Schavemaker onmiddellijk succes door met 59,58% de wijn binnen te halen. Op twee eindigen Joop van Delft & Frans Kaandorp met 55,42% gevolgd door Maarten Kuiper & Corrie van Ommen die op 55% precies uitkwamen. Janny Streng & Francis Terra scoorden 53,75% als vierde en Hannie & Hein van der Aat besloten de top als vijfde met 51,25%. In de B-lijn de enige zestiger van de avond, behaald door Marijka Romeijn & Gijs de Ruiter, die met exact 60% de finish bereikten. Reina Slijkoord & Rob Lisauer werden tweede met een prima 59,17% en Heleen & Mees van der Roest bliezen hun partijtje ook netjes mee door een keurige 58,33%.

Gedeeld
De plaatsen vier en vijf werden met 53,33% gedeeld door Elly

Degenaar & Carla Euwe en Debra & Paul Kenter. De winst in de C-lijn was voor Ans de Ruiter & Rietje Tjissen met een uitstekende 59,90%. Adrie & Ko Bijlsma deden ook goed mee door met 57,81% tweede te worden en Richard van den Bergh & Tim Vader werden derde met 56,77%. Gerda van Liemt combineerde nu eens met Ria Verkerk en dat leverde een vierde plek op met 53,65%. Maria Baas & Klaas Verrips haalden tenslotte nog net het regionale nieuws door met 51,04% vijfde te worden.

Weer of geen weer, het zomerbridge gaat tot en met eind augustus op de woensdagavond altijd door in de top locatie van Dans & Partycentrum Colijn aan de Industrieweg 20 te Uithoorn. Inschrijven bij voorkeur per e-mail: gerdaschavemaker@live.nl, maar telefonisch kan ook via 06-83371540. De laatste mogelijkheid is in de zaal, maar dan omwille van de indeling, tussen 19.15 en 19.30 uur. De aanvang is om 19.45 uur en de kosten zijn € 6,00 per paar.



CSW Minikamp weer een groot succes



Wilnis - Voor de jeugdleden van 6 tot 13 jaar is het elk jaar met Hemelvaart groot feest bij CSW tijdens het Minikamp.

Donderdag stonden 155 kinderen om 12 uur vol verwachting voor het hek te wachten om zo snel mogelijk het beste slaapplekje in de tenten of kleedkamers te bemachtigen. Daarna maakte iedereen zich gereed voor de opening. Voor het thema 'Films' is er door alle teams behoorlijk uitgepakt, waarbij J09-1 met 'the Flintstones' de meeste indruk maakte op de jury en hiermee de Originaliteitsprijs heeft gewonnen.

Na de opening met warming up begon het voetbalspel 4-tegen-4, waarbij alle kinderen streden voor een podiumplaats. Rondom het heerlijke eten gesponsord door Poelier Van Egmond hadden de oudere kinderen het Transferspel en de jongste jeugd Vossenjacht. Wat een strijd om als eerste binnen te komen en dan hopelijk met de beste score.

Speciaal voor het avondprogramma was er dit jaar een grote koepeltent geregeld. Een avond vol spellen, optredens en feestende en springende kinderen op het podium. Voor de oudere jongens

en meiden stond er een nieuw spel op het programma 'Mixvoetbal' met daarna een pubquiz in de koepeltent. Ook daar werd weer volop gedanst en gesprongen op de muziek van DJ Rob van Dijk van Kingsize.

Voor het naar bed gaan kan een kussengevecht natuurlijk niet ontbreken. De kinderen hebben van wakker blijven een sport op zich gemaakt. Wat een plezier hadden ze met elkaar. Ondanks dat veel kinderen niet of nauwelijks hebben geslapen verliep de nacht rustig. Na een heerlijk ontbijtje van de keukenprinsessen waren ze klaar voor het Sixentoernooi in de ochtend en 'Gooi 'm erop' in de middag. Tussen de wedstrijden door konden de kinderen Dartschieten. Minikamp werd afgesloten met het altijd spannende penalty schieten. Wat een organisatie weer! Dit geweldige feest voor de kinderen wordt elk jaar mogelijk gemaakt door de hulp van alle sponsors, leiders, EHBO, hand-enspan, keukenprinsessen, barmedewerkers, stagelopers en natuurlijk CSW en de organisatie. Heel veel dank aan allen die dit geweldige Minikamp mogelijk hebben gemaakt.



DEEN

• SUPERMARKTEN •

ACTIES ZIJN GELDIG VAN DONDERDAG 13 JUNI T/M ZONDAG 16 JUNI 2019

Prijs-, druk- en zetfouten voorbehouden.

WEEKEND GENIETERS

DO

VR

ZA

ZO

DEEN kogelbiefstuk
met kruidenboter
250 gram

Tip: DEEN champignons
bak 250 gram €0,95.



250 gram

4.00

Actieprijs per kilo 16,00

Terrazano wijn
Sangiovese of Verdicchio
3 flessen à 75 cl.



Tip: San Carlo
Italiaanse vleeswaren
alle soorten
pak 80 gram € 1,75.



NIX18
NIET ROKEN - NIET DRINKEN



3 voor

12,00

10.00

Actieprijs per liter 4,44

DEEN rundercarpaccio
met dressing
pak 120 gram



ACTIE

2,95

2.50

Actieprijs per kilo 20,83

DEEN gebraden hele kip
950 gram of mini Angus
burgerpakket schaal
450 gram
per stuk



ACTIE

5.00

Daily Chef nasi, bami of
mihoen goreng
bak 1 kilo



ACTIE

4,95

4.00

Amstel Radler 30 cl.
of blik 33 cl.
alle soorten
6-pack



6-pack

3,60 - 5,40

3.00

DEEN gesorteerde
vlaaipunten appel-kruimel,
roomkruimel en kersen-raster
doos 6 stuks



ACTIE

3,75

3.00

Appelsientje 1 liter
appelsap of sinaasappelsap
4 pakken



4 voor

4,60

4.00

Actieprijs per liter 1,00

Perssinaasappelen
2 netten à 2 kilo



2 voor

3.50

Actieprijs per kilo 0,88

DEEN, dat is lekker thuiskomen.

Veel winkels zijn op zondag open. Kijk voor de openingstijden op deen.nl