

Nieuwe Meerbode

06	In gesprek met... de lokale politiek
10	Duidelijkheid aanpak N201 bij Mijdrecht
11	Bijlage: 'Lijf & Gezondheid'
16	Mijn eiland in Vinkeveen
REGIO MEDIA GROEP	



Danique: 'Ik ren tegen kanker, voor mijn moeder, voor mezelf, voor hoop.' Foto: aangeleverd.

DANIQUE UIT WILNIS:

‘Ik ren tegen kanker, voor mijn moeder, voor mezelf, voor hoop’

Wilnis – Danique Bank (34) uit Wilnis staat zondag 19 oktober aan de start van de TCS Amsterdam Marathon. Niet zomaar een sportieve uitdaging, maar een persoonlijke missie. Ze loopt de 42,195 kilometer voor KWF Kankerbestrijding. Voor onderzoek. Voor hoop. Voor haar moeder. En voor iedereen die vecht of heeft gevochten tegen kanker.

Door Donald Esser.

Drie jaar geleden kreeg Danique op 31-jarige leeftijd de diagnose

borstkanker. “Het was alsof de grond onder me wegzakte”, vertelt ze. “Ik zat midden in het leven, trainde voor mijn eerste halve marathon –

ook voor het KWF – en ineens stond alles stil.” Wat volgde was een intensief behandeltraject: chemo’s, immuuntherapie, een borstamputatie. “Heftig”, zegt ze nuchter. “Ik was de Sjaak, vette pech”, zei de arts. Maar dat accepteerde ik niet. Dit kon mij niet overkomen. Ik wilde niet alleen patiënt zijn. Ik wilde blijven bewegen, blijven leven. Positief denken.”

Gezocht:

BEZORGERS

Nieuwe Meerbode.

Voor diverse wijken

en ben
feld je
an

Zoek je nog een leuke b
je beschikbaar op de woe
dan aan en ontvang een a
dan nog verdient. Meld j
idnet, ook 65-plusse
m.

HOGE
VERDIENSTEN
& AANMELD-
BONUS

Aanmelden via:
0251-674433
www.verspreidnet.nl
info@verspreidnet.nl

For English
check QR-code

Ben je 13 jaar of ouder
meld je dan aan
als bezorger

65-PLUSERS
OOK WELKOM

‘Deze marathon loop ik voor haar’

Tien maanden na haar operatie liep ze alsnog die halve marathon. Inmiddels heeft ze er drie voltooid. “Hardlopen werd mijn therapie. Het gaf me kracht, structuur, een uitlaatklep. Het hielp me fysiek herstellen, maar vooral mentaal overeind blijven. Alhoewel die sluipmoorde- naar altijd op de loer ligt. Nu ben ik ‘schoon’, maar je weet nooit...” Deze hele marathon is anders. Zwaarder. Emotioneel beladen. In december verloor Danique haar moeder aan kanker. “Mijn moeder was mijn alles. Mijn vriendin, mijn steun, mijn veilige haven. Ze heeft me nooit zien lopen tijdens mijn eerdere marathons. Dat doet pijn. Maar ik neem haar mee in elke stap die ik zet. Deze marathon loop ik voor haar.”

Bewegen helpt

Danique hoopt met haar verhaal

ook anderen te inspireren. “Ik krijg veel reacties van patiënten, die nog midden in hun behandeling zitten en denken: ‘Dat kan ik nooit.’ Maar ik wil laten zien: je komt sterker terug. Echt waar. Bewegen helpt. Gezond leven helpt. En ja, af en toe een wijntje.” Via haar Instagramaccount @fitnakanker deelt ze haar weg naar de marathon. “Ik wil laten zien dat herstel mogelijk is. Dat hoop leeft. En dat we samen verschil kunnen maken.”

Danique steunen in haar missie?

Doneren kan via haar actiepagina voor het KWF. Elk bedrag, groot of klein, maakt impact. “Samen rennen we richting een toekomst waarin kanker niet langer het laatste woord heeft.” Tot slot zegt ze: “Binnen vier uur ga ik finishen.” Ik weet zeker, dat dát haar gaat lukken.

Voorlopig geen glasvezel via KPN in Mijdrecht en Wilnis

Mijdrecht/Wilnis - Voor inwoners in Mijdrecht en Wilnis die hoopten op sneller internet via KPN was er afgelopen week slecht nieuws: Glaspoort (KPN/APG) heeft besloten om het kopernetwerk in deze gebieden voorlopig niet te vervangen door glasvezel, dit om ‘bedrijf strategische redenen’. Voor veel bewoners betekent dit dat zij langer moeten wachten op de beloofde modernisering van hun internetverbinding via KPN.

Glaspoort is een dochter- maatschappij van KPN en kondigde enkele jaren geleden de aanleg van glasvezel in De Ronde Venen aan en ondertekende hiervoor een convenant met de gemeente. De



Voorlopig geen glasvezel via KPN in Mijdrecht en Wilnis. Foto: aangeleverd.

aanleg van glasvezel in Abcoude is bijna afgerond en in Vinkeveen is Glaspoort inmiddels gestart met de aanleg. Voor de kernen Mijdrecht en Wilnis heeft Glaspoort nu besloten de aanleg op de lange baan te schuiven.

Langere wachttijden

In Mijdrecht en in de wijk Veenzijdje in Wilnis ligt wel glasvezel van Delta en is er voor de inwoners van deze gebieden een alternatief. Maar in het oude dorp, Padmosweg en Herenweg in Wilnis komt nu voorlopig geen glasvezel. De inwoners van dit gedeelte blijven aangewezen op koper en coax. Het college erkent het probleem en men weet dat de koperkwaliteit van KPN onvoldoende is. Er wordt onderzocht of Wilnis alsnog in een toekomstig project kan

worden meegenomen, maar dat kan pas als Glaspoort besluit af te zien van aanleg in deze gebieden. Tot die tijd moeten inwoners rekening houden met langere wachttijden.

Overstappen

Bij navraag bij Adri Mulders van telecomwinkel Optie1 in Mijdrecht, vertelt hij dat er ook veel vragen bij hem binnen komen. “KPN klanten hebben bewust gewacht tot KPN met glasvezel zou komen en zijn bewust niet overgestapt naar een provider die wel eerder glasvezel aanbood. Reden dat zij KPN trouw zijn gebleven is vanwege de combinatievoordelen en het behoud van hun e-mailadres. KPN gaf immers aan glasvezel in Mijdrecht en Wilnis aan te gaan bieden.” Volgens Adri gaat dit KPN klanten kosten. “Veel KPN-klanten zijn natuurlijk niet gelukkig met dit bericht van uitstel en geven aan nu toch wel te willen overstappen naar glasvezel. Hun geduld is op. Bovendien weten veel klanten inmiddels dat andere providers hetzelfde combinatievoordeel aanbieden en zij hun e-mailadres kunnen behouden. Niets houdt ze dan nog tegen om KPN te verlaten. Dat noemen ze marktwerking!”

Overwinning Hertha op Ouderkerk

Vinkeveen - Na drie overwinning op rij moest Hertha thuis aantreden tegen het sterke Ouderkerk. Eigenlijk de enige echte voetbalderby voor Hertha in deze competitie. De wedstrijd werd voorafgegaan door een minuut stilte vanwege het overlijden van clubicoon en erelid Rigo Oudshoorn. De enige wijziging in de basisopstelling was Kyan van Galen, die de zieke Niels Maas verving. Hertha begon goed aan de wedstrijd en kreeg via Delano Kluit drie goede schietkansen. Echter geen van de drie kansen gingen op doel. Hertha viel aan en had een optisch overwicht. Ouderkerk kon een aantal keren prima counteren via de drie goede en snelle aanvallers. Ouderkerk kwam op 0-1 na een goede aanval. Hertha had meer dan eens moeite met

de aanvallers van Ouderkerk die bijna 0-2 maakten. Na rust werd het al snel 1-1. Rechtsback Kasper van Middelaar speelde de bard hard in op een middenvelder die bewust of onbewust de bal liet lopen waardoor Sem Werneke ineens ongehinderd kon doorlopen. Uit een moeilijke hoek van rechts maakte hij de 1-1. Hertha leek daarna wederom te scoren. De bal leek over de lijn te zijn geweest, maar de scheidsrechter wees niet naar het midden. Na een uur spelen, werd Delano Kluit vervangen door Mats Klinkhamer. Hij werd eindelijk de matchwinnaar. Sem Werneke kon van links doorbreken en vond Klinkhamer, die 2-1 maakte. Ouderkerk zette nog wel aan, maar keeper Luca Irving stond geen doelpunten meer toe.

Marathonklaverjassen in Amstelhoek

Amstelhoek - Buurtvereniging Amstelhoek aan de Engellaan 3a, organiseert zaterdag 18 oktober weer een marathonklaverjas- toernooi. Er zijn leuke prijzen te winnen. Start is om 10.00 uur en de dag eindigt rond 18.00 uur.

Kosten bedragen 10 euro per persoon, inclusief koffie soep en broodjes. De bar is de hele dag geopend voor een hapje of een drankje. Er is nog plaats voor een paar deelnemers. Meer informatie: 0297 - 566 639.

Nieuwe **Meerbode**.

Versijnt wekelijks op woensdag in: **De Ronde Venen, Mijdreht, Wilnis, Amstelhoek, De Hoef, Vinkeveen, Waverveen, Abcoude, Baambrugge** Oplage 19.100

Kantooradres
Visserstraat 10, 1431 GJ Aalsmeer
0297-341900

Openingstijden
ma. t/m wo. van 8.30-16.00 uur
donderdag van 8.30-15.00 uur

Aanleveren advertenties
Dinsdag voor 10.00 uur
aanlever@meerbode.nl
0297-341900

Advertentieverkoop
Casper Nelis, 06-83620848
verkooprondevenen@meerbode.nl

Kabalen
Opgave gratis advertenties
www.meerbode.nl/kabalen-opgeven

Aanleveren redactie
Maandag voor 17.00 uur
redactiemijdreht@meerbode.nl

Redactie
Donald Esser, 06-21260923

Ingezonden brieven
www.meerbode.nl/
uw-tekst-aanleveren

Verspreiding en bezorgklachten:
www.meerbode.nl/ophaalpunten
www.verspreidnet.nl, 0251-674433

Centrale administratie
O.K. Kranten-Administratie B.V.
service@krantenadministratie.nl,
0297-341900

Uitgave van
GOUW Uitgevers B.V.

Copyright
Alle rechten voorbehouden. Gepubliceerde advertentie-, beeld-, en/of tekstmateriaal mag niet worden veeveelvoudigd of digitaal worden verwerkt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Privacyverklaring
www.meerbode.nl/privacy

Milieu
Onze krant wordt volledig gedrukt op FSC-Mix papier van verantwoorde herkomst.

Onderdeel van
Regio Media Groep B.V.
www.regiomediagroep.nl

OPHAALPUNTEN

Abcoude
Plus Amsterdamsestraatweg 38
Dienstencentrum de Angstelborgh Dorpszicht 22
Fred Abcoude Hoogstraat 32

Baambrugge
Buurtsuper Henks Brugstraat 4
Dorpshuis de Vijf Bogen
Pr. Margrietstraat 10

Mijdreht
Gemeentehuis
Croostadtlaan 111
Boekhandel Mondria
De Lindeboom 11
Primera De Lindeboom 16
Bibliotheek Mijdreht
Dr. van der Haarlaan 8
Albert Heijn Leicester 13
Shell Mijdrehtse Zuwe 2D

Vinkeveen
Bibliotheek Vinkeveen
Herenweg 63
Albert Heijn Herenweg 71-73
Boellaard De Groene
Vakwinkel Herenweg 257
Jumbo Plevierenlaan 7
PK Sport Voorbancken 26

Waverveen
Fa. Ruizendaal & Zn Poeldijk 2a

Wilnis
Jumbo Molmlaan 2



De ijsbaan is terug in Mijdreht. Foto: aangeleverd.

WINTERPLEZIER VERZEKERD IN MIJDRECHT

Ijsbaan keert terug op Raadhuisplein

Mijdreht - Na het grote succes van vorig jaar keert de sfeervolle ijsbaan terug naar het Raadhuisplein in Mijdreht. Van zaterdag 6 december tot en met zondag 4 januari kunnen inwoners en bezoekers opnieuw genieten van schaatsplezier in het hart van het dorp. Dankzij de inzet van lokale ondernemers en de gemeente is het winterevenement opnieuw mogelijk gemaakt. De ijsbaan, met een afmeting van 35 bij 16 meter, is deels overdekt en voorzien van sfeervolle verlichting. Naast vrij schaatsen worden er diverse activiteiten georganiseerd, waaronder curlingwedstrijden en gezellige avonden met warme dranken in de verwarmde tent naast de baan. De organisatie mikt op een laagdrempelige, feestelijke sfeer voor jong en oud. Een bijzonder onderdeel van het programma is de schaatsles voor

basisschoolleerlingen. Meer dan duizend kinderen maken vóór de kerstvakantie spelenderwijs kennis met het ijs, onder begeleiding van professionele instructeurs. Het initiatief draagt bij aan sportieve ontwikkeling en winterpret in de regio. Vrijwilligers spelen een cruciale rol in het welslagen van het evenement. Geïnteresseerden die willen bijdragen aan het onderhoud van de baan, de schaatsuitgifte of de toegangscontrole kunnen zich aanmelden via ijsbaanmijdreht.nl/ word-vrijwilliger. Met de terugkeer van de ijsbaan belooft Mijdreht opnieuw een winter vol gezelligheid, beweging en ontmoeting. De organisatie roept inwoners op de schaatsen uit het vet te halen en samen te genieten van een ijskoud hoogtepunt in het dorpscentrum.



De locatie is traditiegetrouw het erf van familie De Graaff aan de Oosterlandweg 3a in Mijdreht. Foto: aangeleverd.

Kleindierverseniging houdt jaarlijkse tentoonstelling

Mijdreht - Kleindierverseniging ‘Onze Langoren’ opent vrijdag 17 oktober van 15.00 tot 21.00 uur en zaterdag 18 oktober van 10.00 tot 16.00 uur opnieuw de deuren voor haar jaarlijkse tentoonstelling. De locatie is traditiegetrouw het erf van familie De Graaff aan de Oosterlandweg 3a, waar bezoekers gratis kunnen kennis maken met een bonte verzameling konijnen en hoenders. De toegang is gratis. De tentoonstelling biedt een gevarieerd aanbod van konijnen in diverse rassen en kleuren, ingezonden door leden uit de wijde regio. Dankzij versoepelingen in de regelgeving rondom de vogelgriep kunnen dit jaar meer dieren worden geshowd. Toch moest de vereniging een keuze maken tussen hoenders en watervogels. Die viel dit keer op de hoenders, die tijdens de tentoonstelling worden gekeurd en tentoongesteld. Voor de watervogels organiseert de vereniging een aparte keuringsdag

op een andere locatie in november. De exacte datum en plaats worden binnenkort bekendgemaakt.

Erkende keurmeesters
Op vrijdag vindt de officiële keuring plaats door drie nationaal erkende keurmeesters. Zij beoordelen de dieren op raskenmerken, gezondheid en presentatie. In de loop van de middag worden de winnaars bekendgemaakt. Bezoekers met interesse in een specifiek ras of die overwegen een konijn aan te schaffen, kunnen terecht bij leden van de vereniging voor deskundig advies. Daarnaast is er ook dit jaar weer de populaire enveloppenstand met leuke prijsjes, een vaste publiekstrekker. Of je nu een liefhebber bent, een nieuwsgierige voorbijganger of op zoek naar een nieuw huisdier: de tentoonstelling van ‘Onze Langoren’ is een laagdrempelige en gezellige gelegenheid om kennis te maken met de wereld van kleindieren.

Op Sloffen viert eerste verjaardag

Mijdreht - Creatief ondernemer Hadewich uit Mijdreht viert 16 oktober het éénjarig bestaan van haar duurzame sloffenmerk Op Sloffen. De handgemaakte sloffen voor volwassenen en baby’s zijn warm, comfortabel en lekker zacht, maar dragen ook bij aan een betere wereld. De visie van Op Sloffen is simpel: “We mogen genieten van de kleine dingen in het leven zoals warme voeten, een wandeling of samenzijn met vrienden of familie. Wij hebben het goed in ons welontwikkelde land, maar tegelijkertijd sluiten we onze ogen niet voor de rest van de wereld. Een deel van de opbrengst gaat daarom naar Stichting Vluchteling, waarmee elke aankoop een klein steentje bijdraagt aan hulp voor mensen in nood.” Op Sloffen begon als een creatief idee en groeide in een jaar uit tot een betekenisvolle onderneming. De reacties zijn enthousiast, en het merk begint vol energie aan haar tweede



Een deel van de opbrengst gaat naar Stichting Vluchteling. Foto: aangeleverd.

jaar. Meer informatie is te vinden op www.opsloffen.nl.

Gratis workshop veilig bankieren

Mijdreht - SeniorWeb Mijdreht organiseert maandag 3 november in samenwerking met ING van 10.00 tot 12.00 uur in Bibliotheek Mijdreht, Dr. J. van der Haarlaan 8, een workshop veilig bankieren. Vooraf aanmelden is nodig. Deze workshop is voor ING-klanten en er is plaats voor tien deelnemers. Deze workshop is een vervolg op de eerdere sessie over digitaal bankieren. Maar ook nieuwe deelnemers zijn van harte welkom. De focus ligt op het herkennen van fraudepogingen en

het vergroten van digitale veiligheid. Neem smartphone of tablet mee. Zorg ervoor dat deze opgeladen is en dat de ING-app is geïnstalleerd en werkt. Als dat nodig is kan SeniorWeb Mijdreht helpen bij het installeren van de app. Kom dan vóór maandag 3 november naar het inloopspreekuur. Dat kan op maandag van 13.00 tot 15.00 uur en op woensdag van 14.00 tot 15.00 uur in Bibliotheek Mijdreht. Aanmelden: www.seniorweb.nl/mijdreht#computercursussen.

MultiCulti Eettafel: een tafel vol verhalen

Mijdreht - Open Huis De Rank, Prins Bernhardlaan 2, Mijdreht, wordt donderdag 30 oktober opnieuw het decor van de MultiCulti Eettafel, een initiatief in samenwerking met VluchtelingenWerk. Wat begon als een kleinschalige ontmoeting rond eten, is uitgegroeid tot een verbindend ritueel waarin smaken, culturen en levensverhalen samenkomen. De eetzaal – ditmaal uitgebreid met geopende schuifwand – biedt ruimte aan een bont gezelschap uit De Ronde Venen en ver daarbuiten. Hier geen formele speeches of beleidsstukken, maar gesprekken die ontstaan tussen happen en happen door. De vrouwen die koken, brengen meer dan alleen gerechten mee: hun afkomst, hun herinneringen, hun gastvrijheid. Het toetjesbuffet, dat bij de vorige

editie op veel waardering kon rekenen, keert terug. Niet als zoete afsluiter, maar als symbool van gulheid en delen. Wie zich geroepen voelt om mee te helpen – bij de voorbereiding of op de dag zelf – kan contact opnemen met Cobien via 06 - 4462 2990. Er is genoeg te doen, en samen een eetzaal inrichten blijkt vaak net zo verbindend als samen eten. De ontvangst start om 17.30 uur. De bijdrage bedraagt 8 euro; een extra gift wordt gewaardeerd. Aanmelden kan tot maandag 27 oktober via welkom@openhuisderank.nl. Hoewel er meer ruimte is dan voorheen, blijft het aantal plaatsen beperkt. De MultiCulti Eettafel belooft opnieuw een avond te worden waarin smaken verbinden en verhalen bloeien.



Wat begon als een kleinschalige ontmoeting rond eten, is uitgegroeid tot een verbindend ritueel. Foto: aangeleverd.



Openingstijden:

Maandag: 12:00 t/m 20:00

Dinsdag t/m donderdag:
09:30 t/m 20:00

Vrijdag: 09:30 t/m 22:00

Zaterdag: 09:30 t/m 22:00

Zondag: Gesloten

Bel of app: **06 18841378**
Bozenhove 16 | Mijdrecht

Barbershop Mijdrecht is gevestigd
schuin tegenover de HEMA.

BARBERSHOP MIJDRECHT

WAAR STIJL EN VAKMANSCHAP SAMENKOMEN!



**BEKIJK ONZE KWALITEIT
EN REVIEWS OP GOOGLE!**

PRIJZEN:

Kinderen t/m 15 jaar: **€18**

Vanaf 16 jaar: **€22**

Haar & baard: **€30**

Knippen & scheren: **€22**

ACTIE:

Heren van 65 jaar
en ouder betalen

slechts €21

voor een knipbeurt!



HORTUSHOF: LEVENSLLOOPBESTENDIGE WONINGEN SPECIAAL VOOR 55-PLUSERS

In Amstelveen Zuid verrijst binnenkort een exclusief nieuwbouwproject voor bewoners van 55 jaar en ouder. Het nieuwe complex, gelegen in Westwijk, draagt de naam Hortushof en zal bestaan uit 110 levensloopbestendige woningen, verdeeld over twee zeer moderne, duurzame en goed doordachte appartementencomplexen.

De duurzame woningen (energielabel A+) bieden optimaal comfort, gemak én veiligheid en zijn zo ingericht dat bewoners er zo lang mogelijk onafhankelijk kunnen blijven wonen en optimaal kunnen genieten. Het wooncomplex is gunstig gelegen bij tal van voorzieningen.

De woningen, in woonoppervlakte variërend van 48 m² tot 68 m², zijn inmiddels in de verkoop.

De koopsommen liggen tussen de € 350.000 en € 458.000 euro (v.o.n.-excl. parkeerplaats).

Hortushof is een project van bouw- en aannemingsbedrijf De Heemraad i.s.m. Voorma & Millenaar Makelaardij. Alle informatie is te vinden via de website **hortushof.nl**.

Scan bijgaande QR-code voor meer informatie!



Een mooi afscheid

Bezige handen, nu gevouwen en stil.
Een leven lang gegeven, dat was je wil.
Je strijd gestreden,
vol zorg en moed.
Verbazingwekkend krachtig.
't Is op.
Zo is het goed.

Vol dankbaarheid voor alle goede zorgen en liefde die wij van hem mochten ontvangen, geven wij kennis van het overlijden van onze vader, schoonvader, trotse opa en oude opa

Theodorus Wilhelmus Kraan

Dirk

8 maart 1933

5 oktober 2025

Sinds september 2022 weduwnaar van Lies Kraan - Pauw



Herman en Wilma
Linda en Stefan
Monique en Vincent
Jordi, Kevin

Hans en Mirjam
Saskia en Janneke
Seppe
Arjan en Thylène

Peter en Johan

Correspondentieadres: Hans Kraan, Windmolen 57, 3642 DA Mijdrecht

De begrafenis heeft op donderdag 9 oktober in familiekring plaatsgevonden.

De Heer heeft mij welgedaan.

Het is voorbij

Intens verdrietig, maar dankbaar voor de vele jaren die hij bij ons was, hebben wij afscheid moeten nemen van onze betrokken en zorgzame vader, schoonvader, opa, overgroot opa en dierbare vriend

Hendrik den Boer

Hein

8 juni 1938

12 oktober 2025

Weduwnaar van Jannie den Boer - de Hoop (2001)

Jacqueline en Jos †
Marja en Koos
Ruud en Sjaan
Pauw en Margo
Hendrik-Jan en Astrid
Wim en Suzanne
Wilma en René
Jantine en Matthias

Klein- en achterkleinkinderen

Pie Lakerveld-Rademaker

Correspondentieadres: Uitvaartverzorging Van de Velde
T.a.v. Familie den Boer, Voorbancken 3, 3645 GV Vinkeveen

Er is gelegenheid tot afscheid nemen en condoleren op donderdag 16 oktober tussen 19.30 en 21.00 uur in gebouw De Schakel, Dorpsstraat 20 te Wilnis.

De dankdienst zal gehouden worden op vrijdag 17 oktober om 11.00 uur in de Ontmoetingskerk aan de Dorpsstraat 20 te Wilnis. Aansluitend begeleiden we Hein naar zijn laatste rustplaats op de begraafplaats aan de Stationsweg in Wilnis.

Na de begrafenis is er gelegenheid elkaar te ontmoeten in gebouw De Schakel.

De dankdienst is tevens te volgen via het YouTube-kanaal van PKN Ontmoetingskerk Wilnis.

Toen je niet meer wist, wie of waar je was
er geen uitzicht kwam
en je niet meer genas
Toen die ellendige verwarring
bezit van je gedachten nam
Voelen we mee met je stil verdriet
nu rouwen wij, maar treuren niet
Verdriet is de pijn van liefde

We hebben afscheid moeten nemen van
onze lieve zus, schoonzus, tante en "oma"

Elizabeth Maria Antonia
Reurings
Bep

22 maart 1940

11 oktober 2025

Een ieder die haar lief was

Een speciaal woord van dank voor de liefdevolle verzorging van Bep gaat uit naar de medewerkers van Zonnehuis Westwijk te Amstelveen.

Correspondentieadres:
Uitvaartverzorging Van de Velde
T.a.v. Familie Reurings
Voorbancken 3
3645 GV Vinkeveen



Bep is overgebracht naar
Uitvaartcentrum Van de Velde,
Kerklaan 2a te Vinkeveen,
aldaar geen bezoek.

De crematieplechtigheid zal plaatsvinden
op vrijdag 17 oktober om 12.00 uur in
de kleine aula van crematorium Daelwijck,
Floridadreef 7 te Utrecht-Noord (Overvecht).

Na afloop doen we samen
een kopje koffie en een broodje.

praten
over
afscheid
geeft
rust



Jolanda Weber-Wieringa

U bent altijd welkom
voor een open gesprek.
Bel 0297 - 78 30 02 of ga
naar monutaweber.nl.

Ook als u niet of elders
verzekerd bent.

Monuta
Weber



Van de Velde
Uitvaartverzorging met alle begrip

Voorbancken 3
3645 GV Vinkeveen

Uitvaartcentrum Vinkeveen
Kerklaan 2a
3645 EV Vinkeveen

info@vandeveldeuitvaart.nl

vandeveldeuitvaart.nl

0297-583448
24/7 BEREIKBAAR

Liefde stopt niet waar het leven eindigt.

Tineke Hijman - Smit

Mijdrecht, 30 juni 1954

Wilnis, 8 oktober 2025

echtgenote van Ben

Bernard en Silvia
Mike, Nina

Bas en Daan
Daisy, Gaby, Floortje, Pascal, Neeltje

Martine en Edwin
Roxanne, Joey

Tom en Jennifer

Wij hebben op dinsdag 14 oktober in kleine kring afscheid van haar genomen.

Correspondentieadres:
Day to Day uitvaartbegeleiding, t.a.v. Familie Hijman,
Ondernemingsweg 234, 1422DZ Uithoorn

Ondersteuning
in de laatste
levensfase

Als het einde nabij komt, kunnen
onze vrijwilligers u en uw naasten
hulp en ondersteuning bieden.

Tel. 06-51 45 11 30
stichting@thuissterven.info
www.thuissterven.info

Thuis Sterven
Stichting vrijwilligerszorg
Vecht & Venen

Een mooi afscheid

Wij hebben ervaren hoeveel medeleven wij mochten
ontvangen tijdens de ziekte en na het overlijden van

Rob Kerkhoven

De vele kaarten, bloemen, woorden en gebaren van
steun waren voor ons een grote troost.
Het doet ons goed te weten dat Rob zo geliefd was.

Wij danken u allen hartelijk voor uw betrokkenheid
en vriendschap in deze moeilijke tijd.

Wilma Kerkhoven-Klinkert
Kinderen en kleinkinderen

Mijdrecht, oktober 2025



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

Kijk voor meer info op duoplant.nl

GRATIS TAXATIEDAGEN

Uw oude goud is veel geld waard
bij Koek Juwelier

PROFITEER VAN DE
HOOGSTE
GOUDPRIJS OOI



KOEK

Juwelier &
Goudsmederij

Wat kopen we in:

- Goud
- Zilver
- Diamant en edelstenen
- Alles waar goud en zilver in gebruikt is

Koek Juwelier
Dorpsstraat 36
Mijdrecht

0297-289176
info@koekjuwelier.nl



20% KORTING OP GORDIJNEN & BEHANG



Profiteer t/m 1 november 2025 van 20% korting op
gordijnen en behang. Vraag naar de voorwaarden.

COLORS @HOME VAN KREUNINGEN
woninginrichting

Industrieweg 42 | 3641 RM Mijdrecht | Telefoon (0297) 28 31 13
E-mail vankreuningenvan@colorsathome.nl | Website www.kreuningenvan.nl

IN GESPREK MET... DE LOKALE POLITIEK

ANNEMIEKE GULDEMOND UIT MIJDRECHT OP KIESLIJST 50PLUS LANDELIJKE VERKIEZINGEN

50PLUS wil de stem van De Ronde Venen laten klinken in Den Haag

Door Peter Pos.

Mijdrecht - Woensdag 29 oktober mogen we weer naar de stembus voor de landelijke verkiezingen. De campagnes zijn in volle gang en de kandidatenlijsten zijn inmiddels gepresenteerd. Op plek 42 van de lijst van 50PLUS prijkt een bekende naam uit De Ronde Venen: Annemieke Guldemonde uit Mijdrecht. In aanloop naar de gemeenteraadsverkiezingen in maart 2026 laten we regelmatig lokale politici aan het woord. Guldemonde bijt het spits af.

Hoewel ze zelf geen illusies koestert over een Kamerzetel ziet ze haar plek op de lijst als een waardevolle verbinding met de landelijke partij. Die link wil ze benutten voor de gemeenteraadsverkiezingen van volgend jaar, waar ze samen met Michael Klijn onder de vlag van 50PLUS De Ronde Venen een gooi doet naar lokale invloed. "We willen een stabiele partij neerzetten", aldus Annemieke.

Stille krachten
Annemieke en Michael zijn geen onbekenden in de lokale politiek. Jarenlang waren ze de stille krachten achter de schermen bij Lijst 8 Kernen en recent nog bij het Inwoners Collectief. Met toewijding en zonder ego zetten ze zich in voor het partijbelang. Maar zoals dat vaker gaat in de politiek: het spel wordt niet altijd eerlijk gespeeld. Door privéomstandigheden moest het enige raadslid van het Inwoners Collectief stoppen. De nummer twee op de lijst had recht op de zetel, maar koos ervoor zich bij een andere partij aan te sluiten. "Dat voelde niet goed", maar we laten ons niet uit het veld slaan", zegt Annemieke. Met 50PLUS De Ronde Venen willen ze terugkeren. Hun missie: bouwen aan een sterke, eerlijke samenleving.

Waarom een nieuwe partij en niet verder met het Inwoners Collectief?
"We willen terugkomen met een partij die beter aansluit bij onze

ervaring. Bij het Inwoners Collectief werden we al snel weggezet als nieuwkomers, een jongerenpartij. Maar wij willen juist de verbinding zoeken met álle generaties. Bovendien biedt 50PLUS een stevig fundament, met een landelijke partij achter ons en korte lijnen naar Den Haag. Annemieke heeft goed contact met lijsttrekker Jan Struijs, wat de samenwerking versterkt."

Zijn jullie niet bang om als 'ouderenpartij' te worden gezien?
"De naam 50PLUS suggereert dat we er alleen zijn voor ouderen, maar dat is een misvatting. We komen op voor iedereen. Jongeren verdienen net zo goed perspectief. We willen bouwen aan een toekomst waarin alle generaties zich thuis voelen in De Ronde Venen."

Zijn jullie een concurrent van de Seniorenpartij?
"Nee, zo zien wij dat niet. Natuurlijk staan we voor eerlijke pensioenen en een betaalbare oude dag. Maar we sluiten niemand uit. De Seniorenpartij richt zich vooral op gepensioneerden. Wij denken in verbinding, niet in tegenstellingen. Nederland raakt de samenhang kwijt, 50PLUS wil die herstellen."

Wat worden jullie lokale speerpunten?
"Luisteren. Écht luisteren naar de inwoners. Transparantie is essentieel. We willen mensen voorafgaand aan raadsvergaderingen betrekken bij wat er speelt. Participatie moet meer zijn dan een hokje aankruisen eens in de vier jaar."

Hebben jullie concrete voorbeelden?
"Zeker. Neem het bestemmingsplan voor de Vinkeveense Plassen: veel commotie, weinig inspraak. Of het woningaanbod: er wordt gebouwd, maar niet altijd wat nodig is. Eén-



50PLUS wil de stem van De Ronde Venen laten klinken in Den Haag. Foto: aangeleverd.

persoonshuishoudens verdienen passende woningen. En dan de digitale doolhoven bij instanties. De Groene Hart Pas is een prachtig initiatief, maar de aanvraag is zo ingewikkeld dat veel rechthebbers afhaken. Ook kleinere ergernissen pakken we aan, zoals het plasticafval dat zich opstapelt in de straten. En natuurlijk staan milieu, gezondheid, veiligheid en handhaving hoog op onze agenda."

Waarom zouden mensen lokaal op 50PLUS De Ronde Venen moeten stemmen?
"Omdat we het samen willen doen. Geen politiek van bovenaf, maar van onderop. We zoeken de verbinding

met de gemeenschap. Wie zijn stem wil laten meetellen, zit bij ons goed."

Tot slot: nog een boodschap aan de lezers?
"De verkiezingen zijn nog ver weg, maar de inwoners gaan zeker meer van ons horen. En we doen een oproep aan degenen die zich herkennen in ons gedachtengoed en willen bijdragen aan deze nieuwe politieke stroming? Neem dan contact op. Expertise uit de gemeenschap is welkom. Misschien is er zelfs een plek op de kieslijst."

Meer informatie: 06 - 1994 4966 of annemieke.guldemonde@50plusderondevenen.nl.



Annemieke Guldemonde en Michael Klijn zijn geen onbekenden in de lokale politiek. Foto: Peter Pos.



Plasticafval stapelt zich op in de straten. Foto: Peter Pos.

30e editie Zorg en Zekerheid Circuit start in Mijdrecht

Mijdrecht - Hardlopen, gezondheid en plezier komen samen tijdens de 30e editie van het Zorg en Zekerheid Circuit. Deze jubileumeditie is met

het aansluiten van een wedstrijd in de regio Aalsmeer gegroeid naar negen uitdagende en afwisselende hardloophedstrijden tussen



De 30e editie van het Zorg en Zekerheid Circuit start 2 november in Mijdrecht. Foto: Wouter Keuris Fotografie.

november 2025 en mei 2026. Hier biedt het Zorg en Zekerheid Circuit een geweldige kans voor jong en oud om in beweging te komen en deel uit te maken van een hechte hardloop community. Of je nu een beginner bent of al ervaring hebt.

Het Zorg en Zekerheid Circuit is meer dan alleen een reeks hardloophedstrijden. Het draait om gezondheid, persoonlijke doelen en samen genieten van het hardlopen. Elke wedstrijd vindt plaats op een unieke locatie in de Randstad, van Mijdrecht tot Lisse en Leiden. Deelnemers kunnen hun voortgang delen via sociale media en hardlooppapps zoals Strava. Bovendien is er op elke wedstrijddag een gezellige en motiverende sfeer voor alle deelnemers, ongeacht niveau. Wil je maar één of twee keer meedoen? Ook dat is mogelijk. Inschrijven kan via www.zorgenzekerheidcircuit.nl of op de dag van de wedstrijd zelf. De eerste wedstrijd, De Zilveren Turfloop, vindt plaats op 2 november in Mijdrecht.

10 jaar Amstel Blazers Collectief: 'Une Belle Histoire'

Mijdrecht - Het Amstel Blazers Collectief geeft zondag 9 november vanaf 15.00 uur een concert in de Janskerk, aan het Janskerkplein in Mijdrecht. Het orkest viert dan niet alleen haar eigen 10-jarig bestaan maar ook het 125-jarig bestaan van VIOS, de muziekvereniging waar het ABC sinds 2023 onder valt. Om deze twee heugelijke feiten te vieren, pakt het ABC groots uit met

een sfeervol concert, dat als titel 'Une Belle Histoire' heeft meegekregen en volledig in het teken zal staan van Franse muziek en Franse sferen. Er wordt ook een gastoptreden verzorgd door het Vriendenkor van Ferdinand Beuse en natuurlijk zullen het koor en het orkest ook samen nummers spelen. Kaarten kosten 7,50 euro. Meer informatie: www.amstelblazerscollectief.nl, www.vios-mijdrecht.nl.



10 jaar Amstel Blazers Collectief: Une Belle Histoire. Eigen foto.



INKOOP VAN GOUD, ZILVER, PLATINA EN MUNTEN
SPIEGELGRACHT JUWELIERS
BEETHOVENSTRAAT 7, AMSTERDAM
WINNAAR TEST CONSUMENTENBLAD KASSA!
TEL: 020-4221015 WWW.OLDGOLDPRIJS.NL



Beste Tuinliefhebbers.

hoe leuk is het om samen met
andere tuinliefhebbers te genieten
van groen en onze activiteiten.

Wordt lid van
afdeling Groei & Bloei en omgeving
(Amsterdam, Amstelveen, Uithoorn,
Mijdrecht en omstreken)

Kijk op onze website voor alle activiteiten
www.aalsmeer.groei.nl

Vermist:
Modelauto's verzameling te koop
gevraagd. Tel. 06-30434034

Te koop:
Accu boormachine gamma 2 accu's +
lader werkend €5,-. Tel. 06-11304429

Te koop:
Accu boormachine gamma 2 accu's +
lader werkend €5,-. Tel. 06-11304429

Aangeboden:
Splinternieuwe rugtas, te groot
gekocht, €12,50. Tel. 06-26175682

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

Te koop:
Mooie verzameling cd's, 142 stuks, in
een koop €100,-. Tel. 06-23934247

Te koop:
Mini-bakoven 30x18x20,5 €10,-
staande ventilator €7,50 playmobil
kasteel met toebehoren €35,-. Tel.
06-49639531

Te koop:
Broedmachine, €150,-. Electri-
sche kippenhokdeur, €200,-. Tel.
06-55708636

Te koop:
Een zwart/oranje jongensfietsje
voor de leeftijd van ong 7 jr. €20,-. Tel.
06-25563957

Gratis afhalen:
Winkler prins 6e druk compleet. N.B.
Alles of niets, geen afzonderlijke
delen. Tel. 0297-564323

Te koop:
Electrische kettingzaag merk
topcraft z.g.a.n. zaagblad lengte
40cm. Weinig gebruikt €25,-. Tel.
06-20016261

Te koop:
Mooie kroonluchter i.z.g.st. Geheel
compleet met glazen versierselen
en slingers voor 12 lampjes €45,-. Tel.
06-23334099

Gevraagd:
Bakplaatjes no 4,5,11,13,16,26,32
;33,34,35,38,40,44,45,55,61,65,73
;77, heb ook dubbele te ruilen. Tel.
06-38819380



BAKKER DE KRUIJF

AMSTELVEEN EN SWAAK | SINCE 1959

Mijdrecht

De Passage 20 | 0297 256751

Vinkeveen

Plevierenlaan 29 | 0297 263984

Wilnis

Molmlaan 8 | 0297 256750

bakkerdekruif.nl
facebook.nl/bakkerdekruif
instagram.com/bakkerdekruif

WEEK
END
TIP

BAKKER DE KRUIJF

APPEL KOEK

DAT LUST IEDEREEN



Kwekerij Pluk de Dag Violen en Bos viooltjes

Vers van eigen kwekerij, groot assortiment!

✓ Potgrond & Tuinaarde

Kwekerij Pluk de Dag

Westzijde 28 • De Hoef • 06-21543079
Geopend: ma t/m za 8.00 - 17.00 uur



Rechtspraak/ Law Office Liefing™

**Voor al uw
(rechts)zaken
en adviezen**



Bozenhoven 95 E • 3641 AD Mijdrecht
T. 0297-769174 • www.liefing.nl



Gastvrouw huisartsenpraktijk De Drecht

Zie <https://www.uhac.nl/vacatures/gastvrouw-huisartsenpraktijk-de-drecht/>
voor de complete vacature tekst.

Jouw werkzaamheden

Als gastvrouw ben jij het eerste gezicht dat onze patiënten zien. Je heet iedereen welkom, stelt mensen op hun gemak en zorgt dat de wachtkamer netjes en prettig blijft. Daarnaast ondersteun je de doktersassistenten met administratieve taken.

Jouw nieuwe werkplek

Huisartsenpraktijk De Drecht is gevestigd in gezondheidscentrum Waterlinie in Uithoorn. Bij ons werken huisartsen, praktijkondersteuners Somatic en GGZ, en doktersassistenten. De Drecht bestaat uit vier praktijkhoudende huisartsen

Jouw kwaliteiten

- Je hebt goede digitale vaardigheden (zoals e-mail en algemeen computergebruik) en gaat zorgvuldig en vertrouwelijk om met patiëntgegevens.
- Je helpt patiënten vriendelijk en duidelijk, luistert goed en voelt aan wat iemand nodig heeft – ook in het Engels als dat nodig is.
- Je hebt ervaring met het begeleiden en helpen van mensen en kunt goed omgaan met emoties en situaties die horen bij zieke patiënten.

Salaris en meer

Bij huisartsenpraktijk De Drecht krijg je de ruimte om te doen waar jij goed in bent en plezier in hebt, met aantrekkelijke voorwaarden die bij jou passen:

- Een salaris dat meegroeit met jouw ervaring (cao Huisartsenzorg, schaal 3: € 2.387,00 - 3.243,00 o.b.v. 38 uur)
- Je werkt 12 uur, op maandag-, donderdag- en vrijdagochtend van 8:00 - 12:00 uur
- Saai? Geen sprake van! Elke dag daagt deze functie je uit, samen met een team dat vooroploopt in de eerstelijnszorg.
- Pensioenopbouw bij Pensioenfonds Zorg en Welzijn en extra's zoals vakantiegeld, een 13e maand en reiskostenvergoeding maken het plaatje compleet – en natuurlijk 25 vakantiedagen (bij een 38-urige werkweek) om lekker op te laden.

Solliciteren kan tot 22 oktober 2025 per mail naar Petra Cuiper, pecui@uhac.nl
We kijken ernaar uit om jouw enthousiaste reactie te ontvangen!

Vragen over de vacature of de praktijk? Neem gerust contact op met praktijkmanager Louky van Dijk. Je kunt haar bereiken via lodij@uhac.nl of telefonisch op 0297-566962 – geen vraag is te gek, ze helpt je graag verder!



VERSPREIDNET

Als verspreider van
verschillende kranten willen
wij een kwaliteitscontrole doen
door het tellen van de stickers waarop
de bewoner aangeeft wat wel of niet
te willen ontvangen.

Wie wil er tijdelijk wat extra verdienen door de stickers te tellen?

Dit verwachten wij:

- betrouwbare telling
- leeftijd tussen de 13 en 99 jaar
- bereid zijn om meerdere wijken/straten te tellen
- paar uurtjes werk per week (werktijd zelf te bepalen)
- binnen een maand moet jouw telling zijn gedaan

Goede verdiensten

Interesse, bel Verspreidnet en vraag naar Marco.
Bereikbaar, tijdens kantooruren op 0251-674433
Of stuur een mail naar info@verspreidnet.nl





Fort Waver-Amstel. Foto: aangeleverd.

Hefkoepels en kazematten

Regio - Historische vereniging De Proosdijlanden organiseert zondag 26 oktober in samenwerking met Natuurmonumenten een excursie bij en in fort Waver-Amstel (bij Nessersluis). Starttijd van de

rondleiding is 14.00 uur. Belangstellenden kunnen zich tot uiterlijk 20 oktober aanmelden via info@proosdijlanden.nl.

Speciale gelegenheid
Fort Waver-Amstel is in beheer bij de Vereniging Natuurmonumenten. Het fort is normaal alleen van de buitenzijde te bewonderen, maar bij deze speciale gelegenheid nemen uw gidsen Hans Baas en Paul Hoogers geïnteresseerden nu ook mee naar binnen. Tijdens de rondleiding infomeren zij de bezoekers over de historie van het fort, de waterlinies en de Stelling Amsterdam. Daarnaast volgt een bezoek aan de originele kazematten, de hefkoepelgebouwen, de verblijven, de toiletten en de sanitaire ruimtes.

24e editie Kunst in De Kwakel



Een grote verscheidenheid aan kunst tijdens de 24e editie van Kunst in De Kwakel. Foto: aangeleverd.

De Kwakel – Op zaterdag 25 en zondag 26 oktober staan van 12.00 tot 17.00 uur de deuren open van maar liefst 11 locaties in en rondom De Kwakel voor de 24e editie van Kunst in De Kwakel. Bezoekers kunnen genieten van een grote verscheidenheid aan kunst: keramiek, foto's, (bronzen) beelden, ecoprints, sieraden, textielwerk, handgemaakte kaarsen en meer. En zoals ieder jaar is ook de populaire kerstshow weer van de partij. Op verschillende locaties worden bovendien leuke activiteiten voor kinderen georganiseerd. Meer informatie en de complete route zijn te vinden op kunstindekwakel.nl.

Puntensysteem
Gemeenten en woningcorporaties gebruiken een puntensysteem om de sociale huurwoningen in de regio zo eerlijk mogelijk te verdelen onder de woningzoekenden die staan ingeschreven op WoningNet en Woonmatch.

Helft woningen naar starters
In 2024 zijn in de regio Amsterdam 12.851 sociale huurwoningen verhuurd. De helft van deze woningen ging naar starters, die zelf geen woning achterlaten. Ook jongeren tot 35 jaar kregen vaker een woning toegewezen; deze groep vormt 60% van de actief zoekenden. De gemiddelde wachttijd voor een woning is korter dan in 2023. Ondanks de gestegen toewijzing van woningen aan starters, hebben ouderen nog altijd de hoogste slaagkansen. Zij hebben de langste inschrijftijd en er zijn meer woningen waarvoor zij voorrang krijgen.

Korter wachten, korter zoeken
Sinds januari 2023 telt in dit puntenstelsel niet alleen de inschrijftijd, maar ook hoe actief de aanvrager zoekt. Omgekeerd verliest een aanvrager punten als zij of hij aangeboden woonruimte weigert. Het aantal weigeringen is hierdoor al sterk gedaald. Behalve de wachttijd daalde ook de gemiddelde zoektijd, de tijd tussen de eerste reactie op WoningNet of Woonmatch en een geslaagde toewijzing van een sociale huurwoning, van 6,1 jaar in 2022 naar 5,3 jaar in 2024. Het puntensysteem wordt elk jaar gemonitord. Als uit de rapportages blijkt dat verbeteringen nodig zijn, wordt het systeem aangepast. Eind 2026 volgt een uitgebreide evaluatie van het puntensysteem.

DONALD DENKT DOOR

De supermarkt als strafkamp

Door Donald Esser.



Je hoeft tegenwoordig geen bivakmuts meer op te zetten om je als crimineel behandeld te voelen. Een boodschappentas vol yoghurt en volkoren crackers volstaat. De supermarkt, ooit een bastion van

gezelligheid en gratis plakjes worst bij de vleeswaren, is verworpen tot een hightech vesting waar wantrouwen de huisstijl is. De kassa verdwijnt. De aimabele kassière, ooit de aanspreekbare koningin van de winkel, is gedegradeerd tot een soort surveillant met een scanner in de hand en argwaan in de ogen. Je loopt langs haar alsof je door de douane gaat op een vliegveld waar net een anonieme tip is binnengekomen over een verdachte met een zak paprikachips. Zelfscankassa's heten ze. Een eufemisme voor: "Doe het zelf, maar we geloven je niet." Je scant je boodschappen, kijkt om je heen, voelt de hete adem van de wantrouwende supermarktmedewerker in je nek. Heb je die avocado wel echt gescand? Of heb je 'grijs' gescand. En die pot pindakaas? De scanner piepte, maar was dat een goedkeurend piepje of een verdacht piepje? Je weet het niet. Niemand weet het. Dan komt er een medewerker op je af. Niet met een glimlach, maar met een blik die zegt: "We hebben je in de gaten." Hij kijkt niet naar je, hij kijkt dwars door je heen. Alsof hij je röntgent. Je voelt je schuldig, ook al heb je niets gedaan. Je overweegt om alsnog iets te stelen, gewoon om het gevoel te matchen met de realiteit. Natuurlijk, winkeldiefstal is een probleem. Supermarkten worden leeggeplukt door mensen die denken dat het 'gratis' meenemen van een pak hagelslag een mensenrecht is. Maar moet de oplossing dan zijn, dat elke klant wordt behandeld als een potentiële winkeldief? Is de supermarkt nu een winkel of een vestiging van de reclassering? Boodschappen doen was ooit een sociaal ritueel. Gezellig. Ik zag een klets-kassa bij de Jumbo in Aalsmeer. Dat was genieten. Je moet ff wachten, er wordt wat geleuterd over de (klein)kinderen, de zwangere goudvis, de hond en de kat. So be it! Als je toch de tijd hebt... Klets er maar op los. Nu is boodschappen doen in de supermarkt een test. Een test van je eerlijkheid, je snelheid, je vermogen om technologie te begrijpen en je zenuwen in bedwang te houden. En als je faalt? Dan komt er iemand met een scanner en een blik die je tot op het bot bevriest. Misschien moeten we gewoon weer terug naar de markt. Daar kun je nog afdingen, lachen. En als je iets vergeet te betalen, krijg je een knipog in plaats van een dossier.

Meer kans voor starters woningmarkt

Regio - In 2024 zijn meer sociale huurwoningen toegewezen aan starters en jongeren in de regio Amsterdam. Ook de gemiddelde wachttijd daalde ten opzichte van 2023, ondanks een stijgend aantal actief woningzoekenden. Dat blijkt uit de tweede jaarrapportage Woonruimteverdeling in de regio Amsterdam.

Actief op zoek
Op dit moment zijn in de regio Amsterdam ruim 170.000 mensen actief op zoek naar woonruimte. Tot de regio behoren de gemeenten Aalsmeer, Amstelveen, Amsterdam, Diemen, Edam-Volendam, Haarlemmermeer, Landsmeer, Oostzaan, Ouder-Amstel, Purmerend, Uithoorn, Waterland, Wormerland en Zaanstad.



Foto: Amsterdamse Federatie van Woningcorporaties.

Beste Tuinliefhebber

Aalsmeer - "Wij zijn Groei&Bloeï Aalsmeer en omgeving. Wij zijn een vereniging van gelijkgestemden en lang niet iedereen heeft 'groene vingers' maar we inspireren elkaar bij de hobby in het groen. Of je nu net begint of al jaren met je handen in de aarde zit, we geloven dat samen tuinieren nóg leuker is! Groei&Bloeï is een landelijke vereniging en telt zo'n 23.000 leden die onderverdeelt zijn in meer dan 100 lokale afdelingen. Daarmee zijn we de grootste groene tuinclub van Nederland. Afdeling Aalsmeer start weer met bloemschikken, lezingen, workshops

gedurende de winterperiode en meer. Wij nodigen je uit daaraan mee te doen." Je kunt kiezen voor het landelijke lidmaatschap inclusief het magazine 'Groei&Bloeï', maar ook voor het vriendlidmaatschap van de afdeling Aalsmeer, met drie keer per jaar ons eigen magazine en de maandelijks groeijzer. De kosten zijn € 20,- en dan gratis toegang bij lezingen en korting bij activiteiten. Kijk voor meer info op onze website: www.aalsmeergroei&bloeï.nl. Aanmelden kan ook via de mail: groeiaalsmeer.sec@yahoo.com.

Herfstklassieker: de Bokkentocht

De Kwakel – De herfst laat zich voelen en dat betekent bij KDO maar een ding: het is weer tijd voor de Bokkentocht. Zaterdag 18 oktober vanaf 14.00 uur opent de kantine aan de Vuurlijn 51 haar deuren voor een middag vol warme smaken, kameraadschap en traditie. Vriendengroepen uit De Kwakel en omstreken weten inmiddels de weg naar deze herfstklassieker, waar het eerste bockbier van het seizoen steevast met gejuich wordt ontvangen. De organisatie heeft ook dit jaar met zorg en liefde twee bijzondere bieren geselecteerd, elk met een eigen karakter en verhaal. Van de tap: Donder van Chamaven. Een bockbier met de kracht van een krijger. Donkerharig, diep koperrood en vol van smaak. Dit bier is het eerste brouwsel van het nieuwe seizoen, gemaakt met verse hop en gerst. Het aroma is kruidig en mout-

achtig, met tonen van karamel en geroosterde mout. De afdrank is licht zoet, als een herfstzon die nog even nazindert. Uit de fles: Texels Jutters Bock. Een klassieker onder de herfstbieren, meerdere malen bekroond als het beste bockbier van Nederland. Dit speciaalbier uit Texel biedt een moment van rust in het onstuimige seizoen. Dieprood van kleur, met een kenmerkende karamelsmaak dankzij het gebruik van geroosterd gerst mout. De speciale hopsoorten zorgen voor een aangename bitterheid die het geheel mooi afrondt. Voor de liefhebber zijn er stempelkaarten verkrijgbaar aan de bar, voor slechts 2 euro per stuk. De kantine is geopend tot 19.00 uur en de sfeer belooft zoals altijd warm en gemoedelijk te zijn. Zorg na de Bokkentocht wel voor de BOB!



ALLE RABO CLUBSUPPORT ♥ WINNAARS: GEFELICITEERD

ACW	De Proosdijlanden	Jeu de Boules O.S.B. Bodegraven	PV Vrijwillige Brandweer Post	Tennisclub Woerden
AKV Vriendenschaar	De Turfschippers	Jeugdbrandweer De Waarden	Kamerik	Tennisvereniging Kockengen
Alzheimer Nederland	De Veenlopers	Jeugdbrandweer Mijdrecht	PVSV	Thuishuis Woerden
afd. Midden-Holland	De Vinken	Jevaka	Reddingsbrigade De Ronde	Toneelver. De Oprechte Amateur
Alzheimer Nederland	De Walnoot	JV de Rank	Venen	Triathlon Woerden
afd. Westelijk Utrecht	De Woudreus	K77	Reflex	Triviant
Animo	De Zonebloem Wilnis/de Hoef	Kamerikse Weteringloop	Repair Café Woerden	TTB
Atalante Vinkeveen	De Zonnebloem Bodegraven	KBO Zuid-Holland St. Jozef	RijnRees	TTC de Merel
Atelier De Kromme Mijdrecht	De Zonnebloem Mijdrecht	afd. Bodegraven	Roeivereniging De Krom	TV Miland
Atlantis	De Zonnebloem Veen en	Kiwanis Kinderfonds	ROM koor	Ups en Downs
Barbarugo	Vechtstreek	KNV EHBO afd. Mijdrecht-Wilnis	RK Parochie St. Jan de Doper	Veenshuttle
BBS	Dorpsplatform Linschoten	Koetstock	Runners Club Woerden	Verkeersregelaars Woerden
BC Victoria	DOS	Koningsdag Woerden	Samen op Weg	Verzamelaarsver. De Ronde Venen
Biljartclub De Hoef	DVC	Koor Bravour	Samen sterk huis	VINEO
Biljartvereniging 't Heicop	EHBO	Koor Chaverim	SAN	Vinkeveense Tafeltennis Club
Bodegraafse Tennisclub Botesa	EHBO Kockengen	Koor Fabulous	SC Woerden	Vivit
Brandweer Kockengen	EHBO Nieuwerbrug	KRV	Schietsportver. Robin Hood	Vocaal ensemble Lobet den Herrn
Brandweer Vinkeveen & Wa-	EHBO Ver. Lucas Vinkeveen	Lawn Tennis Club Kamerik	Schietvereniging De Witte Roos	Voedselbank de Ronde Venen
verveen	EHBO Woerden	LbnK	Scouting Bolaro	Voedselbank Woerden
Brandweervereniging Zegveld	EHBO-ver. De Meije - Zegveld	Logeershuis Bredius	Scouting Elliboe	Voetbalvereniging Kockengen
Bridgeclub Bodegraven-	ESDO	LR & PC Willis	Sc. Vinkeveen gebouwbeheer	Voetbalvereniging VEP
Reeuwijk	Evertshuis	Miracles	Scouting Woerden	Voetbalvereniging WDS
Bridgeclub Victoria	Fanfarecorps Excelsior Woerden	Mobilee	SDO/Fiable Kamerik	Vrienden van B.Z. & P.C.
BuddyBike Bodegraven	Fiedio.com	Molenbrugse IJclub	Senior Sportief Actief DRV	Vrienden van de Kockengense molen
BVM	Fietsmaatjes De Ronde Venen	De Toekomst	Serve '72	Vrienden van de Willespoort
BZ&PC	Fietsmaatjes Woerden	Musicalvereniging SterAllures	SHV	Vrienden van het Johannes
CDHope	Filmgroep De Ronde Venen	Muziekver. Kunst na Arbeid	Sinterklaas Comité Driebruggen	Hospitium De Ronde Venen
Chr. Oratoriumkoor Woerden	Fotoworkshop De Ronde Venen	Muziekver. Nieuw Leven Kamerik	Sinterklaas in Woerden	Vrienden van Maria-Oord Vinkeveen
Chr. Oranjevereniging Zegveld	Four Chaplains Foundation	Muziekvereniging VIOS	Siveo '60	Vrijwillige Brandweer Mijdrecht
Combibaan De Ronde Venen	Harmonie de Vriendschap	Muziekvereniging Viribus Unitis	Sleutelclub Kamerik	VSTS
Con Amore	Hartslag Woerden	Nationaal Veteraan Treffen	Speelgoedbank	VTC Woerden
Cratos	Heres Bodegraven	Natuurspeelplekken De Ronde	Speeltheek Woerden	VV Kamerik
CSW	Het Klooster	Venen	Speelweek Nieuwerbrug	Welzijn Zegveld
CSW	Historische Kring Bodegraven	OBK Driebruggen	Sportlust	WIK Kockengen
Culturele Zegveld	Honk-, softbalver. GreenHearts	Ontmoetingskerk Kamerik	Sportvereniging Hertha	WK Tennis & Padel
Curling Woerden	Hoogvliegers	Open Monumentendag Woerden	Sportvereniging Rohda '76	Woerdens Kamerkoor
Dance Academy Woerden	Hortus Populus	Oranjecomité Kamerik	Sportvereniging Veenland	WTC Woerden
De Boreftse Zangers	HSV69	Oranjevereniging Kockengen	Springgeitenclub	Zandwijk Koor Woerden
De Bovenlanden	HVM	Oranjever. Koningin Juliana	SSCB De Zon/ Vakantiespelen	Zonnebloem Vinkeveen en
De Hoefstampers	IJclub Kockengen	Padel en Tennisver. Cromwijck	Bodegraven	Waverveen
de Mantelmeeuw	IJclub Nooit Gedacht	Plusbus Woerden	St. Willibrorduskerk	Zorggroep De Vechtstreek
De Meiden van Woerden	IJvereniging Vinkeveen	Polstokclub Zegveld	Stadsboerderij Kukekle-boe	Zwem & Recreatiepark De Koet
De Mijdrechtse TPV	Inwoners Voor Inwoners	Poppies Musicaltheater	Stoomgem. Kamerik Teylingens	
De Oude Zusteruin Bodegraven	IPSO centrum 't Anker	Present Woerden	Straattheaterfestival Woerden	
De Parel	IVN De Ronde Venen & Uithoorn	Proosdijer Publicaties	SV Argon	



Scan de QR-code voor de
gehele uitslag of kijk op
www.raboclubsupport.nl

de coöperatieve
Rabobank





De N201 is de belangrijkste verkeersader van de regio en cruciaal voor de bereikbaarheid van bedrijventerreinen en woonkernen. Foto: aangeleverd.

Duidelijkheid aanpak N201 bij Mijdrecht

Mijdrecht - Na jaren van plannen, uitstellen en opnieuw tekenen is er nu eindelijk duidelijkheid over de toekomst van de N201 bij Mijdrecht. Provinciale Staten van Utrecht stemden woensdag in met een verbeterd voorstel dat de verkeersveiligheid en doorstroming moet vergroten. De N201 is de drukste provinciale weg van de provincie. Al langer klinkt kritiek dat het traject bij Mijdrecht gevaarlijk is en de leefbaarheid van omliggende dorpen onder druk zet. Een eerder voorstel strandde in juni nog in de Staten. Op verzoek van

onder meer het CDA werd het plan toen teruggestuurd: te veel vragen waren nog onbeantwoord en inwoners en gemeente voelden zich onvoldoende gehoord. Daarbij ging het met name over de aansluiting van het Waverseense Pad op de N201 en de aansluiting van Hofland op de N201.

Snel aangepast plan
Die pas op de plaats bleek waardevol. Gedeputeerde Staten werkten in de zomer samen met de gemeente De Ronde Venen en betrokken inwoners aan een verbeterd pakket.

Daarin zijn extra maatregelen opgenomen: de aansluiting op het Waverseense Pad zal door de gemeente worden gerealiseerd, en ook de aansluiting op Hofland wordt onder handen genomen. Rody van der Pouw-Kraan, commissielid voor het CDA in de Provinciale Staten en afkomstig uit Mijdrecht, is tevreden dat het nu snel is opgepakt: “In juni hebben we veel zorgen gehoord dat het van de agenda halen zou leiden tot nóg meer uitstel. Gelukkig zijn Gedeputeerde Staten snel met een nieuw plan gekomen, samen met de gemeente en de inwoners. Wat ons betreft gaan we nu zo snel mogelijk aan de slag met de verlegging van de bocht bij Mijdrecht, én natuurlijk de fietstunnel.”

Belang voor de regio
Volgens de provincie is met het besluit een belangrijk obstakel weggenomen. De werkzaamheden kunnen binnen het beschikbare budget van ruim 70 miljoen euro worden uitgevoerd. Voor ondernemers en inwoners in De Ronde Venen is dat een opluchting: de N201 is de belangrijkste verkeersader van de regio en cruciaal voor de bereikbaarheid van bedrijventerreinen en woonkernen. Met de instemming van Provinciale Staten kan de uitvoering worden voorbereid. Wanneer de schop daadwerkelijk de grond in gaat, is nog niet bekend, maar voor veel betrokkenen is het belangrijkste dat er eindelijk duidelijkheid is.

Ans Bruggeman benoemd tot erelid Reddingsbrigade DRV

Mijdrecht – Tijdens de Algemene Vergadering van Reddingsbrigade De Ronde Venen (op maandag 6 oktober) is Ans Bruggeman benoemd tot erelid. Deze bijzondere onderscheiding is een erkenning voor haar indrukwekkende staat van dienst binnen de vereniging, waar zij zich meer dan veertig jaar met hart en ziel heeft ingezet. Ans begon haar vrijwilligerswerk in 1981, toen zij op zaterdagochtend zwemlessen gaf voor de zwemvaardigheidsdiploma's. Deze taak vervulde zij bijna 25 jaar. In 1997 nam zij de leiding over van de afdeling trimzwemmen op woensdagavond, waar zij tot op heden nog steeds actief zwemt. Daarnaast was zij betrokken bij de oprichting van de afdeling Vrouwenzwemmen in 2000, waarvan zij acht jaar de coördinatie op zich nam. Deze afdeling ging in 2011 over naar Stichting Multi Mundo. Hoewel Ans recent een stapje terug heeft moeten doen, vond het bestuur haar jarenlange inzet reden genoeg om haar voor te dragen als erelid. De benoeming werd met applaus aangenomen door de Algemene Vergadering. Woensdag 8 oktober werd Ans na afloop van haar zwemuurtje feestelijk verrast

door de voorzitter, die haar in het bijzijn van haar mede-trimzwemmers een oorkonde en een bos bloemen overhandigde. Reddingsbrigade De Ronde Venen feliciteert Ans van harte met haar benoeming tot erelid en bedankt haar voor haar jarenlange betrokkenheid en inzet.



Ans Bruggeman is benoemd tot erelid van Reddingsbrigade De Rond Venen. Foto: aangeleverd.



Bezoekers konden hun mening geven over de voorgestelde maatregelen en suggesties doen voor verbeteringen. Foto: aangeleverd.

Vinkeveense inwoners denken mee over infrastructuurplan

Vinkeveen – Verleden week zaterdag vond in de oude betonfabriek De Adelaar aan de Herenweg een inloopdag plaats over het nieuwe infrastructuurplan voor Vinkeveen. Tussen 10.00 en 14.00 uur kregen bewoners de gelegenheid om zich te laten informeren over de geplande

herinrichting van diverse straten, waaronder de Herenweg, Kerklaan, Roerdompstraat, Plevierenlaan, Reigerstraat en Bonkestekersweg. Het plan, dat inzet op verkeersveiligheid en leefbaarheid, omvat onder meer de invoering van een 30 km-zone, bredere fietspaden

aan beide zijden van de weg en verhoogde voetgangersoversteekplaatsen. Gemeenteambtenaren en projectmedewerkers waren aanwezig om vragen te beantwoorden en toelichting te geven op de planning en uitvoering van de werkzaamheden.

Mening geven
Bezoekers konden hun mening geven over de voorgestelde maatregelen en suggesties doen voor verbeteringen. De sfeer was betrokken en constructief: veel inwoners toonden zich positief over de plannen, al klonken er ook zorgen over de bereikbaarheid tijdens de werkzaamheden. De gemeente benadrukt dat de input van bewoners wordt meegenomen in de verdere uitwerking van het plan. “We willen samen met de inwoners zorgen voor een veilige en toekomstbestendige inrichting van Vinkeveen”, aldus een woordvoerder. Wie de inloopdag heeft gemist, kan het plan online bekijken via de gemeentelijke website. Reacties en ideeën blijven welkom.

William Mayenburg wint klaverjassen

Vinkeveen - Er is vrijdag 17 oktober weer prijsklaverjassen in Café Biljart de Merel, Arkenpark Mur 43, in Vinkeveen. Er worden vier ronden van zestien giffies gespeeld. Afgelopen vrijdag was William Mayenburg de beste kaarter met 7.458 punten. Als tweede eindigde Maurits de Vries met 6.995 punten en derde werd Greet Veraar met

6.897 punten. De poedelprijs was voor Ria van Es met 4.615 punten. Inschrijving kan via 06 - 4794 4950 of demereldorus3@gmail.com. Volgende data voor de competitie 2025-2026 zijn 17 en 31 oktober, 14 en 28 november, 12 december, 9 en 23 januari, 6 en 20 februari, 20 maart, 3 en 17 april, 1,15 en 29 mei, 12 en 26 juni en 10 juli.

Kroegendrive Abcoude levert 2.250 euro op voor Angstelborgh

Abcoude/Baambrugge - Vertegenwoordigers van Stichting Angstelborgh ontvingen 8 oktober een cheque van 2.250 euro uit handen van de voorzitters van Rotaryclub Vinkeveen-Abcoude en Bridgeclub De Hulksbrug. De opbrengst is afkomstig van de tweede editie van de Kroegendrive, een jaarlijks bridge-toernooi dat in mei plaatsvond in diverse horecagelegenheden in Abcoude. Angstelborgh vervult een belangrijke sociale functie voor senioren uit Abcoude en Baambrugge. Het

centrum biedt dagelijks activiteiten zoals biljart, bridge, bingo en filosofie, mede mogelijk gemaakt door een grote groep vrijwilligers. De donatie komt op een cruciaal moment: recent stond het voortbestaan van Angstelborgh onder druk door bezuinigingsplannen. De organisatoren spreken van een geslaagde editie en benadrukken het belang van lokale betrokkenheid. Dankzij initiatieven als de Kroegendrive blijft Angstelborgh een plek waar ontmoeting en verbinding centraal staan.



V.l.n.r. Monique Noordman (Angstelborgh), Marc de By (Rotary), Michaël Guggenheim (Angstelborgh), Wouter van Balen (BC De Hulksbrug) en Cornelia Runia (Rotary). Foto: aangeleverd.



Zeldzame kraanvogels gespot in Mijdrecht. Foto: Gerrit Tiemens.

Zeldzame kroonkraanvogels gespot in Mijdrechtse polder

Mijdrecht – In de vroege ochtend van zondag 8 oktober zijn in het poldergebied langs de Tienboerenweg in Mijdrecht twee grijze kroonkraanvogels waargenomen. De verschijning van deze exotische vogels in het Hollandse landschap is opmerkelijk, gezien hun normale habitat zich bevindt in de savannes van Afrika.

Statige houding
De kroonkraanvogel, herkenbaar aan zijn statige houding, grijze verenkleed en karakteristieke gouden kruinveren, wordt in Nederland zelden in het wild

gezien. Meestal zijn ze te bewonderen in dierentuinen of gespecialiseerde vogelparken zoals Avifauna. Hun aanwezigheid in het open veld van Mijdrecht roept vragen op over hun herkomst en verblijf.

De waarneming vond plaats op een locatie die bekendstaat om haar rust en weidse uitzicht over het polderlandschap. Tegen deze achtergrond vormden de vogels een bijna surrealistisch tafereel, dat niet alleen ornithologen maar ook natuurliefhebbers zal intrigeren.



Lijf & gezondheid

Lees je fit!

Bewegen

Voeding

Psyche

Medisch | Zorg

Uiterlijk

Mode

oktober 2025



Let op wat je eet voordat je een afspraak hebt

Een eerste indruk draait niet alleen om je uitstraling of de woorden die je kiest. Ook geur en adem spelen een grote rol in hoe anderen je ervaren. Soms zijn we ons daar niet eens van bewust, maar voeding heeft een directe invloed op beide. Wat je eet kan uren later nog merkbaar zijn in je ademhaling of lichaamsgeur. Zeker wanneer je een date, een sollicitatiegesprek of een belangrijke vergadering hebt, kan het verschil maken of je op voorhand slim kiest wat je op je bord legt.

Iedereen kent de beruchte effecten van knoflook en uien. Deze ingrediënten bevatten zwavelverbindingen die, nadat je ze hebt verteerd, in je bloedbaan terechtkomen en via je longen weer naar buiten komen. Het resultaat: een geur die tandenpoetsen of een pepermuntje niet zomaar wegneemt. Je ademt het letterlijk uit. Ook koffie en alcohol staan bekend om hun invloed op je adem. Koffie droogt de mond uit, waardoor geur-producerende bacteriën meer ruimte krijgen. Alcohol doet iets soortgelijks en zorgt bovendien voor een herkenbare geur die uit je poriën en via je adem ontsnapt.

Praktisch voorbeeld: heb je een sollicitatie in de ochtend? Vermijd een stevig ontbijt met ui of knoflook, en stel die sterke espresso beter even uit tot na je gesprek.

Kies in plaats daarvan voor groene thee of kruidenthee; die hydrateren en laten minder geursporen achter.

Hoe voeding je lichaamsgeur beïnvloedt

Niet alleen je adem, maar ook je lichaamsgeur staat onder invloed van wat je eet. Zweet op zich ruikt niet, maar de stoffen die in je zweet terechtkomen, worden door huidbacteriën afgebroken tot geuren. Eet je vaak rood vlees of sterk gekruide maaltijden, dan kunnen die reststoffen langer in je lichaam blijven circuleren, met een intensere lichaamsgeur als gevolg. Specerijen werken verschillend. Komijn, curry en knoflook geven snel een doordringende geur, terwijl kruiden als peterselie, munt en koriander juist frisse tonen kunnen toevoegen. Ook fruit, zoals sinaasappels of appels,

heeft een mild effect op je lichaamsgeur. **Praktisch voorbeeld:** ga je uit eten op een eerste date? Dan kan een lichte maaltijd met vis, groenten en rijst een betere keuze zijn dan een pittige curry met veel knoflook. Niet alleen blijf je frisser ruiken, je voelt je ook lichter en energiever.

Wat te eten vóór een belangrijke afspraak

Wie zich bewust voorbereidt, kan veel ongemak voorkomen. Een paar richtlijnen en voorbeelden helpen hierbij: Voor een sollicitatie in de ochtend kies je een ontbijt met havermout, vers fruit en water of kruidenthee. Dat geeft energie zonder nare geuren. Vermijd spek, eieren met ui of veel koffie vlak voor vertrek. Voor een zakelijke lunch ga je voor een salade met kip, linzen of quinoa en verse groenten. Vraag de dressing apart, zodat je zelf de hoeveelheid bepaalt. Vermijd te vette sauzen of gerechten met veel look. Voor een date in de avond werkt een lichte maaltijd vaak beter dan zware gerechten. Denk aan gegrilde zalm met groente of een vegetarische pasta met basilicum. Vermijd

gerechten waarvan je weet dat ze lang blijven hangen, zoals shoarma of pittige curry. Ook tussendoortjes spelen een rol. Een appel of een handje noten helpt om je bloedsuiker stabiel te houden én kan een natuurlijke frisse geur geven. Kauwen op wat peterselie of munt is een klassiek trucje dat al eeuwenlang wordt gebruikt om adem op te frissen.

Kleine gewoontes met groot effect

Naast de keuze van je maaltijd zijn er gewoontes die een groot verschil maken. Drink de uren voor je afspraak voldoende water: dit voorkomt een droge mond en spoelt geurstoffen sneller weg. Kies voor suikervrije kauwgom als je onderweg bent; dat helpt niet alleen om je adem tijdelijk te verfrissen, maar stimuleert ook de speekselproductie. Zorg ook dat je lichaam de tijd krijgt om te verteren. Wie vlak voor een afspraak nog snel een zware maaltijd eet, loopt het risico op niet alleen geurproblemen, maar ook een opgeblazen gevoel of vermoeidheid. Een lichte snack met fruit of groenten kort voor vertrek is meestal voldoende.

Waarom word je dikker van alcohol?

Alcohol en gewichtstoename zijn onderwerpen die vaak met elkaar in verband worden gebracht. Toch is het niet altijd duidelijk hoe dat precies werkt. Veel mensen merken dat ze aankomen wanneer ze regelmatig een drankje nemen, ook al eten ze verder niet veel meer. Het idee dat een paar glazen wijn of bier per week geen kwaad kunnen, blijkt in de praktijk vaak tegen te vallen. Er spelen namelijk meerdere processen in het lichaam mee die samen zorgen voor extra kilo's.

Alcohol levert veel calorieën

Wat veel mensen vergeten, is dat alcohol zelf behoorlijk veel energie levert. Een gram alcohol bevat ongeveer zeven kilocalorieën. Dat is bijna net zoveel als vet, dat negen kilocalorieën per gram heeft, en aanzienlijk meer dan koolhydraten of eiwitten, die vier kilocalorieën per gram leveren. Een standaardglas wijn of bier bevat al snel rond de honderd tot honderdvijftig kilocalorieën. Cocktails en mixdrankjes kunnen zelfs oplopen tot driehonderd kilocalorieën per glas, vooral door de suikerrijke frisdranken of siropen die erbij gemengd worden. Het probleem is dat deze calorieën vaak ongemerkt worden genuttigd. Een paar glazen tijdens een avondje uit lijken misschien onschuldig, maar kunnen optellen tot honderden calorieën die bovenop je dagelijkse behoefte komen. Omdat het drinken van alcohol niet hetzelfde verzadigingsgevoel geeft als het eten van een maaltijd, pas je je eetgedrag er meestal niet op aan.

Het lichaam stopt met vet verbranden

Een ander belangrijk mechanisme heeft te maken met de manier waarop je lichaam alcohol verwerkt. Voor je lever is alcohol een giftige stof die zo snel mogelijk moet worden afgebroken. Zodra je een drankje neemt, krijgt de afbraak van

alcohol voorrang boven andere processen. Dat betekent dat de verbranding van vetten en koolhydraten tijdelijk wordt stilgelegd. Alles wat je op dat moment eet, of wat al in je bloedbaan circuleert, wordt daardoor minder efficiënt verbrand en eerder opgeslagen als vetreserve. Dit verklaart waarom alcohol vaak leidt tot een toename van buikvet, zelfs als je qua voeding niet overdreven veel extra binnenkrijgt. Het is niet de alcohol alleen die je dik maakt, maar vooral de manier waarop het je stofwisseling beïnvloedt.

Meer trek en minder remming

Naast de directe effecten op de calorïe-inname en vetverbranding speelt ook gedrag een rol. Alcohol kan je eetlust vergroten en verlaagt je zelfbeheersing. Waar je nuchter misschien de schaal met bitterballen laat staan, is die na een paar drankjes opeens veel moeilijker te weerstaan. De combinatie van calorïerijke drank en extra snacks maakt dat een gezellige avond in de kroeg of bij vrienden vaak eindigt met een forse overschrijding van je energiebehoefte. Ook de dag erna kan alcohol een rol spelen. Een kater gaat vaak gepaard met trek in vet en zout eten, waardoor de totale calorïe-inname over meerdere dagen verhoogd wordt. Zo kan een wekelijks avondje stap-



pen ongemerkt bijdragen aan een structurele gewichtstoename.

Slaap en hormonen

Een ander aspect dat minder bekend is, betreft de invloed van alcohol op slaap en hormonen. Alcohol lijkt je sneller te laten inslapen, maar verstoort de diepe slaap en zorgt voor meer onderbrekingen gedurende de nacht. Slechte slaap is sterk gelinkt aan gewichtstoename, onder meer doordat de hormonen die honger en verzadiging regelen uit balans raken. Je krijgt meer trek in energierijk voedsel en je hebt minder energie om gezonde keuzes te maken of te bewegen.

Een concreet voorbeeld

Stel dat iemand elk weekend zes glazen bier drinkt. Dat zijn ongeveer negenhonderd kilocalorieën per avond, ofwel achttienhonderd kilocalorieën per week. Als je bedenkt dat één kilo lichaamsvet ongeveer zeventuizend kilocalorieën vertegenwoordigt, kan dit patroon in theorie

leiden tot ruim twaalf kilo gewichtstoename in een jaar, mits er verder niets in het eetpatroon verandert. Natuurlijk compenseert het lichaam soms een deel van die extra calorieën, maar dit rekenvoorbeeld laat duidelijk zien hoe snel het kan oplopen.

Bewustwording

Dikker worden van alcohol is geen mythe, maar een logisch gevolg van meerdere processen. Alcohol levert veel calorieën zonder verzadiging, legt de vetverbranding tijdelijk stil, stimuleert extra eetgedrag en verstoort ook nog eens de slaap en hormoonbalans. Het is dus niet alleen het drankje zelf dat telt, maar ook het totale effect op je leefstijl en stofwisseling. Af en toe een glas hoeft geen probleem te zijn, maar regelmatig en ruim drinken kan ongemerkt een belangrijke factor worden in gewichtstoename. Bewustwording van deze mechanismen kan helpen om betere keuzes te maken, zonder dat je helemaal hoeft af te zien van een drankje.

Wallen en donkere kringen: oorzaken en oplossingen



Een frisse, uitgeruste blik is iets waar velen naar verlangen. Toch hebben veel mensen regelmatig te maken met wallen of donkere kringen onder de ogen. Deze uiterlijke kenmerken worden vaak geassocieerd met vermoeidheid, stress of een ongezonde levensstijl, maar de werkelijkheid is complexer. Er zijn namelijk diverse oorzaken die bijdragen aan het ontstaan ervan, en ook de aanpak verschilt per persoon.

De huid rondom de ogen is dun en kwetsbaar. Hierdoor vallen veranderingen in de doorbloeding of vochtbalans direct op. Wallen ontstaan meestal doordat zich vocht of vet onder de huid ophoopt. Dit kan het gevolg zijn van een slechte lymfedrainage, een zoutrijke maaltijd, hormonale schommelingen of simpelweg het ouder worden. Naarmate we ouder worden, verzwakken de spieren rondom de ogen en zakt het vetweefsel langzaam naar beneden, waardoor de huid een opgezwollen aanblik krijgt. Donkere kringen hebben een andere achtergrond. Ze ontstaan wanneer de bloedvaten onder de dunne huid beter zichtbaar worden. Dit kan komen door vermoeidheid, die de doorbloeding vertraagt en de huid bleker maakt, waardoor adertjes meer opvallen. Ook genetische aanleg speelt een rol: sommige mensen hebben van nature een dunnere huid of een diepere oogkas, waardoor kringen prominenter lijken. Daarnaast kan pigmentatie onder de ogen zorgen voor een grauwe of bruine verkleuring, iets wat vooral bij mensen met een donkere huid vaker voorkomt.

De invloed van leefstijl

Leefstijl speelt een belangrijke rol in hoe zichtbaar wallen en kringen zijn. Slecht of te weinig slapen leidt tot vochttophopping en een tragere afvoer van afvalstoffen in de huid. Ook stress kan bijdragen aan een vermoeide blik doordat het hormoon cortisol invloed heeft op de vochtbalans en de elasticiteit van de huid. Voeding is eveneens van belang. Te veel zout of alcohol kan ervoor zorgen dat vocht zich ophoopt onder de ogen, terwijl uitdroging juist een dofte huid veroorzaakt waardoor kringen meer naar voren komen. Roken verergert dit effect nog

eens extra, omdat het de doorbloeding van de huid verslechtert en de huid sneller doet verouderen.

Wat kun je eraan doen?

Omdat de oorzaken van wallen en donkere kringen uiteenlopen, bestaan er geen wondermiddelen die bij iedereen werken. Wel zijn er verschillende benaderingen die verlichting kunnen bieden. Een goede nachtrust is vaak de eerste stap. Het lichaam krijgt tijdens de slaap de kans om vocht en afvalstoffen af te voeren en de huid te herstellen. Ook hydratatie is belangrijk. Voldoende water drinken zorgt voor een betere doorbloeding en een gezondere huidstructuur. Daarnaast kunnen eenvoudige thuisoplossingen tijdelijk verlichting geven. Het koelen van de huid, bijvoorbeeld met een koud washandje of schijfjes komkommer, vernauwt de bloedvaten en vermindert zwelling. Voor wie last heeft van pigmentatie kunnen crèmes met vitamine C of retinol helpen, omdat deze ingrediënten de huid egaler maken en de aanmaak van collageen stimuleren. Ook cafeïne in oogcrèmes kan effectief zijn, omdat het de doorbloeding bevordert en de huid tijdelijk strakker maakt. Wanneer wallen of kringen vooral door erfelijke factoren worden veroorzaakt, zijn de mogelijkheden beperkter. In dat geval kan cosmetische behandeling uitkomst bieden. Fillers worden soms gebruikt om dieperliggende oogkassen op te vullen, terwijl laserbehandelingen of chemische peelings pigmentatie kunnen verminderen. Het is echter belangrijk om dergelijke behandelingen zorgvuldig af te wegen en altijd professioneel advies in te winnen.

Sporten met plezier in een vertrouwde omgeving

Een studio in het hart van Aalsmeer. In de Zijdstaat 9 zit sinds 2022 de studio van Personal Fitness Nederland Aalsmeer.

Even voorstellen

Mijn naam is Mandy Akkermans, 51 jaar en ik ben afgestudeerd aan de ALO (academie voor lichamelijke opvoeding). Als Personal trainer en lifestyle coach werk ik samen met mijn collega Eric Jan aan het verlangen van mensen uit Aalsmeer en omgeving om gezonder en met meer energie in het leven te staan.

Bewegen met aandacht

Bewegen en gezondheid hebben altijd een belangrijke rol in mijn leven gespeeld. Als echt mensenmens haal ik er veel voldoening uit om anderen te helpen en ook het beste uit zichzelf te halen.

Persoonlijke begeleiding op maat

In onze sportstudio bieden wij zowel Personal Training als groepslessen aan, waarbij persoonlijke aandacht en plezier centraal staan. Daarbij gaat het niet alleen om bewegen, maar om het totaalplaatje: beweging, voeding en de juiste mindset. Door middel van persoonlijke coaching en training werken we samen aan een gezonde leefstijl.

Een plek waar iedereen zich welkom voelt

Wat onze studio bijzonder maakt, is de persoonlijke sfeer. Iedereen mag zich hier welkom voelen, ongeacht leeftijd of niveau.

Sporten is leuk! Of je nu wilt afvallen, fitter of sterker worden of gewoon met plezier wilt bewegen: in onze vertrouwde omgeving werken we stap voor stap aan jouw doelen!

Kom langs in de Zijdstaat 9 en ontdek hoe leuk sporten kan zijn!

Jouw fitte toekomst begint hier bij Personal Fitness Nederland Aalsmeer. Voor meer informatie: www.personalfitnessnederland.nl of bel: 06-23442994





Lesrooster seizoen 2025-2026: Op een laagdrempelige manier sporten bij KDO D.A.G. groepslessen.

Gymnastiek/turnen jeugd: Maandag 14:30-15:15 uur: Peuter- en kleutersport (volgens het Nijntje beweegdiploma.)
Turnen voor kinderen vanaf 5 jaar
Maandag 15:30-19:30 uur:
Mail gymnastiek@kdo.nl voor een proefles.

Volwassenen: Maandag 09:00 - 10:00 uur: Bodyshape
Maandag 19:00 - 20:00 uur en 20:00 - 21:00 uur: Aerobics
Dinsdag 19:30 - 20:30 uur: Yoga/yin en Yoga/body mind
Woensdag 09:00 - 10:00 uur: Power circuit training **NIEUW!**
Woensdag 19:00 - 20:00 uur: Dance + shape
Woensdag 20:00 - 21:00 uur en donderdag 18:30 - 19:30 uur: Pilates
Donderdag 19:30 - 20:30 uur: Yoga Yin

Senioren: Woensdag 10:00 - 11:00 uur: Senior Fit
Woensdag 10:15 - 11:15 uur: Yoga +
Donderdag 16:00 - 17:00 uur: Fit Plus
Vrijdag 08:30 - 09:30 uur: Fifty Fit

De contributie €152,50 of €177,50 (all-in €295.00) per seizoen
Alle lessen zijn in een sporthal bij KDO, Vuurlijn 51, 1424 NN De Kwakel.
Kom vrijblijvend keertje meedoen.

LEESEMANT

TANDPROTHETISCHE PRAKTIJK

Wij zorgen voor een perfect passende oplossing voor iedere gebitsprothese

- Persoonlijke aandacht op een vertrouwd adres
- Goede samenwerking met tandartsen en implantologen
- Gratis en vrijblijvend advies
- Vergoeding door alle zorgverzekeraars

Ook voor een huisbehandeling kunt u ons benaderen

Reparaties klaar terwijl u wacht

Wij werken volgens KNMT-richtlijn infectiepreventie

Belt u ons gerust voor een afspraak



Leeseman Tandprotheticus Uithoorn

Prinses Christinalaan 133
1421 BH Uithoorn
Tel. 0297 565 474

www.leesemantandprotheticus.nl

OPEN DAG

De Herbergier Leimuiden



Wij openen met trots de deuren van
Herbergier Leimuiden en nodigen u van harte uit
om kennis te maken. Kom sfeer proeven, ontmoet
ons team en ontdek hoe wij een warm thuis
bieden aan mensen met geheugenproblemen.

Wat kunt u verwachten:

- Rondleidingen door ons huis
- Kennismaken met het zorgteam
- Koffie, thee en iets lekkers
- Informatie over wonen en werken bij de Herbergier

Datum: 25 oktober 2025

Tijd: 13:00 uur - 15:00 uur

Adres: Dokter Stapenséastraat 34
2451 AD Leimuiden

Wij kijken ernaar uit u te ontmoeten bij onze open dag!

@HerbergierLeimuiden | +31628413008 | info@leimuiden.herbergier.nl



Een oneindige afdaling op de indoorpiste aan het Schinkeldijkje

Aalsmeer - Aan het Schinkeldijkje op de grens van Amstelveen en Aalsmeer zit sinds 2015 Skischool Amstelveen (achter Loogman Tanken/wassen). Hier krijg je indoor skiles of snowboardles op een bewegende helling. Dat is een soort lopende band die onder je door rolt. Dus je kunt eindeloos afdalen. Omdat de snelheid aangepast kan worden is de baan zowel geschikt voor beginnende als (ver)gevoerde skiërs en boarders!

De skimat is gemaakt van zacht materiaal en daardoor valvriendelijk. Door de aard van het gebruikte materiaal en de uitvoering van de baan zijn blessures eigenlijk uitgesloten. De structuur van de mat benadert de echte sneeuwomstandigheden. De banen kunnen via een noodstop direct worden stilgezet mocht je komen te vallen. Veiliger kan het niet! Bij de lessen zijn het gebruik van alle materialen (ski's en snowboards, skischoenen of snowboardschoenen, skistokken en helmen) inbegrepen. Als je zelf skischoenen, snowboardschoenen of een eigen helm hebt, dan is het mogelijk om die te gebruiken. Een les op een indoorrolpiste duurt één uur. Dit uur is opgedeeld in blokjes van 10 minuten skiën

afgewisseld met 10 minuten rust. Een half gevorderde skiër skiet op de indoorrolpiste met een gemiddelde snelheid van 14 kilometer per uur. De skiër legt in een lesuur dus 30 minuten = 7 km af op de skibaan. Indien deze skiër 10 lessen volgt heeft hij of zij er maar liefst 70 trainingskilometers opzitten! Een gemiddelde kunstsneeuwbaan is 150 meter lang. Een gevorderde skiër skiet in een uur maximaal 12 x naar beneden en 'verspeelt' een hoop tijd in de lift naar boven. Deze skiër legt in een lesuur dus 150 meter x 12 = 1,8 km af. Indien deze skiër 10 uur aan het skiën is heeft hij of zij slechts 18 trainingskilometers afgelegd. Misschien herken je het wel, je skileraar geeft aan dat je minder met je bovenlichaam moet

draaien maar voor je gevoel houd je dat al helemaal stil! Een groot voordeel van onze indoorpiste ten opzichte van skiles in de sneeuw is dat je in de spiegel die voor de baan staat, direct kunt zien wat je verkeerd of juist goed doet. Hierdoor is het makkelijker om tips van de leraar daadwerkelijk in de praktijk te brengen.

Nog enkele voordelen van een indoorpiste

- Indoor, dus binnen en nooit last van slecht weer;
- Privé, je staat altijd maximaal met zijn tweeën gelijktijdig op de baan en met maximaal 4 personen per uur (dus 10 minuten op/10 minuten af). Je wordt tijdens de les optimaal privé begeleid door jouw leraar, kan het nog persoonlijker?
- Alle niveaus, van absolute beginners tot ver-gevorderden, iedereen heeft bij Skischool Amstelveen een optimale voorbereiding op de wintersport;
- Techniek trainen, je optimaliseert je ski- en snowboard techniek door onze gediplomeerde leraren;
- Geen wachttijden bij liften of moeizaam geklauter langs hellingen;
- Maximaal rendement van je les door eindeloze skihelling;
- Veilig sporten door een optimaal veilige constructie en hierdoor minimale kans op blessures;
- Skitraining én skigymnastiek gecombineerd, op een unieke manier naar de sneeuw met een TOP-conditie!

Faciliteiten:

- 2 Indoorskibanen
- Kleedruimte
- Gezellige bar met heerlijke koffie en binnenterras
- WIFI
- Gratis parkeren



Wij geven les aan kinderen vanaf de volgende leeftijden:

- Skiën vanaf 6 jaar
- Snowboarden vanaf 9 jaar

Behalve particulieren of groepen staan er ook regelmatig skileraren en -trainers op de baan. In samenwerking met de Nederlandse Skivereniging en Snowsports Academy is Skischool Amstelveen ook een opleidingslocatie voor skileraren. Naast cursussen voor leraren en de normale skilessen of snowboardtrainingen biedt Skischool Amstelveen ook VIP-lessen (een privé training voor jou alleen met videoanalyse). Maar de deur staat ook open voor skionderhoud en snowboard onderhoud, bedrijfsbijeenkomsten en zelfs verjaardagspartijtjes.



Daar word je beter van...

Skischool Amstelveen
Schinkeldijkje 16k | 1432 CE Aalsmeer
020-7373067 | www.skischoolamstelveen.nl

Werknemers zitten gemiddeld bijna negen uur per werkdag



In 2024 brachten Nederlandse werknemers gemiddeld 8,9 uur per werkdag zittend door. Dat bestond uit 4,5 uur tijdens het werk, 1,1 uur woon-werkverkeer (exclusief fietsen) en 3,3 uur vrije tijd. In vergelijking met 2019 is er nauwelijks verandering: toen lag het gemiddelde op 8,6 uur. Dit blijkt uit de Nationale Enquête Arbeidsomstandigheden (NEA) van het CBS en TNO, waarvoor ruim 60.000 werknemers werd gevraagd naar hun zitgedrag.

Zitten vormt een groot deel van de werkdag. Omdat langdurig zitten en weinig bewegen samenhangen met gezondheidsrisico's en maatschappelijke kosten, is inzicht in dit gedrag belangrijk. Daarbij gaat het niet alleen om het werk, maar ook om de tijd die werknemers zittend doorbrengen in hun vrije uren.

ICT'ers zitten het meest

Niet alle beroepen zijn gelijk: in 2024 zaten werknemers in ICT-functies gemiddeld het langst tijdens hun werkdag, namelijk 7,1 uur. Ook medewerkers in administratieve en bedrijfseconomische beroepen, zoals accountants, brachten veel tijd zittend door (6,4 uur). Aan de andere kant zaten werknemers in dienstverlenende beroepen, zoals schoonmakers, kelners en barpersoneel, het minst: gemiddeld slechts 1,1 uur per werkdag.

Thuiswerken vergroot zitduur

Werknemers die (deels) thuiswerken brengen aanzienlijk meer tijd zittend door dan werknemers die uitsluitend op locatie werken:

- Altijd op locatie: 3,0 uur per werkdag
- Deels thuiswerken (20–60% van de werktijd): 6,3 tot 6,8 uur
- Altijd thuiswerken: 6,3 uur

Opvallend is dat volledig thuiswerkers iets minder zitten dan collega's die

het grootste deel van hun tijd thuiswerken. Ook beeldschermgebruik speelt mee: wie dagelijks zes uur of meer achter een scherm werkt, zit gemiddeld 6,8 uur. Bij minder schermtijd is dat slechts 2,7 uur.

Grootste verschillen in dienstverlenende beroepen

Het verschil tussen thuiswerkers en niet-thuiswerkers is het sterkst zichtbaar in dienstverlenende en commerciële beroepen:

- Dienstverlenend: thuiswerkers 3,3 uur tegenover 1,0 uur bij niet-thuiswerkers
- Commercieel: thuiswerkers 6,6 uur tegenover 2,2 uur bij niet-thuiswerkers

In sectoren waar het werk sowieso veel zitgedrag vraagt, zoals ICT en administratief werk, liggen de verschillen kleiner: daar zitten werknemers al relatief veel, ongeacht de werkplek.

Sport compenseert niet volledig

Hoewel sport en beweging belangrijk zijn voor de gezondheid, blijkt dat bijna negen uur per dag zitten nauwelijks te compenseren is met lichaamsbeweging. Onderzoek laat zien dat zelfs een uur intensief sporten per dag de negatieve effecten van langdurig zitten maar deels wegneemt. Het probleem zit niet alleen in het gebrek aan beweging, maar ook in de lange periodes van inactiviteit achter elkaar.

Beleid kan je mentale gezondheid beïnvloeden



Als we het hebben over depressie, denken we vaak aan persoonlijke factoren zoals stress, relaties of gezondheid. Maar een groot internationaal onderzoek laat zien dat ook beleid en maatschappelijke omstandigheden een enorme invloed hebben op ons mentale welzijn. Denk aan werk, inkomen en ouderschapsverlof: keuzes die de overheid maakt, kunnen direct bepalen hoe groot de kans is dat mensen depressief worden.

Uit het onderzoek blijkt dat werk hebben vaak een beschermend effect heeft tegen depressie. Niet alleen vanwege het salaris, maar ook omdat werk structuur en sociale contacten geeft. Wanneer mensen hun baan verliezen of in financiële onzekerheid belanden, stijgt het risico op depressieve klachten duidelijk. Dat is terug te zien in veel landen, van Nederland en Duitsland tot de VS en Japan. Met andere woorden: inkomenszekerheid en toegang tot werk zijn meer dan economische kwesties. Ze zijn ook cruciaal voor onze mentale gezondheid.

Ouderschapsverlof: tijd met je kind loont

Een opvallende bevinding is dat betaald ouderschapsverlof, vooral voor moeders, het risico op depressie verlaagt. Ouders die de tijd krijgen om zonder financiële zorgen te wennen aan hun nieuwe rol, ervaren minder stress en meer veerkracht. Hoewel er minder onderzoek is gedaan naar vaders, lijkt ook voor hen voldoende verlof positief te werken. Het laat zien dat beleid rond ouderschap niet alleen belangrijk is voor gezinnen, maar ook voor het mentale welzijn van de samenleving als geheel.

Gevaren van bezuinigingen

Het onderzoek laat ook zien wat er gebeurt wanneer sociale vangnetten worden inge-

perkt. Bezuinigingen op uitkeringen, striktere toegang tot voorzieningen of onzekerheid rond wonen en inkomen leiden vrijwel altijd tot een toename van depressieve klachten. Vooral kwetsbare groepen, zoals alleenstaande ouders of gezinnen met lage inkomens, worden hierdoor getroffen.

Beleid als preventie tegen depressie

Veel programma's om depressie te voorkomen richten zich op individuen, bijvoorbeeld door trainingen of therapieën. Die zijn nuttig, maar pakken vaak maar een deel van het probleem aan. Beleidsmaatregelen kunnen een veel groter verschil maken, omdat ze de omstandigheden van hele bevolkingsgroepen verbeteren. Werkgelegenheid, inkomenszekerheid, sociale voorzieningen en verlofregelingen blijken krachtige instrumenten om depressie te voorkomen.

Wat betekent dit voor ons?

Dit onderzoek benadrukt dat depressie niet alleen een individueel probleem is, maar ook een maatschappelijk vraagstuk. Als samenleving kunnen we invloed uitoefenen door beleid te steunen dat zekerheid en stabiliteit biedt. Werk, inkomen, verlof en sociale vangnetten zijn niet alleen economische onderwerpen, maar ook fundamenteel van onze mentale gezondheid.

Sporten bij VDO Sport, een kwestie van gewoon doen!

'Volhouden doet overwinnen' is het inmiddels wat ouderwets aan doende motto van vereniging VDO Sport. In 1946 hebben de oprichters van onze vereniging deze mooie naam bedacht en sindsdien maken al onze leden ons motto elke week weer met plezier waar. Sommigen zelfs meerdere keren per week!

Dat laatste is ook niet zo moeilijk, want VDO biedt verschillende activiteiten aan zoals yoga, pilates, bodyshape, dance en conditietraining. En ook nog eens op verschillende locaties verspreid door Uithoorn. Onze professionele leidsters geven met veel enthousiasme les en zorgen voor een goede sfeer waardoor iedereen zich snel thuis voelt. Op die manier is volhouden helemaal niet zo moeilijk en is iets 'overwinnen' om elke week naar de les te gaan niet nodig! Kom zelf eens kijken hoe het toegaat bij VDO door een gratis proefles te volgen, bijvoorbeeld. Iedereen, van jong tot oud is van harte welkom bij ons en proefdraaien in een les is altijd moge-

lijk. Onze abonnementen zijn flexibel, een les per week kan, maar onbeperkt sporten is ook mogelijk. Op onze website www.vdosport.nl staat alle informatie over de tijden en locatie van de lessen en over onze abonnementen.



De Herbergier is een een toegankelijk huis met open deuren

Een warm thuis

Een Herbergier biedt een vertrouwde omgeving waar bewoners zich gekend, gezien en gehoord voelen. Met onze bewoners, ondernemers en een vast team van medewerkers vormen we een intieme, ondersteunende gemeenschap.

Kleinschaligheid en veiligheid

De Herbergier is een toegankelijk huis met open deuren. Bewoners zijn een onderdeel van de samenleving en horen er bij. Familie en vrienden zijn altijd welkom. Aandacht van de inwonende zorgondernemers, medewerkers en bekendheid in de buurt zorgen voor een veilig klimaat.

Thuis in een Herbergier

Een Herbergier is een kleinschalige woonvoorziening voor 16 - 24 mensen met dementie. Sinds de start van de eerste Herbergier in 2007 zijn inmiddels 55 Herbergiers in heel Nederland geopend. De bewoners en de verantwoordelijke zorgverleners wonen er op een zo gewoon mogelijke manier met elkaar samen.

De korte communicatielijnen, open deuren, warmte en persoonlijke aandacht bewijzen dat zorg voor ouderen met dementie ook anders kan. Met een focus op welzijn, persoonlijke aandacht en warme zorg.

Olijfgroen: de tijdloze trendkleur met karakter

Olijfgroen is al jarenlang een vaste waarde in de modewereld, maar dit seizoen is de kleur opvallend aanwezig op straat en in de collecties van grote ontwerpers. Van elegante mantels tot stoere cargobroeken en zachte knitwear: olijfgroen blijkt een verrassend veelzijdige tint die bij vrijwel iedereen past.

De kleur, ergens tussen groen en bruin in, ontleent haar naam aan de olijfbloem en roept direct een gevoel van natuur en rust op. Dat maakt olijfgroen niet alleen mooi, maar ook betekenisvol in een tijd waarin duurzaamheid en verbondenheid met de natuur steeds belangrijker worden. Veel ontwerpers kiezen bewust voor natuurlijke tinten als reactie op de drukte en digitalisering van het moderne leven. Olijfgroen straalt kalmte uit, maar heeft tegelijk een stoere, aardse uitstraling – precies de balans waar veel mensen naar zoeken. Ook qua combinaties is de kleur verrassend makkelijk. Olijfgroen gaat prachtig samen met neutrale tinten als beige, zand en crème, maar kan ook een krachtig contrast vormen met felle accenten zoals koraal-

rood of goudgeel. In een volledig monochrome outfit oogt de kleur chic en modern, terwijl een olijfgroene jas of tas juist subtiel karakter toevoegt aan een verder minimalistische look. De populariteit van olijfgroen past bovendien in de bredere trend van duurzame mode. Veel merken werken met natuurlijke verfstoffen of gerecyclede materialen, en olijfgroen sluit qua uitstraling naadloos aan bij dat milieubewuste imago. Het is een kleur die niet snel vervelt, seizoen na seizoen meegaat en dus een slimme investering vormt voor elke garderobe. Kortom: olijfgroen is veel meer dan zomaar een trendkleur. Het is een tint met diepte, elegantie en een vleugje natuur – perfect voor wie op zoek is naar mode met stijl én betekenis.





PFN
Personal Fitness Nederland

9,3 "GEWELDIG"
uit 1606 reviews



Get fit for life!

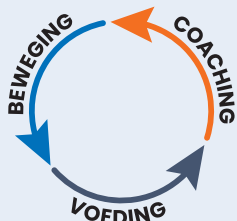
Geen resultaat = geld terug

**GRATIS
PROEF-
WEEK!**

- ✓ Gratis healthcheck
- ✓ Gratis receptenboek
- ✓ Gratis trainingssessie op maat

Zet bij ons de eerste stap naar een fitter, gezonder en gelukkiger leven!
Volg bij ons het **Fit for Life programma** en wij doen je namens ons hele team de onderstaande beloftes!

- ✓ Afvallen
- ✓ Fysieke en/of mentale klachten verhelpen
- ✓ Fit, vitaal en energiek worden
- ✓ Persoonlijke aandacht en begeleiding
- ✓ 100% resultaatgarantie



📍 Zijdstaat 9, 1431 EA Aalsmeer 📞 06-23442994
✉ aalsmeer@personalfitnessnederland.nl

Scan de QR code of kijk op www.pfn.nu/aalsmeer

Kom sporten bij VDO!



Bodyshape, Conditietraining, **Latin dance**, Pilates (ook 65+),
DanceFit, Hatha Yoga, Yin Yoga

- Onbeperkt sporten voor € 275 voor het hele seizoen
- Eén les per week € 210 voor het hele seizoen
- Ruim aanbod van Body & Mind lessen én Pilates voor senioren!
- Lessen zowel overdag als 's avonds
- Lessen op 3 verschillende locaties verspreid over Uithoorn
- Loop eens binnen voor een **gratis proefles!**

Bodyshape

Maandag 09.15-10.15
Woensdag 19.00-20.00
Woensdag 20.00-21.00

Pilates

Maandag 20.30-21.30
Dinsdag 15.30-16.30 65+!
Woensdag 19.15-20.15
Donderdag 09.00-10.00
Donderdag 19.30-20.30

Latin Dance

Dinsdag 20.00-21.00

Conditietraining

Dinsdag 19.00-20.00
Vrijdag 19.30-20.30

Hatha Yoga

Maandag 19.30-20.30
Woensdag 09.15-10.15

DanceFit

Woensdag 20.15-21.15

Yin Yoga

Donderdag 20.30-21.30

Loop eens binnen!

Loop gerust eens binnen, u bent van harte welkom! U kunt zich altijd aanmelden voor een gratis proefles via info@vdosport.nl. Kijk op onze website voor uitgebreide informatie over tarieven, locaties en de mogelijkheden voor vergoedingen voor de smalle beurs vanuit de gemeente!

www.vdosport.nl



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Met een prik tegen **corona** weer beter beschermd

Mensen die een hoger risico lopen om erg ziek te worden door corona kunnen dit najaar een coronaprik halen. Door de prik zijn zij weer beter beschermd tegen ziekenhuisopname of overlijden door corona. Dat is belangrijk, omdat het coronavirus er nog steeds is en kan opleven.

Voor wie is de coronaprik?

- Mensen van 60 jaar en ouder.
- Mensen van 50 tot en met 59 jaar die elk jaar een uitnodiging voor de grieprik krijgen.
- Volwassenen en kinderen uit medisch-hoogrisicogroepen (bijvoorbeeld mensen met een ernstige afweerstoornis).
- Zorgmedewerkers die direct contact hebben met kwetsbare patiënten.

De coronaprik is ook beschikbaar voor mensen van wie de behandelend arts een coronaprik adviseert of die bijvoorbeeld een kwetsbaar gezinslid hebben.

De coronaprik is tot en met
5 december te halen bij de GGD

Maak een afspraak via planjeprik.nl of 0800-7070.
Meer weten? Kijk op: www.rivm.nl/coronaprik

MIJN EILAND IN VINKEVEEN

Voor velen zijn de legakkers van Vinkeveen niet zomaar een plek om te recreëren, maar een tweede thuis; een ankerpunt vol herinneringen, opgebouwd over generaties. Hier, tussen het wuivende riet en het kabbelende water, vinden mensen als Kees en Inge van der Hulst hun rust, hun vrijheid en hun geluk. Maar nu, na tientallen jaren van zorg, liefde en toewijding, dreigt hun paradijsje te veranderen. Niet omdat ze dat willen, maar omdat regels plots anders worden en het verleden lijkt te worden uitgewist. Wat doet het met je als je na een leven lang bouwen, genieten en aanpassen. Regelmatig laten wij eilandbewoners aan het woord met hun verhaal.

‘DOOR POLITIEK INGRIJPEN VERDWIJNEN BINNEN VIJFTIEN JAAR DE LEGAKKERS’

Rietkragen terug bij het dijkseiland van Kees en Inge



Kees en Inge willen hun eiland in de zon voor geen goud missen. Foto: aangeleverd.

Vinkeveen - Kees van der Hulst zwerft al zijn hele leven over de Vinkeveense Plassen, maar kwam met zijn vrouw Inge twintig haar geleden uiteindelijk op hun droomplekje terecht. Eerder werden ze van hun kampeerplaats verdreven toen er een wandelpad werd aangelegd langs het natuurgebied Botshol. “We stonden op de hoogte van de Kloosterkolk”, weet de 72-jarige Vinkeveenveteraan nog, aangevuld door zijn vrouw Inge (68), met wie hij de liefde voor de Vinkeveense Plassen volop deelt.

Dijkseiland
Ze verkeren al ruim twintig jaar op een dijkseiland, op de kop van een

dijk aan de Noordplas. Er is daar altijd volop werk aan de winkel. Snoeien, maaien en de zorg dat het eiland de invloeden van de soms zware natuuromstandigheden overleeft. “De zorg voor het eiland hoort erbij”, vindt Kees. Want het kan er heftig spoken dankzij de grondafravingen, die de plassen kunnen omtoveren tot een kolkende woeste zee. Tijdens een noordwesterstorm slaan de golven meters over de eilanden die aan lagerwal liggen.

Lessen van de natuur
“Een dijkseiland is een afscheiding tussen het weiland van de boer en de Vinkeveense Plassen”, zegt Kees. De lessen van de natuur in de

afgelopen decennia wil hij graag delen. “De natuur is niet verslechterd in die tijd. Ik ben een man van de plas, ik houd de ontwikkelingen scherp voor ogen. We hebben in de loop der jaren, dan heb ik het over de afgelopen 55 jaar, alleen maar meer dieren erbij zien komen. Het varen op de plas is fors afgenomen. De écht drukke dagen zijn op een hand te tellen.”

Kritisch
Kees en Inge begonnen met een tent en bezitten nu een blokhuut van plus-minus twintig vierkante meter. De maten vallen binnen de regels van het nieuwe bestemmingsplan, maar de terrassen voldoen niet aan de extra strenge regels. Kees is kritisch over de aanpak van het bestemmingsplan door gemeente De Ronde Venen. De gemeente heeft op het allerlaatste moment last minute beslissingen genomen, die het bestemmingsplan uit balans brengen. Voor Kees staat vast dat als er voor gebruikers van de legakkers onvoldoende prikkels zijn om geld te steken in hun eilanden dat dan het unieke karakter van de plassen binnen vijftien jaar zal zijn verdwenen, zo leert zijn ervaring.

Voor geen goud willen missen
Door ingrijpen van de mens doet de natuur dan zijn werk. Kees en Inge willen hun eiland in de zon voor geen goud missen. Vanuit Diemen stappen ze bij jachthaven Bon op hun boot en zetten na nog geen kwartier varen voet aan wal op hun natuurparadijsje. Op de kop van hun eiland staan er trouwens weer rietkragen, met dank aan het werk van de Vinkeveense aannemer Marcel Zaal. “Inge en ik zien hierdoor misschien wat minder van de plassen, maar zó hoort het wel te zijn. Volle rietkragen, zoals die vroeger overal op de plassen stonden en die mee wuiven met de wind. Die maken het voor ons compleet hier.”

Jouw ‘Mijn eiland’-verhaal
Stuur jouw ‘Mijn eiland’-verhaal naar: mijnverhaal@legakkervinkeveen.nl.



Alexandre Dubach (links) en Marc Fitze. Foto: aangeleverd.

‘Les Folies d’Espagne’: een zinderend concert

Mijdrecht/Wilnis - Afgelopen zondag genoten 165 bezoekers in de H. Johannes de Doperkerk aan het Driehuisplein te Mijdrecht/Wilnis van een zinderend concert onder de titel ‘Les Folies d’Espagne’. In een programma dat bol stond van virtuositeit, verfijning en mediterrane warmte lieten Alexandre Dubach en Marc Fitze horen hoe levendig en expressief de combinatie van viool en orgel kan zijn. De viool klonk als nooit tevoren: niemand kan zó zingen op de viool als Alexandre Dubach. Zijn toon is warm, zijn frasering meeslepend en zijn muzikaliteit volkomen natuurlijk. Van de tedere Romanza Andaluza van Sarasate tot de fonkelende Ronde des lutins van Bazzini: Dubach wist elk detail betekenis te geven en het publiek ademloos te laten luisteren. Marc Fitze bewees zich als een meesterlijke partner aan het orgel. In zijn speelse solowerken, waaronder de sprinkelende Sérénade

espagnole van Lefébure-Wély, toonde hij een aanstekelijke virtuositeit en flair. Maar vooral in de begeleiding schitterde zijn fijnzinnige timing, zijn subtiele kleurenpalet en zijn feilloos gevoel voor balans. Hij liet Dubach niet alleen horen, maar werkelijk stralen. Het publiek reageerde met groot enthousiasme en langdurig applaus – een terechte bekroning van een middag vol passie, verfijning en muzikale klasse. ‘Les Folies d’Espagne’ werd een waar feest van klank en temperament en zal bij velen nog lang in het geheugen blijven naklinken. Ook het lokale goede doel van dit concert ‘Beleef het Leven’ kan zich verheugen in mooie cijfers: 838 euro. Meer informatie over de programmering: www.zondagmiddagconcerten.com. Het eerstvolgende concert ‘Ongehoord!’ – met de bijzondere combinatie van saxofoon en orgel – is zondag 9 november om 15.00 uur.

Opknappen en verduurzamen gymzaal De Vijf Bogen stap dichterbij

Baambrugge - Dorpshuis De Vijf Bogen en gemeente De Ronde Venen hebben een aantal concrete afspraken gemaakt over het opknappen en verduurzamen van de gymzaal. Afgelopen 13 oktober hebben voorzitter Anco Boonstra van het bestuur van het dorpshuis en wethouder Cees van Uden hun

handtekening onder de afspraken gezet. Daarin staat onder meer, dat de gemeente het opknappen en verduurzamen van de gymzaal financieel ondersteunt. De ondertekening betekent, dat de voorbereiding van het werk nu daadwerkelijk kan beginnen. In de afspraken staat dat de

gemeente 602.000 euro bijdraagt om de werkzaamheden te kunnen uitvoeren. De plannen voorzien, naast groot onderhoud, ook in betere isolatie van het gebouw, efficiënter energieverbruik en verbetering van het binnenklimaat. Wethouder Cees van Uden: “De gymzaal stamt uit de jaren 70 en wordt nog steeds intensief gebruikt door onder andere kinderen van de Ichtusschool en sportverenigingen. Het opknappen en verduurzamen zorgt ervoor, dat de gymzaal weer up-to-date is en nog minimaal zo’n 20 jaar gebruikt kan blijven worden.” Voorzitter Anco Boonstra is blij dat de afspraken met de gemeente zijn gemaakt en ondertekend. “We gaan de plannen nu verder uitwerken en voorbereiden. We hopen dit najaar met de werkzaamheden te beginnen en zullen daarbij een beroep doen op vrijwilligers om de kosten zo laag mogelijk te houden. Gezien de grote betrokkenheid van inwoners van Baambrugge hoop ik dat dit zeker gaat lukken en dat we over enige tijd over een mooie en duurzame gymzaal kunnen beschikken.”



Voorzitter Anco Boonstra (rechts) en wethouder Cees van Uden hebben maandag 13 oktober de afspraken ondertekend, waarmee het opknappen en verduurzamen van de gymzaal een stap dichterbij is gekomen. Foto: aangeleverd.

Kledingreparatie bij Repair Café Vinkeveen

Vinkeveen - Tijdens de actieweek ‘Heel De Ronde Venen Repareert’ was er afgelopen maandagochtend 6 oktober een extra Repair Café in Dorpshuis De Boei in Vinkeveen. Deze was speciaal bedoeld voor kledingreparatie. Tegen 10.00 uur druppelden de eerste klanten binnen en ook wethouder Maarten van der Grefth kwam een kijkje nemen, maar liet het repareren wijselijk over aan anderen. Zij hebben zich deze ochtend bezig-

gehouden met het korter maken van meerdere broeken, het dichten van gaatjes in broeken, het vastmaken van zomen in gordijnen, naadjes vastmaken in een schort, er zijn truien gerepareerd en is een wintermantel een stuk korter gemaakt. Dit alles tot grote tevredenheid van de bezoekers.

Maandagochtend 20 oktober is er vanaf 09.30 uur weer een Repair Café Vinkeveen in De Boei.



Kledingreparatie bij Repair Café Vinkeveen. Foto: aangeleverd.



Na een stemcampagne van drie weken hebben 4.420 Rabobank-leden uit de regio Rijn en Veenstromen samen 100.000 euro verdeeld over 210 clubs, die gevestigd zijn in de regio. Foto: aangeleverd.

RABOBANK-LEDEN VERDELEN 100.000 EURO ONDER CLUBS IN REGIO

Natuurspeelplekken in De Ronde Venen beloond

Regio - Na een stemcampagne van drie weken hebben 4.420 Rabobank-leden uit de regio Rijn en Veenstromen samen 100.000 euro verdeeld over 210 clubs, die gevestigd zijn in de regio. Met dat geld kunnen zij investeren in bijvoorbeeld verduurzaming, nieuwe materialen of het werven van vrijwilligers; precies daar waar de behoefte het grootst is. De jaarlijkse Rabo ClubSupport ondersteunt daarmee het verenigingsleven. Niet alleen financieel, maar ook met kennis, begeleiding en trainingen.

Samen sterk voor het verenigingsleven

“Clubs en verenigingen zijn een onmisbaar onderdeel van de maatschappij. Dat is waar we elkaar ontmoeten, onze hobby’s uitoefenen

en vooral plezier hebben”, zegt Louis Miltenburg, directeur Rabobank Rijn en Veenstromen. Om te vervolgen met: “Als coöperatieve bank vinden we het belangrijk dat iedereen mee kan praten en meebeslissen. Onze leden bepalen zelf welke clubs financiële steun ontvangen. Zo zorgen we er samen voor, dat het lokale verenigingsleven blijft bloeien. Dat zoveel leden hun stem uitbrengen voor hun club, zegt iets moois over de betrokkenheid van onze leden, maar ook over de kracht van het verenigingsleven.”

Finaleavond

Tijdens de finaleavond bij Sportlust ’46 in Woerden waren drie inspirerende voorbeelden op het podium van clubs uit de omgeving. Dat waren de Boreftse Zangers uit Bode-

graven, Natuurspeelplekken uit De Ronde Venen en Sportlust ’46 uit Woerden. In De Ronde Venen zijn er natuurspeelplekken in Mijdrecht (in het Haitsmapark) en Wilnis (in het Speelwoud bij De Woudreus). Deze plekken bieden mogelijkheden voor avontuurlijk spelen, zoals klimmen, hutten bouwen en ravotten in de natuur. “De stichting Natuurspeelplekken De Ronde Venen organiseert diverse workshops en activiteiten voor kinderen om te klimmen, te ravotten en de natuur te ontdekken”, aldus IVN en Energieke Rondeveners.

Rabo ClubSupport

Als coöperatieve bank geeft Rabobank elk jaar een deel van haar resultaat terug aan verenigingen. Een voorbeeld hiervan is de Rabo ClubSupport-campagne. Hierin kiezen Rabobank-leden welke clubs en verenigingen een financieel steuntje in de rug krijgen. Hoe meer stemmen een club krijgt, hoe meer geld deze ontvangt. Dit jaar stemden in heel Nederland meer dan 725.000 leden op hun favoriete club. In de afgelopen twee weken ontvingen meer dan 35.000 clubs in Nederland een cheque, in totaal bijna twintig miljoen euro. Naast clubs ondersteunt Rabobank ook maatschappelijke projecten en initiatieven die bijdragen aan belangrijke transitities, zoals de energietransitie en financieel gezond leven. Met Rabo Young Impact Support kunnen jongeren met een briljant idee dat hen samenbrengt, nieuwe kansen creëert of bijdraagt aan een inclusieve samenleving, tot 21 november 2025 een financiële bijdrage aanvragen. Meer informatie: <https://rabo.nl/mn/young-impact-support>.



Ook Stichting Repair Café viel ‘in de prijzen’. Foto: aangeleverd.

Meer inzicht nodig voor Omgevingsvisie De Ronde Venen

De Ronde Venen - Het milieueffect-rapport bij de omgevingsvisie van de gemeente De Ronde Venen speelde een belangrijke rol in het ontwerpen van de visie en bevat veel waardevolle inzichten. Wat ontbreekt is voldoende inzicht in de problemen van water, bodem en natuur in het veenweidegebied. “Daardoor is onduidelijk welke oplossingen hiervoor nodig zijn en welke rol de gemeente daarbij kan spelen”, zegt de commissie voor de milieueffectrapportage in haar advies over dit rapport. De gemeente De Ronde Venen had de commissie gevraagd de inhoud van het rapport te beoordelen. De gemeente De Ronde Venen stelt een omgevingsvisie op voor de toekomstige ontwikkeling van het

hele grondgebied van de gemeente. De visie bevat keuzes voor onder andere woningbouw, bedrijven-terreinen, mobiliteit en het landelijk gebied. Voordat de gemeenteraad besluit over de omgevingsvisie zijn de effecten onderzocht in een milieueffectrapport. Voor het opstellen van de omgevingsvisie heeft de gemeente processtappen uit de milieueffectrapportage gebruikt. Dat heeft mede geleid tot een beschrijving van de huidige situatie en de autonome ontwikkeling. Ook zijn verschillende sporen voor de toekomst met elkaar vergeleken op basis van de effecten op de leefomgeving. Het rapport bevat daardoor waardevolle inzichten en belangrijke aan-

bevelingen voor de uitwerking van de omgevingsvisie in deelgebieden. Het veenweidegebied heeft te maken met grote uitdagingen op het gebied van water, bodem en natuur, onder andere in en rondom het natuurgebied Botshol. Dit vraagt om gezamenlijke actie van provincies, waterschap, gemeente en andere partijen. Om te kunnen beoordelen welke gemeentelijke doelen haalbaar zijn, is meer inzicht nodig in de samenhang in het water- en bodemsysteem, vindt de commissie. Ook is meer informatie nodig over de gevolgen voor werelderfgoed De Hollandse Waterlinies. De commissie adviseert om het rapport aan de vullen met deze informatie voordat de gemeenteraad besluit over de omgevingsvisie.

Actieweek ‘Heel De Ronde Venen Repareert’ groot succes

De Ronde Venen - De actieweek ‘Heel De Ronde Venen repareert’ was een succes. Mede dankzij de inzet van de Repair Cafés van Stichting Samens werden inwoners eraan herinnerd, dat kleding met een scheurtje of gat niet meteen in de prullenbak hoeft te verdwijnen. Met een beetje handigheid en soms een creatieve twist kan een broek juist een tweede leven krijgen.

De Hoef trapte af

Repair Café De Hoef trapte zaterdag 5 oktober als eerste af in hun vaste locatie De Springbok. Zij koppelden de actieweek aan hun eigen duurzaamheidsdag ‘Herfstklaar’. Naast het herstellen van kleding en regenjassen, konden bezoekers meedoen aan een kledingruilbeurs. Ook werden er gratis fietslampjes – gesponsord door Smit Fietsen Wilnis – gemonteerd.

Vinkeveen op maandag

Normaal gesproken is Repair Café Vinkeveen elke derde maandag van de maand geopend in Cultuurhuis

De Boei. Voor deze week maakten ze een uitzondering en openden ze extra op maandag 6 oktober. Wethouder Maarten van der Gref kwam zelf kijken en zag hoe kleding met gaten of scheuren vakkundig werd hersteld.

Baambrugge sloot de week af

Dinsdag 6 oktober kwam Repair Café Baambrugge in Dorpshuis De 5 Bogen in actie. Mede met assistentie van een aantal naaisters uit Vinkeveen en de komst van Marry Jansen-Kin van Studio Maat. Zij toonde aan hoe van oude kleding mooie tassen of herinneringsstukken gemaakt kunnen worden.

De boodschap van de week was helder: gooi niet te snel iets weg. De Repair Cafés in De Ronde Venen staan elke maand klaar om spullen en kleding een tweede kans te geven en zijn een plek voor buurtbewoners om elkaar te ontmoeten. Kijk voor alle data en locaties van de Repair Cafés op: www.stichtingsamens/activiteiten.



Gooi niet te snel iets weg. Foto: aangeleverd.

Musicaltheater Poppies: ‘Dark and Delightful’

Mijdrecht - Stichting Musicaltheater Poppies brengt zaterdag 31 oktober om 20.00 uur weer een geweldige theateervoorstelling naar Mijdrecht. Omdat het op die datum ook Halloween is, is er gekozen voor de voorstelling ‘Dark and Delightful’, gebaseerd op de wereldberoemde musical The Addams Family.

De voorstelling wordt gespeeld in het Veenlanden College, Diamant 9, die het podium en de aula beschikbaar hebben gesteld voor deze

productie. Kaarten zijn te koop via www.stichtingpoppies.nl. Dit keer is het de eer aan de volwassenengroep van de stichting om in de huid te kruipen van de familie Addams, de familie Nimmermeer en diverse bijzondere voorouders. Een grappige musical vol ‘zwarte’ humor, zang, dans, maar ook vol liefde en (on)geluk die voor alle leeftijden geschikt is. De vrijwilligers van de stichting en alle spelers hebben nog een paar weken om er weer een mooi stuk van te maken.



Dit keer is het de eer aan de volwassenengroep van de stichting om in de huid te kruipen van de familie Addams. Foto: aangeleverd.



Spannende Vaticaanse thriller Conclave in Filmhuis Mijdrecht. Foto: aangeleverd.

Vaticaanse thriller ‘Conclave’ in Filmhuis Mijdrecht

Mijdrecht - Filmhuis Mijdrecht vertoont donderdag 16 oktober om 20.00 uur in 't Oude Parochiehuis de veelgeprezen thriller ‘Conclave’.

Kaarten kosten 10 euro en zijn te bestellen via filmhuismijdrecht.nl. Na het plotselinge overlijden van de paus komen kardinalen van over de

hele wereld bijeen voor het conclaaf: een geheimzinnige ceremonie om een nieuwe leider van de katholieke kerk te kiezen. De leiding ligt bij kardinaal Lawrence (Ralph Fiennes), die worstelt met zijn geloof en geconfronteerd wordt met een schokkend geheim dat de uitkomst van de verkiezing én de toekomst van de kerk op het spel zet. Wat volgt is een intens psychologisch en politiek machts spel, waarin persoonlijke ambities, rivaliteit en verborgen agenda's botsen. De spanning stijgt naarmate de stemmingen vorderen en de geheimen zich opstapelen. De Nederlandse pers is lovend. De Volkskrant noemt het ‘pure pauspulp’ en prijst de meeslepende regie van Edward Berger. NRC spreekt van een ‘brilljante cast’ en een sfeer die je het gevoel geeft zelf in het Vaticaan te zijn. Trouw noemt het een ‘heerlijke thriller vol Vaticaanse gekonkel’. Reserveren kan via filmhuismijdrecht.nl.

Huub van Vliet wil volkstuincomplex nieuw leven inblazen

Mijdrecht - Inwoner Huub van Vliet, al jarenlang een bekend gezicht in woonwijk de Barnsteen in Mijdrecht vanwege zijn inzet voor groen in de buurt, heeft een nieuw plan: het opzetten van een volkstuincomplex in Mijdrecht. Nu hij bijna met pensioen is, wil hij zijn groene droom werkelijkheid maken.

Succesvol buurtinitiatief

Huub heeft jaren geleden het initiatief genomen om met een twintigtal burens de groenvoorziening van de gemeente te adopteren. En met succes kunnen we zeggen, want het heeft ervoor gezorgd, dat de buurt er prachtig en gezellig uitziet met mooie beplanting, regentonnen, bijenhoeven en zelfs groene schuurdaken. Het zorgde niet alleen voor een mooiere omgeving, maar versterkte ook het buurtgevoel.

Van buurtinitiatief naar groter plan

Geïnspireerd door een artikel in de Telegraaf over de voordelen van volkstuinen, kreeg Huub weer nieuwe energie. Het tuinieren zit hem in het bloed en met zijn naderende pensioen is het moment daar om zich volledig te richten op een groter project: een nieuw volkstuincomplex voor Mijdrecht. Het oude volkstuincomplex Winkel moet

wijken vanwege de aanleg van een bedrijventerrein. Het verbaasde hem, dat er geen initiatief is gekomen voor een doorstart om elders een volkstuincomplex te realiseren.

Voordelen

Volgens Huub zijn volkstuinen namelijk veel meer dan alleen een plek om groente te verbouwen. “In een tijd waarin de samenleving steeds individualistischer en harder lijkt te worden, biedt een volkstuin juist een plek voor ontmoeting, rust en verbinding”, zegt hij. Uit onderzoek van de AVVN blijkt dat 71% van de Nederlanders meer levensgeluk ervaart door een volkstuin. Daarnaast gelooft 78%, dat zelf voedsel verbouwen bijdraagt aan een gezondere levensstijl en ziet 62% tuinieren als positief voor de mentale gezondheid. Ook in Mijdrecht kan dat effect merkbaar zijn, denkt Huub. Mijdrecht is een diverse gemeenschap, met inwoners van verschillende culturele achtergronden. Huub ziet in een volkstuin ook een mooie kans om culturen te verbinden. “Iedereen kan op zijn eigen manier bijdragen, bijvoorbeeld door gewassen uit hun cultuur te telen. Dat brengt mensen samen op een positieve manier.”

Volkstuinvereniging Mijdrecht

Redenen genoeg voor Huub om een

initiatief te starten om een volkstuincomplex in Mijdrecht te realiseren. Zijn doel is om samen met inwoners van onderaf een tuincomplex op te zetten. De ongeveer 60 voormalige gebruikers van dat terrein vormen volgens Huub een goede basis om het initiatief nieuw leven in te blazen. Hij heeft hiervoor al een mooie naam bedacht en vereniging opgericht onder de naam Volkstuinvereniging Mijdrecht. Met als slogan: ‘Met groen meer doen’.

Locatie en kosten

Huub realiseert zich dat de medewerking van de gemeente essentieel is. Ten eerste moet er een geschikte locatie beschikbaar komen. Voor 60 percelen van elk 250 m² is een terrein van zo’n twee hectare nodig, inclusief voorzieningen als parkeerplaatsen, water en stroom. Huub hoopt dat het complex gerealiseerd kan worden op het perceel in de zogeheten driehoek tussen de Nijverheidsweg, Wilnisse Zijweg en de Ringvaart. De geschatte kosten heeft hij berekend op rond 200.000 euro, exclusief nutsvoorzieningen.

Faciliteren

Huub heeft de koe bij de horens gevat. Of is de uitdrukking ‘hij heeft er geen gras over laten groeien’ hier toepasselijker? Hij heeft via de griffier de gemeenteraad gevraagd of er mogelijkheden zijn. “Zij zijn immers de volksvertegenwoordigers en volkstuintjes moet hun toch aanspreken als er zoveel voordelen aan zitten.” Ook alle fracties zijn benaderd en het was even afwachten. Ernst Schreurs van PVDA/GroenLinks heeft contact gezocht en gaat kijken wat hij kan betekenen.

Oproep

Natuurlijk is het van belang dat er wel genoeg interesse is vanuit de gemeenschap. Huub vraagt dan ook of mensen hem een bericht willen sturen als zij interesse hebben, het initiatief (financieel) willen ondersteunen of op een andere manier iets kunnen betekenen. Men kan een e-mail sturen naar huubvliet@gmail.com of een WhatsApp-bericht via 06 - 5073 2950.



Huub van Vliet wil volkstuincomplex nieuw leven inblazen. Foto: Peter Pos.



40 jaar Zonnebloem Vinkeveen/Waverveen werd groots gevierd. Foto: aangeleverd.

40 jaar Zonnebloem Vinkeveen/Waverveen groots gevierd

Vinkeveen/Waverveen - De afdeling Vinkeveen/Waverveen van de Zonnebloem is in 1985 opgericht. Dat betekent dat de afdeling dit jaar 40 jaar bestaat; 10 oktober hebben bijna alle gasten en vrijwilligers dit samen gevierd. Op een prachtige herfstdag werd aan boord van MS De Jordaan genoten van een rondvaart over het IJ. Niet alleen het uitzicht was mooi, de attente verzorging van de bemanning

van de MS De Jordaan was een feest. Tussen alle hapjes en drankjes werd al varend over het kabbelende water genoten van een heerlijke lunch. Uiteraard ontbrak de ‘wereldberoemde’ muzikale bingo niet en werd de sfeer verhoogd door live entertainment met onvervalste Amsterdamse meezingers. Niet alleen de gasten hebben volop genoten, ook de vrijwilligers liepen glunderend rond.

Viribus Unitis in de Willisstee

Wilnis - Viribus Unitis is 8 november terug met een prachtig concert in De Willisstee in Wilnis. Dit jaar staat het concert in het teken van klassiek tot rock. Binnen dit veelzijdige thema komen klassieke werken zoals de Sabeldans, maar ook pop- en rockmuziek zoals ‘Sultans of Swing’ aan bod. Na een eerdere succesvolle samenwerking, wordt ook dit concert vergezeld door zanger Koen Raadt. In 2022 trad hij al eerder samen met het koor op tijdens het lustrumconcert.

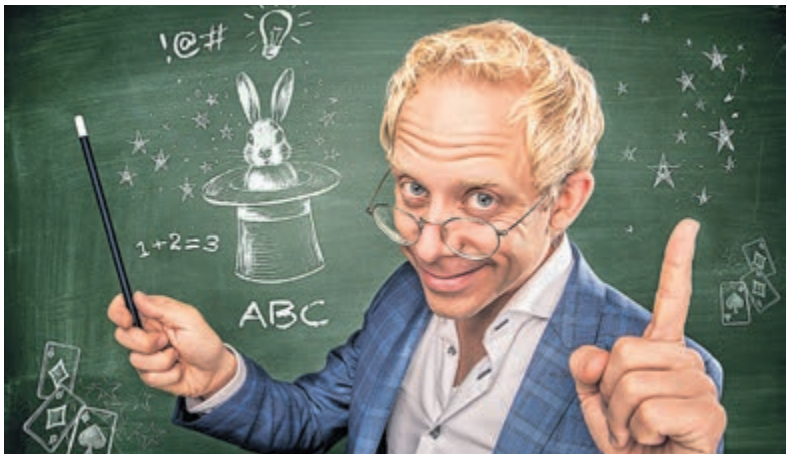
Daarnaast verdient het opstaporkest ook een speciale verkondiging. Het orkest veroverde vorig jaar meerdere malen de harten van het publiek bij onder meer hun eigen concert en speelt nu onder andere ‘Everybody needs somebody’. Kaarten zijn verkrijgbaar via mail@viribusunitis.nl of een privébericht op Facebook. Koop voor 25 oktober kaarten en betaal 12,50 euro, daarna is de prijs 15 euro. Kinderen tot en met 12 jaar betalen 7,50 euro.

Magie in Theater Piet Mondriaan

Abcoude – Wat gebeurt er als een inval-leerkracht een klas binnenstapt die nét iets te enthousiast is? Als de krijtjes dansen, de tafels fluisteren en de klok achteruit tikt? Dan weet je: dit is geen gewone schooldag. Zondag 19 oktober verandert Theater Piet Mondriaan in Abcoude in een klaslokaal vol geheimen, magie en verwondering. En meester Huub? Die staat vooraan. De familievoorstelling ‘De betoverde klas’ neemt jong en oud mee op een wonderlijke reis. Meester Huub, gespeeld door Huub Cooijmans, denkt een gewone invaldag tegemoet te gaan. Maar al snel ontdekt hij dat zijn leerlingen niet alleen goed kunnen rekenen, maar ook kunnen verdwijnen, jongleren en

toveren. Wat volgt is een aan-schakeling van magische trucs, komische wendingen en visuele verrassingen die zelfs de meest sceptische ouder doet glimlachen.

Huub Cooijmans is geen onbekende in het onderwijs. Hij studeerde af aan de lerarenopleiding basisonderwijs, maar koos uiteindelijk voor een ander podium: dat van het theater. Zijn passie voor jongleren en magie bracht hem van het klaslokaal naar de spotlights, waar hij zijn publiek weet te boeien met vingervlugge trucs en ontwapenende humor. De voorstelling is geschikt voor de hele familie en begint om 15.30 uur. Kaarten zijn verkrijgbaar via www.theaterpietmondriaan.nl.



Magie in Theater Piet Mondriaan. Foto: aangeleverd.

Samen bouwen aan superjachten



Obsidian / Koninklijke De Vries Scheepsbouw Aalsmeer / 2023

Elk jaar verlaten gemiddeld twee Feadship superjachten de droogdokken van de werf van Koninklijke De Vries Scheepsbouw in Aalsmeer. Luxe, op maat gemaakte jachten die zich onderscheiden door de kwaliteit van constructie, techniek en afwerking.

Op dit moment zijn we op zoek naar een ervaren:

- **Metaalbewerker elektrotechniek**
- **Leidingmonteur**
- **Inbouwmonteur**
- **Loodgieter**
- **Pijpfitter**

Je werkt aan jachten met luxe faciliteiten zoals een beachclub, zwembad, bioscoop en gym. Samen met je team werk je aan de techniek van deze jachten die op de werf in aanbouw zijn, vanaf het moment dat het jacht als casco binnenkomt, tot aan de tewaterlating (de 'doop'). Hier ben jij essentieel in het realiseren van topkwaliteit, zowel in techniek als in afwerking.



Scan de QR-code om meer te weten over Koninklijke De Vries Scheepsbouw en bekijk onze vacatures.

Meer weten? Bel Monique Nelissen op 06 1279 0367.

werkenbijfeadship.nl

KONINKLIJKE
DE VRIES
SCHEEPSBOUW

FEADSHIP
ROYAL DUTCH SHIPYARDS



Bij de Rabo ClubSupport Finaleavond waren dinsdagavond 7 oktober in Woerden veel blijе gezichten te zien. Foto: aangeleverd.

Veel blijе gezichten in De Ronde Venen bij finaleavond Rabo ClubSupport

Regio - Bij de Rabo ClubSupport Finaleavond waren dinsdagavond 7 oktober in Woerden veel blijе gezichten te zien. Geselecteerde clubs, verenigingen en stichtingen uit de regio Rijn en Veenstroomen kregen op deze avond namelijk te horen hoeveel euro’s hen was toebedeeld uit de pot van 100.000 euro, die de coöperatieve Rabobank beschikbaar had gesteld voor deze regio. Ook De Ronde Venen was goed vertegenwoordigd en er ging in totaal een groot bedrag mee naar onze gemeente. Hier kunnen weer mooie dingen mee gedaan worden in onze dorpen.

Coöperatief dividend
De coöperatieve Rabobank geeft elk jaar een deel van hun financiële winst terug aan de gemeenschap. Vanuit een zogenoemd coöperatief dividend ondersteunen zij onder meer initiatieven in Nederland die zich richten op buurten en clubs. Dankzij de goede financiële

resultaten van de Rabobank werden er dit jaar alleen al voor onze regio 210 deelnemers geselecteerd door de ledenraad van de bank voor de Rabo ClubSupport actie. Van sportclubs tot cultuurverenigingen, van sociale projecten tot educatieve doelen stonden op de lijst waar rekeninghouders vanaf 1 tot en met 23 september hun stem konden uitbrengen. De diversiteit aan deelnemende clubs en bestedingsdoelen was indrukwekkend.

Massaal gestemd
Er zijn in totaal 4.420 stemmen uitgebracht in onze regio. Men kon op maar liefst drie lokale deelnemers stemmen die men een warm hart toe draagt. De gekozen deelnemers werden per verkregen stem financieel ondersteund om weer allerlei mooie dingen te kunnen doen. Op de finaleavond was het feest van verbinding tussen allerlei vrijwilligers uit de regio. Van jong tot oud. Iedereen was enthousiast. De passie

en inzet van al deze vrijwilligers voor de gemeenschap zijn echt bewonderenswaardig. Maar er heerste ook een stukje spanning toen men de envelop, die alle deelnemers bij binnenkomst hadden gekregen, open gemaakt mocht worden. Hierop stond het bedrag wat men op de rekening gestort kreeg namens de stemmers. Na het openen van de 210 enveloppen waren er veel tevreden gezichten te zien. Er heerste dan ook, na dit moment, een positieve energie in de zaal. Er werd nog wat gezellig bijgepraat en men kon op de foto om te laten zien hoe blij men was met de financiële bijdrage. Het was een avond die draaide om lokale betrokkenheid en maatschappelijke impact. En natuurlijk heel mooi, dat Rabobank hieraan zijn steentje (of beter de euro’s) bijdraagt. Meer weten wie er in onze gemeente een bijdrage hebben ontvangen? Kijk dan op: <https://www.rabobank.nl/leden/clubsupport/club-overzicht>.

TUSSEN MIJDRECHT EN MALAWI

Voormalig huisarts Henk Boelhouwer blikt terug na 38 jaar

Mijdrecht – Na ruim 38 jaar in de medische praktijk, waarvan 26 jaar als huisarts in Mijdrecht, heeft Henk Boelhouwer afscheid genomen van zijn huisartsenpraktijk in Gezondheidscentrum Croonstadt. De praktijk is inmiddels overgenomen door mevrouw P. Schure. “Het is een fijn gevoel om een opvolgster te hebben gevonden voor mijn vertrouwde patiënten”, zegt Boelhouwer. “Anno 2025 is dat geen eenvoudige zaak.” Boelhouwer begon zijn carrière in de jaren 80 van de vorige eeuw, werkte met zijn vrouw Lia tussen 1988 en 1991 in Malawi en vestigde zich in 1998 als huisarts in Mijdrecht. Zijn afscheid markeert niet alleen het einde van een professionele periode, maar ook het begin van een nieuwe fase. “Je denkt: ga ik vrijwilligerswerk doen? Of eindelijk die zolder opruimen en oude fotoalbums doorpluizen? Er is geen blauwdruk voor het leven na je werk. Iedereen zoekt zijn eigen weg.”



Henk Boelhouwer in Malawi. Foto: aangeleverd.

Malawi: een oude droom leeft voort
In een brief aan patiënten blikte Boelhouwer terug op zijn tijd in Malawi en sprak hij de wens uit om terug te keren. Dankzij giften van patiënten en vrienden leek die droom binnen handbereik. “De giften en warme reacties hebben me diep geraakt. Helaas moest ik mijn reis op het laatste moment annuleren door privéomstandigheden. Dat hoort ook bij het leven.” Vrienden namen het stokje over en bezochten Malawi namens hem. “De ontvangst was nog steeds hartverwarmend. Het ‘warm heart of Africa’-gevoel leeft voort.”

Van missie naar marktwerking
Boelhouwer reflecteert op de veranderingen in ontwikkelings-samenwerking sinds de jaren 90. Waar vroeger artsen werden uitgezonden in het kader van missie en hulp, is de focus nu verschoven naar economische groei en auto-

nomie. “Heeft dat geleid tot meer gelijkwaardigheid? Dat is de vraag. Malawi is nog steeds een van de armste landen ter wereld, ondanks het uitblijven van grote conflicten.” Volgens Boelhouwer zijn veel platte-landsziekenhuizen zonder externe steun ernstig achteruitgegaan. Toch ziet hij hoop in kleinschalige hulp. “Een doos medicijnen of een voetbal-tenuue lijkt hier klein, maar betekent daar ontzettend veel. Via voetbalclub Argon konden we zelfs materialen doneren. Ook daar wordt in het weekend gevoetbald, op savanne-grond.”

Zorgen
Boelhouwer maakt zich zorgen over de politieke focus in Nederland en de wereld. “De allerarmsten dreigen uit ons vizier te raken. Ook in Nederland is er armoede en ongelijkheid. Politieke partijen buitelen over elkaar heen in oneliners. En dan komt de vraag: wat moet ik nu weer stemmen?” Opmerkelijk noemt hij de recente verkiezingsuitslag in Malawi, waar de 87-jarige oud-president Peter Mutharika opnieuw werd gekozen. “Is de verwarring over politieke keuzes en eerlijke leiders in het Westen en Afrika eigenlijk zo verschillend?” Boelhouwer sluit af met een boodschap van dankbaarheid en hoop. Verbondenheidjn geen druppel op een gloeiende plaat, maar een teken van verbondenheid. Ze geven mensen het gevoel dat ze niet helemaal aan hun lot worden overgelaten. Dat is van onschatbare waarde.”

Opbouwwerk De Ronde Venen zoekt vrijwilligers

De Ronde Venen - Opbouwwerk De Ronde Venen is op zoek naar nieuwe vrijwilligers die het leuk vinden om elke dinsdagochtend het ontbijt te verzorgen in de Buurtkamer, Gosewijn van Aemstelstraat 5, Mijdrecht. Vorige week is Gulbiye bedankt voor haar inzet in de buurtkamer van Mijdrecht. Ze heeft vanaf het eerste

uur geholpen met het ontbijt en gaat haar man helpen in hun nieuwe restaurant. Ook Roy werd bedankt voor zijn vrijwillige inzet. Vanwege een tekort aan vrijwilligers is er voorlopig geen ontbijt. Gehoopt wordt op een doorstart, zodra er weer volledig team is. Aanmelden kan via opbouwwerk@stichtingsamens.nl.



Vrijwilligers namen afscheid, nieuwe enthousiastelingen zijn welkom. Foto: aangeleverd.

Intentieovereenkomst verbetering fietsnetwerk ondertekend

De Ronde Venen - Wethouder Anja Vijselaar heeft namens de gemeente de intentieovereenkomst voor het verbeteren van regionale fietsroutes ondertekend. Het doel van deze overeenkomst is om in gezamenlijkheid met bewoners veilige, comfortabele en vlotte fietsverbindingen te bieden tussen huis, school, werk, openbaar vervoerknooppunten en andere belangrijke bestemmingen. Er zijn ook diverse regionale fietsroutes in de gemeente in de intentieovereenkomst opgenomen.

Aanpakken van onveilige verkeerssituaties
Provincie Utrecht en alle 26 gemeenten binnen de provincie ondertekenden op 9 oktober 2025 deze intentieovereenkomst. In totaal hebben de 26 gemeenten tot en met 2029 ruim 130 fietsprojecten op de agenda staan. Deze projecten variëren van de aanleg van fietsstraten tot het aanpakken van onveilige verkeerssituaties. Provincie Utrecht wil de gemeenten daarbij financieel ondersteunen.

Verbetering
Samenwerken aan verbeteren van regionale fietsverbindingen. Dat is wat gemeenten en de provincie Utrecht toezeggen met de ondertekening. In de overeenkomst staat onder meer met welke projecten de gemeenten tot en met 2029 aan de

slag willen. Ook is aangegeven waar de provincie bij kan ondersteunen door het verlenen van subsidie. Zo worden fietspaden verbreed, fietsstraten aangelegd, oversteekplaatsen op kruispunten verbeterd en vrij liggende fietspaden aangelegd. Elk jaar wordt de voortgang op de projecten besproken in de bestuurlijke overleggen van de verschillende regio’s. Voor De Ronde Venen zijn drie regionale fietsroutes in de overeenkomst opgenomen: de Dom-tot-Damroute tussen Amsterdam en Utrecht, via Abcoude; de doorfietsroute tussen Wilnis, Mijdrecht en Uithoorn, inclusief de brug over de Kerkvaart; en de verbetering van de doorgaande fietsroute in Vinkeveen.

Mobiele toekomst voor De Ronde Venen
Wethouder Anja Vijselaar: “Ik ben blij dat er een aantal belangrijke fietsroutes in onze gemeente is opgenomen in deze overeenkomst. Met al onze woningbouwprojecten is het namelijk belangrijk om een goed alternatief voor de auto te bieden. Het extra autoverkeer gaat anders ten koste van de bereikbaarheid, leefbaarheid en verkeersveiligheid. De mogelijkheid van subsidie vanuit de provincie brengt de realisatie van die routes dichterbij. We blijven overigens ook werken aan meer lokale routes, zoals de Dukaton in Mijdrecht.”



Blijе gezichten. Wethouder Anja Vijselaar heeft namens de gemeente de intentieovereenkomst voor het verbeteren van regionale fietsroutes ondertekend. Foto: aangeleverd.

Wegens groeiende activiteiten zoeken wij een nieuwe collega voor de functie:

FINANCIEEL ALLROUNDER (M/V)

Als financieel allrounder vind jij het een sport om je klanten zo goed mogelijk te begeleiden. Voor minimaal 24 uur per week verwerk je zelfstandig de administratie en denkt mee met efficiëntievoordelen voor de klanten. Daarnaast stel je jaarrekeningen samen en bereid je belastingaangiften voor. Zie jij ergens kans voor verbetering, dan geef je die adviezen ook ongevraagd.

Functie eisen

- Afgeronde MBO (niveau 4) of HBO opleiding (financiële richting)
- Minimaal 3 jaar relevante werkervaring
- Communicatief sterk in de Nederlandse taal

Wij bieden

- Veel mogelijkheden om een klantenpakket samen te stellen met een mix van voldoende afwisseling. Deze afwisseling vind je in de soorten klanten, de sectoren waar de klanten werkzaam in zijn en de verschillende soorten werkzaamheden die jij gaat uitvoeren.
- Een ruim modern kantoor met een prettige werksfeer en een goede samenwerking binnen een klein team.

Durf jij het aan?

Dan maken we graag persoonlijk kennis met jou. Stuur je C.V., motivatiebrief en referenties naar info@administratievankessel.nl. Voor vragen kun je contact opnemen met Ramon van Kessel via 0297-360 534.

www.administratievankessel.nl



Word jij het nieuwe gezicht in onze winkel in Aalsmeer?
Wij zijn op zoek naar een

Enthousiaste en gedreven verkoopmedewerkster

20-24 uur per week

Heb jij oog voor mode en detail, en help je vrouwen graag stralen? Bij ons draait het om persoonlijk advies, de perfecte pasvorm en een warme benadering. Als verkoopmedewerkster ben jij het eerste aanspreekpunt: je verwelkomt klanten met aandacht, adviseert over pasvorm en stijl, en zorgt samen met je collega's voor een verzorgde, sfeervolle winkel.



Wat we in jou zoeken:

- Je bent sociaal, representatief en maakt gemakkelijk contact
- Je spreekt vloeiend Nederlands
- Je werkt graag in een hecht team waar kwaliteit en aandacht voorop staan
- Je bent 20-24 uur per week beschikbaar, waaronder minimaal 2 zaterdagen per maand



Klinkt dit als jouw volgende stap?

Stuur je sollicitatie met CV en foto aan info@schilden-lingerie.nl, t.a.v. Nelleke van Driel. We maken graag kennis met je en wie weet verwelkomen we jou binnenkort in ons team in Aalsmeer!

Schilden
Lingerie



AALSMEER
RAADHUISPLEIN 10, 0297-327253
ALPHEN a/a RIJN
HOOFDSTRAAT 146, 0172-473014
WWW.SCHILDEN-LINGERIE.NL

Te koop:

Volle doos met goede spullen voor 2de hand markt €5,-, loopfietsje €20,-, wand rekje €10,-, ronson aansteker €35,-. Tel. 06-51155631

Gratis afhalen:

Nostalgie Philips scheerapparaten voor de verzamelaar. Tel. 06-11304429

Te koop:

Tv schotel 60cm maxview compl. Met voet in tas, satfinder, enkelen dubbelkop, kabels etc. €60,-. Tel. 06-13934704

Te koop:

Een grote variatie aan gecontroleerde puzzels voor €1,- per stuk. Tel. 0297-568298

Te koop:

Verstekbak van gietijzer z.g.a.n. €10,- manicure machine voor nagels ect. €45,- vliegtuigen modellen ect per stuks €10,-. Tel. 06-51756029

Te koop:

Tinnen kannetjes lepels tabaksdoos en sigaretten doos €50,-. Tel. 06-40504449

CHAUFFEURSWERVINGSDAG! 12 november & 29 november

Hoelaat: 10:00 - 15:00 uur
Waar: Transportweg 24, 2421 LS Nieuwkoop

Aanmelden via personeel@vanderlaanmobiliteit.nl
www.vanderlaan.tours

Kom proefrijden
in een touringcar!*

Meld je nu aan.

* onder begeleiding
* ook mogelijk zonder D-rijbewijs



DENK JIJ DAT JE HET IN JE HEBT?



FINANCIAL/BUSINESS CONTROLLER

EZ Flower is een kleinschalig bedrijf in Aalsmeer waar in iedereen elkaar bij voor- naam kent en noemt. Waar samen de handen uit de mouwen worden gestoken en in de tussentijd ook gelachen mag worden. Door de variërende leeftijden van 21 tot 78 jaar binnen het bedrijf is er ruimte voor iedereen om zichzelf thuis te voelen.

Wat zoeken we precies?

Bij EZ zijn we per direct op zoek naar iemand die de financiële kant van het bedrijf op zich kan nemen. Denk aan het voeren van de administratie, debiteuren beheer, opstellen van rapportages zoals maandcijfers, marge analyses etc. Tegelijkertijd ben je een sparringpartner voor de overige twee management leden. In deze rol ben je eind verantwoordelijk voor alle financiële aspecten van het bedrijf met veel verantwoordelijkheden en veel vrijheden. Jij krijgt echt de kans om je stempel te drukken en iets eigen te maken. Door de taken die erbij horen ben je wel 32-40 uur per week bezig.

Wat moet je nu eigenlijk kunnen dat wij zelf niet kunnen?

Een solide aantal jaar ervaring op Finance/Business Controller in combinatie met goede beheersing van de Engelse taal in woord en schrift is een vereiste. Je werkt overzichtelijk en zorgt dat relaties tijdig en compleet beantwoord en/of geholpen worden. Gevraagd, en ook ongevraagd, geef je advies aan de andere management team leden.

Waarom EZ en deze functie, waarom zou je dit moeten doen?

Bij EZ is het leuk samen werken in een mooi bedrijf vol ambitie en groei mogelijkheden. Korte lijnen, veel inspraak en veel mogelijkheden voor iemand met de goede instelling/ Tevens bieden wij goede koffie, broodjes van de keurslager op vrijdag en een vrijdag middag borrel.

Hoe nu verder?

Klinkt dit als jouw droom functie? Dan zoeken we jou!
Weet jij zeker dat jij de juiste persoon bent? Dan zoeken we jou!
Is dit de kans die je niet kan laten lopen? Email dan naar kevinw@ezflower.nl



De Vinken U15 veldkampioen. Foto: aangeleverd.

Vier jeugdkampioenen bij De Vinken

Vinkeveen - Het was een succesvol najaar voor de jeugd van korfbalvereniging De Vinken. Maar liefst vier teams mochten zich tot najaarskampioen kronen. Bloemen en

medailles waren er voor De Vinken J7, J6, J5 en U15. Voor de jongste spelers van De Vinken J7 was het hun eerste competitie seizoen, maar dat was nauwelijks te merken: het team

bleef ongeslagen en pakte al na vier wedstrijden de titel. De Vinken J6 was eveneens vroeg zeker van het kampioenschap. Ondanks stevige tegenstand won het team al zijn wedstrijden en eindigde met twaalf punten ruim bovenaan. De Vinken J5 maakte het spannend tot de laatste speeldag. Na een nipte nederlaag tegen EKVA in de heenwedstrijd wist het team de return te winnen en uiteindelijk het kampioenschap veilig te stellen met een knappe zege op Huizen. Bij de oudere jeugd maakte De Vinken U15 indruk in de wedstrijdklasse. De ploeg bleef concurrent Tempo in beide ontmoetingen de baas en promoveert dankzij dit sterke resultaat naar de eerste klasse. Een prachtige prestatie voor de Vinkenjeugd, met dank aan alle trouwe supporters die het hele seizoen voor de nodige aanmoediging zorgden. De Vinken richt zich nu op de zaalcompetitie, die begin november van start gaat.



In de afgelopen speelronde vijf heeft John Vrielink een buitengewone partij gespeeld. Foto: aangeleverd.

John Vrielink speelt buitengewone partij

De Ronde Venen - In de afgelopen speelronde vijf heeft John Vrielink een buitengewone partij gespeeld. Zoals eerder vermeld is John één van de 100+ spelers in de biljartfederatie. Hij wist zichzelf te overtreffen door 150 te maken caramboles in slechts tien beurten met een ongekend moyenne van 15.00. Ook speelde hij in deze partij de hoogste serie van de week, 53 caramboles, een percentage van 35.33%. De winst ging mede door John, spelend voor de Merel 1/Thijmen van Veen tegen de Merel 3/Thijmen van Veen, ook Walter van Kouwen wist zijn partij te winnen. Vanuit het andere team wist Wim Berkelaar en Caty Jansen hun partij te winnen. K.O.T 87-1 speelde een gelijkwaardige partij tegen de Springbok 1. Beide teams gingen met twee gewonnen partijen en 40 wedstrijdpunten naar huis; Bob van Kolck, Anne Beeker en Hen Kandelaar met Jan de Jong wisten allen hun partij te winnen.

hiervoor verantwoordelijk. Een mooie teamprestatie met vier gewonnen partijen werd gespeeld door De Biljartvrienden/ Smitfietsen/2Groen tegen De Kromme Mijdrecht 3. Het gehele team bestaande uit Nico Koster, Martien Heijman, Jos van Wijen en Ronald Boon wisten allen hun partij te winnen.

Cens/Gortenmulder speelde goed tegen de Merel2/Thijmen van Veen. Desmond Driehuis maakte een vliegende start door in zijn eerste beurt een serie van dertien caramboles op tafel te leggen en daardoor de basis voor de winst. Zijn teamgenoten Arjan Gortemulder en Vincent Roeleveld wonnen eveneens hun partij. Gijs van Vliet was de tegenhanger in deze partij. S.V. Veenland/Liquid Rubber won thuis tegen De Kromme Mijdrecht 1. Ron Hart-sink en Derk wisten hun partij te winnen, zo ook Said Metalsi en Berend Huisingh. DenB Diensten/De Springbok speelde een broederpartij tegen De Springbok/Feka. John Beets een van de vier 100+ spelers in de competitie wist zijn partij te winnen, eveneens Ton van de Kleij. Vanuit het andere team wonnen Dick de Jong en Betty van der Mars.

Mooie teamprestatie

Cens 2 won tegen de thuis spelende De Kromme Mijdrecht 2. Beide teams wisten twee partijen te winnen. Jim van Zwieten met Yoeri Veeken en Edwin Walter met Jos Vermeij waren



Argon laat zege glippen in IJmuiden. Foto: aangeleverd.

hield Van Rijn Argon met knappe reddingen in de wedstrijd. Zelfs in minuut 96, toen Barrales Stormvogels nog een vrije trap toekende, bleef hij koel: de inzet van Van Westen ging onder de muur door, maar belandde in de veilige handen van Van Rijn.

Argon moet opnieuw genoeg nemen met een punt. Komende zaterdag is de ploeg vrij van competitieverplichtingen, een welkome gelegenheid om de balans op te maken en te werken aan scherperte in de afronding.

de herfstvakantie organiseert CSW bovendien een speciale voetbalclinic op 22 en 23 oktober. Een ideale gelegenheid om kennis te maken met het meidenvoetbal. Meer informatie is te vinden op de website van CSW.



CSW MO9-1 meiden periodekampioen. Foto: aangeleverd.

Argon laat zege glippen in IJmuiden

IJmuiden/Mijdrecht - Argon heeft zaterdag op bezoek bij IJVV Stormvogels in IJmuiden genoeg moeten nemen met een 1-1 gelijkspel. De Mijdrechtse ploeg kwam vroeg op voorsprong, maar slaagde er niet in om de wedstrijd na rust definitief naar zich toe te trekken. Een gemiste strafschop en een laat tegendoelpunt deden Argon uiteindelijk de das om.

Valse start, snelle voorsprong

De middag begon ongelukkig voor Argon: tijdens de warming-up viel Bas Boelhauer geblesseerd uit. Zijn vervanger Sven Beek moest na een kwartier eveneens afhaken, waardoor de niet geheel fitte Gyani Manuel onverwacht vijf kwartier moest volmaken. Toch kende Argon een sterke openingsfase. In de achtste minuut testte Richie Zinga doelman Bas Veen, waarna Mike Nusse met een geplaatst schot van buiten de zestien de keeper volledig verraste: 0-1. Stormvogels liet zich echter niet zomaar wegspeelen op eigen veld. De thuisploeg had veel balbezit, maar miste scherperte in de eindfase. Doelman Kris van Rijn onderscheidde zich met meerdere reddingen, onder meer op pogingen van Koridon en Van Nieuwkoop.

Vlak voor rust kon Zinga een fraaie actie niet bekronen en werd een gevaarlijke uitbraak van Quint Piris vakkundig gestopt door Dustin Mijnders.

Strafschop op de lat

Direct na rust kreeg Argon een uitgelezen kans om de voorsprong te verdubbelen. Piris werd van achteren aangetikt en scheidsrechter Julio Barrales wees resoluut naar de stip zonder een kaart te trekken. Zinga nam de verantwoordelijkheid, maar zag zijn inzet via de lat het veld weer in stuiten. Het bleek een kantelpunt. Stormvogels kreeg vleugels en Argon moest steeds vaker terug. Van Rijn hield zijn ploeg op de been bij pogingen van Koridon en Platte, terwijl invallers Milan Keijzer en Mika Keizers het tij niet konden keren. Ook Zinga en Manuel probeerden het nog, maar hun schoten misten precisie.

Laat gelijkspel

Met nog een kwartier te gaan bracht trainer Huisman vers bloed in de vorm van Tim Huisman en Stan van Balgoijen. Toch bezweek Argon tien minuten voor tijd onder de druk: na een hoekschop tikte Mijnders de gelijkmaker binnen. In de slotfase

CSW MO9-1 meiden periodekampioen

Wilnis/Montfoort – De jonge voetbalsters van CSW MO9-1 hebben afgelopen zaterdag hun eerste periode van het seizoen op overtuigende wijze afgesloten. In een spannende uitwedstrijd tegen Montfoort wisten de meiden na een stroeve start alsnog de overwinning binnen te slepen, waarmee ze zich tot periodekampioen kroonden. De wedstrijd begon veelbelovend met een vroege 0-1 voorsprong voor CSW. Toch raakten de meiden daarna even de grip kwijt en keken ze halverwege tegen een 3-1 achterstand aan. In de rust volgde een korte maar krachtige peptalk van de begeleiding, waarna het team zich herpakte en met hernieuwde energie het veld op ging. Wat volgde

was een indrukwekkende comeback: CSW wist uiteindelijk met 4-6 te winnen.

Na afloop keerden de kampioenen terug naar hun thuisbasis in Wilnis, waar ze feestelijk werden onthaald. Onder luid applaus en met een schaal patat werd de prestatie gevierd; een moment van trots voor de club, de ouders en natuurlijk de speelsters zelf.

Voetbalclinic

Wil jij ook voetballen in een enthousiast meidenteam? CSW verwelkomt nieuwe speelsters met open armen. Ben je sportief en tussen de 6 en 9 jaar oud? Kom dan eens vrijblijvend meetraineren. Aanmelden kan via meidenvoetbal@cswilnis.nl. Tijdens

Bridgen in de Willisstee

Wilnis - Bridgevereniging De Ronde Venen organiseert een bridgedrive op zondagmiddag 19 oktober in De Willisstee in Wilnis. Aanvang 13.00 uur, kosten 5 euro. Het is een open bridgedrive dus iedereen is van harte welkom. Zowel clubspelers als thuisbridgers kunnen meedoen. Men kan zich aanmelden door een e-mail te sturen naar:

bridge.drv@mail.com onder vermelding van beide namen, e-mailadressen en telefoonnummers. Graag vermelden: ervaren/niet ervaren bridger. Na aanmelding volgt een bevestiging. Alleen opgeven kan ook, dan probeert men een partner te vinden. Aanmelden kan tot zaterdag 18 oktober 12.00 uur. Voor meer informatie: 06 - 1542 2255.

Bridge uitslagen BV Mijdrecht

Mijdrecht – Maandag 6 oktober lagen de groene velden weer gereed voor de bridgewedstrijd. Het zou een zware avond worden met verrassende spellen. De uitslag was: 1. Henny van Nieuwkerk en Richard van Heese (67,36%), 2. Els Rovekamp en Karla Euwe (60,14%) en 3. Eric en Joke Schiphorst (57,71%). Paar Meents maakte een mooi 5klaveren gedoubleerd met 1up. In een ander spel werd door drie paren 3sans plus 4ups gehaald. En toen kwam er een spel – de klapper van de avond – waar bijna alle paren in oost-west 6sans met 1up speelden. Donderdag 9 oktober gingen de

paren weer de strijd met elkaar aan en dat gaf de volgende uitslag: A-lijn: 1. Richard van Heese en Dirk Coster (63,54%), 2. Maria Baas en Ted Koene (57,64) en Jan Rovekamp en Anton Berkelaar (ook 57,64%). Er waren veel dezelfde scores met 3sans en 2ups en 4harten met 2ups. In de B-lijn was de score: 1. Rita Ritzen en Nelly Vork (73,26%), 2. Paula Kooijman en Koos Wieling (58,72%) en 3. Dinie Dortmans en Ans van Uffelen (56,63%). Paar Vork sleepte 3sans met 2ups binnen gelijk paar Dirksen en paar Kooijman, maar werden overklard door paar Wieling met 6sans plus 1up.



Atlantis J2. Foto: aangeleverd.

Jeugdteams Atlantis sluiten seizoen met glans af



Atlantis J9. Foto: aangeleverd.

Vinkeveen - Afgelopen zaterdag was het feest op de velden van korfbalvereniging Atlantis. Twee jeugdteams sloten het veldseizoen af met een kampioenschap; eentje solo, de ander gedeeld. Maar beide prestaties zijn er een om trots op te zijn.

Atlantis J2: kampioen na bloedstollende strijd
Het door Bos Meubelstoffeerderij gesponsorde Atlantis J2 stond al bovenaan de ranglijst, maar moest tegen SDO nog één keer alles geven om het kampioenschap definitief binnen te slepen. De opdracht was helder: winnen of gelijkspelen betekende de titel, verliezen zou een gedeeld kampioenschap betekenen. De jonge spelers – Bente, Jasmijn, Jeftha, Melle, Minke, Roxanne, Sander, Siem, Tobias en Willem – begonnen onder leiding van coaches

Niels en Timo aan een pittige wedstrijd. SDO bleek niet van plan om zich zomaar gewonnen te geven. Met een 3-5 achterstand bij rust leek het kampioensfeest even ver weg. Maar Atlantis J2 toonde karakter. In de tweede helft vocht het team zich terug in de wedstrijd. Dankzij doorzettingsvermogen en sterk samenspel stond het 7-7 met nog tien minuten op de klok. De spanning was om te snijden. Uiteindelijk eindigde de wedstrijd in 9-9 – genoeg voor het kampioenschap. Een knappe prestatie van een team dat nooit opgaf.

Atlantis J9: gedeeld kampioen
Ook Atlantis J9, gesponsord door Codelnk, sloot het seizoen af met een kampioensgevoel. In een sportieve en energieke wedstrijd tegen Huizen J11 liet het team zien wat het in huis heeft. Met een klinkende 12-4 overwinning werd niet alleen de wedstrijd gewonnen, maar ook de titel van gedeeld kampioen veiliggesteld. Huizen J11 was de sterkste tegenstander tot nu toe, maar Atlantis speelde met flair en snelheid. De verdediging stond als een huis, zelfs toen Huizen een ‘superspeler’ inzette. Vanaf het derde kwart liep Atlantis uit en liet het team zien waarom ze bovenaan staan. Met een indrukwekkend doelsaldo van +59 mag Atlantis J9 met opgeheven hoofd het seizoen afsluiten. Een gedeeld kampioenschap, maar een volledig verdiend gevoel van overwinning. Atlantis kijkt terug op een succesvol seizoen waarin teamgeest, inzet en plezier centraal stonden. Op naar het zaalseizoen met nieuwe kansen en hopelijk weer veel reden tot juichen.

De Vinken 3 kampioen na overtuigende zege op SGV 2

Vinkeveen - De Vinken 3 zette zaterdag de kers op de taart van een uitstekend seizoen. In eigen huis won de ploeg overtuigend met 21-8 van SGV 2. De concurrentie liet punten liggen, waardoor het kampioenschap definitief naar de Vinkeveense formatie ging. Vanaf het begin was duidelijk dat De Vinken niets aan het toeval wilde overlaten. Zonder de geblesseerden Dylan Bravo Torres en

Mike Verlaan liet het team vanaf het eerste fluitsignaal zien met één helder doel aan de wedstrijd te zijn begonnen: winnen. Na een vroege 0-1 achterstand nam De Vinken snel het initiatief over. Via treffers van Maggie de Pijper en Jonas Kraaijkamp werd de stand omgebogen. De Vinkeveense verdediging hield de tegenstander stevig in de tang en dwong talloze fouten af, terwijl de

aanvallen scherp werden uitgespeeld. Zo liep De Vinken uit naar een comfortabele 12-2 ruststand. Ook in de tweede helft bleef de ploeg domineren. Met gevarieerd aanvalsspel en trefzekere schoten werd de voorsprong verder uitgebouwd tot 21-8. Missie volbracht. Al snel werd duidelijk dat concurrent MIA belangrijke punten had verspeeld, waarna het feest in Vinkeveen echt kon losbarsten. Op de beslissende dag maakte De Vinken 3 het koelbloedig af; een meer dan verdiend kampioenschap voor deze jonge ploeg.

Opluchting bij De Vinken

Vinkeveen - De laatste wedstrijd in de najaarscompetitie leverde de korfballers van De Vinken uit Vinkeveen een gelijkspel op. Thuis tegen De Meervogels uit Zoeterwoude werd het na een 16-13 ruststand in een doelpuntnrijke wedstrijd 24-24. Het was vooralsnog een domper na een spannende wedstrijd. Na lang wachten op de resultaten van de andere poules bleek dit resultaat toch voldoende voor een langer verblijf in de overgangsklasse.

Het scorebord raakte deze middag oververhit. Zowel De Vinken als De Meervogels schoten voortdurend met scherp. De thuisploeg was hierbij langzaam maar zeker de bovenliggende ploeg. Bij rust was het 16-13 in Vinkeveens voordeel. De Vinkendoelpunten waren van Jerom Stokhof (5x), Levi Kroon (5x), Mathijs de Rooij (2x), Eva Hemelaar (2x), Luka van der Vliet en Nieko Dankelman (de laatste op aangeven van Zoë van Dasler).

Ook in de tweede helft leek er voor de door Koeleman gesponsorde brigade geen vuiltje aan de lucht. Het liep toch anders. Na 17-13 en 19-14 herpakten de bezoekers zich sterk. Halverwege de tweede helft was het gat weer geslonken: 19-18. De Vinken bleef nog lang die voorsprong houden. Tot vier minuten voor tijd. De treffers van Luka van der Vliet (3x), Levi Kroon (3x), Jerom Stokhof en Deena Dankelman tilden de stand naar 24-21. In de laatste minuut kwam de tegenstander toch weer langzij: 24-24. Er hing een lichte mineurstemming op het korfbalveld. Was deze remise voldoende voor behoud? De veldkorfbalcompetitie speelt zich af in poules van vier teams. In zes wedstrijden strijden die om het kampioenschap met recht op promotie, om behoud of degradatie. De poule van De Vinken kende vier gelijkwaardige teams, waarbij iedereen van iedereen won.

De slotdag – afgelopen zaterdag – was allesbeslissend. De Vinken bleek uiteindelijk toch te kunnen juichen als een van de vier beste nummers drie in de overgangsklasse. Na de winter speelt het team van trainer-coach Amel Groos weer op dit niveau mee.



Een spelmoment uit de wedstrijd. Foto: Bert Lommers.



CSW toont veerkracht en verslaat Nieuwkoop overtuigend. Foto: aangeleverd.

CSW toont veerkracht en verslaat Nieuwkoop overtuigend

Nieuwkoop/Wilnis – De voetballers van CSW hebben zaterdag opnieuw drie punten toegevoegd aan het seizoen totaal door Angstgegner Nieuwkoop met 1-4 te verslaan. De ploeg van trainer Jeffrey Vlug toonde karakter, strijdlust en tactisch vernuft in een duel dat aanvankelijk rommelig verliep, maar na rust volledig kantelde in het voordeel van de bezoekers. Nieuwkoop, dat vorig seizoen tweemaal won van CSW, koos ditmaal voor een opportunistische aanpak met veel lange ballen. Trainer Arjan van der Laan had zijn formatie aangepast naar een 1-3-5-2, maar dat leverde weinig grip op het middenveld op. CSW was in de eerste helft de bovenliggende partij, maar slaagde er niet in om het overwicht om te zetten in kansen. Vlak voor rust viel de openingstreffer aan de andere kant: Dave Verhage scoorde met een laag krullend schot via de binnenkant van de paal. Bij deze actie raakte CSW-verdediger Tijn Mager geblesseerd; hij werd vervangen door Mick van de Loo, een naam die later nog zou opduiken. In de blessuretijd van de eerste helft kwam CSW verdiend langzij. Na een hard schot van Leroy Scholman dat nog werd gekeerd, was het Teun

Gieling die met een subtiele voetbeweging de gelijkmaker binnen tikte op aangeven van Max Oliemans.

Na rust bracht Vlug Justin Both in het veld, een speler die bekendstaat om zijn onverzettelijkheid. CSW ging hoger druk zetten en legde meer energie in het winnen van de tweede bal. Het leidde tot een fase waarin Nieuwkoop nauwelijks nog onder de druk uitkwam. De defensie van CSW, met Jelle van de Bosch en Jamie Veerhuis, stond als een huis, mede dankzij de rust en coaching van Zakaria Issarti en Mitchell de Zwart. Het veldoverwicht werd na een uur spelen omgezet in doelpunten. Eerst was het Oliemans die een rebound fraai binnen volleerde, vier minuten later verraste Van de Loo de keeper met een schot in de korte hoek. Nieuwkoop was gebroken en CSW bleef aandringen. Het slotakkoord kwam opnieuw van Van de Loo, die na een voorzet van Lars Wille via een afzwaaiende bal hard binnenschoot vanaf de penaltystip. Met deze overwinning blijft CSW in de bovenste regionen van de ranglijst. De ploeg lijkt geleerd te hebben van de moeizame start vorig seizoen. Op 25 oktober wacht de derby tegen Argon.

Voetbalplezier voor 5- en 6-jarigen in Wilnis

Wilnis - Na enkele jaren van afwezigheid is de populaire CSW Champions League weer terug op de velden van Wilnis. Op initiatief van betrokken ouders en met de inzet van voetbalvereniging CSW is deze interne competitie voor de allerjongste voetballertjes nieuw leven ingeblazen. Elke zaterdagochtend verandert het sportpark in een kleurrijk spektakel: ruim dertig kinderen in tenues van topclubs als Liverpool, Barcelona, Juventus, Celtic en Dortmund spelen korte wedstrijdjes van tweemaal zeven en een halve minuut. De ochtend begint om 08.45 uur en eindigt rond 09.45 uur met het nemen van penalty's; voor velen het absolute hoogtepunt. De sfeer is gemoedelijk en energiek. Ouders vervullen met enthousiasme rollen als teammanager, spelbegeleider of helpen bij het opzetten van de veldjes. Naast de wedstrijden wordt er op woensdagmiddag van 17.00 tot 18.00 uur getraind. Door middel van speelse oefeningen ontwikkelen de kinderen zich niet alleen als voetballer, maar ook motorisch en sociaal.

CSW biedt een veilige en plezierige omgeving, waar ieder kind op eigen tempo en niveau kan groeien. Er is nog ruimte voor een paar enthousiaste jongens of meisjes van 5 of 6 jaar oud. Wie van bewegen, plezier maken en nieuwe vriendjes of vriendinnetjes ontmoeten houdt, is van harte welkom om een keer mee te trainen of te komen kijken. Meer informatie of aanmelden: internecompetitie@cswilnis.nl, 06 - 5233 1183.



Champions League voor de jongsten terug bij CSW. Foto: aangeleverd.



oktober VOORDEEL



€5
KORTING

**Amanová hond mini
droogvoer 2 en 7 kg**
Diverse soorten. Vanaf ~~10.95~~ **13.95**



2 VOOR
€13

Voskes runderlong 500 gr
Natuurlijke kauwsnack. Per stuk 8.75



20%
KORTING

**Renske vers
natvoer variatiebox**
Diverse soorten. Vanaf ~~37.95~~ **30.36**



94.99
74.95

Krabton 3-gaats
Afm. 38 x 95 cm. Diverse kleuren.



2^e HALVE
PRIJS

Dogsuppy supplementen
Diverse soorten. Per stuk vanaf 9.90



20%
KORTING

Be Nordic regenjas Husum
Diverse maten en kleuren. Vanaf ~~19.99~~ **15.99**



25%
KORTING

**Edgard & Cooper hond
natvoer 100, 150 en 400 gr**
Diverse soorten.



€5
KORTING

**Amanová kat droogvoer
Exquisite chicken 6 kg**
Exquisite chicken ~~39.95~~ **34.95**
Sterilised Exquisite chicken ~~53.95~~ **48.95**



NU
36.95*

Royal Canin kat 3,5/4 kg
*Geldig op Fit, Indoor Sensible of sterilised.



15.95
13.95

**Gourmet Gold Mousse
24 x 85 gr**
In de smaken konijn, rund, kalf en lam.



v.a. 19.95
14.95

**Cat's Best Original
kattenbakvulling**
20 liter ~~19.95~~ **14.95** | 40 liter ~~36.95~~ **27.95**



25%
KORTING*

**Science Selective
Rabbit adult of Guinea pig**
*Geldig op 1%, 3 en 5 kg.

KIJK VOOR MEER AANBIEDINGEN OP VANTOLDIERXL.NL Geldig t/m 11 november 2025 en zolang de voorraad strekt.

Wiegerbruinlaan 83, Uithoorn | Grootschalige dierenwinkel | vantoldierxl.nl