

Jutter | Hofgeest ^{NL}

4

Bladkorven weer geplaatst



12

Eenzaamheid Buitenspel in het Telstarstadion

16

Drukbezocht pinkenweekend



Woeste taferelen op strand IJmuiden

IJmuiden - De elementen als zee, zand, wind en af en toe een bui zorgden al voor woeste taferelen afgelopen weekend op het strand maar de combinatie met de off-road voertuigen die een strijd tegen elkaar en die elementen leverden maakten het helemaal een uniek gezicht. De strandrace IJmuiden is de enige race op het strand die Nederland kent. Uitermate geschikt strand natuurlijk hier in IJmuiden voor dat soort wedstrijden. Een waanzinnige uitdaging voor mens en machine. En een spectaculair gezicht. Onder andere onze fotografen Ton van Steijn en Dennis Gouda hebben er dan ook opwindende platen van geschoten. Kijk maar op Facebook. Foto: Ton van Steijn

Veelbewogen Veteranendag

Velsen - Afgelopen zaterdag vond traditiegetrouw Veteranendag Velsen 2023 plaats. Elk jaar wordt een bijzondere plek in Velsen als locatie gekozen, om een erbetoon aan onze veteranen te organiseren. De locatie was dit jaar Begraafplaats Duinhof, te bereiken via de Zeeweg en Slingerduinlaan. Van de ongeveer 250 veteranen in Velsen gaven meer dan 80 mensen gehoor aan de uitnodiging door hun aanwezigheid.



Er waren veel veteranen die gehoor hadden gegeven aan de uitnodiging. Foto: Reinder Weidijk

Door Arita Immerzeel

Zij kregen behalve een naamplaatje, ook een witte anjer opgespeld. Een aantal van de aanwezige veteranen werd vergezeld door hun partner, familielid of vriend. Burgemeester Frank Dales en gemeenteraadslid Frank Cornet

woonden de gehele bijeenkomst bij.

Hartelijke ontvangst
Met koffie en vers gebak worden de genodigden in Brasserie Duinhof ontvangen. Burgemeester Frank Dales geeft alle aanwezigen een hand en heet iedereen persoonlijk welkom. Theo Schutijser en zijn

vrouw Nel zijn elk jaar van de partij. Theo (75) is veteraan na een heftige periode in Cambodja. Hij bracht ook onder andere negen winters op de Noordpool door als verpleegkundige 'om de Russen tegen te houden.' Theo vertelt over zijn carrière bij de Marine, dat er veel plezier was onderling. „Ik herinner mij de eenheid, de openheid naar elkaar. We wisten alles van elkaar, we deelden alles en hielden elkaar in de gaten. Bovendien hielden we elkaar scherp." Theo en Nel vinden een bijeenkomst als dit belangrijk. Nel omdat Theo dan tenminste praat, want dat was thuis altijd moeilijk. Theo, omdat hij behandeld werd in verband met PTTS (posttraumatische stressstoornis) en er een rijker mens van werd. Vervolgens wordt het gezelschap naar een onherkenbare aula geleid. De aula blijkt omgetoverd tot een mooi verlichte en met veel verse bloemen getooid restaurantopstelling. Aan ronde tafels, met linnen lakens gedekt, kan men met acht personen per tafel plaatsnemen.

Lees verder in deze editie of online hoe deze, in het licht van de realiteit van vandaag de dag, bewogen reunie verder verliep.

DEZE WEEK IN DE KRANT



Leuk teamlid gezocht

ALBATROS BANDEN IJMUIDEN
www.albatrosbanden.nl

Onderhoud van alle merken v.a. € 199,- incl. APK

Koene auto, dealer in Velsersbroek is niet alleen specialist voor Fiat, Alfa-Romeo, Abarth en Jeep, maar wij onderhouden ook alle andere merken



Wij hanteren verregaande hygiënische maatregelen om verspreiding van het Coronavirus te voorkomen.

Koene Auto, Broekerdreef 120, 1991AZ Velsersbroek tel.023-5379700 www.koene.nl

Wilt u liever de deur niet uit, maak gebruik van onze haal en brengservice.



VERKOOPPLANNEN? GRATIS WAARDEBEPALING

Zeeweg 227 | (0255) 524660 | www.G-0makelaars.nl

Jutter | Hofgeest ^{NL}

Wij zijn op zoek naar serieuze

BEZORGERS M/V



VELSEN-NOORD:

- Omgeving Melkiaan/Stratingplantsoen
- Omgeving Ladderbeekstraat/Watervlietstraat

IJMUIDEN:

- Omgeving Homburgstraat/van Leeuwenstraat

VANAF 13 JAAR AANMELD-BONUS + HOGE VERDIENSTEN

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

WWW.VERSPREIDNET.NL

INFO@VERSPREIDNET.NL

VISSER

drogisterij • parfumerie

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



New Care
Compleet assortiment
25% korting



Orthica
Compleet assortiment
25% korting



Vitalize
Compleet assortiment
25% korting



Vitakruid
Compleet assortiment
20% korting



A. Vogel
Compleet assortiment
2de product
50% korting



Parodontax & Sensodyne
2+1 Gratis



Nivea
Compleet assortiment
1+1 Gratis



Max Factor
Make-up
1+1 Gratis



Weleda
Compleet assortiment
25% korting



Louis Widmer
Compleet assortiment
20% korting

TAX FREE

SHOPPEN

21% KORTING
op luxe producten*

Lucovitaal gehele assortiment 1+1 GRATIS!



Bekijk onze folder nu online
www.drogisterij-visser.nl





Velsense Veteranen in het zonnetje gezet op Duinhof

Op uitnodiging van de gemeente Velsen en het Veteranencomité Velsen kwamen de veteranen uit Velsen op zaterdag 14 oktober bijeen. Dit jaar vond het plaats in de brasserie en aula van Duinhof. De Velsense Veteranendag is een gezellige ontmoeting met jonge- en oude veteranen waarin hun belevenissen en ervaringen centraal staan.

Bij aanvang sprak namens het college burgemeester Frank Dales de genodigden toe. Hij sprak zijn waardering uit voor de inzet van alle veteranen. Voor sommige veteranen is dat een tijd geleden. Anderen hebben meer recent deelgenomen aan vredesmissies.

maker Roy Dames. Hij vertelde over zijn documentaire "Oorlog tot het graf". Het verhaal over drie ex-dwargarbeiders uit de IJmond in de Tweede Wereldoorlog. Zij werden opgepakt tijdens de grote razzia op 16 april 1944. Als afsluiter was er een gezamenlijk diner voor de genodigden.

Foto Reinder Weidijk

Hierna was het de beurt aan gastspreker en film-



Opruimwerkzaamheden na storm Poly

Op woensdag 5 juli raasde storm Poly over ons land. Onze regio werd het hardst getroffen. Dat was in de openbare ruimte ook te zien. In Velsen waaiden circa 700 bomen om. Dit gaat over straat- en laanbomen, bomen in parken en bomen in groenstroken. Ook loshangende takken zorgden voor gevaarlijke situaties waardoor een noodverordening in de parken werd afgekondigd.

In de ochtend van 5 juli werden inwoners geïnformeerd via verschillende gemeentelijke kanalen. Daarna volgden meerdere berichten over code oranje en code rood, de afvalinzameling tijdens de storm en de noodverordening voor de parken. Het opruimen van de bomen en takken was een enorme klus voor de buitendienst. Inwoners stelden daarover ook veel vragen. Daarom nam de buitendienst inwoners in een interview mee over wat er zoal bij kwam kijken.

Nog steeds opruimen en bomen rooien

Naast de reguliere werkzaamheden is de buitendienst nog bezig met de laatste opruimwerkzaamheden.

Ook brengt de buitendienst in kaart welke bomen niet zijn omgevallen, maar wel instabiel zijn geraakt, zoals tientallen bomen achter Sporthal Oost in IJmuiden. De komende tijd zijn er dus nog kapwerkzaamheden als gevolg van de storm.

Rekening houden met volgende stormen

De bomen die zijn omgewaaid stonden er al jaren en kunnen we alleen vervangen met kleinere exemplaren dan er stonden. We verwachten meer stormen door de klimaatverandering en houden daar nu al rekening mee. Dat doen we door het verbeteren van de bodem, zodat de nieuwe bomen dieper wortelen, meer voedingsstoffen opnemen en langer gezond blijven.

Resultaten bewonersonderzoek recycle-tarief

Van eind juli tot begin september voerden we voor de tweede keer een bewonersonderzoek uit naar het recycle-tarief in Velsen. In totaal vulden 2.898 bewoners de vragenlijst in.

Het onderzoek laat zien dat de inwoners gemengd staan tegenover invoering van het recycle-tarief.

Als belangrijkste voordelen geven de respondenten aan dat het een eerlijker systeem is (39%) en goed is voor het milieu (34%). Ook geeft 79% aan een betere afvalscheiding belangrijk te vinden en 70% vindt het belangrijk zelf invloed op de afvalstoffenheffing uit te kunnen oefenen.

Belangrijkste nadeel van het recycle-tarief vinden mensen dat er vaker restafval naast containers ligt (71%). Ook geeft 49% van de respondenten als nadeel dat inwoners afval in de verkeerde container gooien.

Ook denkt 30% van de respondenten duurder uit te zijn met het recycle-tarief. Het hele rapport met de uitkomsten van het onderzoek kunt u lezen op www.velsen.nl/bewonersonderzoek-over-het-recycle-tarief-2023.

Lagere afvalstoffenheffing

Sinds de invoering van het recycle-tarief is er het eerste halfjaar van 2023 in heel Velsen ruim 37% minder restafval opgehaald dan in dezelfde periode vorig jaar. Dit is goed nieuws omdat dit niet verbrand hoeft te worden. Verbranden is namelijk duur en slecht voor het milieu.

Ten opzichte van de eerste helft in 2022 is er het eerste halfjaar van dit jaar ruim 31% meer GFT- en etensresten ingezameld en 30% meer plastic, blik en drinkpakken. De hoeveelheid

ingezameld glas is gestegen met 42% en oud papier met 7%. Door de goede resultaten gaan de afvalkosten omlaag. Hierdoor gaat gemiddeld 75% van de inwoners in 2024 minder afvalstoffenheffing betalen dan zij hadden gedaan zonder het recycle-tarief. Dit is een mooie beloning voor het goed scheiden van afval.

Het dumpen van afval naast containers, wat inwoners als grootste nadeel zien, houdt onze aandacht. We blijven hierop handhaven en ruimen de dumpingen zo snel mogelijk op. Afval dat naast containers ligt, moet apart worden opgeruimd. Dit kost de inwoners uiteindelijk ook geld. Het is uiteindelijk het milieuvriendelijkst en goedkoopst als iedereen zijn afval goed scheidt en in de juiste container weggooit.



Bomenkap achter sporthal IJmuiden-Oost en in Burgemeester Rijkenspark

Komende periode zijn er twee locaties waar het nodig is om instabiele en zieke bomen te kappen. Het gaat om bomen achter de sporthal in IJmuiden en bomen in het Burgemeester Rijkenspark.

Sporthal IJmuiden-Oost

Achter de sporthal staat een groot aantal populieren. Deze bomen zijn al op leeftijd. De storm Poly verzwakte de bomen.

Uit voorzorg voor meer schade bij een volgende storm gaan we in de week van 23 oktober een deel van deze bomen verwijderen. Het gaat in totaal om 60 bomen. Omdat er veel wortels aanwezig zijn, is direct herplanten nog niet moge-

lijk. We werken nog aan een plan voor het herplanten van nieuwe bomen op deze locatie.

Zeedennen burgemeester Rijkenspark

In het burgemeester Rijkenspark is een grote diversiteit aan bomen te vinden. Er staan ook Zeedennen in het park die inmiddels niet meer vitaal zijn. Sommige bomen zijn dood. Die bomen staan vaak vlak naast wandelpaden.

Om het veilig te houden, verwijderen wij deze bomen. Dat gebeurt nadat de werkzaamheden zijn afgerond bij de sporthal.

De bomen maken dan ook ruimte voor de aanplant van nieuwe bomen.

1 ca. € 310 p/jaar

Verwarm alleen de ruimte waar je bent



Draai de verwarming uit in ruimtes waar je niet bent. Sluit ook alle tussendeuren.

Bespaar nog meer, bekijk alle 24 tips op duurzaamvelsen.nl



24 TIPS OM ENERGIE TE BESPAREN



Bladkorven weer geplaatst

Het is weer volop herfst in Velsen. Verdeeld over de woonkernen zijn er 17 bladkorven geplaatst om de bladeren in op te ruimen. De korven staan, op een enkele wijziging na, weer op dezelfde plekken als vorig jaar.

Waar kunt u uw bladeren kwijt?

De bladeren vallen deze periode in korte tijd van de boom. Het is daarom niet mogelijk om overal tegelijk het blad direct op te ruimen.

U kunt een handje helpen door bijvoorbeeld de stoep en goot voor uw huis bladvrij te maken. Heeft u geen bladkorf in de buurt?

Het blad kan ook in de gft-bak of in de ondergrondse gft-containers. U kunt de bladeren ook

in de tuin laten liggen. De gevallen bladeren bieden in tuinen een laag van natuurlijke bescherming aan planten en een schuilplek aan egels, insecten en vogels.

HVC veegt straten en stoepen

Blad op de grond kan ook zorgen voor gevaarlijke of ongewenste situaties. Zo kunnen putten verstopt raken en kan het wegdek glad worden, zeker als het heeft geregend. Om de wegen schoon te houden veegt HVC daarom voor ons in de herfst extra de straten en stoepen.

Wilt u weten waar de bladkorven in uw buurt staan? Een overzicht van de locaties vindt u op <https://www.velsen.nl/onderhoud-groen>



GEMEENTE VELSEN

Bekendmakingen

Ingediende aanvragen omgevingsvergunning

IJmuiden

- Velsersduinweg 202, bouwen speelhuis, hekwerk en overkapping (08/10/2023) 73398-2023
- nabij Velsersduinplein 1, tijdelijk (8 weken) plaatsen noodwinkel (09/10/2023) 73480-2023
- James Wattstraat 1B, plaatsen overheaddeur (13/10/2023) 74349-2023

Santpoort-Zuid

- Bloemendaalsestraatweg 93, plaatsen erfafscheiding (12/10/2023) 74197-2023
- Wüstelaan 27, kappen boom (13/10/2023) 74383-2023

Santpoort-Noord

- Wüstelaan 103, kappen 3 bomen (07/10/2023) 73316-2023
- Johan Maurits van Nassaulaan 12, plaatsen zonnepanelen (11/10/2023) 73947-2023
- Johan Maurits van Nassaulaan 12, plaatsen overkapping (oprit) en erfafscheiding (11/10/2023) 73952-2023

Velserbroek

- Westlaan 25 en 25B, veranderen 3 dakkapellen (voorgevel) en veranderen kozijnen (voor- en zijgevels) (12/10/2023) 74134-2023
- Rijksweg 501, plaatsen warmtepomp op dak (13/10/2023) 74274-2023

WELSTAND

Verlengen beslistermijn

Velsen-Noord

- Leeghwaterweg 1B, uitbreiden kliniek (nabij entree uitbouw meerlaags, uitbouw begane grond voorkant, uitbreiding dakopbouw) (10/10/2023) 64219-2023

Ingediende aanvragen standplaatsvergunning APV artikel 5:18

IJmuiden

- "Nick Streetfood", elke dinsdag gedurende 5 jaar, locatie: t.h.v. Kennemerplein 23 (10/10/2023) 73841-2023

Ingediende aanvragen evenementenvergunning APV artikel 2:10

IJmuiden

- "Locatietheatervoorstelling TEER", van 26 t/m 29 oktober 2023, locatie: Visserhallen, Duinstraat 4 (06/10/2023) 73229-2023
- "Nieuwjaarsduik 2024", op 1 januari 2024 van 12:45 tot 13:00 uur, locatie: t.h.v. Kennemerstrand 178 (09/10/2023) 73602-2023

Driehuis

- "Sinterklaasintocht Driehuis", op 25 november 2023, locatie: route van Driehuiserkerkweg naar de kerk (09/10/2023) 73505-2023

BESLUITEN

Verleende omgevingsvergunningen - reguliere procedure

IJmuiden

- Steigerweg ong., veranderen opslaggebouw (wijziging omgevingsvergunning 78065-2022) (10/10/2023) 67317-2023
- Kennemerstrand 174, tijdelijk (10 jaar) en strandseizoengebonden opslaan strandbedjes (10/10/2023) 66925-2023
- Zeeweg 240, verbouwen tot kinderdagverblijf (inclusief speelterrein met hekwerk), aanpassen kozijnen en brandveilig
- Gebruiken voor kinderopvang (0-4 jaar) van een deel van de eerste bouwlaag van het gebouw (10/10/2023) 117025-2022
- Houtmanstraat 37 RD, plaatsen dakkapel (voorkant) (12/10/2023) 70256-2023

Velsen-Noord

- Wijkmeerweg 7 (VOB-kade), tijdelijk (t/m 31 december 2024) gebruiken als was-/droogruimte (10/10/2023) 68285-2023
- Duinvlietstraat 54, plaatsen dakkapel (voorkant) (12/10/2023) 60574-2023

Santpoort-Noord

- Fresiastraat 4, bouwen woning (12/10/2023) 38084-2023

Driehuis

- Tesselschadeplantsoen 7, plaatsen van een dakkapel (voorkant) (10/10/2023) 65485-2023
- Duin- en Kruidbergerweg 1, brandveilig gebruik opvanglocatie (10/10/2023) 44194-2023

Velserbroek

- Maan Bastion 476 en Galle Promenade 70, brandveilig gebruik (10/10/2023) 51376-2023

Verleende evenementenvergunning APV artikel 2:10

Santpoort-Noord

- "Dineren in de Naaldkerk", op 20 en 21 oktober 2023 van 17:30 tot 23:00 uur, locatie: Frans Netscherlaan 12 (12/10/2023) 68219-2023

Velsen-Zuid

- "Spelen van voetbalwedstrijden in het speelseizoen 2023-2024", locatie: 711 Stadion, Minister van Houtenlaan 123 (12/10/2023) 58830-2023

Heeft u vragen over een vergunning? Dan kunt u telefonisch contact opnemen met de gemeente Velsen (0255-567200). Het Klant Contact Centrum kan u aan de balie geen informatie geven over bekendmakingen met een zaaknummer.

Overige bekendmakingen

- Vaststelling van de re-integratieverordening Participatiewet, IOAW en IOAZ

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



Winteropening weekend in SnowWorld Amsterdam met het Oostenrijkse Filzmoos

Velsen -Zuid - Met de eerst sneeuw in de Alpen neemt de interesse in wintersport ook in Nederland toe. Aanleiding voor het Oostenrijkse wintersportdorp 'Filzmoos' om de opening van het wintersportseizoen kracht bij te zetten door een tweedaags evenement te organiseren in SnowWorld Amsterdam.

Tijdens het eerste weekend van de herfstvakantie kunnen bezoekers, net als vorig jaar, proeven van de winter in Oostenrijk. Met skidemonstraties van de Europeeskampioenen formatieskiën, een boerenmarkt met specialiteiten uit Oostenrijk, een prijsvraag waarmee een vakantie naar Filzmoos te winnen valt en met live muziek van Arzberg Musi, de apreskisensatie uit Filzmoos belooft het een spectaculair evenement te worden. Tijdens het weekend zijn er leuke activiteiten op de sneeuw en is er een grote outletsale van wintersportwinkel Mount - by Duijvestein.

„Vorig winterseizoen organiseerden we dit fantastische festival ook en dat was een groot succes voor SnowWorld en Filzmoos. Dit seizoen hopen we nog meer mensen enthousiast te maken voor het winterseizoen en natuurlijk dat we veel gezinnen kunnen overtuigen van een wintervakantie in Filzmoos.“, aldus Peter Donabauer, Directeur Toerisme van Filzmoos. „Filzmoos en SnowWorld Amsterdam werken samen om het echte wintersportgevoel dicht bij huis te brengen. Tijdens de winteropening komt dat allemaal samen. Dankzij de lekkere gerechten, boerenproducten en natuurlijk de liveband uit Filzmoos, waan je je helemaal in de

Alpen.“, volgens Remko Klein, Commercial Director van SnowWorld.

Gratis entree voor de Winteropening van Filzmoos in SnowWorld Amsterdam

Op zaterdag 21 en zondag 22 oktober, het eerste weekend van de herfstvakantie, vindt de winteropening plaats met een doorlopend programma vanaf 10.00 uur tot 22.00 uur. Entree is gratis, maar voor een bezoek aan de piste koop je een skipas op de website of aan de kassa. Onder de bezoekers van het openingsweekend verloot Filzmoos complete vakanties naar haar winterbestemming in Oostenrijk.

Over Filzmoos

Filzmoos is de ideale wintersportbestemming voor mensen die zoeken naar een prachtig, compact, skigebied in de overweldigende natuur. Daarmee is het de ideale bestemming voor families. Gevorderden breiden hun gebied gemakkelijk uit met de skipas 'Ski Amadé', waarmee ze tot wel 760 kilometer pistes en 270 skiliften tot hun beschikking hebben. Naast skiën is Filzmoos bekend door de vele kilometers aan langlaufpistes en de vele wandelpaden en het sfeervolle dorp met traditionele hotels, horeca en winkels.



Sportkleding en Indoor Sporten voor Iedereen in Velsen!

De sportkledingbank van Sluis 751 wordt binnenkort voortgezet in de voormalige Dolfijn Gymzaal in IJmuiden. Inwoners van Velsen kunnen dan gratis sportkleding en sportartikelen komen halen en/of deelnemen aan sport- en spelactiviteiten. Het doel van de sportkledingbank is om onze gemeenschap te ondersteunen en bij te dragen aan duurzaamheid door sportkleding een tweede leven te geven.

We zijn op zoek naar sportkleding en sportartikelen voor zowel kinderen als volwassenen om onze sportkledingbank aan te vullen. Als je schone en nog bruikbare sportkleding of sportartikelen hebt die je niet meer gebruikt, kun je deze inleveren bij de Dolfijnzaal.

- Elke donderdagavond van 19:00 tot 20:00 uur.
- Dolfijnzaal, Zuiderkruisstraat 70, IJmuiden.

Naast het inzamelen van sportkleding en sportartikelen bieden we vanaf donderdag 19 oktober ook gratis indoor midgetgolf en koersballen aan. Iedereen is van harte welkom tijdens de Vrije inloop Sport & Spel voor volwassenen en senioren.



Extra geopend tijdens de herfstvakantie!

Recreatiebad 10:00-17:00 uur
Wedstrijdbad 10:00-12:00 uur

Activiteiten in het
wedstrijdbad

VR- bril te huur

ma 23 okt t/m vr 27 okt



Activiteiten zwembad De Heerenduinen

Ben jij op zoek naar een nieuwe sport? Vanaf 4 november start op zaterdagochtend van 08:00-08:45 uur een nieuwe aquajog groep. De lessen vinden in het wedstrijdbad plaats. Op vertoon van een 4- weken kaart kunt u deelnemen. Bekijk www.zwembadvelsen.nl voor meer informatie.

Extra recreatief zwemmen tijdens herfstvakantie

Het recreatiebad is maandag t/m vrijdag geopend van 10:00-17:00 uur met 10:00-12:00 uur activiteiten in het wedstrijdbad! Zo kun je meedoen met waterpolo, een loopmattenrace en kanoën. Of huur een VR snorkelbril en dompel jezelf onder in een adembenemend onderwater avontuur zoals nooit tevoren.

Baby- en peuterzwemmen

Wanneer je kindje drie maanden is kun je starten met baby- en peuterzwemmen. Naast dat het heel gezellig is, is het belangrijk dat je kindje went aan water. De kinderen leren spelenderwijs te draaien, drijven en bewegen in het water. Het stimuleert de fysieke en psychische ontwikkeling en versterkt de band tussen (groot) ouder en kind. De lessen worden gegeven op zowel woensdag als vrijdagochtend tussen 10:00-11:30 uur. Deelname op basis van inschrijving.

Glow in the Dark SportMix

Kom op donderdag 26 oktober gezellig sporten en geniet van te gekke activiteiten! Doe je leukste neon outfit aan, laat je schinken en kom anderhalf uur bewegen en plezier maken bij Glow in the Dark SportMix dat georganiseerd wordt door de buurtsportcoaches van SportSupport.

De hele sporthal staat vol met gave spellen die de kinderen kunnen uitproberen. Denk aan een knikkerbaan, mikken, klim- en klauterparcours, voetbal, trefbal etc.

LET OP: Bij de ronde 9:15 tot 10:45 (groep 1 en 2) is het verplicht om als ouder/verzorger mee langs de onderdelen te gaan als begeleider.

Tevens zijn de buurtsportcoaches opzoek naar vrijwilligers die op de dag zelf willen helpen met schinken. Neem hiervoor contact op met Gordon op telefoonnummer 023-3037264 of per email op ggort@sportsupport.nl.

Opgeven kan via www.sportpasvelsen.nl/activiteiten.



Heel Velsen drinkt water!

Velsen is in 2023 een JOGG gemeente geworden. Dit betekent dat we ons inzetten voor een Gezonde Jeugd en een Gezonde Toekomst. Met elkaar werken we aan het gezonder maken van de omgeving van 'de toekomst' van Velsen. Er is een mooie start gemaakt op de basisschool de Klipper in IJmuiden met het aanmoedigen om water te drinken, gezonde te eten en meer te bewegen. Water is gezond, goedkoop en (bijna) altijd voorhanden.

SportSupport Kennemerland bezoekt de komende periode alle basisscholen en voorzien alle kinderen van een bidon en informatie over waarom water drinken een heel goed alternatief is voor veel andere zoetere en ongezondere drankjes. Ook heeft zwembad De Heerenduinen een watertappunt aangelegd. Voor iedereen drinkwater voor of nadat je gaat zwemmen.

Fantastisch! Gemeente Velsen wil met de JOGG aanpak niets liever dan dat de handen ineen geslagen worden. Niet alleen op de scholen, maar overal waar de jeugd van Velsen zich bevindt. Samen om gezonde voeding, voldoende beweging, waterdrinken en goed slapen te stimuleren. Een fysiek en mentaal gezonde jeugd, daar zetten we ons voor in. Ook een idee om samen te werken? Neem dan contact op met de JOGG regisseur Hellen Kleijberg - hkleijberg@sportsupport.nl of 023-3037212.

Schoolsporttoernooien

Het nieuwe schooljaar is gestart en de eerste schoolsporttoernooien gaan van start. Tijdens de herfstvakantie staan er een aantal mooie sporttoernooien en evenementen op de agenda. Op 21 oktober 2023 organiseert Smashing Velsen het jaarlijkse Smashbaltoernooi. Het volleybaltoernooi is dit jaar uitgebreid en zal niet alleen voor de groepen 5/6 en 7/8 worden georganiseerd maar ook voor de groepen 3/4 van de basisscholen.



Op zaterdag 28 oktober organiseert korfbalvereniging DKV weer het schoolkorfbaltoernooi in de gemeente Velsen. Vorig jaar was het een ouderwets drukbezochte dag en gezien het aantal aanmeldingen voor dit jaar verwachten wij nog meer enthousiaste scholen en leerlingen te mogen ontvangen! Beiden schoolsporttoernooien worden gehouden in sporthal Zeewijk.

Na de herfstvakantie organiseert Sportloket Velsen samen met schaatsvereniging IJclub Haarlem en de IJbaan in Haarlem ook dit jaar weer schoolschaatsstoernooien voor de Velsense basisschoolleerlingen uit groep zes. Het schaatsen voor scholen zal plaats vinden op donderdag 9 en 16 november. Wij kijken erg uit naar eerste schoolsporttoernooien van dit jaar.

Talententijd IJmuiden

Op donderdagmiddag wordt er in sporthal Zeewijk in IJmuiden extra beweging aangeboden: Talententijd. In deze lessen zal er extra nadruk liggen op het stimuleren van de basisvaardigheden van het kind. Talententijd wordt georganiseerd voor kinderen uit groep 2 t/m 4.

Planning

Iedere donderdag van 15.00-16.00 uur in sporthal Zeewijk (Planetenweg 301, 1973 BE IJmuiden). U schrijft uw kind in voor de gehele reeks van de lessen, na de afgesloten reeks start weer een nieuwe reeks met nieuwe leerlijnen en oefeningen. Het is de bedoeling dat uw kind alle lessen van de reeks meedoet, omdat er wordt gewerkt met een opbouw in de lessen. De reeks die na de herfstvakantie start heeft als thema's rollen, duikelen en draaien en stoeien.

Data

2 november - 9 november - 16 november - 23 november - 30 november - 7 december - 14 december - 21 december



Doortrappen in Velsen, fiets je mee?

Neem deel aan onze maandelijkse fietstochten

Hou je van fietsen of lijkt het je gezellig om met andere in beweging te komen, fiets dan mee!

Tijdens de fietstochten geniet je niet alleen van de omgeving, maar ook van de gezelligheid van medefietsers. Onderweg stoppen we nog om ergens koffie of thee te drinken. We vertrekken iedere eerste maandag van de maand vanaf zwembad De Heerenduinen in IJmuiden, en elke tweede dinsdag van de maand vanaf Het Polderhuis in Velsersbroek. Onze tochten variëren tussen de 15 en 20 kilometer.

Deze activiteit is speciaal bedoeld voor iedereen van 55 jaar en ouder. Als je in het bezit bent van een fietshelm, vergeet dan niet deze te dragen voor extra veiligheid.

Data voor de komende tochten:

- Maandag 6 november om 14:00 uur, vertrek vanaf zwembad De Heerenduinen
- Dinsdag 14 november om 13:00 uur, vertrek vanaf Het Polderhuis

Houd er rekening mee dat we vanwege veiligheidsredenen een maximum aantal deelnemers moeten hanteren. Om teleurstelling te voorkomen, raden we je aan om je tijdig aan te melden. Dit kan via sportstimuleringvelsen@sro.nl of bel naar 06 36 333 616, een WhatsApp-bericht sturen kan ook.

We kijken ernaar uit om je te verwelkomen op onze Doortrappen-fietstochten.

VALPREVENTIE OP ALLE QR-FIT ROUTES!

Vanaf nu staan er op alle QR-FIT beweegroutes speciale oefeningen voor valpreventie!

Voer je leeftijd in en je krijgt een beweegadvies op maat!

QR-FIT



Bewogen speech van de burgemeester

VERSCIJNT DONDERDAG

IJMUIDEN, VELSEN-N., VELSEN-Z.,
VELSERBROEK, DRIEHUIS,
SANTPOORT-N., SANTPOORT-Z.

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

Openingstijden
ma. t/m do. 09.00-17.00 uur
vrijdag 09.00-15.00 uur

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
Ingeborg Baumann
Raimond Bos
Arita Immerzeel
Marja van der Wulp

Kabalen
Opgave gratis advertenties
voor www.jutter.nl/kabalen-opgeven

Druk
Janssen/Pers Rotatiedruk

Verspreiding en bezorgklachten
www.jutter.nl/afzetpunten
www.verspreidnet.nl
Tel. 0251-674433

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

Oplage de Jutter|Hofgeest: 31.600

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

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

WWW.REGIOMEDIAGROEP.NL



Bewogen speech Burgemeester Frank Dales. Foto: Reinder Weidijk

Vervolg voorpaginaverhaal

De burgemeester start, als iedereen stil is, met de vraag wie zijn veteranspeld heeft verloren. Het breekt de spanning een beetje. Een bewogen speech volgt. De burgemeester schuwt de vergelijking met de afschuwelijke realiteit van hedendaagse oorlogen niet en spreekt de hoop uit, dat we gevrijwaard van oorlog blijven. „Hoe mooi zou het zijn, als op Veteranendag Velsen 2024 er geen oorlog meer is!” gaat vooraf aan zijn openingsspeech.

Stilstaan bij moed en toewijding

Dan klinkt het: „Vandaag staan wij samen stil bij uw buitengewone moed en toewijding. U beantwoordde de roep van plicht. U liet achter wat u dierbaar was om aan de frontlinie waarden als vrede en veiligheid te verdedigen. Waarden, die wij koesteren. U kwam in situaties terecht, waarbij u keuzes moest maken. Keuzes in onzekerheid, onder tijdsdruk en met grote gevolgen voor het slagen van de missie. En mogelijk voor leven en

dood van eigen manschappen. U droeg de lasten van oorlog, samen met het thuisfront, waarvan u maanden gescheiden leefde.” Een dochter pinkt een traantje weg, na een blik op haar schijnbaar onbewogen vader.

Frank Dales benoemt ook expliciet de lichamelijke en mentale gevolgen, die veteranen kunnen ondervinden van hun missie. „Ik voel het als plicht om een gemeenschap te creëren, die de unieke strijd van de veteranen begrijpt en respecteert. Onze veteranen mogen zich nooit vergeten of alleen voelen.” Ook wenst Frank alle aanwezigen een mooie, betekenisvolle dag toe en sluit af met een passend gedicht van Willem Wilmink, waarin aan de orde komt, hoe het zou zijn, als een gevangengenomen jood of een nazi je vader zou zijn.

Stilte

Er volgt een minuut stilte om degenen die sneuvelden te herdenken. Daarna zingen de aanwezigen twee coupletten van het Wilhelmus. Vervolgens gaat een

deel van de aanwezigen naar buiten, om op het veld met de oorlogsgraven de onthulling van het zogeheten Witte Anjer Perk bij te wonen.

Anjerperkje

Met het Witte Anjer Perk is gehoor gegeven aan het verzoek van Veteranencomité Velsen om onze veteranen in Velsen te eren. Hiermee is een zichtbaar bewijs van waardering van de gemeente voor hen gecreëerd. Samen met de 96-jarige veteraan heer Bragt onthult de burgemeester na uitleg van de symboliek van het perkje, de maquette met uitleg. „In het ontwerp staat in siergras de letter V. De V van Veteranen, maar ook van Vrede en Veiligheid. Samen met andere bloemen kleurt het perkje rood, wit en blauw. Het perkje is omlijst met graniet. Ook dit is symbolisch, omdat de gebeurtenissen waar een veteraan mee te maken krijgt, niet rechtlijnig zijn.”

Film

Roy Dames, documentairemaker, toont zijn film over de razzia van 16

april 1944 in Beverwijk, waar 486 met name jonge jongens uit Velsen-Noord en Beverwijk zijn opgepakt. Af en toe licht hij ook iets toe, zodat het verhaal duidelijker wordt. Tijdens de vertoning legt een dochter haar hand op haar vaders been. Hij slaat zijn handen voor zijn gezicht. De heer N.B. Brouwer is verrast door de film. Als kleuter maakte hij de razzia mee, dat wil zeggen, zijn moeder was erg zenuwachtig, weet hij nog en zijn vader zat onder de vloer verstopt. Hij herkent de verhalen van zijn moeder en heeft zelf een beeld zonder taal van de gebeurtenissen.

Onderzoek naar wensen en ideeën

Niet alle aanwezigen kunnen Begraafplaats Duinhof als locatie of de documentaire over de razzia waarderen. Frank Dales kondigt aan, dat er een enquête/onderzoek zal plaatsvinden onder alle veteranen van Velsen om wensen en ideeën voor Veteranendag Velsen 2024 te inventariseren.

Diner

Na dankwoorden en bloemen voor de sprekers en organisatoren van de veelbewogen bijeenkomst, wordt het diner aangekondigd. Er wordt genoten van soto ajam vooraf, vervolgens een traditiegetrouwe Indische rijsttafel met spekkoek toe. Ook hier blijken smaken te verschillen. Een veteraan, die nooit meer rijst heeft gegeten na zijn dienstdienst in Nieuw-Guinea, eet ook nu geen rijst. Maar een ander scheidt twee keer op. „Net als vroeger, dan kregen we elke woensdag een blauwe hap!”

Mede-organisator Ina Leen van het Veteranencomité kijkt terug op een mooie bijeenkomst. „Ik vond het indrukwekkend.” Ina organiseert ook netwerkbijeenkomsten, die door een vaste groep veteranen bezocht worden. De heer H.E. de Jong is één van de oudste veteranen vandaag, want hij is deze dag 96 jaar geworden. „Mooi toch, zoveel mensen op mijn verjaardag!” zegt hij blij. Lichamelijk en mentaal gevoed vertrekken alle aanwezigen na alle eerbetoen weer huiswaarts. „Tot volgend jaar!” klinkt het uit de mond van onder anderen veteraan Bragt.

Het Kompas koopt een huis

IJmuiden - Groep 7/8 van Het Kompas Oost in IJmuiden is in verband met het thema van de Kinderboekenweek 'Bij mij thuis' bezig in de klas met huizen kopen, verbouwen en inrichten.

Via Funda.nl hebben zij allemaal een huis gekocht met een fictieve hypotheek, gekregen van de juf. Maar hoe werkt dit nou allemaal? Wat is en doet een makelaar, een notaris, een financieel adviseur, een taxateur? Dit kwamen Eline en Jolanda van Van Waalwijk van Doorn Makelaars-Taxateurs de leerlingen haarfijn uitleggen. De kinderen weten nu van A tot Z wat er moet gebeuren om een huis te kopen.

En het geld dan?

Maar dan moet er natuurlijk wel een hypotheek komen, er moet geld geleend worden. Daar kwam Richard

van Richard Plug assurantiën alles over uitleggen. Er werd zaken besproken als verzekeringen, hypotheek, rente en aflossing. Ingewikkelde zaken maar Plug wist het boeiend te vertellen.

Inrichting

Toen kwam misschien wel het leukste werk. Het inrichten van een huis. De hele klas ging naar een meubelzaak om dat zogenaamd gekochte huis ook helemaal in te richten. De komende weken gaan ze nog aan de slag met boodschappen doen en andere vaste lasten. Wat een prachtige samenwerking tussen Het Kompas en lokale ondernemers. Iets om trots op te zijn!



Een superleuke samenwerking tussen de school en de lokale ondernemers. Foto: aangeleverd

welkoop

ZONDAG OPEN VAN 12.00 TOT 17.00 UUR

Aanbiedingen geldig t/m zondag 22 oktober 2023

www.welkoop.nl

TIP

Hang nu alvast je nestkast op voor het broedseizoen.



20% korting

Alle nestkasten

Bijv. Welkoop nestkast koolmees 32 mm 14.95 11.96



3 stuks 3.97 7.50

NIEUWE VERPAKING

Vogelbescherming vogelpindakaas 300 ml



Voederhuis op paal Merel hoogte 120 cm

29.95

25.-

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

BESTE KOOP 2023

Ambachtelijk gemaakte matrassen uit Engeland. Vervaardigd van 100% natuurlijke materialen.



Matrassen AL VANAF € 1.500,=



ARCHIBOLD BECKERS LONDON

Exclusief verkrijgbaar bij:

the Bedroom voor bijzonder goed slapen

Wij werken alleen op afspraak! Bel ons voor vrijblijvend advies. U bent van harte welkom in onze showroom.

Westonstraat 26 • IJmuiden aan Zee • Tel. 0255-519197 • www.archiboldbeckers.nl
Wij zijn bereikbaar van 8.00 tot 20.00 uur 7 dagen per week

VAN DELDEN

HERENMODE

BROEKEN TIENDAAGSE

19 T/M 28 OKTOBER

2DE BROEK HALVE PRIJS

PLEIN 1945 NO.52 | IJMUIDEN | TEL. 0255-515477 | WWW.VANDELDMODE.NL

*Niet op basis collectie/andere aanbiedingen. Vraag naar voorwaarden in de winkel.

250 kr. Snuffelmarkt Haarlem Kennemerhal 22 oktober vanaerlebv.nl

*Gevraagd: Fietsen, oud of defect, haal ik gratis op voor onze hobby. Tel: 06-38094349

Te koop: Grenen bureautafel op rollers met wit blad 76x1.21, hoogte 71 cm 55,-, grenen tafel 74x74x74 cm, 30,-. Tel.06-13354417

Gevraagd: Gratis leesboeken volw. Voor buurt-bieb in IJmuiden i.v.m. vervoer, langs-brengen wordt erg gewaardeerd. Tel.06-43248933

Gevraagd: Gratis halloween deco, ook lantaarns, zw/wit lakens etc. Alles is welkom zolang het toepasbaar is voor thema. Tel.06-43248933

Te koop: Twee metalen rekken met elk 5 in geschroefde metalen rekken hg. 140 x d. 30 x br. 60. Per stuk 10,-. Tel.06-12547596

Gratis afhalen: 15-20 vierkante meter waaltjes. Zijn al uit de tuin. Tel.06-27349388

Te koop: Anna Enquist 6 nieuwe boeken harde koft voor 6,- totaal. Duitse romans Ubermensch, Ein Lieben der mann, Das handicap, hard cover z.g.a.n. Samen 10,- of 4,- per stuk. Tel.06-12547596

Gevraagd: Postcodeloterij uitjes, doet u er niet mee? Ik kom ze graag halen. Bellen, sms of whatsapp is geen probleem. Tel.06-37010414

Te koop: Davo 3 postzegelalbum, 1970-1989. Gerestaureerd en goed gevuld. 50,-. Tel.06-33569884

KLUSSENIER Tom Veen
• Aanbouw • Dakopbouw
• Dakkapellen • Badkamer
• Keuken en complete woningverbouwing
Creutzberglaan 28 • Beverwijk
06 - 523 447 37 • t.veen@klussenier.nl
www.klusseniertomveen.nl

GRATIS KABAAL

LET OP! Van elk artikel móet een vraagprijs worden vermeld!
*(Doorhalen wat niet van toepassing is)

| Te koop/Aangeboden/Gevraagd* |
|------------------------------|
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |

Telefoon: _____ **8**

Deze bon kunt u uitknippen en langsbrengen bij of opsturen naar onderstaand adres:

Jutter | Hofgeest.

ZEEWEG 189-191 | 1971 HB IJMUIDEN

U kunt uw kabaal ook opgeven via internet: www.jutter.nl of www.hofgeest.nl



GRATIS KABAALTJES WORDEN GEPLAATST ONDER DE VOLGENDE VOORWAARDEN:

- Van elk artikel moet een vraagprijs worden vermeld
- Géén onroerende goederen, woonruimte of auto's*
- Géén goederen en dergelijke met een waarde boven de € 500,-*
- Géén personeels- of zakenadvertenties*
- Géén werk gevraagd of aangeboden*
- Alléén regionale aanbidders komen in aanmerking voor plaatsing
- Maximaal één kabaaltje per week, meer wordt niet geplaatst!
- De uitgever kan zonder kennisgeving het aangeboden kabaaltje weigeren

* Dit zijn commerciële advertenties. Neem contact op met onze verkoopafdeling

Theatermanifestatie IJmond speelt technothater

IJmuiden - Van 26 tot en met 29 oktober speelt Theatermanifestatie IJmond Teer, de tweede voorstelling van de zesdelige serie die ze maakt onder de naam de Manifest.



De Visserhallen vormen het bijzondere decor van Teer. Foto: Mariska Stam

In Teer wordt afgedwaald naar de rafelranden van de stad en de bizarre wereld van de nacht. Een unieke ervaring die al je zintuigen prikkelt, vol hysterische kostuums, dans, gesproken woord en vegetarische hotdogs.

Een voorstelling over de metamorfose, veranderingen, jezelf kunnen zijn en wie dat dan is. Als Die-Die's nachts op zoek gaat naar eten voor haar altijd hongerige vader, komt ze terecht bij een wel heel vreemde

foodtruck. Op deze plek, waar vreemde figuren en nachtvinders dwalen, wordt ze gedwongen op een andere manier naar zichzelf en haar leven te kijken.

Voor deze voorstelling in de Visserhallen in IJmuiden werkt de Manifest samen met een groep jongeren tussen de 16 en 27 jaar oud. Ook spelen studenten van de opleiding acteur van het Nova College Haarlem mee. De muziek wordt gespeeld door de gloednieuwe band Beet en het jonge Heemskerkse talent DJ Virato, die eerder bij Zicht al van zich liet horen. Theatermanifestatie IJmond maakte eerder de succesvolle trilogie (Schemering, Luwte en Zicht) op bijzondere locaties in de IJmond en werkt tot en met 2025 aan een gloednieuwe serie waarin ze vragen rondom de leefbare samenleving onder de loep neemt.

Praktische informatie: Visserhallen, Duinstraat 4, IJmuiden. 19.15 en 21.00 uur op Van 26 tot en met 29 oktober. Kaarten via: www.demanifest.nl.

Nieuwe aanwinsten in het Pieter Vermeulen Museum

Driehuis - Het Pieter Vermeulen Museum heeft ook dit jaar weer een aantal dieren ontvangen die een welkome aanvulling zijn op de collectie. Drie nieuwkomers zijn een steppiekiekendief (met dank aan Teun Hoek uit Velsen-Zuid), een schedel van een boommarter (met dank aan Thom Dijkhuizen uit Heemskerk) en een velduil (met dank aan Conchita Waning uit Heemskerk).

Tijdens de herfstvakantie is het Pieter Vermeulen Museum op dinsdag, woensdag, donderdag, vrijdag en zondag geopend van 13.00 tot 17.00 uur. Kinderen kunnen in de tentoonstelling 'Bos vol Geheimen' alles leren over de herfst in het bos, van paddenstoelen tot de dieren die nu een wintervoorraadje aan het aanleggen zijn. De tentoonstelling is geschikt voor kinderen tot en met 8 jaar. De jonge bezoekers kunnen ook knutselen en een leuke speurtocht doen.

'Bos vol Geheimen' is tot en met zondag 7 januari te bezoeken.

Kaartjes reserveren kan via www.pietervermeulenmuseum.nl. Het is ook mogelijk om kaartjes bij de kassa van het museum te kopen. Het Pieter Vermeulen Museum is gevestigd aan de Driehuizerkerkweg 34d, 1985 EL Driehuis. 'Bos vol Geheimen' is ook zeer geschikt voor klassen uit de onderbouw van de basisschool. Voor schoolbezoeken is het museum geopend op dinsdag, woensdag en donderdag.

De schoolbezoeken starten om 9.00 uur, 10.30 uur en 12.00 uur. Reserveren van schoolbezoeken kan via www.nmewijzer.nl.



Leuke nieuwe aanwinsten in het natuurmuseum. Foto: aangeleverd



Feest in het NZH Vervoer Museum bij het tienjarig bestaan van Buurtbus 481. Vierde van rechts wethouder Diepstraten, geheel links raadslid Cees Sintenie. Foto: aangeleverd

Buurtbus 481 viert 10-jarig jubileum

Velsen - Bij het vieren van het 10-jarig bestaan van Buurtbus 481 overhandigde wethouder Diepstraten van de gemeente Velsen bloemen aan de buurtbuschauffeurs van het eerste uur. Het zijn de bestuurders die zich al tien jaar als vrijwilliger verdienstelijk maken voor de openbaar vervoer reizigers tussen Santpoort Noord en Overveen.

Onder hen Velsens raadslid Cees Sintenie die bij de buurtbus tevens de functie van coördinator vervult en daarbij wekelijks de achterwacht vormt voor de dames en heren

achter het stuur. Hij vertelt zich erg thuis te voelen bij de buurtbus: „Het is vrijwillig maar niet vrijblijvend wat we doen. Bovendien vormen we een gezellige

club met elkaar. Omdat we al weer tien jaar bestaan is er wel verloop vanwege leeftijd onder onze leden. Wie interesse heeft om buurtbuschauffeur te worden kan informatie vinden op onze website buurtbusbs.nl.

Vooraf vrouwen moedig ik aan om te reageren, want die zijn nog ondervertegenwoordigd in ons chauffeursgezelschap.”



Deze workshop benadrukte niet alleen het belang van Wadi's maar ook de rol van vrijwilligerswerk. Foto: aangeleverd

Succesvolle workshop Wadi aanleggen in Buurttuin Waterloo

Driehuis - Afgelopen zondag stonden vrijwilligers van Buurttuin Waterloo en buurtbewoners zij aan zij om deel te nemen aan een workshop over het aanleggen van een Wadi. Deze gebeurtenis, georganiseerd door vrijwilligers van de buurttuin, bracht enthousiastelingen samen om te leren en praktische ervaring op te doen in duurzaam waterbeheer.

Een Wadi is een slimme oplossing

voor waterbeheer die helpt om overtollig regenwater op te vangen en te vertragen, waardoor het geleidelijk in de grond kan sijpelen. Dit niet alleen ter voorkoming van overstromingen, maar ook voor de aanvulling van het grondwater en het behoud van de kwaliteit van ons milieu.

De kracht van gemeenschap en vrijwilligers

Deze workshop benadrukte niet alleen het belang van Wadi's voor

duurzaam waterbeheer, maar ook de onmisbare rol van gemeenschapssamenwerking en vrijwilligerswerk.

Buurttuinen bundelden hun krachten om de Wadi te graven en te beplanten met bloemen en struiken die bijen en insecten aantrekken. Het enthousiasme en de betrokkenheid van de vrijwilligers was hartverwarmend en gaven blijk van een groeiend bewustzijn van de noodzaak van duurzaamheid.

10 KILO KWIJT IN 4 WEKEN TIJD!!

Super trots!

Monique Blok uit IJmuiden

20 kilo kwijt

Een jaar geleden was ik klaar met die altijd net te strakke shirts en te strak zittende broeken. De knop ging om en geloof mij ik ben de grootste snoepkont van het Westelijk halfrond. Nu een jaar later durf ik te zeggen dat ik best trots ben op mijzelf. Dankzij de onwijze steun van mijn lieve mannetje, kids en mijn ouders die gewoon niets meer aanbieden als ik er ben (zo fijn) Ik had mij aangemeld bij Afslankstudio Velsersbroek. De begeleiding die daar krijg is fantastisch. Lieve meiden jullie zijn te gek. Ik ga nog even lekker door en alle lieve reacties die ik krijg zijn te gek. Doel 20 kilo!



Door alle probleemzones:

Buik, Benen, Billen, Heupen, Armen en Onderkin.....

Wilt u net als Monique gewicht verliezen?

Neem vrijblijvend contact met ons op!
Wij zullen je begeleiden tijdens een verantwoord traject naar jouw streefgewicht.

TC Cryo

Wat maakt de TC Cryo uniek op de markt?
Vet bevriezen = Vet verliezen
Voor alle probleemzones

3x van € 417,-
voor € 299,-

Body Sculpting Pro

Spierontwikkeling,
Huidversteving, Vet verbranden,
30.000 sit-ups in een half uur
Verlies snel 1 tot 2 kledingmaten

10x van € 475,-
voor € 299,-

GRATIS begeleiding
GRATIS BMI meeting
GRATIS intakegesprek
t.w.v. € 29,95

Maak kennis met ons
allernieuwste apparaat



BEAUTY & AFSLANKSTUDIO VELSERBROEK

Klompemakerstraat 7, 1991 JJ Velsersbroek Tel. 023-5490556

WWW.AFSLANKSTUDIOVELSERBROEK.NL

*Ik droomde eens en zie
ik liep aan 't strand bij lage tij.
Ik was daar niet alleen,
want ook de Heer liep aan mijn zij.*

*We liepen samen het leven door,
en lieten in het zand,
een spoor van stappen; twee aan twee,
de Heer liep aan mijn hand.*

*Ik stopte en keek achter mij,
en zag mijn levensloop,
in tijden van geluk en vreugde,
van diepe smart en hoop.*

*Maar als ik het spoor goed bekeek,
zag ik langs heel de baan,
daar waar het juist het moeilijkst was,
maar één paar stappen staan.*

*Ik zei toen "Heer waarom dan toch?
Juist toen ik U nodig had,
juist toen ik zelf geen uitkomst zag,
op het zwaarste deel van mijn pad..."*

*De Heer keek toen vol liefde mij aan,
en antwoordde op mijn vragen;
"Mijn lieve kind, toen het moeilijk was,
toen heb ik jou gedragen..."*



De reis voleindigd, thuis gekomen!

Intens verdrietig maar met een onuitwisbare herinnering aan je leven, liefde en goedheid hebben wij afscheid moeten nemen van onze lieve, zorgzame moeder, schoonmoeder, oma en overgrootoma

**JANTJE CATHARINA
ZONDAG-NEDERLOF**

Janny

* Velsen,
3 februari 1942

Velsen,
† 22 september 2023

Kinderen en schoonkinderen
Kleinkinderen
Achterkleinkinderen

Correspondentieadres:
J. Zondag
Kruisberglaan 99
1974 NA IJmuiden

De begrafenis heeft in besloten kring plaatsgevonden.



*Waar je ook bent
Ik zou het niet weten
Niet in afstand of tijd te meten
Maar ik heb je bij me
Diep in mij
Daarom ben je zo dichtbij*
Toon Hermans

Mijn sterke, lieve en bijzondere vrouw,
onze lieve moeder, schoonmoeder en oma,

Joke Heeremans - Rutte

Bloemendaal
25 juli 1935

Velserbroek
7 oktober 2023

Piet Heeremans

Pita en John
Adinde
Pernilla en Jens
Dion en Lara
Pien en Mees

Joske
Maartje en Joost
Annabel
Sjoukje en Thijs

Wilbert en Ingrid
Femke
Suzanne en Daniel

De Kamp 67, 1991 BK Velsersbroek

De uitvaart heeft in besloten kring plaatsgevonden.

Onwezenlijk, oneerlijk, niet te begrijpen, moeten wij veel te vroeg afscheid nemen van onze lieve moeder, schoonmoeder, oma en zus

Annamarie Clots - Wassenaar

weduwe van
Henk Clots

Zij overleed in de leeftijd van 74 jaar.

René en Yvonne
Jim en Teddie
Kees
Arjen en Bianca
Jerry-Lee
Norah Lynn
Cor
Ernst

De crematieplechtigheid wordt gehouden op zaterdag 21 oktober om 16.00 uur in de aula van crematorium Westerveld, Duin en Kruidbergerweg 2-6 te Driehuis.

Ik ben mijn laatste vaart begonnen
Verdrietig, maar met een onuitwisbare herinnering aan zijn leven, hebben wij afscheid moeten nemen van

Antonius Gerardus Mossinkoff

Ton

☆ IJmuiden
23 januari 1948

† Eindhoven
15 oktober 2023

Uit aller naam:
Hen en Rina Mossinkoff

Correspondentieadres: De Ruyterstraat 56, 1971 BJ IJmuiden

De crematieplechtigheid wordt gehouden op zaterdag 21 oktober om 15.00 uur in de aula van crematorium Haarlem, Vergierdeweg 271 te Haarlem.

Aansluitend is er in de koffiekamer van het crematorium gelegenheid om samen herinneringen te delen.

Blijvend is jouw warmte in ons hart

Met veel verdriet hebben wij afscheid moeten nemen van mijn allerliefste echtgenoot, onze vader en opa: één uit duizenden.

Theo Nanne

Theodorus Sijbrandus Gerardus

19 december 1947 - 13 oktober 2023

Agi

Marijke en Robby
Rinze, Fiefe, Kimmy en Patrick

Inge en Richard
Rosalie, Josselin

Josetta en Ron
Jolee, Philou

Correspondentieadres:
Snippenbos 50, 1974 XX Umuiden

Het afscheid heeft inmiddels plaatsgevonden.

Diep bedroefd, maar met een vreugdevolle herinnering aan zijn leven, hebben wij op 13 oktober 2023 afscheid moeten nemen van onze geliefde oudste broer, zwager en oom

Theo Nanne

Elly en Hans
Jan en Anke
Ria en Marcel
Gerrit
Sanny en Dick
Nico en Da
Robert en Priscilla
en neven en nichten

In Theo verliezen wij een bijzonder waardevol en fijn mens.
Zijn humor, gezelligheid en betrokkenheid zullen wij enorm missen.

Onze gedachten zijn bij Theo's liefdevolle gezin.

*Herinneringen verbinden
wat het oog niet meer ziet.*

Verdrietig, maar vooral heel dankbaar voor alle jaren dat we met jou hebben mogen samenwerken en mooie herinneringen hebben gemaakt, nemen wij afscheid van onze collega

Loes Schellekens

(1958 - 2023)

Zij heeft zich tot op het laatst ingezet voor de Bibliotheek en KunstForm. Haar toewijding, enorme kennis, altijd vrolijke noot en betrokkenheid zal zeer gemist worden. Wij zullen haar herinneren als de bevlogen spin in het web met aanstekelijke lach en bovenal als lieve collega. Met haar verliezen we naast een geliefde collega ook een bestuurslid van de Volksuniversiteit Velsen. Wij wensen de naaste familie en vrienden veel sterkte toe in deze moeilijke periode.

Namens de Directie, management en alle medewerkers van de Bibliotheek Velsen, KunstForm Velsen en Volksuniversiteit Velsen

"Ik ben aan mijn laatste reis begonnen.
Het goede allemaal".

Jaap

Verdrietig om zijn levenseinde, maar met goede herinneringen aan zijn intensieve leven, nemen wij afscheid van mijn vader, schoonvader en onze opa

Jacob Wolters

Jaap Kameel - James Camel

Zaandam
28 december 1949

IJmuiden
14 oktober 2023



Sharon en Jan
Desley en Senna
Djanilla

Tania 🐾

Jaap is in de rouwkamer aan de Dokweg 39 in IJmuiden, alwaar geen bezoek.
Op zaterdag 21 oktober nemen wij afscheid van Jaap in crematorium Westerveld, Duin en Kruidbergerweg 2-6 in Driehuis. Tijd van samenkomst 13.45 uur.

Correspondentieadres:
Torricellistraat 24, 1972 RT IJmuiden

Een mooi afscheid

Cor Brouwer



Iedereen bedankt voor alle berichtjes, kaarten, telefoontjes, lieve woorden en aanwezigheid.

Dat heeft ons veel goed gedaan.

Anita, kinderen en kleinkinderen

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

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



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)



Wij bieden u
een uitvaart
vanaf € 2.695,-

Ongeacht lidmaatschap
of waar u verzekerd bent.

Kijk voor meer informatie en/of
een duidelijk kostenoverzicht
op www.eekenuitvaart.nl of
bel 0251-231262.



Madeleine La Croix



Uitvaartcentrum IJmuiden

Ingrid Raspoort is de beheerster van Uitvaartcentrum IJmuiden voor Ename Uitvaartzorg

Bij Uitvaartcentrum IJmuiden kunt u vertrouwen op Ingrid haar ervaring, empathie en onverdeelde toewijding om een passend afscheid te creëren. Samen met u, voor een herinnering die bijvind zal zijn.

Ename Uitvaartzorg is dag en nacht te bereiken, wij staan altijd voor u klaar.



Uitvaartzorgcentrum IJmuiden
Dokweg 39, IJmuiden | 0255-511 190
Uitvaartcentrum Haarlem
Parklaan 36, Haarlem | 023-532 87 50
Uitvaartzorgcentrum Zandvoort
Tollenstraat 67, Zandvoort | 023-571 32 78

www.ename.nl

hart & ziel

Uitvaartbegeleiding
met aandacht

www.hartenzieluitvaarten.nl
023 82 00 920



Een afscheid
precies zoals u het wilt.

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

Monuta Jonker & Rengers
Kansdijk 227, IJmuiden
Afscheidshuis Bloemendaal
Bergweg 60, Bloemendaal
T 0251 - 729 100 (24 uur per dag bereikbaar)
monutajonker@rengers.nl

Monuta
Jonker & Rengers



Zee- en Havenmuseum extra open in herfstvakantie

IJmuiden - Het Zee- en Havenmuseum is in de herfstvakantie Noord (zaterdag 21 tot en met zondag 29 oktober) iedere middag, behalve maandag, geopend van 13.00 tot 17.00 uur.



Extra geopend en zaterdag motorendraaidag. Foto: aangeleverd

Dompel je onder in de maritieme wereld en de geschiedenis van het Noordzeekanaal. Bezoek de tentoonstelling 'Navigeren door de eeuwen' of neem een kijkje in de vernieuwde IJmuiden zaal. Voor kinderen zijn er vier speurtochten en een uitdagend escapespel. Vergeet vooral niet een leuke foto te maken op de nage maakte brug of in de kotter in het buitenmuseum. Zaterdag 28 oktober is het motorendraaidag. Deze middag draaien in de motorenhal de kleine en grote (scheeps)motoren. Op dinsdag- en donderdagmiddag is het mogelijk de bibliotheek te bezoeken. In de filmzaal draaien, ook op verzoek, films en documentaires. Pauzeer of sluit het museumbezoek af in het gezellige museum café. Museumkaart geldig. Adres: Havenkade 55, IJmuiden. Zie www.zeehavenmuseum.nl.

HET VERHAALTJE ACHTER HET KABAALTJE

Te koop:

Art Deco Dressoir - 60 euro.
Tel. 06-22693807

IJmuiden - Pieter van Geest uit Amsterdam kocht uit de boedel van het Thalia Theater een mooi antiek dressoir, dat jarenlang dienst deed in de coulissen. Het pronkstuk oogt wel gebruikt, maar is in goede staat. Het staat op wieltjes en heeft door laden en deuren veel bergruimte. Het is een echte blikvanger, deze unieke kast, die gezien haar geschiedenis een mooi plekje in IJmuiden verdient.

Voor het lage bedrag van 60 euro mag het van eigenaar wisselen. Dat is namelijk het bedrag, dat Pieter er zelf voor betaalde, toen het Thalia Theater haar deuren sloot. Het dressoir staat overigens in IJmuiden,



in de Visserhallen in de Duinstraat. Ook daar gaan de deuren gesloten worden. Pieter is te bereiken op telefoonnummer 06-22693807. Tekst: Arita Immerzeel

Eenzaamheid Buitenspel in het Telstarstadion

IJmuiden - Vijf studenten aan de Hogeschool van Amsterdam (opleiding Commerciële Economie) zijn een hartverwarmende happening gestart die via sociale media al door heel Velsen zoemt. Voor het project 'De maatschappij dat ben jij' willen zij een maatschappelijk probleem onder de aandacht brengen. Zij hebben het onderwerp 'eenzaamheid onder ouderen' gekozen



Naast een campagne die eind oktober wordt uitgezet, organiseren zij op woensdag 25 oktober een sport- en speldag genaamd 'Eenzaamheid Buitenspel' in het 711 stadion van Telstar. Hier krijgen ouderen de kans om nieuwe mensen te ontmoeten en beleven zij een gezellige dag waar meerdere activiteiten worden aangeboden. Zoals een bokscinica, bewegen op muziek en sjoelen. De dag wordt afgesloten met muziek en een drankje.

De studenten organiseren dit evenement in samenwerking met de maatschappelijke stichting 'Telstar Thuis In De Wijk'. Verschillende lokale particulieren en bedrijven hebben hun diensten, variërend van het verzorgen van drukwerk tot het sponsoren van de 'advocaat met slagroom' al aangeboden. Velsen blijkt goed in dit soort dingen. Iedereen wordt natuurlijk van harte uitgenodigd naar het stadion te komen. Het programma duurt van 13.00 tot 17.00 uur. Aanmelden kan via 06-57886507 (Sophie) of via eenzaamheidsbuitenspel@gmail.com. Vermeld in ieder geval: uw naam, telefoonnummer, geboortjaar en uw adres indien u gebruik wenst te maken van de gratis vervoersservice. Foto: Pixabay

Rust er een vloek op de kruiswoordpuzzel?

IJmuiden - Tot grote wanhoop van de redactie ging het vorige week weer niet helemaal vlekkeloos met de kruiswoordpuzzel. Er lijkt wel vloek op te rusten: de echte oplossing moest zijn 'boekenverzameling',

echter bij het invullen kwam menig puzzelaar tot het woord 'boekenveraming'. Beide oplossingen rekent de redactie daarom goed. De kruiswoordpuzzels worden via een derde partij aan de

krant geleverd. Deze leverancier is voor deze slordigheid door de directie aangesproken. De redactie betreurt deze slordigheid en biedt haar lezers excuses aan voor het ongemak.



Ontdek schatten op de Grote Snuffelmarkt in Haarlem

Regio - De grootste en meest spannende snuffelmarkt van de regio staat weer voor de deur, en iedereen is van harte uitgenodigd om op zondag 22 oktober de schatten van Haarlem te ontdekken op de Grote Snuffelmarkt in het Kennemer Sportcenter.

Met maar liefst 250 kramen, boordevol prachtige tweedehands spullen en curiosa, is deze markt de ultieme bestemming voor liefhebbers van vintage schatten, koopjesjagers en nieuwsgierige geesten. Of je nu op zoek bent naar antiek, retrokleding, vinylplaten, meubels of gewoon een uniek item voor je collectie, je zult hier zeker iets vinden dat je hart sneller doet kloppen. De Grote Snuffelmarkt belooft een gezellige dag vol schattenjachtplezier te worden voor het hele gezin. Terwijl volwassenen slechts 4 euro betalen voor toegang, kunnen

kinderen onder begeleiding tot en met 12 jaar gratis deelnemen. Het Kennemer Sportcenter biedt voldoende parkeergelegenheid en een sfeervolle omgeving om heerlijk te snuffelen en te genieten van lekker eten en drinken terwijl je op zoek gaat naar die unieke vondst.

Dus, zet zondag 22 oktober in je agenda en nodig je vrienden en familie uit voor een onvergetelijke dag vol schattenjachtavonturen op de Grote Snuffelmarkt in Haarlem. Mis dit niet! De markt is van 09.00 tot 16.30 uur geopend. Foto: Pixabay



Kom vooral een van de favoriete kazen van Bart Captein proeven. Foto aangeleverd

Lutjewinkel1916 proeverij bij Kaasmarkt Captein

IJmuiden - Vrijdag 20 oktober is er een grootse kaasproeverij bij Kaasmarkt Captein. Dan worden de kazen van Lutjewinkel1916 uitgebreid op de proeftafel gezet en bij aankoop van een stuk kaas krijg je ook nog eens gratis kaaskoekjes cadeau.

Bart Captein is zelf erg enthousiast over zijn kazen. „De Lutjewinkel1916 Pittig en Romig is één van mijn favoriete kazen en die heb ik dan ook meteen meegenomen naar IJmuiden toen ik de kaasmarkt vorig jaar overnam. Dit werd zó goed ontvangen dat we nu maar liefst vijf leeftijden van de Lutjewinkel1916 kazen voeren. Het zijn ware smaakexplosies en daarvoor kom je bij ons”,

zegt hij. Kazen van Lutjewinkel1916 worden gemaakt van de allerbeste Noord-Hollandse weidemelk en er wordt gebouwd op meer dan 100 jaar vakmanschap. En dat proef je! Iedere hap is een belevenis en brengt een stukje geluk. Kom het ervaren bij het team van Kaasmarkt Captein op vrijdag 20 oktober. Kennemerlaan 42 te IJmuiden.

ZEE EN HAVENMUSEUM

EEN ECHT MARITIEM MUSEUM VOOR JONG EN OUD

- veel te doen en te zien
- 4 (gratis) speurtochten
- escapespel
- laatste **afsluiting** van de maand
- draaien de oude (scheeps)roefren
- vaste exposities over Noordzeekanaal en IJmuiden
- **wisseltoestelling**
- navigeren door de eeuwen
- **landelingen** Zeesluis IJmuiden & Visafslag

Reserveren via zeehavenmuseum.nl

In de herfstvakantie noord (van 21 t/m 29-10-2023) alle middagen, behalve maandag, open.




IJMUIDER
ZEE- EN HAVENMUSEUM
de 'Visserschool'
Haverkade 55
1973 AK IJmuiden

www.zeehavenmuseum.nl

f @ t

Openingstijden:
woensdag, zaterdag, zondag
van 13.00-17.00 uur.
In de herfstvakantie noord
extra open




Schoenreparatie



Koude voeten?? Dat is niet nodig! Wij bieden een zeer grote collectie Giesswein pantoffels in de maat 16 t/m maat 50!!!

Hoofdstraat 193,
Santpoort-Noord. Tel. 023-5379456
www.fransfreijser.nl

**PANTOFFELS
KOFFERS EN TASSEN
LEDERWAREN**



**21 & 22 oktober 2023
11:00 - 20:00
@ SnowWorld Amsterdam**

Farmers & Tourism market

Skishow Demoteam Filzmoos

All day live Austrian Folk Music

10:00 - 17:00
WINTERSTORE OUTLET
AT MOUNT BY DUUVSTEIN

**WIN
a trip to
Filzmoos**




ZOEK JIJ EEN
MIDDELBARE SCHOOL
IN DE BUURT
DIE BIJ JE PAST?

JOUW SCHOOL
VIND JE
IN VELSEN!

SCHOLEN MARKT VELSEN

scholemarktvelsen.nl

WOENSDAG 1 NOVEMBER 2023
DE BIBLIOTHEEK VELSEN, LOCATIE IJMUIDEN
VAN 17:00 TOT 20:00 UUR

Dudokplein 16
1971 EP IJmuiden
Voldoende parkeergelegenheid
in de directe omgeving



SCAN MET JE MOBIEL
VOOR GOOGLE MAPS

| | | | |
|---|--|--|--|
|  Gymnasium Felisenum felisenum.nl |  Ichthus Lyceum ichthuslyceum.nl |  M MARITIEM COLLEGE IJMUIDEN maritiemcollegeijmuiden.nl |  Saga Driehuis sagadriehuis.nl |
|  T TECHNISCH COLLEGE VELSEN technischcollegevelsen.nl |  Tender College IJmuiden tendercollege.nl |  vellesan college vellesancollege.nl | |



De woning is verzegeld en de politie vraagt iedereen die informatie heeft contact op te nemen. Foto: Inter Visual Studio

Overleden man aangetroffen in woning aan het Sam Vlessinghof

IJmuiden - Afgelopen woensdag is een overleden zestigjarige man aangetroffen in het Sam Vlessinghof in IJmuiden. De omstandigheden bleken verdacht hoewel het niet duidelijk is hoe de man is omgekomen. De politie heeft het lichaam in de woning aangetroffen. Er is onmiddellijk een Team Grootschalig Onderzoek opgezet. Daarbij werkt de politie nauw samen met het Openbaar Ministerie bij complexe onderzoeken.

Maandagmiddag rond 16.00 uur kwam er een melding over een reanimatie binnen bij de politie, die op moment van publicatie geen meldingen kan doen over de toedracht. De woning is verzegeld. Er wordt gevraagd om contact op te nemen met de politie als men meer informatie heeft. De recherche is ook op zoek naar camerabeelden uit de omgeving van de Sam Vlessinghof in de periode van 12 tot en met 16 oktober.



Voor de kraam van de Creatieve groep staat de levensmiddelenmand waarvoor een man de lijst invult. Rechts op de tafel zit pop Jesmaj met een zwarte bos haar. Foto: aangeleverd

Ruim 500 euro voor Madras

Santpoort - De verkoop door dames van de Creatieve MaandagOchtend-Groep bracht 527,95 euro op. Zoals elk jaar had de groep een kraam tijdens de Pinkenveiling rond en in de Naaldkerk in Santpoort. De dames komen wekelijks bijeen om te handwerken en hun producten te verkopen voor het goede doel. In dit geval is dat voor de stichting 'Udavum Karangal' (Helpende Handen) in het Indiase Chennai (Madras) waar Stephan Vidyakar hulp biedt aan verschoppelingen der aarde. De Santpoortse groep is al ruim 28 jaar voor dat doel actief. Via

de stichting Santpoort help Madras gaat het geld naar Vidyakar toe. Bij de kraam van de dames kon de naam van een pop geraden worden evenals de waarde van levensmiddelen in een mand. De pop was Jesmaj gedoopt en werd gewonnen door Marja Zwart uit Santpoort en de waarde van de levensmiddelenmand werd op een haar na (119,57 euro) geraden door Han Lammers uit IJmuiden die spoorlags uit de havenplaats terugkwam om zijn prijs op te halen. De creatieve dames bedanken kopers en 'gokkers' voor hun steun.

AGENDA

VRIJDAG 20 OKTOBER

't Mosterdzaadje: Britta Maria en Maurits Fondse. Nederlandstalige Chansons uit het nieuwe album De Omweg met teksten van Ivo de Wijs en Fondse, Franse chansons van Brel, Aznavour, Barbara. aanvang 20.00 uur. www.mosterdzaadje.nl.

Klaverjassen bij Stormvogels. Elke vrijdag aanvang 20.00 uur in de kantine van IJVV Stormvogels aan de Zuiderkruisstraat. Heeft u vragen of wilt u zich aanmelden dan kunt u contact opnemen met Gerrit Jongejan 06-50923741.

ZATERDAG 21 OKTOBER

Laatste stiltewandeling voor de winterstop: Verzamelen om 9.30 uur bij de ingang van Duin en Kruidberg. Dan een wandeling van ongeveer 3 kwartier in stilte, halverwege een gedicht of verhaal. Opgeven mag maar hoeft niet bij Margreet Baalbergen: margreetenpaul@quicknet.nl.

ZONDAG 22 OKTOBER

't Mosterdzaadje: Alma Sola Quartet - Cello kwartet Alessandro Fornero, Carlos Maldonado, Laura González, Ana Mikuš. Dowland, Bach, Tsjajkovski, Fitzenhagen en Moór. Aanvang 15.00 uur. www.mosterdzaadje.nl

De Brulboei: Het ZondagMiddag-Podium verzorgt: 'Snuffelen aan Amsterdam', een vertelling door Gerard Vortallen en Wim Weijman. De Hofstede, Aletta Jacobsstraat 227 Velsersbroek, aanvang 14.00 uur, entree 6 euro. Vervoer 3 euro, reserveren tel: 0255- 510652.

MAANDAG 23 OKTOBER

Stiltemeditatie 9.00-9.25 uur in het Kruispunt Velsersbroek Zon Bastion 3, Velsersbroek. Je komt in stilte aan en zoekt een zitplaats. Aanmelden is niet nodig, op tijd komen wel.

Postzegelvereniging Santpoort: Veiling met interessante kavels in Het Terras, Dinkgeverlaan 17, Santpoort-Noord. Aanvang 19.00 uur. In december wordt een grote veiling georganiseerd. Info: 023-5382274

DINSDAG 24 OKTOBER

Vereniging Santpoorts Belang: Lezing 'Een geschiedenis op grond van archeologische vondsten' door Anja van Zalinge, stadsarcheoloog van Haarlem. Aanmelden: via www.santpoortsbelang.nl of ter plekke pinnen. Aanvang: 20.00 uur. 't Brederode Huys, Blekersveld 50 in Santpoort-Zuid. Entree: 7,50.

Klaverjasvereniging Post: vanaf 19.00 uur tot 22.00 uur in Zalen-centrum Velsersduin. Voor informatie: Peter De Booi, 0652633814, Pdb1971@kpnmail.nl.

Kledingbeurs in Het Kruispunt in Velsersbroek. U kunt kleding inleveren vanaf 9.30 uur. Informatie Wally de Vries: tel 0617044490

WOENSDAG 25 OKTOBER

Kringloopwinkel OIG IHD aan de Industriestraat 66 IJmuiden

geopend van 9.00 tot 12.00 uur. Verkoop ten bate van activiteiten en evenementen voor gehandicapten en ouderen in de gemeente Velsen. Inleveren van kleding en goederen graag op de maandagochtend en/of dinsdagochtend in de OIG-IHD winkel.

DONDERDAG 26 OKTOBER

IJmuiden wat vertel je me nou? Filmavond: Vanuit Scheveningen wordt aan boord gegaan van de Wiron-span om getuige te zijn van het doen en laten in de haringvisserij. De eerste film begint om 20.00 uur. Kosten: 3,50. Buurthuis De Brulboei, Kanaalstraat 166, IJmuiden.

EXPOSITIES



Zee- en Havenmuseum: Altijd open op woensdag-, zaterdag- en zondagmiddag van 13.00 tot 17.00 uur. In de herfstvakantie 21 t/m 29 oktober alle middagen, behalve maandag, open. Expositie: 'NAVIGEREN DOOR DE EEUWEN'; 4 speurtochten en escapespel (12+), Rondleidingen Sluizen. Info zeehavenmuseum.nl.

Pieter Vermeulen Museum: Tentoonstelling 'Bos vol Geheimen' vanaf zondag 24 september tot en met zondag 7 januari. Openings-tijden: Woensdag en zondag van 13.00 tot 17.00 uur. In de schoolvakanties is de tentoonstelling geopend op dinsdag, woensdag, donderdag, vrijdag en zondag van 13.00 tot 17.00 uur. Kaartjes reserveren kan via www.pietervermeulenmuseum.nl. Het is ook mogelijk om kaartjes bij de kassa van het museum te kopen. Driehuizerkerkweg 34d Driehuis.

Hoogovensmuseum: Geopend zaterdag en zondag van 10.30 uur tot 16.00 uur en op woensdagmiddag van 12.30 tot 15.30 uur. Groepen op afspraak mogelijk. Het museum is gevestigd in een historisch gebouw dat gelegen is net buiten het bedrijfsterein achter het congrescentrum van Tata Steel. <https://www.hoogovensmuseum.nl>. Hoogovensmuseum is komend weekend gesloten!

't Mosterdzaadje: Expositie van schilderijen van Willem de Wijn. Het zijn landschappen, stilleven, etsen en aquarellen. In oktober zal zijn industriële werk te zien zijn. Kerkweg 29, Santpoort-Noord 023-5378625. www.mosterdzaadje.nl.

Alice Loeters persoonlijke uitvaartzorg: Elke eerste donderdag van de maand vindt in de rouwhuiskamer van 11.00 tot 12.00 uur het uitvaartspreekuur plaats. U kunt terecht voor al uw vragen op het

gebied van uitvaart en rouw. Vragen als: Kan ik ook zonder kist worden begraven? Wat zijn de kosten? Kan ik thuis blijven na overlijden? Adres: Rouwhuiskamer Alice Loeters persoonlijke uitvaartzorg in de Naaldkerk, Frans Netscherlaan 12, Santpoort.



Museumhuis Beeckestijn: Vrijdag 20 oktober: Huis open van 11.00 -16.00. Toegang 7 euro p.p. Zaterdag 21 oktober: : Huis open van 11.00 -16.00. Zondag 22 oktober: Huis open van 11.00 -16.00. Toegang 7 euro p.p. Tickets online www.museumhuizen.nl en aan de deur.

In het kunstcentrum De Kolk te Spaarndam exposeren de komende maand drie kunstenaars. Nicolette Swaak, Emilie Hudig, en Heidi Koers. De expositie loopt tot 12 november. Ieder weekend van 12.00 tot 17.00 uur geopend.



Raadhuis voor de Kunst: Zes kunstenaars presenteren zich met vijf verschillende disciplines. Annemarie Sybrandy: mozaïek. Jan van den Bos: beeldhouwer. Jasmijn Tolk: fotografie. Herbert Immer Willems: schilderkunst. Ellen Kuijl: glaskunst. Otto Moison: fotografie. De expositie is open vrijdag, zaterdag en zondag van 13.00 tot 17.00 uur. Torenstraat 7, Velsen-Zuid. Toegang gratis. De expositie is daarna open tot en met 30 oktober.



Vereniging Santpoorts Belang: Tot 19 november toont Margot van Ouwenkerk een andere kant van zichzelf: zij exposeert als amateur-kunstenaar haar schilderijen en tekeningen. Elke dinsdag van 13.30 uur tot 16.00 uur en op afspraak 06-21597751. 't Brederode Huys, Blekersveld 50, Santpoort-Zuid.

Kijk voor meer nieuws op:

www.Jutter.nl

Spötjes

40 in een dozijn
Marcel Corbijn

Gefeliciteerd
namens, pa, ma, Ron, Melissa, Noa, Luna, Billy en de rest van de beesten

Moeder en oma Dien is nog lang niet klaar
Want 20-10 wordt zij pas **95** jaar

Veel liefs,
kinderen, klein- en achterkleinkinderen

25 oktober 1973 - 25 oktober 2023

1 Wordt feest in Huize Post

Martin en Johanna 50 jaar getrouwd!

Hartelijk gefeliciteerd

Te koop: Boek voornamen Prisma woordenboek door prof. van der Schaar, 375 blz. In goede staat. 7,-. Tel. 06-12547596

Gevonden: Donkerrode leren handschoen, fietspad bij spoortunnel Driehuis. Tel. 06-51704372

Gratis afhalen: Bedbank 2 persoons, opklapbaar, ook te gebruiken als bank. Kan eventueel bezorgd worden. Tel. 0255-520028

Aangeboden: Gratis afhalen: 2 Hepta luidsprekers, 20x20x78, zwart. Tel: 06-16459937

Gevraagd: Wie o wie heeft er een bolderkar voor onze folderwijk. Tel. 06-39383817

Verloren: Gouden kruisje voor aan mijn halsketting. In Santpoort-Noord. Omstreeks 10 oktober. Tel: 06-22508586

Te koop: Rollator Travixx by Medipoint, breed, kleur wit 50,-. Tel. 06-53786375

Te koop: Zwarte strakke pianokruk, in hoogte verstelbaar. 10,-. Tel. 06-14679362

Te koop: Artillerie afstandkijker 1914-1918. Zeer klassiek stuk voor verzamelaars 30,-. Tel. 06-10261380

Te koop: Boek voornamen Prisma woordenboek door prof. van der Schaar, 375 blz. In goede staat. 7,-. Tel. 06-12547596

Behangersbedrijf E. Fictoor

Rollandstraat 55 rd., Haarlem, tel. 023 - 537 95 90
06 - 28 25 50 55

Voor al uw wand- en plafondafwerking, witten en behangen, het sauzen van muren.

Vrijblijvend prijsopgave en het bezorgen van boeken.

Gevraagd: Plaatjes van Disney het magische kookboek, van Albert Heijn. Eventueel ook ruilen. Tel. 06-27741315

Te koop: Scootmobiel shoprider deluxe rood. Rijdt fantastisch, 495,-. Tel. 06-53786375

Gevonden: Donkerrode leren handschoen, fietspad bij spoortunnel Driehuis. Tel. 06-51704372

Gratis afhalen: Bedbank 2 persoons, opklapbaar, ook te gebruiken als bank. Kan eventueel bezorgd worden. Tel. 0255-520028

Klusbedrijf Handybob

Bekend van SBS6

Bel mij voor grote én kleine klussen o.a.: schilderwerk, planken, lampen of gordijnrails ophangen, meubels monteren, tuinwerk etc. (geen voorrijkosten)

06-50960008 marinusbob@hotmail.com
www.handybob.nl

AUTO CREW AUTOBEDRIJF SCHWEITZER

Onderdeel van de Bosch groep *sterk in elk merk*

APK v.a. € 37,50 incl. BTW
Onderhoud - Reparatie - Verkoop
VAN ALLE MERKEN AUTO'S

's Gravenlust 37b, 1981 AE Velsen-Zuid
0255 - 527 222
www.autobedrijfschweitzer.nl

SPAANSEN

Voor Hovenier en Particulier

10% korting op alle overkappingen

Ontvang van 20 oktober t/m 20 november 2023 10% korting op alle aluminium en houten overkappingen, inclusief alle toebehoren en maatwerk.*

Heb je vragen of heb je interesse om de mogelijkheden te bespreken? Neem dan contact op met onze overkappingspecialist via overkapping@spaansen.nl of ga naar spaansen.nl/overkapping.

*Actie is zowel op spaansen.nl als in onze vestigingen geldig / Actie is uitsluitend geldig op de particuliere prijzen. Actie is ook geldig op toebehoren (o.a. zonnepanelen, verlichting, buitenverwarming) en niet geldig op montage.

A LUXE **Hillhout** **JFLA WOOD** **Verano**

✓ Groot showterras vol tuininspiratie ✓ Altijd de nieuwste tuintrends ✓ Ruim 50 jaar de tuinspecialist
✓ Experience center voor buitenverlichting ✓ Snel en eenvoudig online ✓ Dé overkappingspecialist van Noord-Holland

Winkel: Zandwijk 14, 0224 - 544 607
Uitgeest: Klein Dorregeest 13a, 0251 - 362 929
Zuidoostbeemster: Purmerenderweg 43, 0299 - 792 100

Bekijk online op: spaansen.nl/overkapping

BSG WONEN

Het adres voor sfeervol wonen!

WEEKAANBIEDING
Woonprogramma Squadra
NU MET KORTING

Tv-kast € 518,-
Dressoir € 738,-
Eettafel € 360,-

Salontafel € 478,-
Boekenkast € 530,-

Hoekbank Amerika
2+ Longchair
€ 995,-
Diverse kleuren en opstellingen mogelijk

Stoel Kim
Met dichte arm, open arm of geen arm
Diverse kleuren, leder en stof mogelijk
Verkrijgbaar in 150, 170, 190 en 210 cm

Volg ons ook op

24/7 shopplezier op BSGwonen.nl

Parallelweg 104 B - Beverwijk

Drukbezocht pinkenweekend

Santpoort-Noord - Voor de vrijwilligers van de Santpoortse Naaldkerk is de tweede zaterdag van oktober elk jaar een belangrijke dag. Om het onderhoud te kunnen financieren houden ze dan altijd een 'Pinkenweekend'. Dit jaar voor de 90e keer.



In de Naaldkerk Santpoort kwamen de voetjes van de vloer bij het muzikale optreden van Pako. Foto: Frans Looij

De weergoden waren gunstig gezind. Het was een drukte van belang zaterdag bij de kramen die buiten de kerk stonden opgesteld. Wat opviel is dat het aanbod weer heel divers was én dat het reuze gezellig was. Maar ook binnen was de sfeer hartverwarmend. In de kerk stonden tientallen dozen met boeken waar veel bezoekers in aan het snuffelen waren. Een rad van fortuin, een geschenkenveiling, een muzikaal optreden van

Pako en een klaverjas- en bridgedrive zondag. Mede dankzij de vele winkeliers en ondernemers uit Santpoort en Velselbroek die prachtige geschenken beschikbaar hadden gesteld en de fantastische inzet van alle vrijwilligers is er voor het onderhoud van de Naaldkerk ruim 11.500 euro binnengehaald. De loterij aan het eind van de goederenveiling was spannend en de hoofdprijs (arrangement Duin & Kruidberg) werd gewonnen door

familie Hof uit Santpoort. De prijzen die nog niet in ontvangst zijn genomen betreft de lotnummers 188 (wit) en 730 (wit). Bezoekers die in het bezit zijn van één van deze lotnummers kunnen hun prijs in ontvangst nemen via tel.nr 06-30548718.

De Heideberg

Die zaterdag was er ook de mogelijkheid om met een lekker kopje koffie Hospice de Heideberg te bezoeken. Want de tweede zaterdag van oktober was het de Internationale dag van de Palliatieve Zorg. Het bleek weer dat de drempel van wat wel het liefste huis van Velsen wordt genoemd laag is. Anders dan je zou denken is de sfeer hier ontspannen. Dit dankzij de betrokkenheid van en de empathie van de meer dan 100 vrijwilligers. Patricia Boer vertelde aan de hand van een mooi filmpje, gemaakt door ambassadeur Friso Huizinga (citymarketing) alles over het reilen en zeilen van de hospice. Over de intensieve samenwerking met familie, de eigen huisarts van de gasten, de Zorgspecialist en de vrijwilligers. Er volgden vragen, er kwamen antwoorden. En wat is het toch prachtig om te merken dat in een tijd dat vrijwilligerswerk niet meer vanzelfsprekend is in onze maatschappij, Hospice de Heideberg kan putten uit zo veel, zulke fijne mensen.



Leonie van der Linden van Doorn had een interview met deze bijzondere vrouw. Foto: aangeleverd

Louise is een echte verbinder binnen Rotary Club Velsen

Velsen - Als geen ander weet Louise van Bokkel zowel binnen als de buiten de club contacten te leggen en zo mensen met elkaar te verbinden. Leonie van der Linden van Doorn had een interview met deze bijzondere vrouw.

Door Leonie van der Linden van Doorn

Leonie zegt: „Zelf zie ik haar ook wel een beetje als ons sociale geweten. Daarnaast is ze een 'doener' en als lid van veel commissies is zij steun en toeverlaat binnen de club. Je doet nooit tevergeefs een beroep op haar." Louise vertelt wat haar drijft: „Ik krijg er ook veel voor terug en geniet van de projecten die we organiseren. Maar vooral ook geniet ik van de organisaties die een voordracht houden op de club. Ik bewaar fijne herinneringen aan Barbara van der Meij die kwam vertellen over haar werk voor 'Buurtgezinnen' waarbij zij zich met weinig financiële middelen inzet voor gezinnen die het niet breed hebben. Echt fascinerend wat zij voor elkaar krijgt en hoe zij mensen in beweging krijgt om elkaar te helpen en bij te staan. Dit soort projecten raken mij echt!" Privé is Louise ook een bezige bij. Tot voor kort had haar man een tandart-

senpraktijk aan huis. „Dat betekende dat mijn keuken de ontmoetingsplek was voor de medewerkers, leuk, druk, meestal gezellig maar je staat wel de hele dag 'aan'." Neem daarnaast haar jarenlange inzet als voorzitter van de ouderraad van een basisschool, het mede organiseren van zeilevenementen en het begeleiden van de handwerkclub in Serviceflat De Luchte. Dan begrijp je wel dat nu er kleinkinderen zijn, daarvoor tijd ingeruimd moet worden. Louise zegt: „Het is fijn om een jonge oma te zijn en me actief met de kleintjes bezig te houden." Stilst zitten kan Louise niet: „Het is dinsdag en de handwerkclub roept. We verkopen onze producten en brengen toch jaarlijks een mooi bedragje op voor Hospice de Heideberg in Santpoort." Leonie is nog bezig met haar interview en schrijft net de laatste woorden op als Louise alweer verdwenen is. Druk, druk, druk. Maar betrokken en verbindend.



Clipper Stad Amsterdam pláátje

IJmuiden - We worden hier in Velsen natuurlijk vaker vergast op bijzondere schepen die hier in de haven liggen of de haven aandoen en weer verder trekken. En onze getalenteerde lokale fotografen snellen dan massaal toe om daar geweldige foto's van te maken. Zo ook van de Clipper Stad Amsterdam, we ontvingen van diverse kanten foto's. Maar Bas Groen is de specialist als het gaat om het maken van foto's van alles wat met scheepvaart te maken heeft dus heeft de redactie gekozen voor deze plaat. Elders in deze editie het verhaal van dit bijzondere zeilschip dat onderweg is voor een wereldreis met dit keer Gwenda Wiersma aan boord. De Friezin heeft een visuele beperking. De reis die de Clipper maakt is om op een positieve manier bij te dragen aan kansengelijkheid op de arbeidsmarkt voor jongeren door mogelijkheden te creëren om mee varen aan boord. Tekst: Ingeborg Baumann. Foto: Bas Groen

Stichting SKOLB bestaat 70 jaar

Velsen - 2 November 2023 is het 70 jaar geleden dat de Stichting Katholieke Openbare Leeszalen en Bibliotheken is opgericht. De SKOLB is ontstaan uit een samenwerkingsverband tussen de openbare bibliotheek en de katholieke bibliotheken en leeszaal in de gemeente Velsen. Toen het beheer van de katholieke Bibliotheek en leeszaal was overgedragen aan de nieuw ontstane Bibliotheek is overeengekomen dat het bestuur van de bibliotheek vertegen-

woordigd zou worden door een aantal door de SKOLB aangewezen afgevaardigden in de bestuurscommissie. Dit heeft de SKOLB dan ook gedaan tot de verzelfstandiging van de bibliotheek tien jaar geleden. Toen de SKOLB na de verzelfstandiging niet meer nodig bleek is zij zich gaan toeleggen op een andere doelstelling: namelijk om de educatie en leesbevordering in Gemeente Velsen te stimuleren en waar nodig eventueel donaties te doen om dit doel te bereiken. Deze

donaties bestaan altijd uit het betalen van benodigde materialen of het aanschaffen van andere zaken. Een mooi voorbeeld is de piano in de huidige bibliotheek in IJmuiden. Mochten er mensen zijn die denken; ik weet nog wel een mooi doel dat aansluit op deze doelstelling dan kunnen ze een mail met motivatie sturen naar gamnijssen@hotmail.com. Verder is de SKOLB op dit moment op zoek naar nieuwe bestuursleden. Aanmelden: flooij@ziggoo.nl.



Rotary Club Velsen

Een kennismaking is zeker de moeite waard!

Nieuwsgierig omdat u ondersteuning wilt hebben voor uw organisatie of als nieuw lid, kijk dan op onze website!

www.rotary.nl/velsen of neem contact op met Leonie van der Linden van Doorn 06-22747301

Forum Felisenum over muziek

Velsen-Zuid - Hoe kan het dat wij in muziek vaak onze eigen gevoelens terug horen? Hoe kan het dat sommige muziek dagenlang in je hoofd blijft, terwijl andere geen enkele indruk achterlaat? Hoe kan het dat muziek objectief gesproken nergens over gaat en toch met ons leven en onze emoties te maken lijkt te hebben?

Op deze en andere vragen probeert Paul Visser een antwoord te geven in zijn interactieve lezing 'Retorica en muziek: een succesvolle Tinderdate'. Aan de hand van de theorie van de welsprekendheid uit de klassieke oudheid zal hij diverse muziekvoorbeelden uit de popmuziek en klassieke muziek op vleugel laten horen. Aan het einde van de lezing weet het publiek zelfs hoe je met gebruik van zulke technieken een hit kunt schrijven, met een waarschuwing

uiteeraard: de helft is techniek, creativiteit en denkvermogen, de andere helft is talent, geduld en geluk. Het zal niet iedereen na de lezing lukken een wereldhit te schrijven maar in ieder geval zal Paul Visser een tipje van de sluier oplichten over de werking van muziek, in ons hoofd en in ons hart.

Tijdstip: 19.30 tot 21.00 uur. Locatie: Aula van het Gymnasium Felisenum, Van Hogendorpstraat 2, Velsen-Zuid.



vanderVlugt Select Windows Partner

Wij zoeken jou!
Timmerman / monteur

- Montage van kunststof kozijnen bij particulieren
- Werkgebied in regio Velsen / Haarlem
- Prettige werktijden (ma t/m vrij 07.00-16.00u)
- Vast contract

Geïnteresseerd?
Meer informatie Hein van der Vlugt, tel 088 97 22 100 of info@vandervlugt.nl

VAN DER VLUGT | BROEKERDREEF 134-140 | 1991AZ VELSERBROEK
VANDERVLUGT.NL/WERKEN-BIJ



Gezocht schoonmaak(st)er

Ben jij de aanpakker die wij zoeken en kom jij ons team versterken op de prachtige locatie Forteiland IJmuiden met leuke mensen?

- Dagelijks van 08.30-13.30 uur of in overleg 25 uur per week ma. t/m vrij.
- Uitbreiding uren in overleg is mogelijk naar bijvoorbeeld 40 uur.
- 6 maanden contract met zicht op verlenging.
- Marktconform salaris en kleding pakket.

Neem contact op met teampbn@pbn.nl of bel op 020-6263600

Verloren:
Gouden kruisje voor aan mijn halsketting. In Santpoort-Noord. Omstreeks 10 oktober.
Tel: 06-22508586

Te koop:
Terrasverwarmer, z.g.a.n. ophang aan de zijwand met allu. boven beschermplaat, event. brandend te zien €50,-. Tel. 023-5288695

Gratis afhalen:
Hoekbank: 2,5 zits + lounge (lg 1,75 m), 2 losse delen tegen elkaar aan te schuiven tot 2,95 m, kleur taupe.
Tel. 06-31927848

Te koop:
Guido Weijers 23-02-24 De Luifel Heemstede, 2 zitplaatsen rij 3, gekocht voor €60,- nu €50,-.
Tel. 06-27825044

Te koop:
Winterbanden Vredestein op stalen velgen met wioldoppen voor Mercedes mt. 205 55 r16 €200,-.
Tel. 023-5283697

Te koop:
Halfronde tv-meubel, wit met getint glas en zwarte getint glazen boven plaat en rvs pootjes €100,-.
Tel. 06-31515001



De wereld wordt rookvrij
Wen er maar aan

Ontdek hoe de wereld rookvrij wordt op rookvrij.nl

OP WEG NAAR EEN
ROOKVRIJE GENERATIE



Al sinds 1997 zijn wij het vertrouwde adres voor het onderhoud aan uw auto en de verkoop van gebruikte en nieuwe auto's

AUTOBEDRIJF BIJLSMA B.V.

Reparatie - Onderhoud (ook leaseauto's) - APK alle merken

Distributieriemen - Airco's - Remblokken en -schijven

 Moerbergplantsoen 2 - 1972XG IJmuiden
Telefoon 0255-511 159
www.autobedrijfbijsma.nl

AUTOSCHADE IJMUIDEN V.O.F.

Bronsstraat 15 - 1976 BC IJMUIDEN

- Voor al uw autoschade • Taxaties
- Spuitwerk (tevens motors en boten)
- Richtwerk • Uitdeuken zonder spuiten
- Schadeafhandeling met verzekering

Wij werken tegen zeer scherpe prijzen, vraag vrijblijvend een offerte aan, ook online mogelijk.

Zie voor meer informatie:
Website: www.autoschadeijmuiden.nl
E-mail: info@autoschadeijmuiden.nl

Bij ons krijgt u altijd gratis vervangend vervoer!

Autoschade IJmuiden V.O.F.
Bronsstraat 15, 1976 BC IJmuiden, Tel. (0255) 511 720

 **VAKGARAGE** KOELEMEIJER

AL 45 jaar een begrip in de IJmond en omstreken

| | |
|--|--|
| <p>bj. 2011</p>  <p>€ 8.995,-</p> <p>VOLKSWAGEN GOLF VARIANT AUTOMAAT</p> | <p>bj. 2016</p>  <p>€ 11.995,-</p> <p>FIAT 500 C 0.9 TWINAIR T-LOUNGE</p> |
| <p>bj. 2013</p>  <p>€ 8.250,-</p> <p>FORD FIESTA TITANIUM</p> | <p>bj. 2017</p>  <p>€ 12.950,-</p> <p>FORD FOCUS 1.0 LEASE EDITION</p> |
| <p>bj. 2017</p>  <p>€ 13.995,-</p> <p>KIA RIO 1.0 TGD I</p> | <p>bj. 2008</p>  <p>€ 3.750,-</p> <p>FORD FOCUS STATION</p> |



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

Het tweede deel van een drieluik over het Marktpluin

In deze rubriek staan we stil bij een typisch IJmuidens onderwerp aan de hand van een foto en naar aanleiding van de actualiteit, een stukje geschiedenis, een bijzondere gebeurtenis, een evenement of gewoon een van de mooie taferele die IJmuiden biedt. In deze aflevering het tweede deel van een drieluik over de geschiedenis van het Marktpluin.

Door Erik Baalbergen

In het eerste deel over het Marktpluin bliken we terug op de naoorlogse plannenmakerij voor een centraal winkelplein in IJmuiden, als onderdeel van Dudoks plannen voor de wederopbouw van IJmuiden. In dit tweede deel kijken we naar de eerste winkels en horecazaken die zich aan weerszijden van het Marktpluin hebben gevestigd.

In de jaren na de vaststelling van de naam 'Marktpluin' in 1952 worden de plannen rond het centrale winkelplein verder uitgewerkt en uitgevoerd. Eind 1952 zijn er al voldoende winkeliers die zich graag in de nog te bouwen panden rond het nieuwe Marktpluin willen vestigen. Dit vanwege de herbouwplicht en omdat de tijdelijke behuizingen, waar ze noodgedwongen sinds de bevrijding zitten, weer tot woningen worden verbouwd of worden gesloopt. In maart 1953 geeft de gemeente de bouw van winkelpanden aan het Marktpluin vrij. Het bestraten van het Marktpluin en de wegen rondom het plein wordt in april 1953 openbaar aanbesteed.

Het eerste rijtje winkels, met oneven huisnummers, verrijst aan de oostzijde van het verder nog bijna onbebouwde Marktpluin. We kijken even naar een paar winkels die bij veel IJmuidenaren ongetwijfeld herinneringen oproepen.

Nederland, De Pauw en K.G. Zelfbediening
De eerste winkel wordt op 8 mei 1953 geopend op Marktpluin nummer 29. Het is Nederland, een zaak gespecialiseerd in woninginrichting, dames- en kinderkleding en babyartikelen. Voor de oorlog zit deze zaak in manufacturen en woninginrichting aan onder meer de Zeeweg in IJmuiden-Oost. Voor de

verhuizing naar het Marktpluin zit de zaak aan de Trompstraat. Medio jaren zeventig komt het pand op huisnummer 29 vrij en op 18 juli 1976 opent de Vomar hier haar IJmuidense vestiging.

Op 19 juni 1953 wordt de tweede zaak aan het Marktpluin geopend. Het is drogisterij, glas- en verhandel firma A.A.J. de Pauw op huisnummer 27. De Pauw zit tot de verhuizing aan de Kennemerlaan.

Op 7 oktober 1953 opent de derde zaak aan het Marktpluin en tevens derde zelfbedieningszaak in Velsen: de K.G. Zelfbedieningszaak van 'de heer D. Veter' op huisnummer 21.

Schoenenpaleis, Ris en Teun Borst
Het Schoenenpaleis van M. van Staveren opent op 30 oktober 1953 de zaak op huisnummer 13. Voor de oorlog zit de schoenenwinkel van Van Staveren aan de Velserveduinweg. Tot de verhuizing naar het Marktpluin zit de zaak aan de Groeneweg.

Horlogemaker en goudsmid P. Ris opent zijn zaak aan Marktpluin 17-19, tussen de K.G. Zelfbedieningszaak en het Schoenenpaleis. Daarvoor zit Ris aan de Wijk aan Zeeërweg. Juwelier Ris is nog een van de weinige winkels die vanaf het begin tot op de dag van vandaag in hetzelfde pand aan het Marktpluin zit.

Intussen heeft ook vis- en haringhandel Teun Borst vanaf najaar 1953 een vaste standplaats met een viskar ingenomen op het Marktpluin, bij de hoek met de Kennemerlaan en het Oosterduinplein. Met de slogan 'Wilt U eten als een vorst, dan vis van Teun Borst' op zijn kar weet hij veel visliefhebbers naar het Marktpluin te trekken.

Wol, tabak, Pruis en Glas
In 1954 raakt de oostzijde van het Marktpluin verder gevuld, met onder meer de winkel van Fa. De Luifel met wol, handwerken, nouveautés, kunstnijverheid van mw. K. de Jong, geopend op 6 november 1954 op huisnummer 7, het Kennemer Tabakshuis van Jac. Beemster, met 'verkoop uit de nieuwste zelfdenkende automaten', geopend op 9 november 1954 op huisnummer 5 en de



Het Marktpluin met de weekmark, gezien vanaf het gebouw van Scheveningen Radio in noordelijke richting, in november 1986. Foto: Noord-Hollands Archief / Beeldcollectie van de gemeente Velsen, inv. no. 14493

rijwielen- en motorenzaak van Fa. G.G.J. Pruis en Zoon, geopend op 13 november 1954 op huisnummer 1. Dit laatste pand op de hoek van het Marktpluin met de Oosterduinweg bestaat uit een winkel, een werkplaats en twee bovenwoningen. Voor de verhuizing zit Pruis aan de Velserveduinweg.

Intussen is ook het plan 'Van den Broek en Bakema' uitgewerkt. Dit plan bestaat uit de bouw van de Centrum-Galerij, een luxe-uitstralende winkelgalerij aan de Lange Nieuwstraat, tussen het Marktpluin en de Dinkelstraat. De Centrum-galerij wordt op 26 oktober 1955 geopend. Aan de westzijde van deze galerij, op de hoek met het Marktpluin, bevindt zich het opvallende pand van de firma Glas, woninginrichting en manufacturen.

Wisker, Kijkgrijp, Unic en De Ruyter
Ook de westzijde van het Marktpluin, met even huisnummers, raakt steeds meer 'bewinkeld'. Op 20 november 1954 opent de Fa. Wisker een winkel in moderne verlichting op huisnummers 18-20. Op 31 maart 1955 opent de Kijkgrijp Voedingsmarkt op huisnummers 12-16. Volgens de annalen van de Dekamarkt is dit de eerste echte supermarkt van Nederland. Op 9 december 1955 opent Chr. Visman zijn naai- en kantoormachinehandel op huis-

nummer 22. In 1976 doet Visman de zaak over aan H.G. Witteveen, die het assortiment behoorlijk uitbreidt.

In 1955 vestigt de familiezaak Unic zich als meubelwinkel op huisnummers 38-40. Later komen er dames- en herenmode mode bij. De zaak is in 1999 gestopt. Unic leeft voort als naam van de drie blokken met sociale huurappartementen gebouwd aan de lange Nieuwstraat tussen Marktpluin en Vechtstraat. Op 30 juni 1956 opent de Fa. Gebr. De Ruyter, woninginrichting, de deuren op huisnummer 30.

Kraak en Du Commerce
Op 11 juli 1956 volgt café-restaurant en pension J. Kraak op huisnummer 36. Op 30 maart 1957 opent hotel-café-restaurant Du Commerce in een groot pand met onder meer een grote zaal en pensionruimte op huisnummer 2, op de hoek met de Burgemeester Rambonnetlaan. Dit pand is aanvankelijk gepland als onderkomen voor de Schippersbeurs onder leiding van wed.mevr. H. Postema-Zwaak. In de derde aflevering van deze reeks bliken we terug op activiteiten, evenementen en de verdere bebouwing op en rond het Marktpluin.

KRUISWOORDPUZZEL

Horizontaal 1. koude lekkernij; 7. eiland in de Caribische zee; 12. boomsoort; 13. afscheidsgroet; 14. deel van korenhalm; 15. lengtemaat (afk.); 17. losgeraakte naad; 19. natte weke aarde; 21. bekende Nederlandse motorrace (afk.); 22. familielid; 24. verschijnsel aan de hemel; 27. oceaan; 28. zangvogel; 30. plechtige belofte; 31. grote bijl; 32. jongensnaam; 33. bundeltje haar; 35. gewrichtsaandoening; 37. steen; 38. journaaluitzending; 41. Nederlands kanker instituut (afk.); 42. Europese hoofdstad; 44. gespitste mond; 46. morsdoekje; 47. ingeving (plan); 48. bewijs van een behaald examen; 49. telwoord; 50. akelig; 52. rivier in Duitsland; 54. onmiddellijk daarop; 56. zewier; 58. wijde (marge); 61. voormalig tv-programma van Jan Lenferink; 62. openbaar voermiddel; 64. plotselinge regenval; 65. niet flexibel (stijf); 67. Leidse onderwijsinstelling (afk.); 68. jongensnaam; 70. beendervet; 72. voetbalbeker; 73. onderaardse grafkamer; 76. strafwerktuig; 77. tandeloos zoogdier; 78. schaapkameel; 79. zoon van Adam en Eva; 81. gewicht (afk.); 82. smalle ondiepte in zee; 83. roofvogel; 84. deel van hals; 86. deel van een bedrijfskapitaal; 87. loofboom.

Verticaal 1. ijsverkoper; 2. tegenover (afk.); 3. zangstem; 4. god van de liefde; 5. Marokkaanse havenplaats; 6. schaakstuk; 7. beoefenaar van judo; 8. inwendig orgaan; 9. lokspijs; 10. titel (afk.); 11. oud indiaans volk in Mexico; 16. afgemat; 18. hertensoort; 20. vurig strijdpard; 21. Engels telwoord; 23. honingdrank; 25. luthof; 26. Indisch gerecht; 27. groot mastdoek; 29. pooier; 32. verzameling van gedroogde planten; 34. Engels telwoord; 36. tokkelinstrument; 37. bergpapegaai; 39. voormalige Nederlandse kolonie; 40. autotype; 42. vochtblaasje op de huid; 43. iglo; 45. Transit International Routier (afk.); 46. tekstbericht per telefoon (afk.); 51. algemene energieraad (afk.); 53. alstublieft (afk.); 54. oogmake-up; 55. schop; 56. zangstuk uit een opera; 57. wijze van betalen; 59. insect; 60. tot ontstemming prikkelen; 62. alles bijeen geteld; 63. rondtrekkende steppebewoner; 66. scheepstouw aan een mast; 67. jong dier; 69. Nederlandse bridgebond (afk.); 71. platvis; 73. horecagelegenheid; 74. afdelingshoofd; 75. zwemvogel; 78. aangesloten bij een vereniging; 80. jongensnaam; 82. Royal Navy (afk.); 85. bokstern (afk.).

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | | 2 | 3 | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | 9 | 10 | | 11 |
| | | | 12 | | | | 13 | | | | | | 14 | | | |
| 15 | 16 | | 17 | | 18 | | | | | 19 | 20 | | | | 21 | |
| 22 | | 23 | | 24 | | | 25 | | 26 | | | | | 27 | | |
| 28 | | | 29 | | 30 | | | | 31 | | | | 32 | | | |
| | | 33 | | 34 | | 35 | | 36 | | | | 37 | | | | |
| 38 | 39 | | | | 40 | | 41 | | | | 42 | | | | 43 | |
| | | | 44 | | | 45 | | | 46 | | | | | | | |
| 47 | | | | | 48 | | | | | | | 49 | | | | |
| | | | 50 | 51 | | | | | 52 | | 53 | | | | | |
| 54 | | 55 | | | | 56 | | 57 | | 58 | | | 59 | | 60 | |
| | | | 61 | | | 62 | | | 63 | | 64 | | | | | |
| 65 | 66 | | | | 67 | | | | 68 | | 69 | | 70 | | 71 | |
| 72 | | | | | 73 | | | 74 | | | | 75 | | 76 | | |
| 77 | | | 78 | | | | | | 79 | | | 80 | | 81 | | |
| | | | 82 | | | 83 | | | | | 84 | | 85 | | | |
| 86 | | | | | | | | | 87 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 78 | 43 | 29 | 5 | 44 | 35 | 87 | 37 | 85 | 25 | 58 | 65 | 33 | 75 | 42 | 11 | 55 |

Lengerique
Lingerie & Badmode

Cadeaubon
t.w.v. € 25,-
van Lengerique
Santpoort



Mail de oplossing voor
dinsdag 24 oktober naar
puzzel@jutter.nl



125 jaar samenwerken en we leren nog steeds

Sinds onze oprichting in 1898 werken we als coöperatieve bank samen aan steeds betere oplossingen voor iedereen. En dat blijven we doen. Met gastlessen op scholen willen we de kanselijkheid vergroten voor kinderen in kwetsbare wijken in onze regio Amsterdam. Het is voor hen helaas minder vanzelfsprekend om hun talent te ontwikkelen, dan voor kinderen uit andere delen van de stad. In samenwerking met JINC inspireerden we 3500 kinderen over goed omgaan met geld en het plannen van hun toekomst. Ook verenigingen kunnen al jaren op onze steun rekenen. Financieel én met onze expertise over bijvoorbeeld duurzaamheid, sponsoring of ledenbinding. We begeleiden nu 77 verenigingen uit onder andere de sport-, kunst- en cultuursector. Want als zij hun ambities waarmaken, profiteert de hele regio daarvan.

We beseffen dat we er nog niet zijn. Grote veranderingen gaan nooit over één nacht ijs: we leren elke dag van al onze klanten en twee miljoen leden, partners en van iedereen die er anders naar kijkt. Daar zijn we dankbaar voor. Want wij geloven dat we alleen samen steeds betere oplossingen voor elkaar kunnen krijgen.



Ontdek aan welke oplossingen we
nog meer werken op [rabo.nl/impact](https://www.rabo.nl/impact)

125 jaar de coöperatieve Rabobank 



Gwenda op een Valk, nu begint ze aan een uitdaging op de Clipper Stad Amsterdam. Foto: aangeleverd

Gwenda's visuele beperking vormt geen belemmering voor haar zeilavontuur

IJmuiden - Gwenda Wiersma is als echte Friezin vaak in en om het water te vinden; zwemmen, waterskiën, zeilen, ze draait haar hand er niet voor om. Zelfs haar visuele beperking weerhoudt haar niet. Op 18 oktober ging zij een nieuw avontuur aan, ze zal meevaren met de Clipper Stad Amsterdam op een reis van IJmuiden naar Porto.

Gwenda heeft de oogaandoening Leber Congenitale Amaurosis. Dit is een zeldzame genetische oogaandoening die resulteert in ernstig visueel beperkt zicht, vergelijkbaar met het kijken door een nauw rietje.

Desondanks weerhoudt dit Gwenda niet om de uitdaging van een zeereis aan te gaan.

Hoewel de uitdaging op zee voor iemand met haar ervaring in kleine boten een grote stap is, was ze vastbesloten om de kans te grijpen. Haar zeilervaring beperkte zich tot nu toe Friese meren en de Loosdrechtse plassen op valken van 6 meter lang.

Uitdagingen aan boord

Een van de uitdagingen die Gwenda ziet, is het navigeren op een bewegend schip. „Het lijkt me heel lastig qua oriëntatie dat zo'n schip de hele tijd in beweging is en dat je daar dan

overheen moet lopen, ook qua evenwicht.“ De jongeren die mee gaan op reis, moeten ook verschillende werkzaamheden op de boot verrichten.

Aandacht voor kanselijkheid

Met de reis wordt aandacht gevraagd voor kanselijkheid voor jongeren op de arbeidsmarkt. Vooral met een visuele beperking is het moeilijk een baan te vinden: slechts drie op de tien mensen met een visuele beperking die kunnen werken, heeft een betaalde baan. De jongeren zijn woensdag 18 oktober om 17.00 de Stad Amsterdam opgegaan vanaf de Trawlerkade in IJmuiden.



De groep vrijwilligers van de Johanna Louisa is op zoek naar opstappers met een affiniteit met scheepvaart en met name het reddingswerk. Foto: <https://www.knrm.nl/>.

De KNRM PR-reddingsboot Johanna Louisa zoekt vrijwilligers

IJmuiden - Net als alle andere organisaties die naarstig op zoek zijn naar vrijwilligers, is ook het team van het KNRM PR-vaartuig Johanna Louisa op zoek naar vrijwilligers.

Vrijwilliger zijn bij het pr-station Johanna Louisa maakt dat je met een enthousiaste groep van betrokken en gezellige mannen en vrouwen de werkzaamheden van de KNRM kan uitdragen. Bij een groepsontvangst vertellen wij over het werk van de Redding Maatschappij. Van het bijdragen aan het varen met trouwe donateurs, maar ook het definitieve afscheid van een dierbare middels as

verstrooiingen op zee. Hiervoor zoeken zij nieuwe vrijwilligers die ook op doordeweekse dagen beschikbaar zijn. De inzetbaarheid is goed te plannen. Ben je 18 jaar of ouder, dan ben je van harte welkom om kennis te komen maken met de bemanning van de Johanna Louisa. De groep vrijwilligers van de Johanna Louisa is op zoek naar opstappers met een affiniteit met scheepvaart en het reddings-

werk. Maar er is natuurlijk ook onderhoud nodig aan de oude dame. Zo is er voor iedereen wel iets te doen

De Blauwe Doos

Het PR-station Johanna Louisa is te vinden op het KNRM-terrein aan de Haringkade 2 te IJmuiden, daar hebben zij een eigen onderkomen genaamd 'De Blauwe Doos'. Is je interesse gewekt? Kom op woensdagavond gerust langs in De Blauwe Doos of mail voor meer informatie naar secretaris@johannalouisa.knrm.nl.

Verbod op gevaarlijke voorwerpen

Velsen - De afgelopen jaren ziet politie dat steeds meer mensen in Velsen, vooral jongeren, een wapen bij zich dragen. Het gaat hierbij bovendien om steeds jongere personen, de politie treft zelfs 12-jarigen aan met een wapen. Burgemeester Frank Dales vindt dat een zorgelijke ontwikkeling.

In een Burgemeestersbericht verklaart hij: „Het gaat hierbij niet altijd om wapens die verboden zijn op grond van de Wet wapens en munitie. Steeds vaker worden juist gewone gebruiksvoorwerpen als wapen gedragen en gebruikt. Denk aan schroevendraaiers, zakmessen of keukenmessen. Bij deze voorwerpen ontbreekt de juridische grond waarop politie of boa's deze niet strafbare wapens in beslag kunnen nemen, maar die in bepaalde situaties wel als 'wapen' aangemerkt kunnen worden.“

Verbod in heel Velsen

Sinds begin 2022 staat in de Algemene plaatselijke verordening een bepaling met een verbod op gevaarlijke voorwerpen. Dales heeft met ingang van 12 oktober 2023 het gehele grondgebied van de gemeente Velsen voor de duur van twee jaar aangewezen als gebied waar het in de openbare ruimte verboden is om messen, knuppels, slagwapens of andere voorwerpen die als wapen kunnen worden

gebruikt, bij zich te hebben.

Effect

Door deze aanwijzing kan de politie messen en andere voorwerpen die als wapen gebruikt kunnen worden, in beslag nemen en kan de gemeente hier bestuursrechtelijk tegen optreden. Zijn overtreders minderjarig, dan informeert politie of de boa's de ouders en volgt mogelijk een verwijzing naar Bureau Halt.

Toepassing in de praktijk

Deze aanwijzing betekent niet dat iedereen overal onderzocht zal worden op het bezit van gevaarlijke voorwerpen. Dit is alleen mogelijk in combinatie met een aanwijzing van een veiligheidsrisicogebied waarbij de politie preventief kan fouilleren, of in een situatie waarin er aanleiding is om te fouilleren. Bij toepassing van het verbod zijn steeds de aard van de situatie, de concrete gedraging van een persoon en overige feiten en omstandigheden van belang.



De Heerlijkheid Brederode is geopend voor een spectaculair bezoek. Foto: aangeleverd

Bataljon Jagers Nr. 27 op de Heerlijkheid Brederode

Santpoort-Zuid - Zaterdag en Zondag 21 en 22 oktober is iedereen van harte welkom op de Heerlijkheid Brederode voor een spectaculair bezoek. Het Bataljon Jagers Nr. 27 (re-enactment), roept 'allen gezond van lichaam en geest het Vaderland te dienen.' Strijdt u straks mee in de slag om Waterloo?

Het is 1812. De ruïne van Brederode is reeds een attractie voor de gegoede burgerij. In dat jaar heeft Napoleon zich teruggetrokken uit Rusland. Zijn leger is de pan in gehakt en hij is verbannen naar Elba. Hij zal zich hergroeperen en de slag van Waterloo is aanstaand. In Nederland is het Huis van Oranje teruggekeerd uit ballingschap in Engeland en vond het leger in een zeer slechte staat. Om het leger weer op te bouwen, werden er eenheden ter rekrutering uitgezonden, ook naar Haerlem. Zo ook voor het op te richten Bataljon Jagers

van kolonel Perez, dat in november 1812 het nummer 27 toegewezen kreeg. Een bekende plek in de omgeving van de stad is daarom uitgezocht als plaats voor rekrutering. In dit geval de ruïne van Brederode.

Van 11.00 tot 17.00 uur is de bivak open voor het publiek. U krijgt uitleg over het leven van de militairen tijdens de Napoleontische oorlogen (1796-1815). Dagelijks zijn er demonstratie exercities voor publiek, uitleg over het laden in twaalf tempo's, conscriptie, en opname van de militie soldaten in het leger.

'Omweg' en Alma Sola Quartet

Santpoort - Zangeres Britta Maria en pianist Maurits Fondse komen op vrijdag 20 oktober om 20.00 uur in 't Mosterdzaadje Nederlandstalige chansons zingen uit hun succesvolle album 'De Omweg'. Na de pauze is het Franse chanson aan de beurt.

De teksten zijn van onder andere Ivo de Wijs, Jan Boerstoele, Flip Noorman, Jan-Simon Minkema en eigen geschreven teksten. Na de pauze speelt dit duo ontroerende en opzweepende Franse Chansons van Brel, Aznavour, Barbara, Gainsbourg,

Piaf, Montand, Zaz en Pravi. Het Alma Sola Quartet neemt u zondag 22 oktober om 15.00 uur mee op een muzikale reis door de tijd. t Mosterdzaadje, Kerkweg 29. Toegang gratis, bijdrage wordt op prijs gesteld.

CULTUUR IN VELSEN

In Velsen valt veel te doen en te beleven. Ook op het gebied van kunst en cultuur. De gemeente heeft een professioneel podium en telt veel verenigingen en musea met enthousiaste vrijwilligers. Deze zetten wij hier in de schijnwerpers. Cultuur in Velsen verschijnt elke twee weken en is mogelijk gemaakt door Culturele Stichting Velser Gemeenschap, Citymarketing Velsen en gemeente Velsen.

Uitagenda tips

Kijk voor alle evenementen en activiteiten in de gemeente Velsen op www.ijmuiden.nl/uitagenda



The Cinemusic Experience
Stadsschouwburg Velsen - 20 oktober



Buitenrondleiding bunkers
Bunker Museum IJmuiden - 22 oktober



Avontuurlijk Forteiland
Forteiland IJmuiden - 22 oktober



Nacht van de nacht
NP Zuid-Kennemerland - 28 oktober



Motorendraaidag
Zee- en Havenmuseum - 28 oktober



Bourgondische Fietstocht
Gemeente Velsen - 29 oktober

VG-FESTIVAL ORKESTEN

Het VG-festival Orkesten vindt plaats op 4 november, in de Stadsschouwburg Velsen. Tien orkesten presenteren zich met een optreden aan een groot publiek. Het gaat om Big Bands, Amusementsorkesten, Harmonieorkesten, etcetera.

In een afwisselend programma maak je kennis met wat Velsen op het gebied van instrumentale muziek te bieden heeft. Klassieke en populaire muziek, filmmuziek, popmuziek, swing en swingjazz. Evergreens en hedendaagse hits, het komt allemaal voorbij! Loop even binnen tussen 13:30 uur en 19:30 uur en laat je verrassen!

Dit festival wordt georganiseerd door de Culturele Stichting Velser Gemeenschap, ter gelegenheid van het 70-jarig bestaan. Toegang is gratis.

WWW.DEVELSERGEMEENSCHAP.NL



KUNSTENAARS COLLECTIEF VELSEN

De deelnemers van Kunstlijn Velsen op 4 en 5 november zijn beeldend kunstenaars, wonend of werkend in de gemeente Velsen. De samenwerking is bedoeld om elkaar te versterken en de zichtbaarheid te vergroten door -naast ieders individuele activiteiten- collectief aandacht te genereren voor het (nieuw) geproduceerde werk. Door samen te werken over meerdere locaties in heel Velsen, tijdens de Kunstroute Velsen in juni en elk najaar met Kunstlijn Velsen in samenwerking met Kunstlijn Haarlem in november, wordt er een toegankelijk podium gecreëerd ten behoeve van Velsenaren en bezoekers uit omliggende gemeenten.

De centrale expositie vindt dit jaar plaats in de Dudokzaal van het stadhuis in IJmuiden. De disciplines zijn zeer divers, de variëteit groot, de drempel laag voor alle leeftijden en gratis toegang. Daarnaast is elke individuele kunstenaar het hele jaar door, autonoom verantwoordelijk voor eigen activiteiten. Zo heeft Kunstenaars Collectief Velsen naast haar deelname aan BKV ook haar eigen exposities en regels voor toelating tot het KCV.

WWW.BEELDENDKUNSTENAARVELSEN.NL



[beeldend kunstenaars velsen.nl](http://beeldendkunstenaarsvelsen.nl)

Inschrijving amateurtoernooien Tata Steel Chess Tournament

Velsen - Maandag 30 oktober is een belangrijke datum voor schaakliefhebbers. Dan start de inschrijving voor amateurs die willen deelnemen aan het Tata Steel Chess Tournament 2024. Het toernooi vindt van 12 tot en met 28 januari 2024 plaats in Wijk aan Zee, ook dit jaar weer inclusief alle amateurtoernooien.

„We kijken enorm uit naar de 86e editie van ons geweldige schaaktoernooi”, aldus toernooirecteur Jeroen van den Berg. „Wat ons toernooi speciaal maakt, is het feit dat je als amateurschaker zo dichtbij de absolute wereldtoppers je eigen toernooi kan spelen. Dat maakt het 'Wimbledon van het schaken' echt anders dan vele andere toernooien.”

Wie volgt Anish Giri op?

Het deelnemersveld van de wereldtoppers (de Challengers en de Masters) wordt uiterlijk derde week november bekend gemaakt. Van den Berg: „We zijn op dit moment nog druk bezig met het uitnodigen van de topspelers en de geweldige opkomende toptalenten. Dit jaar zal er sowieso een recordaantal dames

meespelen. We staan te popelen om iedereen te vertellen wie er komende editie gaan strijden om de titel en wie er en wie er mogelijk in de voetsporen van Anish Giri zal treden.”

Start inschrijving amateurtoernooien

Inschrijven voor de Weekendvierkampen, de Dagvierkampen en de Tienkampen kan vanaf maandag 30 oktober om 10.00 uur via de website van het Tata Steel Chess Tournament: www.tatasteelchess.com. Aanmeldingen worden op volgorde van binnenkomst behandeld.

Pijnlijk verlies voor VSV



Pupil van de week Benjamin Hessling nam zijn voetbal met handtekeningen wel met genoeg in ontvangst. Foto: aangeleverd

Velserbroek - De doelstellingen voor VSV zijn duidelijk voor dit seizoen. De zaterdag 1 gaat weer voor handha-

ving in de 3e klasse en de zondag 1 wil zich weer gaan mengen in de strijd voor promotie naar de 2e

klasse. Voor beide ploegen gold dat winst op respectievelijk Fortuna Wormerveer en SSA-SJO VV Egmond daarbij een stap in de goede richting zou zijn, maar beide ploegen faalden jammerlijk.

De zaterdag 1 leek op de goede weg te zijn want stond met rust 0-1 voor (doelpunt Justin Kunst), waarbij de tegenstander al vroeg, wegens een rode kaart, met 10 man kwam te spelen. Ondanks de vele kansen was het toch de tegenstander die kort na rust voor de 1-1 en 2-1 zorgde. Wesley van de Wal wist met de 2-2 de stand gelijk te trekken, maar vlak voor het einde lukte het Fortuna om de overwinning binnen te slepen. (3-2). Over de zondag 1 kunnen we kort zijn want door een totale off-day kwamen zij er met een 0-5 nederlaag er nog genadig af. Voor aankomende week staat voor dit team een bekerwedstrijd uit tegen Arsenal gepland en na een vrij weekend treden zij op 29 oktober uit tegen Sporting Krommenie aan. De zaterdag 1 zal het de dag ervoor thuis tegen Beverwijk gaan opnemen. Man of the match Haye Kamstra kon niet zo genieten van zijn uitverkiezing maar pupil van de week Benjamin Hessling nam zijn voetbal met handtekeningen met genoeg in ontvangst.

DCIJ-nieuws: Opmerkelijk gelijkspel levert koppositie op

IJmuiden - Bij het damspel is remise een gebruikelijke uitslag. Vaak blijven wedstrijden tussen spelers van hetzelfde niveau onbeslist. De kans dat er bij tientalwedstrijden geen enkele beslissing valt is echter te verwaarlozen. Daarbij staat Damclub IJmuiden (DCIJ) niet bekend om zijn salomremises: er wint altijd wel iemand en meestal is er ook een verliespartij te noteren. In de thuiswedstrijd van DCIJ tegen DIOS/Eureka uit het Limburgse Hoensbroek gebeurde echter een wonder: alle partijen eindigden in remise. Daarmee sneden de IJmuidenaren zichzelf in de vingers.

Een kleine tegenvaller was de remise van Ivo de Jong, die zijn aanval zag stranden. Invaller Jan-Maarten Koorn nam geen risico en haalde met wat ruilen alle spanning uit zijn stand. Daarna leek nester Kees Pippel voor een voorsprong te zorgen. Nota bene in zijn geliefde eindspel zag Pippel echter spoken en zette hij zijn dam op het verkeerde veld. Voorzitter Max Doornbosch nam daarna een remisecombinatie tegen oud-wereldkampioene Kamycheleva, waar hij beter

zijn positievoordeel had kunnen verzilveren. Cees van der Vlis en Krijn ter Braake bleven koelbloedig in een lastige stand. Jesse Bos had veel terreinvoordeel, maar het was niet genoeg voor winst. Hetzelfde overkwam Bram van Bakel. Nog steeds was er hoop voor DCIJ. Martin van Dijk kwam in tijdnood echter niet meer tot een winstplan en captain Stijn Tuijtel (foto) had de winst binnen handbereik, maar faalde in de afwerking. Door puntverlies van de

concurrentie heeft DCIJ echter op doelsaldo de koppositie veroverd.



Tuijtel had de winst binnen handbereik maar faalde in afwerking. Foto: aangeleverd



Derby van Racing Beverwijk: Akrides wint met 85-66

IJmuiden - De heren van Akrides hebben afgelopen zaterdagavond in Sporthal IJmuiden-Oost de derby tegen Racing Beverwijk overtuigend met 85-66 gewonnen.

Topscoorer voor Akrides werd Lars Koster met 21 punten en 9 rebounds. Rik Wessels kwam door met vijf driepunters en liet 17 punten noteren. Maar de mooiste statsline was voor power forward Dexter Esajas die kwam tot 12 punten, 9 rebounds, 6 assists, 2 steals en 1 block. Bij Racing Beverwijk scoorde ex-Akridesser Lennart Meijland 20 punten.

Akrides begon voortvarend aan de wedstrijd en speelde de gehele eerste helft attractief basketbal. Het was voor Rik Wessels in het openingskwart drie keer prijs vanuit driepuntland en Akrides had na de eerste tien minuten een voorsprong van 26-15. In het tweede kwart scoorden beide teams gemakkelijk en met rust was er een stand van 47-35 bereikt. Hoogtepunt van het

tweede kwart was een four point play van shooting guard Laurens de Vilder. Na de pauze in het derde kwart werd door Akrides de voorsprong uitgebouwd tot van 73-52 na drie gespeelde kwarten. Zes verschillende Akridessers kwamen tot scoren waarvan Lars Koster met zeven punten het meest productief was. In het vierde en laatste kwart werd de overwinning definitief veilig gesteld. Debutant Quinten Mooij bepaalde met een vrije worp de eindstand op 85-66. Aanstane zaterdag speelt Akrides wederom een thuiswedstrijd en tegenstander voor de NBB Beker is dan Cangeroes uit Utrecht. De wedstrijd in Sporthal IJmuiden-Oost begint om 20.00 uur. Verslag: Archibald Akerboom, foto: Erik Schlatmann



Eindstand werd 3-1. Foto: aangeleverd

SVIJ Rauw aan Zee

IJmuiden - Iedere voetballer in IJmuiden groeit op met de beginselen van het voetballen met harde wind, dus kop in de wind, korte mouwen en vooral tegen de wind de bal laag houden en ook met wind mee druk zetten en combineren.

SVIJ ging hier beter mee om dan de gasten uit Zwanenburg. In de 42ste minuut wist SVIJ het overwicht met een goal te belonen. Een corner van Kevin van Leeuwen werd prima ingekopt door Mitchell Geeven. Dit betekende een 1-0 ruststand.

Tegen de wind in bleef Zwanenburg de lange bal spelen, dit was niet de juiste strategie, want hierdoor kon SVIJ onder aanvoering van Robin Ulehake telkens de bal veroveren. In de 56ste minuut was het wederom raak en kon SVIJ na een aanval uit het boekje, opgezet door Hassan Alikiali en snel doorspelen van Barzilay en Geeven via Mevlut Güntürk de 2-0

bijschrijven. SVIJ werd slordig en zo kwam na een aanval van Zwanenburg de 2-1 op het scorebord. SVIJ was het even kwijt maar uiteindelijk ranselde man of the match keeper Remy Heruer de ballen uit zijn goal.

Na een dieptepass van Damian van Leeuwen brak Raymond Mutebi door. Hij hield overzicht en vond Kevin van Leeuwen die de 3-1 eindstand binnenschoot. Een weekje rust en dan weer thuis en nu tegen De German/Eland. SVIJ 2 boekte een mooie 3-2 overwinning op Hillegom 2 door goals van Martijn van Osch en 2 x captain Damon Nijland.



Lijf & gezondheid

Lees je fit!

Bewegen Voeding Psyche Medisch | Zorg Uiterlijk Mode oktober 2023



Maakt geld echt niet gelukkig? En waarom dan?

Steeds meer mensen hebben moeite om in financieel opzicht het hoofd boven water te houden. Volgens het Centraal Planbureau zullen volgend jaar in Nederland ongeveer een miljoen mensen onder de armoedegrens leven.

Die groep bestaat dan voor ongeveer 230.000 mensen uit kinderen. Grofweg kun je stellen dat iemand in Nederland die alleen woont en minder dan 1550 euro per maand te besteden heeft, in armoede leeft. Een oud gezegde leert ons dat geld niet gelukkig maakt. Maar is dat daadwerkelijk zo? Wetenschappers menen juist dat geld wel gelukkig maakt. Maar dat geldt slechts in bepaalde mate. Het heeft allemaal te maken met mindset. Geldstress kan zorgen voor een gedragsverandering. Nu steeds meer mensen met geldstress kampen, zou je denken dat men de financiën strakker in het oog houdt. Dat men nog beter nadenkt over het doen van bepaalde uitgaven. Maar het tegendeel blijkt waar te zijn. Een gebrek aan geld zorgt voor een vorm van stress die onze hersenen anders laat werken. Eigenlijk komt het er kort gezegd op neer dat we juist de dingen doen die we beter niet zouden kunnen doen. Door deze vorm van stress zijn je hersenen minder goed in staat om na te denken over de lange termijn. Normaal gesproken weet je dat het verstandig is om wat geld achter de hand te houden voor noodgevallen. Die wasmachine of koelkast, die het opeens begeeft. Die auto-reparatie, die een stuk duurder uitvalt dan

je had begroot. Kortom, een appeltje voor de dorst, dat je zo nu en dan echt goed kunt gebruiken. Maar doordat we geldstress ervaren, kunnen we ons minder goed op deze zaken focussen. We laten het dus eigenlijk een beetje op zijn beloop. Tegelijkertijd blijken we in deze omstandigheden juist sneller de behoefte te hebben om onszelf op de korte termijn wat extra te verwennen. Noem het maar een troostaankoop. Je wilt jezelf wat minder naar voelen en je financiële zorgen even vergeten. Dat gaat beter als je iets leuks hebt om van te genieten, zoals een nieuw kledingstuk of een nieuw meubel. Dus eigenlijk kiezen we ervoor om geld te gaan uitgeven dat we eigenlijk niet goed kunnen missen.

Je administratie op orde

Minder geld uitgeven heeft voor een groot deel te maken met het weerstaan van verleidingen. Het is belangrijk om goed inzicht te hebben in je eigen bestedingspatroon en in je financiën. Zet daarom eens alles goed op papier. Op de computer kun je met behulp van Excel heel simpel een overzicht maken van je inkomsten en uitgaven. Zo'n overzicht hoeft je niet eens zelf te bedenken, je kunt

een kant-en-klare versie downloaden van het internet, bijvoorbeeld hier. Ook kun je een app als Tellow, You Need a Budget (YNAB) of Spendee gebruiken. Als je jouw financiële administratie alleen maar in je hoofd hebt, zie je vaak dingen over het hoofd. Bij het kopen van die nieuwe jas kijk je immers alleen maar naar het totale beschikbare saldo. Maar daar moet nog van alles van worden betaald. Maak een planning voor de langere termijn, waarbij je precies aangeeft wanneer je wat kunt kopen. Houd altijd rekening met onvoorziene uitgaven. Banken bieden vaak de mogelijkheden om je rekening op te delen in verschillende spaarpotjes. Hierdoor wordt sparen eenvoudiger gemaakt. Als het geld al een bepaald label heeft meegekregen, ben je minder snel geneigd om het voor iets anders te gaan gebruiken. Een ander interessant punt is het herkennen van bepaalde patronen in je gedrag. Heb je iets gekocht? Schrijf dan in een schrift op wat je precies deed. Op welke dag deed je de aankoop? En op welk tijdstip? Hoe waren de weersomstandigheden? Was je alleen of in gezelschap? Beschrijf zo veel mogelijk details over het moment van aankoop. In welke stemming was je? Welke muziek hoorde je? Al dat soort dingen kunnen een rol spelen. Door de situaties over een langere periode met elkaar te vergelijken, ontdek je in welke situaties je sneller geneigd bent om geld uit te geven. Die situaties kun je vervolgens gericht gaan vermijden om geld te besparen.

Wat doet rijkdom met je hersenen?

In eerste instantie lijkt het hebben van geld

een positief effect op onze hersenen te hebben. Immers, als je geld verdient, dan stimuleert dat de afgifte van dopamine, een neurotransmitter die geassocieerd wordt met genot en beloning. Hierdoor kun je gevoelens van tevredenheid en geluk ervaren. De keerzijde is echter dat je steeds meer geld moet verdienen om dezelfde beloningskick te ervaren. In dat opzicht zou je rijkdom kunnen vergelijken met drugs. Maar meer geld kan ook zorgen voor gevoelens van stress en angst. Bijvoorbeeld de angst voor financiële tegenslagen. Je kunt er zelfs depressief van worden. Daarnaast liggen ook gevoelens van jaloezie op de loer. Je gaat jouw eigen (financiële) succes meten met dat van je concurrenten en daardoor ben je eigenlijk niet meer goed in staat om te genieten van je geld. Bovendien komen mensen met veel geld vaak in een sociaal isolement terecht en ook dat is uiteraard niet bevorderlijk voor je mentale welzijn. De bewering dat geld niet gelukkig maakt vindt hier zijn oorsprong. Het omgekeerde is echter ook waar: geen geld maakt vaak ook niet gelukkig, omdat mensen zonder geld vaak niet in staat zijn om optimaal deel te nemen aan de maatschappij. Ze kunnen zich geen vakanties veroorloven, ze eten minder gezond en ze hebben vaak ook minder sociale contacten. Daar kan ook nog een gevoel van schaamte bijkomen en dit alles heeft zijn weerslag op het brein. Zoals bij veel zaken geldt ook hier dat de gulden middenweg wellicht de beste is. Niet met extreme rijkdom, maar met een modaal inkomen ben je waarschijnlijk het snelst gelukkig.

Ongemerkt krijgen we veel te veel zout in ons lichaam



Hoe vaak ga jij naar de kapper...?

Help! Ik heb ribbels op mijn nagels!

Een hartaanval: de oorzaken, gevolgen en risico's duidelijk uitgelegd

Wist je dat je ongemerkt een hartaanval kunt krijgen? Meestal denken mensen bij een hartaanval aan een situatie waarbij ze last krijgen van acute pijn op de borst, problemen krijgen met de ademhaling en vrij snel daarna in elkaar zakken.

Maar dat hoeft helemaal niet zo te zijn. Er kan inwendig van alles gebeuren met zeer schadelijke gevolgen, zonder dat je zelf beseft dat er feitelijk sprake is van een hartaanval. Het vervelende van die situatie is dat je meestal ook niet (direct) medische hulp inschakelt, waardoor ernstige schade kan ontstaan in je lichaam.

Wat is een hartaanval precies?

Een hartaanval is de situatie die ontstaat wanneer de bloedtoevoer naar (een deel van) het hart wordt geblokkeerd. Meestal gebeurt dit doordat zich in de bloedvaten een bloedstolsel bevindt. Wanneer het bloed het hart niet meer kan bereiken, krijgt het hart dus ook geen zuurstof en voedingsstoffen meer. Het gevolg is dat het hartspierweefsel snel zal afsterven, met alle gevolgen van dien. Dit verklaart waarom een hartaanval levensbedreigend is. De kransslagaders zijn de bloedvaten die voor de toevoer van bloed naar het hart zorgen. Als in deze kransslagaders een vernauwing optreedt, vormt die een gevaar voor de bloedtoevoer. Zo'n vernauwing is meestal een zogenaemde atherosclerotische plaque en bestaat uit vetten, cholesterol en andere stoffen die zich in de loop van de tijd kunnen ophopen. Vervolgens kunnen er twee dingen gebeuren. Ofwel, de vernauwing neemt dusdanige vormen aan dat het bloedvat uiteindelijk geheel dichtslibt, ofwel de plaque scheurt, waardoor de inhoud vrijkomt en een stolling ontstaat, die als het ware een acute afsluiting veroorzaakt.

Verschillen tussen mannen en vrouwen

Mannen en vrouwen ervaren meestal niet dezelfde symptomen wanneer er sprake is van een hartaanval. Mannen spreken doorgaans van een intense, drukkende pijn op de borst die aanvoelt als zeer beklemmend. Deze pijn kan uitstralen naar de armen (meestal de linkerarm), de nek, de kaak of de rug. Ook kan er sprake zijn van misselijkheid en/of braken. Verder is er vaak sprake van een gevoel van duizeligheid en van kortademigheid (benauwdheid). Bij vrouwen is het in eerste instantie vooral een ongebruikelijke extreme vermoeidheid die ze ervaren. Die kan zich al dagen of zelfs weken voorafgaand aan de feitelijke hartaanval openbaren. Ook vrouwen krijgen last van pijn in de borststreek, maar meestal minder beklemmend als bij mannen het geval is. Wel melden vrouwen vaak pijn in de rug, kaak of nek. Misselijkheid, braken en buikpijn komen bij vrouwen met een hartaanval gemiddeld vaker voor dan bij mannen.

Video

Een grafische weergave zegt vaak veel meer dan woorden. Daarom heeft de Universiteit van Nederland een video gemaakt waarin de oorzaken en gevolgen van een hartaanval uitgebreid worden belicht. Met behulp van een animatie en een opstelling met een slang wordt getoond hoe een hartaanval ontstaat. Zo krijg je als kijker een goed beeld van de werking van het hart en de risico's die je loopt wanneer je er een ongezonde leefstijl op nahoudt.

Hoe vaak ga jij naar de kapper...?

Kijk eens wat vaker in de spiegel van de kapper. Het is niet zomaar een tekst, het zijn de woorden waarmee de kappersbranche jarenlang adverteerde om klanten te werven. Maar er zit wel een kern van waarheid in die woorden, want over het algemeen laten we ons kapsel niet voldoende tijd verzorgen. Onderzoek wijst uit dat we gemiddeld eens in de drie maanden een bezoek aan de kapper brengen. Maar afhankelijk van je haartype zou dat best enkele malen per jaar extra mogen gebeuren. Waarom? Dat leggen we je hieronder uit.

De meest ideale frequentie voor jouw kappersbezoek hangt op de eerste plaats af van het type haar en het kapsel dat je graag wilt hebben. Sommige kapsels hebben nu eenmaal meer verzorging nodig. Kies je bijvoorbeeld voor een pony, dan zul je veel sneller een volgend bezoek aan de kapper moeten inplannen, dan wanneer je geen pony hebt. Ook wanneer je kiest voor een kort kapsel, moet je rekening houden met een regelmatige gang naar de kapsalon. Eens in de vier weken kun je dan als modus aanhouden. Bij langer haar is het prima om zes tot acht weken te wachten met de volgende knipbeurt. En heb je kroeshaar, dan hoef je het haar eigenlijk maar eens per jaar te laten knippen. Daar staat dan wel weer tegenover dat dit haartype tussentijds veel meer verzorging vraagt.

Haardikte

Ook de dikte van het haar speelt een rol. Mensen die halflang haar hebben, maar van nature een dikkere haardos, kunnen twee tot drie maanden wachten voordat ze het opnieuw laten knippen. Heb je daarentegen fijn haar, dan is het aan te bevelen om niet langer dan zes weken te wachten. Ook wanneer je het haar in laagjes laat knippen of wanneer je een bob als kapsel hebt, kun je de termijn van zes weken aanhouden. Heb je een weelderige bos krullen? Dan volstaat het om eens per drie maanden naar de kapper te gaan. Verder is het natuurlijk geheel afhankelijk van je eigen specifieke voorkeuren. Misschien ben je uitgekeken op je kapsel en wil je iets totaal anders? Een nieuw model of een nieuwe kleur? Laat je niets aanpra-

ten en overleg altijd met de kapper welk kapsel bij jou past.

Beschadigd haar

Je hoofdhaar heeft van nature een duidelijke functie. Het beschermt je schedel tegen de brandende zon en het zorgt ervoor dat je de juiste temperatuur in je lichaam kunt vasthouden. Maar ons kapsel heeft het in de loop van ons leven soms zwaar te verduren. We gaan door weer en wind en de weersinvloeden op de kwaliteit van ons haar zijn soms heel goed merkbaar. En wat te denken van het zeezout, als we gaan zwemmen aan het strand? Ook doen we zelf van alles met ons haar, waardoor de kwaliteit aangetast wordt. Kleuringen en het gebruik van hete stylingtools zijn niet bevorderlijk voor een mooi kapsel. Als vuistregel kun je aanhouden dat je bij beschadigd haar het beste elke maand een keer naar de kapper kunt gaan.

Haargroei

De snelheid van onze haargroei wordt afgeremd als we het haar niet voldoende tijd laten knippen. Met andere woorden: door het kappersbezoek uit te stellen, groeit je haar minder snel. Maar tegelijkertijd krijg je wel meer last van dode of gespleten haarpunten. Gemiddeld besteden we op jaarbasis enkele honderden euro's aan kappersbezoeken. Dat komt neer op de prijs van een auto uit de middenklasse, als je de bedragen gedurende je hele leven bij elkaar optelt. Maar daarvoor heb je dan wel een leven lang een goed kapsel. Dat is wel wat waard, toch?

advertorial

MEDISCH

Bent u al klaar voor de medische toekomst?



HUISARTSENPRAKTIJK
WESTBROEKERPLAS

Begin dit jaar berichtte wij u al over de Toekomst Bestendige Huisartsenzorg. Waarom men er in de medische Wereld over begon en hoe dit vorm krijgt. Graag nemen wij u in deze Zorgspecial mee naar mogelijk toekomstige oplossingen. In ieder geval op het gebied van de huisartsenpraktijk.

Iedereen krijgt op enig moment met medische zorg te maken. Echtgenoot, vader of moeder, broer of zus of een goede vriend of zelf word je ziek. Je krijgt te maken met emoties en komt in de medische molen terecht. Al snel valt op dat niet alles altijd even soepel verloopt. Je krijgt te maken met gehaaste verpleegkundigen, specialisten met jargon waar je niet veel van snapt, of een praktijk waarbij er 12 wachtenden voor je zijn. Helaas is dit veel gehoord in Nederland.

En tóch is het de ijzige werkelijkheid. Eind 2022 waren er 67.000 vacatures in de zorg. Dat zijn een heleboel werkplekken die in verpleeghuizen, verzorgingshuizen, ziekenhuizen en ook huisartsenpraktijken niet worden opgevuld. De spanningen lopen op en mensen hebben het idee dat ze niet serieus genomen worden. En geloof mij, ik maak het momenteel zelf mee. Gelukkig ben ik zelf gezond maar een van mijn naaste familieleden niet. Dus ook ik word er mee geconfronteerd!

Gelukkig zijn er ook diverse initiatieven waaronder het initiatief 'Meer Tijd Voor Patiënten'. Dit houdt in dat de

zorgverzekeraars de zorgverleners willen ondersteunen met financiële middelen om meer tijd voor patiënten te kunnen uittrekken. Maar ook met onderwijs voor zorgverleners, zodat zij de patiënten efficiënter kunnen helpen. Als huisartsenpraktijk zijn wij nu ook aangesloten met de Zorggroep in de regio bij een organisatie die op korte termijn helpt als er bijvoorbeeld een doktersassistente ziek wordt. Zij kunnen dan op afstand geheel of gedeeltelijk de telefoon voor ons opnemen en uw medische vraag beantwoorden. Deze initiatieven vallen allemaal onder de noemers 'Toekomst Bestendige Huisartsenzorg' en 'Meer Tijd voor Patiënten'.

Als huisartsenpraktijk Westbroekerplas willen wij een steentje bijdragen. Daarom zijn wij met onze huisartsenpraktijk aangesloten bij MijnGezondheid.net en nemen wij alle extra modules bij onze software leverancier af, om het u als patiënt zo gemakkelijk mogelijk te maken. Bij een oppervlakkige klacht hoeft u bijvoorbeeld niet naar de praktijk te komen. U kunt zelf een beeldbel afspraak inplannen in ons systeem om bijvoorbeeld vanaf uw werkplek met een van onze huisartsen in gesprek te gaan. U moet u wél eerst met uw digiD aanmelden bij MijnGezondheid.net om het veilig te houden. Met een computer of tablet is dit snel geregeld en volledig gratis! U kunt binnen dit systeem ook korte medische vragen stellen en chronische medicatie herhalen.



Bent u niet bij ons ingeschreven? Vraag uw eigen huisarts welk systeem zij hiervoor gebruiken. Veel huisartsenpraktijken hebben hetzelfde of een soort systeem.

Op naar de toekomst!

Huisartsenpraktijk Westbroekerplas westbroekerplas.nl



Met de app MedGemak regelt u zorgzaken nog sneller!

De app MedGemak helpt u bij het optimaal regelen van uw zorgtaken. Zo heeft u via uw smartphone 24/7 inzicht in uw medicatie en bestelt u deze direct online. MedGemak is een aanvulling op het patiëntenportaal MijnGezondheid.net.



ALLES OVER MEDGEMAK

Help! Ik heb ribbels op mijn nagels!



De nagels op de toppen van je vingers dienen ter bescherming van de zenuweinden in de handen. Daarnaast hebben ze nog een tweede belangrijke functie: we kunnen ermee krabben! In principe zijn de nagels onder normale omstandigheden mooi glad en egaal van kleur.

Maar net zoals onze huid verliezen ook onze nagels in de loop der jaren vocht, waardoor ze kunnen gaan rimpelen. Die rimpels lopen altijd in de lengte van de nagel, dus in dezelfde richting als de vinger loopt. Niets om je zorgen over te maken, het is de normaalste zaak van de wereld! Toch kan een geribbelde nagel wel degelijk een indicator zijn dat er elders in je lichaam iets mis is. Vooral wanneer ook de kleur van de nagel afwijkt of wanneer de ribbels overdwars lopen in plaats van in de lengte, is het goed om dit niet te negeren.

Groeisnelheid

Het zal je vast wel eens opgevallen zijn dat de nagels aan je vingers sneller groeien dan die aan je tenen. Over de redenen hiervoor lopen de meningen uiteen. Een plausibele verklaring is dat de nagels van je vingers vrijwel continu aan zuurstof blootgesteld worden, terwijl dit voor de nagels van je tenen vaak niet het geval is. Onder invloed van het aanwezige zuurstof zouden nagels sneller groeien, zo luidt de veronderstelling. Anderen menen echter dat de snelheid van het groeien van je nagels erfelijk bepaald is en dat de aanwezigheid van veel of weinig zuurstof er dus geen invloed op heeft. Feit is in elk geval dat een nagel aan een vinger ongeveer twee tot drie millimeter per maand groeit. In drie tot zes maanden tijd kan een nagel aan een vinger dus volledig vervangen zijn. Voor een teennagel is acht tot twaalf maanden tijd nodig voordat die volledig is vervangen.

Kleur

Soms ontstaan er witte vlekken op je nagels.

Jarenlang werd gedacht dat die vlekken duiden op een calciumgebrek in je lichaam, maar die theorie is inmiddels achterhaald. Witte vlekken op nagels zijn meestal gewoon het gevolg van kleine beschadigingen. Vergelijk het maar met een vlek op de huid nadat je ergens een wondje hebt gehad. Na verloop van tijd zal zo'n witte vlek op je nagel weer verdwijnen. Als echter de hele nagel wit ziet, kan dat duiden op problemen met de bloedsomloop. Mogelijk heb je onvoldoende rode bloedlichaampjes in je bloed, maar het is ook niet ondenkbaar dat een hartziekte of een aandoening aan de lever deze witte kleur veroorzaakt. In dat geval is het zinvol om de huisarts te raadplegen. Ook als de nagels zwart, groen, blauwachtig of dieprood kleuren, duidt dit vaak op een ernstige onderliggende aandoening. Alarm, dus!

Ribbels overdwars

Zoals gezegd zijn ribbels in de lengte van de nagel over het algemeen niet verontrustend. Het is meestal gewoon een teken van ouderdom. We spreken dan over longitudinale groeven, die zowel op de nagels van de vingers als van de tenen kunnen ontstaan. Echter, ribbels overdwars, ook wel transversale groeven genoemd, komen niet zo vaak voor. Als je die ziet ontstaan, is het goed om hierover contact op te nemen met je huisarts. Het is bijvoorbeeld mogelijk dat deze groeven een voorbode zijn van de huidziekte psoriasis, maar ook een groeistoornis zou er de oorzaak van kunnen zijn, mogelijk in combinatie met een vaatziekte of ongecontroleerde diabetes.



Traplopen is de perfecte manier om in conditie te blijven

Wil je wat aan je conditie gaan doen, maar weet je niet hoe je moet beginnen? Ga dan traplopen! Dat is een zeer eenvoudige, laagdrempelige maar uiterst effectieve manier van trainen. Het is namelijk niet alleen een manier om je conditie te verbeteren, maar tegelijk ook een krachttraining. Door trappen te lopen, beweeg je namelijk tegen de zwaartekracht in en daar heb je kracht voor nodig.

Traplopen is een vorm van trainen die voor iedereen eenvoudig toe te passen is. Bijna iedereen heeft wel een trap in huis. Zo niet, dan kun je in de openbare ruimte meestal voldoende trappen vinden om je op uit te leven. Wel even goed opletten dat je daarbij niemand hindert, natuurlijk! Mensen die in een appartementengebouw wonen, hebben vaak een trappenhuis dat ze in staat stelt om meerdere etages direct na elkaar te beklimmen. Dat zijn ideale plekken om flink aan je conditie te trainen. Je kunt overigens ook zelf een traplopmachine aanschaffen. Dat is een speciaal fitnessapparaat, dat werkt als een eindeloze trap. Het stelt je in staat om binnen je eigen woning, buiten het zicht van derden, aan traplopen te doen. Zo'n apparaat kan wel wat prijzig zijn, maar je zult er veel plezier van beleven. Een andere optie is natuurlijk om een abonnement af te sluiten bij een sportschool met een dergelijk toestel in huis.

Hartslag

Door trappen te lopen, versnelt je hartslag. Door de kracht die je moet zetten om je lichaam omhoog te tillen, zal dat versnellen al in een relatief vroeg stadium optreden. Dat heeft nogal wat voordelen. Je zorgt er hiermee bijvoorbeeld voor dat je longen zwaarder belast worden. Het effect hiervan is dat je uiteindelijk beter in staat bent om een grotere hoeveelheid zuurstof te verwerken tijdens intensieve inspanning. Misschien heb je in het verleden wel eens deelgenomen aan de Cooper test. Deze test, ontwikkeld door de Amerikaanse legerarts Kenneth Cooper, biedt inzicht in de basisconditie van de deelnemer. Hoe groter de afstand is die iemand in twaalf minuten tijd kan afleggen, hoe beter diens conditie is. Ook dit heeft

te maken met de hoeveelheid zuurstof die iemand kan verwerken.

Variaties

Het traplopen kun je op allerlei manieren uitvoeren. Wanneer je beschikt over een traplopmachine of op een openbare plek een hele lange trap kunt beklimmen, is het eenvoudig om gedurende een bepaald aantal seconden of minuten te blijven klimmen. Heb je die mogelijkheid niet, dan zul je steeds kleine stukjes op en neer moeten gaan. Zelfs bij de neerwaartse beweging beweeg je nog voldoende om je conditie een flinke oppepper te geven. Dat komt omdat gedurende het traplopen de hartslag verhoogd blijft. Wil je nog intensiever trainen, dan kun je bijvoorbeeld niet één maar twee traptreden tegelijk nemen bij elke stap, of het traplopen uitvoeren in een zijwaartse beweging. Het is wel aan te raden om het traplopen geleidelijk op te bouwen. Vooral wanneer je ongetraind bent, kan het een te zware belasting ineens zijn. Begin dus bijvoorbeeld met vijf minuten totaal per dag, schakel na twee weken over op zeven minuten en werk zo verder tot bijvoorbeeld een kwartier.

Calorieën verbranden

Door trappen te lopen verbrand je veel calorieën. Wanneer je een uur aan één stuk trappen op zou lopen, komt dat neer op een calorieverbranding van 560 kilocalorieën (Kcal). Let wel, dit is een gemiddelde waarde, de werkelijke hoeveelheid is afhankelijk van je eigen lichaamsgewicht. Traplopen is in elk geval een goede methode om wat overtollige kilo's kwijt te raken. Je hebt aan vijftien minuten traplopen genoeg om net zo veel calorieën te verbranden als tijdens een half uur joggen!

ATTENTIE! BREAKING NEWS!

Leerlingen/studenten gezocht!

Ben je niet op je mondje gevallen?! En heb jij zin om bij ons het vak te leren? Dan zoeken wij JOU!

Een juiste mindset, is de key tot succes!

Wil je meer info over onze organisatie en visie?
Bel naar de praktijk op nummer 0255-520 035.

Joel, maakt graag tijd voor je vrij voor een kennismakingsgesprek.

Contact en/of solliciteren is met uiterste discretie!

Groetjes van ons Praktijktteam.

Voor de complete vacature kijk op kunstgebitservice.info/vacature

Tandprothetische praktijk J. Stoops
Planetenweg 52, 1973 BH IJmuiden
0255-520 035
www.kunstgebitservice.info



Investeer in je lichaam!

- Sporten met 100% resultaat
- Resultaatgarantie
- Jouw doel is onze passie
- Persoonlijke aanpak en gezelligheid!

PT30: halfuur intensief trainen voor méér resultaat in minder tijd, 1 op 1 begeleiding.

GRATIS DAGPAS

Scan de QR-code



Galle Promenade 66 • Velsbroek • 06-43096808 • info@ptf-by-jon.nl

Healing Touch Praktijk voor behandeling op maat

Madeleine Sluis is met reden trots op de nieuwe ruimte waar Healing Touch Praktijk is gevestigd. „Een echte praktijkruimte, zo fijn!“ Daar geeft ze diverse massages en energitherapie. Op maat. Want de ene mens is de andere niet en iedereen heeft zo de eigen behoeftes. Je bepaalt zelf welke soort massage je wilt, waarbij je vrij bent te combineren met verschillende massage onderdelen. En dat is best uniek.

Madeleine zegt: „Je kunt bijvoorbeeld kiezen voor een half uur ontspanningsmassage met een kwartier gezicht- of voetmassage. Of alleen een rug-schouder-nek massage van drie kwartier.

LaStone Therapie

Heel bijzonder is de LaStone Therapie. Hierbij wordt met behulp van warme stenen en energiewerk een diepere verbinding tussen lichaam, geest en ziel gemaakt. Er vindt een diepe, reinigende en stimulerende behandeling van het lichaam plaats waarbij de energiedoorstroming in het lichaam wordt hersteld. LaStone Therapie werkt ontgiftend, stimuleert de orgaanfuncties en de stofwisseling en activeert het zelf-herstellend vermogen van het lichaam. Daarnaast ondersteunt het alle niveaus van healing omdat alle energieën in harmonie met elkaar komen.

Healing Touch Praktijk onderscheidt zich ook door het aanbod van massages en oliën uit meerdere culturen, met verschillende uitwerkingen op fysiek én psychisch vlak. Ook de te gebruiken etherische oliën kun je zelf uitkiezen. Buiten dit alles is Madeleine ook een heel sympathiek en spontaan mens. Plezierig om je lichaam en geest aan toe te vertrouwen en als herboren de deur uit te stappen. Iets om jezelf te gunnen, zo'n massage op maat. En u zijn twee leuke kortingsacties tot 31 janu-

ari 2024: 25% korting bij een eerste bezoek op alle massage varianten en 10 euro korting bij een waardebon naar keuze.

Er wordt alleen op afspraak gewerkt. Gele Helmbloem 1 in Velsbroek. 06 34 57 37 36 of info@healingtouchpraktijk.nl. Kijk vooral even op de website: www.healingtouchpraktijk.nl.



Foto aangeleverd.

Vrijwilligers: onmisbaar in de zorg

Stichting SIG ondersteunt mensen met een beperking en/of autismeverwante stoornis in Midden- en Zuid-Kennemerland. Er werken betrokken professionele medewerkers, die instromen met of zonder zorgachtergrond. Samen wordt de kwaliteit van leven van de cliënten centraal gesteld, in alles wat ze doen.

Ook vrijwilligers zijn onmisbaar. Zij zorgen voor het vervoer van cliënten naar de dagbesteding, helpen bij groepsactiviteiten of gaan als persoonlijk 'maatje' met cliënten op stap. SIG en partnerorganisatie STG Vrijwilligershulp & Mantelzorg organiseren samen de inzet van vrijwilligers. In totaal zijn er bij de SIG 200 vrijwilligers actief.

Woonvoorzieningen

In de woonvoorzieningen van de SIG, verspreid tussen Heemstede, Haarlem, Heemskerk en Heiloo, wonen cliënten in een eigen studio of appartement, met 24/7 begeleiding/zorg op maat. In de gemeenschappelijke woonkamers organiseren vrijwilligers activiteiten, zoals een knutsel- of spelletjesavond. Daarnaast ondernemen vrijwilligers 1:1-activiteiten met bewoners.

Kinderen

De SIG heeft een woonvoorziening voor kinderen/tieners in Wijk aan Zee en een Logeerhuis in IJmuiden. Vrijwilligers helpen bij evenementen en groepsactiviteiten.

Ondersteuning aan huis

De SIG biedt ook (ambulante) ondersteuning op afspraak aan huis, aan gezinnen en zelfstandig wonende cliënten. Vrijwilligers verlichten de zorg in gezinnen en helpen individuele cliënten bij hun sociale en formele contacten (werk, gemeente, huisarts etc.).

De SIG biedt in de hele regio kleinschalige dagbesteding aan. Het vervoer naar de locaties wordt uitgevoerd door vrijwilligers. Ook zijn vrijwilligers actief op de dagbestedingslocaties zelf.

HEALING TOUCH PRAKTIJK

Een praktijk waar jij een behandeling op maat krijgt



Healing Touch Praktijk onderscheidt zich van andere massagepraktijken door het aanbod van massages en oliën uit meerdere culturen. Verwen uzelf met een speciale olie die is afgestemd op uw wensen.

La Stone Therapy

Breng je energie in balans door energetische hotstone massage.

Een behandeling kan al v.a. € 35,-

OPENINGSTIJDEN

Donderdag 09.00 - 21.00 uur
Vrijdag 13.00 - 21.00 uur
Zaterdag 09.00 - 21.00 uur
Zondag 09.00 - 21.00 uur

In overleg is een afspraak buiten openingstijden mogelijk, er wordt alleen op afspraak gewerkt.

Scan de QR-code voor meer informatie



Gele Helmbloem 1 • Velsbroek
06-34573736 • info@healingtouchpraktijk.nl



ondersteuning aan mensen met een beperking



Carrièreswitch? Welkom bij SIG!

Wil jij ook werken in de gehandicaptenzorg? Naast mensen met een diploma heet Stichting SIG zij-instromers en herintreders van harte welkom. We bieden (verkorte) leerwerktrajecten aan: een combinatie van werken/leren in dienst van SIG.

Werken bij SIG betekent professioneel en betrokken bijdragen aan de kwaliteit van leven van mensen met een verstandelijke beperking en/of autismespectrumstoornis. Doe je mee?



Stichting SIG • Alkmaarseweg 1 • Beverwijk • T: 0251-257857 • E: info@sig.nu

WWW.SIG.NU

Volg ons ook op en : Stichting SIG

Ongemerkt krijgen we veel te veel zout in ons lichaam

Al jaren hamert de Nierstichting erop dat we minder zout moeten gaan eten. Toch krijgt de Nederlander gemiddeld nog altijd meer zout binnen dan goed voor ons is. Dat komt vooral door dat we niet voldoende beseffen waar dat zout allemaal in zit. Het overgrote deel van het zout in onze voeding voegen we namelijk niet zelf toe. Het zit in bewerkt voedsel, dat door fabrikanten is geproduceerd. Soms als smaakmaker, maar veel vaker nog als conserveringsmiddel.

Het advies om je maaltijden zelf vers te bereiden en zo min mogelijk bewerkt voedsel te nuttigen, is niet voor niets. Wie zelf zijn eigen maaltijd kookt, weet precies wat erin gaat. Weliswaar zijn fabrikanten verplicht om de ingrediënten van bewerkt voedsel duidelijk op de verpakking te vermelden, maar voor veel mensen zijn de wetenschappelijke benamingen voor bepaalde toevoegingen moeilijk te begrijpen. Bovendien letten we er ook vaak simpelweg niet voldoende op. Maar wie te veel zout in zijn lichaam krijgt, loopt grote gezondheidsrisico's. Door de inname van zout stijgt namelijk je bloeddruk en dat vergroot de kans op hart- en vaatziekten. Een (te) hoge bloeddruk beschadigt bovendien de kleine bloedvaten in de nieren. Als de nieren al beschadigd zijn, gaat de nierfunctie sneller achteruit wanneer je meer zout inneemt.

Zes gram per dag

De grote vraag is dus: hoeveel zout mag een mens per dag binnen krijgen? De Gezondheidsraad houdt al jaren een advieswaarde van zes gram per dag aan. Bijna de hele Nederlandse bevolking zit echter boven die norm. Vrouwen nemen dagelijks gemiddeld een kwart meer zout in dan de bedoeling is, mannen tot zelfs bijna twee derde meer. Dat gaat meestal ongemerkt. Er zijn namelijk nogal wat voedingsmiddelen die zout bevatten, terwijl je dat misschien niet zou

verwachten. Ook menen mensen soms dat het uitmaakt welk type zout je gebruikt. Dat laatste berust op een groot misverstand. Ook wanneer je bijvoorbeeld kiest voor zeezout, zout uit de Himalaya of Keltisch zout, blijft de inname daarvan een risicofactor. Sommige zoutsoorten bevatten weliswaar wat mineralen die goed voor ons lichaam zijn, maar dat neemt niet weg dat het hoofdbestanddeel nog steeds natriumchloride is, ofwel keukenzout. En juist dat moeten we proberen te vermijden.

Bewustwording

Het is zaak om je bewust te zijn van de hoeveelheid zout die aan voedingsmiddelen wordt toegevoegd. Dat een zak chips zout bevat, is voor de meeste mensen wel duidelijk. Maar groenten waaraan zout is toegevoegd, klinkt al minder logisch. Echter, aan groenten in potten of blikken is zout toegevoegd om ze langer te kunnen bewaren. Dat zout trekt in de groenten en dus krijg je het binnen als je dergelijke voedingsmiddelen nuttigt. Beter is het daarom om te kiezen voor verse groenten en die zelf te bereiden. Diepvriesgroenten vormen een prima alternatief, daar wordt over het algemeen geen zout aan toegevoegd. Een uitzondering hierop vormen de bewerkte diepvriesgroenten, zoals spinazie à la crème en rode kool met appel. Vaak worden deze groenten in blokjes ingevroren,



nadat ze eerst al zijn voorgekookt. Tijdens dit proces wordt zout toegevoegd, dus houd daar rekening mee als je een totaaloverzicht wilt opstellen van al het zout dat je op een dag inneemt.

Sauzen

Ook de maaltijdsaus maak je bij voorkeur zelf. Dat is natuurlijk een heel karwei, dus grijpen veel mensen graag naar de kant-en-klare sauzen in flesjes of bakjes. Besef daarbij wel dat je op die manier alsnog meer zout inneemt dan wellicht goed voor je is. Een voorbeeld: ga je macaroni of spaghetti maken en trek je daarbij een fles pastasaus open? Dan krijg je per portie gemiddeld ruim twee gram zout binnen. Geen probleem, als je de rest van de dag zoutvrij eet, maar de kans dat je ook tijdens de andere maaltijden verborgen zout hebt geconsumeerd, is best groot. En dan zijn er nog de zakjes met sausmix. Je raadt het waarschijnlijk al: ook die mixen bevatten vaak veel zout. Je kunt zelf een saus maken en die binden met bijvoorbeeld aardappelzetmeel, bloem of maïzena. Op die manier krijg je een prima saus, zonder dat er

overbodig veel zout aan toegevoegd wordt. Voeg je regelmatig een klontje boter toe aan je saus? Gebruik dan zoutloze boter!

Maaltijden

Complete maaltijden voor in de magnetron? Handig, want ze zijn snel klaar. Als je weinig tijd hebt, is zo'n maaltijd gerust wel eens een mooie oplossing. Maar besef wel dat ze vaak tot wel vier gram zout per portie bevatten. Dat is al twee derde van je dagelijkse maximum! Ook bewerkt vlees en vleeswaren bevatten veelal zout. Ham en salami bijvoorbeeld zijn bekende voorbeelden. Maar ook gerookte kip bijvoorbeeld! Je zou het wellicht niet verwachten, maar voordat de kip gerookt wordt, gaat het eerst in een zoutbad. Dat zorgt ervoor dat dit vlees per portie al zo'n twee gram zout bevat. De vegetariërs zullen nu wellicht denken dat zij zich geen zorgen hoeven te maken, maar vergis je niet. Vleesvervangers, die in de supermarkten te koop zijn, bevatten gemiddeld ook zo'n anderhalve gram zout per portie. Het blijft dus zaak om ook dan de verpakkingen van voedingsmiddelen goed te blijven controleren.

Time-out voor mantelzorgers

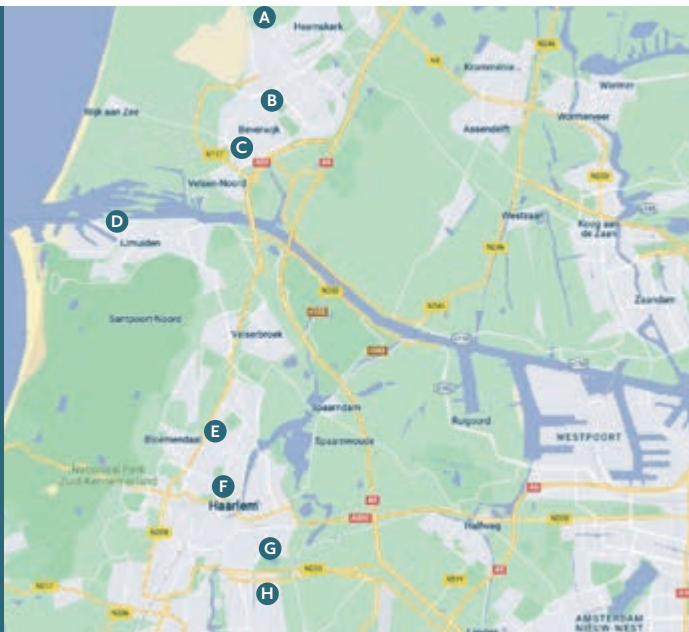
Logeerplekken in Kennemerland

Mantelzorgers zijn goud waard! Om te voorkomen dat mantelzorgers overbelast raken, is het belangrijk dat ze af en toe op adem kunnen komen. Zorgaanbieders Sint Jacob, Kennemerhart, Zorgbalans, De Reigershoeve, Viva! Zorggroep en het Hospicehuis Beverwijk bieden daarom logeersorg aan. Dit is bedoeld voor mensen die niet zelfstandig thuis kunnen blijven als de mantelzorger om welke reden dan ook tijdelijk niet beschikbaar is.

De logeerplekken zijn verdeeld over de regio Kennemerland (zie kaartje) en bieden plek aan mensen met een lichamelijke zorgvraag en mensen met dementie.

Geplande logeersorg

Het overdragen van de zorg lukt mantelzorgers alleen als ze zeker weten dat het hun naaste aan niets ontbreekt. In Kennemerland is dat goed geregeld: bij 8 locaties kunnen logés in een prettig appartement verblijven. Er is 24 uur per dag zorg en toezicht beschikbaar en de logés zijn welkom bij de activiteiten van de locatie. Afspraken met behandelaren kunnen gewoon doorgaan. Kortom, de mantelzorger kan zijn of haar zorgtaken met een gerust hart tijdelijk overdragen en even op adem komen voor de duur van gemiddeld drie dagen tot drie weken.



De logeersorglocaties Midden-Kennemerland

- A De Reigershoeve, gemeente Heemskerk (voor mensen met beginnende tot vergevorderde dementie)
- B Viva! Zorggroep locatie Elsanta, gemeente Beverwijk (voor mensen met een lichamelijke zorgvraag en/of beginnende dementie)
- C Hospicehuis El Ombü, gemeente Beverwijk (voor mensen met een zorgvraag die langdurig ziek zijn)
- D Zorgbalans locatie Breezicht, gemeente Velsen (voor mensen met een lichamelijke zorgvraag en/of beginnende dementie)

De logeersorglocaties Zuid-Kennemerland

- E Sint Jacob locatie Nieuw Delftweide, gemeente Haarlem (voor mensen met een lichamelijke zorgvraag)
- F Kennemerhart locatie Overspaarne, gemeente Haarlem (voor mensen met beginnende tot vergevorderde dementie)
- G Kennemerhart Het Reinaldahuis, gemeente Haarlem (voor mensen met een lichamelijke zorgvraag en/of beginnende dementie)
- H Sint Jacob locatie Schalkweide, gemeente Haarlem (voor mensen met een lichamelijke zorgvraag en/of beginnende dementie)



Meer informatie

Mantelzorgers kunnen voor meer informatie over geplande logeersorg terecht bij het mantelzorgsteunpunt in hun gemeente. Zij weten ook alles over de bekostiging van de logeersorg.

Voor inwoners van Velsen

Centrum Mantelzorg Socius, 088-887 69 70
infomantelzorg@socius-md.nl, www.socius-md.nl.

Voor inwoners van Heemskerk en Beverwijk

MaatjeZ, 088-995 77 88
info@maatjez.nl
www.maatjez.nl.

Voor inwoners van Haarlem, Zandvoort, Heemstede en Bloemendaal

Tandem, 023-891 06 10
respijt@tandemmantelzorg.nl
www.tandemmantelzorg.nl.

Mantelzorgers kunnen ook direct contact opnemen met de organisatie naar keuze.

Passie voor Slapen^{.nl}

SALE
SALE
SALE
SALE

~~2895,-~~
€1895,-
Passie voor slapen



Slapen als in een hotel

Creëer uw eigen hotel suite met een boxspring van Passie voor Slapen

Auping
Adagio
-30%

135 jaar
auping



Silvano
~~van 79,95~~
vanaf 69,95
Silvano
COMFORT

OPGERUIMD STAAT NETJES

NOLTE KLEDINGKASTEN
MET GRATIS 3D
ONTWERP!

nolte
MÖBEL



KLEDINGKASTEN
VANAF
€995,-

DEZE MAAND **EXTRA HOGE KORTING** OP DE
NOLTE KLEDINGKASTEN!

Vraag naar de aantrekkelijke kortingen van deze maand.



135 jaar
auping
15% verjaardags
voordeel

op de hele collectie

Voorwaarden van toepassing



Passie voor Slapen IJmuiden

Openingstijden

ma: gesloten

Di-vrijdag : 10:00 - 18:00

zaterdag : 10:00 - 17:00

zondag : gesloten

Gratis
parkeren

700m2 Passie voor Slapen

Lange-nieuwstraat 187-189

IJmuiden T: 0255 54 06 66

✓ **Bezorging en montage**
Wanneer het u het beste uitkomt

✓ **100 nachten Slaapgarantie**
op jouw nieuwe matras

✓ **10 jaar garantie**
op je boxspring & ledikant

✓ **14 nachten slaapgarantie**
Op kussens & dekbedden

MATRASSEN

BOXSPRINGS

BEDDEN

KASTEN

BEDTEXTIEL

HOOFDKUSSENS

DEKBEDDEN