

Vinexpress

Stadshagen



05 Blalobrug



07 WVF



17 Dierenvrouwetje

Wijkkrant
13e jaargang
april 2015

- 03 Wijkagent over inbraken
- 04 De Groene Loper
- 05 Nieuwe infrastructuur
- 11 Torteltuif Akkerbergplein

Stadshagen blijft aanvliegeroute

Lelystad Airport mag fors uitbreiden

Door Jac de Groot

Op 31 maart werd door de Staatssecretaris van Infrastructuur en Milieu Wilma Mansveld het luchthavenbesluit overhandigd op vliegveld Lelystad. Dit houdt in dat dit vliegveld continentale vluchten van Schiphol Airport overneemt, zodat laatstgenoemde luchthaven verder kan groeien als mainport voor intercontinentale- en overstapvluchten. De uitbreiding van Lelystad Airport betekent dat Stadshagen gaat fungeren als aanvliegeroute voor de dalende vliegtuigen.

Lelystad Airport mag, zoals omschreven in het Luchthavenbesluit, in drie fasen groeien, waarbij uitgegaan wordt van maximaal tienduizend vliegbewegingen per jaar in 2018. Een vliegbeweging is landen of opstijgen. Dit komt neer op ongeveer veertien vliegtuigen per dag in 2018. Tussen 2023 en 2033 mag de luchthaven groeien naar vijfentwintigduizend vliegbewegingen per jaar. Afhankelijk van de evaluatie van deze twee fasen wordt besloten of er na 2033 uitgebreid mag worden naar vijftienveertigduizend vliegbewegingen per jaar. Dit komt neer op zeven miljoen passagiers per jaar. Met deze cijfers zou Lelystad daarmee het grootste regionale vliegveld van Nederland worden. Op dit moment is Eindhoven Airport de grootste regionale luchthaven met bijna vijf miljoen passagiers per jaar. De vluchten, die Lelystad Airport zal verwerken zullen voornamelijk vakantievluchten zijn, van en naar bestemmingen in het zuid- en zuidoosten van Europa.

Zwolle als aanvliegeroute

Het is een understatement te stellen, dat het niet leuk is voor de bewoners van de gemeenten Zwolle, Kampen en Zwartewaterland dat er vanaf 2018 dalende vliegtuigen boven de huizen vliegen. Echter,



Foto Josette Veltman-de Greef

deze aanvliegeroute lijkt de enige reëel mogelijke optie te zijn. Het IJsselmeer als aanvliegeroute is niet mogelijk, omdat deze dienst doet als buffer voor Schiphol Airport. Vliegtuigen die (nog) niet kunnen landen, cirkelen boven het IJsselmeer. Een aanvliegeroute boven Nationaal Park De Hoge Veluwe zou grote frustratie oproepen bij natuur- en milieuorganisaties.

Hoe zal dan de aanvliegeroute boven Zwolle er uitzien? De vliegtuigen komen vanuit het zuidoosten, uit de richting van Heino en Raalte, naar Zwolle en zullen over Stadshagen vliegen, waarbij ten noorden van Zwolle een bocht naar links gemaakt zal worden, waardoor de vliegtuigen in een rechte lijn naar de landingsbaan kunnen vliegen. Bij het maken van een bocht voorafgaand aan de landing, zal het vliegtuig vaart moeten minderen, waarbij geluidsoverlast veroorzaakt

wordt. Dit heeft met name gevolgen voor bewoners in Stadshagen-Noord, Berkum en de Aa-landen. In de huidige plannen betekent dat ongeveer één vliegtuig per uur in 2018, tot drie vliegtuigen per uur vanaf 2033.

Bezwaren

De gemeente Zwolle is van mening dat vliegtuigen boven Stadshagen te laag zullen overvliegen. De gemeente pleit daarom voor een vlieghoogte van achttienhonderd meter ter hoogte van Zwolle. Het ministerie van Infrastructuur en Milieu ging in 2013 uit van een vlieghoogte van twaalfhonderd meter. Inmiddels is duidelijk dat deze hoogte aanzienlijk lager zal komen te liggen, namelijk op negenhonderd meter. De gemeente Zwolle heeft geen bezwaren tegen de uitbreiding van het vliegveld, maar wel tegen

lees verder op pagina 3

STIJL werkt
Om te sprankelen op de werkvloer



Ben jij het visitekaartje van je bedrijf of organisatie?

Wat trek je aan?

06 37 47 20 98 | www.stijlwerkt.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

Openslaande houten garagedeuren
inclusief montage, vanaf E 2250,-!

Stadshagen Meer informatie: 06-11140567
Zwolle

www.woonenklusdiensten.nl



Hoveniersbedrijf IJsselgroen

actief

waar tuin en landschap samenkomen



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

TUINONTWERP - TUINAANLEG - TUINONDERHOUD
sinds 1983

IJSSELGROEN

Telfordstraat 30a
8013 RM Zwolle
tel. (038) 466 91 51

www.ijsselgroen.nl



“Gewoon ruimte genoeg”

Altijd plaats. Kleine groepen, veel ruimte

Wat wij nog meer gewoon vinden?
Check: www.de-7-dwergen.nl

Kinderdagverblijf De 7 Dwergen
Haydnstraat 2, Zwolle 038 - 454 43 72



Kleine advertentie, groot bereik?

Mail naar:
adverteren@vinexpress.nl

Voordeel deal 50/50



Hyundai i10

- 6 Airbags - 5 jaar garantie
- Levenslang gratis pechhulp
- Blue start/stop systeem
- Winnaar A-segment

nu met 50/50
voordeel deal*

Betaal nu € 4.997,50.
De rest in 2016*
zonder rente! € 4.997,50

v.a. € 9.995,-

* Informeer naar de voorwaarden



Autobedrijf Bert Wieten
WWW.BERTWIETEN.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

“Tijdens de eerste emotionele dagen na het overlijden zijn er heel veel dingen die geregeld moeten worden. Juist dan is het fijn als een professional u bij staat, zodat alles met zorg en aandacht geregeld wordt. Zo kunnen we samen een mooi en persoonlijk afscheid tot stand brengen dat past bij de overleden dierbare en bij de nabestaanden. Ik heb speciale aandacht voor uw budget, natuuruitvaarten en live-muziek.”

Uitvaartbegeleider
Freda Gaasbeek

Wilt u een overlijden melden?
Bel Freda 06-42513280.
Dag en nacht bereikbaar,
zeven dagen per week.

Verzorgt uw uitvaart natuurlijk www.fredagaasbeek.nl

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

Fysiotherapie
Römer

pluspraktijk

AA-landen
Zwolle-Zuid

Stadshagen
Werkerlaan 267
8043 LV Zwolle
(Naast de Rabobank)
038 420 31 00

Voor alle
behandelingen

Geen wachtlijst

www.fysiozwolle.nl

...houdt u in beweging

NU ZWANGERFIT!

MEDIATION
SABINE TOORNVLIET

“Communicatie en persoonlijke benadering zijn de sleutel tot een goed scheidingsproces.”

www.sabinetoornvliet.nl
info@sabinetoornvliet.nl

038-21 00 120
06-41 51 78 77

Tiendenschuurstraat 30
8043 XS Zwolle

Hoofdredacteur:

Vacant

Eindredactie:Inez van Slooten, Patrick Sinon,
Iris Boersbroek**Redactie:**Louis Zandbergen, Esther Nap,
Tamara Klappe, Heleen Diekman,
Judith van Leeuwen, Renee van Hensbergen,
Alice Tekst, Margreeth Drost,
Geert-Jan den Hengst, Jac de Groot,
Riet van der Wenden**Fotografie:**Marc Blommers, Yvonne Waslander,
Firoozeh Azimi Nobar, Elisabeth van Munster,
Josette Veltman-de Greef,
Henk Gerrits, Inge Mateboer**Opmaakredactie:**Martin de Zoete, Jack Delmaar, Esther Nap,
Jessica van Amerongen, Jessica Dekker**Vormgeving:**

Claudia van de Leur

Druk:

Drukkerij Hoekstra, Emmeloord

Bezorging:Verspreidingsbureau Krantenhalte
Stadshagen, Jolanda Vijverberg
Telefoon 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

Mailadres redactie: redactie@vinexpress.nl**Twitter:** VinexpressNL**Website:** www.vinexpress.nlAdverteren in Vinexpress Stadshagen?
telefoon 06 46065912
adverteren@vinexpress.nlNiets 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 8.800 exemplaren.

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

**Inleverdatum kopij voor de editie van mei 2015:
uiterlijk maandag 27 april 2015.**

Aantal inbraken groeit niet

Door Geert Jan den Hengst

Regelmatig duiken er in de media een berichten op dat inbrekers weer eens in Stadshagen hebben toegeslagen. Uit officiële cijfers blijkt dat er zo'n 2 à 3 keer per maand wordt ingebroken. Daarbij is het aantal pogingen tot inbraak niet meegeteld. De Vinexpress sprak met Michel Engel, naast Karin den Besten is hij wijkagent voor Stadshagen.

"Ik kan mij voorstellen dat veel mensen het gevoel hebben dat het aantal inbraken binnen de wijk alleen maar toeneemt. Mede door de sociale media komen dit soort nieuws namelijk steeds dichterbij." Uit cijfers van de politie blijkt echter dat het aantal woninginbraken of pogingen daartoe landelijk gezien afneemt. Het afgelopen jaar (2014) waren het er in totaal bijna 71 duizend, zo'n 20 procent minder dan in 2013. Gelijk aan de landelijke tendens, was er ook in Zwolle, na jaren van een stijgende lijn, vorig jaar gelukkig sprake van een daling.

Impact

"Een woninginbraak heeft grote impact op slachtoffers", weet Michel. "De gevolgen gaan meestal verder dan alleen materiële schade. Gedupeerden kunnen nog lang psychische en lichamelijke klachten overhouden aan wat hen is overkomen. Daarom hecht de politie eraan om, behalve opsporing en vervolging van de daders, zeker ook slachtoffers te ondersteunen", aldus onze wijkagent. "De politie informeert gedupeerden van woninginbraken bovendien altijd over de stand van hun aangifte en het verloop van het onderzoek." Helaas is blijkt ook uit de landelijke cijfers bij slechts één op de tien gevallen de daders ook daadwerkelijk kunnen worden ingerekend. Teleurstellend voor de politie, maar zeker ook voor de slachtoffers.

Preventie

Een prominent speerpunt van de politie blijft preventie. "Daarin hebben burgers en gemeenten allebei een belangrijke verantwoordelijkheid. Woninginbrekers slaan meestal toe bij slecht beveiligde of matig verlichte woningen, zeker als daar waardevolle spullen uitgestald liggen. Technische maatregelen in combinatie met sociale controle dragen dan ook veel bij aan het voorkomen van woninginbraken."

"Probeer uw huis eens door de ogen van een inbreker te bekijken. Vaak blijkt men bij een eerste controle toch bepaalde signalen over het hoofd te hebben gezien. Laat bijvoorbeeld geen tuingereedschap of een ladder rond het huis slingeren rond en kies vuilcontainers een geschikte plaats, dus niet vlak onder een bovenraam." "We hebben in de afgelopen periode drie insluipingen gehad, wat dus laat zien dat er helaas nog steeds mensen zijn die ramen en of deuren open laten staan, terwijl zij niet thuis zijn, of bijvoorbeeld slapen of op de eerste verdieping bezig zijn. Het kan heel goed zijn dat het mooie weer hierbij een rol speelt. Veel mensen zetten dan hun ramen en deuren open om lekker van het weer te genieten."

**Gelegenheidsdief**

"Snel en gemakkelijk naar binnen. Daar gaat het de gelegenheidsdief om. De praktijk laat zien dat inbraken meestal door dit soort inbrekers worden gepleegd. Binnen 30 seconden is men binnen en nog geen 5 minuten later weer buiten. Dieven zijn gespitst op zaken waar de gemiddelde burger niet snel op let, zoals een openstaand raampje of een openstaande garagedeur zonder auto in die garage. Maar ook letten ze op een slecht sluitende achterdeur of verouderd hang- en sluitwerk. Een donkere, stille omgeving rond het huis is voor de gelegenheidsdief een 'prettige' bijkomstigheid om zijn slag te slaan. Er zijn drie dingen waar inbrekers een hekel aan hebben: licht, lawaai en lang werk."

Signalen

Verstandig is om ervoor te zorgen dat tijdens afwezigheid de woning er bewoond uit blijft zien, zoals rolluiken overdag openlaten. Of met een tijdschakelaar de woning gedurende de avond enigszins te verlichten. Volle brievenbussen zijn ook een teken van lange(re) afwezigheid. Vraag eventueel uw bureaus om een oogje in het zeil te houden als u op vakantie gaat.

Bloempot

"Het lijkt overbodig, maar het kan niet vaak genoeg gezegd worden: bewaar zo min mogelijk geld in huis en berg waardevolle goederen veilig op. Sluit de woning goed af en laat daarbij geen sleutels op een onveilige plaats achter, zoals aan de binnenkant van deuren of ramen of onder een bloempot." Om de heterdaadkracht en bewijsvoering te bevorderen, raadt de wijkagent burgers nadrukkelijk aan om bij verdachte situaties rond woningen direct de politie te bellen en informatie door te geven, zoals signalement en/of kenteken.

Aanvliegroutes

vervolg van voorpagina

de geplande vlieghoogte. Want, hoe lager de vliegtuigen overvliegen, hoe groter de geluidsoverlast en de milieuverontreiniging worden. Stadshagenaren hoeven niet bang te zijn, dat de vliegtuigen 's nachts de bewoners uit de slaap houden. De openingstijden van Lelystad Airport zullen in elk geval niet veranderen. De politiek in Nederland is fel gekant tegen nachtvluchten op regionale vliegvelden. Voor Lelystad betekent dit dat tussen elf uur 's avonds en zes uur 's ochtends niet gevlogen gaat worden. Bezwaren tegen de uitbreiding kunnen nog aangetekend worden bij de civiele rechter.



Petje

Je hoort en ziet het, de verloedering neemt nog steeds toe. (Brom)fietsers rijden hun rondjes tussen het winkelende publiek en zeg er maar niets van. Ook poepende honden en in de nacht rondlopende katten zijn een grote ergernis. Ben je net lekker in je voortuintje bezig en heb je ineens zo'n kattenkeutel tussen je vingers.

Park

Ga ook maar eens in ons park kijken. Bij de betonnen zitjes vind je verbrande afvalbakken, plastic zakken, met graffiti bespoten bankjes, flesjes en andere troep. Direct aan de vijver is het ook heel gezellig gezien het ruime assortiment lege blikjes, rookwaar en ander afval.

Winkelcentrum

Helaas gaan veel Stadshagenaren regelmatig richting Aa-landen. Zo ken ik een oudere dame, woonachtig in Stadshagen, die minimaal een keer per week met haar dochter winkelcentrum Aa-landen bezoekt. Zij vindt het een feestelijk uitje. Ons winkelcentrum wordt opgeknapt, prima. Pluim voor al degenen die zich hier voor inzetten! Alleen die wind en tocht hou je helaas niet tegen.

Aggressie

Ook in de auto van en naar Stadshagen kun je genieten, inhalen waar het niet mag of waar het zelfs levensgevaarlijk is. Afsnijden, bumperkleven en bijvoorbeeld (bijna) midden op de straat parkeren is de gewoonte zaak van de wereld. Iedereen schijnt haast te hebben, rechts voorrang verlenen kun je vaak wel vergeten. Iemand rustig laten inparkeren is er niet meer bij.

Hoop

Hoop doet leven. Zo zag ik een fiets, vol met boodschappen, omvallen in ons winkelcentrum. Je ziet verschillende voorbijgangers kijken en ongeneerd doorlopen. Maar... daar komt hij, laat ik hem Petje noemen, gezien zijn hoofddekseel plus een te ruime broek met het kruis tussen de knieën. Petje zet in alle rust de drie omgevallen fietsen overeind en pakt vervolgens de boodschappen weer in. Van een bedankje wil hij niets weten en vervolgt vrolijk zijn weg.

Hoveniersbedrijf
Rietveld.

Tuinonderhoud
Tuinaanleg
(Sier)bestratingen
Schuttingen
Beplanting en gazon
Vijvers
Tuinhuisjes

Voor een vrijblijvende offerte
en/of afspraak:

Zwolle | 06-51472807
info@hoveniersbedrijfrietveld.nl
www.hoveniersbedrijfrietveld.nl

Prachtig bloemenlint voor betere bijenstand

Door Alice Tekst

Op woensdag 22 april vindt de eerste grote actie van de Groene Loper plaats. Op verschillende plekken in de stad worden zaadjes voor een kleurrijke bloemenpracht gezaaid. Zo ook in Stadshagen en wel bij het schoolplein van de Schatkamer, de Torteltuinen en Meander, de moestuin bij Werkeren, het hof van Breecamp en bij de Tippe (bij het Rozenpad). Daarnaast krijgen kinderen van de basisscholen zakjes met zaadjes mee om in hun eigen omgeving te verspreiden. Het bloemenlint door heel Zwolle heeft tot doel de terugkomst van de bij te stimuleren. Dit initiatief sluit aan op Earthday, wereldwijd gaan mensen zaadjes zaaien zodat de bij blijft.

Het verdwijnen van de bijen wordt veroorzaakt door het veelvuldig gebruik van allerlei chemische bestrijdingsmiddelen. De bijen worden ziek, krijgen een slechtere weerstand en zijn daardoor niet meer in staat om bepaalde parasieten en virussen te bestrijden. Een bekende parasiet is de Varroa-mijt. Door het gebruik van insecticiden is de gezondheid van de bij zodanig aangetast, dat hele bijenvolken uitsterven. Mensen kunnen hier iets aan doen door biologische bloemen en groenten te kweken en zelf geen bestrijdingsmiddelen in hun tuin te gebruiken. Het verdwijnen van bijenvolken heeft tot gevolg dat er geen honing meer zal zijn. Maar nog veel erger, dat er veel bloemen en planten zullen verdwijnen doordat de meeldraden niet bestoven worden. Het uitsterven van de bij heeft een enorme impact op de hele kringloop en raakt ons allemaal. En dat gebeurt dan al heel snel. Gelukkig kunnen we dit voorkomen door de biodiversiteit terug te laten keren. En door een bloemenlint aan te leggen.

De Groene Loper

Vorig jaar is er een eerste netwerkbijeenkomst georganiseerd door de provincie over de groene zones, oftewel groene lopers, in de stad. De provincie Overijssel wil een aantal groene lopers realiseren. Dit idee, dat als eerste geïnitieerd is in Rotterdam en in Brabant, stimuleert verbinding tussen de stad, natuurgebieden en allerlei aantrekkelijke gebieden. De provincie Overijssel vindt dit een goed idee en wil dit graag gerealiseerd zien in deze provincie. Arjan Broer en Krijn Korver hebben samen met Alma Streefkerk (natuur en milieu Overijssel) een plan geschreven over hoe dit te realiseren is. Broer: "Daarbij is de input van mensen die bij dit netwerk aangesloten waren, middels een brainstormsessie meegenomen. Hierbij waren mensen uit verschillende organisaties betrokken. Maatschappelijke organisaties, zorginstellingen, ondernemers en vertegenwoordigers van Landschap Overijssel. Belangrijke motivatie voor dit project is dat de provincie meer biodiversiteit in de stad wil en dit moet bereikt worden door meer inwoners erbij te betrekken."

Er is een eenvoudig plan opgezet, dat op details nog nader in te vullen is. Korver: "De Groene loper is er eigenlijk al, die bestaat nu uit verschillende grote en kleine initiatieven. Wij gaan deze met elkaar verbinden om dit te versterken en ruimte voor nieuwe ideeën te creëren. Dit zijn echte burgerinitiatieven. Maar wij willen hier ook grotere projecten en zorgorganisaties bij betrekken." Een voorbeeld



Onbenutte terrein nabij basisschool De Zevensprong. Hiervan is eenvoudig struinnatuur te maken

Foto Louis Zandbergen

van een groter project is nu te vinden bij revalidatiecentrum de Vogellanden. Daar is een grote tuin, in het kader van het stimuleren van gezondheid, biodiversiteit en participatie van buurtbewoners gaan mensen daar samen een tuin aanleggen. Broer: "Wij willen vooral bestaande initiatieven samenbrengen en kennis uitwisselen. We willen graag in gesprek met de zorginstellingen in Stadshagen om samen met hen de mogelijkheden te bespreken."

Vitamine G

Behalve om van te genieten, is de aanleg van een groene loper door de stad ook bedoeld om inwoners meer bewust van de kracht van natuur te maken. Zodat mensen gaan beseffen wat de waarde van groen in hun eigen omgeving is. Want behalve het feit dat door planten, bomen en ander groen zuurstof wordt gemaakt heeft het nog veel meer functies. Louis Zandbergen schreef in opdracht van Stadshagen Totaal de notitie 'Meer Vitamine G'. Deze notitie handelt voornamelijk over hetzelfde onderwerp als de Groene Loper, de plannen sluiten goed op elkaar aan. Zandbergen: "De Groene Loper brengt al een deel van de ideeën die in de notitie staan, in praktijk. Behalve over groene zones, gaat de notitie ook over de effecten van groen op de gezondheid en welzijn." Korver: "Bewustwording is ook een belangrijk thema bij ons. Daarom beginnen wij met deze actie. Eerst het verhaal, dan de activiteit. Het leuke is ook dat je daarna de bloemen kunt fotograferen en dit vervolgens op facebook laat zien."

Belangrijk bij natuur en milieu is ook dat mensen zich ervan bewust worden dat ze zelf best veel kunnen doen. Zandbergen: "Door kleine ingrepen krijg je een positief effect op het lokale klimaat. De luchtvochtigheid verbetert, er is meer schone lucht en zuurstof en dat verbetert het welbevinden. Door de verschuivingen in het klimaat zullen de zomers warmer en natter worden. Door meer groen aan te leggen, wordt dit water vastgehouden en zal het micro-klimaat verbeteren."

Welzijnsgevoel

Vitamine G staat voor groen, gemeenschappelijk en gezondheid. Want behalve voor zuurstof, heeft een groene omgeving tevens een grote invloed op het welzijnsgevoel van mensen. Het blijkt namelijk

dat kinderen die spelen op avontuurlijke speelplaatsen, zich beter ontwikkelen in zowel sociaal, fysiek als mentaal opzicht. Er wordt minder gepest, kinderen worden rustiger en hun motoriek ontwikkeld zich goed. Ook volwassenen voelen zich prettiger bij groen. Zandbergen: "Alleen al door naar een poster te kijken met daarop een foto van een bos of weiland, voelen mensen zich beter. In ziekenhuizen is gebleken dat patiënten die een dergelijk uitzicht hadden, sneller herstelden."

Een praktijkvoorbeeld is het fenomeen generatietuinen. Hier werken jong en oud gezamenlijk aan een tuin met bloemen, groente en fruit. Zoals nu bij Werkeren. Dit idee wordt binnenkort ook bij het Vensterhuis gerealiseerd. Broer: "Wij willen dit graag stimuleren. Daarom gaan wij ook in gesprek met de zorginstellingen. Want als er meer generatietuinen komen waarbij jong en oud samenwerken, wordt er ook veel kennis en ervaring uitgewisseld. Bovendien is het voor beide partijen leuk om contact met elkaar te hebben."

Goede weerstand

Kinderen die meer buiten spelen, blijken minder vaak ziek te worden. Zij krijgen betere ogen doordat ze meer om zich heen kijken, hebben meer plezier en worden creatiever. Korver: "Ja, ze worden creatiever doordat ze bijvoorbeeld samen een plan bedenken en bespreken om een

hut te bouwen. Ze worden vies, maar daardoor wordt hun weerstand beter. En ze spelen en werken samen dus worden hun sociale vaardigheden ook beter." Daarbij is het overigens wel belangrijk dat er zones komen waar honden uitgelaten worden, zodat op de struinplekken, kinderspeelplaatsen en parken niet overal hondenpoep ligt. Want dat zorgt natuurlijk wel voor overlast en kan zelfs ziektes overdragen, waardoor mensen te weinig gebruik maken van de geboden groene loper. Zandbergen: "Er moeten dus vooral veel meer avontuurlijke speelplekken komen in de wijk. Dit is de meest kindrijke wijk van Zwolle, maar in verhouding zijn er eigenlijk maar heel weinig speelplekken voor de kinderen. Er is nauwelijks mogelijkheid om lekker te struinen, te klimmen of te springen. Behalve dan het eiland bij het Twistvlietpark, daar kunnen kinderen fijn hutten bouwen en boompje klimmen."

Meer informatie over de Groene Loper is te vinden op www.facebook.com/groeneloperzwolle

Bijeenkomst 28 april
Meedenken en doen als het gaat om groen in Stadshagen!
Tijd: 20.00 uur
Plaats: Het Verbindingshuis
koffie en thee gratis



Betonnen speelterrein voor de kinderen. Bewoners van Belvédèrelaan kijken uit op parkeerplaats met asfalt en blik, en schoolplein

Foto Louis Zandbergen

Nieuwe tunnel Belvédèrelaan

Door Alice Tekst

Het Kamperlijntje wordt geëlektrificeerd in opdracht van de provincie Overijssel. De provincie besteedt de vervoersconcessies opnieuw aan. Wie het recht krijgt om daar met treinen te rijden en mensen te vervoeren, zal binnenkort bekend worden. Er zijn meerdere aanbieders geïnteresseerd in deze lijn. De heer Wolters is vanuit de gemeente Zwolle als projectleider bij dit project betrokken.

Wolters vertelt: "Er is in het verleden geprobeerd een tram te krijgen tussen Kampen en Zwolle. Er zouden vijf haltes komen. In Kampen het vertrek, dan een halte bij de Grote Voort, twee in Stadshagen en tot slot eindigend hier bij het hoofdstation. Die concessies zijn allemaal mislukt, geen vervoerder was erin geïnteresseerd."

Nieuw station op tunnel

In 2013 is besloten om de Kamperlijn als

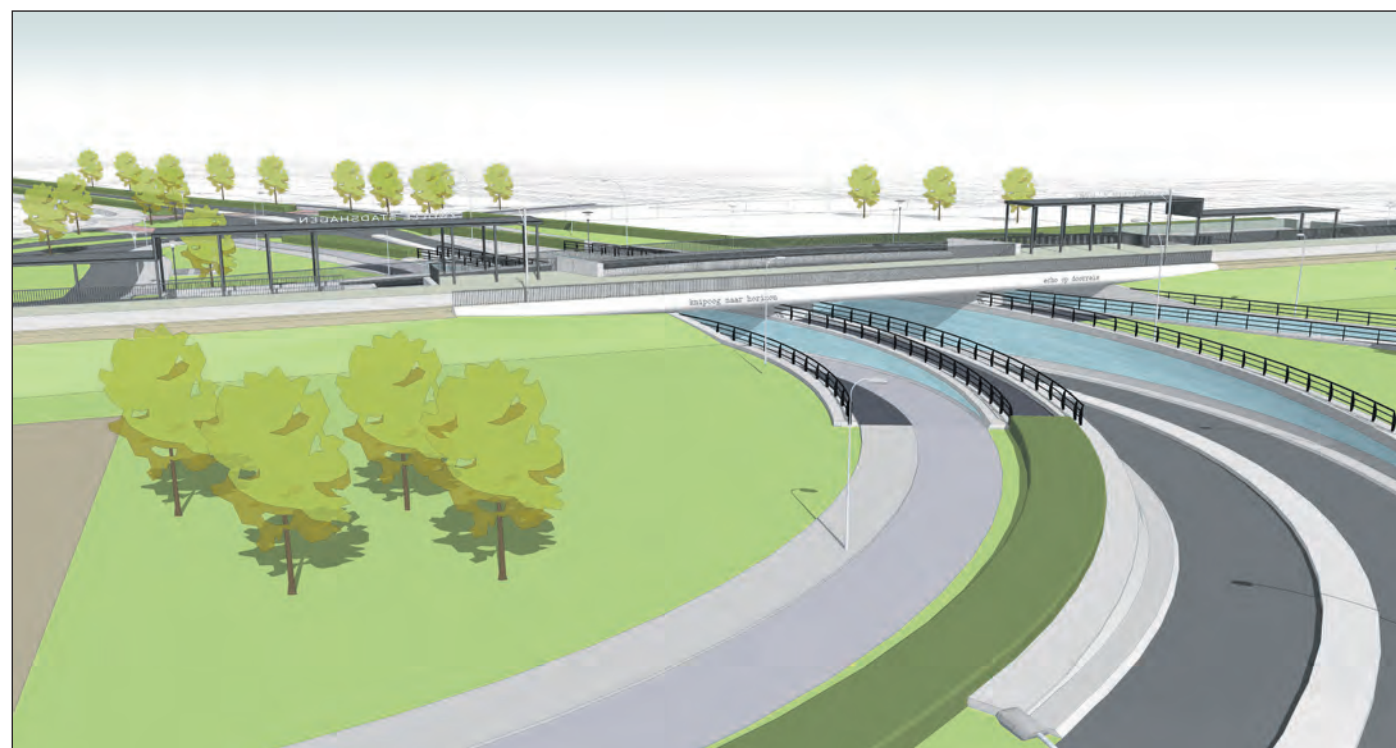
spoorlijn te handhaven en uit te breiden met een halte in Stadshagen. Er komt een nieuwe tunnel onder de Kamperlijn door. De Belvédèrelaan gaat door naar de Haselterweg, langs de Tippe. Wolters: "Het nieuwe station komt bovenop de tunnel. Dit wordt een nieuwe autoweg. Dus dan komt er een extra ontsluitingsweg in de wijk. Met deze tunnel hopen we dat het autoverkeer in de wijk beter doorstroomt. De nieuwe autotunnel komt naast de Rozentunnel."

Bij de gemeente gaat men ervan uit dat er iedere dag ongeveer 1000 mensen gebruik gaan maken van de nieuwe halte in Stadshagen. "Omdat de bouw van deze stationshalte gecombineerd wordt met de bouw van de nieuwe tunnel is het relatief goedkoop. Dit scheelt verkeersbeweging bij het centraal station", naar de mening van Wolters. ProRail pakt de inrichting van het station op. Bureau Ma.an heeft het ontwerp gemaakt. De gemeente heeft

wensen en eisen ten aanzien van het project geformuleerd. Omdat het spoorgere lateerd is, is ProRail de opdrachtgever. De gemeente betaalt dit.

Presentatie aan wijk

De details rondom de ontwerpen gaat de gemeente nog aan de wijk laten zien. Dan kunnen de bewoners er hun mening over geven. De raad neemt nog een besluit over dit ontwerp. Wolters: "Medio dit jaar komen we naar de wijk met concretere plannen, om de bewoners over de zaken te informeren. De bouw begint in 2017, dit heeft te maken met de elektrificatie van de treinlijn. Daarna kunnen de tunnel en het station gebouwd worden. In 2018 kan het dan in gebruik worden genomen. Ook hierover moet de wijk nog nader geïnformeerd worden."



Het ontwerp van de toekomstige tunnel

Foto Buro Ma.an

Nieuwe brug verbindt Stadshagen met centrum

Door Alice Tekst

De nieuwe brug wordt de hoofdfietsverbinding van de stad naar Westenholtte en Stadshagen. Deze fietsvriendelijke route loopt door richting Kampen. Hierbij wordt de Kamperweg opgeknapt. Deze vernieuwde fietsstraat is onderdeel van deze nieuwe fietsverbinding in Zwolle. Op deze wegen is de auto te gast en is de fietser de hoofdgebruiker. Andere fietsstraten in Zwolle zijn de van Karnebeekstraat, de Vondelkade en de Zwarteweg.

De nieuwe fietsroute loopt vanaf het Agnietencollege, locatie Carolus Clusius College, tot aan de bocht bij de Grote Voort. Vervolgens gaat het langs de spoorlijn omhoog via het Kamperpad en de nieuwe fietsbrug over de Blaloweg, daarna over het Zwolle-IJsselkanaal. De fietser blijft zoveel mogelijk op gelijke hoogte en fietst op een breed pad van 4,5 meter. De heer T. Wolters, projectleider, licht toe: "Voor fietsers is het veilig en comfortabel gemaakt. Dat mag ook wel, er komen namelijk iedere dag zo'n 6000 fietsers langs. Bovendien wordt de doorstroming van het overige verkeer op met name de Blaloweg verbeterd."

Vorbereidende werkzaamheden

Onlangs is het project aanbesteed. Half april starten de voorbereidende werkzaamheden en begin mei wordt gestart met het op hoogte brengen met zand. De stalen brug wordt elders gemaakt. Wolters: "Vanaf dat moment gaan we vol van

start met dit project. Het streven is dat in de herfstvakantie de brug wordt aangevoerd via het water per schip. Die wordt dat in een nog nader te bepalen weekend ingereden. Einde van 2015 is dan alles af. De architect van de brug is dezelfde die de Westenholtterbrug heeft ontworpen."



De nieuwe Blalobrug verbindt de wijk met de stad

Foto Buro Ma.an

Fitnessstuinen Twistvlietpark

Stichting Empower is op 30 maart gestart met het aanleggen van twee zogenaamde fitnessstuinen; een in park de Wezenlanden en een in het Twistvlietpark. Het doel van deze fitnessstuinen is om zo veel mogelijk mensen te aan te zetten tot sporten en bewegen. De realisatie van deze tuinen is mede mogelijk gemaakt door de provincie Overijssel.

Er is steeds meer belangstelling voor sporten in de openbare ruimte en en hiermee wordt nadrukkelijk ingezet op het stimuleren van sport en bewegen in de buurt naast een mogelijkheid om elkaar te ontmoeten. Door ook een activiteitenprogramma en begeleiding aan te bieden, wordt het gebruik van de voorziening aantrekkelijker en worden mensen uitgedaagd deel te nemen.

Stichting Empower is een organisatie die zich primair richt op participatie en ondersteuning van kinderen en jongeren van 8 tot en met 28 jaar met een autismspectrumstoornis. De stichting is al geruime tijd bezig met fondsen werven om op locaties in de openbare ruimte (gemeentegrond) in Zwolle fitnessstuinen te realiseren; niet alleen voor gebruik door de eigen doelgroep, maar in principe voor alle Zwolse inwoners. Deze Fittuinen worden geplaatst op openbare plekken in buurten waar mensen samenkomen om te sporten of te recreëren. Na een locatie-studie is gekozen voor Park De Wezenlanden en het Twistvlietpark. Stichting Empower zal samenwerking zoeken met al dan niet commerciële sportaanbieders, zoals SportService Zwolle, om te zorgen voor een programma-aanbod in de Fittuinen. Dit activiteitenaanbod is gericht op verschillende doelgroepen. Wanneer alle werkzaamheden zonder problemen verlopen zullen de tuinen voor het eind van april gerealiseerd zijn. Kijk ook op www.stichtingempower.nl.

Informatieavond 23 april

Water in Stadshagen

Het Waterschap Groot Salland (WGS) houdt samen met adviesbureau Tauw op 23 april 2015 een interactieve informatieavond voor bewoners van Stadshagen om samen na te denken over het water in uw wijk.

In Stadshagen zijn veel watergangen die mede het gezicht en de gebruiksmogelijkheden in de wijk bepalen. De watergangen en oevers worden onderhouden door het Waterschap Groot Salland in overleg met de gemeente Zwolle. Dit onderhoud bepaalt in belangrijke mate hoe de wateren en oevers eruitzien. Tijdens de informatieavond is er alle gelegenheid voor wijkbewoners om hun mening, ideeën en suggesties in te brengen. WGS gaat graag in gesprek over het beeld van de wateren in Stadshagen en welke wensen en ideeën inwoners daar zelf bij hebben. De verkregen informatie wordt meegenomen bij het vaststellen van de beelden waarop het onderhoud wordt afgestemd.

Tijd: 19.30 tot 21.00 uur.

Locatie: Streekzaal in het Cultuurhuis Stadshagen, Werkerlaan 1.

Aanmelden is gewenst. Dat kan tot en met 23 april via info@wgs.nl of 038-4557200 (tijdens kantooruren).

Alle vrije kavels in Frankhuis verloot

De 10 vrije kavels die de gemeente aanbiedt op de locatie Oranjerie in Frankhuis blijken zeer veel mensen aan te spreken. Maar liefst 26 geïnteresseerden hadden zich voor een kavel op deze locatie ingeschreven. Een loting moest daarom uitkomst bieden. De 10 ingelote gegadigden krijgen nu een reserveringsovereenkomst van de gemeente toegestuurd. Hierdoor is de gemeente erin geslaagd alle kavels op deze locatie in één keer aan de man te brengen. Tijdens het KavelCafé in december 2014 bleek de belangstelling voor de kavels op deze locatie al erg groot te zijn. De kavels van De Oranjerie liggen op een mooie plek in Frankhuis op en vlak naast de Hasselterdijk en grenzen aan het Rietpark met veel water en riet.



Stadshagen

Nieuwe basisscholen in Stadshagen al in december open

De bouw van twee nieuwe basisscholen komt in zicht. Waarschijnlijk per 1 december 2015 kan het nieuwe, gezamenlijke complex zijn deuren openen. Nadat De Tippe afviel werd vorig jaar Breezicht als nieuwe locatie voor de scholen aangewezen. Er ligt nu een ontwerp voor een

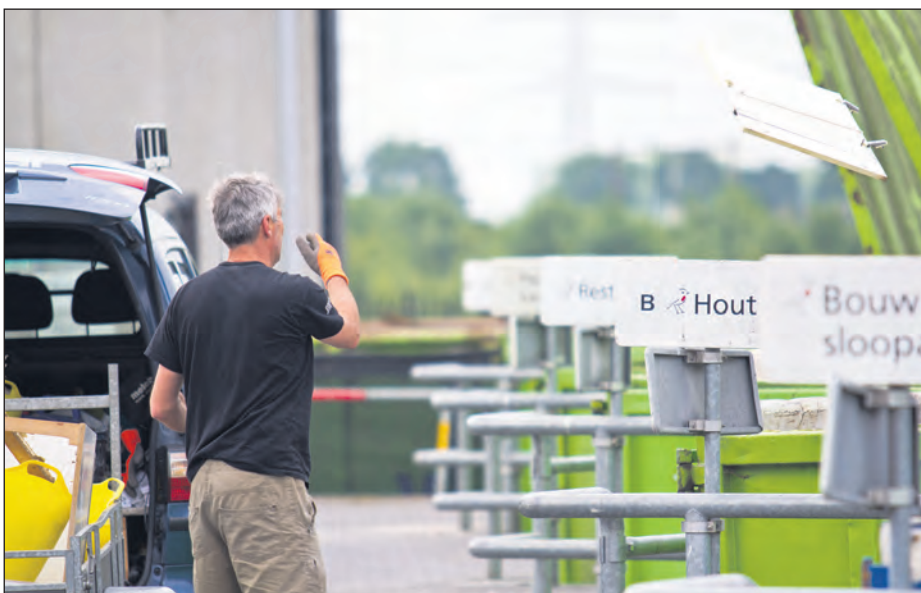
combischool aan de Oude Wetering, vlakbij de sportvelden. Het ontwerp van de school is van architectenbureau De Bruin. De scholen zijn tegen elkaar aangebouwd met de speelzalen als gezamenlijk middelpunt.



Betalen voor bouw- en sloopafval

Vanaf 1 mei 2015 moeten inwoners van Zwolle betalen voor het storten van puin, bouw- en sloopafval. Het door ROVA laten ophalen van wit- en bruingoed is vanaf deze datum niet meer mogelijk. De overige afvalstromen blijven gratis. Zwolle-

naren mogen elke dag maximaal 250 kilo afval bij het milieubringstation brengen. Wilt je weten wat onder bouw- en sloopafval en puin valt en wat de kosten van storten zijn? Kijk op www.rova.nl/zwolle voor alle tarieven en de voorwaarden.



Stadshagen klaar voor de Zwolse kudde



De temperatuur gaat omhoog, de bloemetjes schieten uit de grond en de blaadjes komen al voorzichtig aan de bomen. Het is lente! Tijd voor de schapen en lammeren van de Zwolse schaapskudde om te beginnen weer aan een nieuw begrazingsseizoen. Vanaf donderdag 2 april lopen de schapen weer in Zwolle.

door schapen geen nadelen.

Heeft u ook zo'n zin in de lente en bent u benieuwd naar de lammetjes? Kom dan eens een kijkje nemen bij de kudde. U bent van harte welkom.

Voorkom inbraak tijdens vakantie

In de komende weken staan er veel feestdagen voor de deur. Ook gaan veel mensen in de meivakantie een paar dagen weg. Feestdagen en vakantietijd zijn voor inbrekers favoriete momenten om hun slag te slaan. Voorkom dat het je overkomt! Wees extra alert. En laat een 'bewoonde' indruk achter als je niet thuis bent. Sluit ook de deur en uw ramen goed af als je met de feestdagen (even) op familiebezoek gaat. Kijk op www.zwolle.nl/voorkominbraak voor meer informatie en anti-inbraaktips.



Omdat het begrazingsgebied is uitgebreid met Breecamp-Oost worden er dit jaar 100 schapen extra ingezet. Daarmee telt de kudde nu 350 schapen waarvan ruim 60 lammeren. Bewoners van Breecamp-Oost hebben zaterdag 28 maart de landerijen rondom de wijk zwerfvuulvrij gemaakt zodat de schapen daar veilig kunnen grazen.

Twitter

Net als vorig jaar gaat schapsherder Tjitse Terpstra dit graasseizoen met de schapen op pad. Ook twittert hij af en toe over de Zwolse Kudde. U kunt hem en de schapen volgen op @zwolsekudde, waar hij laat weten wanneer de kudde weer naar Stadshagen komt en waar hij zijn belevenissen met de schapen deelt.

Duurzaam

De begrazing door schapen is een duurzame manier van onderhoud. Het is milieuvriendelijk en draagt bij aan de ecologische ontwikkeling van het landschap. Insecten, vogels amfibieën en kleine zoogdieren ondervinden van begrazing



Groeipijnen van april

De dagen worden gelukkig al weer langer en de zomertijd is inmiddels ook ingegaan. Toch wil het lentegevoel nog niet echt komen. De voornaamste reden is het weer. Het is nog steeds koud, nat en de wind beukt om ons huis in. Het lijkt wel herfst. Binnen is het gelukkig lekker warm. De kuikens, inmiddels alweer 'pubers', stappen parmantig door de woonkamer. Het hok waar ze in verblijven is te klein geworden, maar buiten is het nog te koud

voor ze. Poes is inmiddels gewend aan de scharrelende huisgenoten en kijkt niet of om naar haar gevederde vrienden. Hoewel vrienden een groot woord is. Het is meer een vorm van ontzag dat ze voor de haantjes heeft. De haantjes wegen met hun 200 gram ongeveer 15 keer minder dan Poes, maar hun moed is onbegrensd. Zelfs wij moeten een wegwuivende hand af en toe bekopen met een flinke pik. Ik denk dat ze zich wel gaan redden zo los

in de achtertuin. Het is best gezellig die scharrelaars in de huiskamer, alleen die kippenpoepjes liggen overal. "Kunnen ze niet zindelijk worden gemaakt?" vraag ik mezelf hardop af. Er moeten toch meer mensen dit 'probleem' hebben? Ik kijk maar even op de site van de rasvereniging en zie zowaar dat meer mensen dit 'probleem' kennen. Een oplossing hebben ze ook: een kippenluier. Manlief is in shock, de boys liggen in een deuk en

ik duik achter de naaimachine met een patroon en een lapje stof in camouflageprint. De hilariteit is groot als ik de eerste kip de luier aandoen. Die vindt het echter helemaal niks, ze valt om en blijft liggen. Gierend van de lach geeft Manlief mij de huishouddoekjes aan: "Hier, jouw beurt!" Ik zucht en kijk naar buiten. Waar blijft dat zonnetje nou?

Sjoukje

Voetbalvereniging WVF hechte band met Stadshagen

WVF (Westenholte, Voorst, Frankhuis) heeft door haar ligging een hechte band met Stadshagen. De voetbalvereniging sloot de Vinexwijk in aanbouw dan ook vanaf het begin in de armen. "Onze club groeit twintig jaar later fors door de aanwas van jeugdspelers uit Stadshagen", geeft voorzitter Anton Westenberg aan.

De Kidsleague is er om kinderen vanaf een jaar of vijf al kennis te laten maken met voetbal, als voorportaal voor de F-jes. De teams hebben namen van voetbalclubs. Oudere teams hebben namen van voetballanden. Bjorn Habers (7) en Jelle van der Wal (7) voetballen allebei bij WVF. De jongens zitten op basisschool De Wendakker in groep 4 en komen uit voor team Brazilië in de HAED Kidsleague van WVF. "We spelen iedere vrijdagavond in het geel en blauw tegen andere landen als Duitsland en Frankrijk. Dat is echt hartstikke cool", vertelt Bjorn.

de overstap naar een half veld. "De goals zijn veel groter en je moet veel meer lopen", vindt Bjorn. Die overstap was voor de jongens wel wennen. "Maar je kunt wel harder schieten en lange passes geven", vult Jelle aan. Ze trainen een keer in de week, op dinsdagavond. Dat is niet alleen het moment om de voetbalkwaliteiten aan te scherpen maar behalve klas- en schoolgenoten ontmoeten ze daar ook kinderen met wie ze doordeweeks vaak op het trapveldje in De Hoven zijn te vinden. "Daar is altijd wel iemand die je kent om mee te voetballen", zegt Bjorn.

Mooie voetbalshirts

Toen hij lid wilde worden van een voetbalvereniging ging Bjorn met zijn vader Raymond kijken bij WVF. "Op een mooie zomeravond pakten we samen de fiets en gingen naar Sportpark De Weide Steen in Westenholte. Mijn zoon liep onder de poort het terrein op en was direct onder de indruk." Bjorn nam de voetbal-

Grote goals

"Ik ben vorig seizoen begonnen bij Bayern München", geeft Jelle aan. Zijn klasgenoot Bjorn voetbalde toen al in dit elftal. "We speelden toen met vijf tegen vijf op een klein veld met minigoals." Daarna gingen beide jongens samen door naar de landencompetitie. Dat betekende tevens



Vanwege de aanwas van jeugdleden is uitbreiding van het ballenhok noodzakelijk Foto WVF



De Weide Steen in Westenholte is de thuisbasis van WVF

Foto WVF

lende jochies in mooie tricots ademloos in zich op. De vader merkte ondertussen de enthousiaste ouders aan de lijn op. "Zijn blik en mijn eigen gevoel waren een prima graadmeter", verzekert Raymond. "Ook in de kantine heerste nog dezelfde sfeer als vroeger. Dat en het feit dat het sportcomplex om de hoek ligt, gaf voor ons de doorslag."

Die afweging maken meer jongeren en hun ouders in Stadshagen. Dat is super voor het ledental van WVF, maar stelt de voetbalclub wel voor een uitdaging. "Uitbreiding van het ballenhok is mede door deze toestroom noodzakelijk", erkent voorzitter Westenberg. "Maar met deze spelers en uitbouw werken wij verder aan een stevig fundament onder onze vereniging."

Prijzengeld

Om die uitbouw te realiseren, doet WVF mee aan de spaaractie van Gamma Zwolle. Voor iedere 10 euro die klanten besteden in deze bouwmarkt krijgen ze een muntje. Dat kan worden gedoneerd aan een van de 27 deelnemende sportclubs. Een tweede

doel voor het prijzengeld vormt de verlichting van het hoofdveld. De lichtmasten moeten nodig worden opgeknapt", weet Westenberg. Met die opgave houden Bjorn en Jelle zich op dat moment op het veld niet bezig. "Vanavond gaan we voor de winst."



Jelle (links) en Bjorn (rechts) hebben het prima naar hun zin bij WVF Foto Raymond Habers



ANTON EKKER PARKET

Uw specialist in houten vloeren

GEEF UW HOUTEN VLOER EEN KARAKTERVOLLE UITSTRALING

Vraag naar de mogelijkheden of bezoek onze showroom/fabriek.

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

www.antonekkerparket.nl



Inspraak bij de Stadshoeve

Door Alice Tekst



Cor Zenhorst, Jeroen Beekman, Ton Aalders (boven), Stijn den Hertog en Daan Meijntjes (onder)

Foto Josette Veltman-de Greef

Op woensdag 13 mei om 19.30 uur zijn alle wijkbewoners uitgenodigd om deelgenoot te worden van de plannen van wijkboerderij de Stadshoeve. Alle plannen die de werkgroepen de afgelopen tijd hebben opgesteld, worden dan aan Stadshagen gepresenteerd. Doel is om zoveel mogelijk mensen bij dit project te betrekken. Om te beginnen met inspraak bij het maken van een prioriteitenlijst van mogelijkheden bij de centrale ontmoetingsplek die de Stadshoeve wil zijn. Er moeten belangrijke keuzes gemaakt worden wat betreft ontwerp van het gebouw en met betrekking tot financiering.

Bij de aanleg van de nieuwe wijkboerderij gaat het om meer dan alleen een dierenweide met boerderij. Jeroen Beekman, vrijwilliger van het eerste uur: "De Stadshoeve wordt een complete beleving. De tuinen worden het eerst zichtbaar. Wijkboerderij de Stadshoeve wordt een gebied met tuinen, wandelen, park met laan met fruitbomen, dieren bekijken en aaien. Educatie en activiteiten over dieren en groenten, kruiden. We proberen nu een goede mix te vinden tussen dieren, educatie en ontmoetingsruimte voor bezoekers. We denken nu na over het combineren van de verschillende functies."

Activiteiten en educatie

Educatie is een belangrijk thema bij de Stadshoeve. Evelina Bijleveld is coördinator van deze jongste werkgroep. Andere deelnemers in deze werkgroep zijn een afgezant van de werkgroep Tuinen, iemand van Avontuurlijk Spelen en iemand van de Boerderijgroep. De Boerderijgroep is opgesplitst in drie speerpunten; educatie, boerderijgebouw en dieren. Het doel van de activiteiten en educatie is om de Stadshoeve in geheel met de wijk te verbinden. Bijleveld: "Wij gaan peilen wat

de behoeftes zijn bij jong en oud. Zorginstellingen, scholen en natuurlijk het jongerencentrum benaderen we om te horen wat hun wensen en eisen zijn ten aanzien van educatie en activiteiten. Welke kerndoelen moeten kinderen bij de basisscholen behalen en hoe passen wij daarin? Dat zijn vragen die we dan gaan stellen." De motivatie bij deze werkwijze is dat het in de visie van de werkgroepen past. Het is een project voor en door wijkbewoners.

Avontuurlijk spelen

Ook Stijn den Hertog (10 jaar) en Daan Meijntjes (11 jaar) zijn vanaf het begin betrokken bij dit project. Zij zitten in de werkgroep Avontuurlijk Spelen. Gezamenlijk hebben deze twee jongens verschillende ontwerpen gemaakt voor de speeltuin. Die naar hun mening spannend, avontuurlijk en natuurlijk moet zijn. "Want", zo legt Stijn uit, "er zijn wel speeltuinen in de wijk maar die zijn nogal saai. Dat is eventjes leuk, maar dan is er al snel niks meer aan." Daan vult aan: "Ja, wij willen een plek waar je lekker kunt klimmen en je goed kunt verstoppertje. Er is ook al een lijstje. Wij willen in ieder geval een bult met een glijbaan, een ingang met een wilgentunnel."

Geld inzamelen

Stijn: "De uitstraling moet zijn als die van een kasteel. In het midden een toren, vanuit de speeltuin kun je dan alles heel mooi zien." De plannen van de speeltuin hebben de beide heren samengevoegd en besproken met de andere leden van hun werkgroep. Daarbij is het gebied in twee parten gedeeld. Een voor de kinderen tot zes jaar en een gedeelte voor kinderen van zes tot dertien. De wens is dat er ook een riviertje komt met stapstenen. Stijn: "En een bosje bomen en struiken met touwtjes met indianenbruggen zodat je goed kan klimmen. Je moet er wel goed

verstoppertje kunnen spelen natuurlijk. Je moet er wel echt plezier mee hebben." Daan: "Niet zo'n ding die heel snel niks meer aan is, dus geen gewone dingen zoals in andere speeltuinen." Het project Avontuurlijk Spelen heeft naar de mening van Stijn en Daan de afgelopen tijd een beetje stil gestaan. Er is weinig overleg geweest. De beide heren staan te popelen om weer te vergaderen en verder te gaan met hun plannen. Stijn en Daan in koor: "We hebben al een goed idee om zelf geld in te zamelen: sponsorlopen via scholen, flessen verzamelen. Dan kunnen we de opbrengst gebruiken voor het Avontuurlijk Spelen."

Dieren bij de Stadshoeve

De werkgroep Dieren is op dit moment aan het kijken hoeveel dieren er geplaatst kunnen worden op de beschikbare weilanden. Er komen in ieder geval verschillende geitenrassen, schapenrassen, ezels, kalfjes, kippen, konijnen en cavia's. Deze zullen bij de Stadshoeve komen op het moment dat alles gebouwd is. Ton Aalders, werkgroep Dieren: "Het streven is om in ieder geval ervoor te zorgen dat er dieren aanwezig blijven. Deze worden tot die tijd verzorgd door de stichting Zwolse Kinderboerderijen." De verwachting is dat in de toekomst de beheerder gaat zorgen voor de dieren, met vrijwilligers en cliënten van verschillende zorginstellingen.

Aalders: "Wat wij belangrijk vinden, is dat er ruimschoots mogelijkheid is voor de bezoekers om in contact te komen met de dieren. Zowel in de stallen als in de wei." Wat betreft educatieve activiteiten denkt deze groep aan cursussen en workshops over de verzorging van dieren, hoe behandel je huisdieren, wat is respect voor dieren? Beekman, werkgroep Boerderijgebouw, vult aan: "Wij willen de Stadshoeve ook heel diervriendelijk maken. We gaan

bijvoorbeeld het Konijnorama maken naar het voorbeeld in Kampen. Daar hebben de konijnen een groot hok dat opgesplitst is in meerdere hokjes. Rondom zijn er mooie rennen en kunnen de konijnen lekker graven of zich verstoppertje. Want ook dieren willen spannend spelen."

De tuinen

Van de Stadshoeve zullen de tuinen het eerst actief zijn. Cor Zenhorst, werkgroep tuinen: "We zijn van plan om bij de Groene Loper aan te sluiten. Op 22 april gaan we op Earthday samen met hen en met de Groene Kinderopvang zaadjes zaaien voor de bloemenlint voor de bijen." De plannen omtrent de tuinen zijn in een vergevorderd stadium. Er komen drie verschillende tuinen. De eerste tuin ligt tegen de schuren aan en is vrij wandelgebied. Dit is een huistuin met gras, bloemen, planten en kruiden. Doel is om mensen te inspireren wat ze met hun eigen tuin kunnen doen. De tweede tuin heeft beperkt toegang voor bezoekers en bestaat uit een gewassen die fijner zijn en meer verzorging en aandacht behoeven. Zoals een bloementuin, kruiden, eetbare bloemen. De derde tuin is alleen onder begeleiding toegankelijk. In dit meer gesloten gebied vindt de productie plaats. Groente, aardappels en klein fruit worden hier verbouwd. Zenhorst: "Dit wordt verkocht aan de wijkbewoners. En is eventueel voor gebruik in de Stadshoeve. Het is de bedoeling dat we mensen kunnen uitleggen hoe planten groeien en hoe je ze moet verzorgen. En willen we adviseren aan mensen die zelf willen telen." De tuinen gaan dit seizoen van start.

Inspraak de Stadshoeve
woensdag 13 mei
inloop 19.15 uur
aanvang 19.30 uur
locatie Cultuurhuis



Waarom wij natuur nodig hebben

Je staat er nauwelijks bij stil, wat is de meerwaarde van groen en natuur in je eigen woonomgeving? Het eerste dat opkomt, is dat groen een wijk met (stenen) huizen vooral mooier maakt. Denk de bomen van de gemeente en je eigen groene tuin even weg, en dan voel je plots de meerwaarde van dat groen. Maar groen heeft veel meer functies. Groen is ook het leefgebied van dieren en planten, voor ons van educatieve waarde, maar het is vooral gezond.



Rommelig overhoekje in de zeggebuurt met hoge natuur- en educatieve waarde

Foto Louis Zandbergen

Ik ga vooral in op die min of meer onbekende meerwaarde, groen voor onze gezondheid. Het gaat dan om de groene ruimtes met gras en bomen. Struiken hebben we hier nauwelijks in Stadshagen, inwoners moeten blijkbaar weten dat ze in een poldergebied wonen. Groen heeft altijd een natuurwaarde. Wanneer een gazon elke week gemaaid wordt, is die waarde veel lager dan wanneer het gras één keer gemaaid en afgevoerd wordt. In dat laatste geval ontwikkelen de planten zich natuurlijk (met bloei en zaadvorming) en komen er insecten en vogels op af. Dus groen is altijd natuur, maar de mate waarin wordt bepaald door aanleg, onderhoud en beheer.

Gezonde woonomgeving

Een groene leefomgeving is superbelangrijk voor je gezondheid. Uit onderzoek

ken blijkt dat het hebben van voldoende groen in je eigen omgeving bijdraagt aan je eigen welbevinden. We gaan niet voor niets vaak op vakantie naar een groene omgeving om daar tot rust en ontspanning te komen. In het weekend even wandelen op de Veluwe doen we om diezelfde reden. Maar laten we gewoon dicht bij huis beginnen, in onze eigen wijk. Waarom niet gewoon op een avond een wandelingetje maken in de buurt? En als je dat dan doet, waar gaat de route dan langs? Ongetwijfeld langs de Oude Wetering, Stadskolk en Twistvlietpark. De echt groene oases in de wijk. Voor velen is helaas de afstand daarnaartoe te groot of onaantrekkelijk. Is er wel voldoende

groen in je eigen straat? Wist je dat alleen al het uitkijken op groen rustgevend werkt? Echt waar.

Gezondheid

Een woonomgeving die ook uitnodigt om eens te wandelen, is goed voor je gezondheid. Meer bewegen zorgt ervoor dat je minder snel diabetes krijgt en dat overgewicht beperkt wordt. Dat scheelt weer een bezoek aan de dokter en zo worden die maatschappelijke lasten beperkt. Dus trek eropuit, beweeg en geniet! Vind je dat de buurt groener hoort te zijn, leg dat voor aan de burens en kom met een voorstel naar de gemeente. Buurtinitiatieven omarmen ze.

Natuurwaarde

Groen kan zo onderhouden worden dat er een natuurwaarde aan toegevoegd wordt. Een grasstrook die een keer per jaar wordt gemaaid, ziet er misschien verwilderd uit maar heeft een hoge natuurwaarde omdat het bijvoorbeeld bijen aantrekt. Het inplanten van inheemse struiken geeft beschutting, nestplaats en voedsel voor vogels en insecten. Onderhoud is hiervoor beperkt nodig, de natuur kan haar gang gaan.

De tuinen in Stadshagen zijn in het algemeen klein. De mogelijkheden zijn dan beperkt. Toch is het met een beperkte aanpassing, mogelijk om aan natuurontwikkeling te doen. Maak een bijenhotel en takkenril, hang vogelkastje op, toereer een hoekje brandnetels (vlinders), lok egels naar je tuin of plant struiken met een ondoordringbare laag (meidoorn, sleedoorn, vuurdoorn als nest- en schuilplek vogels). Er zijn voldoende mogelijkheden. Doe natuurontdekkingen in je tuin of wijk. Verwonder je over de verscheidenheid aan insecten, vogels, vlinders, bessen en ervaar de vier seizoenen. Ontdek je eigen achtertuin. Er is altijd wat te zien en te beleven.

Kijk voor voorbeelden en ideeën op www.vogelbescherming.nl en www.tuinreservaten.nl.

Groene Prijs 2015 voor Repair Café Stadshagen

De Zwolse Groene Prijs is dit jaar toegekend aan het Repair Café Stadshagen. De initiatiefnemers ontvingen op 13 april een oorkonde uit handen van Janet Duursma, lijsttrekker van GroenLinks Overijssel.

Zwollenaren konden kandidaten nomineren voor de prijs. Uit de inzendingen heeft de fractie van GroenLinks Zwolle de prijs toegekend aan het Repair Café Stadshagen. Een Repair Café is een aansprekende manier om duurzame ideeën - minder afval, meer hergebruik - onder de aandacht te brengen van nieuwe doelgroepen.

Samen repareren

In Nederland gooien we ontzettend veel weg. Ook dingen waar bijna niets mis

mee is, en die na een eenvoudige reparatie weer prima bruikbaar zouden zijn. Repair Cafés zijn gratis toegankelijke bijeenkomsten die draaien om (samen) repareren. Bezoekers nemen van thuis kapotte spullen mee. In het Repair Café gaan ze samen met de deskundigen aan de slag. Zo valt er altijd wel wat te leren. Waardevolle praktische kennis wordt overgedragen. Spullen worden langer bruikbaar gemaakt en hoeven niet te worden weggegooid. De hoeveelheid grondstoffen en energie die nodig is om nieuwe producten te maken, wordt beperkt. Evenals de CO2-uitstoot. Want bij het fabriceren van nieuwe producten - en het recyclen van oude - komt CO2 vrij. In het Repair Café leren mensen op een andere manier naar hun spullen te kijken en er

opnieuw de waarde van in te zien. Het Repair Café draagt bij aan een mentaliteitsverandering. Die is noodzakelijk om mensen enthousiast te maken voor een duurzame samenleving. Maar bovenal wil het Repair Café laten zien dat repareren leuk is, en vaak heel makkelijk. Het Repair Café Stadshagen wordt elke laatste zaterdag van de maand, van 10.00 tot 14.00 uur gehouden in Gebouw Werkeren. De Groene Prijs 2015 is bedoeld als een aanmoediging voor dit initiatief en om het als voorbeeld te stellen. GroenLinks hoopt dat in elke wijk een Repair Café zal komen.

De Groene Prijs

De Groene Prijs wordt jaarlijks toegekend aan personen, organisaties of bedrijven die zich bijzonder verdienstelijk maken op het gebied van natuur en milieu én die door hun inspanningen een grote bijdrage leveren aan het dichterbij brengen van een mens- en natuurvriendelijke samenleving. De Groene Prijs is oorspronkelijk ingesteld door De Groenen, afdeling Zwolle en wordt tegenwoordig toegekend door de politieke partij GroenLinks. De Groene Prijs staat sinds 1996 in de officiële lijst van Zwolse prijzen die de gemeente bijhoudt.

Kapotte boeken centraal tijdens Repair Café Stadshagen

Elke laatste zaterdag van de maand tussen 10.00 en 14.00 uur is er een Repair Café in gebouw Werkeren aan de Werkerlaan 154 in Stadshagen. Er zijn geen kosten aan de reparatie verbonden. Een bijdrage wordt wel op prijs gesteld.

Op zaterdag 25 april is het volgende Repair Café in Stadshagen. Kapotte materialen worden gerepareerd. Op deze zaterdag staat het repareren van boeken en tijdschriften centraal. Iedereen heeft wel een boek in de kast staan met een kapotte rug of losse bladen. Of ze zitten met plakband aan elkaar, dat wordt helemaal donkerbruin en laat weer los. Of uw oude SUSKEen-WISKES of Kuifjes liggen helemaal los. Zonde, want dan pak je het boek helemaal niet meer op. Reparatie is vaak

nog best te doen en kost (afhankelijk van de schade) niet al te veel tijd. Daarom zijn er op zaterdag 25 april twee amateurboekbinders aanwezig met boekreparatiemateriaal. Ook hebben zij wat voorbeelden van herstelde boeken bij zich. De meeste schades kunnen ze direct herstellen en u kunt meekijken of zelf aan de gang gaan. De lijm moet natuurlijk wel een poosje drogen, houd daar rekening mee. Ze hebben moderne vinyl-lijm bij zich, geschikt voor antieke boeken maar ze willen er wel naar kijken en advies geven. Voor het restaureren van waardevolle boeken wordt verwezen naar gespecialiseerde bedrijven.

Info via repaircafestadshagen@gmail.com of de Facebookpagina van Repair Café Stadshagen.



Gedeelte van het team Repair Café Stadshagen neemt Groene Prijs 2015 in ontvangst

Foto Bijan Moshaver

Iedere editie van **Bedrijven in actie** komt een ondernemer uit **Stadshagen** aan bod. Dit keer **Petra Folbert van Leer Bewust Leven**

Waar staat **Leer Bewust Leven** voor?

"Sinds 2014 werk ik als gewichtsconsulent en voedingscoach. Ik geef advies over wat je moet doen om gezond (en lekker) te eten en hoe je blijvend afvalt. Zonder honger en risico op terugval. Naast het geven van voedingsadvies betrek ik er ook de thema's beweging, ontspannen, stress en zelfvertrouwen bij. Met als eindresultaat het creëren van een leefstijl die je je leven lang vol kunt houden."

Waarom heb je juist gekozen voor deze branche?

"Ik heb zelf jarenlang geworsteld met mijn gewicht. Vanaf mijn 9de jaar heb ik gelijnd en zo'n beetje alle diëten geprobeerd. Twee jaar geleden was ik dat zat en ben ik de opleiding voor gewichtsconsulent gaan volgen. Ik kwam tot de ontdekking dat je om af te vallen helemaal niet streng op dieet hoeft. De juiste voedingsmiddelen in de goede hoeveelheid, regelmaat en voldoende beweging zijn de oplossing. Doordat ik dit nu weet ben ik zelf ook 15 kilo afgevallen. Langzaam, maar wel met een blijvend resultaat. Ik ben hier zo blij mee, dat ik graag andere mensen wil helpen om hetzelfde te bereiken. Het is een hele opluchting om te weten dat je niet meer hoeft te diëten, voldoende kunt eten en daarnaast ook best iets lekkers mag eten."

Wat is je werkwijze?

"Ik start altijd met een intake waarin we kijken naar het eetgedrag en de wensen. Vervolgens bepalen we je startpunt. Dit doen we onder andere door het meten van het gewicht. Ik geef mensen de opdracht mee om een paar dagen een eetdagboek bij te houden. Hieruit rolt een persoonlijk voedingsadvies dat uitgaat van een pond tot een kilo gewichtsverlies per week. Aan de hand van onder andere voorbeeldmenu's leer je zelf gezonde keuzes te maken. In principe mag je alles eten als de basis maar goed is. Naast het eten kijken we samen ook naar de beweging die voor jou mogelijk is en bij je past. Gewicht verlies je immers niet alleen door anders te eten, maar ook door te bewegen."



Petra Folbert van Leer Bewust Leven

Foto eigen foto

Naast deze individuele begeleiding kunnen ook groepen bij je terecht?

Ik geef ook groepscurssussen. Een cursus bestaat uit zes bijeenkomsten en is voor mensen die samen willen afvallen. Onderwerpen die aan bod komen zijn: gezonde voeding, moeilijke momenten, spijsvertering, bewegen en mindful eten. Daarnaast organiseer ik workshops over voeding en gezondheid en ladiesnights voor bedrijven of bij dames thuis. Tijdens de ladiesnights krijg je tips over gezond eten, visagie en je kunt lekker shoppen."

Wat maakt jouw vak zo leuk?

"Afvallen en op gewicht blijven is voor veel mensen moeilijk. Eten is iets dat je niet kunt laten staan, en de verleidingen zijn groot. Ik vind het geweldig om mensen te leren om met kleine aanpassingen gezond met hun eten om te gaan. Zodat ze een eet- en leefstijlpatroon ontwikke-

len waar ze zich prettig bij voelen. Het is geweldig om te zien dat ze uiteindelijk voldoende handvatten hebben om zelf, zonder mijn hulp, aan de slag te kunnen."

Wat is het mooiste compliment dat je van een klant hebt gehad?

"Wanneer mensen aangeven dat ze afvallen zonder te weinig te eten. En zo nu en dan ook wat lekkers kunnen nemen. Dat het niet voelt als diëten. Uiteindelijk zie ik dat mensen meer zelfvertrouwen en uitstraling krijgen doordat ze zich beter voelen en zelf aan het roer staan."

Welk verantwoord gerecht maak je zelf het liefst?

Ik krijg altijd veel vragen over tussendoortjes. Mensen willen wel eens wat anders dan fruit, groente of een boterham en vinden het lastig wat ze dan het best

kunnen nemen. Zelf maak ik in het weekend regelmatig een bananabread met noten, banaan en amandelmeel. Door de week gebruik ik dat dan als tussendoortje. Ook zijn bij mij thuis de zelfgemaakte notenrotsjes van pure chocola, cranberries en walnoten favoriet."

Hoe gezond leeft de Stadshagenaar?

"Volgens mij is de Stadshagenaar best gezond. Ik zie in de wijk altijd veel hardlooptroepen en er zijn veel sportmogelijkheden. Daarnaast hebben we hier voldoende mogelijkheden om goede boodschappen in te slaan."

Heb je nog een ultieme gezondheidstip voor ons?

Zorg naast goed eten en beweging ook voor voldoende ontspanning. Doe regelmatig iets leuks voor jezelf en zorg ook dat je voldoende nachtrust krijgt. Maak daarnaast een weekplanning voor je gezin. Plan wat je eet en doe voor meerdere dagen boodschappen. Kook regelmatig meer voor de dagen waarop je geen, of weinig, tijd hebt om in de keuken te staan."

Wat betekent het wonen in Stadshagen voor je?

"Stadshagen is voor mij een wijk waar veel mogelijk is. Hiervoor woonde ik in Den Haag en dat is echt een groot verschil. We zijn van een benedenwoning naar een eengezinswoning gegaan met volop ruimte (en parkeerruimte). Ik vind het zelf heerlijk dat ik zo in het centrum zit, maar ook zo buiten ben om lekker te gaan ontspannen en bewegen. Ook sportactiviteiten zijn dichtbij. Mijn dochter Emma zit bijvoorbeeld op voetbal bij CSV en dat is lekker om de hoek. Ikzelf zwem graag en dat kan hier ook."

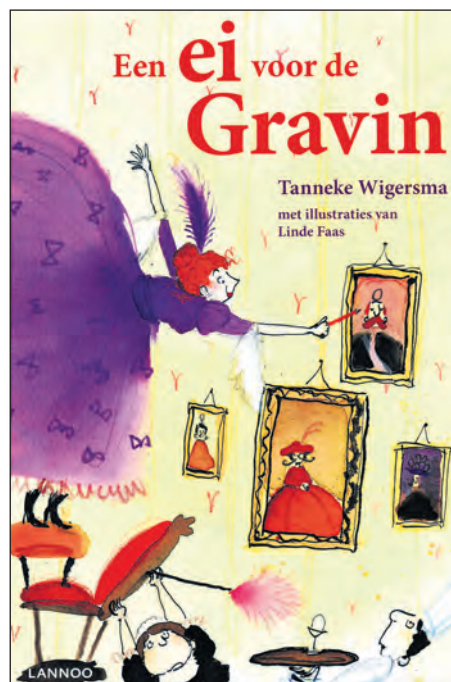
Welke zakelijke toekomstplannen heb je?

"Eigenlijk wil ik vooral zo doorgaan. Aangezien koken mijn grootste hobby is, wil ik op termijn aan de slag met het geven van kookworkshops. Ik wil mensen graag leren dat je prima zonder pakjes en zakjes kunt koken. En dat dit ook best snel kan. Ik houd er zelf ook niet van om uren in de keuken te staan, maar wel om een goede, gezonde, maaltijd te eten."

Meer informatie www.leerbewustleven.nl, of 06-302 840 75.

Boekrecensie: Een EI voor de Gravin

Door Margreeth Drost



Dit boek is bijzonder. Het is namelijk een SAMENLEESBOEK. Papa en Mama kunnen eruit voorlezen, maar er staan ook GROTE woorden in die je zelf al kunt lezen!

Dit boek is ook bijzonder omdat het gaat over een GEKKE gravin en een EI. Geen HARD ei, waar je een spijker mee in de muur kunt slaan. Geen zacht ei, dat zo zacht als SNOT van je tong glibbert. Maar een ei dat precies GOED is. Niet te hard. Niet te zacht. En met een SNUFJE zout.

De gravin wil elke dag een ei als ONTBIJT. Dat is misschien nog niet zo gek, maar de gravin is echt wel een beetje RAAR. Ze rijdt nog in een KOETS met paarden ervoor, ze heeft nog nooit ZELF een ei gekookt of gebakken, geeft haar kok en huismeid graag gekke NAMEN, haar fa-

voriete woorden zijn PFF en PRUTJES en ze tekent SNORREN op de schilderijen in de gang...

En dan op een dag, is de KOK verdwenen.... HOE moet dat nu? De gravin wil zo graag een ei dat ze daardoor zelfs in de GEVANGENIS terecht komt...

Een ei voor de gravin is een leuk boek waarin een eenvoudig, maar tegelijk ook avontuurlijk verhaal wordt verteld aan de kleintjes onder ons, met een gravin die eigenlijk gewoon ALTIJD doet wat ze zelf graag wil... Ik zeg: Lekker op de bank en SAMEN lezen!



Richard Schreurs

Door Judith van Leeuwen

Naam: Richard Schreurs
Geboortejaar: 1971
Geboorteplaats: Zwolle
Beroep: eigenaar/bespaaradviseur
Burgerlijke status: gehuwd, twee dochters

Met welke gedachte stond u op vanmorgen?

"Mijn stemming is uitbundig want afgelopen week is mijn boek 'Mijn leven als profvoetballer' uitgekomen. Eergister stond ik hier met een grote lach op mijn gezicht alle boekendozen in ontvangst te nemen. Ik heb beloofd om de eerste 100 persoonlijk langs te brengen, dus ik ben al twee dagen aan het rijden. Niet eerder heb ik dit gevoel gehad. Ik zit op een grote roze wolk."

'Ik krijg energie van mensen die positief in het leven staan'

Sinds wanneer woont u in Stadshagen?

"Sinds 2008. Daarvoor woonden Marjolein, mijn vrouw, en ik in Zwolle-Zuid. Eerst vonden we Stadshagen maar niks; alles kaal, geen winkels. Maar toen konden we inschrijven op deze huizen en werden we ingeloot. Nu vind ik het een fantastische wijk. Er wonen veel dertigers en veertigers. We hebben een fijn buurtje met veel gezelligheid en tegelijkertijd is het hier heerlijk rustig."

Wat inspireert u?

"Ik krijg energie van mensen die positief in het leven staan. Voordat ik drie jaar geleden voor mezelf begon heb ik jarenlang voor een baas gewerkt. Als manager heb ik mensen gecoacht en hen gevraagd wat ze drijft, dat boeit me. Ieder mens heeft een jurybankje in z'n hoofd. Ik daag mensen uit te luisteren naar de positieve juryleden en zich niet te laten leiden door negativiteit. Volgens de Japanse wetenschapper Masaru Emoto kun je dingen op afstand beïnvloeden door positieve gedachten. Ik vind het mooi om daarmee bezig te zijn."

Lijkt u op uw vader of op uw moeder?

"Qua karakter lijk ik op mijn moeder. Ze was een echte entertainer en altijd vrolijk. Als we een potje gingen klaverjassen en ze won, ging ze op de stoel staan. En als het Nederlands elftal speelde, versierde ze alles oranje en aten we worteltjes voor avondeten. Mijn vader is een stuk nuchterder en ook dat herken ik. Toen mijn moeder dertien jaar geleden overleed, veranderde er wel wat bij me. Ik was niet gewend om te huilen maar door dat verdriet heb ik wel geleerd om mijn dromen na te jagen en

emotie te tonen. Ik kan nu janken om niks."

Wat is het beste dat u is overkomen?

"Het moment dat onze dochters werden geboren. Een emotionele gebeurtenis. Zeker ook omdat mijn moeder een jaar voordat onze oudste kwam, was overleden. Mijn droom was altijd om mijn kinderen te kunnen laten zien aan mijn ouders. Daar kan ik nog steeds intens verdrietig om zijn. Het is als een doosje dat ik af en toe open en daarna weer sluit."

Wat zou u aan uzelf willen veranderen?

"Minder lang in frustraties blijven zitten. Dingen gewoon uitspreken en sorry zeggen. Volgens Marjolein ben ik verschrikkelijk eigenwijs. Ik kan heel moeilijk toegeven wanneer ik ongelijk heb. Aan de andere kant: mensen die nooit hun mening verkondigen zullen nooit voor eigenwijs worden uitgemaakt. Ach, dan is het maar zo."

Welke muziek zou u geschreven willen hebben?

"Sterker: ik heb al een keer een nummer geschreven. Met mijn oude buurman heb ik in 2010 een EK-lied gemaakt op de wijs van Maywoods 'Mother how are you today'. Maar de zang was niet goed. Het nummer is er nog wel maar het is nooit opgenomen. Het staat nog wel op mijn bucketlist om een keer een nummer te schrijven en dan gewoon heel brutaal op te sturen naar Marco Borsato."

Wat is uw levensmotto?

"Staat voor in mijn boek: Het leven wordt pas goed als je stopt met plannen en gewoon doet. Tijdens mijn ABN AMRO-tijd ging ik als manager met een groep mensen op stap. Ik heb toen een persoonlijk verhaal verteld met als thema: keuzes maken. Mensen zijn gewoontedieren en leven vaak onbewust. Een van mijn medewerkers kwam later naar me toe en zei: 'Ik wil je bedanken want ik neem ontslag en ga nu doen waar mijn hart ligt'. Mijn keus voor een eigen bedrijf kwam een paar jaar later ook. Het is een gezonde gedachte om stil te staan bij wat je nog wilt met het leven."

Wat mist u in Stadshagen?

"Een plek waar de happy dertiger of veertiger z'n wijntje of biertje kan drinken. Een mooi terras bij het Cultuurhuis, lekker in het zonnetje. Onze generatie is erg op ontmoeting en heeft daar geld voor over, dat weet ik zeker."



Richard Schreurs

Foto Yvonne Waslander

Wat is uw favoriete plek in Stadshagen?

"In de zon op onze eigen veranda. Ook het Verbindingshuis is een belangrijke plek voor ons. Daar heeft ons bedrijf Anderzzz met andere Stadshaagse ondernemers tijdelijk onderdak gekregen. Het sympathieke initiatief in het voormalig bankgebouw verbindt bedrijven in de hoop dat ze straks gezamenlijk naar de wijkboerderij vertrekken. Creatief ondernemen, verbinding maken met mensen uit de wijk, dat is wat we willen. Van Stadshagen voor Stadshagen, hoe gaaf is dat."

www.anderzzz.nl

www.mijnlevenalsprofvoetballer.nl

Torteltuin Akkerbergplein opgeknapt

Door Geert Jan den Hengst

Op zaterdag 21 maart is door vrijwilligers de Torteltuin bij het Akkerbergplein weer eens flink onder handen genomen. Deze plek is ontstaan uit een buurtinitiatief, met als uitgangspunt het elkaar ontmoeten en samen bezig zijn in de eigen woonomgeving. Het is een ontmoetingsplek geworden, om te spelen, tuiëren of ontspannen. Uiteraard vraagt zo'n tuin om regelmatig onderhoud. In het kader van NLdoet hadden zich hiervoor ook extra mensen aangemeld.

Het Oranjefonds heeft NLdoet in het leven geroepen met als doel het promoten van vrijwilligerswerk. Op twee dagen in het jaar wordt er een groot aantal klussen uitgekozen, waarvoor iedereen die wil meehelpen zich op de website kan aanmelden.

Open terrein

Het idee voor de Torteltuin ontstond

ruim een jaar geleden bij enkele buurtbewoners. Eentje vertelt: We vonden het zonde om dit braakliggend stukje grond te laten verpauperen. Zolang er geen bestemmingsplan was, wisten wij er wel raad mee. We vroegen toestemming van de gemeente om er naar eigen inzicht, zolang het mogelijk was, invulling aan te geven. En die toestemming kregen we. Een aantal omwonenden uit de verschillende straten werd gemobiliseerd en sloeg vorig jaar de handen ineen. Met de Torteltuin als resultaat. De naam Torteltuin komt uit het boek Pluk van de Petteflap van Annie M.G. Schmidt, waarin kinderen een stuk grond redden, dat eigenlijk had moeten wijken voor een flatgebouw.

Aan de slag.

Op deze zaterdagmiddag zijn 15 vrijwilligers aan de slag gegaan met allerlei werkzaamheden. Niet alleen omwonenden, maar zelfs uit Aalanden waren mensen

aanwezig om te helpen. Naast het reguliere onderhoud, zoals het gras maaien, werd de al eerder gemaakte hut van wilgentenen gerepareerd. Met oude pallets werden nieuwe voorzieningen gemaakt, zoals banken en klim&klautermogelijkheden

voor kinderen. Ook is er nu een 'insectenhotel' te vinden. De Stichting Landschap Overijssel had gezorgd voor alle benodigde gereedschappen. Ondanks een beetje motregen was iedereen heel tevreden over het resultaat.



Werken aan de wilgentenenhut

Foto Henk Gerrits

SPORTERS TRAINEN BIJ FITPLAZA

1 MAAND
GRATIS
TRAINEN

ONDER
PERSOONLIJKE
BEGELEIDING*

Ook topsporter Anna van
der Breggen, Europees
kampioene tijdrijden 2012,
traint bij Fitplaza.

Fitplaza

SPORTS - FITNESS - WELLNESS



WWW.FITPLAZA.NL/ACTIE

*Kijk voor de voorwaarden op onze site, of loop binnen voor meer informatie.

Houtsnijderstraat

Benieuwd naar de betekenis van een straatnaam? Iedere maand komt in de Vinexpress een andere straat in Stadshagen 'voorbij'. Dit keer de Houtsnijderstraat.

Wat doet een houtsnijder? Kort door de bocht gezegd, is een houtsnijder iemand die houtsnijwerk maakt. Ofwel hout dat bewerkt is met een stuk gereedschap waardoor het een bepaalde vorm krijgt. Dit hout brengt men dan bijvoorbeeld ter versiering aan op meubelen. Vroeger was dit het ambacht van de houtsnijder. Sinds de 19de eeuw gaat dit vaak machinaal.

Zelf houtsnijwerk maken

Stel je wilt beginnen met houtsnijden wat heb je dan nodig? Je start met het uitzoeken van hout. Lindehout gebruikt men al heel lang voor houtsnijwerk. Het is zacht en heeft weinig tekening (noesten). Eikenhout is al weer een stuk harder. Het voordeel van eiken is dat het meteen na het snijden een mooie uitstraling heeft en dat je het niet meer hoeft te schuren. Ook fruit hout (zoals appel- of perenhout) is geschikt. Heb je hout gevonden, dan maak je het eerst goed vlak. Voor het overbrengen van je ontwerp op het hout, kun je gebruik maken van carbonpapier.



Echt Fries houtsnijwerk deze sierlijk bewerkte klompen
Bron Pixabay



Foto Firoozeh Azimi Nobar

Met een mesje kerf je vervolgens het hout weg. Afhankelijk van de houtsoort kun je hierbij ook beitels of gutsen nodig hebben. Naar wens kun je je kunstwerk afwerken met was, olie, beits of lak.

Fries houtsnijwerk

In Friesland is het houtsnijwerk onderdeel van de traditionele kunst en cultuur. Men versiert het hout met de kerfsneetechniek. Met een mesje snijd je patronen uit vandaar de naam 'kerfsnede'. Het gaat vaak om geometrische figuren. Dit zijn alle vormen die je met een passer en liniaal kunt maken zoals: rozetten en sterren. De term 'Fries' slaat niet alleen op Friesland. Het snijwerk met de kenmerkende patronen kwam voor in heel Noord-Nederland. En vindt zijn oorsprong in het noorden van Europa zoals Noorwegen, Zweden, Denemarken. Vooral boeren, vissers en schippers gebruikten deze techniek. Met name in de wintermaanden wanneer er buiten weinig werk was. De techniek van het kerven, leerde men in de praktijk van vader op zoon. Tegenwoordig houden voornamelijk hobbyisten zich bezig met Fries houtsnijwerk.

Kettingzaagkunst

Nieuw is het maken van sculpturen uit hout (vaak boomstammen) met behulp van een kettingzaag. Een kunstvorm die moderne technologie (de kettingzaag) combineert met de oude kunst van het houtsnijwerk. Afhankelijk van de basisvorm en de grootte varieert het object



Even zagen en er komt een kikker tevoorschijn

Door Manfred Antranias Zimmer

van een klein vogeltje tot een levensgroot mens en alles wat daar tussenin zit. De kettingzaagkunst (ook wel carving of woodcarving genoemd) is overgewaaid uit Amerika via Engeland en Duitsland.

Houtsnedes

Er bestaat ook nog een andere houtbewerkingstechniek: de houtsnede. In een zachte houtsoort kerf je met een guts een tekening uit. Hierna ga je met een inktroller over dit stuk hout en druk je het af op papier. De uitgekerfde delen zijn als uitsparingen zichtbaar in de afdruk. In de vijftiende en zestiende eeuw, voor de uitvinding van de boekdrukkunst door losse metalen letters, gebruikte men deze techniek voor het drukken van boeken. Tekst en illustraties sneed men uit het hout. Op het geïnkte houtblok legde men een vel papier waarna een afdruk werd gemaakt door over het papier te wrijven. Dit heet ook wel een blokboek.

Goofy

door Ree

Ik heb een nieuw tuigje gekregen van mijn mensen en nu herkent niemand me meer. Eerder was ik 'dat kleine hulphondje' uit Stadshagen met dat rode tuigje, waarvan de kinderen zeiden: "Die mag je niet aaien hoor, want dat is een hulphond." Mijn nieuwe tuigje is wel veel mooier, blauw en met reflecterende letters. Dat betekent dat ik licht geef in het donker en dat is ook wel vetgaaf. En tenslotte ben ik niet echt een hulphond, dus vind het wel goed zo. Aan de andere kant mis ik het wel dat ik niet meer beroemd ben. Het beviel me prima om een VIP (Very Important Pooch) te zijn. Dus moet ik toch maar iets bedenken waardoor ik weer beroemd kan worden. De vorige keer vertelde ik dat ik wel de politiek in wilde. Ik heb me bedacht. Als we nou met alle honden samen hier iets goeds konden doen in de wijk, dan zou ik daar wel voor gaan. Maar wat dan? "Niet poepen op plekken waar het niet mag?" Maar hoe weet ik dat? Als ik moet dan moet ik en als het baasje niks zegt en niks doet en niks opruimt... Ik bedoel natuurlijk al

die baasjes van al die andere honden hier in Stadshagen, want mijn baasje houdt zich natuurlijk aan de regels. "Niet blaffen, niet grommen, niet tegen mensen opspringen", moet ik me daarvoor gaan inzetten? Dat zijn toch ook dingen die onze baasjes ons moeten leren, hoe kan je dat nou allemaal weten als hond zijnde? Oké, dus niet in de politiek. Dan moet ik maar iets anders bedenken. Misschien kan ik op TV om reclame te maken voor Stadshagen als meest hondvriendelijke wijk van Nederland. Dan heb ik natuurlijk wel supporters nodig en ik moet kunnen laten zien dat Stadshagen ook echt heel hondvriendelijk is, Misschien een 'hondenhoekje' op de wijkboerderij of een 'superspeelplek' ergens in de wijk? Als iemand een tip heeft waarmee ik de show kan stelen, hou ik me aanbevolen. Mijn naam heb ik al mee. 'Goofy', mijn held. Zijn poster hangt boven mijn bench.

Likje, pootje, blafje,

Goofy



Foto Inge Mateboer

Programma Koningsdag 27 april

Op 25 april komt het koningspaar naar Zwolle in het kader van tweehonderd jaar Koninkrijk. Dat is ook het thema van Koningsdag 2015 op maandag 27 april. Dit komt met name tot uiting bij de versierde fietsenoptocht: antieke fietsen, koningsparen en alles wat nog meer past in de traditie van tweehonderd jaar koninkrijk is welkom.

De activiteiten vinden plaats in restaurant Werkerwaard (naast het Gezondheidscentrum) en het Twistvlietpark. Dit jaar gooit ook WijZ de deuren van het Cultuurhuis open. U kunt daar terecht voor een lekker kopje koffie en gezellige ontmoetingen.

Het programma

Vanaf 9.15 uur: versierde fietsenoptocht met als thema tweehonderd jaar koninkrijk; eerst opstellen en keuren van de fietsen en om 9.30 uur vertrek vanaf het basketbalveld aan de Mannagras. Om 10.00 uur is de prijsuitreiking voor de mooiste fiets.

Activiteiten Twistvlietpark

Kleedjesmarkt van 10.30 tot 16.30 uur. Het betreft een vrijmarkt voor kinderen, geen commerciële verkoop. Opgeven is niet nodig, kleding neerleggen en gaan zitten. Zorg voor voldoende loopruimte langs en tussen de kleedjes. Laat geen rommel achter. Onverkochte spullen én afval gaan weer terug naar huis.

Verder is er een dj, sponsor Djambo Kidsplay is aanwezig, er is muziek en zijn er meerdere workshops en demonstraties. Speciale aandacht voor Easy2Zumba van Willem & Wilma. Uiteraard is er ook een bar.

Spelletjescircuit in Werkerwaard

Herinnert u het zich nog? Zaklopen, pannenkoeken, grabbelton, blikgooien en nog veel meer. Dit gevoel proberen we weer terug te halen in restaurant Werkerwaard (zorgcentrum Werkeren) van 14.30-16.00 uur. Een spelletjescircuit voor kinderen van de basisschool, leuk voor kinderen en ouderen. De tienkamp

Poster for Koningsdag 27 april 2015. The poster is divided into diagonal sections with different colors and contains the following information:

- Top left: A yellow crown with the number 200 inside.
- Top center: Facebook logo and 'werkgroepkinderactiviteiten'.
- Top right: A smiling sun.
- Center: 'Koningsdag Stadshagen 27 april 2015'.
- Diagonal sections (from top-left to bottom-right):
 - 9.15: Versierde fietsoptocht met muziek. Thema 200 jaar koningschap. Vertrek basketbalveld Mannagras.
 - 10.00: Prijsuitreiking mooiste fiets. Winkelcentrum.
 - 10.30 - 16.30: Kleedjesmarkt. DJ X.
 - 14.30 - 16.00: Spelletjescircuit met pannenkoek. Restaurant Werkerwaard.
- Bottom right: 'design by niKra'.
- Logos for 'Djambos Kidsplay', 'WijZ', and 'Dans & Creatief centrum Zwolle' are also present.

Paashaas in Winkelcentrum Stadshagen



Foto Yvonne Waslander

De winkeliersvereniging had weer uitgepakt in het winkelcentrum dit jaar, ter gelegenheid van Pasen. Er waren dieren om te knuffelen en de sminck- en knutseltent stond weer paraat. En mede dankzij het mooie weer werd een gezellige dag. Ook al doet het sippe gezichtje van deze Paashaas misschien anders vermoeden.

beginnt in Werkerwaard en eindigt in het Cultuurhuis. Zo wordt Koningsdag een dag voor iedereen.

2Bike4Alzheimer

Koningsdag Stadshagen wordt georganiseerd door de Werkgroep Kinderactiviteiten van Wijkstichting Stadshagen Totaal. Werkgroep Kinderactiviteiten heeft geen

sociale partners. Wel willen zij een bijzonder doel onder de aandacht brengen: IJsselheem Werkeren fietst mee voor 2Bike4Alzheimer. Een 24-uursestafette van 400 kilometer die met tandems wordt gereden. Als team moeten zij minimaal drieduizend euro inleggen, maar meer is welkom.

Opbrengsten van sponsoracties in het kader van Koningsdag zijn daarom welkom. Meer weten? Neem contact op met Marjan Middelburg (m.middelburg@ijsselheem.nl). Voor het laatste nieuws volg je de werkgroep op www.facebook.com/werkgroepkinderactiviteiten.

Weggeefwinkel voor iedereen

Door Alice Tekst

De Weggeefwinkel in het Verbindingshuis is een groot succes. Iedere woensdagmiddag tussen 14.00 en 16.00 uur komen mensen in grote getale spulletjes brengen of halen. Er zijn allerlei zaken te krijgen, voor jong en oud en voor mensen met een kleine portemonnee of mensen die graag milieubewust leven en meedoen aan recycling. Initiatiefneemster Erna van der Grift is ermee begonnen op Facebook.

Erna: "Mijn idee ontstond omdat ik om me heen zag dat er veel mooie en goede spullen rechtstreeks in de container belanden. Zonde is dat. Er zijn genoeg mensen die dat goed kunnen en willen gebruiken. Die er blij mee zijn. Maar dit liep al snel uit de hand, er werden zoveel spullen aangeboden en gehaald dat het niet meer te doen was vanuit huis. Toen ben ik een winkel begonnen, eerst in het Cultuurhuis. En nu in het Verbindingshuis aan de Werkerlaan."

Yvonne Waslander kwam er al snel bij om te helpen, want de winkel nam een hoge vlucht. Yvonne: "Het is ontzettend leuk werk. Mensen gaan echt blij en voldaan weer weg bij ons. Voor kinderen is het



Yvonne en Erna presenteren trots de Weggeefwinkel in Verbindingshuis

Foto Josette Veltman-de Greef

een klein feestje, ze mogen speelgoed voor zichzelf uitzoeken. En moeders kiezen ondertussen leuke kleding voor zichzelf of voor de kids uit."

Puzzels en keukenspullen

Dat het veel enthousiasme oproept bij

wijkbewoners, is te zien aan de vele zaken die aangeleverd worden. Van boeken, spelletjes, speelgoed, puzzels, kleding, glaswerk, keukenspullen, linnengoed, bloempotten en knutselmateriaal tot en met dvd's. Je kunt het zo gek niet bedenken of het is er. De betrokkenheid van

mensen blijkt eveneens uit het feit dat er inmiddels al acht vrijwilligers meewerken bij de Weggeefwinkel.

Leuk nieuws

Erna vertelt blij: "We hebben net prachtig nieuws gekregen. Vanaf april ondersteunen we Miranda Eline Voedselpakketten." Er komen in de Weggeefwinkel inzamelkragen te staan. Hier kunnen mensen elke woensdag houdbaar voedsel komen inleveren. Dit komt allemaal zeer goed terecht. Dit vanwege het feit dat zij net als de Weggeefwinkel samenwerken met Travers en het sociale wijkteam. Op de vraag welke voedingsmiddelen nodig zijn, antwoordt Yvonne enthousiast: "Het mogen alleen lang houdbare voedingsmiddelen zijn. Daarnaast hebben we ook verzorgingsproducten nodig. Voorbeelden zijn: rijst, pasta, soepen, vlees en vis in blik, luiers, wc papier, ranja, crackers, beskuit, schoonmaak en verzorgingsproducten in gesloten verpakkingen, lang houdbare melk, koffie, thee, jam, chocola, pasta, potten of blikken groente. Hier maken we weer veel mensen blij mee!" Kijk voor meer info op www.facebook.com/pages/Weggeef-Stadshagen

Alleen op de fiets naar Santiago de Compostella

Door Riet van der Wenden

Anja van Dijken (51) stapt half april op de fiets naar het Spaanse bedevaartsoord Santiago de Compostella. Deze pelgrimsroute, de Camino, is al eeuwen oud. Duizenden mensen gaan jaarlijks op pad; ze komen van alle windstreken naar de Pyreneeën, waar de route officieel begint. Oorspronkelijk te voet, tegenwoordig ook vaak op de fiets. Dit voorjaar voegt Anja van Dijken uit Stadshagen zich bij deze laatsten. De keus voor de fiets is noodgedwongen: "Mijn eerste liefde is wandelen, maar omdat mijn knieën niet meer meewerken heb ik de wandelschoenen ingeruild voor de fiets."

Het idee voor deze solotocht is langzaam gegroeid. Na een paar hectische jaren waarin ze gescheiden is en een HBO-opleiding afrondde, wilde ze als een soort afsluiting een lange tocht maken. "Na veel lezen viel de keus op Santiago de Compostella. Dat het een bedevaartroute is spreekt me aan, het stuk bezinning vind ik erg belangrijk." Anja is inmiddels vaste bezoeker van op het forum van De Wereldfietser, een digitale vraagbaak voor alles wat met fietsen en reizen te maken heeft. Ze bezocht een wereldfietsbeurs en heeft een fietscursus gedaan, waarbij ze de meest elementaire reparaties zelf leerde uitvoeren. In Limburg werd getraind in het bergop fietsen. Vier dagen lang beklom ze de Limburgse heuvels. Dat viel in het begin nog niet mee. "Ik neem niet alleen mezelf mee naar boven, maar ook de fiets van 18 kilo en de pakking van ongeveer 17 kilo. Bij een stijging van 10 procent weegt dat als lood."

Route

Het stuk door Nederland gaat over de Hanzeroute en de Maasroute. "Bij Maastricht fiets ik een stukje om want ik wil overnachten in Houthem, in het klooster van Sint Gerlach. Dat ziet eruit als een sprookjeskasteel. Daar krijg ik ook een stempeltje op mijn pelgrimspas. Vandaar ga ik door Duitsland en Luxemburg om de Ardennen te omzeilen, die zijn me echt te pittig. Vanaf Bastogne fiets ik de 'Route langs oude wegen'. Alleen de naam belooft al veel moois. Lourdes doe ik onderweg ook aan. Tijdens een eerder bezoek was ik diep onder de indruk van alle mensen die daar komen en heilig geloven in de kracht van die plek." Vanaf de Pyreneeën volgt ze verder de Camino of Sint Jacobsroute.

Drijfveren

Voor Anja is, als echt gezelligheidsmens, alleen reizen een hele opgave. "Ik wil kijken wat dat met me doet. Vind ik mezelf na een paar weken nog een leuk mens? Kan ik het goed met mezelf uithouden? Maar ik sta ook zeker open voor contacten onderweg. De Camino is bij uitstek een weg waar je elkaar herkent in de zoektocht naar jezelf. Voor mezelf hoop ik antwoorden te vinden op vragen als: Wat wil ik nog in mijn leven? Een andere baan? Er breekt een nieuwe fase aan nu de kinderen ouder worden, hoe ga ik die invullen? Waar haal ik de kracht vandaan om door te gaan als het hard regent, mijn band lek is en ik geen camping vinden kan? Of wat als ik heimwee krijg? Die dingen gebeuren. Hoe incasseer ik zulke tegenslagen? Aan de andere kant is mijn doel van de fietstocht heel simpel: op

zoek naar eenvoud en alleen bezig zijn met de basis, wat ga ik eten, waar ga ik slapen en wie of wat komt er op mijn pad."

Rituelen

Geen Santiago de Compostella zonder rituelen. Zo zal Anja ook een van huis meegenomen steentje achterlaten bij het Cruz de Ferro (IJzeren Kruis). De moderne pelgrim laat hiermee symbolisch zijn zonden achter, of een zware last. Bij aankomst in Santiago gaat Anja naar de kathedraal in het centrum waarin zich volgens een legende het graf van de apostel Jacobus

bevindt. Misschien volgt ze het voorbeeld van andere pelgrims en omhelst ze zijn beeld bij aankomst. "Het gaat me daar niet om, net zoals ik eigenlijk niet geïnteresseerd ben in de stempeltjes onderweg. Toch doe ik het waarschijnlijk wel, gewoon omdat je daar toch bent. Zo schrijf ik me bij aankomst direct in voor een gratis maaltijd. Nog zo'n eeuwenoude traditie." De terugreis is nog niet gepland. Als tijd en benen meezitten is zelfs terugfietsen een optie. Meer info www.wereldfietser.nl, www.pelgrimsroutes.nl, <http://www.nederlandfietsland.nl/lf-routes>



Klaar voor de Camino

Foto Elisabeth van Munster-Algra

Palmpasen

Op 28 maart organiseerde Werkgroep kinderactiviteiten, onderdeel van wijkstichting Stadshagen Totaal, haar traditionele palmpasenactiviteit. In het kader van de verbinding tussen jong en oud waren zij weer te gast in restaurant Werkerwaard.

Tussen 14.30 en 16.00 uur is er hard aan de palmpasenstokken gewerkt. Er was voldoende knutselmateriaal, snoep en hulp van ouders én een grote paashaas. Dat zorgde voor een leuke sfeer en ook voor heel veel verschillende, mooie stokken.

Om 16.00 uur was het voor de echte doorzetters (het weer werkte niet echt mee) verzamelen met Jong Jubal voor een kleine optocht door het winkelcentrum. De optocht eindigde weer in Werkeren. Hier boden de kinderen een supergrote palmpasenstok aan de bewoners aan. Tussentijds waren ook nog twee extra stokken

Wij gaan op kamers

Door Iris Boersbroek

Op zaterdag 28 maart ontvingen ze trots de sleutel en op 11 april betrokken zeven jongvolwassenen officieel hun eigen appartement in het Vensterhuis. Op kamers gaan, wat is daar nou voor bijzonders aan? Voor de meesten misschien niet, maar wel voor jongeren met Downsyndroom. Hoe is dat zo gekomen?

Zo'n tien jaar geleden staken een aantal ouders van kinderen met Downsyndroom de koppen bij elkaar: wat als hun kin-

gemaakt voor twee zieke bewoners. Een mooie manier van verbinden. Het was genieten voor jong en oud.

Op de hoogte blijven? Kijk dan op www.facebook.com/werkgroepkinderactiviteiten. De volgende activiteit: Koningsdag maandag 27 april.

deren de leeftijd kregen het huis uit te gaan? Daarmee ook vooruitlopend op het feit dat ouders er op een gegeven moment niet meer zijn. Natuurlijk zijn er instellingen maar behalve dat die vaak heel groot zijn, is het daar ook meestal de bedoeling dat je elk weekend naar huis gaat. Zou het niet mogelijk zijn dat onze kinderen helemaal zelfstandig kunnen wonen? Met dat in het achterhoofd en natuurlijk het zogenaamde PGB dat deze kinderen hebben werd er gebrainstormd en op zoek gegaan naar zorgorganisaties die dit met hen wilden helpen realiseren. Dat is uiteindelijk Omega Zorg geworden en het project kreeg de naam WIZ, Wooninitiatief Zwolle. Omega beheert ongeveer 27 van de 62 appartementen in het nieuwe Vensterhuis aan de Ossenweide, de andere zijn voor de vrije verhuur. De onderste etage werd zo gebouwd, dat er naast zeven zelfstandige appartementen, een grote gemeenschappelijk ruimte is (keuken, zitkamer), een ruimte voor de begeleiding en een gemeenschappelijke ingang. De jongeren hebben allemaal hun

eigen huisnummer en adres. De huur betalen ze zelf uit hun PGB of Wajonguitkering aangevuld met huursubsidie. Hun appartement bestaat uit een woonkamer met keuken, een slaapkamer en een badkamer. Al naar gelang de wens en het vermogen kunnen ze dus minder of meer zelfstandig (leren) wonen. Er is 24 uur begeleiding, dus ook 's nachts. Overdag gaan de jongeren ieder naar hun eigen dagbesteding/werk; zo werkt er een aantal bij bakkerij De Verwennerij in Westenholte.

Op 28 maart kregen ze officieel de sleutel, waarna er druk werd begonnen de appartementen in te richten. Omdat geen van de nieuwe bewoners zelf uit Stadshagen komt, was er een speurtocht georganiseerd om de wijk beter te leren kennen. En op 11 april zijn ze er allemaal echt gaan wonen. Hoe trots ze daarop zijn staat buiten kijf. De officiële opening van het Vensterhuis vindt in juni plaats. Meer info www.omegagroep.nl, www.bakkerijdeverwennerij.nl



Foto Werkgroep kinderactiviteiten Wijkstichting Stadshagen Totaal



Foto Josette Veltman-de Greef

Stadshagen Doet!

In Stadshagen worden vele activiteiten mogelijk gemaakt door vrijwilligers. Vrijwilligerscentrale ZwolleDoet! presenteert op www.zwolledoet.nl enerzijds het aanbod van vrijwilligers en anderzijds de vacatures van organisaties die vrijwilligers zoeken. In deze rubriek vind je een greep uit de vacatures, voornamelijk gericht op Stadshagen.

Chauffeur/patiëntencoach:

Heb jij een eigen auto en weet je iemand gerust te stellen? Ben je betrokken bij je kwetsbare medemens, empatisch en goed in intermenselijk contact? Sta je stevig in je schoenen staan en heb je een natuurlijk overwicht en de vaardigheid hebben om adequaat op te treden? Dimence zoekt mensen die patiënten/bewoners begeleiden naar bijvoorbeeld ziekenhuis, tandartsenbezoeken en dergelijke. Dit zijn voor de patiënt vaak spannende bezoeken. Je biedt hen organisatorische en ondersteunende begeleiding, maar kunt tegelijkertijd ook afstand bewaren. Aanmelden of meer info? Neem contact op met Vrijwilligerscentrale ZwolleDoet! en vermeld vacaturnummer VAC-36500.

Zeiltrainer bij Opticlub:

Opti Club is de jonge zeilschool bij de Milligerplasaltijd op zoek naar zeiltrainers (m/v). Heb jij zeilervaring en zie jij jezelf cursisten (tussen de 7 en 12 jaar) zeiltraining geven in de Optimist? Heb je aantoonbare zeilervaring, kan je goed communiceren en overweg met kinderen, ben je vrolijk en energiek en vind je het leuk om kinderen enthousiast te maken voor het zeilen? Voor elke zeiltraining ontvang je een vergoeding, je wordt op-

geleid (o.a. een trainingsweekend) en tijdens je zeiltrainingen ook begeleid. Aanmelden of meer info? Neem contact op met Vrijwilligerscentrale ZwolleDoet! en vermeld vacaturnummer VAC-36848. Of rechtstreeks met OptiClub info@opticlub.nl of 06 23177625.

Bar-/restaurantmedewerker:

Locatie Werkeren van Woonconcern IJsselheem zoekt een gezellige barmedewerker tijdens activiteiten. Je bent verantwoordelijk voor verstrekken van koffie/thee en drankjes. Je frituurt en doet de afwas in de keuken. Aanmelden of meer info? Neem contact op met Vrijwilligerscentrale ZwolleDoet! en vermeld vacaturnummer VAC-36578.

Bingoliefhebber:

Samen met andere vrijwilligers en welzijnsmedewerkers bezorg je de bewoners van Het Zonnehuis een gezellige (actieve) morgen. Je ondersteunt bewoners die de bingo niet geheel zelfstandig kunnen doen en je helpt bij het halen en terugbrengen van de bewoners van en naar de activiteit. Aanmelden of meer info? Neem contact op met Vrijwilligerscentrale ZwolleDoet! en vermeld vacaturnummer VAC-36857.

Vrijwilligers voor Doepark Nooterhof:

Doepark Nooterhof zoekt voor komend zomerseizoen weer allerlei vrijwilligers.

Tuinen

Vind jij tuinieren leuk en heb je ervaring met onder andere het onderhouden van groente- en fruittuinen? Ben jij beschikbaar op maandagochtend of woensdagmiddag en werk je graag in een groep. Samen met een leuke club mensen zorg je voor het onderhoud van de tuin van de vergeten groenten, de kruidtuin en de bijen- en vlindertuin. Meer info of aanmelden bij ZwolleDoet! vacaturnummer VAC-36083 of rechtstreeks bij de Nooterhof info@doeparknooterhof.nl.

Rondleidingen

Regelmatig ontvangt Doepark Nooterhof groepen in het park. Daarbij wordt soms ook een rondleiding verzorgd. Bij deze rondleiding vertellen de rondleiders meer over het Earthship, het park en alles wat hier te zien is. Heb je interesse in groen en natuur, vind je het geen probleem om voor een groep te staan (jong en oud), kan je goed vertellen en ben je circa twee dagdelen per week beschikbaar? Meer info of aanmelden bij ZwolleDoet! vacaturnummer VAC-36874 of rechtstreeks bij de Nooterhof info@doeparknooterhof.nl.

Infopunt

In het Infopunt kunnen bezoekers meer informatie krijgen over het park, over duurzaamheid en over natuur en milieu. Bovendien worden in het Infopunt een aantal producten, zoals honing en insectenhotels verkocht. Vind je het leuk om mensen te informeren, te adviseren en om te verkopen. Het infopunt is nu nog open op woensdagmiddag, het is de bedoeling dat het punt ook op vrijdag-, zaterdag- en zondagmiddag open is. Ervaring is niet vereist, enthousiasme is een grote pre. Meer info of aanmelden bij ZwolleDoet! vacaturnummer VAC-33786 of rechtstreeks bij de Nooterhof info@doeparknooterhof.nl.

Vrijwilligers gezocht voor terminale patiënten:

Informele Zorg zoekt vrijwilligers die bij terminale patiënten in Hattem en Zwolle willen waken en eenvoudige verzorging willen bieden. Met name tijdens de nachten is deze inzet van vrijwilligers nodig. Dat gebeurt in samenwerking met Stichting vrijwillige hulpdienst Voor Mekaar in Hattem. De hulp kan variëren van de patiënt in en uit bed helpen tot 's nachts waken terwijl de familie slaapt. Ook bied je als vrijwilliger een luisterend oor wanneer dat gewenst is. Er is behoefte aan vrijwilligers die zich betrokken voelen bij hun werk, het belangrijk vinden dat een terminaal zieke thuis kan worden verzorgd en de naasten van de patiënt willen ontlasten. De vrijwilligers verrichten geen medische of huishoudelijke taken, maar uitsluitend hulp bij de persoonlijke verzorging van de patiënt. Je hoeft geen specifieke vooropleiding te hebben, je krijgt een cursus aangeboden die bestaat uit zes bijeenkomsten die meestal in de avond worden gepland. Aansluitend wordt de driedelige cursus transfertechnieken (zoals het in en uit bed helpen van de patiënt) gegeven. Daarnaast is er elke twee maanden een 'terugkomavond' voor alle vrijwilligers en zijn er themabijeenkomsten over relevante onderwerpen, zoals ziektebeelden. Hoe vaak een vrijwilliger wordt ingezet, is afhankelijk van de aanvragen voor ondersteuning die - vaak ad hoc - binnenkomen. Bovendien wordt rekening gehouden met de mogelijkheden en wensen van de vrijwilliger zelf. Neem voor meer informatie over dit vrijwilligerswerk contact op met Mieke Voswijk: Vrijwilligerscentrale ZwolleDoet!, 038 422 52 00 of info@terminalezorgzwolle.nl. Kijk ook op www.terminalezorgzwolle.nl.

**Vrijwilligerscentrale
ZwolleDoet!**
Assendorperstraat 48
038 4225200
www.zwolledoet.nl



Het Zonnehuis zoekt bingoliefhebbers.

Foto Josette Veltman-de Greef

“SAMEN” verbindt in Stadshagen

De lipdub is opgenomen! Wat een geweldig feest was het in het Cultuurhuis. Ouderen uit Werkeren - IJsselheem en jongeren van Level-Z hebben elkaar leren kennen en plezier gemaakt. Naar wens heeft een visagist de deelnemers van een professionele visagie voorzien. Een fotograaf heeft doorlopend foto's gemaakt, de lokale supermarkten hebben ons voorzien van een hapje en een drankje en Deltion heeft de lunch en het productiebedrijf geleverd. Ook de Gemeente stond klaar met een premie en de stichting WIJZ sponsorde door het Cultuurhuis beschikbaar te stellen. Ook het Verbindingshuis, heel bekend in Stadshagen, stond direct klaar met de Mediafabriek om een herkenbaar ontwerp te maken voor de flyers en posters. Werd u ook vrolijk van de ballonnenzuilen van Van Aperlo Atractieverhuur? Er

zijn zoveel vrijwilligers en sponsors geweest dat we ze hier niet eens allemaal kunnen vermelden. Zoveel mensen hebben met zoveel plezier elkaar ontmoet, van elkaar geleerd en samen gelachen! Alle deelnemers, vrijwilligers en sponsors ontmoeten elkaar binnenkort weer voor de afterparty. De film zal binnenkort te zien zijn in Werkeren, het Cultuurhuis én op 25 april in het park de Weezenlanden. De missie van "SAMEN" is geslaagd!

Bent u ook enthousiast geworden om iets voor en met elkaar te organiseren in Stadshagen? Het Verbindingshuis is hiervoor een mooie ontmoetingsplek! Voor vragen kunt u altijd contact opnemen met de organisatie van "SAMEN" via het e-mailadres: samenverbinden@gmail.com.

Van huiskamer-dj naar wereldster

Door Cem Kalsbeek

Bij Jongeren Centrum Level Z geven wij mensen de kans om te worden wat ze uiteindelijk willen worden. Zoals bijvoorbeeld de veertienjarige Jermaine; die hoopt later een grote dj te worden. Hij is een jongen met lef, veel enthousiasme en zeker een toffe jongen.

De sfeer hier is fantastisch

Voordat hij bij Level Z kwam, was hij al bezig met muziek draaien. Onder andere bij vrienden thuis. Maar sinds hij bij Level Z zit, heeft hij ambities om een van de grootste dj's van Nederland te worden. Dat zal hij zeker niet alleen kunnen. Daarom leert hij nu veel bij Level Z. Zelf zegt Jermaine daarover: "De sfeer is fantastisch!"

Wat is zijn doel?

DJ Jermaine geeft zelf aan dat hij wil werken aan zijn interactie met het publiek. Na de zomervakantie gaat Jermaine naar de derde klas. Daarna wil hij graag naar het Deltion gaan om daar zichzelf verder te ontwikkelen en uiteindelijk hits te scoren. onderschrift foto: Dj Jermaine achter de draaitafel



DJ Jermaine achter de draaitafel

‘Gedachten omzetten in verhalen doe ik al mijn hele leven’

Een ontdekking: onze wijk herbergt een heuse schrijfster! Eentje met internationale allure zelfs, want haar boeken verschenen onder meer in het Deens, Lets, Duits en... Koreaans. Tijd voor een nadere kennismaking.

Door Margreeth Drost

Wie is Tanneke Wigersma?

“Schrijver in hart en nieren. Ik heb altijd geschreven, dagboeken, gedichtjes, van alles. Al zijn er ook wel andere beroepswensen voorbijgekomen: dirigent, pianist, modeontwerpster en archeoloog. Het ene moment ben ik blij en vol ideeën, het volgende moment gebrand op het bespreekbaar maken van onrecht. Die beide kanten zijn ook terug te vinden in mijn boeken.” Lachend: “En dat kan per uur verschillen, is dus vrij vermoeiend voor mij en mijn omgeving, maar het zorgt ook weer voor veel creativiteit!”

Waar haal jij je inspiratie voor je boeken vandaan?

“Ik heb altijd een overvloed van ideeën in mijn hoofd, wat dat betreft kan ik wel tot mijn tachtigste blijven schrijven. De ideeën krijg ik ‘gewoon’ op straat, of in de rij bij de kassa in de supermarkt, als ik gesprekken tussen mensen opvang of, dat gebeurde vorige week nog, als ik een kat zie lopen op straat en denk: ‘daar wil ik ook ooit nog ‘es over schrijven!’”

Wat zijn thema’s die je na aan het hart liggen?

“Rechten voor de dieren, kindermisbruik en andere problematische thema’s. Het gaat er eigenlijk om dat ik onrecht wil bestrijden. Dat komt voort uit de tijd dat ik bij de kindertelefoon gewerkt heb, dan



Eigen foto van Tanneke Wigersma

hoor je veel ellende. Voor mij is er dan de uitdaging om zware thema’s op een lichte toon te brengen. Volgens de jury van de aanmoedigingsprijs ‘vlag en wimpel’ gaf dat ook de doorslag toen ik de prijs won. Dus dat gaat me goed af, ook al blijft het iedere keer een zoektocht.”

Wat vind je moeilijk in het schrijfproces? “Ideeën van mijn hoofd naar papier krijgen is lastig. Er gebeurt veel in de tus-

sentijd. Daarbij moet je ook veel keuzes maken. Is de hoofdpersoon jong of oud? Speelt het verhaal in het verleden of heden? Het leuke van het schrijven voor kinderen is dat je daarbij veel fantasie kunt gebruiken, hun wereld is veel kleiner en je kunt dingen herhalen.”

Daarover gesproken: Je nieuwste boek is ook een kinderboek, getiteld: ‘Een ei voor de gravin’. Kun je daar iets meer

over vertellen?

“Jazeker! het is al een ouder verhaal wat al op de plank lag, maar wat ik nu heb uitgewerkt. De inspiratie ervoor kreeg ik van mijn oma. Zij ontbeet altijd met zacht gekookte eitjes. Haar dag beginnen zonder, was eigenlijk geen optie. Dat geldt ook voor de gravin in dit boek. Ze is volwassen, maar ze gedraagt zich als een stoute kleuter.

Ze doet waar ze zin in heeft, bijvoorbeeld snorren tekenen op schilderijen van haar voorouders. Op een dag verdwijnt haar kok en haalt ze allerlei capriolen uit om toch een lekker eitje voor haar ontbijt te bemachtigen. Uiteindelijk komt ze daarvoor zelfs in de gevangenis terecht... Ik doe eigenlijk altijd mijn best om aangepast en netjes over te komen en vraag me dan af wat andere mensen van me vinden. Daar heeft de gravin geen last van en daar kan ik nog wel wat van leren.” (Op pagina 10 staat een recensie van dit kinderboek, red.)

Wat eet jezelf eigenlijk als ontbijt?

“Sowieso altijd een boterham met pinda- kaas, daaromheen is er nog weleens variatie. En als ik denk dat niemand kijkt, neem ik nog weleens een lik pure pinda- kaas uit de pot... Is echt zo!”

Zit er nu nog iets ‘in de pen?’

“Ik ben nu bezig met een young adult boek. Heel anders dan een kinderboek. Het gaat over een meisje dat verliefd wordt, voor het eerst naar jongens kijkt. Over jong zijn, wijs worden en absoluut niet rechtlijnig zijn. Chaotisch met een klein beetje fantasie, maar juist ook echte problemen. Kortom, spannend om te doen!”

Dierenvrouwtje met een missie



Foto Cindy Doorn

Door Cindy Doorn

Het gehele jaar door, bij goed of slecht weer en op verschillende plekken in Zwolle kun je haar tegenkomen: mevrouw Smit oftewel ‘het dierenvrouwtje’, zoals ze zichzelf noemt. Met veel plezier verzamelt zij brood en kruimels en voedt daarmee samen met kinderen de dieren op de diverse kinderboerderijen. Een Zwolse met een missie!

We treffen elkaar voor de supermarkt. Gehuld in winterjas en een muts op tegen de koude wind, groet ze me hartelijk met in haar hand een grote boodschappentas halfvol brood. “Net gehaald”, aldus mevrouw Smit, “dan gaan we nu naar de dieren.”

Kruimels en kapjes

Zo’n twee tot drie keer per week gaat ze op pad. Naast Stadshagen, doet ze ook Holttenbroek, Wezenlanden en een deel van de binnenstad aan. In onze wijk is ze bij Bakkerij Blom en Délifrance een goede bekende, zodra zij binnenkomt worden de kruimels en kapjes aan haar overgedragen. “We zijn blij dat het brood goed terecht komt, we werken er graag aan mee”, aldus de winkelier. Van de speelgoedwinkel in ons winkelcentrum aan de Wade ontving ze een aantal grote tassen, waar ze de broodresten in verzamelt.

Verspilling

Terwijl haar man de auto haalt om richting dierenweide te gaan, vertelt het dierenvrouwtje wat haar beweegt. “Allereerst vind ik het belangrijk dat kinderen leren met dieren om te gaan. Met mijn brood probeer ik ze dat bij te brengen. Ik geef de kinderen wat brood uit de tas en spoor ze vervolgens aan om de weide in te gaan en de dieren te voeren en te leren kennen. Daarnaast houd ik niet van verspilling. Waarom zouden we het weggoien als de dieren er goed van kunnen eten?”

Kinderboerderij

Zo zet mevrouw Smit zich al jaren in voor het hergebruik van brood, vergezeld door haar man, die zichzelf de taak van chauffeur heeft gegeven. Op de respectabele leeftijd van 82, draait het dierenvrouwtje haar hand niet om voor een zware tas en loopt monter alle dieren langs. Onderweg stopt ze wat kinderhanden vol met brood en vrolijk lopen de kinderen de weide in. “De dieren weten heel goed wat ik in m’n tassen heb”, zegt ze lachend, “ze komen van ver al aan”. En terwijl de geitjes, ganzen en varkens zich te goed doen aan het gedoneerde brood, verlaten wij, vergezeld door een waterig zonnetje, de kinderboerderij.



Vrijwilligerscentrale
ZwolleDOET!

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.

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.

Hulp nodig?

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

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

- tuin
- klussen
- wandelen
- gezelschap
- boodschappen
- begeleiding
- vervoer

Kijk voor meer info op www.buurthulpzwolle.nl

HONDENUITLAATSERVICE
met flexibele uitlaattijden
0624619089 - 0384225757
www.hondenuitlaatservice-zwolle.nl

PURINA PROPLAN
Bescherm, terwijl het voedt

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

Dán komt het goed terecht!

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"

De mooiste wijkkrant van Zwolle zoekt een vrijwillige

Advertentie-organisator v/m

Je regelt de advertenties van ontvangst, controle tot plaatsing. Onderhoudt contact met aspirant adverteerders, adviseert en sluit contracten af. Voor meer informatie:

Mieke Pape, 06-207.597.37, 038-420.1050,
miekepape@home.nl of bestuur@vinexpress.nl

DE GROENE LANTAARN
est. 1983

Winkelen bij...

- ALTIJD DE NIEUWSTE MODE
- LEUKE ACTIES
- GRATIS PARKEREN VOOR DE DEUR
- WINKELN ONDER HET GENOT VAN HEERLIJKE KOFFIE
- EERLIJK ADVIES!

DAMES

HEREN

SHOES

25 APR. SUPER ZATERDAG OUTLET SHOPPEN
KUNST, MUZIEK, GEZELLIGHEID IN GENEMUIDEN

27 APRIL KONINGSDAG
ZIJN WE OPEN VAN 12.00 TOT 17.00 UUR

10FEET - ALAN RED - ALBERTO - ANTONY MORATO - BEAUMONT - BLACKSTONE - BLUE INDUSTRY - CAVALLARO - DSTREZZED - EXPRESSO - FRETONS BY FRED DE LA BRETONIERE
KOCCA - KYRA & KO - LA FEE MARABOUTEE - MAISON SCOTCH - PENN & INK - PENNY BLACK - STROKE - STUDIO ANNELOES - TOMS - UNISA EN NOG MEER...

WESTERKAAI 48 • 8281 BG GENEMUIDEN • TELEFOON 038 - 38 55 930 • INFO@DEGROENELANTAARNMODE.NL • WWW.DEGROENELANTAARNMODE.NL

ZwolleDoet! organiseert cursussen voor vrijwilligers

Het ZwolleDoet!-college voor vrijwillige inzet en mantelzorg biedt cursussen en trainingen voor individuele vrijwilligers, mantelzorgers, vrijwilligerscoördinatoren, bestuursleden en andere maatschappelijk actieve Zwollenaren. Het aanbod wordt gevormd samen met diverse Zwolse organisaties. Onderstaande bijeenkomsten worden in samenwerking met SportService Zwolle georganiseerd.

Workshop 'Fondsenwerving'

Dinsdag 28 april

Veel maatschappelijke organisaties kampen met schaarste aan middelen. Tijdens deze workshop wordt het werven van fondsen vanuit twee kanten belicht, vanuit de maatschappelijke organisatie en vanuit het fonds. Daarnaast wordt aan de slag gegaan met casussen en worden de deelnemers handvatten aangereikt. Veel maatschappelijke organisaties kampen met schaarste aan middelen.

Bijeenkomst 'Van Inspireren tot Activeren'

Dinsdag 19 mei

Bestuursleden, commissieleden en coördinatoren worden door middel van verschillende workshops en themasessies geïnspireerd en geïnformeerd door middel van een workshopcarroussel genaamd 'Van Inspireren naar Activeren'.

Training 'Vrijwilligersmanagement'

Maandag 7 en 21 september en 5 oktober
Vrijwilligerswerk levert een directe bijdrage aan de kwaliteit van de organisatie en vergroot de onderlinge verbondenheid. De vraag naar vrijwilligers is groot en er worden hoge eisen gesteld aan de kwaliteit van het vrijwilligerswerk. Hierdoor kunnen vraag en aanbod ontspreken. Tijdens de scholing 'Vrijwilligersmanagement' die bestaat uit drie avonden, wordt er aandacht besteed aan de verschillende facetten van het vrijwilligerswerk.

Training 'Ondernemend werken'

Dinsdag 13 oktober, 3 november en 24 november

Proactief inspelen op kansen en ontwikkelingen, dat is waar het bij ondernemend werken om gaat. Maatschappelijke organisaties moeten duidelijk laten zien waar zij voor staan en wat hun toegevoegde waarde is. Ondernemend werken biedt tegelijkertijd tal van mogelijkheden om nieuwe middelen te genereren en slimme samenwerkingsvormen aan te gaan.

Kijk voor een uitgebreider overzicht van bijeenkomsten en meer informatie over het aanmelden op www.zwolledoetcollege.nl.

WijZ

Stijldansen

Elke dinsdagavond staat het Cultuurhuis in het teken van stijldansen. Er zijn twee groepen. De eerste groep start om 19.00 uur, de tweede om 20.15 uur. Marga Rietveld, ervaren stijldansdocent, verzorgt deze lessen van vijf kwartier en leert u onder andere de Quickstep, de Cha cha cha en de Engelse Wals. Beide groepen hebben ruimte voor nieuwe deelnemers. Wilt u een keer een proefles volgen of meer informatie, dan kunt u contact opnemen met WijZ telefoon 038 8515700.

Sportfit

Sportfit is een gevarieerd beweeguur in het Cultuurhuis. Tijdens dit uur traint u uw uithoudingsvermogen met onder andere gewichtjes en dynabands. Ook doet u spierversterkende (pilates)oefeningen, loopvormen, balspelen en badminton. Kortom, een grote variatie, waarbij u meedoet op uw eigen niveau. Wilt u graag eens kennismaken met Sportfit, dan bent u van harte welkom op donderdagochtend 9.15 tot 10.15 uur in het Cultuurhuis. Voor meer informatie of een proefles, kunt u bellen met telefoonnummer 038 8515700.

Salsa

Elke donderdag van 11.30 tot 12.30 uur is er een enthousiaste groep deelnemers die salsadansen onder leiding van V. Ramautarsingh in het Cultuurhuis. Salsa is een dansvorm in groepsverband, het is geen statische stijl, de nadruk ligt op de beweging. Dat betekent ook dat er geen vaste volgorde is waarin gedanst wordt. De man leidt en bepaalt aan de hand van de muziek de figuren. Er wordt niet over de vloer bewogen, maar alles wordt op de plaats gedanst. Bewegen met de armen is ook typerend voor salsa. De voeten doen alleen de basispas, met enkele beperkte varianten. Wilt u graag een keer een gratis proefles volgen? Dan bent u van harte welkom. Voor meer informatie of aanmelden kunt u bellen met WijZ, telefoon 038 8515700.

Wandelen en fietsen vanuit het Cultuurhuis

Wandelen lange afstand, circa 8 kilometer
Elke dinsdagochtend wordt er een afstand van zo'n 8 kilometer gewandeld, steeds vanaf een ander vertrekpunt. De eerst-

volgende dinsdag dat er vanuit het Cultuurhuis wordt gestart is dinsdag 9 juni om 10.00 uur. Deelname is gratis. Van te voren aanmelden is niet nodig.

Wandelen korte afstand, 3 tot 4 kilometer

Elke donderdagmiddag wordt er een uur gewandeld, ongeveer 3 à 4 kilometer. Donderdag 14 mei, 14.00 uur, wordt gestart vanuit het Cultuurhuis. Deelname is eveneens gratis en van te voren aanmelden is niet nodig.

Fietsen ongeveer 30 kilometer

Elke woensdagmiddag wordt er vanaf steeds een ander vertrekpunt gestart voor een groepsfietsstocht, onder begeleiding van ervaren fietsbegeleiders. Zij hebben de route van zo'n 30 kilometer uitgezet en kennen die precies. U komt op de mooiste plekjes in en rondom Zwolle. De eerstkomende woensdag dat er vanuit het Cultuurhuis wordt gestart is 3 juni om 13.00 uur.

Buurtrestaurant De Streek

Elke derde vrijdag van de maand kunt u in het Cultuurhuis aanschuiven bij Buurtrestaurant de Streek. De Streek is een laagdrempelige eetgelegenheid voor buurtbewoners uit Stadshagen, waarbij ontmoeting met buurtgenoten een belangrijke rol speelt. De eerstvolgende keer is, in verband met Hemelvaart, op vrijdag 29 mei. Er staat rijsttafel op het menu met Chinese tomatensoep vooraf en ijs met slagroom toe. Wilt u deze avond aanschuiven voor een heerlijke driegangmenu, dan kunt u zich aanmelden tot en met de maandag ervoor in het Cultuurhuis, Werkerlaan 1 of bellen naar 038 8515742 / 038 8515760.

Expositie 65plus-schildergroep

Iedere donderdagmiddag schildert een groep enthousiaste 65-plussers in het Cultuurhuis Stadshagen. In de loop der tijd hebben ze veel eigen werk gemaakt. Het werd dan ook hoog tijd om dit werk ten toon te stellen voor geïnteresseerden. Deze groep van tien mensen, naar eigen zeggen vrije vogels, hebben zelfstandig gewerkt aan hun schilderijen. Ieder heeft natuurlijk eigen smaak en voorkeuren, dus het werk is zeer verschillend. Een zeer leuke manier om kennis te maken met de prachtige resultaten van amateurkunst. De expositie is in de maanden maart en april en gratis te bezichtigen tijdens de reguliere openingstijden van Cultuurhuis Stadshagen, Werkerlaan 1.

Recept van de maand



door Esther Nap

Makkelijk eten zou zomaar kunnen betekenen patat, pizza of chinees halen. Net zo makkelijk maak je met roomkaas en roerbakgroenten een lekkere pastasaus.

Ingrediënten

- kuipje roomkaas (bijv. Boursin)
- ui, gesnipperd
- champignons, in plakjes
- 2 teentjes knoflook, geperst
- tortellini's, vers of gedroogd
- blik mais, uitgelekt
- ham- of kipreepjes (vleeswaren)
- boullionblokje
- eetlepel olie

Bereidingswijze

Doe olie in de pan en fruit de ui met de knoflook. Bak daarna de champignons mee. Vervolgens de reepjes vleeswaren en de mais meeverwarmen. Ondertussen de tortellini's volgens de verpakking koken. Zodra ze gaar zijn, toevoegen aan het roerbakmengsel. Roer dan de roomkaas er doorheen. Naar smaak peper en/of zout toevoegen, maar een boullionblokje eroverheen kruiden werkt ook erg goed. Nog een laatste keer roeren en klaar om te serveren. Lekker met schijfje komkommer en snoeptomaatjes!

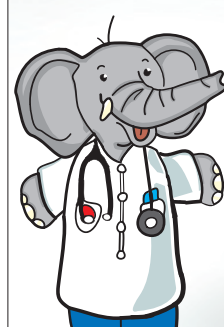
Tip

Kruiden toevoegen zoals kerrie of paprikapoeder, zorgt dat het nog lekkerder wordt. En voeg gerust ook andere groenten toe, zoals paprika of prei.

Oproep voor recepten:

Heb je een leuk recept dat je wilt delen met je wijkgenoten, stuur het naar redactie@vinexpress.nl. Wie weet staat jouw recept hier in een volgende editie van de Vinexpress!

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



**GRATIS
SONOS PLAY:3
OF € 200,-
KORTING**



bij uw nieuwe
CV-ketel

comfort



Maak direct een afspraak. Bel 0800 15 87 of kijk op www.energiewacht.nl

Wanneer u nu een CV-ketel bij Energiewacht Groep aanschaft, ontvangt u een SONOS PLAY:3 t.w.v. € 299,-! * Met de SONOS PLAY:3 streamt u uw gehele muziekverzameling vanaf uw smartphone, tablet of computer. Het draadloze muzieksysteem levert puur, helder en kamervullend geluid. Wilt u geen SONOS PLAY:3? U kunt dan ook kiezen voor € 200,- korting! Kijk op www.energiewacht.nl.

Samen met



**Energiewacht
Groep**

**10
JAAR**

WINKELCENTRUM STADSHAGEN

**VERRASSEND COMPLEET EN
GRATIS OVERDEKT PARKEREN!**

Ruim 30 winkels voor al uw boodschappen



www.winkelcentrumstadshagen.nl

facebook.com/wcstadshagen
@wcstadshagen



KEURMERK
VEILIG
ONDER-
NEMEN



Wi-Fi
gratis



P
gratis