

# Vinexpress

## Stadshagen



04 Stadshagenrun



07 Uitzwaaien schapen



15 KiKa sponsorloop

Wijkkrant  
11e jaargang  
november 2013

06 Bijeenkomst wijkboerderij  
08 Routepaaltjes  
14 Bultkroos  
18 Wijz

## Al 15 jaar door de poorten van Stadshagen; zicht op de stad met de voeten in de polder

Door Sander Blok

Vier jaar geleden kwam ik Stadshagen binnen over de Mastenbroekerbrug. Ik vond het meteen heerlijk; alles netjes en geordend. Mooie frisse woningen en heel veel open ruimte. Ik had zin in een wijk die nog maakbaar leek, het leek me dé plek voor mijn jonge kinderen en ik was benieuwd naar de zaken als de Havezate, de groei van de wijk en de mooie ligging vlak bij de IJssel.

Nu, na 4 jaar zelf in de wijk te wonen, ben ik benieuwd of de plannen zoals ik er over had gelezen ook uitgekomen zijn. Ik heb een gesprek met Patricia Gerrits, zij is projectleider van Stadshagen voor de gemeente Zwolle en met Han Goodijk, hij is stedenbouwkundige van de gemeente Zwolle. In het gesprek probeer ik erachter te komen of ook gecreëerd is wat men gewenst had. Ook ben ik benieuwd hoe de uitdagingen voor de toekomst door de gemeente worden ingeschat; wat bijvoorbeeld te doen aan de verkeerssituaties, de stagnerende groei en hoe om te gaan met die duizenden pubers die Stadshagen huisvest?

### “Zicht op de stad met de voeten in de polder”

De slogan voor de Vinexbenadering in de jaren 80. De rijksoverheid zocht naar goede locaties voor het bouwen van woningen. Geschikte plaatsen moesten een goede verbinding hebben met het stadscentrum en toch voelen als wonen buiten de stad. Deze nieuwe woongebieden boden woonruimte aan de rand van steden. Op deze manier werd gewerkt aan het terugdringen van het woonwerkverkeer met de bijbehorende problemen. In Zwolle waren alle mogelijke locaties rond het centrum ingevuld. Het gedeelte van de Mastenbroekerpolder,



waar Stadshagen in gepland werd, was een mooie open ruimte op een goed te overbruggen afstand van het stadscentrum; de Peperbus nog duidelijk zichtbaar. Omdat Stadshagen de eerste wijk was waarbij je echt over een barrière heen moest, namelijk het Zwarte water, was het belangrijk om direct te investeren in mooie bruggen die samen met de wegen en fietsroutes zorgden voor een goede bereikbaarheid van het gebied.

### Een nieuwe wijk gebaseerd op historie

“Doel was om de sterke structuurlijnen van de polder te behouden” aldus Goodijk. De wegen van de Oude Wetering en de Werkerlaan zijn er nog steeds en functioneren als zichtassen die door de wijk lopen. Ook het water en veengebied van het Rietpark is bewaard gebleven. De rechte lijnen zorgen voor de duidelijke indeling en een goede oriëntatie in de wijk. Hoe verder je een buurtje ingaat, des te meer voel je het eigen karakter. In

de verschillende buurten is ook rekening gehouden met de natuurlijke loop van wegen, paadjes en water. Waar vroeger in een lege polder werd gepland en gebouwd, wordt er nu veel meer rekening gehouden met bestaande bouw. Nieuwe ontwikkelingen moeten passen in de huidige situatie en daarbij met de wensen van de bewoners. Die latere invulling, de verandering van woonwensen in een andere tijd, hebben uiteindelijk gezorgd voor een grote verscheidenheid aan woonvormen, buurten en sferen.

Tijdens de ontwikkeling van de groene strook aan de Oude Wetering stuitte men op de overblijfselen van de Havezate van Werkeren. Er was wel bekend dat in de buurt van een boerderij een Havezate had gestaan, maar niet precies waar. Men ging er in eerste instantie van uit dat de Havezate aan de Oude Wetering lag. Later bleek hij meer van de weg af te liggen. De gemeente en Landstede zouden in eerste

instantie het gebied rondom de Havezate gaan ontwikkelen.

Centraal in deze plannen staat natuurlijk de wijkboerderij. Toen deze samenwerking niet slaagde, is als het ware de grond terugggegeven aan de bewoners van de wijk. Wie er een idee had kon het delen en wie wat wilde ondernemen, kon zich melden. Deze aanpak werkt tot op heden heel goed. Na een aantal bijeenkomsten zijn er nu een vijftal werkgroepen die zich elk richten op delen van het totale project rondom de wijkboerderij. De wijkboerderij moet een ontmoetingsplek worden waar kinderen kunnen spelen en bij de dieren kunnen zijn en waar volwassenen lekker kunnen zitten en wat kunnen drinken. Een plek waar activiteiten worden georganiseerd voor jong en oud omgeven door een mooie natuurlijke tuin.

Lees verder op pagina 3

dames- en herenkapsalon | make-up | zonnestudio |  
bruidskapsels | haar- en hoofdhuidproblemen |  
make-up workshops | kleur- en stijladvies |

Kinderen knippen  
tot en met 11 jaar

**15,95** EURO

**OOSTINDIE**  
HAARSPECIALISTEN

Petuniaplein 2, Zwolle (Westenholte)  
Tel.: 038 422 50 69  
www.oostindiehaarspecialisten.nl

Klokkengieterlaan 48  
8043 BS Zwolle  
Bel voor een afspraak (038) 42.04.109

www.johnbijsterbosch-haarmode.nl

**John**  
BIJSTERBOSCH  
HAARMODE STADSHAGEN

**H&K** | Woon- en klusdiensten

Hét klussenbedrijf voor Stadshagen

Realistie aanbouw  
inclusief aftimmering

Stadshagen  
Zwolle

www.woonenklusdiensten.nl



# HOMBERGEN ADVIESGROEP

Voor al uw:

- administraties
- jaarrekeningen
- belastingzaken

Adviesgroep voor:

administratie  
belastingen  
organisatie  
juridische zaken  
subsidie-regelingen  
management  
personeelszaken

De Hoge Bomen 13  
8271 RE IJsselmuiden

Tel. 038 - 333 8605  
www.hisla.nl



## LUDWIG schilder service



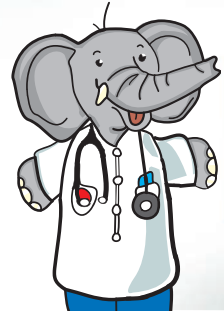
Planmatig onderhoud  
Meerjarenbegroting  
Restauratie/Renovatie  
Behangen  
Glaszetten  
Winterschilderpremie

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

Dennis Ludwig  
Hooilandstraat 7  
8043 xh Zwolle

Tel. 038-4531091  
Mob. 06-22065546  
Fax 038-4535277

Laat uw kat  
trimmen door  
'De 5 olifanten'



Zwolle Zuid  
iedere zaterdag  
open van  
10.00 - 13.00 uur



Zerboltstraat 61a Patriottenlaan 4  
T 038 - 454 60 20 T 038 - 460 00 75  
[www.de5olifanten.nl](http://www.de5olifanten.nl)

DIERENKUNDE  
DE 5 OLIFANTEN

€6,36  
per uur!  
groot in  
flexibele  
opvang  
van kleintjes!



de 7 dwergen

verruimde  
openingstijden  
06.30 - 19.00 uur!



Haydnstraat 2, Zwolle  
telefoon 038 - 45 44 372  
[www.de-7-dwergen.nl](http://www.de-7-dwergen.nl)

Het is feest bij Bert Wieten!

Hyundai i20 i-Deal

- Aircó
- Navigatie met bluetooth
- Lichtmetalen velgen
- 5 jaar garantie
- Wegenbelasting vrij
- Levenslang gratis pechhulp



nu € 14.495,-

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



Autobedrijf Bert Wieten - € 2795,- voordeel

Adverteren in  
de Vinexpress

bel naar (06) 460 659 12 /  
[adverteren@vinexpress.nl](mailto:adverteren@vinexpress.nl)



# Kinderen groeien bij Doomijn

Kinderopvang en Peuterspeelzalen

Doomijn is onderdeel van Travers

Stadshagen

Doomijn	kdv	Sterrenkroos
Doomijn	kdv	Oude Wetering
Doomijn	kdv	Wildwalstraat
Doomijn	psz	Muurmeesterstraat
Doomijn	psz	Oude Wetering
Doomijn	psz	Sterrenkroos
Doomijn	psz	Wildwalstraat
Doomijn	bso	Muurmeesterstraat
Doomijn	bso	Oude Wetering
Doomijn	bso	Wildwalstraat

Op [www.doomijn.nl](http://www.doomijn.nl) vindt u een  
overzicht van al onze locaties.

**Hoofdredacteur:**

Henk Gerrits

**Eindredactie:**

Inez van Slooten, Alice Tekst

**Redactie:**

Louis Zandbergen, Elisabeth van Munster, Esther Nap, Petra Mooibroek, Tamara Klappe, Heleen Diekman, Inge Mateboer, Judith van Leeuwen, Renee van Hensbergen, Inez van Slooten, Sander Blok, Alice Tekst

**Fotografie:**

Freddie van ter Beek, Evert Jan van der Gronde, Elisabeth van Munster, Henk Gerrits, Marc Blommers, Yvonne Waslander, Firoozeh Azimi Nobar, Irena Saatciane

**Opmaakredactie:**

Martin de Zoete, Jack Delmaar, Esther Nap, Jessica van Amerongen en bldsprk communicatievormgevers

**Vormgeving voorpagina en rubriekoppen:** Cleur**Druk:**

Drukkerij Hoekstra, Emmeloord

**Bezorging:**

Verspreidingsbureau Krantenhalte Stadshagen, Jolanda Vijverberg tel. 038 8501937, info@krantenhaltestadshagen.nl, www.krantenhaltestadshagen.nl

**Bestuur Stichting Vinexpress:**Arjan Veldhuis (voorzitter)  
Mieke Pape (penningmeester)  
Anneke Weerts (secretaris)  
Hans Perels (alg. bestuurslid)  
Jos van Dijk (alg. bestuurslid)  
bestuur@vinexpress.nl**Adres Bestuur Stichting Vinexpress:**

Werkerlaan 1, 8043 LT Zwolle

**E-mailadres redactie:**

redactievinexpress@gmail.com

**Twitter:** VinexpressStadshagen**Adverteren in Vinexpress Stadshagen?**

Bel naar 06 46065912

adverteren@vinexpress.nl

Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen voor publicatie zonder toestemming van de uitgever. Ingezonden brieven kunt u alleen per e-mail aanleveren en moeten voorzien zijn van uw naam, adres en telefoonnummer. Het ontbreken van deze gegevens betekent: geen plaatsing. De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden brieven te weigeren of in te korten.

De Vinexpress heeft een oplage van 8.400 exemplaren.

De redactie en het bestuur van deze krant bestaat uitsluitend uit vrijwilligers.

Inleverdatum kopij voor de  
editie van december 2013:

uiterlijk maandag 25 november 2013.



foto: Inez van Slooten

**Stadshagenaren, een ondernemend volkje**

De wijkboerderij en de manier waarop bewoners dat zeer succesvol oppakken, is voor mij maar één van de voorbeelden van het Stadshagens ondernemerschap. De triathlon, de Stadshagenrun, Stadshagenfestival, de Vinexpress, de avondvierdaagse, alle levende verenigingen, zijn het bewijs dat er in Stadshagen veel van de grond komt en dat men er samen de schouders onder zet. Daarnaast zijn er achter de voordeuren van Stadshagen heel wat ondernemers actief, nu al meer dan 700 zzp'ers!

Ik vraag me af of er in Stadshagen nog meer ruimte ingepland was voor ondernemers. Waarom zijn er bijvoorbeeld geen bouwmarkt, tuincentrum en speelparadijs in Stadshagen?

Er blijkt wel ruimte voor gereserveerd te zijn. Het winkelcentrum aan de Wade blijft het centrale punt voor de detailhandel. Dit winkelcentrum zou zich in de toekomst wel kunnen uitbreiden aan de kant van de Belvederelaan. Het stukje grond waarop het informatiecentrum staat en achter de bloemenkraam is hiervoor bestemd. Grotere zaken zouden een kavel kunnen krijgen aan de Scholtensteeg. Hier is nu alleen het tankstation te vinden, maar nog veel ruimte met veel mogelijkheden. Tot mijn verbazing is hier nooit vanuit het bedrijfsleven een serieus verzoek voor geweest.

**Jonge gezinnenwijk**

Dat in Stadshagen veel jonge kinderen wonen blijkt niet alleen uit de cijfers. Je merkt het ook elke ochtend als je, slalomend tussen alle andere gezinnen door, je kinderen naar school brengt of een tijdje in de Stadshagenfile staat. Toch is Stadshagen gebouwd voor alle soorten leeftijden en inkomens. Hoe gaan we in Stadshagen om met de snel groeiende groep jongeren? Volgens Gerrits en Goodijk laten jongeren zich moeilijk sturen. Het is moeilijk te bepalen welk soort hangplek voor jongeren echt een succes zou zijn. Er zijn in de wijk al tal van veldjes, er is een skatebaan en een jongerencentrum. Verder zullen veel jongeren hun vermaak zoeken in het stadscentrum. Ik ben benieuwd hoe dit in de toekomst zich zal ontwikkelen. Kunnen jongeren niet meer deelnemen in de wijk of hebben ze daar helemaal geen behoefte aan? "Ondernemers die hier een gat in de markt zien, mogen zich best melden met ideeën om wat meer vermaak aan te kunnen bieden," aldus Gerrits.

**Wonen in de polder**

Wonen in de polder betekent laag wonen. Nu al wordt gekeken hoe eventuele geluidswallen, bijvoorbeeld aan de nieuwe Hasselterweg, ook kunnen dienen als een eventuele waterkering.

Wonen in de Mastenbroekerpolder betekent ook dat je woont vlak bij de IJssel, het Zwarte Water, het Nationaal landschap van Mastenbroek en het gebied van het Vechtdal. Velen met mij lopen hard of fietsen in de omgeving van Stadshagen. Omdat veel wegen in de polder lang en recht zijn, vaak met tegenwind, wordt er gezocht naar mogelijkheden om het gebied van de wijk wat vaker te kunnen doorsnijden. Zo zullen er in de toekomst meer weggetjes komen vanaf de Werkerlaan door de weilanden naar de dijk aan het Zwarte Water. Ook wordt er geprobeerd fiets- en wandelroutes aan te leggen op de geluidswallen langs de Hasselterweg, waarmee je weer uitkomt op het tunneltje net achter de Milligerplas. Op deze manier wordt het gebied veel beter bruikbaar voor veel mensen die niet trainen voor de 10 maar de 5 km voor de volgende Stadshagenrun.

**De infrastructuur**

Ook al mopperen we allemaal wel eens als we moeten omrijden vanwege de veel besproken verkeersknip, Stadshagen is mede hierdoor wel een groene open wijk. Juist omdat de groene zones niet teveel door auto worden doorsneden. Het grootste verkeersknelpunt blijkt toch wel de Frankhuizerallee. Om deze meer te ontlasten zal onderzocht worden of in de toekomst de Belvederelaan doorgetrokken kan worden over het stuk van de Tippe. Op deze manier zou er een nieuwe ontsluitingsroute komen vanuit Stadshagen naar de rondweg. Aansluitend op deze ontwikkeling volgt dan ook snel het station. Het zal binnenkort duidelijk moet worden wat het wordt; een trein of tram. Maar dat er een station komt staat vast.

Mij leek dat het oplossen van de 8.30 en 17.00 file simpel kon worden opgelost door delen van de Mastenbroekerallee en Milligerlaan te verdubbelen. Han Goodijk legt mij uit dat dit niet zou kunnen en dat je dit ook niet zou moeten willen. De brede lanen zijn aangelegd om de geluidsoverlast voor omwonenden acceptabel te laten zijn. Tegelijkertijd geven ze veel ruimte, licht en groen en worden geluidswallen in de wijk, zoals je die ziet in Zwolle-Zuid, voorkomen.

**De toekomst van Stadshagen**

In deze economisch zware tijden doet Stadshagen het nog best goed. Dit jaar worden nog steeds 230 woningen opgeleverd, voor volgend jaar zal de uitgifte van woningen wel lager uitvallen. In de Ontwikkelstrategie, die vorige week bekend werd, wordt meer duidelijkheid geboden. Gebieden waar al gebouwd wordt, worden verder afgemaakt. Je kunt hierbij denken aan Frankhuis en delen van Breecamp. De gebieden van Breezicht en de Tippe hebben de komende 10 jaar geen prioriteit. Het afmaken van reeds bebouwde gebieden zorgt ervoor dat de leefbaarheid voor de huidige bewoners toeneemt. Hun wijk moet af zijn om er prettig te kunnen leven. De gebieden die in eerste instantie leeg blijven zouden wel ingezet kunnen worden om de leefbaarheid te vergroten en het groene karakter van Stadshagen te versterken. "Iedereen die een idee heeft, dat niet teveel kost, mag het laten horen" zegt Gerrits. "Het gaat dan wel om zelfrealisatie. Wij stellen alleen wat kaders, zoals dat het voor de gemeente moet het opwegen tegen pachttopbrengsten en dat het moet passen binnen het concept van het gebied". Het creëren van een natuurlijk speelgebied, een stuk bos en dergelijke zouden mogelijke invullingen kunnen zijn. Als deze gebieden op een prettige manier gebruikt zouden worden, zou dit ook aantrekkelijk kunnen zijn voor toekomstige woningzoekenden.

In het gesprek bleek dat Stadshagen al lang geen voorgeschreven plan meer is. De regels van het rijk hebben steeds meer plaatsgemaakt voor de invulling van bewoners en belanghebbenden in samenspraak met de gemeente. Stadshagen is voor mij nog steeds erg maakbaar, er zijn tal van kansen om mee te doen. De verdere invulling op het terrein van wonen en werken en recreëren zal de leefbaarheid hopelijk verder versterken. Voor mij is de oude slogan dan ook terecht vervangen door dit jaar nieuw geformuleerde: "Je voelt je thuis in Stadshagen".

Eventuele reacties kunnen gestuurd worden naar info@stadshagen.nl

De volgende Vinexpress  
verschijnt 16 december 2013.

Ook iets te melden?  
Mail het de redactie  
uiterlijk 25 november.

Hoveniersbedrijf

Rietveld.

Uw tuin tot in de  
puntjes verzorgd!

Hoveniersbedrijf Rietveld  
Goudplevierstraat 187  
8043 JK Zwolle  
tel. 06-51472807  
info@hoveniersbedrijfrietveld.nl  
www.hoveniersbedrijfrietveld.nl

# Vernieuwde 6e editie Unicef Stadshagenrun

Door Inge Mateboer

**Op zaterdag 19 oktober 2013 gingen maar liefst 2.200 enthousiaste deelnemers van start tijdens alweer de 6e editie van de Stadshagenrun. Van elke inschrijving werd 1 Euro gedoneerd aan een goed doel; Unicef, het Jeugdsportfonds of Edukans. De run wordt jaarlijks weer tot in de puntjes georganiseerd door Stichting Loopsport Zwolle en is uitgegroeid tot een waar loopevenement. Dit jaar werden 2 nieuwe wedstrijd elementen aan de loop toegevoegd en ook werd het parcours enigszins aangepast. Aangemoedigd door het massaal toegestroomde publiek, de muziek onderweg maar ook mede door de gunstige weersomstandigheden en de goede sfeer werden vele persoonlijke looprecords behaald. De organisatie kijkt dan ook zeer tevreden terug op deze dag!**

De run bestond deze editie uit een vier-tal onderdelen; de Allio Kids Run voor 6 t/m 12-jarigen met een afstand van 800 meter, het nieuw toegevoegde wedstrijd-element de Juniorenloop met een afstand van 1 mijl (1,6 km.) voor jeugd van 10 t/m 14 jaar, de Concordia 5 km. en de Run2Day 10 km. De zogenaamde generatieloop was nieuw dit jaar op de 5 kilometer. Vader en kind of oma en kleinkind konden zich hiervoor inschrijven en daarbij kans maken op een leuke attentie.

## Parcoursrecord

Winnaar van de Run2Day 10 kilometer was Erik Slomp met een tijd van 33.35 minuten. Bij de dames was Tess Boekema de snelste op deze afstand met een parcoursrecord van 39.11 minuten. De Concordia 5 km. werd gewonnen door Gerben van Vilsteren met een tijd van 16.42 minuten. Bij de dames was de winst voor Henriette Aalberts met een tijd van 18.55 minuten. Zij behaalde eveneens een parcoursrecord.

Ook deden er diverse hardlooptroepen mee zoals Autisme Sportief. Ilse Krist maakt deel uit van deze groep en won de

10 kilometer in de categorie meisjes tussen de 13 – 17 jaar.

## Beleving

Zelf heb ik het loopevenement wederom positief ervaren. Benieuwd hoe anderen dit beleefd hebben vraag ik een aantal deelnemers om reactie:

“Ik deed voor het eerst mee met de 5 kilometer en voelde me een echte topsporter! De organisatie zat qua voorzieningen en veiligheid (EHBO) goed in elkaar. Complimenten!”

“Veel mensen langs de route, daar krijg je energie van!”

“Overall was aan gedacht; water onderweg, fruit bij de finish. Maar ook het ophalen van de startnummers en het publiceren van de tijden verliep supersnel”.

“Gezellig, dichtbij huis; voor herhaling vatbaar”. Ook toeschouwers waren enthousiast:

“Mooi om te zien dat er steeds meer fanatieke hardlopers meedoen, jong én oud.”

“Erg overzichtelijk; het grote voordeel is dat je als toeschouwer snel van plek kan wisselen zodat je de lopers op meerdere plekken kan aanmoedigen!”

## Kinderen en milieu

Louis Zandbergen was deelnemer, vrijwilliger én toeschouwer: “Gelukkig was het droog! Ik heb zowel de 5 als de 10 km. gelopen, dat doe ik al jaren. Onderweg is de sfeer goed. Verder vind ik het goed dat de organisatie extra aandacht besteedt aan kinderen. Kinderen stimuleren om te bewegen is erg belangrijk. Daarnaast heeft de organisatie ook aandacht voor het milieu. Zo werden er EKO-bananen uitgedeeld en bekertjes met kraanwater i.p.v. flesjes water.”

De Allio Kidsrun van 800 meter was onderverdeeld in 4 leeftijdsgroepen 6+7 jaar, 8+9 jaar en 10-12 jarigen. De 10-12 jarigen konden kiezen voor deze ronde of de nieuw toegevoegde Juniorenloop van 1600 meter. Vanaf 13 jaar kon je je opgeven voor de 10 km. In de leeftijdscate-

gorie 13 t/m 17 jaar was er een speciale prijs voor de snelste jongen of meisje, nl.

de talentvolste Stadshagenrunner.

## Goede doelen

De opbrengsten worden verdeeld onder een drietal goede doelen. Bij het inschrijven konden deelnemers ook nog een extra donatie doen. Een deel van de inschrijfgelden van deze loop gaan naar UNICEF. Dit jaar wordt de opbrengst daar ingezet voor een tweetal projecten in Afrika.

Een ander deel van de opbrengst wordt geschonken aan het Jeugdsportfonds. Hun motto is: “Ieder kind moet kunnen sporten”. Maar sporten kost geld. Zij bieden Zwolse kinderen t/m 16 jaar die uit minder draagkrachtige gezinnen komen de mogelijkheid om toch lid te worden van een Zwolse sportvereniging.

Het derde goede doel is Edukans. Ieder kind heeft recht op onderwijs. Toch gaan er wereldwijd 61 miljoen kinderen niet naar school. Zij ondersteunen on-

derwijsprojecten in ontwikkelingslanden. Ze betrekken daarbij ook Nederlandse kinderen. Zo organiseren ze de actie Schoenmaatjes.

## Uitslagen en foto's

De uitslagen van de run zijn verdeeld in categorieën; mannen en vrouwen in 3 leeftijdsgroepen, nl. van 13 t/m 17 jaar, 18 t/m 34 jaar en 35 jaar en ouder. Deze zijn te vinden op: <http://nl.mylaps.com> (Evenementen/Uitslagen).

Kijk voor foto's en meer informatie op: [www.stadshagenrun.nl](http://www.stadshagenrun.nl).

## Gratis meetrainen?

Organisator Stichting Loopsport Zwolle is een actieve, gezellige hardlooptroep met enthousiaste clubleden. Wie de sfeer van deze organisatie en haar looptroepen ook eens wil proeven is van harte welkom om één maand gratis mee te trainen. Daarna beslis je over je eventuele lidmaatschap. Meer informatie hierover is te vinden op [www.loopsportzwolle.nl](http://www.loopsportzwolle.nl).



Foto: Marc Blommers

- » Hypotheken
- » Verzekeringen
- » Sparen
- » Pensioenen
- » Belastingzaken

Thorbeckegracht 21

8011 VM Zwolle

038 - 422 08 12

06 - 52 45 65 13

[info@geerlig.nl](mailto:info@geerlig.nl)

## Woning gekocht? Rente verlengen? Hypotheek wijzigen?



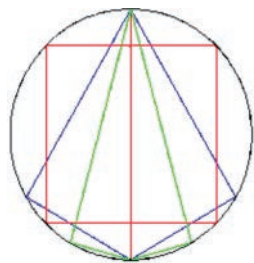
**GEERLIG**  
Financieel Advies

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

Iedereen heeft wel eens problemen of klachten die het leven op een onaangename manier beïnvloeden.

Hierbij kun je denken aan:

- angstklachten
- somberheid
- piekeren
- relatieproblemen
- stress
- zwangerschapsproblemen
- verlies (bijv. van een dierbare of van werk)



Vaak lukt het om zelf een oplossing te vinden, soms is het fijn hier hulp bij te krijgen.

Als psychodynamisch- en hypnotherapeut kan ik samen met jou inzicht krijgen in de situatie en deze concreet en praktisch aanpakken. Soms kunnen een paar gesprekken voldoende zijn om je weer op weg te helpen, soms is een langer traject nodig.

Wil je meer weten over wie ik ben en hoe ik werk, Kijk dan op mijn website: [www.margreetbennen.nl](http://www.margreetbennen.nl)

Praktijk voor Psychodynamische Therapie en Hypnotherapie  
Margreet Bennen  
Prinsengracht 17 – 8061 HH Hasselt  
Telefoon: 038-4772298 – E mail: [margreetbennen@gmail.com](mailto:margreetbennen@gmail.com)



# ANTON EKKER PARKET

Uw specialist in houten vloeren



Bezoek onze showroom...  
en onze fabriek, waar wij  
uw vloer op maat maken.

## MAATWERK REGELRECHT UIT EIGEN FABRIEK

Papaverweg 108 • 8042 EK Zwolle • T 038 421 63 33 • E info@antonekkerparket.nl

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

## Stichting Kringloop Zwolle



Nieuwe Veerallee 12, Zwolle

Nieuwe Deventerweg 6, Zwolle-Zuid

Ma. 12-18 u, di. t/m vr. 10-18 u, za. 10-17 u, do. koopavond.

T. (038) 4 22 06 06 [www.kringloopzwolle.nl](http://www.kringloopzwolle.nl)

*Dán komt het goed terecht!*

Verhaar  
Advocatuur  
& Mediation

Deskundig en betrokken,  
aangesloten bij vFAS en NMI

Bel voor een afspraak 038-85 04 136 of  
stuur een e-mail naar  
[info@verhaaradvocatuur.nl](mailto:info@verhaaradvocatuur.nl)

Gevestigd aan Schrevenweg 5  
Meer informatie op  
[www.verhaaradvocatuur.nl](http://www.verhaaradvocatuur.nl)



**Buurthulp**  
hand- en spandiensten  
bij jou in de buurt

### Wil je anderen in je buurt een handje helpen?

Meld je dan aan als vrijwilliger. Je geeft zelf aan  
wat je wilt doen, op welke dag en welk tijdstip.

tuin

Vrijwilligers worden ingezet om bijvoorbeeld met  
of voor iemand boodschappen te doen, te  
wandelen te helpen met klusjes in en rond het  
huis of gaan met iemand mee naar het ziekenhuis.

klussen

wandelen

gezelschap

### Hulp nodig?

Ook als je graag geholpen wordt kun je  
contact met ons opnemen.

boodschappen

begeleiding

Aanmelding kan telefonisch (038) 422 52 00  
of mail [info@buurthulpzwolle.nl](mailto:info@buurthulpzwolle.nl)

vervoer

Kijk voor meer info op [www.buurthulpzwolle.nl](http://www.buurthulpzwolle.nl)

Echtscheiding

Alimentatie

Erfrecht

Gezag

Ouderschapsplan

## auto- en tweewielerbedrijf ALJO

Sinds jaren, het adres voor reparatie en onderhoud  
aan uw auto, motor en scooter.

Grote en kleine beurt  
Schokdempers en uitlaten  
Airco service  
APK (ook voor diesel)  
Banden voor auto's en motoren



Voor meer informatie: [www.aljotechniek.nl](http://www.aljotechniek.nl)  
Katwolderweg 11  
8041 AC Zwolle

038-4212122

Email: [info@aljotechniek.nl](mailto:info@aljotechniek.nl)

## Wat aandacht krijgt groeit



kinderopvang



Nieuw:

Dagopvang en  
buitenschoolse opvang in  
MFA Bubbels!  
[www.sportlaanzwolle.allio.nl](http://www.sportlaanzwolle.allio.nl)

Mede gevestigd in Stadshagen: Allio KDV Werkerlaan - [www.werkerlaan.allio.nl](http://www.werkerlaan.allio.nl), Allio KDV/Peutergroei/BSO  
Winterdijkstraat - [www.winterdijkstraat.allio.nl](http://www.winterdijkstraat.allio.nl), Allio BSO Mannagras - [www.mannagras.allio.nl](http://www.mannagras.allio.nl),  
Allio BSO Muurmeesterstraat - [www.muurmeesterstraat.allio.nl](http://www.muurmeesterstraat.allio.nl).  
Allio kinderopvang heeft ruim 120 vestigingen in de provincies Drenthe, Gelderland en Overijssel.  
Bezoek de website voor meer informatie of bel 038 4222766 voor plaatsingsinformatie.

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

## Adverteren in de Vinexpress

bel naar (06) 460 659 12 / [adverteren@vinexpress.nl](mailto:adverteren@vinexpress.nl)

# Stadshagen scoort met omgekeerd inzamelen

Een pluim voor de inwoners van Stadshagen. De eerste resultaten van het omgekeerd inzamelen, waar de inwoners eind vorig jaar mee zijn gestart, zijn zeer goed. Wethouder Dannenberg bedankte de inwoners voor hun inzet, want zij hebben er voor gezorgd dat er ruim drie keer zoveel plastic verpakkingen hergebruikt kunnen worden. Dit plastic komt niet meer in het restafval, waardoor er minder restafval hoeft te worden verbrand.

De resultaten zijn uniek, omdat Stadshagen landelijk de eerste wijk in stedelijkheidsklasse 2 is waar op deze manier afval wordt ingezameld. Hiermee is aangetoond dat omgekeerd inzamelen niet alleen in plattelandsgemeenten, maar ook in een stedelijke omgeving werkt.

## Omgekeerd inzamelen

Eind 2012 begonnen de inwoners van

Stadshagen met omgekeerd inzamelen. Plastic wordt niet meer weggebracht, maar in een container aan huis opgehaald, net zoals GFT en papier. Wat er nog over is aan restafval, brengen de inwoners weg naar ondergrondse containers (voorheen werd dit aan huis opgehaald). Het doel is om zoveel mogelijk grondstoffen (plastic, GFT en papier) apart in te zamelen, zodat deze hergebruikt kunnen worden.

## Mooie cijfers

De cijfers van het eerste half jaar en de daarop gebaseerde prognose voor heel 2013 laten zien dat de methode goed werkt in Stadshagen. Het apart aangeboden plastic is meer dan verdrievoudigd, van 5 kg naar 16 kg per inwoner per jaar. GFT is gestegen met 19% (27 kg), terwijl het restafval over heel 2013 met 19% daalt. Dat betekent dat er per inwoner 45 kg restafval minder wordt weggegooid.

## Dank aan de bewoners

Vrijdag 18 oktober roemde wethouder Dannenberg de inzet van de inwoners van Stadshagen voor het omgekeerd inzamelen. Ook plantte hij, samen met Erik Scholma, voorzitter van de wijkvereniging en Hans Groenhuis, algemeen directeur ROVA, een populier in de wijk. De boom staat symbool voor de vermindering van CO2 uitstoot die het beter scheiden van huishoudelijk afval heeft opgeleverd. Daarnaast kreeg de wijk een bijdrage voor het kunstproject Fundatie Fusions, waarbij het Cultuurhuis Stadshagen fungeert als buitenpost voor museum de Fundatie met afwisselende exposities.

Gemeente en ROVA blijven in Stadshagen verbeteringen doorvoeren in de inzameling van afval en grondstoffen. Zo wordt een aantal glascontainers op meer logische plekken gezet en wordt de inzame-

ling van plastic bij hoogbouw onder de loep genomen.

## Rest van Zwolle volgt

Na Stadshagen volgt de rest van Zwolle met omgekeerd inzamelen. Ook bij de inwoners van Westenholtte worden de grondstoffen ondertussen aan huis opgehaald. De wijken Aa-landen en Holtenbroek volgen op korte termijn. Eind 2016 zal heel Zwolle zijn overgestapt op de nieuwe manier van afval en grondstoffen inzamelen.

## Rapport

Het rapport met de resultaten en prognoses van omgekeerd inzamelen in Stadshagen is na te lezen op [www.zwolle.nl/omgekeerdinzamelen](http://www.zwolle.nl/omgekeerdinzamelen).

## Te koop: Twee bouwkavels op mooie locatie in Stadshagen

### Rietparkkavels in Frankhuis

Aan de voet van de Hasselterdijk, in het Rietpark, liggen twee kavels tussen het riet verscholen. Op deze bijzondere plek in Stadshagen, kunt u uw woonwens uit laten komen. Grijp uw kans en bouw uw eigen droomhuis op een van deze twee kavels van elk circa 600 m2 die de gemeente Zwolle u aanbiedt. De verkoop van deze vrije sector kavels is gestart op zaterdag 9 november 2013.

## Fraaie ligging

De locatie ligt aan het Zwarte Water tussen Stadshagen en het centrum van Zwolle. Ten noorden van het buurtschap Frankhuis wordt op de kop van Frankhuis een wijk ontwikkeld met gevarieerde bebouwing. Deze bestaat uit appartementen en eengezinswoningen. De kop van Frankhuis grenst direct aan het Rietpark en het Zwarte Water, met de Hasselterdijk als waterkerende dijk. Het Rietpark heeft een natuurlijke landschappelijke inrichting, hoogopgaand riet als natuurlijke oeverbeplanting en ruimte voor wandelen en spelen.

## Uw eigen huis bouwen

Voor het bouwen van de twee woningen heeft de gemeente Zwolle een beperkt aantal regels opgesteld. Door deze richtlijnen sluiten de twee individuele woningen die straks gebouwd gaan worden, aan op de landschappelijke sfeer van het Rietpark en de Hasselterdijk.

## Start verkoop en inschrijving

De start verkoop was op zaterdag 9 november 2013 in het Informatiecentrum Stadshagen, Belvédèrelaan 1



## Laatste inschrijfmogelijkheid

Vrijdag 29 november 2013, 16.00 uur

## Loting

Woensdag 4 december 2013, 16.00 uur

## Geïnteresseerd?

Kijk op de website [www.zwolle.nl/kavels](http://www.zwolle.nl/kavels). Nog meer weten? Bel Corriene Bredewout, telefoon 038-498 28 67.

## Volgende bijeenkomst realiseren wijkboerderij Stadshagen

Stadshagen heeft het allemaal. Of u nu alleen, samen, met een klein of groot gezin woont; je voelt je thuis in Stadshagen. Een wijkboerderij zou in deze wijk een prachtige aanvulling zijn. De gemeente heeft bewoners in Stadshagen opgeroepen om samen te werken aan de oprichting ervan. Een wijkboerderij voor en door bewoners is het streven.

De wijk heeft enthousiast gehoor gegeven aan de oproep. Zo'n tachtig bewoners en diverse instellingen hebben zich aangemeld om zich actief in te zetten voor de oprichting en exploitatie van de wijkboerderij. Tijdens twee eerdere bijeenkomsten op 4 juli en 18 september zijn ideeën en initiatieven verzameld en in groepen gewerkt aan voorstellen voor diverse onderdelen. Deze worden op 20 november gepresenteerd en besproken. Doel van de bijeenkomsten is te komen tot een plan van aanpak met keuzemo-

gelijkheden. Deze wordt aan het college voorgelegd.

Heeft u eerdere bijeenkomsten niet bij kunnen wonen, maar lijkt u het leuk om mee te doen? U bent van harte welkom! Alle bewoners van Stadshagen zijn uitgenodigd om de bijeenkomst(en) bij te wonen. Dus kom naar het Cultuurhuis op 20 november!

De locatie van de wijkboerderij maakt deel uit van het gebied Havezathe Werkeren. Binnen dit gebied kunnen ook drie kavels uitgegeven worden voor commerciële voorzieningen. De voorkeur gaat uit naar partijen/voorzieningen die een relatie hebben met de wijkboerderij. Partijen die interesse hebben in deze kavels kunnen zich melden bij de gemeente (email [j.santing@zwolle.nl](mailto:j.santing@zwolle.nl)).

Datum: 20 november vanaf 19.30 uur  
Locatie: Cultuurhuis Stadshagen, Werkerlaan 1

## Wandelpad Milligerplas gereed

Wandelaars kunnen sinds eind oktober een volledig 'rondje Milligerplas' lopen. Het betonpad dat eerst tot halverwege de plas liep, is bovenlangs doorgetrokken tot aan de kant van de Stadshagenallee. Vanaf daar kunnen Stadshagenaren verder lopen over de bestaande asfaltweg.

Eerder bestond een groot deel van het rondje om de Milligerplas uit een grindpad. Daarvoor is nu een betonpad in de plaats gekomen. Hiermee is de gemeente tegemoetgekomen aan een veelgehoorde wens van bewoners.



## Alles over wonen in Stadshagen?

### Informatiecentrum Stadshagen

Belvédèrelaan 1,  
centrum Stadshagen  
(038) 498 28 16

### Openingstijden:

- woensdag, donderdag en vrijdag van 13.00 - 17.00 uur

Mocht u niet in de gelegenheid zijn om ons te bezoeken tijdens de openingstijden dan is er de mogelijkheid om - telefonisch of per email - een afspraak te maken.

e-mail: [infostadshagen@zwolle.nl](mailto:infostadshagen@zwolle.nl)  
internet: [www.zwolle.nl/stadshagen](http://www.zwolle.nl/stadshagen)

### Wijkservicepunt Stadshagen

Werkerlaan 1a, Zwolle  
1e verdieping Cultuurhuis,  
centrum Stadshagen  
(038) 498 28 55

### Openingstijden:

- maandagmiddag van 13.00 - 16.00 uur
- woensdagochtend van 09.00 - 12.00 uur
- inloopsprekuren wijkagenten, wijkmanager en wijkbeheerder woensdagmiddag van 13.00 - 14.00 uur
- meldingen openbare ruimte: [www.zwolle.nl/melding](http://www.zwolle.nl/melding)
- nieuwsbrief Stadshagen aanmelden via: [www.zwolle.nl/inloggen](http://www.zwolle.nl/inloggen)
- wijkinformatie algemeen: [www.zwolle.nl/zwolsewijken](http://www.zwolle.nl/zwolsewijken)

e-mail: [postbus@zwolle.nl](mailto:postbus@zwolle.nl)

# Zwolse schaapskudde uitgezwaaid

Het is weer volop herfst dus tijd voor de Zwolse kudde om te vertrekken naar het winterverblijf. Rondom het vertrek van de kudde, op zaterdag 2 november, worden voor jong en oud allerlei activiteiten georganiseerd. Om 13.00 uur gaan de feestelijkheden van start en om 15.00 uur vertrekken de schapen en neemt schaapherderin Gabriëlle Brinkman afscheid van haar kudde. Iedereen is van harte welkom om de kudde uit te zwaaien op de wijkboerderij De Klooienberg (Klooienberglaan 1).

Het was een fantastisch graasseizoen. In het voorjaar hadden de schapen moeite om lekker vers gras te vinden doordat het mooie en groeizame weer maar moeilijk op gang kwam. Maar de zomer en het najaar waren super. De schapen hebben zich heerlijk kunnen uitleven in Het Holtenbroeker- en Het Westerveldsebos. De kudde heeft veel bezoek gehad van wandelaars en schoolklassen.

## Wat is er allemaal te doen

Zo'n mooi seizoen vraagt natuurlijk om een leuk en uitgebreid afscheid. In en rondom de wijkboerderij De Klooienberg zijn de volgende (herfstachtige) activiteiten te beleven:

- Broodjes bakken/ kastanjes poffen
- Voor de inwendige mens, pompoensoep, koffie thee



Foto's: Firoozeh Azimi Nobar

- Springkussen
- Allerlei knutselactiviteiten, armbandjes maken, houten plankjes branden
- Stadstuinders verkopende laatste groentes
- Verkoop houtproducten RIWB

Schaapherderin Gabriëlle Brinkman en eigenaar van de kudde Tjitse Terpstra geven een demonstratie schapen drijven. Deelname aan alle activiteiten is gratis.

## Vertrek schapen

Om 15.00 uur werden de schapen met een speciale vrachtwagen opgehaald. Voordat de schapen lekker gaan grazen in diverse Friese boerenweilanden doen ze mee aan een wedstrijd schapendrijven voor Border Collies. Vanaf januari verhuizen de schapen naar een binnenverblijf omdat dan al snel de eerste lammetjes worden geboren. Net als vorig jaar worden tijdens de winterperiode foto's van de pasgeboren lammetjes via twitter gedeeld. Iedereen die benieuwd is naar de eerste jonge spruiten van de Zwolse kudde via @zwolsekudde op de hoogte blijven.

## Duurzaam onderhoud

Zwolle streeft naar mooi en bloemrijk grasland dat de natuur dicht bij de mensen brengt. Door schapen een paar keer per jaar kortstondig als grasmaaier in te zetten verschaalt de bodem waardoor andere plantensoorten een kans krijgen en er meer variatie in de begroeiing komt. Van schapenbegroeiing onder vinden insecten, vogels, amfibieën en kleine zoogdieren geen nadelen, die zij bij mechanisch maaien wel hebben. De wandelende graasmaaiers zorgen voor bloemrijker grasland waar verscheidende diersoorten leven. Meer informatie over de Zwolse schaapskudde vindt u op [www.zwolle.nl/schaapskudde](http://www.zwolle.nl/schaapskudde).



## Verbijstering

Ik kom verbazingwekkende situaties tegen. De kranten staan vol over frauduleus, onbeschoft en respectloos gedrag. Van gewone mensen, overheidsdienaren en bestuurders die er een zootje van maken. Natuurlijk was het vroeger ook niet allemaal koek en ei. Maar van frauderende wethouders of malafide postbodes hoorde je gelukkig weinig.

## Rollator

Normen en waarden leer je thuis en op school (als het goed is). Wacht ik bij een bushalte in Stadshagen, een rij van zes personen. Voor mij een keurige (mag je het woord nog gebruiken?) dame met rollator. Achteraan staat een snelle jongen met omgekeerd petje. Als de deur open gaat snelt hij de rollator voorbij om als eerste de bus in te gaan. Ik verwacht nog dat hij die oude dame gaat helpen maar helaas. De buschauffeur houdt de blik op oneindig, achter mij maakt iemand een opmerking, de rest zwijgt.

## At hast

Wil mijn fiets in het fietsenrek bij ons winkelcentrum zetten en kijk om waar mijn vrouw blijft. Binnen vijf tellen is zij er maar ik ben al te laat. Een jongen smijt zijn fiets precies in het rek waar ik voor sta. Ik hoor nog een opmerking als "At hast" of zoiets. Waarschijnlijk bedoelde hij "Neem mij niet kwalijk maar ik heb heel veel haast!" Maar dat is binnen het kader van onze huidige fatsoensnormen te hoog gegrepen.

## Blikje

Wacht in de auto om voetgangers te laten oversteken. De laatste voetganger is een jonge moeder met kinderwagen. Sportscholen snakken naar dit soort klanten gezien haar omvang. Met een bierblik aan haar mond (13:30 uur!) steekt ze langzaam over, daarna gaat het lege blikje met een ferme worp naar de zijkant van het trottoir. Ik verkeer in totale verbijstering maar niet lang. Claxonnerende medewachters dwingen mij verder te rijden. Wat een land.

M. Bargo



## Leuke ideeën voor tijdelijk gebruik grond welkom

Door Louis Zandbergen

**Rond de bestaande bebouwing van Stadshagen ligt nog erg veel grond te wachten op woningbouw. Die bouw stagnert zo erg dat er een grote oppervlakte is die de komende tien jaar niet voor huizenbouw nodig is. Het gaat om een totale oppervlakte van wel 50 hectare.**

De gemeente Zwolle is al een paar jaar bezig om hiervoor afspraken te maken. Met als uiteindelijke doel vindt zij dat er initiatieven uit de wijk Stadshagen mogen worden ingediend. Ook ideeën die goed zijn voor de hele gemeente of gemeenschap zijn in principe mogelijk. Gemeente Zwolle heeft al aangegeven dat zij het gebruik voor speeltuinen extra wil stimuleren door hiervoor geen huurkosten in rekening te brengen. Dus door zelf speeltoestellen te regelen of terrein zo natuurlijk in te richten dat er een natuurspeeltuin ontstaan, is het mogelijk om grond 'om niet' te gebruiken. Na die tien jaar (of zoveel later) moet het ge-

bied weer schoon of obstakel vrij worden teruggegeven. Belangrijk is te weten dat de gemeente elk initiatief serieus neemt maar dat er wel actie van u of de groep wordt verwacht.

## Leuke suggesties

Er zijn allerlei mogelijkheden om de grond tijdelijk te gebruiken. Er zijn positieve ervaringen door het zo in te richten en te beheren dat er specifieke vogels op af komen. Wat dacht u van een locatie waar je vrij kunt vliegeren of andere vorm van gebruik van de wind (en daar hebben we genoeg van in deze wijk!). Een gedeelte kan ingericht worden om kleinschalige tuinbouw mogelijk te maken. Denk aan de productie van de inhoud van een groentetas. Praktisch en technisch haalbaar. Een gebied is natuurlijk ook te beplanten met snelgroeiende bomen en struiken die uiteindelijk gekapt worden en het hout gebruikt wordt in de verwarmingsmachines op biomassa in de wijk. Wat dacht u ervan

om een gebied gewoon vol te zetten met zonnepanelen? Allemaal leuke suggesties die het onderzoeken waard zijn. Belangrijk is en blijft dat er een initiatiefnemer is die het idee uitwerkt, toestemming vraagt en ook zelf uitvoert.

Niet alle grond is in eigendom van de gemeente. Ook ontwikkelaars hebben grond aangekocht om daar later huizen te mogen bouwen. Gemeente Zwolle wil wel bemiddelen en uw idee op de juiste weg helpen. Heeft u een mooi idee dan kunt u contact opnemen met Marijke Sterkenburg. Zij is ideeënmakelaar in dienst van de gemeente. Zij is te bereiken via 038-4982718 en per mail [m.sterkenburg@zwolle.nl](mailto:m.sterkenburg@zwolle.nl). De wijkstichting wil ook graag op de hoogte zijn van de leuke ideeën in de wijk. Zij kan wellicht het project stimuleren en hoort ook graag hoe de ervaringen zijn door initiatiefnemers met de gemeente. Wijkstichting Stadshagen-totaal [info@stadshagentotaal.nl](mailto:info@stadshagentotaal.nl)

# Verkeersschool United

**Om maar gelijk met de deur in huis te vallen, waarvoor kunnen mensen precies bij je terecht?**

"Ik verzorg rijlessen voor de auto, motor en aanhangwagen in de regio Zwolle. Of het nu gaat om een spoedopleiding (bijvoorbeeld in 10 dagen) of eentje die langer duurt. Tijdens een gratis proefles bespreek ik de opzet en de planning van de rijlessen. Cursisten die dit jaar nog starten ontvangen daarnaast gratis een online-theoriepakket. Ze kunnen dus direct aan de slag. De autorijlessen worden gegeven in een Ford Fiesta."

**Wat is je achtergrond en hoe ben je 'be-land' in de rijsschoolwereld?**

"Ik ben 38 jaar geleden geboren in Harderwijk en daar ook opgegroeid. Na de middelbare school heb ik als vertegenwoordiger gewerkt. Op een gegeven moment was ik toe aan iets anders en ben ik gestart met een opleiding tot rij-instructeur. Na vier jaar in loondienst als rij-instructeur gewerkt te hebben en zeven jaar als franchisenemer, kreeg ik de mooie kans om zelfstandige te worden. Een leuke nieuwe uitdaging met veel mogelijkheden."



Gerard-Jan van Bart van Verkeersschool United

**Om door te gaan op de vele mogelijkheden, wat bevalt je aan het ondernemen? En wat vind je minder leuk?**

"De vrijheid die je hebt om bepaalde keuzes te maken en je eigen ideeën en plan-

ning uit te werken zijn de pluspunten van het ondernemerschap. Nadeel is dat dit alles veel tijd in beslag neemt en je dus wat minder toekomt aan hobby's en sporten bijvoorbeeld."

Foto: Elisabeth van Munster

**Waarom ben in je in Stadshagen gevestigd en hoe bevalt het?**

"In Stadshagen wonen veel jongeren dus dit is een interessante plek voor een rijsschool. Ik woon zelf sinds 2003 met mijn vrouw en onze twee kinderen in deze wijk. Eerst aan de Milligerplas en nu, ruim zes jaar, met veel plezier aan het Akkerbergplein.

Het leuke aan Stadshagen is het levendige karakter van de wijk: veel jonge gezinnen met kinderen. Veel faciliteiten, goede bereikbaarheid en dichtbij de stad. Wat ik minder leuk vind, is dat de wijk nu wel erg groot wordt, van mij mag het zo wel blijven."

**Tot slot, hoe zie jij je zakelijke toekomst?**

"Proberen onderscheidend te blijven ondermeer door het aanbieden van flexibele lestijden (cursisten kunnen altijd meerdere keren per week lessen) en een hoog slagingspercentage. De klant is tenslotte koning!"

Verkeersschool United is te bereiken via: 06 2188 7090 (Gerard-Jan van Bart). Of kijk op: [www.verkeersschoolunited.nl](http://www.verkeersschoolunited.nl).

## Tunnel De Boxem

In april 2012 heeft Bouwbedrijf Salverda de opdracht van de gemeente Zwolle voor het bouwen van Tunnel de Boxem aangenomen. De tunnel maakt deel uit van de 2e fase van de Hasselterweg (N331) tussen Zwolle en Hasselt. De tunnel wordt 524,5 meter lang met een overdekt deel

van 160 meter. Op de luifels komt de tekst Boxem te staan met de jaartallen 1364 en 2014. Dit geeft aan dat het 650 jaar geleden is dat de Mastenbroekerpolder ontgonnen en verkaveld is. Geplande oplevering is juli 2014.



Foto: gemeente Zwolle

## Routepaaltjes in Stadshagen

Door Elisabeth van Munster

**Misschien zijn de routepaaltjes in Zwolle, maar ook in onze wijk u al opgevalen. Deze paaltjes zijn onderdeel van een geheel nieuw wandelnetwerk door de IJsseldelta. Eind dit jaar is het wandelnetwerk klaar en is er 627 kilometer aan route te bewandelen.**

In totaal zijn er 80 verschillende gekleurde wandelroutes aangelegd. Er zijn 32 startpunten, 245 keuzepalen en 1400 routepalen. Dat maakt dat de routes heel gemakkelijk zijn te volgen. Door verschillende gekleurde routes met elkaar te combineren kunt u de wandeling net zo lang maken als u zelf wil.

**Startpunt**

Een startpunt is te herkennen aan een

informatiepaneel met daarop een overzichtskarta van alle routemogelijkheden in de directe omgeving. Daarnaast vermeldt het paneel interessante wetenswaardigheden over de omgeving en aantrekkelijke bezienswaardigheden langs de verschillende routes.

De wandelroutes zijn net zo afwisselend als de IJsseldelta zelf: historische Hanzesteden, afwisselende stadsranden en parken, slingerende dijken met uitzicht over een uniek polder- en deltalandschap; dankzij het wandelnetwerk kunnen we straks overal heerlijk wandelen. Eind 2013 is de officiële opening van het wandelnetwerk. Dan verschijnt tevens de wandelkaart.



Foto: Elisabeth van Munster



# Sinterklaas in Stadshagen

Net als in voorgaande jaren zal Sinterklaas ook dit jaar, natuurlijk samen met zijn Zwarte Pieten, de kinderen van Stadshagen bezoeken. De werkgroep Sinterklaas van Stadshagen Totaal heeft contact gehad met de Sint en hij komt aan op 23 november. Op 30 november komen de Pieten nogmaals langs in Stadshagen om samen met de kinderen van Stadshagen te eten.

## Sinterklaas in Stadshagen

De Sint komt dit jaar op 23 november naar Stadshagen. Hij zal rond 13.30 uur aankomen bij de haven van de Milligerplas, Waterlelie. Vanaf 14.00 uur zal de

Sint op zijn paard en samen met zijn Pieten een tocht maken door Stadshagen. Muzikaal zal hij hierbij begeleid worden door Muziekvereniging Kunst na Arbeid. Rond 15.00 uur komt de hele stoet aan bij het winkelcentrum van Stadshagen en vanaf 15.30 uur zal in het Cultuurhuis het Stadshagen Sinterklaasfeestijn plaats vinden voor kinderen van 4-8 jaar. Natuurlijk is Sinterklaas ook bij dit feest aanwezig. Misschien zijn er kinderen die iets willen laten zien aan de Sint of misschien zelfs wel willen optreden! Dan kunnen ze dat doorgeven via de mail: [info@stadshagen-totaal.nl](mailto:info@stadshagen-totaal.nl) Zullen zijn Pieten de tent nog op zijn kop zetten en kan Sinterklaas ze

een beetje in toom houden? De entree is gratis, maar Vol=Vol.

## Smullen met de Pieten op 30 november

Niet alleen op 23 november zijn er Zwarte Pieten in Stadshagen. Op 30 november komen de Pieten nogmaals langs om met de kinderen van Stadshagen te eten in het winkelcentrum. De Pieten kunnen heel wat op, want ze zullen om 10.00, 11.00, 12.00, 14.00 en 15.00 uur eten. De Pieten moeten natuurlijk ook goed eten, want al dat geklim op daken en gesleep met zakken vol met cadeaus kost heel veel energie! De Pieten zouden het heel gezellig vinden als er heel veel kin-

deren komen ontbijten. Het Smullen met de Pieten vindt plaats in de tent in het winkelcentrum, Wade, en deelname is gratis. Kaarten kun je halen bij Kinderwinkel Spruit.

De route van de intocht is als volgt (onder voorbehoud van eventuele wijzigingen):

Start haven Milligerplas, Waterlelie, sterrenkroos, Fonteinkruid, Werkerlaan, Mastenbroekerlaan, Klokkengieterlaan, Glazenmakerstraat, Herautstraat, Pottenbakkerstraat, Turfdragerstraat, Uurwerkerstraat, Klokkengieterpad, Twistvlietpad, Binnendijkstraat, Frankhuizerlaan, Belvederelaan, Wade.



## Recept van de maand

Door Esther Nap

**Snert maken. Over het hoe zijn zoveel theorieën. Ikzelf maak het eigenlijk gewoon zoals op het pakje spliterwten staat, met de aanpassing dat ik rundvlees gebruik in plaats van varkensvlees. Het resultaat is altijd heerlijk, dus wat mij betreft blijf ik bij dat recept. Toch werd ik uitgedaagd op mijn werk om het recept van de opa van mijn collega te proberen. Die opa is kok geweest in het ziekenhuis van Kampen en is heel stellig over het gebruik van winterwortel in snert, of eigenlijk het NIET gebruiken van winterwortel.**

Ik ken snert niet zonder winterwortel. Wortels zijn zoet en misschien komt het zoete van de wortel de smaak van de snert juist ten goede. Of niet? Tijd voor de test!

## Snert zonder winterwortel

Benodigdheden:

- 500 gram spliterwten
- 500 gram groene erwten (8 uur van tevoren weken)
- 1 kilo varkensribben
- 3 aardappelen
- 2 grote preien
- bosje selderij
- peper en zout
- 2 rookworsten
- 5 liter water

## Bereidingswijze:

Breng het water aan de kook, doe de erwten erin met de varkensribben. Breng opnieuw aan de kook, schuim af. Laat het geheel zacht verder koken onder regelmatig roeren. Blijf afschuimen. Terwijl

de erwten en het vlees zacht koken, snijd je de prei, de ui en de aardappelen. Voeg ze toe in de pan en verhit op laag vuur totdat de erwten gaar zijn (anderhalf tot drie uur; de spliterwten moeten stukken). Haal het vlees uit de pan, verwijder de botten en snijd het fijn. Doe het vlees terug in de pan. Knip de blaadjes selderij fijn met een schaar. Op het laatst de rookworsten in de erwtensoep verwarmen

(een kwartiertje) en de selderij erdoor roeren. Maak op smaak met peper en zout. Serveer met roggebrood en katenspek.

## Tip:

Omdat ik het altijd moeilijk vind om soep met peper en zout op smaak te brengen, zeker bij grote hoeveelheden, gebruik ik bouillonblokjes. In dit geval 10 bouillonblokjes op 5 liter water.

In de week van 18 – 22 november 2013

## Gratis bloedsuikertest in het Gezondheidshuis

**In de periode rond de Wereld Diabetes Dag is er extra aandacht voor diabetes. Omdat het belangrijk is dat diabetes in een vroeg stadium ontdekt wordt, organiseert Apotheek Gezondheidshuis, in samenwerking met de doktersassistenten en de praktijkverpleegkundigen van de huisartsen in het Gezondheidshuis, een bloedsuikertestweek.**

In de week van 18 tot 22 november kan iedereen gratis zijn of haar bloedsuiker laten testen, van 9.00 – 12.00 uur en van 14.00 – 17.00 uur.

Steeds meer mensen in Nederland hebben diabetes. Diabetes heet ook wel suiker-

ziekte; er zit dan te veel suiker (glucose) in het bloed. Ook is er een grote groep mensen die diabetes heeft, maar dat nog niet weet. Als u diabetes heeft, is het goed om dat op tijd te weten. Als u geen diabetes heeft, is het goed om te weten wat u zelf kunt doen om te zorgen dat uw risico op diabetes klein blijft: door gezond te leven, niet te roken, niet te veel en te vet te eten en iedere dag minstens een half uur te bewegen. Iedereen kan diabetes krijgen, maar mensen die ouder zijn dan 45 jaar hebben een groter risico. Ook mensen met een te grote buikomvang hebben een groter risico op diabetes. En mensen van Turkse, Marokkaanse en vooral Hindoestaanse afkomst.



## GOED SCHEIDEN HET KAN ECHT

Wie gaat scheiden heeft behoefte aan rust en zekerheid. Aan goed onderling overleg. Concrete stappen en overzicht, zodat jullie weten waar je staat. Met goede afspraken die werken in de toekomst.

**2 DIVORCE**

Sabine Toornvliet  
06 - 41 517 877  
[toornvliet@2divorce.nl](mailto:toornvliet@2divorce.nl)  
[www.2divorce.nl](http://www.2divorce.nl)

Vast tarief,  
eerste  
adviesgesprek  
gratis

**2 DIVORCE - SCHEIDEN MET BEGRIP**

Pedicure Praktijk  
Gea Herkert

**10% Korting  
Op een 1<sup>e</sup> voetbehandeling**

Stinsweg 7  
8042 AZ Zwolle (Westenholte)  
Tel: 038-4224323  
Praktijkruimte op begane grond  
Aangesl. Bij Brancheorganisatie Pro-Voet  
[www.pedicurepraktijkgeaherkert.nl](http://www.pedicurepraktijkgeaherkert.nl)

Het testen van de bloedsuiker gebeurt door middel van een vingerprik. Binnen enkele seconden is de uitslag bekend. Omdat een te hoog bloedsuiker alléén niet meteen betekent dat u diabetes heeft, bieden we u tevens de Diabetesrisico-test aan. Dit is een scoreformulier dat u zelf kunt invullen en waaruit blijkt of u een verhoogd risico heeft op diabetes. Indien blijkt dat uw bloedsuiker verhoogd is en dat u ook een verhoogd risico heeft op het krijgen van diabetes, dan is één van de praktijkverpleegkundigen van de huisartsenpraktijk beschikbaar voor vragen en verder onderzoek.

Het testen gebeurt in de spreekkamer van Apotheek Gezondheidshuis, locatie Werkeren aan de Werkerlaan 158.

# Stadshagenrun

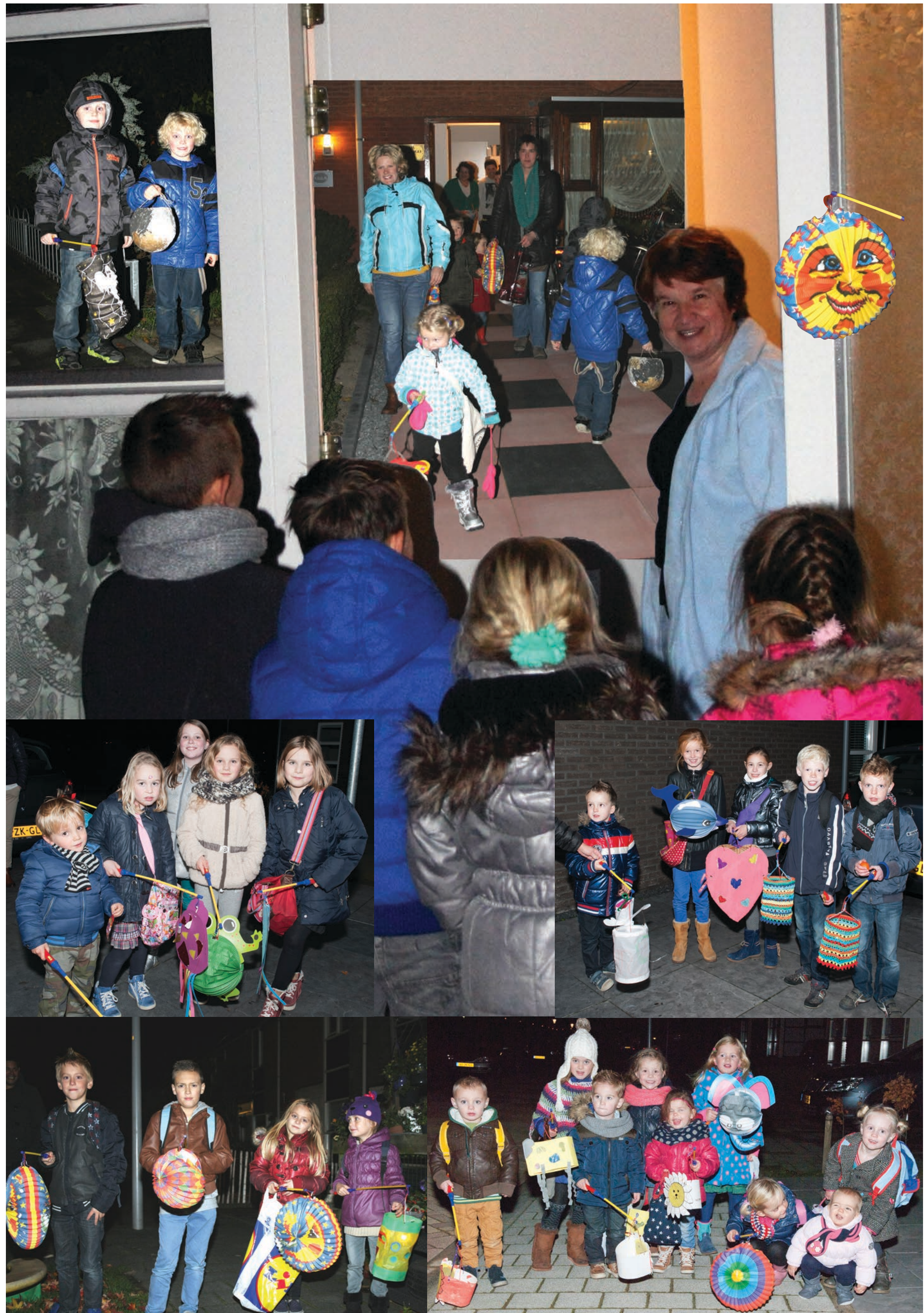


Foto's:  
Evert Jan van der Gonde  
Marc Blommers



# St. Maarten in Stadshagen

Foto's: Freddie van ter Beek, Firoozeh Azimi Nobar



# Fitplaza is alles om in stijl aan uw gezondheid te werken

Fitnessclub

Nieuwste  
lessen

Wellness  
center

Persoonlijke  
begeleiding

## The GoodLife Company!

Meer heeft u niet nodig om u goed te voelen

### Fitplaza is anders

U zoekt een plek om aan uw gezondheid te werken, maar u stelt hogere eisen? Bij Fitplaza, het comfortabele sport en lifestyle instituut, geniet u een verademend andere aanpak. "The GoodLife Company" trakteert u op de ambiance en kwaliteit waar u prijs op stelt. Bovendien verwennen we u met verrassende veelzijdige mogelijkheden. Welkom bij iets totaal anders: Fitplaza!

LIFESTYLE  
FITNESS  
GROEPSLESSEN  
BEGELEIDING  
SQUASH  
TENNIS  
WELLNESS  
MASSAGE  
KNIPPEN  
FYSIOTHERAPIE  
DANSEN  
GRANDCAFÉ

Join  
The Goodlife  
Company!  
Word nu lid!  
[fitplaza.nl](http://fitplaza.nl)

Fitplaza   
THE GOODLIFE COMPANY



Palestrinalaan 913 • 8031 VA Zwolle • Telefoon: 038 - 45 45 100 • [fitplaza.nl](http://fitplaza.nl)

“Ik heb daar niet echt een truc voor maar het gebeurt gewoon als ik op het podium sta”

## A star is born: Puck Briek wil mensen vermaken

door Judith van Leeuwen

**Twaalf jaar is ze nog maar, Puck Briek, maar haar debuut op de Nederlandse televisie heeft ze inmiddels al gemaakt. Bij het programma Comedy Kids van RTL 4 trad ze onlangs op als comédienne. De komende weken wordt duidelijk of ze meedoet in de finale die halverwege november te zien zal zijn.**

Mensen aan het lachen maken vindt ze leuk. “Mijn vriendinnen zeggen vaak dat ik grappig ben en apart. En dat ik me anders kleed dan de andere meisjes in de klas. Gewoon, dat ik wel opval.” Haar eerste optreden gaf ze al toen ze anderhalf jaar was, met de luier nog om. “Ik danste dan voor iedereen. Toen ik wat ouder werd, verkleedde ik me vaak en gaf shows als Karate Puckie, maar daar was m’n vader niet zo blij mee”, lacht Puck enthousiast.

### Comedy Kids

Entertainen zit Puck in het bloed en daarom gaat ze op haar achtste naar de Nederlandse Jeugd Musical School Zwolle. “Ik ben heel blij dat ik daar op heb gezeten. Ik heb heel veel geleerd. Hoe je bijvoorbeeld samen een goede voorstelling kunt maken, elkaar lekker oppept, want een toneelstuk speel je samen. Voor mezelf heb ik geleerd om te letten op mijn houding als ik sta, dans of zing.”

Het was oprichtster Gina Maria van de Musical School die Puck enthousiast maakte voor het programma Comedy Kids. Nadat de school was benaderd met de vraag of daar nog bijzonder talent rondliep, dacht Gina Maria meteen aan de jonge Zwolse. Puck stuurde een filmpje in en werd toegelaten. “Ik deed ‘Sjaan’. De act heb ik zelf bedacht maar Sjaan niet. Mijn moeder en een vriendin van haar waren tijdens carnaval Sjaan en Shirley. Twee niet al te slimme dames die heel Amsterdams praten. Voor het filmpje heb ik toen Sjaan gespeeld.”

Puck’s optreden in het televisieprogramma eind oktober ging goed. We kijken het fragment tijdens ons gesprek even terug maar Puck doet de handen voor de ogen. Ze vindt het gek om zichzelf te zien. “Toen ik het de eerste keer terugkeek dacht ik: sta ik nou gewoon voor schut? Het is wel anders dan wanneer je heel goed kunt zingen. Maar ik vind het supervet dat ik op televisie ben geweest.”

Bij Comedykids heeft iedere deelnemer ook een coach. Puck’s coach is Carlo

Boszhard. “Hij is heel grappig.” Ze heeft al veel van hem geleerd. “Dat ik niet zo snel moet gaan. ‘Je gaat er als een razende doorheen, neem de tijd’, zegt hij dan. Ik denk er nu veel beter bij na. Mensen moeten tijd krijgen om naar je te kunnen kijken en luisteren.”

### Talent

Puck groeide op in Stadshagen maar woont sinds begin van het schooljaar, samen met haar broer, doordeweeks bij haar moeder in Arnhem. In de weeken-

den is ze regelmatig bij haar vader in Stadshagen te vinden. Afgelopen zomer speelde ze de rol van boswachter in de afscheidsmusical op haar school De Vlieger. Op haar nieuwe, middelbare school in Arnhem kan ze haar talent verder ontwikkelen. Er is daar een toneelgroep, waar ze inmiddels al deel van uit maakt. “Het is leuk om met kinderen om te gaan die dezelfde ambities hebben als ik. Met mijn vriendinnen Iris en Sara fantaseer ik vaak over later. Dat we dan samen als collega’s over de rode loper lopen.” Dat Puck later actrice wil worden, staat als een paal boven water. “Ik ga naar de toneelschool,” zegt ze stellig. “Ik wil later in films spelen, of toneelstukken of musicals. Eigenlijk wil ik alles,” zegt ze enthousiast. “Alleen wil ik wel beroemd worden omdat ik een talent heb en niet omdat ik voor paal loop, zoals bijvoorbeeld Barbie”, voegt ze er beslist aan toe.

Puck showt haar talent momenteel bij het RTL4 programma. Misschien mag ze door naar de finale, halverwege november. Winnen of niet, genieten doet ze: “Als ik op het podium sta, krijg ik heel veel energie. Ik ben dan niet mezelf, maar dat personage, dat gaat vanzelf.” Ze rent van haar stoel en laat vlug twee kadootjes zien die ze voor haar vriendin Sara heeft gekocht. “Ik heb zo een feestje!”



Puck Briek

Foto: Yvonne Waslander

Zwolle



*Naam: Puck Briek  
Geboortjaar: 2001  
Geboorteplaats: Zwolle  
Woont met broer afwisselend in Zwolle en Arnhem*

Volg Puck bij Comedy Kids en kijk het optreden van Puck terug op: [bit.ly/HJrDs1](http://bit.ly/HJrDs1)

## Gül en Roos door Ree

### Aflevering 6 “Zwartwerkers”

Het verhaal van Gül en Roos gaat over twee vriendinnen die lief en leed met elkaar delen. Iedere gelijkenis met bestaande personen berust op toeval, maar de wijk waar ze wonen zou zomaar Stadshagen kunnen zijn...

De ouders van Roos zijn op bezoek. “Waar is je Turkse vriendin?” vraagt haar moeder. “Ja, komt ze niet van die lekkere koekjes brengen?” vraagt haar vader. “Die heten bakkalevaas, opa”, roept kleine Cas. “Ik vind ze ook zoooo fijn, maar tante Gül komt niet meer zo vaak bij ons.” “Jullie hebben toch geen ruzie?” vraagt oma ongerust. Roos aarzelt: “Tja ... eh

... Gül is aan het werk”. “Wat doet ze?” vraagt de oma van Cas nieuwsgierig. “Nou ja, ze heeft een paar weken geleden een oude mevrouw geholpen die hier in de wijk woont. Die mevrouw was gevallen in de supermarkt en Gül heeft haar naar huis gebracht en nu kookt ze voor haar, ze wast en ze maakt het huis schoon en Erdal klust ’s avonds na zijn werk. Het huis

van die mevrouw is al in jaren niet geschilderd en er is van alles kapot.” “Nou, dat is toch mooi,” vindt de vader van Roos. “Dat komt natuurlijk omdat Turken het heel belangrijk vinden om voor hun oudere familie te zorgen.” “Ik zie jou dat nog niet doen, als wij oud zijn, Roos.” “Maar dat is toch geen baan,” zegt oma. “Ze verdienen daar natuurlijk niks mee.” “Roos zegt: “Nou ja, eigenlijk wel ... tien euro per uur. Die mevrouw kan het gemakkelijk betalen, maar Gül is er wel vier uur per dag en Erdal elke avond wel twee uur.” Opa weet niet wat hij hoort. “Dat is een goudmijntje en allemaal zwart natuurlijk. Allemaal over de ruggen van de belastingbetalers.” Roos vindt haar vader wel heel erg rechts, maar eigenlijk had

ze dat ook wel verwacht. “Er is toch zo’n soort witte-werkstersplan,” zegt oma, “dan is het gewoon legaal, of hebben jullie dat hier niet?” Er wordt een sleutel omgedraaid in de buitendeur. Gül en Roos lopen bij elkaar in en uit, omdat ze zulke dikke vriendinnen zijn. “Ha, opa en oma,” roept Gül. “Wat gezellig dat jullie er zijn, net op tijd om de nieuwe kleren te bewonderen, die ik voor mij en de kinderen heb gekocht. En ik heb gebakjes, niet zelfgemaakt, maar gekocht bij Bakker Bart, ... gelukkig heb ik er genoeg voor ons allemaal ...”

Wordt vervolgd

Sloten horen bij het Hollandse polderlandschap. Het groene kroos dat er soms indrijft, in zekere zin ook. Ook bij je thuis in de vijver kun je het aantreffen. Maar wat voor functie heeft het? Lees meer over (bult)kroos in deze editie van de Vinexpress.

Kroos, ook wel eendenkroos (lemna) genoemd, is het kleinste bloeiende plantje op aarde: één klein blaadje met maar één wortel. Je vindt het van mei tot oktober vooral in stilstaand of traagstromend water. Kroos groeit twee keer zo snel als maïs en kan zich in vier dagen tijd verdubbelen. En zo de hele oppervlakte volledig bedekken. Bij vrieskou zinkt het plantje tijdelijk naar de bodem.

### Bultkroos

Als je goed kijkt, zul je zien dat er verschillende soorten kroos zijn. Onderling verschillen ze niet veel. In Nederland maak je de meeste kans om bultkroos (lemna gibba) te zien. Deze soort kan zich met luchtblazen laten opzwellen. De groene blaadjes zijn eivormig en hebben vaak een rode verkleuring. Bultkroos bloeit in april t/m juli er komen dan groene bloemetjes aan. Andere soorten die in Nederland voorkomen zijn: puntkroos, kleine kroos, dwergkroos en knopkroos.

### Negatieve eigenschappen kroos

Heb je een vijver dan is de kans groot dat je kroos krijgt. Dit komt onder andere doordat er kleine kroosplantjes aan de poten van vogels blijven plakken. Of een kikker verplaatst het met zijn lijfje. Omdat het zich zo snel vermenigvuldigt en deelt is het aan te bevelen om zo vaak mogelijk het kroos met een net te verwijderen. Want het staat dan misschien wel idyllisch zo'n groene vijver maar voor de meeste waterplanten en vissen is deze situatie funest. Dit komt omdat er geen zonlicht in het water kan doordringen. De waterplanten sterven af en gaan rotten. Dit rottingsproces gebruikt alle in het water aanwezige zuurstof waardoor ook de vissen sterven. Bovendien gaat



Foto: Freddie van ter Beek

het water stinken omdat er gassen bij het rottingsproces vrijkomen.

### Positieve eigenschappen kroos

Naast de negatieve eigenschappen heeft kroos ook positieve eigenschappen. Zo is eendenkroos goed te gebruiken als veevoer want het zit boordevol eiwitten en is gemakkelijk te kweken. Het kan door de stijgende voerprijzen een alternatief zijn voor sojameel. Vanwege de groeiende wereldbevolking (en stijging van de vleesconsumptie) kijken onderzoekers van de Wageningen Universiteit of eendenkroos ook voor mensen geschikt is. Eén hectare eendenkroos levert net namelijk net zoveel eiwit op als tien hectare soja. Eendenkroos zou dus wel eens het ei van Columbus kunnen zijn voor onder andere het behoud van het tropisch regenwoud. Wie weet hebben we straks naast de Big Mac, de Big fat duckweed.

Er zijn diverse onderzoeken uitgevoerd naar kroos. Kroos inzetten als waterzuiveraar of toepassen als biobrandstof bijvoorbeeld. Tot grote praktijktoepassingen hebben deze studies nog niet geleid.



Het lijkt wel groene soep maar het is kroos

Foto: Tamara Klappe

## Happy Vinex Life!

# Dansende lichtjes

Opgewonden kinderstemmen en dansende lichtjes. De voorbodes van een avond gevuld met oneindig veel zoetheit. Elk jaar lopen we in onze buurt met kleurige lampionnen en een deels geïmproviseerd repertoire aan st. Maartenliedjes. In onze oude wijk vermeden wij stevast bepaalde huizen, maar hier hoeven we eigenlijk geen huisje over te slaan. "Kom je bij ons lopen?" vraag ik aan mijn vriendin, "Het is hier zo gezellig!". En dat is ook echt zo. Hier zijn onze boys niet de enige kinderen die zingend van deur tot deur gaan. Hele hordes Zwollenaartjes wisselen elkaar af. Veel buurtbewoners kopen speciaal snoep in om uit te delen. Slechts een enkeling duikt na het liedje de kast in op zoek naar lang vergeten snoepgoed. Attente burens

zetten zelfs een kaarsje bij de deur als teken dat hier een liedje wordt beloond met iets lekkers.

Wandelend door de wijk genieten we van de roerigheid die dit kinderfeest met zich mee brengt. Slechts bij een enkel huis gaat de deur niet open. Niet thuis of geen zin om open te doen. Als moeder verzijn ik dan smoesjes voor de bewoners: "Zeker even naar het toilet" of "Misschien kunnen ze de bel niet horen" of "Misschien hebben ze per ongeluk het licht aan gelaten". Voor negativiteit is geen plaats op dit kinderfeest vind ik.

Schor, moe en verkleumd wordt thuis de zak omgekeerd op tafel. De meeste snoepjes kennen we, maar een enkel snoepje verradt dat de bewoner niet bij de be-

kende supermarkten shopt. Biologisch of etnisch van oorsprong zegt het iets over de verschillende achtergronden en culturen in onze wijk. Ik hou hiervan. Het snoepgoed gaat in een grote trommel die waarschijnlijk niet lang vol blijft. "Weet

je wat een goed idee zou zijn?" zeg ik tegen mijn vriendin, "Glühwein voor de meelopende ouders". Gezellige.

Sjoukje

De beste wijkkrant van Zwolle zoekt een...

## Bevlogen hoofdredacteur

- > Voorzitten en voorbereiden redactievergaderingen;
- > Aansturing besluitvorming inhoud van de Vinexpress en
- > Bewaking van de pluriformiteit van de krant.

Meer weten? Mail naar "bestuur@vinexpress.nl"

# Kinderen halen geld op voor KiKa

Door Alice Tekst

Shannon Koerhuis, Rosan Timmerman en Sanne Habers van de Wendakker hebben in de week van 14 tot 18 oktober een sponsorloop georganiseerd. Deze drie dames van 11 jaar hebben gezamenlijk met de andere kinderen van de bovenbouw van hun school geld ingezameld voor KiKa. Op dinsdag 5 november werd het geld overhandigd aan een vertegenwoordiger van KiKa, Jettie Kamphof.

Op de vraag hoe de meisjes op het idee kwamen, vertellen ze: "We hebben de film gezien 'Achtste groepers huilen niet'. Dat gaat over een meisje dat leukemie heeft. Aand het einde vertelt een meneer dat 25% van de kinderen die kanker krijgt, overlijdt. En met het geld van KiKa kan er onderzoek gedaan worden zodat over 10 jaar het geen dodelijke ziekte meer is maar net zoiets als hoofdpijn. Dat vonden wij zo zelig, daarom wilden we graag iets doen. Toen hebben we een sponsorloop georganiseerd voor KiKa." Op dinsdagmiddag 5 november was er in de aula van de school een heus feestje. Er werden liedjes gezongen en er waren verschillende optredens. Er werden twee prijsjes uitgedeeld. Een aan de klas die de meeste

rondjes, namelijk 65 rondjes door groep 8c, hadden gelopen en een prijs voor de klas die het meeste geld had opgehaald. Deze prijs werd gewonnen door groep 6c, zij hebben een bedrag van € 835,19 opgehaald! De prijsjes waren gemaakt door Shannon, Rosan en Sanne. Ook het feest was georganiseerd door deze drie meiden. Er werden een paar liedjes gezongen, er werd verteld hoe ze op het idee waren gekomen en een zelfgemaakte cheque werd overhandigd aan Jettie Kamphof. In totaal kreeg KiKa € 4760,16.

## Informatie KiKa

Jettie Kamphof werkt al een aantal jaren als vrijwilliger voor KiKa. Haar dochter Tineke is op 31-jarige leeftijd overleden aan kanker. Toen zij in het ziekenhuis lag, stond er een KiKabeertje in de vensterbank. Toen heeft Jettie zich bij deze organisatie aangemeld als vrijwilliger. Jettie Kamphof vertelt: "KiKa gebruikt dit geld voor onderzoek naar medicatie. Wij hopen dat in 2020 99% van de kinderen met kanker kan genezen. Ik heb ook een boek geschreven; 'Typisch Tineke'. Dit boek kost maar tien euro, de opbrengst gaat natuurlijk volledig naar KiKa."

Rosan, Sanne en Shannon hebben zelf het eerste contact gelegd met KiKa. Ze verstuurden een mail naar KiKa om te vertellen dat ze een sponsorloop gingen organiseren en dat ze graag contact wilden hebben met iemand van KiKa. Shannon: "Toen vertelde Jettie dat ze de oma is van Tessa en Robin en die zitten hier ook op school." Rosan vertelt: "Vorig jaar heb ik mijn haar 25 centimeter afgeknipt en dit in een vlecht in een envelop opgestuurd naar KiKa. Daar maken ze dan pruiken voor kinderen van."

## Hartverwarmend

Jettie Kamphof is heel enthousiast over de bijdrage van de meisjes voor KiKa: "Helemaal te gek als kinderen van groep 8 dit organiseren. Drie van die meiden die 11 jaar zijn. Ze hebben er 56 uur aan gewerkt. Zelf prijsjes gemaakt, ze hebben het feest zelf ook georganiseerd en alles klaar gezet. Dat is hartverwarmend!" Op de vraag of Sanne, Shannon en Rosan adviezen hebben voor anderen, komen er eensluidend deze tips: - nadenken over hoe lang moet iedereen lopen; - een brief schrijven aan KiKa - waar ze willen lopen - overleggen met school of ouders

- sponsorblad maken en sponsors zoeken. "En natuurlijk kijken op de website van KiKa!" [www.kika.nl](http://www.kika.nl)



Rosan, Sanne, Shannon overhandigen € 4760,16 aan Jettie Kamphof van KiKa.



De drie meiden vertellen waarom ze de sponsorloop organiseerden.

foto's: Marc Blommers

# De Sprankel verwelkomt 500<sup>ste</sup> leerling

Door Petra Mooibroek

Op het plein van basisschool 'De Sprankel' hebben zich 500 leerlingen verzameld met hun ouders om een feestje te vieren. Het is, ondanks de locatie in een vinexwijk, toch bijzonder dat zoveel ouders kiezen voor Bijbelgetrouw onderwijs en dat 'De Sprankel' na hun zevenjarig bestaan de vijfhonderdste leerling mag verwelkomen.

Chris Dam, directeur van 'De Sprankel': "Vijf jaar geleden is een nieuw schoolgebouw betrokken, dat met 14 lokalen zo'n 350 leerlingen kan huisvesten. Eén jaar paste 'De Sprankel' hier met alle kinderen in. Daarna werd al snel voor de bovenbouwgroepen een noodlocatie in gebruik

genomen. Op dit moment zitten daar zes van de twintig groepen en worden er voorbereidingen getroffen voor een tweede nieuwbouwlocatie."

## Als sterren in de nacht

Chris nam het woord en vertelde over Abraham, die het haast niet kon geloven toen God hem op een nacht de sterren liet tellen en zei dat hij zoveel nakomelingen zou krijgen. Ook hier in Stadshagen begon de school klein, maar kijk eens om je heen hoeveel kinderen God ons heeft gegeven!

Een klein meisje kwam met haar moeder bij de schoolleiders staan. Het was Julia Selles, zij is de vijfhonderdste leerling.

Ze kreeg een cadeau mee die ze thuis mag uitpakken. Maar niet alleen Julia, ook de andere kinderen kregen op deze dag een verrassing mee naar huis...

## Vuurwerk

"Vierhonderdzevenennegentig, vierhonderdachtenegentig, vierhonderdnevenennegentig, vijfhonderd!!!" riepen de kinderen en mochten eindelijk hun vuurwerklinten de lucht in schieten. Overal dwarrelden er gekleurde glimmende linten naar beneden.

Terwijl de kinderen weer naar hun klas gingen, dronken de ouders nog een kopje koffie op het plein.

foto's: Mirjam Kupers



De 500ste leerling Julia met haar vader



De kinderen schieten hun vuurwerklinten de lucht in

**Hoveniersbedrijf IJsselgroen**  
actief  
waar tuin en landschap samenkomen

Wij combineren uw wensen en onze kennis tot een samenhangend geheel.

**IJSSELGROEN**  
Telfordstraat 30a  
8013 RM Zwolle  
tel. (038) 466 91 51  
www.ijsselgroen.nl

TUINONTWERP - TUINAANLEG - TUINONDERHOUD  
sinds 1983

ibv aantekening diabetes- en reumavoet  
aangesloten bij VNRT en Provoet

**Lucy Hanselman**  
REFLEXZONETHERAPEUT | PEDICURE

Sterrenmos 6 | 8043 MK Zwolle  
038 - 46 61 028 | 06 - 134 92 898  
info@lucyhanselman.nl  
www.lucyhanselman.nl

**HALVE ZOOL?**  
Kwaliteitsschoenen verdienen het om vakkundig gerepareerd te worden

Schoenreparatie Harbrink & Zn  
Dobbe 5 Winkelcentrum Aa-Landen  
038-4538670  
www.schoenreparatieharbrink.nl

**Harbrink & Zn.**  
SCHOENREPARATIE • SLEUTELSERVICE

een gecertificeerd Meester Schoenmaker.  
Schoenmakers Gilde voor kwaliteitsreparatie.



# Groene Sint: van sla tot spinazie

Over een groene Piet durf ik eigenlijk geen woord te reppen want ik ben bang dat ik een zakje zout krijg. Wel ga ik de Groene Sint introduceren. Maar dan wel in de figuurlijke zin. Tijdens Sinterklaas en kerst geven we elkaar leuke en passende cadeautjes. Dat kan ook groen oftewel rekening houden met natuur en milieu.

Door publieksacties is het gelukt om bijna alle chocoladeletters eerlijk en duurzaam te laten zijn. Er is zelfs slaafvrije chocola te koop. Die term zet je toch wel even aan het denken. Duurzaam inkopen is niet altijd makkelijk, maar niet onmogelijk. Iets dat makkelijk stuk gaat of kort meegaat is meestal niet duurzaam. De energie en materialen die bij de productie gebruikt zijn, gaan verloren. Cadeaus die na gebruik nog goed zijn, zijn te verkopen op Marktplaats of weg te brengen naar een kringloopwinkel. Hergebruik van de grondstoffen is dan aan de orde. Uiteindelijk wordt het eens afgevoerd. En omdat afval niet meer bestaat, wordt het tot grondstof. Maar dan moet je het wel gescheiden kunnen inleveren. Stadshagen is goed op weg met het omgekeerd inzamelen. Maar het gedeelte dat nog steeds verbrand wordt en waarmee we grondstoffen vernietigen, is nog aanzienlijk.

## Eigen groenten en kruiden

We willen weten waar ons voedsel vandaan komt. Ook is het productieproces vaak onduidelijk. Wanneer zelfs meesterskoks een eigen tuintje blijken te hebben, wordt ook duidelijk dat het wel eens handig kan zijn om je eigen etenswaren te verbouwen. Kruiden in een pot en buiten zetten is toch al erg gemakkelijk. Supervers en altijd bij de hand. Dat geldt ook



Eenvoudige plantenbakken met groente voor eigen consumptie

Foto: [www.visionair.nl](http://www.visionair.nl)

voor vele groenten die je ook thuis kunt verbouwen. Of je nu een tuin of balkon hebt, het is mogelijk. Je hoeft niet perse een aparte moestuin hebben war je gewapend met schop en schopel naar toe moet. Nee, hoor er zijn eenvoudige, lichte en kleine kasjes van een paar m<sup>2</sup>, maar ook plantenbakken van diezelfde afmeting. Bekend zijn de kleine bakken van 1.20 x 1.20 m van de Makkelijke Moestuin. Je maakt daarin vierkante vakken van 30 x30 cm en je 16 vakjes voor allerlei kruiden en groenten.

## Sortiment

Bijna alles wat eenjarig is, is te poten

in je moestuin. Tuurlijk doe je alleen die groenten die je zelf lekker vindt. Dus wellicht geen spruitkool of radijs. Maar kies je favoriete groente en ga op ontdekkingsreis. Koop ik een jonge tomatenplant of zaai ik zelf de wortels. Het is echt leuk om je eigen groente te volgen tijdens de groei. Een slaplantje kan opeens ook gaan doorschieten en gaan bloeien. Ooit een bloem van een slaplant gezien? Wel eens een pompoen zien groeien tot een reus van meerdere kilo's? Ook erg leuk om dit samen met je kind te doen. Of hulp te vragen van je ouders die vaak nog wel wat ervaring hebben.

## Materialen

Google maar eens op plantenbakken, moestuin, raamtuinieren, verticaal tuinieren of makkelijke moestuin en ontdek kant-en-klare bakken en specifieke grond (substraat). Overigens heeft een beetje groencentrum ook al leuke bakken te koop. Dit zijn natuurlijk ook inspiratiebronnen voor de doe-het-zelvers! Plantjes zijn vaak op de markt te koop en zaden ook. Wellicht ken je iemand uit je omgeving die een eigen volkstuin heeft. Die kan je wellicht van tips voorzien en heeft wat plantjes over? De zaden zijn ook via internet te bestellen. Zoek maar eens op biologische zaden en zie dat er vele leveranciers zijn. Wanneer je je eigen groente wilt gaan eten, kom je ook voor dilemma's te staan. Stel er is vraat van een insect of rups. Ga je dan spuiten? Of haal je het eenvoudig handmatig weg? Wanneer je biologische zaden gebruikt dan weet je zeker dat er geen insectenbestrijdingsmiddelen gebruikt zijn. Die middelen zorgen voor een slechte bijstand. Kortom: gewoon doen, begin klein en geniet!

## Verlanglijstje

- Plantenbakken (of bouwtekening) of mobiel kasje
- Substraat/grond
- Klimrek voor stokbonen of tomaten
- Kruiden in een pot
- Groentezaden of voor gekiemde plantjes
- Plantenschepje
- Emmer
- Schaar
- Knielkussentje?
- Boek Jelle's Makkelijke Moestuin



# Stadshagen door de ogen van Goofy

## Aflevering 6

Als mensen net zo dicht met hun gezicht op de straat liepen als ik zouden ze vast ook allerlei smakelijks ruiken en zien. Dat je je daar verschrikkelijk in kunt vergissen heb ik pas gemerkt. 't Was wit en het rook naar pepermint en toen ik er aan likte had het een lekker smaakje, dus... zette ik er mijn tanden in. Nou, dat heb ik geweten. M'n kaken zaten zowat aan elkaar gelijmd en ik wist niet hoe ik dat klevrige, draderige spul uit mijn bek moest krijgen. Het vrouwtje was helemaal in paniek en toen ze de kauwgom...want dat was het...uit mijn bek had gehaald, was ze nog boos op me ook. Volgens mij gaat dat net zo met mensenkinderen en hun ouders. Ouders schrikken zich een hoedje als hun kinderen iets stouts doen en ze zijn reuze opgelucht als het goed afloopt, maar door de schrik geven ze hun

kinderen eerst op hun kop, voordat ze ze gaan knuffelen. Dat ging met het vrouwtje en mij al net zo. Je komt als hond ook veel smerige dingen tegen op straat. Tenminste...ik heb van mijn mensen begrepen dat hondenpoep heel erg vies is als je er per ongeluk in trapt en ze zeggen dat het stinkt. Daar heb ik minder last van...de poep van andere honden herinnert me er aan dat ik zelf ook een poepie moet doen, maar mensen hebben natuurlijk andere neuzen dan honden. Ik snap dus best dat ze poepzakjes hebben uitgevonden en ik vind ook dat de mensen in Stadshagen die wel wat vaker mogen gebruiken. En al die andere rommel die ze zomaar op straat gooien, die kunnen ze beter gewoon in de afvalbak doen, die zijn er genoeg. We willen een schone wijk, toch?







**Herman de Haan**  
de enige echte vuurwerkspecialist!

**Herman de Haan Vuurwerk**

Puttenstraat 15, 8281 BP Genemuiden

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

Webshop is geopend vanaf 1 December 2013!

In 10 minuten  
in Genemuiden  
Richting Hasselt  
Afslag Genemuiden

Het meest besproken vuurwerk van 2013 onder 1 dak!

10% korting tijdens de voorverkoop!

## LUNA PARK

Luna is een blauw poppertje dat zich graag verstoppt op [www.hemandehaanvuurwerk.nl](http://www.hemandehaanvuurwerk.nl). Weet jij Luna te vinden?



Luna park 2 t.w.v. €24,95

- 8 fontein
  - 2 grote vuurpijlen
  - 2 multishots cakes
  - 6 grondbloemen
- ideaal familieassortiment voor jong & oud

IK HEB MIJ VERSTOPT OP  
[www.hemandehaanvuurwerk.nl](http://www.hemandehaanvuurwerk.nl)  
VINDT MIJ EN WIN HET  
LUNA PARK 2 FAMILIE PAKKET!



## VUURWERKSHOW

7 December 19:30

Schering in Genemuiden

772. Kanonslagen  
slof à 200 stuks



van €1,95  
€0,95

773. Grondbloemen  
pakje à 25 stuks



van €1,50  
€0,95

774/775. Babypijl Knal of Fluit  
doosje à 120 stuks



€1,95

683. Happiness 4 stuks  
doosje à 4 fontein



€0,95

727. Superior Chinese Rol  
Rol à 14 meter



14 METER!

van €49,95  
€35,00



740. Earth Move  
Velle knettermijnen met rode, groene en oranje palmboketten.



€39,95

738. Confusion  
Gekleurde mijnen gevolgd door gekleurde wilgeffekten.



€39,95

742. Sky Palms  
Brocade glittermijnen gevolgd door brocade glitterboketten.



€43,00



### PYRO BANDITS

Cakes met de meest bijzondere effecten, nu tegen outlaw prijzen!

626. Cruelty  
Volop geweld met 5 salvo's!



20 Shots  
€19,95

624. Shaft  
12 wegzwerende sterren!



12 Shots  
€12,95

625. Shogun Warrior  
Gouden krachtpatser!



12 Shots  
€15,95

627. Heroes  
Luchtvlullend goud, prachtig!



36 Shots  
€24,95

Bij iedere  
Pyro bandit  
een gratis  
pijlenpakket  
T.W.V. €9,95

2 voor  
€12,50



Sylvester Fountains



3 voor  
€7,50

Delicious Thunder 36 shots



2 voor  
€25,00

Hysteria 13 shots



2 voor  
€10,00

Mr. Li Favourites 1 €49,95



### MR. LI FAVOURITES

Mr. Li Favourites 3 €99,95

Mr. Li Favourites 2 €69,95

## COMPLETE PROFESSIONELE SHOWBOXEN GESCHIKT VOOR PARTICULIEREN!

bij iedere box een  
**gratis**  
Panoramic Palms



712. Spirit of Beijing  
116 Schoten maximaal gevulde cake assortiment met grofgeweld en de meest ongekende effecten



van €139,-  
€99,00

410. Event 4 Seasons  
100 Shots cake assortiment van maar liefst 18Kg! Verschillende tempo versnellingen opbouwend naar een geweldige climax!



van €169,-  
€119,00

413. Immortal Gold  
100 Shots cake assortiment met in totaal 2Kg kruit. Ontdek zelf het verschil van A-klasse kruit.



van €175,-  
€139,00

730. Horizon of Holland  
3x 45 shots waarder assortiment met zeer brede mijnen en grote velle kleurboeketten



NIEUW!  
€139,95

Bekijk, beleef en bestel ons hele assortiment op [www.hemandehaanvuurwerk.nl](http://www.hemandehaanvuurwerk.nl)! Het beste vuurwerk voor u geselecteerd!

## Bingo Cultuurhuis

Elke tweede vrijdag van de maand kunt u terecht in het Cultuurhuis voor de bingo. In de maand december is er een kerst-bingo op vrijdag 13 december. Kosten van een bingokaart € 0,50. Een lekker hapje wordt u aangeboden.

## Buurtrestaurant De Streek 20 december

Wijkrestaurant De Streek vindt elke derde vrijdag van de maand plaats. Vrijdag 20 december, staat er jachtschotel, puree en stoofpeertjes op het menu. De vrijwilligers bereiden 's middags het voor- en nagerecht voor en zorgen voor een sfeerrijke ambiance. Aanmelden kan in het Cultuurhuis of via tel. 038 8515 760, uiterlijk tot en met maandag 16 december.

## Filmclub Stadshagen presenteert 'Alles is Familie'

Romantische komedie In Alles is Familie is iedereen binnen de familie De Roover op een punt in zijn leven beland waarin het maken van cruciale keuzes onvermijdelijk is. Zo wil Winnie een baby, haar man Rutmer wil dichter bij zijn gevoel komen, zijn broer Charlie wil vooral geen verantwoordelijkheid en hun zwager Dick wil zijn overleden vrouw terug.

Datum: 11 december van 19.45 - 22.00 in het Cultuurhuis Stadshagen, Werkerlaan 1

Kosten: € 3,00 voor een los kaartje en € 15,00 voor een strippenkaart (6x), kosten zijn incl. koffie/thee.

## Expositie aquarellen van Jaap aan het Rot

De 83-jarige Jaap aan het Rot is begonnen met schilderen nadat hij met pensioen ging. Zijn aquarellen zijn zeker de moeite van het bekijken waard. Jaap maakt prachtige beelden van de natuur en in het bijzonder van het gebied rondom de IJssel. In de maanden november en december kunt u zijn aquarellen bewonderen in het Cultuurhuis Stadshagen, Werkerlaan 1.

## Health Check in het Cultuurhuis

Komt u ook? Op donderdag 21 november in het Cultuurhuis van Stadshagen is er een health check, verzorgd door twee verpleegkundigen van Buurtzorg. Tussen 10 en 12 uur kunt u uw bloedsuiker en uw bloeddruk laten meten, daarnaast kunt u voor zorggerelateerde vragen ook bij ons terecht. U bent van harte welkom.

## Buurtzorg nu ook bij u in de buurt

Op 5 december 2011 is Buurtzorg team Zwolle West van start gegaan. Wij bestaan nu bijna twee jaar. De hoogste tijd om u op de hoogte te brengen over wie wij zijn en wat wij doen. Ons enthousiaste team bestaat uit verpleegkundigen en wijkzakenverzorgenden. De wijken waarin wij werken zijn Stadshagen en Westenholtte. Wij leveren alle verpleegkundige zorg. Hierbij kunt u denken aan persoonlijke verzorging zoals het ondersteunen bij wassen/aankleden maar ook wondverzorging, specialistische zorg, zorg na een ziekenhuisopname en terminale zorg. Buurtzorg werkt met kleine zelfsturende teams. Een Buurtzorgteam bestaat uit maximaal twaalf medewerkers. Deze medewerkers zijn verdeeld over de wijken zodat het aantal medewerkers voor de cliënt zo klein mogelijk blijft. Daarnaast zijn wij sinds augustus 2013 een + team, dit houdt in dat wij een eigen fysiotherapeut en ergotherapeut binnen ons team hebben waar u en wij een beroep op kunnen doen. Om zorg van ons te krijgen hoeft u geen lid te zijn van een thuiszorgorganisatie. U kunt ons 24 uur per dag bereiken op nummer 06 10 37 95 50. U krijgt dan een medewerker van het team aan de lijn. De intake kan veelal dezelfde dag plaatsvinden al dan niet gecombineerd met het eerste zorgmoment. Ons kantoor bevindt zich in het Cultuurhuis op de 3e etage, Werkerlaan 1c.

Zijn er nog vragen dan kunt u ons altijd bellen en/of mailen: [zwollewest@buurtzorgnederland.com](mailto:zwollewest@buurtzorgnederland.com).



## Stijldansen in het Cultuurhuis

Wekelijks zijn er op dinsdagavond twee groepen die stijldansen in het Cultuurhuis. Het stijldansen onderscheidt zich in twee verschillende dansstijlen, Ballroom en Latin American. Beide komen tijdens de les aan bod. Onder Ballroom dansen valt onder andere de Engelse Wals, de Tango, Quickstep en Weense Wals. In tegenstelling tot de Ballroomdansen wordt bij de Latin American dansen niet heel strak in de houding gedanst, maar is de houding losser en mag men de houding 'breken'. Voorbeelden van Latin American zijn de Chachacha, Rumba, Jive, Mambo en Merengue.

Wilt u graag een keer kennismaken met het stijldansen en heeft u geen of een beetje ervaring, dan is de beginnersgroep (niv. 2) een uitermate geschikte groep voor u, zij hebben les van 19.00 - 20.15 uur. Heeft u al enige ervaring dan kunt u zich aansluiten bij de gevorderden (niv. 3), 20.15 - 21.30 uur. Voor een gratis proefles en/of meer informatie kunt u contact opnemen met het Cultuurhuis, tel. 038 8 515 760.

## Elke donderdagochtend sportief beginnen?

Elke donderdagochtend, 9.15 - 10.15 uur, is er een enthousiaste groep die deelneemt aan Sportfit in het Cultuurhuis. Sportfit is een beweeg-/sportvorm, waar-

bij u uw uithoudingsvermogen traint met bijvoorbeeld gewichtjes en dynabands. Naast het trainen van het uithoudingsvermogen, doet men ook spierversterkende (pilates-)oefeningen, loopvormen en (bal-)spelen. Kortom, een gedifferentieerd sportuur.

## Een levensboek schrijven

Een goed idee, maar de meeste mensen komen er niet aan toe. Het is zoveel, hoe pakt u het aan, wie helpt daarbij? Door samen met een vrijwilliger een levensboek te maken, heeft u de gelegenheid om uw verhaal te vertellen en op papier vast te leggen. Voor uzelf om terug te kunnen kijken of om door te geven aan uw (klein)kinderen en andere mensen die u lief heeft. In ongeveer acht gesprekken praat de vrijwilliger met u over uw leven. Dat gebeurt aan de hand van een aantal onderwerpen: 'relaties', 'wonen', 'opleiding', 'beroep' en 'kijk op het leven'. De vrijwilliger helpt vervolgens bij het ordenen en beschrijven van het verhaal. Daarna maakt u er samen een levensboek van, met beeldmateriaal als foto's, gedichtjes of andere illustraties. De gesprekken vinden plaats bij u thuis. De kosten voor het maken van een levensboek zijn €35,-. U krijgt twee exemplaren. Heeft u interesse in het maken van een levensboek? Neem dan contact op met: Janneke Stegeman, [j.stegeman@wijz.nu](mailto:j.stegeman@wijz.nu).

# Vrijwilligerswerk in de wijk

**In onze wijk Stadshagen worden vele activiteiten mogelijk gemaakt door vrijwilligers. Wilt u ook een organisatie of een persoon in uw buurt helpen? Vrijwilligerscentrale ZwolleDoet! biedt diverse vrijwilligersvacatures. Een greep uit de mogelijkheden:**

## TRAINER

### Enthousiast - spreekvaardig - intuïtief

Sensor is 24 uur per dag bereikbaar voor mensen die behoefte hebben aan een vertrouwelijk gesprek. Per telefoon, per mail en dagdelen ook per chat. De gesprekken gaan over allerlei onderwerpen: eenzaamheid, verslaving, relatieproblemen of ziekte. Stoom jij de nieuwe vrijwilligers klaar? Je bent ook betrokken bij het selecteren van nieuwe vrijwilligers en het opstellen van het inhoudelijke beleid ten behoeve van het werk aan de telefoon (en chat). Aanmelden of meer info? Neem contact op met Vrijwilligerscentrale Zwolle en vermeld vacaturnummer VAC-18159ST.

## VROLIJKE NOOT

### Vriendelijk - actief - enthousiast

Showband Jubal Zwolle vermaakt het publiek met eigentijdse muziek en verrassende shows. Zet jij de koffie klaar? Tijdens de repetities ben je aanwezig in de bar en zorg je voor koffie, thee, fris et cetera. Je kunt eventueel ook ingezet worden tijdens bijzondere activiteiten van de vereniging. Aanmelden of meer info? Neem contact op met Vrijwilligerscentrale Zwolle en vermeld vacaturnummer VAC- 36181ST.

## OPMAKER

### Betrokken - fanatiek - punctueel

De Vinexpress is de maandelijks verschijnende wijkkrant van Stadshagen. Deze full colour krant wordt gemaakt door een groep fanatieke vrijwilligers. Springt jouw opmaak vaak in het oog? En heb je belangstelling voor je wijk? Doe er wat mee bij de Vinexpress. In overleg maak je maandelijks een aantal pagina's op voor de wijkkrant. Aanmelden of meer info? Neem contact op met Vrijwilligerscentrale Zwolle en vermeld vacaturnummer VAC- 24502ST.

## WANDELMAATJE

### Buiten - sportief - samen

Woonvoorziening de Fonteinkruid maakt onderdeel uit van Stichting Epilepsie Instellingen Nederland (SEIN). Er is plaats voor 40 cliënten met epilepsie met al dan niet een verstandelijke of lichamelijke beperking. Een vrouwelijke bewoner zoekt iemand om eens per week een korte wandeling door Stadshagen mee te maken, maximaal een half uur. Je overlegt met mevrouw wanneer je afspreekt. Aanmelden of meer info? Neem contact op met Vrijwilligerscentrale Zwolle en vermeld vacaturnummer VAC- 36211ST.

Om direct de juiste contactgegevens te krijgen voor deze vacatures of voor hulp bij het vinden van een andere vacature die bij je past, bel je 038 - 422 52 00 of bezoek je Vrijwilligerscentrale ZwolleDoet! aan de Assendorperstraat 48. [www.zwolledoet.nl](http://www.zwolledoet.nl).





# HEEL STADSHAGEN KAN KIEZEN VOOR GLASVEZEL.

### Eindelijk glasvezel.

De wereld wordt meer en meer digitaal. En door ontwikkelingen als online tv-kijken groeit ons internetgebruik elk jaar met ruim 60%. Nederland is toe aan glasvezel. Een glasvezelnetwerk maakt die groei mogelijk, nu én in de toekomst. Reggefiber legt glasvezel aan. Een enorme klus die we alleen met z'n allen voor elkaar kunnen krijgen. We zijn al goed op weg. Inmiddels hebben we meer dan 1,5 miljoen huishoudens aangesloten op glasvezel. Nu is Stadshagen aan de beurt. En daar hebben we uw hulp bij nodig. We kunnen immers pas glasvezel aanleggen als de inwoners het zelf willen. Glasvezel komt er als 30% van de huishoudens in het aansluitgebied vóór 12 januari 2014 ervoor kiest.

### Wie wordt uw serviceprovider?

U kiest voor glasvezel door een glasvezelabonnement bij een serviceprovider af te sluiten. U hebt onder andere de keuze uit onderstaande serviceproviders. Ga naar [www.eindelijkglasvezel.nl/zwolle](http://www.eindelijkglasvezel.nl/zwolle) voor een volledig overzicht.



### Martin Rosendal, lid initiatiefgroep.

'Als constructietekenaar doe ik mijn 3D-tekenwerk op de computer. Hopelijk gaat flexwerken en thuiswerken in de toekomst ook voor mij mogelijk worden. Daarbij is een goede up- en downloadsnelheid een must om mijn werkzaamheden uit te kunnen voeren. Als Stadshagen glasvezel krijgt ben ik klaar voor nu én de toekomst.'



Het komt  
als 30%  
ervoor  
kiest!

# Gratis cadeau

t.w.v. € 350,- bij een  
nieuwe CV-ketel\*



\* Kijk voor de actievoorwaarden op [www.energiewacht.nl](http://www.energiewacht.nl).

**Maak direct een afspraak. Bel 0800 15 87 of kijk op [www.energiewacht.nl](http://www.energiewacht.nl)**

Is uw CV-ketel aan vervanging toe? Dan is dit uw moment. Want alleen nu ontvangt u bij aanschaf van een nieuwe CV-ketel een Media Markt-cadeaukaart t.w.v. 350 euro! Met deze cadeaukaart kunt u uit het hele assortiment van Media Markt zelf uw cadeau kiezen. Denk bijvoorbeeld aan een nieuwe televisie, tablet of wasmachine. Profiteer van deze unieke actie en vervang nu nog uw CV-ketel. **Kijk voor meer informatie op [www.energiewacht.nl/cvketel](http://www.energiewacht.nl/cvketel).**

Samen met



**Energiewacht  
Groep**



Voor al uw aankopen!

# WINKELCENTRUM STADSHAGEN

**Verrassend compleet én gratis  
overdekt parkeren!**

**HÉT WINKELCENTRUM VAN ZWOLLE MET RUIM 30 WINKELS!**

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

