

# Jutter | Hofgeest <sup>NL</sup>

3

Lancering Sport- en beweegpads voor volwassenen



6

Techport Innovation Centre: een stap naar een schone en duurzame toekomst

8

Gemeente Velsen haalt subsidie binnen om tweede pont in de vaart te houden



## Verkiezingsmarkt het sluitstuk van de partijcampagnes

Velsen - De posters kunnen weer van de muur en de campagnejassen kunnen weer voor een tijdje de kast in. De verkiezingsmarkt in het gemeentehuis bood alle deelnemende politieke partijen zaterdag nog een laatste kans om kiezers te overtuigen. Wat het ze opleverde, zou gisteravond met het tellen van de stemmen duidelijk worden. Hoe de 33 raadszetels voor de komende vier jaar verdeeld zijn, moet nog formeel worden vastgesteld. De voorlopige uitslag was bij het drukken van deze krant nog niet bekend. Op [www.jutter.nl](http://www.jutter.nl) berichten we vandaag over de resultaten van de verkiezingen. Foto: Velsen Lokaal

PROFITEER NU VAN DE HOGE GOUD KOERS!

De goudprijs is op recordhoogte! Lever daarom nu uw oude goud in tegen een mooi nieuw sieraad/ horloge, of laat dit bedrag uitbetalen. Wij garanderen u een eerlijk en goed advies.



## Twee leuke activiteiten in Seniorencentrum Zeewijk

IJmuiden - Zowel zaterdag 19 als zondag 20 maart zijn er leuke activiteiten in Seniorencentrum Zeewijk. Zaterdag 19 maart eerst *Zeewijk wat vertel je me nou.....* Er wordt een film gedraaid met prachtige beelden en foto's van IJmuiden van vroeger, gemaakt door Ed van Steenkiste. In de pauze wordt de haring weer aangeboden door vishandel Martens.

De zaal is open om 13.00 uur. Aanvang 14.00 uur, entree 2 euro. Op zondag 20 maart luidt het seniorencentrum de lente in met de zanger Hank Valley (bekend van het nummer O O Velsen Zuid). Het optreden is gratis, maar de ruimte is beperkt en vol is vol. Zaal open 13.00 uur, aanvang 14.00 uur.

SC TELSTAR DORDRECHT VRIJDAG 18 MAART 20.00 UUR

**Inkoopactie zonnepanelen**  
Wil jij ze ook op je woning?  
Doe mee via [www.energiekvelsen.nl](http://www.energiekvelsen.nl)

**deurdeukje?**  
...drukken we er zo uit  
**Schade Net**  
Kasius Velsbroek  
[www.schadenetresco.nl](http://www.schadenetresco.nl)  
onderdeel van Reco Autoschadegroep

ZATERDAG 19 MAART AANVANG 14.30 UUR  
SPORTPARK ZEEWIJK:  
Stormvogels tegen ADO'20  
(\*Meer op zaterdag\*)  
Deze advertentie is aangeboden door:  
• Zebra Uitzendbureau BV • Van der Vlucht  
• Cornelis Vrolijk's Visserij Maatschappij BV

**LG V**  
LG V bedankt al haar kiezers!

**INKOOP GOUD**  
**48 EURO PER GRAM**  
VOOR UW OUDE GOUD  
VRAAG NAAR ONZE VOORWAARDEN  
\*Tevens inkoop zilver (Altijd hoogste prijs)  
Lange Nieuwstraat 401 • 1971 GD IJmuiden  
Telefoon: 0255 - 51 99 88  
Internet: [www.amberjewels.nl](http://www.amberjewels.nl)  
Breesstraat 120 • 1941 EM Beverwijk  
Telefoon: 0251 - 22 50 23  
Internet: [www.renepost.nl](http://www.renepost.nl)

**G & O** MAKELAARS  
VERKOOPPLANNEN? GRATIS WAARDEBEPALING!  
Zeeweg 227 | (0255) 524660 | [www.G-Omakelaars.nl](http://www.G-Omakelaars.nl)

wooncentrum pvc & laminaat zonwering gordijnen behang tapijt  
**UBO KOK**  
Marktplaats 24 IJmuiden  
0255-536060  
[www.ubokok.nl](http://www.ubokok.nl)

**KOM JE ONS TEAM VERSTERKEN?**  
**VERKOPER KOZIJNEN**  
0251-211825  
  
**ALLROUND TIMMERMAN**

# VISSER

drogisterij • parfumerie

Alkmaar • Bergen • Beverwijk • Castricum • Heemskerk • Santpoort-Noord • Uitgeest • Wormerveer



**New Care**  
Magnesium Complex 120st

~~21,95~~ **16,95**



**Golden Naturals**  
Compleet assortiment

**2<sup>e</sup> product**  
**50% korting**



**AlkaVitea**  
Zuurbase in balans

**20% korting**



**Valdispert**  
Compleet assortiment

**25% korting**



**Davitamon**  
Compleet assortiment

**1+1 Gratis**



**HG**  
Compleet assortiment

**20% korting**



**Nivea**  
Compleet assortiment

**1+1 Gratis**



**Rimmel / Max Factor**  
Make-up

**1+1 Gratis**



**Weleda**  
Compleet assortiment

**25% korting**



**Louis Widmer**  
Compleet assortiment

**20% korting**

**CLINIQUE**

**25% KORTING**

**ESTÉE LAUDER**

**25% KORTING**

**Lucovitaal gehele assortiment 1+1 GRATIS!**



Bekijk onze folder nu online  
[www.drogisterij-visser.nl](http://www.drogisterij-visser.nl)





## Lancering Sport- en beweeg- gids voor volwassenen

Op maandag 14 maart werd de Sport- en beweeg- gids voor volwassenen gelanceerd tijdens de GoldenSports training in het Stads- park van IJmuiden.

GoldenSports is een beweegactiviteit in de buitenlucht voor senioren/ouderen. Naast het fysieke aspect is er ook aandacht voor het sociale element door elkaar in de wijk laag- drempelig te ontmoeten. Iedereen van 55+ is van harte welkom om mee te doen. Vooraf aanmelden is niet nodig.

In de Sport- en beweeg- gids vindt u meer in- formatie over deze activiteit. Ook vindt u daar een compleet aanbod van alle activitei- ten van organisaties en verenigingen die ge- meente Velsen rijk is. U kunt een exemplaar afhalen bij één van de publieke locaties, zoals het gemeentehuis, de bibliotheek of bij huis- artsen- en fysiotherapiepraktijken. U kunt de gids ook op internet bekijken via [sportpas- velsen.nl/sport-en-beweegaanbod-2022](http://sportpas- velsen.nl/sport-en-beweegaanbod-2022)



Wethouder Marianne Steijn en wethouder Bram Diepstraten overhandigen de Sport- en beweeg- gids aan het einde van de training aan alle deelnemers. Foto: Reinder Weidijk

## Warmtepomp geïnstalleerd? Dan planten wij een boom!

Voor elk duurzaam initiatief planten wij een boom in Velsen.

Laat het ons weten via [velsengoedbezig.nl](http://velsengoedbezig.nl)!



## Hulp en initiatieven Oekraïne

In het hele land zijn spontane initiatieven ontstaan om Oekraïners te helpen. Ook door inwoners van Velsen. Als gemeente ondersteunen wij deze initiatieven. Wij krijgen veel verzoeken binnen van inwoners die graag een steentje bij willen dragen.

Wilt u ook meehelpen en iets betekenen? Meer informatie kunt u lezen op <https://www.velsen.nl/oekraïne>. De informatie op deze pagina wordt aangepast wanneer er iets wijzigt.



## Nieuwe subsidie voor controle op coronatoegangs- bewijs in 2022

Ondernemers, instellingen en verenigingen kunnen tot en met donderdag 24 maart 2022 een aanvraag doen voor een financiële bijdrage op de gemaakte kosten die de naleving van de controle op coronatoegangs- bewijzen in 2022 met zich hebben meegebracht. Het betreft de periode van 26 januari 2022 tot en met 25 februari 2022.

In deze periode hebben ondernemers, instellingen en verenigingen in de horeca, sport en cultuur opnieuw te maken gehad met de verplichte controle op het coronatoegangs- bewijs (CTB). Vanuit het Rijk is aan gemeenten extra geld beschikbaar gesteld voor de controle op de naleving van het CTB in 2022. Het college heeft besloten het bedrag opnieuw in de vorm van subsidie beschikbaar te stellen aan ondernemers, cultuurinstellingen en sportverenigingen in de gemeente Velsen die verplicht zijn op het controleren op het CTB.

**Aanvragen subsidie CTB-controle** Heeft uw onderneming, organisatie of vereniging te maken met de verplichte controle op het CTB en heeft u hiervoor extra kosten gemaakt? Dien dan een aanvraag in voor een vergoeding. Er kan subsidie worden aangevraagd voor externe inhuur personeel (op basis van een factuur) of inzet eigen personeel (op basis van berekening CTB-tool) ten behoeve van de controle op het CTB. De subsidie kan worden aangevraagd door middel van een aanvraagformulier op [www.velsen.nl/aanvraag-ctb](http://www.velsen.nl/aanvraag-ctb)



Gemeente Velsen

Initiatief van Wijzer in geldzaken

## Week van het geld

De Week van het geld vindt plaats van 28 maart tot en met 1 april. Tijdens deze week is er extra aandacht voor kinderen en jongeren om te leren omgaan met geld. Thuis en in de klas. Goed omgaan met geld betekent namelijk: goed nadenken en bewust kiezen. Samen de weg vinden naar hulp en informatie.

### Van Digi tot Doekoe

Dit jaar is het thema "Van Digi tot Doekoe". Het gaat over de voortdurende digitalisering, de verschillende vormen van geld en betalen, en de veiligheid. Wilt u thuis alvast wat activiteiten doen met u (klein)kinderen? Op [www.weekvanhetgeld.nl](http://www.weekvanhetgeld.nl) staan veel filmpjes en spelletjes.

### Activiteiten voor jongeren

Tijdens de Week van het geld organiseert gemeente Velsen samen met het Sociaal Wijkteam en Stichting Welzijn Velsen verschillende activiteiten. Op 30 maart om 20.30 uur zijn jongeren welkom in Wijkcentrum de Stek. Een avond ervaringen en kennis delen over geldzaken, onder het genot van lekker eten. Voor de weken na de Week van het geld kunnen jongeren 15+ zich opgeven voor gratis kookcursussen. Leer uw kinderen hoe met een beperkt budget een gezond driegangenmenu op tafel komt. Meer informatie over de activiteiten is te vinden op [velsen.nl/week-van-het-geld](http://velsen.nl/week-van-het-geld). Aanmelden is mogelijk via [steeneken@welzijnvelsen.nl](mailto:steeneken@welzijnvelsen.nl) of telefonisch 06-28455673.

## Grof afval wegbrengen?

Check eerst wanneer het rustig is op het afvalbrengrstation en voorkom drukte.

[hvcgroep.nl/afvalbrengrstation](http://hvcgroep.nl/afvalbrengrstation)

**hvc.**  
energie en hergebruik



[hvcgroep.nl](http://hvcgroep.nl)



## Winnaars Vlogwedstrijd John van Dijk fonds krijgen prijs



De winnaars van de jongeren vlogwedstrijd van het John van Dijk Fonds hebben op woensdag 9 maart hun prijs ontvangen in de stadsschouwburg na afloop van het jongeren debat. De winnaars hadden beiden een vlog over verbinding. Cecile Vastenburg haar vlog ging over het verbinden van de natuur met de jeugd. De vlog van Eva Been en Nadesh Hen-

driks ging over het gebruik maken van muziek om jongeren met elkaar te verbinden.

De prijs werd uitgereikt door Sige Bart voorzitter van het John van Dijk Fonds. De winnaars maakten vlogs in het kader van het beste idee voor Velsen. Jongeren werd



gevraagd een filmpje te maken wat zij willen veranderen of verbeteren in Velsen. Alle jongeren tussen de 11 en 22 jaar konden een

filmpje insturen. Door de Corona maatregelen werd de prijs nu pas uitgereikt.

### John van Dijk Fonds

Het John van Dijk Fonds is opgericht door de gemeenteraad van Velsen met als doel jongeren meer te betrekken bij de politiek, maar ook om te laten zien hoe het bestuur werkt en wat voor invloed je daarop kunt uitoefenen. Ook als jongere!

### Wie was John van Dijk?

John van Dijk werd in 1990 op 26 jarige leeftijd raadslid van de gemeente Velsen. Op 30 april 2001 is hij overleden na een lange en slopende ziekte. John is een raadslid geweest dat op ongewone wijze opkwam voor ideeën van jongeren. Door zijn inzet, enthousiasme en door het inschakelen van zijn netwerken heeft hij jongeren enthousiast gemaakt voor de politiek. Bij zijn inzet voor jongeren heeft nooit de partijpolitiek voorop gestaan.

### Verkiezingen

De afgelopen weken zijn de raadsleden druk op campagne geweest om de inwoners te overtuigen om op hun te stemmen tijdens de gemeenteraadsverkiezingen. Naast dat de politieke partijen de straat op gingen waren er veel debatten waar zij de degenen kruisten. Zaterdagmiddag 12 maart organiseerden alle politieke partijen in Velsen een verkiezingsmarkt in het gemeentehuis. Inwoners konden onder andere meedoen aan het speeddaten met een raadslid of laten weten wat ze de nieuwe raad wil meegeven voor de nieuwe raadsperiode.

Ook was er op woensdag 9 maart een jongeren- en kinderdebat in de stadsschouwburg. Hier konden de jongeren met elkaar in gesprek over onderwerpen als speelplekken en Tata Steel.

## Coronanieuws



### Informatie over thuisquarantaine

Rijksoverheid.nl/quarantaine  
Website met contactgegevens hulp- en luisterlijnen



### Informatie over vaccinatie

coronavaccinatie.nl  
0800 - 1351 (tussen 08.00 uur en 20.00 uur)  
rivm.nl/covid-19-vaccinatie/vragen-antwoorden



### Informatie over corona

rijksoverheid.nl/corona  
0800-1351 (tussen 08.00 uur en 20.00 uur)



### Informatie over testen

Coronatest.nl  
0800-1202 (tussen 08.00 uur en 20.00 uur)



GEMEENTE VELSEN

## Bekendmakingen

### Aanvragen omgevingsvergunning

#### IJmuiden:

- Grahamstraat 259, aanpassen hoekraam (06/03/2022) 29037-2022
- hoek Sluisplein en Amstelstraat, bouwen winkel, bergingen en 2 woningen (07/03/2022) 29710-2022
- Frogerstraat 14, verbouwen tot bedrijfsruimte en (boven)woning (07/03/2022) 29706-2022
- Breesaapstraat 11-13, 17-19-21 en Frogerstraat 16-16A-18A-18B-18C, verbouwen tot bedrijfsruimten en 8 (boven) woningen (07/03/2022) 29708-2022
- Canopusplein 11, vervangen raamkozijnen (10/03/2022) 31060-2022
- Schiplaan 1, legaliseren verbouwen garage, plaatsen overkapping (10/03/2022) 30975-2022
- Houtmanstraat 1, gebruiken als tuin en het plaatsen van een insectenhotel (10/03/2022) 31223-2022

#### Velsen-Zuid

- Minister van Houtenlaan 130, legaliseren plaatsen textielwasserette (incl. reclame) (07/03/2022) 29495-2022

#### Velsen-Noord

- Wijkerstraatweg 164, opbouwen garage en bouwen aanbouw en berging (11/03/2022)
- 31713-2022

#### Santpoort-Zuid

- Jagtlustlaan 8, kappen 3 bomen (06/03/2022) 29013-2022
- Harddraverslaan 42, kappen boom (08/03/2022) 29785-2022

#### Santpoort-Noord

- Crijnsenstraat 18, plaatsen dakkapel (voorgevel) (10/03/2022) 31173-2022

#### Velserbroek

- Wieringer Aak 67, plaatsen dakkapel (achtergevel) (09/03/2022) 30713-2022

#### Welstand

##### Verlengen beslistermijn

#### IJmuiden

- Marktplein 60, wijzigen gevel (10/03/2022) 153172-2021

#### Santpoort-Zuid

- De Veenen 14, gedeeltelijk gebruiken voor zorgboerderij (10/03/2022) 9520-2022

#### Santpoort-Noord

- Hagelingerweg 58A, wijzigen voorgevel (10/03/2022) 8291-2022

#### Driehuis

- Anna Blamanpad en Herman Gortepad 1 t/m 7, vergroten balkons (begane grond) (10/03/2022) 8174-2022

#### Ingetrokken aanvragen omgevingsvergunning

#### IJmuiden

- Van Ostadestraat 83-8000, verbouwen tot woning met verdieping (08/03/2022) 13454-2022
- Fidelishof 55, 56 en 57, verbouwen tot woning (08/03/2022) 20305-2022
- Lange Nieuwstraat 503, vergroten (uitbouwen verdiepingen, 2 dakterrassen, 2 dakkapellen) en splitsen in winkel en 4 woningen (10/03/2022) 20286-2022

#### Ingediende aanvragen evenementenvergunningen APV artikel 2:10

#### IJmuiden

- "Koningsdag 2022", op 27 april 2022 van 14:00 tot 22:00 uur, locatie: Kenne-

merlaan 93 (09/03/2022) 30478-2022

#### Santpoort-Noord

- '80e Krinkels Pim Mulierloop', op 22 mei 2022 van 9:30 tot 13:00 uur, locatie: Kerkpad 61 (09/03/2022) 31625-2022

### BESLUITEN

#### Verleende omgevingsvergunningen - reguliere procedure

#### IJmuiden

- Breesaapstraat 60A, Neptunusstraat 33 RD, Oranjestraat 98, brandveilig gebruik van hotel (08/03/2022) 76990-2019
- Willemsbeekweg 8, plaatsen dakopbouw inclusief twee dakkapellen (08/03/2022) 13092-2022
- Snippenbos 54, plaatsen dakkapel (voorgevel) (10/03/2022) 14549-2022
- Kastanjestraat 17, bouwen dakopbouw (10/03/2022) 15772-2022

#### Santpoort-Noord

- Hagelingerweg 47, legaliseren afzuiginstallatie (08/03/2022) 93446-2021
- Spekkenwegje 15, bouwen tuinkas (08/03/2022) 128228-2020

#### Velserbroek

- Ambachtsweg 3, wijzigen horecagelegenheden (gevelindeling en terras; wijziging op verleende vergunning 38650-2020) (08/03/2022) 151141-2021
- Vederkruid 8, plaatsen dakkapel (voorgevel) (08/03/2022) 14058-2022
- Zwanebloembocht 86, plaatsen dakkapel (voorgevel) (10/03/2022) 15067-2022

#### Verleende filmvergunningen APV artikel 2:7

#### IJmuiden

'opname GTST' op 10 maart 2022 locatie: Amperestraat (08/03/2022) 29776-2022

#### Verleende evenementenvergunning APV artikel 2:10

De burgemeester van Velsen heeft een evenementenvergunning verleend voor:

#### IJmuiden

- '30 van Zandvoort', op 26 maart 2022 van 08:30 tot 14:45 uur, locatie: route door Velsen (08/03/2022) 154700-2021
- 'Omloop van Zandvoort', op 27 maart 2022 van 11:30 tot 15:30 uur, locatie: route door Velsen (08/03/2022) 154118-2021

#### Overige bekendmakingen

- Aanleggen van individuele gehandicaptenparkeerplaatsen voor de volgende percelen: Cypressenstraat 36, IJmuiden en IJmuiderstraatweg, 79 IJmuiden
- 12 parkeerplaatsen aan te wijzen voor het opladen van elektrische voertuigen
- Aanpassen maximumsnelheid tussen Genieweg en A9

Een papieren versie van de bekendmakingen ligt bij: Gemeentehuis Velsen, Dorpshuis Het Terras, Buurtcentrum De Dwarstigger, Buurthuis De Brulboei, Wijkcentrum De Stek, Wijkcentrum De Hofstede, Bibliotheek IJmuiden, Bibliotheek Velsbroek, uitleenpunt Huis ter Hagen en uitleenpunt de Moerberg. Voor de inzage van stukken kunt u naar het gemeentehuis.

VARKENSHAASJES	1 KILO	9.98
GEPANEERDE SCHNITZELS KIP OF VARKEN	4 VOOR	6.98
CARPACCIO DRIELUIK		5.75
BIEFSTUK STROGANOFF	500 GRAM	6.98
NIEUW! STOKBROOD HETE KIP		4.25
BROODJE WARM VLEES / PINDA		2.98
GEBRADEN KIPROLLADE	100 GRAM	1.98

ERG MAKKELIJK ONZE ONLINE WEBSHOP, BEZORGD TOT IN DE KEUKEN [WWW.VLEESVANKEES.NL](http://WWW.VLEESVANKEES.NL)  
**AANBIEDINGEN GELDIG VAN MAANDAG 21-3 T/M ZATERDAG 26-3**

De deur niet uit? Bestel op onze webwinkel [ridder.versbestel.nl](http://ridder.versbestel.nl)  
 Altijd 15 soorten kant en klare maaltijden op voorraad.

**Slagerij & Catering RIDDER**  
 Vlees van Kees  
 Winkelcentrum Beverhof 37, Beverwijk, tel: 0251-22 57 65

## „Kaasmarkt Captein”

KAAS • NOTEN • WIJNEN • BIEREN

	<b>Lutjewinkel 1916</b> Rijk en Romig belegen Nu 500 gram voor €7.95	<b>Gorgonzola Dolce</b> Romige zachte blauwader Nu 100 gram voor €1.75
	<b>Geheim van Giessenburg</b> Een heerlijke boeren kruidenkaas Nu 250 gram voor €3.95	<b>Alta Langa Camembert</b> Een Italiaanse Camembert van koe, geit en schapenmelk Nu 100 gram voor €2.75
	<b>De Leonidas Paaseitjes zijn binnen!</b>	<b>Per Te Nero di Troia</b> Stoere Appassimento uit Puglia, Italië Nu per fles €7.95
	<b>Schwarzwalder paté</b> Nu 100 gram voor €1.95	

Deze aanbiedingen zijn geldig t/m 16 april 2022  
 Kennemerlaan 42, IJmuiden, Tel. 0255-530890 / [www.kaasmarktcaptein.nl](http://www.kaasmarktcaptein.nl)

## Kumaro,

kozijnen voor het leven

**\* KOZIJNENMONTEURS GEZOCHT**

- Kunststof Kozijnen • Ramen en Deuren
- Dakkapellen • Terrasoverkappingen • Beglazing

**KUMARO** **ALIKU**  
 Erkend dealer  
 Maxwellstraat 1, IJmuiden, Tel. 0255-512 109 [www.kumarokozijnen.nl](http://www.kumarokozijnen.nl)

**\*Gevraagd:**  
 Verzamelaar zoekt audioapparatuur van voor 1995, platenspeler, versterker, boxen enz. Ik haal het graag bij u op. Tel. 0251-212896

**\*Gevraagd:**  
 Ik ben op zoek naar elektrische en gewone fietsen om te knutselen. Tel. 06-14069852

**Te koop:**  
 Nw: 1√óbeige bl; pot br: 23-h: 21cm 12€ + nw: 2√óbeige bloempotten+kraal randen br: 22-h: 18cm 20€. Tel. 06-21921738

**Gevraagd:**  
 Fietsstoeltje voor achterop, bv merk Bobike. Tel. 06-49636206

**Gevraagd:**  
 Wit tuinbankje. Tel. 06-22102076

**Te koop:**  
 Originele revitieve ix, met boekje en bijbehoren. Zeer weinig gebruikt. Vaste prijs 75,-. Tel. 06-25560279

**Gevraagd:**  
 Artis zegels/kaarten van de Dekamarkt voor mensen met een rugzakje. Alleen gemeente velsen. Geen handela.u.b. Tel. 06-37010414

**Verloren:**  
 Wit babyschoentje van Nike verloren, tussen dDriehuis ijspaleis en Hage-lingerweg. Iemand gevonden? Tel. 06-43983854

**Te koop:**  
 Hondencyclopedie met veel informatie/foto's. Estherverhoef 10 euro. Tel. 023-5376764

**Te koop:**  
 Antraciet lederen eetk.stoelen met licht eiken poten. B60 cm zith. 45 cm, 350,-. Tel. 06-27342197

## Cursus Italiaans voor beginners start 4 april

Schrijf je nu in!

Deze cursus is perfect voor de Nederlandse reiziger die van Italië, de Italiaanse taal, het eten en de cultuur houdt. Tijdens deze praktische cursus leer je basis Italiaans spreken en begrijpen, zodat je jezelf duidelijk kunt maken in verschillende vakantiesituaties. De focus zal liggen op spreken en luisteren, met slechts een klein beetje noodzakelijke grammatica.

Deze cursus wordt gegeven door Gianvittorio die in Venetië is geboren en getogen en nu al dertig jaar in IJmuiden woont. Inschrijven en meer info via [www.volksuniversiteitvelsen.nl](http://www.volksuniversiteitvelsen.nl) of scan de QR-code

**Volksuniversiteit Velsen**

**Te koop:**  
 In prima staat weinig beslapen een meegroeibed nu als 1 persoonsbed met lattenbodem 80x2meter met matras. 25,-. Tel. 06-10345206

**Te koop:**  
 Nederland 10x stokboek, gest. En postfris. 40,-. Tel. 06-41804330

**Gezocht:**  
 Luiers voor volw. voor goede doel, ook restanten zijn welkom. Tel: 06-49725344

**Te koop:**  
 Voor de kids leuk verkeersspeelkleed zo goed als nieuw 2 meter bij 1 meter. 10,-. Tel. 06-10345206

**Te koop:**  
 Snijmachine met extra mes. Ideaal voor de thuisbakker. 10,-. Ophalen in Beverwijk. Tel. 06-30464348

**Gevraagd:**  
 Artis zegels van Dekamarkt. Wie heeft ze over, ik kom nog zegels te kort. Tel. 0255-536050

## VAKGARAGE KOELEMEIJER

AL 45 jaar een begrip in de IJmond en omstreken

	<b>bj. 2011</b> € 4.750,-	<b>FORD KA</b>
	<b>bj. 2005</b> 1 <sup>e</sup> EIGENAAR € 6.750,-	<b>LEXUS IS200</b>
	<b>bj. 2013</b> € 14.950,-	<b>MERCEDES A-KLASSE 180</b>
	<b>bj. 2015</b> € 9.450,-	<b>HYUNDAI I20</b>
	<b>bj. 2001</b> € 2.450,-	<b>MINI</b>
	<b>bj. 2015</b> € 7.995,-	<b>FIAT 500 AUTOMAAT</b>

**BOVAG** **NAP** **RDW**

Trompstraat 9-11 | 1971 AA IJmuiden | T (0255) 52 05 09 | F (0255) 52 30 38  
 Kijk voor ons volledige occasionaanbod op onze website:  
**WWW.VAKGARAGEKOELEMEIJER.NL**

## GEZOCHT

Huurwoningen voor personeel straal 40 km van Schiphol

Onze voorkeur gaat voor langere periode. Eengezinswoningen, appartementen, kamer en ook recreatie woningen. Alles is welkom!

**Tel. 06 - 20460004**

## BIOCHAR MIX

Voor mooie en gezondere planten!

Puur koolstof bindt voedingsstoffen aan zich en voorkomt uitspoeling.  
 De poreuze structuur wordt gekoloniseerd door micro-organismen.  
 En draineert tevens de bodem bij zware regenval...  
 en houdt in droge tijden 6 x het eigen gewicht aan vocht vast.  
 Een hoog koolstofgehalte bevordert de opname van voedingsstoffen (CEC).  
 Maakt de bodem luchtig en komt de doorwortelbaarheid ten goede.  
 Het proces is CO2 negatief, het onttrekt koolstof uit de kringloop.  
 De koolstof vergaet in de grond niet en blijft, jaar na jaar, zijn werk doen.

**10 liter Biochar Mix voor € 10,-**

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

## Jutter | Hofgeest.

VERSCIJNT DONDERDAG

EDITIE 8  
VELSEN-NOORD, IJMUIDEN,  
VELSEN-ZUID, DRIEHUIS,  
VELSERBROEK, SANTPOORT-  
NOORD EN SANTPOORT-ZUID

Kantooradres  
Zeeweg 189-191  
1971 HB IJmuiden  
Tel. 0255-533900

Openingstijden  
ma. t/m wo. 09.00-17.00 uur  
donderdagmiddag 09.00 - 12.30 uur  
vrijdag gesloten

Aanleveren van advertentie  
Dinsdag voor 17.00 uur  
verkoop@jutter.nl  
verkoop@hofgeest.nl

Advertentieverkoop  
Jeroen van Duijn  
Tel. 06-33836478  
Ellen Gouda  
Tel. 06-51128572  
Petra Schiltmeijer  
Tel. 06-53942911

Advertentie-tarieven  
op aanvraag

Aanleveren van kopij  
Dinsdag voor 14.00 uur  
redactie@jutter.nl  
Maximum aantal woorden: 300

Redactie  
Renée Wouwenaar  
Marja van der Wulp  
Raimond Bos  
Arita Immerzeel  
Ingeborg Baumann

Kabalen  
Opgave gratis advertenties  
voor [www.jutter.nl/kabalen-opgeven](http://www.jutter.nl/kabalen-opgeven)

Druk  
Janssen/Pers Rotatiedruk

Verspreiding en  
bezorgklachten  
[www.verspreidnet.nl](http://www.verspreidnet.nl)  
Tel. 0251-674433

Uitgave van  
Kennemerland PERS B.V.  
Onderdeel van  
Regio Media Groep B.V.

Opplage de Jutter|Hofgeest: 31.400

Ingezonden brieven  
Uw brief van max. 300 woorden, dient ondertekend te zijn en voorzien van naam, adres, telefoonnummer en/of e-mailadres. Anoniem ingezonden brieven worden niet in behandeling genomen. De redactie behoudt zich het recht te weigeren dan wel te redigeren.

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

Privacy  
Zie onze privacyverklaring op [www.jutter.nl/privacy](http://www.jutter.nl/privacy)

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

WWW.REGIOMEDIAGROEP.NL

## Plaatjesdraaijerij in De Hofstede

**Velserbroek** - In Wijkcentrum De Hofstede, A. Jacobsstraat 227, Velsersbroek, brengt het ZoMiPo u zondag 20 maart een heel gezellige middag met de Plaatjesdraaijerij. Mark van Achteren en Petra Hof brengen een programma gebaseerd op herinneringen. Keer terug naar de tijd van toen door middel van muziek en beeld. De Plaatjesdraaijerij begint om 14.00 uur en vanaf 13.30 uur is de zaal open. Kaarten à 5,00 euro zijn verkrijgbaar aan de zaal. Meer weten? Bel Buurthuis De Brulboei, Kanaalstraat 166, IJmuiden. Tel. 0255 510652. De informatie vindt u ook op [www.welzijnvelsen.nl](http://www.welzijnvelsen.nl).

# Techport Innovation Centre: een stap naar een schone en duurzame toekomst

IJmuiden – 'Tout Technisch IJmond' was afgelopen dinsdag 8 maart aanwezig bij de officiële aankondiging van het te bouwen Techport Innovation Centre in Velsen-Noord. De bouw zal volgens verwachting afgerond worden in 2023 en vanaf dat moment krijgt het innovatiecentrum een zeer belangrijke rol in het goed opleiden van voldoende technisch personeel met nieuwe skills en het inzetten van digitale technologie binnen de industrie. Ook draagt het bij aan de energietransitie door oplossingen te ontwikkelen waarmee efficiënter en schoner kan worden geproduceerd. Een mooie en zeer belangrijke ontwikkeling in de regio en daarbuiten.



Hans van den Berg, directeur Tata Steel, Florus Roelofsen, voorzitter College van Bestuur ROC Nova College, Jeroen Verwoort, wethouder gemeente Velsen, Ilse Zaal, gedeputeerde Provincie Noord-Holland en Mark Denys, voorzitter Techport kondigen samen met Spot de Robot het Techport Innovation Centre aan. Foto: aangeleverd

Door Ingeborg Baumann

Er werd weer volop handen geschud, genetwerkt en geanimeerd gepraat in de Felison Cruise terminal waar de aankondiging van de fysieke plek waar de zogenaamde Innovatiemakers bij elkaar kunnen komen om te studeren, te werken, te ondernemen en te innoveren. Een plek voor bedrijven en scholen in de Metropoolregio Amsterdam en daarbuiten om in multidisciplinaire teams, in netwerken en ecosystemen, samen te werken aan een duurzame en digitale maak- en onderhoudsindustrie. De uitdaging en noodzaak om samen schoner en efficiënter te produceren, met goed opgeleide mensen van ieder niveau is van cruciaal belang voor de IJmond. Voor de Metropoolregio Amsterdam, waar we toch het episch centrum van zijn, en eigenlijk voor heel Nederland. Binnen het hart van de regio zullen verschillende partijen door samenwerking en het delen van kennis en innovaties moeten zorgen voor een betere toekomst.

**Meer dan een gebouw**

Het Innovation Centre komt te liggen aan de Rooswijkweg in Velsen-Noord. Handig, vlak bij Tata en het Nova College. 900 Vierkante meters voor innovaties, proefopstellingen en projecten voor MKB- ondernemers, startups, grootbedrijven, onderwijsinstellingen, docenten en studenten. Zo kan van elkaar geleerd worden en worden samengewerkt aan een duurzame toekomst, ook op digitaal gebied. Innovatieteams, studenten en onderzoekers, ondernemers en docenten kunnen kennis delen, innovaties testen, sparren en maken. Het gebouw wordt meer dan alleen een gebouw, het zal een toekomstbestendig broeinest worden. De Gemeente Velsen, Tata Steel, de Provincie Noord-Holland en het Nova

College investeerden allemaal een miljoen euro in het project en heel veel partners steunen en sponsoren het prestigieuze project van harte. Velsen stimuleert innovatie en technisch onderwijs verder met €400.000 aan subsidie voor de programmering van het Techport Innovation Centre is afgelopen maandag bekend gemaakt.

**Innovatiemakers**

De eerste aanzet om mensen bij elkaar brengen om samen belangrijke zaken te realiseren, is hiermee gezet. De inhoudelijke invulling van het innovatiecentrum wordt het komende jaar bepaald door vertegenwoordigers vanuit het bedrijfsleven, onderwijs en overheid. Techport is hiervoor op zoek naar deze zogenaamde Innovatiemakers. Maar tijdens de geanimeerde bijeenkomst staan er al verschillende bedrijven en startups op om hun enthousiasme

kenbaar te maken dus de interesse is groot. De subsidie wordt ook nog verder gebruikt om partijen bij elkaar te brengen in gezamenlijke innovatieprojecten en onderwijstrajecten.

**Techport**

Techport zet zich in voor de toekomst van de maak- en onderhoudsindustrie. Het is een krachtig netwerk van meer dan 70 bedrijven, scholen, kennisinstellingen en regionale overheden. Samen werken ze aan innovatie, voldoende goed opgeleid techniektaalent en uitdagend techniekonderwijs. Mark Denijs, voorzitter Techport: „Sinds de start in 2013 hebben we tienduizenden jongeren geïnspireerd voor technologie, zijn de techniekopleidingen in de IJmond vernieuwd en verrijkt en sluiten ze beter aan op de praktijk. We hebben bijscholingsprogramma's opgezet voor de onderhoudsmonteur van de toekomst,

hebben tientallen mkb-bedrijven hun innovatie laten versnellen en zijn er nieuwe innovatieve bedrijven actief geworden in onze regio." Jerry Notenboom is directeur coöperatieve Rabobank Haarlem-IJmond en onderstreept het belang van het inzetten op duurzaamheid en innovatie. Zeker ook voor nieuwe energie, nu meer dan ooit cruciaal. Hans Van den Berg, directievoorzitter van Tata Steel Nederland, zegt: "Hoe koppelen we de innovaties aan ons toch wat logge bedrijf? Dit proces wordt door het Innovation Centre versneld en dat is heel erg nodig. Alleen samen kunnen we de gestelde doelen bereiken." Wethouder Jeroen Verwoort is ook enthousiast: „Nu kunnen we toffe innovatieve dingen dóen!" Ruud Porck benoemt het Technisch College Velsen als voorportaal want: „Het is wel zo dat wat knappe koppen bedenken, handige handen uit moeten kunnen voeren."

**Openingshandeling**

Dan volgt de openingshandeling. Tot ieders verrassing komt een robothond, Spot genaamd, zijn intrede maken. Door een druk op de rode knop worden met een reuze knal blauwe slierten het publiek ingeschoten, hetgeen zorgt voor toch wel wat verschrikte kreten onder de techneuten. De inhoudelijke invulling van het Techport Innovation Centre moet nog worden bepaald. Hierbij wordt gekeken naar welke innovatiebehoefte er is binnen de maakindustrie als je kijkt naar het slimmer en efficiënter produceren. Samen met vertegenwoordigers vanuit het bedrijfsleven, overheid en onderwijsinstellingen, de innovatiemakers, wil Techport het komende jaar nadenken over deze invulling van het Techport Innovation Centre. Hiervoor organiseert Techport vanaf april 2022 elke maand een bijeenkomst.

*Heb jij interesse om ook mee te denken over de invulling en wil jij zo je stempel drukken op de innovaties die worden gestart binnen de maak- en onderhoudsindustrie? Word dan innovatiemaker en meld je aan. Kijk voor meer informatie op [techport.nl/innovationcentre](http://techport.nl/innovationcentre).*



Het is duidelijk te merken dat een fysieke bijeenkomst als deze gemist werd. Foto: Ingeborg Baumann

# welkoop

ZONDAG OPEN VAN  
12.00 TOT 17.00 UUR

Aanbiedingen geldig t/m zondag 20 maart 2022  
[www.welkoop.nl](http://www.welkoop.nl)



### ECOstyle graszaad AZ Start

Voor nieuwe inzaai van elk type gazon. Met extra bacteriën voor snelle kieming. Bijv. inhoud 1 kg 21,50 nu **18,27**



15%  
korting

### VOLUME VOORDEEL

#### Welkoop gazongrond

Zowel in het voor- en najaar te gebruiken na inzaaien of bijzaaien en bij het leggen van graszoden. Inhoud 30 liter.

2 stuks 13,90  
**12,50**

### Welkoop organische gazonmest

Geeft een vol en diepgroen gazon. Snelle en langdurige werking van 3 maanden. Bijv. inhoud 20 kg 22,50 nu **20,25**



10%  
korting



### WOLF-Garten verticuteermachine VA378E

Aanbevolen voor gazons tot 400 m<sup>2</sup>. Vermogen 1800 watt. Werkbreedte 37 cm. Incl. opvangzak 50 liter.

229,-  
**179,-**

Hagelingerweg 210 (hoek Biezenweg) Tel.: 023 - 537 03 57

## KEURSLAGERSKOOPJE!

### Cordon Bleu

2 stuks voor  
**€5.00**



## Van Haaster

Ster Bastion 42, Velsbroek Tel. 538 39 00

Verstand Van Lekker Vlees - [www.keurslager.nl](http://www.keurslager.nl)



*Leo van Ewijk.*  
banketbakkerij - chocolaterie

<b>Roomboterkoek</b> van <del>4,65</del> voor <b>€ 3,50</b>	<b>Aardbeienslof</b> van <del>14,25</del> voor <b>€ 13,50</b>
---	---

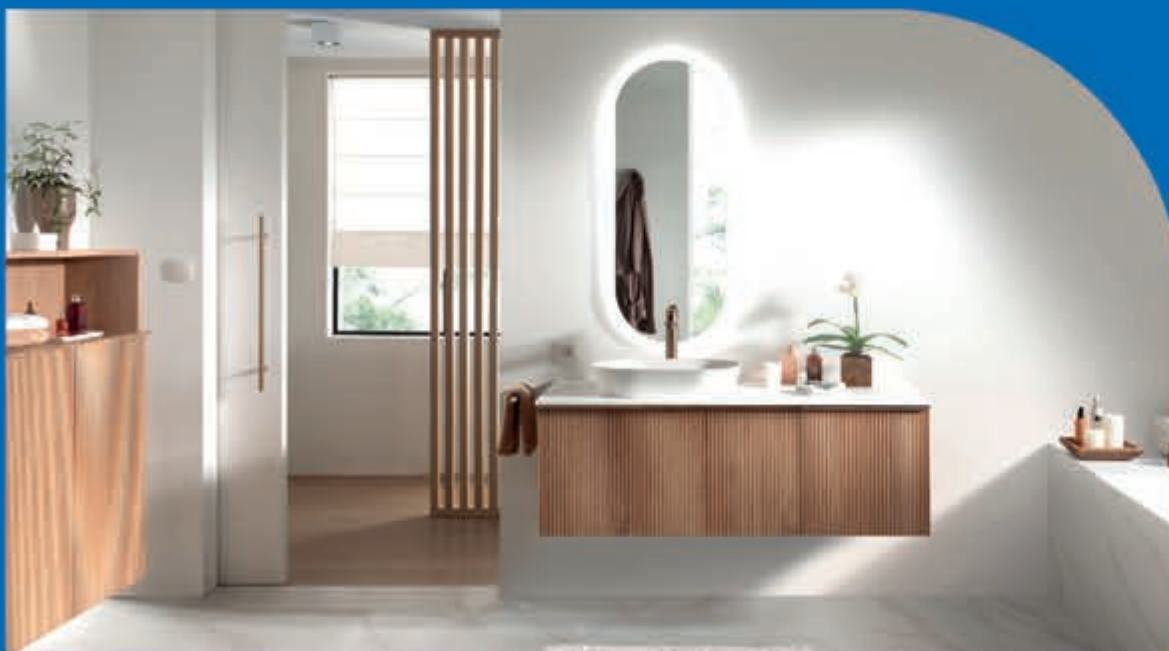
*Omdat over smaak niet te twisten valt*

Neptunus Bastion 43 - Velsbroek - Tel. 023-5389159

[www.banketbakkerijvanewijk.com](http://www.banketbakkerijvanewijk.com)

# Hoi Beverwijk, nieuw in je buurt!

1.900m<sup>2</sup> badkamerinspiratie



**X<sup>2</sup>O**  
BADKAMERS



Bezoek onze **17e showroom** en ontdek er de allernieuwste badkamertrends en levensechte moodboards over de populairste interieurstijlen. Geniet tijdens onze **Inspiratieweken** van kortingen tot **50%**! Ook op [x2o.nl](http://x2o.nl).

X<sup>2</sup>O Badkamers in Beverwijk vind je in de Parallelweg 102A.

## Het zit erop voor deze taart....

**Velsen-Zuid** - Bij de verzamelcontainers op de hoek van de Minister van Houtenlaan en de Verloren van Themaatlaan staat wel een hele bijzondere illegale storting sinds dinsdag. Het lijkt op een... bruidstaart? Maar dan één zonder slagroom. Wel doen de witte rozen en blauwe linten iets voor een feestelijk doel vermoeden. Maar dat feest is duidelijk voorbij. Foto: Arita Immerzeel



## VSV bindt ook Velsen aan zegekar

**Velserbroek** - Zowel de zaterdag 1 van VSV als die van Velsen hadden bij aanvang van het seizoen de doelstelling om voor promotie naar de 3e klasse te strijden. VSV lijkt daarin goed op weg, maar Velsen moet na de 1-2 nederlaag tegen VSV haar pijlen op volgend seizoen gaan richten. De zondag 1 van VSV had een vrij weekend, maar profiteerde indirect van het gelijke spel tussen Swift en Purmerend, waardoor de 3e plaats weer wat steviger in handen kwam, met uitzicht op meer. Zoals vaker dit seizoen is de start van de wedstrijd van de zaterdag 1 steeds veelbelovend maar als VSV eenmaal op voorsprong is gekomen dan verzuimt het team om door te drukken, waardoor de tegenstander in de gelegenheid wordt gebracht om weer in de wedstrijd te komen. Tegen Velsen was het niet anders want VSV stond, door doelpunten van Jorian Faassen en Jesse Kooijman, binnen 10 minuten al op een 0-2 voorsprong, maar was verder niet bij machte om de productie te verhogen. Velsen kwam door een doelpunt van Robin Boekhorst weer in de wedstrijd, maar kon verder ook geen potten breken, zodat er voor de toeschou-

wers een verder weinig plezierige wedstrijd werd voorgeschoteld. Roy Penders scoorde nog wel via een kopbal, maar de scheidsrechter had geen zicht op het feit dat de bal de doellijn was gepasseerd, zodat de wedstrijd met een 1-2 eindstand werd afgesloten. Zaterdag staat de wedstrijd thuis tegen Terrasvogels op het programma en alle concurrenten spelen al eerder die week de nog openstaande inhaalwedstrijden, zodat de kans groot is dat VSV, bij winst op Terrasvogels, verder afstand zal gaan nemen. Ook staat er zaterdag het treffen tussen de O19-1 van VSV en Stormvogels op het programma, zodat er weer veel te beleven valt op sportpark De Hofgeest.

De zondag 1 had een weekend vrij en speelt aanstaande zondag uit tegen Nieuw West United, die tegen koploper Martinus op een 7-0 nederlaag werd getraakteerd en dus gebrand zijn op een revanche tegen VSV. Het team van trainer David Zonneveld verkeert echter in zeer goede vorm en staat op slechts 3 punten van de koplopers zodat winst een must is om niet het zicht op de koplopers te verliezen.

## Gemeente Velsen haalt subsidie binnen om tweede pont in de vaart te houden

**Velsen - Omgevingsdienst IJmond heeft voor de gemeente Velsen een Rijkssubsidie verworven van 485 duizend euro. Met dit geld en garantstelling vanuit de IJmondgemeenten kan de tweede pont bij Velsen in de vaart blijven tot in ieder geval eind 2023. 'De subsidie is toegekend omdat het laten varen van een elektrische pont grote gezondheidswinst oplevert voor de inwoners en voor het milieu. Vanaf 2023 gaat een tweede elektrische pont varen en wordt de oude, die nu nog op fossiele brandstof vaart, uit de vaart gehaald.**

„Doordat er doordeweeks overdag elke 10 minuten een pont vaart, stimuleren we mensen bovendien de fiets te nemen. Daarmee verbeteren we de luchtkwaliteit”, aldus Sebastian Dinjens, wethouder gemeente Velsen. Zijn collega wethouder Bram Diepstraten vult hem aan: „De IJmondgemeenten, aangevoerd door gemeente Velsen, zijn in gesprek met de provincie Noord-Holland, gemeente Amsterdam en het Rijk om te kijken naar een meer structurelere (financiële) oplossing om beide ponten, straks allebei elektrisch, in de vaart te houden. Daar maken we ons nu hard voor.”

### Minder autokilometers, minder fijnstof

Het in stand houden van een tweede pont levert zo'n vier miljoen minder gereden autokilometers per jaar op. Dit betekent een vermindering van ruim 200 kilo fijnstof PM2,5 en PM10 én een vermindering van 2.700 kilo stikstof per jaar. Met het programma IJmond Bereikbaar stimuleren we bedrijven en werknemers om meer gebruik te maken van de fiets. „Zeker op korte afstanden, tot 7,5 kilometer is de fiets een prima alternatief”, voegt Vera van Vuuren projectleider en subsidieaanvrager bij ODIJmond, toe. „Ons streven is, die van de IJmondgemeenten is,

om bij zeker de helft van de vervoersbewegingen woon-werkverkeer mensen op de fiets te laten gaan”. „Het is onze ambitie om de extra (elektrische) pont over het Noordzeekanaal te behouden”, aldus Diepstraten.

### 4.500 fietsers per dag gebruiken de pont

Het nut van een tweede pont heeft de gemeente Velsen laten berekenen met een zogenaamde maatschappelijke kosten-baten analyse. Wat blijkt? Door het laten varen van een tweede pont zijn er beduidend meer inwoners die de fiets pakken waardoor er veel minder gebruik wordt gemaakt van de auto en het OV. Het gaat om meer dan 4.500 fietsers die nu dagelijks de pont over het Noordzeekanaal gebruiken. Die wil je niet verliezen. Voor fietsers is de pont bovendien gratis. Van maandag tot en met vrijdag vaart de pont tussen 6.30 uur en 18.30 uur elke tien minuten.

### Kortere reistijd en minder mensen in de auto

„De inzet van de extra pont”, verduidelijkt Diepstraten, „levert voor veel inwoners een kortere reistijd op, waardoor zij eerder op de fiets stappen dan in de auto. Het is minder druk op de weg, met minder verkeersopstoppingen en

een verbetering van de bereikbaarheid van de IJmond. Met het laten varen van de extra elektrische pont krijgen we meer mensen op de fiets. Dat is pure winst.”

### Structurele samenwerking verbetering luchtkwaliteit in de IJmond

„De IJmondgemeenten werken steeds intensiever samen om de luchtkwaliteit in de IJmond te verbeteren, in samenwerking met ODIJmond en met ondersteuning van de GGD Kennemerland. Enerzijds richten gemeenten zich specifiek op Tata Steel, dat een eigen programma kent, anderzijds op het overige bedrijfsleven in de IJmond, de havens, het wegverkeer, de scheepvaart en de woonomgeving. De maatregelen voor die laatste staan in het programma Gezondheid en Luchtkwaliteit”, zegt Sebastian Dinjens. Vera van Vuuren vult daarbij aan: „Binnen dat programma zoeken we continu naar extra financiering om de invoering van de maatregelen waar mogelijk te ondersteunen en versnellen.”

### Regeling specifieke uitkering Schone Lucht Akkoord (SPUK)

De subsidie van 485 duizend euro is uitgekeerd vanuit de beschikbare gelden binnen de Regeling specifieke uitkering Schone Lucht Akkoord (SPUK). In januari 2020 ondertekenden de IJmondgemeenten het Schone Lucht Akkoord, samen met zo'n dertig andere Nederlandse gemeenten. De garantstelling van IJmondgemeenten voor de elektrische pont komt uit het Regionale Mobiliteitsfonds.

# Santpoorter Roel Pomp schrijft over bijbels humanisme in een inhumane wereld

**Santpoort - De oorlog in Oekraïne raakt bij veel mensen een gevoelige snaar. Een oorlogsdreiging op relatief geringe afstand van Nederland, waarbij veel onschuldige mensen de dood vinden. Ook Santpoorter Roel Pomp kijkt met afschuw naar de beelden die het nietsontziende optreden van de Russische president Poetin teweeg brengen. In zijn nieuwe boek 'Nee, nergens om, maar om elkaar' legt hij een tussen geweldadige acties als deze en het Bijbelverhaal. Een boek over bijbels humanisme in een inhumane wereld, waarbij niet alleen verschillende Bijbelboeken en theologen worden besproken, maar ook filosofen als Nietzsche en Camus aan het woord komen.**

Door Raimond Bos

Roel Pomp (1932) studeerde theologie in Utrecht en was vervolgens als dominee op verschillende plaatsen in zijn geboortestreek in Drenthe actief. In 1974 kwam hij naar de regio IJmond om er als industrie-pastor bij Hoogovens aan de slag te gaan. Door een bezuinigingsmaatregel zag hij zich acht jaar later genoodzaakt om naar een andere betrekking uit te kijken. In de jaren daarna combineerde hij een functie als geestelijk verzorger in het Haarlemse verpleeghuis Boerhaave met een baan als godsdienstdocent op een school in Haarlem-Noord. Eind jaren 80 zette hij een punt achter zijn

onderwijs carrière, tot 1997 bleef hij verpleeghuispastor. In coronatijd begon hij aan het schrijven van zijn nieuwe boek. Hij vertelt: „Ik heb nu de leeftijd van negentig jaar bereikt. Ik wilde graag duidelijk maken wat voor mij de strekking is van het Bijbelse geloof.”

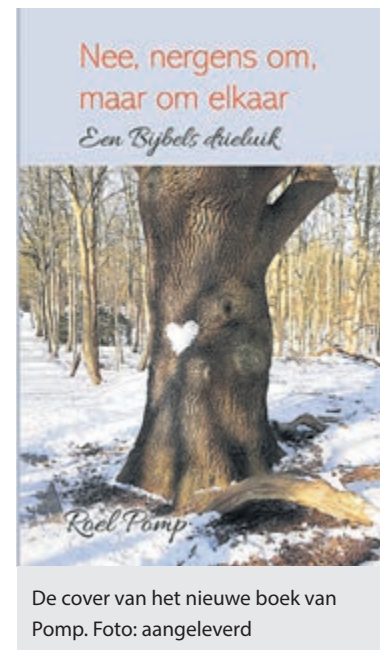
In het boek laat Roel Pomp de wereldgeschiedenis passeren, die zich veelal kenmerkt door overheersing, wreedheid en geweld. Hij concludeert: „Wij leven in een andere tijd en een andere cultuur, maar elke dag horen en lezen wij berichten over wreedheid en barbaar net als in de Bijbelse tijden en culturen. Ook wij worden uitgenodigd om de



Roel Pomp. Foto: aangeleverd

Joodse God te volgen met dezelfde ervaringskracht en intensiteit als toen, nu vanuit ons moderne levensgevoel, dat er iets aan dat alles ten grondslag ligt, dat we niet kennen en misschien wel nooit zullen kennen, maar waarvan we beseffen dat het er is.” Het boek is pas recent voltooid, de oorlog in Oekraïne was toen al uitgebroken. De auteur noemt de situatie in het Oost-Europese pand 'beangstigend', met name vanwege de drei-

gende kernoorlog, die door velen gevreesd wordt. Wie de loop der geschiedenis volgt, komt al snel tot de conclusie dat dergelijke taferelen in feite van alle tijden zijn. Roel Pomp: „Lang geleden is er ook een andere geschiedenis begonnen, een volksbeweging gericht op solidariteit. Uit de diepte van hun ellende hebben Joodse dwangarbeiders een stem gehoord. Waarvandaan? Weten ze niet, maar ze ervaren het als een roeping: in een inhumane wereld een humane samenleving opbouwen. In de Bijbel, een bonte verzameling gebeurtenissen, gaat het over de opkomst en ondergang van dat experiment. Ongehoord in die tijd, soms even zichtbaar, dan weer afgeleid door krachten van buitenaf, maar ook van binnenuit. Een cultuur- en gedragsverandering kost tijd. De molens van de geschiedenis draaien langzaam.” De titel van het boek refereert aan de levensvisie van Jezus: „Jezus komt op voor armen, zieken en rechtelozen, belangeloos, 'nee, nergens om, maar om elkaar'. Het tintelt van hoop en solidariteit onder het volk.”



De cover van het nieuwe boek van Pomp. Foto: aangeleverd

Het boek 'Nee, nergens om, maar om elkaar' van Roel Pomp is verkrijgbaar bij boekhandel Bredero in Santpoort-Noord en ook rechtstreeks bij de auteur zelf aan de Roosenbeeklaan 4a in Santpoort-Noord. Neem vooraf even contact op via e-mailadres roel-pomp@outlook.com of telefoonnummer 06 49932782.





uw echte warme bakker

# Ben Vreman

ook voor al uw vers gebak

REKLAME geldig van 18-3-2022 t/m 31-3-2022

## Moorkop

Gevuld met de romigste slagroom

van € 2,40

voor € 2,00

## Roomboter gevulde koek

Bereid met 100% roomboter en 100% amandelspijs

van € 1,95

voor € 1,65

**Kom snel kijken naar ons assortiment handgemaakte paaschocolade!!!  
Wij maken weer paasbrood!!!**

Gevuld met rozijnen, gebrande hazelnootjes, amandelspijs, rum en afgewerkt met gebruneerd amandelschaafsel.

TERRASWEG 24 - SANTPOORT - TEL/FAX 023-537 69 78

**Te koop:**  
Toyota Aygo-Peugeot 107-Citroen  
c1 Good Year banden met velgen  
155/65/14 160,-, Michelin Energy  
185/65/14, 50,-. Tel: 06-14630379

**Gevraagd:**  
Messenzegels van de Vomar en  
Albert Heijn, heeft gebruikt u ze niet,  
ik kom ze graag ophalen, alvast dank.  
Tel: 06-34254583

**Te koop:**  
Sportieve herenfiets 150,-, kaars, hg.  
70 cm, 100,-, loopauto Fiat 500, wit  
voor kleuter 20,-, omafiets Pointer  
100,-, reform ladder, 2x 10 trede, 80,-.  
Tel: 06-23524668

**Gevraagd:**  
Ik heb nog 3 Artizegels nodig. Oude  
geiser/boiler keukenkranen voor  
onderdelen. Tel: 06-26171519

**Te koop:**  
Ikea wit metaaltraphekje (patruil  
fast) met bevestigingsmateriaal.  
Verstelbaar in de breedte. 20,-. Tel.  
06-11480027

**Te koop:**  
Draaifauteuil, okergeel, z.g.a.n. 75,-.  
Tel: 06-49260603

**Te koop:**  
4 witte kunststof terraspotten met  
schotel, diam. 30, 25, 20, 16 cm, tot.  
12,50 + gratis 2 witte hangpotten. Tel.  
0251-222401

**Te koop:**  
4x J.K. Rowling: Harry Potter Steen  
der Wijzen, Orde v/d Feniks, De  
geheime kamer en de Halfbloed  
prins. In 1 koop 20,-. Tel: 06-17010252

**Te koop:**  
Gaskachel merk Dru, i.z.g.st. 130,-. Tel:  
06-14175946

**Te koop:**  
12 ex. Velisena-Velsen in historisch  
perspectief. Nrs. 3-4/5-8/9-10-12-  
13-14-15-16-17-20-21. 1,- p.st. 7 ex.  
Historisch genootschap midden-  
kennemerland nrs.: 24-26-27-28-  
32-35 en weerzien in Beverwijk,  
1,- p.st. Tel. 06-15553244

**Te koop:**  
Giant twist fietstas voor elektrische  
fiets geschikt voor twee accu's. (Groot  
model tas) 15,-. Tel. 06-20863709

**Te koop:**  
BoekRijk worden van Eldon. Ophalen  
voor 3,-. Tel. 06-12547596

**Te koop:**  
Peugeot heggenschaar th420df.  
Weinig gebruikt. 10,-. Tel.  
06-27240898

**Te koop:** Megamix food processor  
blauw, weinig gebruikt, alle onder-  
delen van 275,- nu 75,-, oud wit giet-  
ijzer zeepbakje 7,-. Tel. 06-41522634

**Te koop:**  
Een prima 1 pers. Sonate matras,  
190x80, 17 cm dik. Soepel en anti  
allergisch + bedbodem voor goede  
ligging. 15,-. Tel. 06-45609565

**Te koop:**  
Poets/polijstmachine, motor 120 w,  
schijf 24 cm. Geschikt voor auto, boot  
ect. Heeft 2 stevige handgrepen. 15,-.  
Tel. 06-45609565

**Te koop:** Herenfiets 25,-, biljart-  
keu 10,-. Tel: 0255-518992

**Gevraagd:** Opa en oma willen  
graag met de kleinkinderen naar  
Artis. Wie heeft er nog Deka Artis-  
zegels over? Tel: 06-21393819

**Te koop:** Doos bouquetreets  
boekjes, 10 voor €0,50 en 10  
voor €2,50. Tel: 0255-516100

# Jutter | Hofgeest

Wij zijn op zoek  
naar serieuze



## BEZORGERS/STERS

### Omgeving:

- S.P. Kuijperplantsoen, IJmuiden, 245 kranten
- Wondklaver/Zandhaver, IJmuiden, 150 kranten
- Kompasstraat/Sirenestraat, IJmuiden, 250 kranten
- Hunzestraat/Lekstraat, IJmuiden, 245 kranten
- Burgemeester Enschedelaan/Wustelaan, Santpoort-Noord, 180 kranten
- Van Dalenlaan, Santpoort-Zuid, 200 kranten

MEER WETEN? BEL TIJDENS KANTOORUREN:  
0251-674433 EN VRAAG NAAR MARCO OF ROGIER

WWW.VERSPREIDNET.NL

INFO@VERSPREIDNET.NL



19 & 20 maart

# 15%

## lente korting op het hele assortiment

### Ook zo'n zin in het voorjaar?

Kleurrijke tuinplanten, frisse kamerplanten en de nieuwste  
voorjaarscollectie voor tuin en huis haal je nu bij DekaTuin  
tuincentrum. Ook alles voor dier! Kom op 19 & 20 maart

naar DekaTuin en ontvang 15% korting op alles!

Op vertoon van een geregistreerde spaarkaart.

Lees meer en de voorwaarden op [deka-tuin.nl/korting](http://deka-tuin.nl/korting).



Anegang 8, Haarlem  
Vlaamseweg 1, Haarlem

[www.deka-tuin.nl](http://www.deka-tuin.nl)



# BIZ 2.0 Havengebied IJmuiden is een feit!

**IJmuiden - Ook de komende 5 jaar is er een BIZ in het havengebied IJmuiden. En niet alleen in het huidige BIZ gebied, maar ook in de gebieden Halkade/Dokweg en Ampèrestraat/ Kromhoutstraat.**

De uitslag van de draagvlakmeting gaf dit duidelijk aan. Maar liefst 68% van de stemgerechtigden brachten hun stem uit, waarvan 78% van de uitgebrachte stemmen vóór!! Ondernemers in het havengebied van IJmuiden gaan het havengebied

gezamenlijk verder versterken. Door de voortzetting van de BIZ, een Bedrijven Investeringszone, gaan ondernemers vanaf 2022 jaarlijks investeren in de economische vitaliteit en aantrekkelijkheid van het gebied.

## **BIZ Havengebied IJmuiden 2.0**

Alle ondernemers in het havengebied dragen bij aan het succes van deze BIZ. De BIZ heeft streeft naar een schoon, heel, veilig en duurzaam havengebied IJmuiden. De BIZ komt op voor de belangen van ondernemers aangaande de openbare ruimte, de BIZ is een serieuze gesprekspartner en beschikt over een parkmanager die voor de

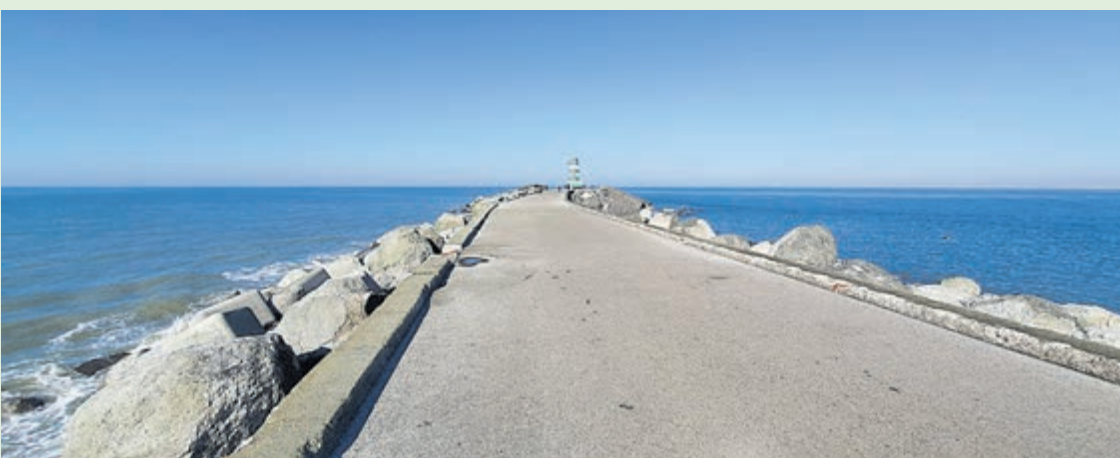
belangen van ondernemers opkomt en zijn netwerk gebruikt om dingen op te lossen en in gang te zetten.

## **Een veelzeggende uitslag**

Het bestuur heeft samen met Stad & Co en met instemming van de gemeente Velsen, ingezet op een uiterst zorgvuldige en vertrouwenwekkende aanpak. Persoonlijk contact, fysieke aanwezigheid in het gebied en

aandacht voor individuele wensen en belangen heeft zijn vruchten afgevoerd. Deze uitslag van de draagvlakmeting betekent dat er ruimschoots draagvlak is in het havengebied en de BIZ Havengebied IJmuiden 2.0 per januari 2022 wordt voortgezet voor een nieuwe looptijd van vijf jaar, en daar is het bestuur niet allen enorm trots op, maar het staat ook klaar om het activiteitenplan uit te voeren.

## TYPISCH IJMUIDEN



De kop van de Zuidpier onder een strakblauwe hemel. Rechts aan de horizon zien we de goudgele kust van Noord-Holland. Foto: Erik Baalbergen

## De kop van de Zuidpier

**Wekelijks staan we in deze rubriek aan de hand van een foto stil bij een IJmuidens onderwerp naar aanleiding van de actualiteit, een bijzondere gebeurtenis, een evenement of gewoon een van de mooie tafereels die IJmuiden biedt. In deze aflevering aandacht voor de kop van de Zuidpier.**

Door Erik Baalbergen

De pieren van IJmuiden zijn echte publiekstrekkingen. Wandelaars en fietsers komen er om te pierewaaien, vissers komen er om verse vis uit zee te hengelen en vogelspotters komen er om vogeltjes te bespieden. En af en toe kun je nog wel 'ns een zeehondje of bruinvis spotten. Voor elk wat wils dus. Maar bij bepaalde windverwachtingen worden de pieren voor onze eigen veiligheid afgesloten. Vooral vorige maand, toen we Dudley, Eunice en Franklin op visite hadden, was de rode stormvlag enige tijd gehesen en stonden fervente piergangers voor dichte slagbomen en hekken.

### **Strakblauw**

Gelukkig klaarde de lucht na deze stormperiode zowel letterlijk als figuurlijk op en konden we onze schreden weer zetten richting onze westerburen. En vooral met het fraaie voorjaarsweer van de afgelopen weken is het dan niet zo moeilijk om op en rond de pier "vijftig tinten blauw" foto's te maken, met een strakblauwe lucht boven een bijna net zo blauwe zee. De bijgaande foto toont het laatste stukje Zuidpier, met aan het einde het groen-witte lichttorentje.

Laten we hopen dat het komende zomerseizoen nog vele wandelingen kunnen maken "op zee". Maar als ik de sporen die de laatste stormen rond het lichttorentje hebben achtergelaten zo zie, bekruip mij het gevoel dat ook dit jaar de Zuidpier weer langere tijd gesloten zal worden om deze 'weer in goede staat voor het komende stormseizoen' te brengen. We kennen het klappen van de zweep van de afgelopen twee zomers, toen de Zuidpier tijdens de laatste zomermaanden op doordeweekse dagen en vaak ook in het weekend gesloten was voor herstelwerkzaamheden.

### **Zachte heelmesters**

In 2020 werd vanaf begin augustus tot aan de wintermaanden de schade rond de kop van de Zuidpier van de stormen eerder dat jaar hersteld met breuksteen en asfalt. IJmuidenaren vroegen zich toen al af: waarom niet met beton- of rotsblokken? En inderdaad bleek vorig jaar dat de zee alweer heel stukken van de nieuwe asfalthelling rond de kop had afgeknabbeld. Eind juli ging de Zuidpier opnieuw voor langere tijd dicht voor het herstellen van de asfalthelling. En weer met asfalt, zonder serieuze brokken steen of beton...

Nu ben ik geen pierexpert of weg- en waterbouwkundige, maar met mijn lekenogen zie ik dat de zee ook dit jaar gulzig is geweest en flinke happen uit de asfalthelling rond de pierkop heeft genomen. Driemaal is scheepsrecht. Zullen er nu eindelijk wel 'ns blokken aan te pas komen? Zoals ik een klein jaartje geleden al in deze rubriek aangaf: de rest van de pier heeft het dankzij rots- en betonblokken ook al lang volgehouden! Beste Rijkswaterstaat, ga 's op de koffie bij IJmuidense aannemers die in het verleden vaker pierreparaties hebben uitgevoerd!

## DFDS hervat de minicruises naar Newcastle

**IJmuiden - Vanaf 25 februari is reizen naar het Verenigd Koninkrijk weer mogelijk voor alle Nederlanders. DFDS maakte vorige week de doorstart van alle MiniCruises naar Newcastle bekend.**

Reizen van en naar het Verenigd Koninkrijk was lange tijd niet mogelijk vanwege het negatieve reisadvies voor reizigers uit Nederland en het reisverbod voor Britse reizigers. De route IJmuiden-Newcastle van de Deense ferrymaatschappij DFDS bleef wel open voor het vervoer van goederen en noodzakelijke reizen. De Nederlandse overheid heeft bevestigd dat de coronapas na 25 februari verdwijnt. Voor veel reizen en vluchten naar het buitenland is de coronapas met QR-code echter nog wel nodig. Aangezien het Verenigd Koninkrijk de EU heeft verlaten, vereisen de nieuwe richtlijnen nog steeds een negatieve PCR-, of antigeentest van passagiers voordat ze vanuit een regio in het Verenigd Koninkrijk terug naar Nederland reizen. Teun-Wim Leene, Route Director bij DFDS, zegt: „We zijn natuurlijk erg blij met deze aankondiging en de versoepeling van de beperkingen en onze bemanning kijkt ernaar uit om meer passagiers aan boord te verwelkomen in de aanloop naar de zomer.”

Wilt u er dit voorjaar snel even tussenuit? Vaar zonder stress naar het Verenigd Koninkrijk, want de DFDS MiniCruises naar Newcastle zijn terug en beter dan ooit! Geniet van een ontspannen overtocht met uitstekende faciliteiten aan boord. Neem de tijd om te genieten van een heerlijke maaltijd in een van de restaurants aan boord of trakteer

zelf op iets mooits in de Duty Free shop. En eenmaal aangekomen kunt u genieten van alle Britse charme en uitgebreide winkelmogelijkheden die uw stedentrip naar deze unieke bestemming te bieden heeft. De overtocht biedt voor het hele gezin iets om van te genieten. Bars, restaurants en livemuziek houden u tijdens uw reis bezig, net als een bioscoop, kinderentertainment en speelreinen. DFDS is ook blij om de terugkeer van de vrijwilligersorganisatie ORCA aan boord van de King Seaways aan te kondigen. Zij bieden activiteiten aan om wilde dieren aan boord te spotten, met de kans voor kinderen om dolfinnen, zeevogels en walvissen te spotten in een programma met gids. De reisgarantie van DFDS houdt in dat klanten gratis kunnen omboeken als zij hun plannen moeten wijzigen vanwege de Covid-19 pandemie.

### **Duty-Free**

Duty Free is terug aan boord op de ferry's tussen IJmuiden en Newcastle. Klanten kunnen in de duty-free shop aan boord genieten van de beste belastingvrije aanbiedingen op het gebied van speelgoed, parfums, cosmetica, kleding, sieraden en sterke dranken. Meer informatie over de aanbiedingen in de Duty Free shop en alle details over de huidige Duty Free vrijstellingen kunt u vinden op de speciale Duty Free pagina op [dfds.com](https://dfds.com).



**Meld je aan voor de nieuwsbrief van Lijf & gezondheid en maak elke maand kans op mooie prijzen!**  
[www.lijfengezondheid.nl/registreren](https://www.lijfengezondheid.nl/registreren)

*Now I lay me down to sleep  
Pray the Lord my soul to keep  
If I die before I wake  
Pray the Lord my soul to take*  
- Enter Sandman, Metallica -

Na een moedige strijd, vol wilskracht, is waardig heengegaan mijn lieve zoon, mijn broertje en onze lieve papa

## Hans Zentveld

\* Bakkum, 11 juli 1962 † IJmuiden, 13 maart 2022

*Jouw leven moeten we loslaten.  
In ons leven houden we je vast.*

Riet  
John  
Lau  
Melissa  
Mitchell

Correspondentieadres:  
Planetenweg 51  
1973 BB IJmuiden

Hans is thuis, waar u op donderdag 17 maart van 19.00 tot 20.30 uur afscheid van hem kunt nemen.

De crematie zal in besloten kring plaatsvinden.

*Zolang wij leven, leven we voor de Heer;  
en wanneer wij sterven, sterven we voor de Heer.  
Dus of we nu leven of sterven, wij zijn van de Heer.*  
Romeinen 14:8 (NBV 21)

In de zekerheid van de Opstanding en het Eeuwige leven is rustig heengegaan mijn man, onze vader, schoonvader en opa

## Jakob Vegter Jaap

\* Voorburg, 15 oktober 1944 † Velsbroek, 7 maart 2022

Lies Vegter-van der Helm  
Johannes en Angelique Vegter-Ebbinkhuijsen  
Eline, Sofie  
Esther en Leonard Louwe Kooijmans-Vegter  
Ruben, Aram, Floris

Correspondentieadres:  
Maan Bastion 426  
1991 RH Velsbroek

De begrafenis heeft inmiddels plaatsgevonden.

*Vele fijne herinneringen  
Verzachten onze smart  
Voorgoed uit ons midden  
Maar altijd in ons hart*

Dankbaar voor de vele jaren waarin wij van haar goedheid en levensblijheid mochten genieten, delen wij u mede dat vrij onverwacht van ons is heengegaan mijn lieve vrouw, moeder en oma

## Hendrika Jacoba Harfst-de Krou RIA

\* Velsen, 25 oktober 1962 † Beverwijk, 9 maart 2022

Gerrit  
Wodan 🐾  
Louise en Dursun  
Kubilay  
Peter  
Cor en Mario

Het afscheid heeft plaatsgevonden op woensdag 16 maart bij Crematorium Westerveld, Duin en Kruidbergerweg 2-6 te Driehuis.

Correspondentieadres: Georgebos 45, 1974 LJ IJmuiden

*Als een vogel gedragen op de wind,  
zo vlieg je weg voorbij de horizon.*

Bedroefd, maar dankbaar dat een verder lijden haar bespaard is gebleven, delen wij u mede dat is overleden onze moeder, schoonmoeder en oma

## Maria Johanna Bosschert Rietje

IJmuiden, 23 maart 1938  
IJmuiden, 10 maart 2022

Willem en Monique  
Ramon  
Erik en Neha

Correspondentieadres:  
B.W.P. Wonink, Wijk aan Zeeërweg 65  
1972 NN IJmuiden.

Onze moeder, schoonmoeder en oma is overgebracht naar het uitvaartcentrum van Uitvaartverzorging IJmond, Waalstraat 101 te IJmuiden, hier is geen gelegenheid tot bezoek.

Wij nodigen u uit om samen met ons afscheid te nemen op vrijdag 18 maart om 10.00 uur in de aula van begraafplaats Duinhof, Slingerduinlaan te IJmuiden.

Na het afscheid zal de begrafenis plaatsvinden en ontmoeten wij elkaar in de ontvangkamer.

Onze dank gaat uit naar het personeel van *Prettig Thuis team plein 1945* en *Breezicht* voor de liefdevolle zorg.

*Wat je in je hart bewaard, raak je nooit meer kwijt*

Het mooiste dat je kunt achterlaten zijn sporen van liefde. We laten je los, intens verdrietig, maar voor altijd verbonden.

## Gerardus Bernardus Joseph Borst Gé

Haarlem, 4 februari 1937 † Velsen, 11 maart 2022

Cobi Borst - Vonk  
Monique en Mats  
Babette  
Simone

Wij hebben in besloten kring afscheid van Gé genomen.

Onze dank gaat uit naar het zorgpersoneel van Velsersduin voor de liefdevolle verzorging.

*Uw afscheid nemen*

**Alice Loeters**  
persoonlijke uitvaartzorg

- Een hecht team van vrouwen
- Met jarenlange ervaring en warme betrokkenheid
- Binnen elk budget

www.aliceloeters.nl / 0255-517452 (dag en nacht bereikbaar)

*'Een goed  
afscheid helpt  
je verder'*

Wilma Smit - de Waal  
Uitvaartverzorgster



**YARDEN**

Meldnummer  
bij overlijden:  
0800-8192  
24 uur per dag

## Team Patty Duijn

Begeleiding bij leven en afscheid

- Specialist in luisteren en vertalen van wensen
- Passie voor kwaliteit bij leven en afscheid
- Expert in gespreksvoering terminale situaties
- Begeleiding met oog voor detail en eigenheid



Vragen? Een overlijden melden? 06 300 93 482  
info@pattyduijn.nl | www.pattyduijn.nl | 📞 📧

Graag willen wij iedereen bedanken voor de steun na het overlijden van mijn lieve man, onze vader, schoonvader en opa

## Jasper Vermeulen

De vele kaarten, prachtige bloemen, mooie woorden, telefoontjes, app-berichten en de belangstelling bij het afscheid hebben op ons een diepe indruk gemaakt.

Jet Vermeulen  
Kinderen en kleinkinderen

IJmuiden, maart 2022

Bij een overlijden komt er veel op u af. Wij kunnen u zorgen uit handen nemen. Dit doen we met warmte en persoonlijke betrokkenheid. Wij zijn er voor u, of het nu gaat om grote uitvaarten of een intiem afscheid in ons prachtige afscheidshuis in Bloemendaal.

Bel ons voor een liefdevol en persoonlijk afscheid.

Monuta Jonker & Rengers  
Kanaaldijk 227, IJmuiden  
Afscheidshuis Bloemendaal  
Bergweg 60, Bloemendaal

**Monuta  
Jonker & Rengers**  
De steun bij ieder afscheid



0255 - 729 100 (24 uur per dag bereikbaar)



# In Gedachten.....

## Zangeres Miss Montreal voor het eerst in Monuta Uitvaartmuziek Top 10 Monuta presenteert Uitvaartmuziek Top 10

**Regio – De landelijke Monuta Uitvaartmuziek Top 10 van 2021 is vernieuwd. Miss Montreal's 'Door de wind', een lied van Stef Bos gezongen tijdens Beste Zangers 2020, is voor het eerst binnengekomen op nummer 4. Daarmee is 'Door de wind' hoger binnengekomen in de Top 10 dan 'Roller Coaster' vorig jaar. Drie klassiekers zijn uit de lijst, 'Waarheen, waarvoor' van Mieke Telkamp, 'Afscheid nemen bestaat niet' van Marco Borsato en 'My way' van Frank Sinatra. De Top 3 is hetzelfde als vorig jaar met op nummer 1; 'Ave Maria'.**

### Top 10 lijst

1 Ave Maria Diverse uitvoeringen, 2 Time to say goodbye Andrea Bocelli en Sarah Brightman, 3 Een trein naar niemandsland Frans Bauer, 4 Door de wind Miss Montreal, 5 Rollercoaster Danny Vera, 6 Mag ik dan bij jou Claudia de Breij, 7 We'll meet again Vera Lynn, 8 En de vogels zongen Sweet People, 9 Zwevend naar 't geluk Jannes, 10 The Rose André Rieu

### 'Muziek maakt gesprek over afscheid minder beladen'

"Elk jaar hopen we dat de ranglijst die we publiceren mensen inspireert om over hun laatste plaat te praten met elkaar. Kiezen uit miljoenen muzieknummers voor het laatste afscheid is namelijk best ingewikkeld. Ook kan de keuze hiervoor veranderen gedurende je leven. Over muziek praten en muziek luisteren schept een band en maakt het praten over uitvaartwensen minder beladen. Daarom hebben we dit jaar een vijftal inspiratielijsten gemaakt op Spotify. Op basis van vijf thema's; klassiek, populair, Nederlandstalig, religieus en bin-

nenkomstmuziek. We hopen hiermee mensen te helpen om een keuze te maken voor henzelf of hun naasten. En het zou nog mooier zijn als ze dan ook nog deze muziekkeuze delen met elkaar. Want dat geeft later duidelijkheid," zegt Corné Mulders, directeur Uitvaartzorg bij Monuta.

### Drie nieuwe binnenkomers zijn Danny Vera, Miss Montreal en Rob de Nijs

### Stijgers en dalers

De grootste stijger, vorig jaar nog grootste daler, van 2021 is Vera Lynn's 'We'll meet again' die van 25 naar 7 is gestegen. De Monuta Artiesten Top 10 heeft aan kop in chronologische volgorde André Rieu, Frans Bauer en Andrea Bocelli & Sarah Brightman. Dit jaar is André Hazes voor het eerst uit de artiestenlijst. Ook zijn er drie nieuwe binnenkomers in deze ranglijst, Danny Vera, Miss Montreal en Rob de Nijs.

### André Hazes uit de lijst

Voor inspiratie kunnen mensen naast het raadplegen van de Uitvaartmuziek Top 10 ook terecht bij de lokale uitvaarndermer. Om de Monuta Uitvaartmuziek Top 10 samen te stellen zijn bijna 3.000 muzieknummers geanalyseerd die in 2021 zijn afgespeeld bij afscheidsdiensten van Monuta. Livemuziek en kerkmuziek zijn niet meegenomen in de analyse.



'Wensen realiseren met oog voor detail'

Ronald, manager verzorgingsteam

Vertrouwd dichtbij

**Uitvaartverzorging IJmond**  
Waalstraat 101, 0251 - 25 20 94, [www.ijmonduitvaart.nl](http://www.ijmonduitvaart.nl)

Warm & Betrokken

HANNY DE BRUIJN  
UITVAARTVERZORGING

06-38662153  
DAG EN NACHT BEREIKBAAR  
[info@hannydebruijnuitvaartverzorging.nl](mailto:info@hannydebruijnuitvaartverzorging.nl)

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

## Ruud Kerkhoff Uitvaartzorg



Jan Gijzenkade 75  
2025 BC Haarlem  
www.luvu.nl

Alweer 21 jaar dichtbij  
Voor een betaalbare uitvaart..

023 - 5 371 375  
06 - 25 077 451

**LUVU** Samen naar een waardig afscheid.. **LUVU**

## Team Patty Duijn

Begeleiding bij leven en afscheid

- Specialist in luisteren en vertalen van wensen
- Passie voor kwaliteit bij leven en afscheid
- Expert in gespreksvoering terminale situaties
- Begeleiding met oog voor detail en eigenheid



Lisette



Mayke



Natasja



Evelyne



Patty

Vragen? Een overlijden melden? 06 300 93 482  
info@pattyduijn.nl | www.pattyduijn.nl |   



### U staat er niet alleen voor

Uitvaart Zorgcentrum IJmuiden, afscheid nemen in een huiselijke sfeer, persoonlijke aandacht van onze ervaren en betrokken medewerkers. Voor meer informatie bieden wij u een vrijblijvend informatiegesprek, voor een afspraak kunt u ons bellen (0255) 511 190.



Directe hulp na overlijden:  
(0255) 511 190  
(dag en nacht bereikbaar)

Dokweg 39  
1976 CA IJmuiden  
info@uz-ijmuiden.nl



Een waardevol afscheid ontstaat door tijd en aandacht

- Kosteloos kennismakingsgesprek
- 24 uur per dag bereikbaar
- Velsen en omgeving
- Gratis online nabestaandenloket

Patty-Lou Leenheer | 06 86 88 99 18  
www.getijdenuitvaartzorg.nl



Uitvaartzorg

Jessica IJzer

Dag en nacht bereikbaar  
023 - 5 272 272 / 06 - 83 595 938

Indien u wilt, kunt u uw wensen van tevoren met ons bespreken. Ongeacht uw verzekering, kunnen en mogen wij de uitvaart voor u regelen.

Hofstede Sparrenheuvel  
Bloemendaalseweg 139  
2061 CH Bloemendaal

www.uitvaartzorgijzer.nl



Voor een afscheid met liefde en respect

UITVAARTVERZORGING —SINDS 1878—  
UITENDAAL

Een familiebedrijf dat garant staat voor volledige verzorging van begrafenis of crematie.

warm - betrokken - persoonlijk  
jarenlange ervaring

24 uur per dag bereikbaar  
023 - 532 44 86

LAAT UW ZORG,  
ONZE ZORG ZIJN!

www.uitvaartuitendaal.nl



## Een nieuw logo voor Welzijn Velsen



Al meer dan 30 jaar zet onze stichting zich in voor alle inwoners van Velsen.

**wij** willen iedereen een perspectief geven op een zinvolle deelname aan het maatschappelijk leven.

Dat doen **wij** samen met alle inwoners van Velsen. **wij** zetten ons in voor die mensen, bij wie dat perspectief (tijdelijk) ontbreekt. Mensen die dreigen aan de kant te komen staan.

U kent ons als Stichting Welzijn Velsen. Vanaf nu heten **wij** Welzijn Velsen en u gaat ons vernieuwde merk overal tegenkomen.

Samen met ruim 45 professionals en ongeveer 600 vrijwilligers blijven **wij** ons inzetten om de talenten van Velsenaren aan elkaar te verbinden. In de buurthuizen, wijkcentra en jongerencentra, maar ook gewoon bij u in de wijk.



# Ontdek Spaarnwoude Park: unieke, gratis activiteiten op 2e paasdag

**Velsen-Zuid - Op 2e paasdag, maandag 18 april, opent Spaarnwoude Park het recreatieseizoen. Deze opening staat in het teken van het (her)ontdekken van alles wat deze groene oase te bieden heeft. Ondernemers, verenigingen, instellingen en het recreatieschap in Spaarnwoude Park slaan de handen ineen en organiseren gratis activiteiten. Op [spaarnwoudepark.nl/ontdek](http://spaarnwoudepark.nl/ontdek) kan iedereen die op 2e paasdag liever niet naar de meubelboulevard gaat een gratis activiteit boeken!**



Ook Fort Bezuiden Spaarndam doet mee. Foto: aangeleverd

Het voorjaar staat voor de deur en de bedrijven staan klaar om zich te laten zien na een winter met strenge corona-maatregelen. Een aantal activiteiten wordt speciaal voor het evenement georganiseerd: deuren die normaal gesloten blijven, worden eenmalig geopend voor het publiek!

Ineke van der Geest (ActionPlanet): „Veel mensen hebben in corona-tijd het groen om de hoek opnieuw ontdekt en leren waarderen. Nu alles

weer mag, willen we iedereen laten beleven hoe veelzijdig het gebied is, van culinair genieten tot sportieve activiteiten, op 18 april kun je alle kanten van Spaarnwoude Park ontdekken.“

**Gratis activiteiten voor jong en oud**  
Tussen 10.00 en 17.00 uur kun je gratis wandelen met de boswachter, een kijkje nemen in Fort Benoorden, suppen bij Villa Westend of genieten van een rondvaart bij Fort Zuid en

nog veel meer! Ook aan kinderen is gedacht, zo kunnen kinderen leren bij Boerderij Zorgvrij hoe je zelf boter kunt maken, met een slee de piste van Snowworld af glijden, de stormbaan van ActionPlanet bedwingen, of kan de hele familie steppen bij de Watergeus.

Elise Bos-Eyssen (programmamanager Spaarnwoude Park): „Recreatieschap Spaarnwoude werkt samen met belanghebbenden in het gebied

aan de uitvoering van een tiental projecten die het gebied toekomstbestendig maken. Daarbij hoort ook een nieuwe naam: Spaarnwoude Park. Met de open dag onderstrepen we het belang van ondernemers in het gebied en willen we tevens deze nieuwe naam extra onder de aandacht brengen.“

**Spaarnwoude Park**  
Tussen de steden Velsen, Haarlem,

Amsterdam en Haarlemmermeer ligt Spaarnwoude Park. Een natuurlijk 'stadspark', vol leven en tegelijkertijd een oase van rust. Hier geniet je van de natuur, het buitenleven en de rijke historie.

De ligging dichtbij grote steden en wijken maakt Spaarnwoude Park enorm belangrijk. Hier kun je even ontsnappen aan de drukte van alledag, op jouw eigen manier. [www.spaarnwoudepark.nl](http://www.spaarnwoudepark.nl).



Een van de vele activiteiten op 2e paasdag: de stormbaan van ActionPlanet bedwingen. Foto: aangeleverd

Op zoek naar werk

Job IN DE REGIO



Laat jij nooit iemand in de kou zitten?  
Word dan

**leerling-  
monteur!**

Nog nooit in de technische branche gewerkt?  
Maar heb je wel affiniteit met techniek,  
een rijbewijs en weet je wat  
klantgerichtheid inhoudt?

Dan kunnen wij je intern opleiden tot  
onderhoudsmonteur en volg je daarnaast  
op onze kosten een erkende MBO  
opleiding tot onderhoudsmonteur.

Geïnteresseerd in een nieuwe carrière?  
Stuur dan een motivatiebrief met CV naar  
info@gasservice.nl of bel voor meer  
informatie naar 0251-207162.



**KVSA**

van Halverhout & Zwart en Zurmühlen B.V.

**CARMARSHALLS M/V**

(Oproepbasis en weekendkrachten)

**WIJ ZOEKEN**

Carmarshalls die van aanpakken weten, graag in de buitenlucht werken (dus zon en regen!) en het een uitdaging vinden om op de Ferry en Cruiseterminal van IJmuiden te werken.

Ben je gepensioneerd? En steek je nog graag je handen uit de mouwen?  
Reageer dan ook.

**WAT DOE JE DAN?**

- Je begeleidt auto's, vrachtwagens, passagiers en andere voertuigen veilig over het terrein
- Je controleert personen, voertuigen en ladingen voordat je toegang of uitgang verleent op de terminal
- Je hebt een paar lichte administratieve taken zoals bijvoorbeeld digitale vrachtregistratie
- Tussendoor pak je klussen op die voor handen zijn

**JOUW PROFIEL**

- Je bent een aanpakker! We kijken niet naar opleiding
- Je bent in staat om fysiek werk te verrichten (je vindt het niet erg om veel te staan en te lopen)
- Je bent flexibel inzetbaar of je zoekt een leuke weekendbaan
- Je spreekt Nederlands en een beetje Engels
- Als onderdeel van het dienstverband zal een VOG (verklaring omtrent gedrag) aangevraagd worden

**ONS AANBOD**

- Afwisselende functie in de buitenlucht
- Werken volgens een vooraf afgesproken rooster
- Het bedrijf zorgt voor werkkleding en werkschoenen

**ENTHOUSIAST GEWORDEN?**

Dan stuur je je motivatiebrief met CV naar personeelszaken@kvsa.nl.  
Je kan ook bellen voor meer informatie naar 0255 545420.

**Jutter | Hofgeest**

Wij zijn op zoek  
naar serieuze



**BEZORGERS/STERS**

Omgeving:

- S.P. Kuijperplantsoen, IJmuiden, 245 kranten
- Wondklaver/Zandhaver, IJmuiden, 150 kranten
- Kompasstraat/Sirenestraat, IJmuiden, 250 kranten
- Hunzestraat/Lekstraat, IJmuiden, 245 kranten
- Burgemeester Enschedelaan/Wustelaan, Santpoort-Noord, 180 kranten
- Van Dalenlaan, Santpoort-Zuid, 200 kranten

MEER WETEN? BEL TIJDENS KANTOORUREN:  
0251-674433 EN VRAAG NAAR MARCO OF ROGIER

WWW.VERSPREIDNET.NL

INFO@VERSPREIDNET.NL



OOK UW VACATURE PLAATSEN?

BEL MET ELLEN 06 511 285 72  
OF JEROEN 06 338 364 78



# Samen strijden tegen drugsoverlast: 'Ijmuiden staat op'

**Ijmuiden - De drugsoverlast in Ijmuiden baart velen zorgen. Jongeren worden op straat aangesproken door drugsdealers met de vraag of ze iets willen kopen. Ook op sociale media zien ze regelmatig aanbiedingen voorbij komen. Tegelijk voelen de drugsdealers zich vaak gevangen in deze duistere wereld omdat ze geen andere keus lijken te hebben. Bewoners die drugshandel in hun wijk signaleren, durven daar niet altijd iets van te zeggen. Ze vrezen represailles van de drugsbazen, maar voelen zich intussen wel onveilig in hun eigen buurt. Kortom: het is tijd voor actie!**

Iedereen die zich zorgen maakt over de toenemende drugshandel en -criminaliteit kan zich nu aanmelden voor deelname aan het project 'Ijmuiden Staat Op', dat door Garage2020 in samenwerking met de gemeente Velsen is opgezet. Professionele ontwerpers bieden in de komende maanden vier ontwerpessies aan. De achterliggende gedachte is dat juist jongeren, hun ouders en bewoners van wijken waar veel gedeald wordt, veel invloed kunnen hebben op het bestrijden van deze praktijken. Vanuit het 'Programma Ondernijning Noord-Holland' is geld beschikbaar om dit project te bekostigen. Woon je in

Ijmuiden en wil je dat drugscriminaliteit stopt? Ben je zelf jong en zie je dit om je heen gebeuren? Heb je zorgen om je eigen kinderen, of maak je je zorgen om je buurt? En heb je relevante ervaring, een scherpe mening of skills? Sta dan ook op en meld je aan!

De eerste ontwerpessie is op donderdag 24 maart van 18.00 tot 20.30, voor eten en drinken wordt gezorgd. Aanmelden kan via [ijmuidenactie.nl](http://ijmuidenactie.nl) en volg de instagrampagina [@ijmuidenactie](https://www.instagram.com/ijmuidenactie) voor updates. De andere drie bijeenkomsten zijn op dinsdag 5 april, dinsdag 26 april en donderdag 12 mei.

# Brand een kaarsje voor Oekraïne in de Engelmunduskerk

**Velsen-Zuid** - U bent welkom om een kaarsje te branden voor vrede in Oekraïne in de Oude Engelmunduskerk in Velsen-Zuid. Om stil te staan bij de gevolgen van de oorlog in Oekraïne, bij de mensen

die schuilen voor de bommen, kaarsjes branden voor de slachtoffers van het oorlogsgeweld en bidden voor wie misleid zijn door leugens en desinformatie. Dit kan op de woensdagen en zaterdag in de

40-dagentijd. De kerk is open op de woensdagen 23 maart, 30 maart en 13 april van 17.00 tot 17.30 uur en de zaterdag 19 maart, 26 maart, 2 april, 9 april en 16 april van 16.00 tot 17.00 uur.

Nederlandse muziek staat centraal tijdens het verzoekprogramma op zaterdagmiddag. Foto: aangeleverd

# Nieuw: speciaal programma voor verzoekplaten bij Seaport

**Velsen** - Op verzoek van vele luisteraars start RTV Seaport een programma met uitsluitend Nederlandse muziek die jij wilt horen. Wil je iemand feliciteren, de groeten doen, een hart onder de riem steken of gewoon zelf Nederlandstalige muziek horen? Dat kan! Vanaf 26 maart is Richard van Dorp iedere zaterdagmiddag tussen 14.00 en 16.00 uur uw gastheer in de 'Nationale Zaterdagmiddag Gebeurtenis'. Bel voor een verzoeknummer via 0255-201743. Zij doen de rest. Let op: Luister ook naar de

ochtendmix. Iedere werkdag hoor je tussen 10.00 en 12.00 uur fijne muziek en hebt u de mogelijkheid uw lievelingsmuziek aan te vragen.

## Back-to-the-eighties

Dinsdag 22 maart van 19.00 tot 22.00 uur kan het volume van de radio weer een standje hoger met de beste 80's classics op RTV Seaport. Niet alleen van muzikale grootheden als George Michael, Prince en A-ha, maar ook van al die andere artiesten die de 80's popmuziek hebben gevormd. Met de hits

van toen, de weetjes van toen, de discoknallers en natuurlijk enkele 'foute' nummers. Kortom 80's wat de klok slaat waarbij jij kunt bepalen welke muziek je wilt horen. Laat het radioteam weten tijdens de uitzending via 0255 - 201743.

RTV Seaport is te beluisteren via radiofrequentie 107,8 FM, Ziggo 912 of KPN 1190. Ook staat de webcam in de radiostudio aan en kun je dus mee kijken via televisiekanaal Ziggo kanaal 37, KPN kanaal 1490 of [rtvseaport.nl/live-tv/](http://rtvseaport.nl/live-tv/)

## COLUMN GGD KENNEMERLAND

### Een warme ontvangst

De afgelopen weken hebben we allemaal de verschrikkelijke beelden uit Oekraïne meegekregen. Terwijl de oorlog daar woedt op de straten, zien de inwoners zich genoodzaakt om te vluchten. Op dit moment zijn door de oorlog al meer dan 2 miljoen Oekraïners op de vlucht. Deze mensen verdienen het om op een waardige manier opgevangen te worden, ook in Nederland.

U heeft wellicht meegekregen dat de veiligheidsregio's daar een rol in gaan spelen. De 25 veiligheidsregio's, waaronder Kennemerland, kunnen voldoende (tijdelijke) opvangplekken regelen om de eerste stroom Oekraïense vluchtelingen op te vangen. Het gaat in eerste instantie om tweeduizend vluchtelingen per regio. Ook in onze gemeenten wordt met man en macht gewerkt om ervoor te zorgen dat de opvang deze vluchtelingen goed geregeld is.

Hoe gaat het met ze? Is een vraag die wij als GGD dan moeten stellen. We bieden de mensen een schouder aan om op te steunen of huilen. We bekijken waar snelle inzet nodig is. Wie een land moet ontvluchten wegens oorlog, heeft logischerwijs te maken met trauma's, angst en spanning. Goede psychosociale hulpverlening is dan essentieel. Net als toegang tot bijvoorbeeld de tandarts, verloskundige of huisarts. En ook de opvangplekken moeten goed ingericht en hygiënisch zijn.

Onder de vluchtelingen bevinden zich veel kinderen, alleen of met gezin.



Bert van de Velden (GGD GHOR).  
Foto: aangeleverd

Onze jeugdgezondheidszorg ziet er op toe dat zij dezelfde zorg en aandacht krijgen als dat een Nederlands kind zou krijgen. De Geneeskundige Hulpverleningsorganisatie in de Regio (GHOR), onderdeel van de GGD, speelt hier een belangrijke ondersteunende rol in om dit alles te coördineren en af te stemmen met de opvangende gemeenten. Afgelopen week zagen we dat Nederlanders massaal geld doneerden om de mensen in Oekraïne te ondersteunen. Een mooi gebaar tijdens deze donkere tijd. Laten we er met zijn allen voor zorgen dat deze mensen, tijdens de verschrikkelijkste periode uit hun leven, een warm ontvangst krijgen in onze regio.

## COLUMN DE HEIDEBERG

### Een oase van liefde, warmte en zachtheid

Het is onvermijdelijk dat de nabestaanden van gasten die overleden zijn in Hospice de Heideberg te maken krijgen met verdriet en rouw. De vrijwilligers en leiding van de hospice doen er alles aan om de laatste levensfase van de gasten zo leefbaar en prettig mogelijk te maken maar men weet dat het einde nadert. Het is mooi om te merken dat de gasten soms zelfs een zekere lichtheid krijgen, zich niet meer verzetten tegen dat waar ze geen invloed op hebben. Ze voelen zich opgenomen in de oase van liefde, warmte en zachtheid die het liefste huis van Velsen voor ze is.

In die oase worden natuurlijk ook hun geliefden opgenomen. Ook voor hen wordt alles gedaan om het afscheid zo warm mogelijk te laten verlopen. En is de rouw eenmaal daar worden de nabestaanden ook daar in begeleid. Twee keer per jaar organiseren we een herdenkingsbijeenkomst voor nabestaanden van onze gasten. De mensen die de herdenkingsbijeenkomst bezoeken vinden erkenning en herkenning bij elkaar.

### Rituelen

Van oudsher blijken kleine rituelen waardevol te zijn op momenten van rouw. Wanneer verwacht wordt dat een gast gaat overlijden wordt in de hal een kaars gebrand die pas uit gaat als de overledene het huis verlaat. Bij de uitgeleide worden alle medewerkers die er op dat moment zijn betrokken, er wordt een gedichtje voorgelezen en een afscheidswoord gezegd. In de fontein in de tuin worden de kiezelstenen bewaard waar familie en vrienden de naam van hun geliefde en misschien een boodschap op geschreven hebben. Kleine, waardevolle rituelen...



Jan Bakker,  
voorzitter Hospice de Heideberg





**makro**

**AANSTUREN?**

**AANPAKKEN!**

**VACATURES: SHIFTLINNERS,  
F&V SPECIALIST,  
MEAT SPECIALIST EN  
FRESH SPECIALIST**

DOE HET  
**GROOTS**

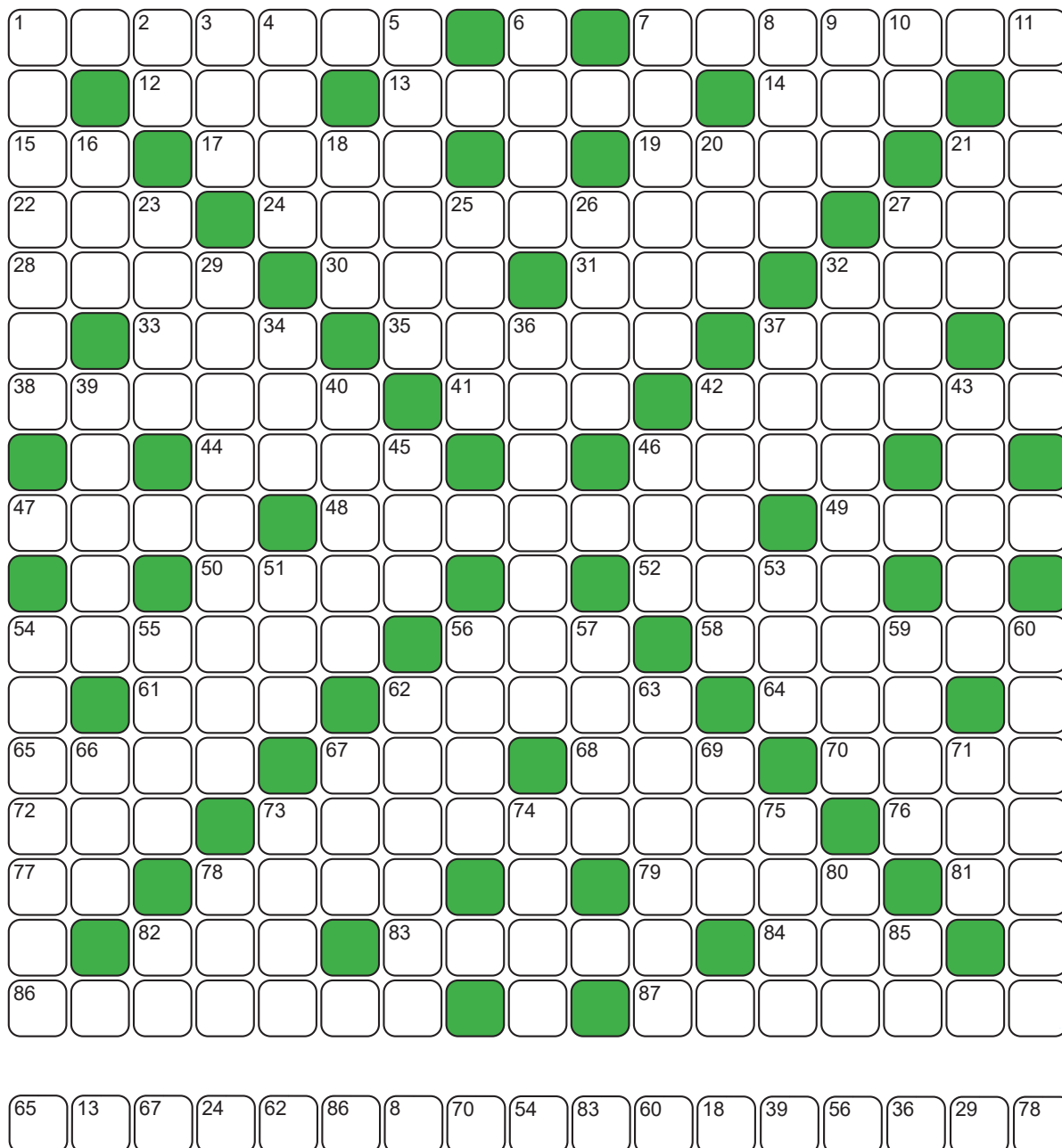
DOE HET  
**MAKRO**

[WERKENBIJMAKRO.NL](http://WERKENBIJMAKRO.NL)

# KRUISWOORDPUZZEL

**Horizontaal** 1. plaats in Noord-Brabant; 7. kostbaar hoofdsieraad; 12. zachte liefkozing; 13. het is in orde; 14. rul en pulverig; 15. inhoudsmaat (afk.); 17. teken; 19. de gehele filmploeg; 21. multiple sclerose (afk.); 22. tuinafscheiding; 24. medewerker van een blad of tijdschrift; 27. vordering; 28. plaats in Gelderland; 30. gymnastiektoestel; 31. beangstigend; 32. behaagziek; 33. lidwoord; 35. schoenmakersgerei; 37. gekke koeienziekte (afk.); 38. plaats in Limburg; 41. vangwerktuig; 42. mengsel van melk en meel; 44. online taxidienst; 46. drankgelegenheid; 47. tijdperk; 48. bouwstijl; 49. plezierig; 50. insectenetend zoogdier; 52. taaie grondsoort; 54. strak naar een punt kijken; 56. oorhanger; 58. deel van een breuk; 61. nachtroofvogel; 62. speciale speelkaart; 64. rivier in Engeland; 65. deel van bestek; 67. bejaard; 68. vochtig; 70. zuurachtig; 72. alleenstaande minderjarige asielzoeker (afk.); 73. plaats in Gelderland; 76. knaagdier; 77. natrium (scheik. afk.); 78. merg van een palm; 79. weg met bomen; 81. deel van een mast; 82. laagte tussen twee bergen; 83. dagblad; 84. honkbalterm; 86. werelddeel; 87. trek in voedsel.

**Verticaal** 1. telwoord; 2. muzieknoot; 3. lage zangstem; 4. melkklier; 5. Venetiaans vaartuig; 6. computerschijfje; 7. onderwijzer; 8. riviertje in Noord-Brabant; 9. zet of por; 10. oude lengtemaat; 11. verkeerde slag; 16. soort dakbedekking; 18. Europeaan; 20. deel van het lichaam; 21. Chinese vermicelli; 23. kleur van de regenboog; 25. plaats in Duitsland; 26. proefwerk of toetsing; 27. adellijk; 29. zangvogel; 32. groot water in Nederland; 34. vogelsnavel; 36. deel van een kamer; 37. kraag aan een toga; 39. larve van de langpootmug; 40. telwoord; 42. merkteken in vaarwater; 43. hapje bij een aperitief; 45. cilinder; 46. gevangen verblijf; 51. haarversteviger; 53. explosieven opruimingsdienst (afk.); 54. open grasland in Afrika; 55. uitstraling die een mens omgeeft; 56. dienstmeisje; 57. rivier in Rusland; 59. groot binnenwater; 60. overblijfsel; 62. beoefenaar van judo; 63. plaats in Overijssel; 66. familielid; 67. deel van gelaat; 69. open plek in een bos; 71. grappenmaker; 73. Spaanse schilder; 74. eeltachtige huiduitwas; 75. werppijltje; 78. plaaggeest; 80. nietsnut; 82. lidwoord; 85. heden.



Mail de oplossing voor maandag 21 maart naar: [puzzel@jutter.nl](mailto:puzzel@jutter.nl) vermeld hierbij uw naam, adres en telefoonnummer.

**Maak kans op een mooie bos bloemen aangeboden door:**

*Bloemen en Planten  
Henk van 't Veld*



Planetenweg 76A IJmuiden  
Tel: 0255 - 521997



## Gemeenteraadsverkiezing op school!

**Velsen** - De kinderen op de scholen van Atlant Basisonderwijs zijn momenteel enthousiast bezig met de gemeenteraadsverkiezingen. Het is erg actueel natuurlijk en een mooi onderwerp in het kader van de burgerschapslessen. Politiek is nog erg groot voor de kinderen, maar de gemeenteraadsverkiezingen spreken tot de verbeelding. Het gaat over de eigen leefomgeving, kinderen horen hun ouders erover spreken en zien op straat en in de media veel van de lokale partijen. Op woensdag 9 maart namen de kinderen deel aan het kinderdebat in de Stadsschouwburg, samen met scholen van andere besturen. De kinderen hadden zich goed voorbereid en kwamen met goede ideeën over onderwerpen als armoede,

vluchtelingen, vervuiling en groene speelplekken voor oudere en gehandicapte kinderen. De lokale partijen waren aanwezig en reageerden ook op de aangeboden stellingen. Een leuke interactie ontstond tussen de kinderen en de politici. Dit was voor beide partijen leerzaam! Ook werden lokale politici op de scholen uitgenodigd. Tijdens het voorbereiden van de gemeenteraadsverkiezingen bleek namelijk dat de kinderen veel vragen hadden. Deze vragen konden de kinderen direct in de klas aan de politici stellen, zodat zij nog beter voorbereid zouden zijn voor het 'échte' stemmen. Als de grote mensen naar de stembus gaan op 16 maart 2022, stemmen de kinderen van de boven-

bouw namelijk ook. Zij hebben de échte verkiezingen in het klein,

compleet met stemhokje, stembus, stempotlood en kieslijst. Welke lokale

partij zal de grootste op school zijn? Iedereen is heel benieuwd!



Frans Blokland en Wouter Hartendorf van het CDA bezoeken basisschool De Beekvliet. Foto: aangeleverd

## Wie is Quintes Noord-Holland?

Werken bij Quintes Noord-Holland betekent werken bij een snelgroeiende veelzijdige financieel dienstverlener. Op het kantoor van Quintes Noord-Holland in Aalsmeer en Beverwijk (voorheen Westeinder & Geijssels Kroon) werken momenteel zo'n 50 personen. Iedere dag helpen wij zowel particuliere en zakelijke klanten bij de invulling van hun financiële wensen en het inschatten en beheersen van hun financiële risico's. Dit doen wij niet alleen, wij zijn namelijk onderdeel van Quintes Verzekeren en Risicobeheer. De gehele organisatie bestaat landelijk uit zo'n 800 medewerkers en groeit snel.

**Daarom hebben wij 3 vacatures in Aalsmeer en Beverwijk**

## Relatiebeheerder Team Inkomensverzekeringen

Aalsmeer | 32-40 uur per week | MBO/HBO

Wij zijn op zoek naar een gedreven, enthousiaste en commercieel vaardige relatiebeheerder voor ons team inkomensverzekeringen.

### Wat je gaat doen

Binnen het team inkomensverzekeringen staan meerdere rollen open. In jouw rol als relatiebeheerder inkomensverzekeringen adviseer jij onze zakelijke relaties op het gebied van verzuimverzekeringen en overige collectieve werknemersverzekeringen.

In jouw rol ga jij je voornamelijk bezig houden met:

- Klanten zowel telefonisch als persoonlijk adviseren;
- Klanten op de hoogte houden van veranderingen;
- Het voeren van correspondentie met klanten en verzekeraars over uiteenlopende zaken;
- Het maken van berekeningen en uitwerken van offertes;
- Actief meedenken met acties en campagnes.

### Wat maakt jou succesvol?

Een relatiebeheerder inkomensverzekeringen is van zichzelf een goede luisteraar, sparringpartner en adviseur. In jouw rol sta je naast de klant en in het telefonische of persoonlijke contact weet jij perfect op de behoeften in te spelen. Dit doe je door aandachtig te luisteren en door te vragen om informatie te vergaren, in te spelen op commerciële kansen en zodoende een totaaladvies op maat te geven.

Verder herken jij je in de volgende functie eisen:

- HBO werk- en denkniveau;
- In het bezit van Wft Basis en Wft Inkomen;
- Je bent stressbestendig en flexibel ingesteld;
- Je werkt vanuit betrokkenheid en klantgerichtheid en je bent een teamplayer;
- Enige ervaring op commercieel gebied is een pré.

## Relatiebeheerder Zakelijke Verzekeringen

Aalsmeer en Beverwijk | 32-40 uur per week

### Wat je gaat doen

Wij zijn op zoek naar versterking van ons team zakelijke schadeverzekeringen met een gedreven, enthousiaste en commercieel vaardige collega die administratief sterk onderlegd is. Als relatiebeheerder zakelijke verzekeringen ga jij je voornamelijk bezig houden met:

- Zakelijke relaties zowel telefonisch als persoonlijk te woord staan over verzekeringen;
- Relaties op de hoogte houden van veranderingen;
- Het voeren van correspondentie met relaties en verzekeraars over uiteenlopende zaken;
- Het maken van berekeningen en uitwerken van offertes;
- Actief meedenken met acties en campagnes;
- Administratieve ondersteuning van diverse collega's in een zeer gedreven team.

### Wat maakt jou succesvol?

Een relatiebeheerder zakelijke schadeverzekeringen is van zichzelf goede luisteraar en sparringpartner en adviseur. In het telefonische contact met jouw klanten weet jij perfect op de klantbehoefte in te spelen. Je luistert en vraagt door om relevante informatie op te halen, geeft totaaladvies op maat en weet in te spelen op commerciële kansen. Verder herken jij je in de volgende functie eisen:

- HBO werk- en denkniveau;
- In het bezit van Wft Basis & Schade Zakelijk;
- Je bent stressbestendig en flexibel ingesteld;
- Je werkt vanuit betrokkenheid en klantgerichtheid en je bent een teamplayer;
- Minimaal 32 uur, maar idealiter 40 uur per week beschikbaar;
- Enige ervaring op commercieel gebied is een pré.

## Relatiebeheerder Particuliere Verzekeringen

Aalsmeer | 32-40 uur per week

### Wat je gaat doen

Binnen het team particuliere verzekeringen team staan meerdere rollen open. Wij kunnen jouw versterking dus goed gebruiken! In jouw rol als relatiebeheerder particuliere verzekeringen ga jij je voornamelijk bezig houden met:

- Klanten zowel telefonisch als persoonlijk te woord staan / adviseren over diverse verzekeringen;
- Klanten op de hoogte houden van veranderingen;
- Het voeren van correspondentie met klanten en verzekeraars over uiteenlopende zaken;
- Het maken van berekeningen en uitwerken van offertes;
- Actief meedenken met acties en campagnes.

### Wat maakt jou succesvol?

Een relatiebeheerder particuliere verzekeringen is van zichzelf goede luisteraar en sparringpartner en adviseur. In het telefonische contact met jouw klanten weet jij perfect op de klantbehoefte in te spelen. Je luistert en vraagt door om relevante informatie op te halen, geeft totaaladvies op maat en weet in te spelen op commerciële kansen. Verder herken jij je in de volgende functie eisen:

- Een afgeronde opleiding op tenminste MBO niveau;
- In het bezit van Wft Basis en Schade particulieren;
- Je bent stressbestendig en flexibel ingesteld;
- Je werkt vanuit betrokkenheid en klantgerichtheid en je bent een teamplayer;
- Minimaal 32 uur, maar idealiter 40 uur per week beschikbaar;
- Enige ervaring op commercieel gebied is een pré.

### Waar kun je op rekenen?

Quintes Noord-Holland biedt een moderne werkomgeving, waarin collega's betrokken zijn en graag met elkaar samenwerken. Er heerst een groot één team, één taak gevoel. Er wordt niet alleen hard gewerkt, er wordt ook veel met elkaar gelachen. Verder mag je rekenen op uitstekende arbeidsvoorwaarden waaronder:

- Een goed salaris, gebaseerd op jouw kennis- en ervaringsniveau;
- 29 vakantiedagen o.b.v. fulltime functioneren;
- Reiskostenvergoeding & Fietsplan;
- Goede voorzieningen op het gebied van pensioen en arbeidsongeschiktheid;

- Opleidingsmogelijkheden op kosten van Quintes en volop doorgroei mogelijkheden;
- Een moderne, frisse werkomgeving, een informele werksfeer en bovenal een leuk team.

### Iets voor jou?

Kies je voor een uitdagende baan met perspectief bij Quintes Noord-Holland? Heb je vragen? Voldoe je niet helemaal aan de eisen?

Dat hoeft geen probleem te zijn.

Mail dan even met [Anita.de.oude@quintes.nl](mailto:Anita.de.oude@quintes.nl)

Wij kijken uit naar jouw sollicitatie.

**DONDERDAG 17 MAART**

Filmtheater Velsen: 17.00 uur Death on the Nile (12+) en 20.00 uur The Duke (AL). [www.filmtheatervelsen.nl](http://www.filmtheatervelsen.nl).



Marjolein Hartman, moeder van de bij het surfdrاما in Scheveningen omgekomen Max, geeft een lezing over haar boek Rauw in de Oosterkerk aan de Zomerkade 165 in Haarlem, aanvang 19.30 uur. Georganiseerd door Ineke Smit Uitvaartzorg, entree 10 euro. Aanmelden: [info@inekesmit.nl](mailto:info@inekesmit.nl). Foto: aangeleverd

**VRIJDAG 18 MAART**

Informatiebijeenkomst over cursus Valpreventie en Zeker Bewegen bij ABC Kops op de Betelgeuzestraat in IJmuiden, 10.00-11.00 uur. Aanmelden: [ijmuiden@abckops.nl](mailto:ijmuiden@abckops.nl).



Filmtheater Velsen: 14.00 uur Silence of the Tides (12+, foto), 17.00 uur The Duke (AL) en 20.00 uur Death on the Nile (12+). [www.filmtheatervelsen.nl](http://www.filmtheatervelsen.nl). Foto: aangeleverd



Bidden voor vrede om 19.00 uur in de Oudkatholieke Kerk aan de Koningin Wilhelminakade 119 in IJmuiden. Toegang vrij.

Telstar-FC Dordrecht 20.00 uur.



G-disco in jongeren centrum Discovery in Castricum (naast het station), 20.00-22.00 uur. Foto: aangeleverd

Klaverjassen bij IJVV Stormvogels, 20.00 uur. Aanmelden: 06-50923741.



't Mosterdzaadje: de celliste Doris Hochscheid en de pianist Frans van Ruth om 20.00 uur muziek 'Kris Kras door Europe'. Reserveren via [penningmeester@mosterdzaadje.nl](mailto:penningmeester@mosterdzaadje.nl)

en overige info op [www.mosterdzaadje.nl](http://www.mosterdzaadje.nl) of telefonisch: 023 5378625. Foto: Yvon Moll



Benefietvoorstelling voor Oekraïense oorlogsvluchtelingen door Piet Paree en Frank Edam in het Zee- en Havenmuseum in IJmuiden, 20.00 uur. Aanmelden: [pjm.paree@quicknet.nl](mailto:pjm.paree@quicknet.nl). [www.pietparee.nl](http://www.pietparee.nl). Foto: aangeleverd

**ZATERDAG 19 MAART**

Rondleidingen op Westerveld tussen 9.30 en 12.00 uur. Aanmelden via [info@bc-westerveld.nl](mailto:info@bc-westerveld.nl). Foto: aangeleverd



Nationale Opschoondag. Wethouder Bram Diepstraten geeft om 10.00 uur het startsein bij de DekaMarkt, Hagelingerweg 28 in Santpoort-Noord. Wethouder Jeroen Verwoort doet dat bij Albert Heijn, Dudokplein 10 in IJmuiden. Wordt ook georganiseerd in Velsbroek: verzamelen om 10.00 uur in Het Kruispunt. Aanmelden: [groenekerksvelserbroek@gmail.com](mailto:groenekerksvelserbroek@gmail.com). Poster: aangeleverd

Kledingbeurs voor Oekraïne in het gebouw van de Baptistengemeente in IJmuiden, Eemstraat 30, IJmuiden. Van 10.00 tot 13.00 uur.

IVN-excursie op het unieke vogelgebied 'Landje van Gruijters'. Start: parkeerplaats bij het Landje van Gruijters in Spaarndam, Vissersende 62. Aanvangstijd: 10.30 uur. Aanmelden vooraf is niet nodig.

Zeewijk wat vertel je me nou..... film in Senioren centrum Zeewijk: een film met prachtige beelden en foto's van IJmuiden van vroeger, gemaakt door Ed van Steenkiste. Zaal open om 13.00 uur. Aanvang 14.00 uur, entree 2 euro.

Filmtheater Velsen: Geen film vanwege theaterprogramma 'Uit het niets' van Pieter Derks. [www.filmtheatervelsen.nl](http://www.filmtheatervelsen.nl).

Presentatie over Sint Jozef door Gerard Steentjes op begraafplaats Sint Jozef, Vergierdeweg 456, 2026BJ Haarlem, 15.00-16.30 uur.

Brand een kaarsje voor Oekraïne in de Engelmunduskerk in Velsen-Zuid, 16.00-17.00 uur.

Finales schoolbasketbaltoernooi in sporthal IJmuiden-Oost vanaf 18.00

uur. Publiek van harte welkom. Gestreden wordt door teams van de Bosbeekschool, de Zefier, Jan Campertschool en de Boekanier.

Benefietvoorstelling voor Oekraïense oorlogsvluchtelingen door Piet Paree en Frank Edam in de Vrijburcht, Vrijburglaan 2 in Heemskerk, 20.00 uur. Aanmelden: [pjm.paree@quicknet.nl](mailto:pjm.paree@quicknet.nl). [www.pietparee.nl](http://www.pietparee.nl).



Stadsschouwburg Velsen: Pieter Derks met de voorstelling 'Uit het niets'. Met zijn zachte uitstraling neemt Pieter heel ontspannen de zaal voor zich in. Daarna hakt hij er met zijn intelligente, scherpe en prikkelende grappen op in. Een vrolijke avond wordt het zeker. Aanvang 20.15 uur, [www.stadsschouwburgvelsen.nl](http://www.stadsschouwburgvelsen.nl). Foto: Marije Kuiper

**ZONDAG 20 MAART**

Dr. Pieter van Duin verzorgt om 10.30 uur in De Kapel, Potgieterweg 4 in Bloemendaal een lezing met als thema: Zen, een onderzoek van de geest. [www.dekapel-bloemendaal.nl](http://www.dekapel-bloemendaal.nl).

Museumhuis Beeckstijn, zie onder Exposities. Vandaag bovendien: rondleiding huis en tuinen 11.00-12.45. Deelname 10 euro p.p. Aanmelden via : [www.natuurmonumenten.nl/buitenplaats-beeckstijn.nl](http://www.natuurmonumenten.nl/buitenplaats-beeckstijn.nl).



IVN-excursie: vissen met een kor bij Parnassia. Verzamelen om 11.30 uur bij de strandopgang van Strandpaviljoen Parnassia, Bloemendaal aan Zee. Reserveren/aanmelden via [www.np-zuidkennemerland.nl](http://www.np-zuidkennemerland.nl). Foto: aangeleverd



Filmtheater Velsen: 12.00 uur Mart Hillen + film Summer of Soul: Mart Hillen met zijn muzikaal theaterprogramma: Mart & Movies, met door hem opnieuw gearrangeerde film-muziek. Gevolgd door de film Summer of Soul. Een unieke zondagmiddag met live muziek, lunch en film. 17.00 uur The Worst Person in the World (14+) en 20.00 uur The Duke (12+, foto). [www.filmtheatervelsen.nl](http://www.filmtheatervelsen.nl). Foto: aangeleverd

Hank Valley treedt op in Senioren centrum Zeewijk. Het optreden is gratis (vol is vol). Zaal open 13.00 uur, aanvang 14.00 uur.

Klaverjasdrive bij tennisvereniging LTC De Heerenduinen op de Heerenduinenweg 12 in IJmuiden, 13.30 uur. Iedereen welkom, vrije inloop.

Schelpen tellen op het strand van IJmuiden door Stichting Anemoon om 13.45 uur. Verzamelen bij het borstbeeld van Cornelis Vreeswijk (Kennemerboulevard). Info via <https://anemoon.org/agenda> of mail naar [Alie.van.Nijendaal@alienj-enpos@gmail.com](mailto:Alie.van.Nijendaal@alienj-enpos@gmail.com).

ZondagMiddagPodium met De Plaatjesdraaijerij in De Hofstede, Aletta Jacobsstraat in Velsbroek, 14.00 uur (zaal open 13.30 uur). Entree 5 euro, te voldoen bij de entree. Info: 0255 510652.

Wervingsdag bij IJVV Stormvogels (7-17 jaar), 14.00-16.00 uur. Aanmelden: [jeugdactiviteiten@stormvogels.nl](mailto:jeugdactiviteiten@stormvogels.nl).

Benefietvoorstelling voor Oekraïense oorlogsvluchtelingen door Piet Paree en Frank Edam in Dorpshuis De Zwaan, Middelweg 5 in Uitgeest, 15.00 uur. Aanmelden: [pjm.paree@quicknet.nl](mailto:pjm.paree@quicknet.nl). [www.pietparee.nl](http://www.pietparee.nl).



Kennemer Jeugd Orkest (KJO) viert de lente met het voorjaarsconcert Vice Versa in de Groenmarkt in Haarlem. Het concert start om 15.00 uur. Kaarten zijn te verkrijgen via [www.kennemerjeugdorkest.nl](http://www.kennemerjeugdorkest.nl) of aan de deur. Foto: aangeleverd



't Mosterdzaadje: de uit Brazilië afkomstige pianist Luís Rabello presenteert o.a. zijn net uitgebrachte cd met muziek van de Braziliaanse componist Radamès Gnattali. Reserveren via [penningmeester@mosterdzaadje.nl](mailto:penningmeester@mosterdzaadje.nl) en overige info op [www.mosterdzaadje.nl](http://www.mosterdzaadje.nl) of telefonisch: 023 5378625. Foto: aangeleverd

**MAANDAG 21 MAART**

ADO Den Haag - Telstar 20.00 uur.

**DINSDAG 22 MAART**

De kledingbeurs in Het Kruispunt Velsbroek is open van 10.00 tot 12.00 uur.

Filmtheater Velsen: 17.00 House of Gucci (12+) en 20.30 uur Silence of the Tides (12+). [www.filmtheatervelsen.nl](http://www.filmtheatervelsen.nl).

Lezing 'Onze veiligheid onder druk' door Joop van Riessen, voormalig hoofdcommissaris van politie in Amsterdam, in 't Brederode Huys in Santpoort-Zuid, 20.00 uur. Kaarten (6 euro) aan de zaal of reserveren via [www.santpoortsbelang.nl](http://www.santpoortsbelang.nl).

**WOENSDAG 23 MAART**

Kringloopwinkel OIG-IHD op de Industriestraat 66 is open van 09.00 tot 12.00 uur.

Brand een kaarsje voor Oekraïne in de Engelmunduskerk in Velsen-Zuid, 17.00-17.30 uur.

Stadsschouwburg Velsen: Ivgi & Greben - Wasted Skin. Meeslepend dansspektakel vol schoonheid en spierkracht, 20.15 uur. [www.stadsschouwburgvelsen.nl](http://www.stadsschouwburgvelsen.nl).

**DONDERDAG 24 MAART**

Dagtocht Senioren Vereniging Velsen naar het Museum Dansant in het Brabantse Hilvarenbeek. Meer informatie: <https://svvelsen.nl> of bel Margret 06-55847976.

Wandelen voor vaders en moeders om 10.00 uur vanaf adres Spaarnerstraat 8 in IJmuiden. Een uur wandelen door de Heerenduinen en intussen ervaringen uitwisselen. Info via Willemien van Berkum ([willemien@hartvoorvelserbroek.nl](mailto:willemien@hartvoorvelserbroek.nl) / 06 24433548).

Ontwerpsessie 'IJmuiden Staat Op' van 18.00 tot 20.30 uur voor iedereen die zich zorgen maakt over drugshandel in IJmuiden. Aanmelden via [www.ijmuideninactie.nl](http://www.ijmuideninactie.nl) en voor eten en drinken wordt gezorgd. Info via [ijmuiden@garage2020.nl](mailto:ijmuiden@garage2020.nl).

Online informatiebijeenkomst over collectieve inkoop zonnepanelen voor individuele woonhuizen om 20.00 uur door Energiek Velsen. Aanmelden via [www.energiekvelsen.nl](http://www.energiekvelsen.nl).

**EXPOSITIES**

Pieter Vermeulen Museum: alles over dino's. Open dinsdag tot en met vrijdag en zondag van 13.00-17.00 uur. [www.pietervermeulenmuseum.nl](http://www.pietervermeulenmuseum.nl).

Museumhuis Beeckstijn is open op vrijdag, zaterdag en zondag van 11.00 tot 16.00 uur. Toegang 6 euro. Tickets uitsluitend online via [www.museumhuizen.nl](http://www.museumhuizen.nl).

Zee- en Havenmuseum is open op woensdag-, zaterdag- en zondagmiddag 13.00-17.00 uur. Exposities: 'IJmuiden van badplaats tot cruiseport' en '125 jaar papier maken in Velsen'. Vier speurtochten en escapespel (12+). Nieuwe audiotour met BN-ers. [www.zeehavenmuseum.nl](http://www.zeehavenmuseum.nl).

Hoogovensmuseum in Velsen-Noord open op woensdagmiddag van 13.00-16.00 en zaterdag en zondag van 10.30-16.00 uur. Escaperoomspel voor kinderen. [www.hoogovensmuseum.nl](http://www.hoogovensmuseum.nl).

De Ruïne van Brederode is geopend op woensdag, vrijdag en in het weekend van 11.00 tot 17.00 uur. Entree 6 euro, kinderen 4-11 jaar 4 euro, kinderen 0-3 gratis. [www.ruinevanbrederode.nl](http://www.ruinevanbrederode.nl).

# DEKAMARKT

# SUPERRRR

# MARKT DAGEN

**SUPER!  
VEEL 1+1  
GRATIS!**



**KNORR WERELDGERECHTEN\***  
Alle varianten. Voor 2 - 3 personen.  
Actieprijs variëren van € 2.59 tot € 3.97.  
Bijv. 2 pakken Indiase kip tandoori

**1+1  
GRATIS**  
**2,59**  
5,18



**MAGNUM IJS\***  
Alle varianten. Beker 440 ml.  
Actieprijs variëren van € 4.69 tot € 5.92.  
Bijv. 2 bekertjes Almond

**1+1  
GRATIS**  
**5,19**  
10,38



**EDET TOILETPAPIER\***  
Ultra Soft of Comfort.  
Voordeelpak 12 of 16 rollen.

**1+1  
GRATIS**  
**7,99**  
15,98



**INNOCENT SAP OF SMOOTHIE\***  
Alle varianten. Fles 300 of 330 ml.  
Actieprijs variëren van € 1.95 tot € 2.45.  
Bijv. 2 flessen à 330 ml energise

**1+1  
GRATIS**  
**2,32**  
4,64



**HOLLANDE KOMKOMMER\***

**1+1  
GRATIS**  
**0,99**  
1,98

\* Per verpakking kan de prijs verschillen. Je ontvangt 50% korting op de normale prijs.

**LEKKER LAAG** **LEKKER LAAG** **ELKE DAG meer dan 500** **verschillende producten superscherp geprijsd!** **LEKKER LAAG** **ALARM!**

<p><b>1 DE BESTE KOFFIEBONEN REGULAR ESPRESSO</b> Zak 1 kilo.</p> <p><b>6,95</b></p>	<p><b>SUPERSCHERP GEPRIJSD!</b></p> <p><b>1 DE BESTE PINOAKAAS MET STUKJES PINOA</b> Pak 600 gram</p> <p><b>2,29</b></p>	<p><b>MELKAN AMANDEL-DRINK ONGEZOET</b> Pak 1 liter.</p> <p><b>1,52</b></p>	<p><b>1 DE BESTE HAGELSLAG XXL PUUR</b> Pak 300 gram</p> <p><b>1,69</b></p>	<p><b>IN PRIJS VERLAAGD!</b></p> <p><b>1 DE BESTE KIPPENSOEP</b> Blik 800 ml.</p> <p><b>1,29</b></p>	<p><b>1 DE BESTE KOEKJES ASSORTI ROOMGOTER</b> Pak 200 gram.</p> <p><b>1,27</b></p>
<p><b>1 DE BESTE NUTSPOT</b> Zak 500 gram.</p> <p><b>1,19</b></p>	<p><b>MELKAN HALFVOLLE KWARK PERZIK</b> 450 gram</p> <p><b>1,29</b></p>	<p><b>SUPERSCHERP GEPRIJSD!</b></p> <p><b>1 DE BESTE BLAUWE BESSEN</b> Pak 250 gram.</p> <p><b>1,89</b></p>	<p><b>1 DE BESTE BANI NABI GROENTE</b> Voordeelverpakking 500 gram.</p> <p><b>1,65</b></p>	<p><b>1 DE BESTE MUESLI KRORANT RODE VRUCHTEN</b> Pak 800 gram.</p> <p><b>1,96</b></p>	<p><b>HONDERDEN PRODUCTEN VERLAAGD IN PRIJS!</b></p> <p><b>DERLON DEOSPRAY MEN</b> Flocan 150 ml.</p> <p><b>0,79</b></p>

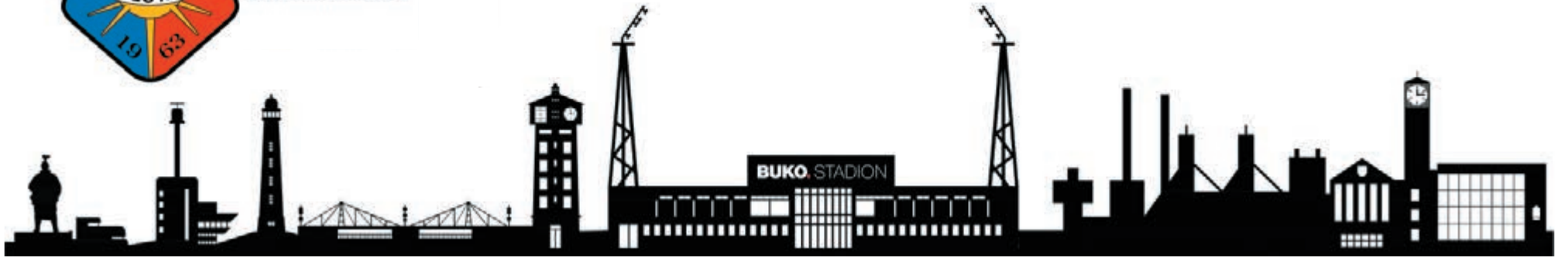
**HONDERDEN PRODUCTEN IN PRIJS VERLAAGD**

**LEKKER LAAG** **LEKKER LAAG** **LEKKER LAAG** **LEKKER LAAG**



BETROKKEN &  
ONVERSCHROKKEN

# NIEUWS VAN ONZE WITTE LEEUWEN!



#TELDOR  
18 MRT. 20.00  
WWW.TELSTARTICKET.NL

## Telstar Voetbaldag 15 april

Vind jij het leuk om een dag lekker te voetballen onder begeleiding van enthousiaste trainers? Dat kan tijdens een Telstar Voetbaldag op Goede Vrijdag, 15 april van 10.00 uur tot 16.00 uur in het BUKO Stadion. De dag wordt georganiseerd voor jongens en meisjes in de leeftijd 6 tot 15 jaar. Ga snel naar [www.sctelstar.nl/soccercamps](http://www.sctelstar.nl/soccercamps)

Wat mag jij als deelnemer verwachten?

- Vernieuwd veld-, en animatieprogramma
- Lunch, tussendoortjes en drinken
- Begeleiding van enthousiaste trainers
- Kans op leuke voetbalprijzen

De kosten om deel te nemen aan de Telstar Voetbaldag bedragen € 59,- per deelnemer (vol=vol). Ga snel naar [www.sctelstar.nl/soccercamps](http://www.sctelstar.nl/soccercamps) om je zoon/dochter aan te melden voor een geweldige dag!

## VIER OP EEN RIJ BIJ TELSTAR

STEUN TELSTAR TIJDENS DE ONTHOPING VAN DIT SEIZOEN!

## Passe partout voor de laatste viert thuiswedstrijden

De ontknopning nadert.... nog vier thuiswedstrijden dit seizoen. De Witte Leeuwen hebben het hele seizoen gestreden, onverschrokken in Velsen-Zuid. Strijdend voor ieder punt, met- en zonder supporters. Steun jij onze jongens richting de ontknopning van dit seizoen? Je hebt al toegang tot de laatste vier thuis-

wedstrijden vanaf €20,-. Met de aanschaf van deze passe partout krijg jij toegang tot de laatste vier thuiswedstrijden van dit seizoen. Kies je stoel op de plattegrond en hopelijk zien we je snel in het BUKO stadion! Zie ook [www.telstarticket.nl](http://www.telstarticket.nl).

## Uitslagen en programma jeugd

**Programma zaterdag 19 maart**  
**Telstar O21** – Kon. HFC O21, aftrap 14.30 uur in BUKO stadion  
**Telstar O18** - Hollandia O18, aftrap 12.00 uur Sportpark Zeewijk  
**FC Emmen O16 - Telstar O16**, aftrap 13.00, uur De Oude Meerdijk  
**Beloften Heerenveen - Beloften Telstar**, aftrap 17.00 uur, locatie Sportpark de Akkers

**Uitslagen zaterdag 12 maart**  
 IJsselmeervogels O21 - **Telstar O21** 0-1  
 DEM O18 - **Telstar O18** 1-2  
**Telstar O16** - Zeeburgia O16 2-0  
**Beloften Telstar** – Beloften ADO Den Haag 2-3

**DEM O18-1-Telstar O18-1 zaterdag 12 maart 1-2 (0-1)**  
 De ploeg van trainer Rory Roubos begon goed aan de voorjaarscompetitie. Eindelijk konden ze weer eens voor het "echie" spelen op een fraai hoofdveld van DEM met een mooi zonnetje en aangename temperatuur. Allemaal licht gespannen, maar super geconcentreerd om het beste resultaat

vandaag. De O18 was heer en meester op het veld en zetten de tegenstander collectief onder druk. DEM kwam er af en toe gevaarlijk uit met een vaardige middenvelder en rappe spitsen. Via een fraai schot van Bram Koot kwam Telstar snel op voorsprong na een foutje van DEM achterin. De rest van de eerste helft waren er voldoende kansen, maar vergaten ze hunzelf te belonen.

De tweede helft was tot de 80e minuut vrijwel een kopie van de eerste helft. Mooie schoten vanuit de tweede lijn en scherpe voorzetten van de zijkant op de 5 meterlijn stierven in schoonheid. Toch kwam uiteindelijk de 0-2 op het scorebord, wederom via Bram Koot, door een mooi uitgespeelde mogelijkheid in de 70e minuut. De 1-2 in de 82e minuut maakte het nog even spannend, met ietwat later een ongelukkige bal op de paal. Maar de 3 punten waren binnen na het betrokken en onverschrokken spel van de O18.

# VACATURE STEWARD

Als steward bij Telstar ben jij het eerste aanspreekpunt voor supporters. Dit betekent dat jij een belangrijke klantvriendelijke vrijwillige rol binnen Telstar vervult. Daarnaast heb jij een belangrijke functie: het uitvoeren van toegangscontrole en het bewaken van de veiligheid en sfeer in het stadion. We vinden het belangrijk dat onze stewards dit op een klantvriendelijke manier uitdragen, gastheerschap staat dan ook hoog in het vaandel. Daarom zijn wij op zoek naar enthousiaste mensen die sterk in hun schoenen staan met een passie voor de Witte Leeuwen!

### De werkzaamheden bestaan uit:

- Gastheer/gastvrouw zijn voor de supporters
- Het beantwoorden van vragen en/of informeren van supporters
- Toezicht houden op de sfeer en veiligheid

### Een steward bij Telstar is:

- Sociaal
- Proactief
- Representatief
- Gemotiveerd
- Flexibel en stressbestendig
- Beschikbaar voor alle thuiswedstrijden van Telstar

### Wat biedt Telstar jou?

Als onderdeel van de stewardorganisatie heb jij een leuke en verantwoordelijke functie binnen de 'Telstar familie', met fantastisch publiek. Zo biedt Telstar jou:

- Werkkleding
- Een unieke werkomgeving
- Opleidingsmogelijkheden KNVB/UEFA
- Netto onbelaste vergoeding
- Gezellige collega's

Ben jij de nieuwe aanwinst binnen de stewardorganisatie van SC Telstar? Stuur dan een e-mail naar [info@sctelstar.nl](mailto:info@sctelstar.nl)!





# Maak jouw buurt zwerfafvalvrij en win een mooie prijs!

**Velsen - Op zaterdag 19 maart is het de Landelijke Opschoondag. Nederland zwerfafvalvrij, dat doen we samen. Daarom slaat gemeente Velsen de handen ineen met inwoners, gemeenten, scholen, (sport)verenigingen en bedrijven die zich ook inzetten tegen zwerfafval. Het is dé dag om op pad te gaan en zwerfvuil op te ruimen.**

**Doe jij mee op zaterdag 19 maart? Het enige wat je nodig hebt is een vuilniszak, een paar handschoenen en je goede humeur! Help Velsen schoon het voorjaar in!**



Zaterdag is dé dag om op pad te gaan en zwerfvuil op te ruimen. Poster: aangeleverd

## Waarom meedoen?

Met elkaar steken we de handen uit de mouwen om zwerfafval op te ruimen. Hoe schoner de buurt, hoe meer het uitnodigt om het schoon

te houden. Ook verpakkingen horen niet in het zwerfafval thuis. De meeste verpakkingen kunnen gerecycled worden als ze op de juiste manier worden weggegooid. Dus

elke verpakking telt. Ander zwerfafval laten we natuurlijk ook niet liggen. Help je ook mee? Zwerfvuil opruimen is hartstikke leuk! Zeker als je het met een vriend, vriendin of met je gezin doet. Gebruik bijvoorbeeld de bingokaart: wie heeft als eerste alle voorwerpen gevonden? De bingokaart is te downloaden op [velsen.nl/opschoondag](https://velsen.nl/opschoondag).

Om 10.00 uur geeft wethouder Bram Diepstraten bij de DekaMarkt, Hagelingerweg 28 in Santpoort-Noord het startsein voor deze dag en krijgt iedereen die mee gaat helpen een lekker croissantje of fruit en een vuilniszak om direct aan de slag te kunnen. In IJmuiden zal wethouder Jeroen Verwoort starten bij Albert Heijn, Dudokplein 10, en is iedereen hierbij van harte welkom.

Met jouw deelname is er een te gekke prijs te winnen! Plaats op 19 maart een foto op Facebook, Instagram, Twitter met de hashtag #Velsenschoon, of app je foto naar de gemeente Velsen (06 408 978 75) en maak kans op één van de vijf 'Ik koop Lokaal verrassingspakketten'!



Niet alleen schelpen, maar ook gevonden zeedieren, zoals deze pieterman, worden geteld. Foto: aangeleverd

## Twintig jaar schelpen tellen

**IJmuiden - Voor Stichting Anemoon telt een groep mensen al vanaf februari 2002 schelpen op het strand van IJmuiden. Er bestonden al strandtelgroepen in Petten, bij Neeltje Jans en de oudste bij Katwijk.**

Eens in de twee weken tellen leden van de groep de schelpen op het IJmuider strand langs een vast traject. Heen langs de eblijn bij laag water en terug langs de vloedlijn. Meestal met twee of drie mensen en eens per jaar probeert men met de hele groep te lopen. Deze groep bestaat uit veertien mensen die geregeld lopen.

De laatste tijd is er heel wat aangespoeld door de stormen. Het is elke keer weer een verrassing wat de leden zullen aantreffen. Ze tellen niet alleen de schelpen, maar ook de krabben, wieren, mosdier-tjes en wat ze nog meer vinden op het strand. Het hangt van de tijd

van eb af wanneer er gelopen wordt, het kan 's morgens of 's middags zijn. Lijkt het je leuk om een keer mee lopen, sluit je gerust een keer aan. Het vaste verzamelpunt is bij het beeld van Cornelis Vreeswijk (aan het einde van de boulevard, bij de bushalte rechts naar het strand). De eerstkomende keer is zondag 20 maart (verzamenen om 12.30 uur).

Op de website van Stichting Anemoon (<https://anemoon.org/agenda>) staat in de agenda wanneer men in IJmuiden loopt. Stuur een bericht naar Alie van Nijendaal ([alienijenpos@gmail.com](mailto:alienijenpos@gmail.com)) voor meer informatie.

## Bibliotheek start studiekring in IJmuiden

**IJmuiden - In navolging van de studiekring in Bibliotheek Velsbroek, organiseert de Bibliotheek nu ook een informatiebijeenkomst voor een studiekring in Bibliotheek IJmuiden. Voor belangstellenden is er op maandag 4 april, van 14.00 tot 15.30 uur in Bibliotheek IJmuiden een informatiebijeenkomst waarin we uitleggen wat het inhoudt. Graag wel even opgeven, via de website [www.bibliotheekvelsen.nl](http://www.bibliotheekvelsen.nl) of telefonisch via nummer 0255 5255353.**

Een studiekring is een vaste groep van 10 tot 15 vijftig-plussers, die om de veertien dagen bij elkaar komt in de bibliotheek.

Elke bijeenkomst duurt twee uur en bevat een 'rondje actualiteiten', er wordt een gekozen onderwerp besproken en je neemt deel aan de discussie. Een studiekring is naast op de hoogte blijven van maatschappelijke ontwikkelingen, ook eigen ideeën en meningen met anderen delen. De kring kan uitgroeien tot een hechte groep mensen.

### Voor wie is een Studiekring?

Een studiekring is voor mensen die hebben ontdekt dat thuis een heerlijke plek is, maar óók dat nieuwe contacten en in gesprek gaan over

inhoudelijke actuele onderwerpen je leven kunnen verrijken! Een fysieke beperking is geen belemmering om mee te doen.

Laat je overigens niet afschrikken door het woord studie. In de praktijk gaat het om het met elkaar bespreken van zelf gekozen onderwerpen, van eigen ervaringen en eigen inzichten.

De onderwerpen hebben vaak betrekking op de actualiteit, op eigen hobby's en interesses, of opgedane kennis en ervaring, die je met een ander wilt delen. Zo blijven we samen op een plezierige manier op de hoogte van allerlei ontwikkelingen en zo 'intellectueel actief' mogelijk.



In de praktijk gaat het om het met elkaar bespreken van zelf gekozen onderwerpen, van eigen ervaringen en eigen inzichten. Foto: aangeleverd

## Geld besparen door collectieve inkoop van zonnepanelen

**Velsen - Na het succes van vorige jaren organiseert Stichting Eneregio dit jaar weer een zonnepanelenactie voor individuele woningen. De panelen zijn daardoor extra voordelig in aanschaf en vakkundige installatie is inbegrepen. Door een samenwerking met vakkundige, regionale installateurs kun je tegen een zeer gunstige prijs zonnepanelen op je woning laten installeren. Goed voor het milieu én goed voor je portemonnee. Omdat er meer mensen gelijktijdig meedoen kan er collectief worden ingekocht en dat is gunstig voor de prijs. Iedereen die gebruikmaakt van het actieaanbod is**

automatisch een jaar gratis én vrijblijvend lid van Energiek Velsen.

### Hoe werkt het?

Met deze actie maken regionale zonnepanelenspecialisten voor elke klant een aanbod op maat. Je kunt geheel vrijblijvend én gratis één van de specialisten langs laten komen voor advies. Hierbij onderzoekt de specialist de geschiktheid van het dak en kun je jouw eigen wensen bespreken. Op donderdag 24 maart en dinsdag 5 april zijn er op 20.00 uur online informatiebijeenkomsten. Een link om je hiervoor aan te melden is op [www.energiekvelsen.nl](http://www.energiekvelsen.nl) te vinden.

## Burgemeester op journaal NPO over inzet jeugdboa's

**Velsen - Vrijdag op het NPO journaal van 18.00 uur is burgemeester Frank Dales op een zonnig Dudokplein aan het woord.**

„Ik ben nu zes jaar burgemeester van Velsen en heb in die tijd de drugsproblematiek zien groeien, dat verontrust me”, vertelt hij voor de camera. „De drempel voor jongeren om in dat wereldje te stappen wordt steeds lager. En als ze er eenmaal in zitten, dan komen ze niet meer uit die fuik. Maar dat beseffen ze vantevoren vaak niet. Je hebt een kleine

harde kern in Velsen, die ben je eigenlijk al kwijt als samenleving”, legde Dales uit.

„Maar daaromheen hangen ook jongeren die dat wereldje wel interessant vinden, maar ook nog wel een stemmetje hebben dat zegt: doe het niet. Die groep moet eruit worden gehaald voor het te laat is.” Een jongen en de jeugdboa's zelf kwamen ook aan het woord. De uitzending is terug te zien op Uitzending gemist.

Foto: Arita Immerzeel



## Inloophuis Kennemerland zoekt gastvrouwen en gastheren

**Santpoort - Inloophuis Kennemerland is een centrum voor leven met en na kanker. Het is voor iedereen die te maken heeft (gehad) met kanker. Het bestaat al 10 jaar en heeft een locatie in Santpoort Noord en Haarlem Schalkwijk. Binnenkort starten ze ook met een aanbod op woensdagmiddag in Heemskerk. Gasten komen bij het inloophuis voor een luisterend oor, lotgenotencontact of informatie. Er is koffie en thee en de kaarsjes branden.**

Gastvrouwen en/of gastheren zijn ontzettend belangrijk voor het inloophuis. Zij zijn het eerste aanspreekpunt voor de gasten, zijn het luisterende oor en zorgen dat de ruimtes klaar zijn gemaakt voor

een activiteit. De gastvrouwen en/of gastheren worden begeleid door de coördinator van de locatie. Alle vrijwilligers zijn verplicht om een 3-daagse training te volgen. Dat zijn sowieso erg leuke dagen! Ben of ken jij iemand die gastvrouw/gastheer zou willen zijn? Dan maakt men graag kennis met je.

Ben je nieuwsgierig of wil je meer informatie? Bel of app op dinsdag, woensdag of vrijdag naar Barbara van der Weiden, 06-18745795 (coördinator locatie Santpoort Noord en Heemskerk).

Mailen kan ook! Doe dat naar: [info@inloophuiskennemerland.nl](mailto:info@inloophuiskennemerland.nl). Volg het inloophuis op Facebook of kijk op de website: [www.inloophuiskennemerland.nl](http://www.inloophuiskennemerland.nl).





## Is collageen het wondermiddel tegen rimpels?

In het eerste deel van ons leven is onze huid zacht, soepel en egaal. Naarmate we ouder worden, verandert dat. Onze huid droogt geleidelijk uit, gaat rimpelen en verliest zijn veerkracht. Voor veel mensen is dat moeilijk te accepteren. Ze willen er zo uit blijven zien als in hun jonge jaren en proberen allerlei middeltjes om dit resultaat te bereiken. De grote vraag daarbij is natuurlijk in hoeverre dat zin heeft. We kunnen de tijd niet terugdraaien en een rimpelige huid hoort nu eenmaal bij het ouder worden. Maar door gezond te leven kunnen we dat proces wel iets vertragen. Met de juiste voeding, voldoende vocht en veel beweging houden we ons hele lichaam goed in conditie, dus ook de huid. Toch is dat voor veel mensen kennelijk niet voldoende, getuige de hoeveelheid producten met collageen die we in de schappen van de winkels tegenkomen. Collageen zou volgens velen een soort wondermiddel zijn dat de huid jong houdt, maar is dat ook werkelijk zo?

### Eiwit

Collageen is een soort eiwit, dat in ons lichaam als bindmiddel functioneert. We maken collageen zelf aan, maar naarmate we ouder worden, daalt deze collageenproductie aanzienlijk. Overigens bestaan er drie verschillende soorten collageen, die zich elk op andere plaatsen in ons lichaam bevinden. Wanneer we spreken over de huid, dan hebben we het over collageen type 1, dat zich overigens ook onder meer in ons haar en in onze nagels, botten, pezen en kraakbeenderen bevindt. Dit verklaart dan ook waarom niet alleen onze huid op latere leeftijd rimpelig wordt, maar ook ons hele lichaam wat krakkemikkiger begint te worden. De logische gedachte is nu dat je het tekort aan collageen aanvult en daarmee het verouderingsproces tegengaat. Dat klinkt eenvoudig, maar het ligt toch wel iets gecompliceerder.

### Zinloos

Cosmetisch dermatoloog Peter Velthuis, verbonden aan het Rotterdamse Erasmus MC, vertelde in het televisieprogramma 'Keuringsdienst van Waarde' dat het geen zin heeft om collageen op de huid te smeren. Zijn verklaring is simpel: het collageen kan helemaal niet door de huid dringen. We smeren dus allerlei dure crèmes op onze huid, zonder dat dit enig wetenschappelijk aantoonbaar effect heeft. Overigens zijn er ook allerlei producten in de handel waarin collageen verwerkt zit, bedoeld om in te nemen. Met diverse poeders en supplementen worden de consumenten verleid, terwijl collageen vaak al in reguliere voedingsmiddelen zit. De stof wordt veelal gewonnen uit slachtafval,



maar wie zichzelf trakteert op een kop runderbouillon krijgt ook collageen binnen en dat is een stuk voordeliger. Hetzelfde geldt voor een portie makreel uit blik.

### Gewrichten

Het innemen van collageen, al dan niet via de reguliere voeding, heeft overigens wel andere positieve effecten op ons lichaam. Het zorgt er volgens onderzoekers wel voor dat we ons ook op latere leeftijd wat soepeler kunnen blijven bewegen. Dat komt door de gunstige invloed die collageen heeft op de werking van onze gewrichten. Het kan dus op zich geen kwaad om ervoor te zorgen dat ons lichaam voldoende collageen toegediend krijgt. Wie zich echter blind staart op het effect voor de huid, koestert vermoedelijk te hoge verwachtingen. Een goede tip: strijd niet tegen het verouderingsproces, maar omarm het en accepteer dat het er is. Dat maakt veel gelukkiger en scheelt bovendien flink in de portemonnee. En besef dat bijvoorbeeld roken de kwaliteit van onze huid zeer negatief beïnvloed. Veel meer dan je met welk middel dan ook kunt corrigeren.

## De stickers op jouw stuk fruit vertellen je meer dan je denkt



Wie wel eens losse appels of bananen koopt, zal het ongetwijfeld zijn opgevallen. Tegenwoordig zitten er kleine stickers op elk exemplaar van dergelijke vruchten. Misschien pulk je die sticker er gedachteloos vanaf als je het fruit gaat consumeren. Daarna verdwijnt die sticker meestal in de afvalbak. Maar als je even de moeite neemt om de informatie op dergelijke stickers te lezen, kun je het een en ander te weten komen over het betreffende stuk fruit.

### Fruitsoort

Op de eerste plaats staat op zo'n sticker de fruitsoort vermeld. Dat is vooral handig voor de medewerkers van de supermarkten. Als je zelf bijvoorbeeld

nauwelijks appels eet, zul je er wellicht moeite mee hebben om de Elstar, de Granny Smith, de Jonagold en de Golden Delicious van elkaar te onderscheiden. Zowel voor de medewerkers van de vulploeg als voor de mensen achter de kassa zijn die stickers een welkome hulp. Ze verkleinen de kans op fouten en zorgen ervoor dat alles soepel kan verlopen.

### PLU-code

Behalve de aanduiding van de fruitsoort kan er op een fruitsticker ook een PLU-code staan. Dit is niet altijd het geval, maar als die code erop staat, kun je op basis daarvan conclusies trekken over de wijze waarop dit stuk fruit is geteeld. Een PLU-code is een internationale code van vier of vijf cijfers. De afkorting PLU staat hier voor Price Look-Up en deze codes worden sinds 1990 gebruikt. Staat er bijvoorbeeld code 4021 op de sticker, dan betreft het een kleine appel van het type Golden Delicious. Op basis van deze code weet je dat bij de teelt van de appel bestrijdingsmiddelen zijn gebruikt. Zou er nog een 9 vóór deze vier cijfers staan, dan gaat het om een biologisch geteelde appel, waarbij geen bestrijdingsmiddelen gebruikt zijn. Vroeger werd ook nog het cijfer 8 als eerste cijfer van een 5-cijferige reeks gebruikt. Dat cijfer stond voor genetisch gemanipuleerd fruit. Aangezien dit nauwelijks van toepassing was, gebruikt men de 8 in combinatie met een 3 of 4 als tweede cijfer tegenwoordig ook voor het overige fruit. Hierbij geldt dat de combinatie 83 staat voor teelt met bestrijdingsmiddelen en 84 voor biologische teelt.

### Eetbare lijm

Heb jij ook steeds de neiging om het stuk fruit extra schoon te poetsen op de plek waar de sticker gezeten heeft? Dat is eigenlijk niet nodig, want voor het aanbrengen van deze kleine stickers wordt geen gewone lijm gebruikt. De kleverige substantie is gemaakt van zetmeel en kun je dus gewoon opeten zonder dat je er ziek van wordt. Het zou op grond van regelgeving op het gebied van voedselkwaliteit niet eens toegestaan zijn om echte lijm op ons fruit te smeren, dus maak je daarover geen zorgen!

# 10 unieke voedingstips voor je hormonen



Door Ir. Ralph Moorman

Hormonen anticiperen op allerlei veranderingen in de binnen- en buitenwereld om ons lichaam in balans te houden. Onze leefstijl bepaalt voor een belangrijk deel in hoeverre onze hormonen hiertoe in staat zijn en blijven. Zo hebben we zelf invloed op welke voeding we tot ons nemen, hoeveel we bewegen, hoe we met stress omgaan en hoe we mentaal in het leven staan. Oorspronkelijk waren onze hormonen afgestemd op een leven in een natuurlijke omgeving. Met name in de laatste eeuw is er zoveel veranderd in onze leefomgeving – denk alleen al aan onze voeding en aan ons veranderend dag- en nachtritme – dat we steeds verder van de natuur af staan en onze hormonen steeds vaker uit balans raken.

#### Belangrijke oorzaken zijn onder andere:

- De grote hoeveelheden suiker en calorieën die we binnenkrijgen.
- Onze voeding die nauwelijks meer natuurlijk te noemen valt.
- Tekort aan beweging.
- 's Avonds nog doorwerken bij fel licht van een laptop of een tablet.
- De blootstelling aan elektromagnetische straling (denk aan WIFI, DECT telefoon, etc.).
- De invloed van chemicaliën, met name hormoonverstorende stoffen.
- Een samenleving die steeds sneller wordt en ook voornamelijk digitaal communiceert, met alle stress van dien.

Om je hormonale balans te beschermen en vrouwenklachten te verminderen is het van belang om jezelf weer 'natuurlijker' te gaan gedragen. Maar dan uiteraard wel op een manier die past in onze huidige tijd. Je hormonen en je lichaam zullen je dankbaar zijn.

1. Zorg dat je bloedsuiker niet te hoog oploopt. Dit zijn mijn koolhydraataanraders: Aardappel met mate, amarant, boekweit, ruit (onbewerkt), gierst, groenten, haver, peulvruchten, quinoa, teff, wortels, zilvervliesrijst, zoete bataat.
2. Eet voedingsmiddelen vooral zo onbewerkt mogelijk. Voeding die zo in de natuur te vinden is: vlees, vis, ei, groente, fruit, noten, zaden, knollen, bollen en wortels.
3. Eet voeding die bij je past. Let eens op lactose/caseïne en gluten. Vervangers voor melk zijn amandel (melk), haver en rijst (melk), kokos (melk, room), soja (melk, yoghurt, room). Alternatieven voor gluten zijn: arrowroot (bindmiddel), boekweitpannenkoek, boekweitpasta, chia- en lijnzaad, psylliumzaad/vezel, courgettebrood, bananenbrood, glutenvrije pasta, haverkoekjes, havermuesli, haverpizza, amandelmeelpizza, rijstwafel, kastanjecracker, zaden cracker (zelf maken), quinoacracker, teff- of haverbrood (zelf maken) quinoa, amarant, YAM desembrood.
4. Eet voldoende (groene) groentes. Om hormonen goed te kunnen afbreken zijn bepaalde stoffen nodig uit bladgroenten. In koolsoorten – in broccoli en boerenkool (veel) en in broccolikiemen (zeer veel) – zit ook een andere stof: DIM (di-indolylmethaan). Deze stof helpt bij het afbreken van oestrogenen. Zo kan het eten van minstens 400 gram groente per dag en het frequent toevoegen van een handje broccolikiemen aan je sla, omelet of soep bijdragen aan een goed functionerende verwerking van geslachtshormonen.
5. Zorg voor een goede darmflora. Een darmflora die uit balans is kan leiden tot een overgroei van gisten en schimmels in de darm (candida), maar ook in de vagina en op de huid (de bekende schimmelinfecties). Overmatig gebruik van toegevoegde suikers kan de groei van deze ziekteverwekkers flink versterken.
6. Let op chemische (oestrogeenachtige) stoffen zoals landbouwgiften (pesticiden, herbiciden, insecticiden), weekmakers (afkomstig van plastics, zoals bisfenol A), chemische stoffen (in make-up of verzorgingsproducten, waaronder parabenen), stoffen die de lever belasten zoals zware metalen (kwik, lood en arseen).
7. Let op fyto-oestrogenen in voeding. Soja en bier bevatten zoveel fyto-oestrogenen dat het hormonale evenwicht wel degelijk beïnvloed kan worden wanneer je er veel van neemt. Dit kan zowel nadelige effecten hebben als positieve.
8. Stop met roken. Verslaving en afhankelijkheid van sigaretten laat de productie van stresshormonen in de bijnier stijgen. Bovendien komen er via roken veel zware metalen (arsenicum) binnen en andere giftige stoffen die je lever belasten en je hormoonhuishouding in dis- balans brengen.
9. Beperk alcoholinname. Alcohol werkt namelijk oestrogeenverhogend en testosteronverlagend.
10. Drink niet te veel koffie. Koffie stimuleert de bijnier om cortisol en adrenaline (stresshormonen) aan te maken.

Wil je nooit meer die frustratie ('je kunt tegenwoordig niks meer eten'), terugvallen in oude voedingspatronen en alles zelf uitvogelen (hallo vrije tijd!)

Wil je snel en effectief naar een beter voedingspatroon?

Doe dan mee met deze winactie: 4 weekse online begeleiding met De Kookcoach: [www.jouwkookcoach.nl](http://www.jouwkookcoach.nl)

## Win toegang tot De Kookcoach!

De Kookcoach is een online begeleidingsprogramma waarbij je voor 4 weken geholpen wordt met gezonder eten en koken. Daarna blijf je toegang houden tot het online kookprogramma en de besloten Facebook groep.

Dit is wat je allemaal leert samen met Ir. Ralph Moorman (voedingsdeskundige en de man achter de Hormoonfactor boeken) en Leen Pairon (Trainer Hormoonfactor en Mental Coach) in De Kookcoach:

- Hoe je je tijd in de keuken maximaal kan benutten.
- Hoe je ook tijdens drukke weken erin slaagt gezonde maaltijden op tafel te zetten.
- Hoe je gezonde maaltijden kan bereiden die ook bij je man en kind(eren) in de smaak vallen zodat je geen twee potjes meer hoeft te koken.
- Hoe je elke dag een gezonde lunch mee naar je werk neemt, zonder dat je daarvoor vroeger je bed uit moet.
- Welke ingrediënten je altijd in huis moet hebben om in no time een gezonde maaltijd op tafel te zetten.
- Hoe je variatie aanbrengt in je maaltijden zodat gezond eten leuk blijft en niet gaat vervelen.
- Hoe je op een efficiënte manier inkopen kan doen zodat je meer tijd en geld overhoudt.

Tijdens deze vier weken krijg je ook hele interessante bonussen! Check:

- Tips om uit eten te gaan
- Weekmenu en boodschappenlijst
- Welke hormonen hebben invloed op je gewicht
- Gezonde dranken
- Lijst te vermijden toevoegingen

Leer lekker en gezond koken en verbeter je eetpatroon voor altijd!

- Hygiëne in de keuken
- De voorbereidende werkzaamheden
- Groenten en fruit bewaren zonder plastic
- Bewaren in koelkast en diepvries
- 7 dagen ontbijt, lunch, diner en snacks

Doe mee en win De Kookcoach online! Maak een account aan op Lijf & Gezondheid, selecteer de actie op de Mail en Win pagina en je maakt direct kans!

Wil je meer informatie over het programma?

Kijk dan op [www.dehormoonfactor.nl/kookcoach](http://www.dehormoonfactor.nl/kookcoach).



# 10 KILO KWIJT IN 4 WEKEN TIJD

*Samen maken we een succes in de strijd tegen de kilo's*

Afvallen waar u wilt:

- ✓Buik ✓Benen ✓Billen
- ✓Heupen ✓Armen
- ✓Nieuw: Onderkin

## TC CRYO



*vet bevroren = vet verliezen*  
*Succes gegarandeerd*

31 kilo  
kwijt in  
3 maanden  
tijd

## Lente

## aanbieding

## 25% korting\*

## op een kuur naar keuze

\* uitgezonderd Bio HCG en SlimSkin



## Supertrots!!

Miranda van Rooijen  
uit Velsbroek

**NIEUW!!!**  
**SlimSkin afslankkuur**  
(14 dagen)

van 99,- voor **69,-**

## Bodyformen

Staat gelijk aan ± 17 uur  
sporten per behandeling!

10 x van 250  
voor **175,-**

Wilt u ook een gezond en slank lichaam?  
Bezoek onze

## Kom Binnen Dagen!

VRIJDAG 18 MAART  
MAANDAG 21 MAART  
DINSDAG 22 MAART  
DONDERDAG 24 MAART  
VAN 10.00 TOT 17.00 UUR

## BEAUTY & AFSLANKSTUDIO VELSERBROEK

Klompemakerstraat 7, 1991 JJ Velsbroek Tel. 023-5490556

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

## Staren naar rood licht helpt je gezichtsvermogen op peil te houden



Sommige trucjes om gezondheidsproblemen te voorkomen zijn zo simpel, dat je haast niet zou geloven dat ze werkelijk helpen. Toch blijkt uit wetenschappelijk onderzoek dat het onderstaande wel degelijk effect heeft. Bepaalde oogproblemen op latere leeftijd kun je voorkomen of vertragen door elke ochtend drie minuten naar een dieprode lamp te staren. Het lijkt erop dat de golflengte van het licht hierbij een rol speelt. Opmerkelijk is dan weer wel dat het trucje alleen werkt in de ochtend. Naar de verklaring daarvoor kunnen we slechts gissen.

Het netvlies is het deel van het oog waar het licht op valt. Het is dus voor een goed zicht van essentieel belang dat het netvlies in goede conditie verkeert. Helaas is dit nou net het snelst aftakelende stukje van het menselijk lichaam. Al vanaf je veertigste levensjaar kun je daardoor merkbaar meer moeite krijgen met zien. Er zijn twee manieren om de veroudering van het netvlies zo lang mogelijk uit te stellen. Op de eerste plaats is gebleken dat voldoende lichaamsbeweging hierbij een belangrijke rol speelt. Wanneer je het lichaam voldoende in beweging houdt, zorg je ervoor dat het netvlies ook goed doorbloed blijft. Hiermee voorkom je onder meer dat een wildgroei van bloedvaatjes in de ogen ontstaat. Vaak zijn mensen juist geneigd om minder te gaan bewegen naarmate ze ouder worden, maar dat heeft dus een averechts effect. Hierdoor versnel je het proces van aftakeling juist en dus kun je maar beter in beweging blijven. Ook een minimale inspanning heeft al effect, dus het is niet direct nodig om op latere leeftijd marathons te gaan lopen.

Het staren naar rood licht kan ook zorgen voor een vertraging van het ouderdomsproces. Het zou zelfs in staat zijn om het proces om te keren, zo menen Britse onderzoekers. Rood licht heeft een zeer lage frequentie en het lijkt erop dat het rode licht een positieve invloed heeft op de zintuigcellen in ons netvlies. Een eenvoudige ledlamp met een dieprode kleur is voldoende en je hoeft ook niet urenlang naar zo'n lamp te kijken. Integendeel, dat heeft helemaal geen zin. Ook dat hebben de wetenschappers al voor je uitgezocht. Drie minuten is nuttig, alles daarboven is verspilling van je tijd, aangezien het effect na die drie minuten niet meer toeneemt. Na enkele weken elke ochtend in het rode licht staren bleken de proefpersonen zo'n twintig procent beter te kunnen zien dan voordat ze aan het experiment begonnen. Overigens moet wel worden opgemerkt dat bij dit onderzoek slechts 24 proefpersonen betrokken waren.

## Wist je dat?

Je oogspieren zijn niet alleen de meest actieve maar ook nog eens de snelste spieren in je lichaam.

## 道 Tac Dao Acupunctuur

- Long Covid
- Onverklaarde klachten
- Hooikoortsklachten

Acupunctuurbehandeling geschiedt volgens de corona hygiëne richtlijnen.

Email: taodao@hotmail.com  
Telefoon: 06 - 4285 1717

**Praktijk adres Santpoort-Noord:**  
Wulverderlaan 65a, 2071 BH Santpoort-Noord  
www.acupunctuur-annemarie.nl  
taodao@hotmail.com, 06-42851717

## Kliniek Noordzee

TANDHEELKUNDE ORTHODONTIE

'De praktijk voor jong en oud'

BREDE MONDZORG  
BINNEN ÉÉN PRAKTIJK

- Algemene tandheelkunde
- Mondhygiëne
- Implantologie
- Tandprotheticus
- Jeugd tandverzorging
- Invisalign (dé onzichtbare beugel)
- Professionele angstbegeleiding

Wist u dat wij nog nieuwe patiënten aannemen?

Kon. Wilhelminakade 221 - IJmuiden  
Tel: 0255 512 219 - info@klinieknordzee.nl  
www.klinieknordzee.nl

## De acupuncturist neemt de tijd voor een behandeling

„Wat fijn dat ik de tijd krijg om mijn verhaal te doen”, hoort Annemarie Visser wel eens van mensen die in haar praktijk komen voor een behandeling. Ze legt uit waarom het juist zo belangrijk is om de tijd te nemen voor iemand: „Binnen de Chinese geneeskunst is het belangrijk om niet alleen iemands klachten in kaart te brengen, ook is het belangrijk om te weten wat iemand bezighoudt, in welke situatie hij of zij zich bevindt en wat er vooraf is gegaan aan de klachten. De Chinese geneeskunst heeft een holistische manier van benadering. In mijn praktijk neem ik één uur de tijd voor een behandeling. Sommige gebeurtenissen kunnen zoveel impact hebben dat iemand uit balans raakt. Tijdens het aanhoren van iemands verhaal kan ik een relatie leggen tussen de oorzaak van de klachten en hoe de klachten zich uiten. Als lichaam en geest zich niet langer aan situaties in de omgeving kunnen aanpassen wordt de draaglast groter dan de draagkracht en kunnen er klachten ontstaan. Lichamelijke of emotionele klachten zijn energieblokkades die met acupunctuur opgeheven kunnen worden, waardoor ze verdwijnen.”





**UITGEKOOKT.NL**  
Lekker, gezond en lekker makkelijk

Groene  
geluks-  
weken



In 4 minuten een  
maaltijd op tafel



Ruime keuze uit  
gezonde gerechten



Chefs met passie  
voor lekker eten



Gratis gekoeld  
aan huis bezorgd

## Maaltijden waar je blij van wordt

Wist je dat vitamine B1 je energieniveau ondersteunt en magnesium gunstig is voor een goede geestelijke balans? Deze én andere vitaminen en mineralen vind je in onze gezonde maaltijden. Waaronder in onze vier voorjaarsspecials. Gemaakt zónder toevoeging van geur-, kleur- en smaakstoffen. Boordevol seizoensgroenten waar je letterlijk en figuurlijk blij van wordt.

Ervaar ook het voorjaars-  
gevoel bij Uitgekookt!



Onze  
voorjaars-  
specials

Maak ook kennis met Uitgekookt  
bestel een proefpakket

**40% voorjaarskorting**

**4 voor maar €19,95**



Uitgekookt.nl



085-0190066



**10.000+**  
klantreviews

## Bewegen kun je de hele dag door...!



Gezond oud worden heb je voor een belangrijk deel zelf in de hand. Het is met name belangrijk om je persoonlijke leefstijl zo gezond mogelijk te houden. De belangrijkste pijlers daarvoor zijn een evenwichtig en gezond voedingspatroon, voldoende beweging, het vermijden van rookwaren en alcohol en het voorkomen van stress. De meeste zaken in dit rijtje spreken wel voor zich, maar wat is precies voldoende beweging? Is het echt nodig om je enkele malen per week te onderwerpen aan een zware training in de sportschool?

Om met dat laatste te beginnen: op die vraag valt geen eenduidig antwoord te geven. Om gezond te blijven heeft je lichaam een bepaalde mate van beweging nodig. Als je van 's morgens vroeg tot 's avonds laat de deur niet uit komt en vooral zit of ligt, zal een wekelijks bezoek aan een sportschool niet voldoende zijn om dat te compenseren. Maar ben je postbode en leg je dagelijks heel wat kilometers af, dan is de sportschool waarschijnlijk niet eens nodig. Natuurlijk kun je er ook dan baat bij hebben om een trainingsprogramma te volgen, bijvoorbeeld als je gericht bepaalde spiergroepen wilt trainen of je conditie verder wilt verbeteren. De sportschool kan bovendien de bekende stok achter de deur zijn die veel mensen nodig hebben om zich voldoende in te spannen.

Feit is wel dat je de hele dag door kunt bewegen door kleine veranderingen in je dagelijkse ritme. Besteed een deel van je lunchtijd bijvoorbeeld aan het maken van een wandeling, waardoor je weer wat extra meters op de teller krijgt. Loop ook binnenshuis wat vaker en neem in kantoorgebouwen of flats liever de trap dan de lift. Ook bezigheden als tuinieren en de was ophangen dragen al bij aan je dagelijkse portie beweging. Zeker als je wat ouder wordt, is het niet meer zo vanzelfsprekend om intensieve trainingen te gaan volgen. Je kunt dan echter door minder extreme vormen van bewegen je gezondheid nog prima op peil houden. Onderzoek wijst uit dat de intensiteit van de lichaamsbeweging op hogere leeftijd geen belangrijke rol meer speelt.

Voor dit onderzoek werd een groep van ruim vijftienhonderd senioren met een gemiddelde leeftijd van 73 jaar opgesplitst in drie kleinere groepen. De ene groep hield zich bezig met intensieve vormen van lichaamsbeweging, de andere groep met matige lichaamsbeweging en de derde groep verrichte alleen algemene dagelijkse activiteiten. De senioren werden over een periode van vijf jaar gevolgd. Daarbij werd bijgehouden hoeveel mensen in de groepen te maken kregen met hart- en vaatziekten en hoeveel mensen kwamen te overlijden. De conclusie luidde dat er nauwelijks verschil in de cijfers bleek te zijn. In alle gevallen lag bijvoorbeeld het percentage van mensen met hartziekten tussen de vijftien en zestien procent.

## Voor een optimaal gebit ga je naar een tandprotheticus

Gediplomeerde tandprotheticus maken een gebitsprothese zelf in nauw overleg met u, waardoor tandvorm, kleur en zetting worden afgestemd op uw wensen. Stap eens binnen voor advies, een prijsopgave of verandering. Ook voor het aanmeten en vervaardigen van kunstgebitten op implantaten, overkappingsprothesen en gedeeltelijke prothesen (zogenaamde frameprothesen) kunt u direct bij de tandprotheticus terecht. Reparaties (indien mogelijk) binnen één uur gereed.



Uw nieuwe volledige kunstgebit wordt voor 75% vergoed vanuit de basisverzekering.

**Fred van der Linde**  
Planetenweg 14, 1973 BG IJmuiden  
0255-520035

Parklaan 88, 2011 KZ Haarlem  
023-5321972



**Vivian Hendrix**  
Rijksstraatweg 236, 2022 DJ Haarlem  
023-5332433, www.tpphendrix.nl  
info@tpphendrix.nl

Lid van de Organisatie van Nederlandse Tandprotheticus



## Wist je dat?

Je knippert dagelijks gemiddeld maar liefst 21.600 keer met je ogen!

## Vet verliezen door bevriezen!

Allernieuwste Cryolipolyse voor alle probleemzones bij Afslankstudio Velsbroek.

### AFSLANKEN DOE JE NIET IN JE EENDTJE



Velsbroek – Trots is eigenaresse Annet van Afslankstudio Velsbroek op de allernieuwste Cryolipolyse! Dit apparaat pakt echt alle probleemzones aan: zwaaiarmen, onderkin, bovenbenen, buik en de zijcanten.

De Cryolipolyse is echt fantastisch. Vet verdwijnt per behandeling, geen operatie, geen littekens, gewoon heerlijk relaxen op de behandelbank en het vet gaat weg. Het is een methode waarbij vetcellen door een behandeling met kou worden aangepakt. Het is een veilige en betrouwbare methode waaraan geen operatie of verdoving te pas komt. Vet verliezen door bevriezen werkt op basis van Cryolipolyse, namelijk door gecontroleerde koude worden vetcellen gekoeld tot ze kristalliseren. Vervolgens voert het lichaam de vetcellen geleidelijk af via de natuurlijke weg. In het vrijblijvende intakegesprek wordt er een behandelplan voorgesteld. Daarna kan een afspraak worden gemaakt om de behandeling in te plannen.

Door middel van vacuüm wordt de huid en de onderliggende vetlaag in het apparaat gezogen. Hierna begint het koelen. De behandelbank is comfortabel zodat tijdens de behandeling bijvoorbeeld een tijdschrift kan worden gelezen. De Cryolipolyse behandeling is veilig, pijnloos en in tegenstelling tot liposuctie hoeft er niet geopereerd of verdoofd te worden. vet bevriezen is een gerichte behandeling op specifieke lichaamsplaatsen die slanker moeten worden en blijven.

Tijdens de Open Dagen kan iedereen vrijblijvend kennismaken met deze behandeling, start nu en ga strak de zomer in! Afslankstudio Velsbroek, Klompenmakerstraat 7 in Velsbroek. Telefoon 023-5490556

## De temperatuur in de koelkast



Het voedingscentrum is een nieuwe campagne gestart om de Nederlanders te wijzen op de ideale temperatuur in de koelkast. Slechts één op de drie mensen blijkt te weten dat deze temperatuur vier graden Celsius is. Bij deze temperatuur blijft voedsel zo lang mogelijk in goede staat. Bovendien groeien ziekmakende bacteriën bij deze temperatuur nauwelijks.

### Eieren in de koelkast

De campagne richt zich niet alleen op de temperatuur, maar wijst er ook op dat naast vlees en vis ook eieren het beste in de koelkast kunnen worden bewaard. Veel mensen blijken dat niet te weten, omdat eieren in de supermarkt ook buiten de koeling gepresenteerd worden. De reden hiervoor is dat eieren er niet goed tegen kunnen als ze eerst gekoeld worden en daarna niet meer. Het omgekeerde kan echter wel. Vanuit de supermarkt de koeling in is prima en zorgt ervoor dat de eieren langer te gebruiken zijn. Door de koelkast op vier graden Celsius in te stellen, voorkomen we verspilling en dragen we bij aan een duurzame wereld.

### Koel of gekoeld

Op sommige producten staat dat ze gekoeld bewaard moeten worden, op andere etiketten valt te lezen dat ze koel bewaard moeten worden. Vaak denken mensen dat dit hetzelfde is, maar dat is niet het geval. Wanneer een product koel bewaard moet worden, geldt een bewaartemperatuur van ongeveer 12 tot 15 graden. Bij gekoeld gaat het erom dat de producten in de koelkast bewaard dienen te worden.

### Niet alle soorten groente en fruit in de koelkast

Veel soorten groente en fruit hoeven niet in de koelkast bewaard te worden. Dit geldt bijvoorbeeld voor avocado's en aubergines, maar ook voor tomaten, courgettes, paprika's, uien en bananen. Al deze soorten kunnen prima bij kamertemperatuur bewaard worden.

## Wist je dat?

Je ogen focussen zich op wel 50 verschillende dingen per seconde.

# World Sleep Day

Alleen dit weekend droomaanbiedingen op het hele Auping assortiment.

**auping**  
*met liefde*

  
**Goodnight**  
slaapkamers  
Altijd **Goedemorgen**



**Goodnight Slaapkamers/Auping Studio Cruquius**  
Spaarneweg 18 | Woonboulevard Cruquius  
023 - 529 39 84 | [info@goodnight.nl](mailto:info@goodnight.nl)  
**Auping Store Amsterdam Buitenveldert**  
A.J. Ernststraat 865, 1082 LN Buitenveldert

\*Vraag naar de actievoorwaarden in de winkel

24/7 informatie over uw nieuwe bed, matras of boxspring: [www.goodnight.nl](http://www.goodnight.nl)

wooncentrum

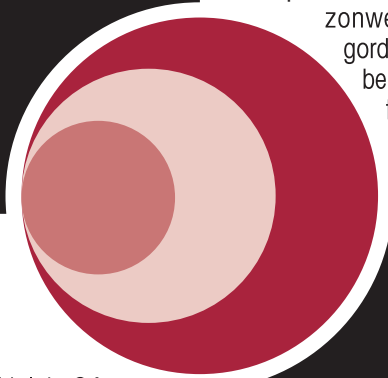
**Shoppen in maart  
is het zeker waard!**

Onze binnenzonwering  
en pvc vloeren shopt u nu allebei  
**BTW VRIJ!**

**\*Vraag in de winkel naar de voorwaarden.**

wooncentrum

pvc & laminaat  
zonwering  
gordijnen  
behang  
tapijt



Marktplein 24  
IJmuiden  
0255-536060  
www.ubokok.nl

**UBO KOK**

**UBO KOK**