



03 Bloemenpracht Stadsakkerz



04 Woonlocatie Ingelandhof



15 Crowdfunding Stadshoeve

Wijkkrant
13e jaargang
oktober 2015

04 OV-ambassadeurs
05 Straatnaam belicht: Wulphof
10 Triathlon 2015: de foto's
12 IJsseldeltafestival

Middagje jeu-de-boulen met Syrische vluchtelingen

Door Riet van der Wenden

Een vrolijk tafereel op een zonnige zondagmiddag in september. Op de jeu-de-boulesbanen in Stadshagen proberen zo'n dertig Syrische vluchtelingen zich de regels van het jeu-de-boules spel eigen te maken. Een welkome afwisseling met het tijdelijk verblijf in de IJsselhallen.

Ze spelen het spel voor de eerste keer in hun leven. De spelregels worden globaal in het Engels uitgelegd, spelenderwijs worden de regels verder met handen en voeten verduidelijkt. In het heetst van de strijd wordt er om menig punt fel gediscussieerd, maar ze leggen zich er lachend bij neer als de beslissing in hun nadeel uitvalt. De heren zijn fanatiek, maar goedgemutst. Het is weer eens wat anders dan een balletje trappen of het dagelijkse wandelingetje naar de stad. Eerder die middag zijn de Syriërs opgehaald uit de IJsselhallen door een vriendengroep uit Stadshagen. Onderweg naar de jeu-de-boulesbanen achter de korfbalvelden van Sparta kijken ze hun ogen uit. Alle huizen zijn zo nieuw en de wijk zo groen. Heel anders dan wat zij gewend zijn in het al jaren door oorlog geteisterde Syrië.

Twee mannen vertellen graag hun verhaal. Ze zijn half augustus via het aanmeldcentrum in Ter Apel in Zwolle gearriveerd. Ze blijven maximaal vier maanden in de IJsselhallen. In deze periode wordt hun asielaanvraag behandeld. De bestemming daarna is nog onbekend. Het gemis van familieleden doet pijn. Als dit ter sprake komt trekken ze de schouders hoog op, alsof er een koude windvlaag langskomt. Even staren ze in het niets, de gedach-



Jeu-de-boules zoals het in Frankrijk gespeeld wordt.

Foto Shutterstock

ten zijn duidelijk niet bij het spel, maar duizenden kilometers verder. Maar zodra ze aan de beurt zijn om hun ballen te gooien, herpakken ze zich snel en wordt het spel enthousiast hervat.

Gretig proberen ze hun vers-verworven Nederlands uit. De mannen spreken Engels waarbij ze zoveel mogelijk Nederlandse woordjes in de zinnen stoppen, geleerd van de vrijwilligers die hen taalles geven. "Graag gedaan en dank u wel," klinkt hen na afloop van het korte gesprekje.

Initiatiefnemers

Het geslaagde initiatief van deze middag komt van een groep jeu de boules spelende vrienden uit Stadshagen. Als het weer het toelaat spelen zij in de zomermaanden op woensdagavond en zondagmiddag met een man of tien voor hun plezier

een paar potjes jeu de boules. Ze hebben hiervoor het veldje van de inmiddels ter ziele gegane jeu de boules club 'De Blauwvingers' in bruikleen. Het idee om vluchtelingen uit te nodigen is spontaan ontstaan. "Het was zo geregeld," vertelt Richard Hofsink, een van de initiatiefnemers, "een mailtje naar Stichting Present zette de zaak in gang. En kijk eens wat een lol!" De animo bij de vluchtelingen voor dit middagje uit was groot, er stonden veel meer mannen bij de IJsselhallen te wachten dan verwacht. Het geeft een goed gevoel om zoiets kleins voor een ander te kunnen doen. Zeker als je ziet met hoeveel plezier het ontvangen wordt. Misschien het herhalen waard?

Sporten in de wijk

Tafeltennis

Lijkt het jou leuk om te leren tafeltennissen? Dat kan. Kom vier keer gratis meetrainen bij Tafeltennis Zwolle. Op dinsdag zijn er twee trainingen in Stadshagen, aan de Sportlaan 10.

De trainingen zijn van 17.30-18.30 uur en van 18.30-19.30 uur. Voor meer informatie: tc@tafeltenniszwolle.nl en www.tafeltenniszwolle.nl

Kickboksen

Vanaf oktober gaat Tabonon haar kickboks-aanbod in Stadshagen flink uitbreiden. De trainingen worden op een nieuwe locatie gegeven, namelijk in de sportzaal van Kinderopvang Eigen Wijs.

De trainingen worden gegeven door Karin Conradie Groothuis. Voor meer informatie: karin@tabononzwolle.nl of 06 14333279.

FUNVERHUUR ZWOLLE

MAAK UW FEESTJES ONVERGETELIJK!

GEBOORTE

BRIDDM OF SARAH BOB

SPRINGKUSSEN MULTIFUN

WIJ VERHUUREN OOK:
Diverse opblaasobjecten, springkussens, attracties en partytenten.

038-337 69 84 | www.funverhuurzwolle.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 € 2250,-!

Stadshagen
Zwolle

Meer informatie: 06-11140567

www.woonenklusdiensten.nl



speel, lach, groei!

www.de-7-dwergen.nl | info@de-7-dwergen.nl
038 45 44 372 | haydnstraat 2, zwolle



"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 melcen?
Bel Freda 06-42513280.
Dag en nacht bereikbaar,
zeven dagen per week.

Verzorgt uw uitvaart natuurlijk

www.fredagaasbeek.nl



Vrijwilligerscentrale
Zwolle DOET!

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.

Anmelding 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

**Fysiotherapie
Römer**

pluspraktijk

NU ZWANGERFIT!

Aa-landen
Zwolle-Zuid

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

Voor alle
behandelingen

Geen wachttijd

www.fysiozwolle.nl

...houdt u in beweging

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



"Elk verhaal telt, ook
dat van de kinderen!"

Sabine Toornvliet
Scheidingsbemiddelaar & kindbehandler

www.sabinetoornvliet.nl
info@sabinetoornvliet.nl

038 21 00 120
06 41 51 7877

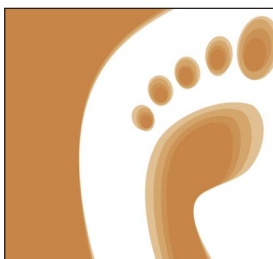
Tiendschuurstraat 30
8043 XS Zwolle

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!



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

Hoofdredacteur:
Vacant**Eindredactie:**Inez van Slooten, Patrick Sinon,
Iris Boersbroek**Redactie:**Louis Zandbergen, Esther Nap, Tamara
Klappe, Judith van Leeuwen, Renee van
Hensbergen, Alice Tekst, Geert-Jan den
Hengst, Jac de Groot, Cindy Doorn, Riet
van der Wenden, Margriet Dalmeijer**Fotografie:**Yvonne Waslander, 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.nl

Adverteren in Vinexpress Stadshagen?telefoon 06 46065912
adverteren@vinexpress.nl

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

De Vinexpress heeft een oplage van 8.800 exemplaren.

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

**Inleverdatum kopij voor de
editie van november 2015:
uiterlijk maandag 26 oktober 2015.**

Rennen en springen bij de Stadsakkerz



Bewonderende Wendakkerkinderen bij het bloemenlint

Door Alice Tekst

Kinderen van de Wendakker hebben op de Stadsakkerz bloemen gezaaid. Dat was in april. In september bekeken ze het resultaat. Leo Oosterloo, een van de initiatiefnemers van de Stadsakkerz, vertelt: "Ze waren laaiend enthousiast. Renden en sprongen om het hele veld heen om de bloemenpracht te bewonderen."

Landschap Overijssel doneerde het zaaigoed voor de natuurakker. Leo: "In verschillende streken in Nederland zie je veel mooie bloemenranden. In verschillende jaargetijden zijn er diverse bloemen te bewonderen. Zoals in het begin van de zomer klaprozen, in juli de korenbloemen, in augustus zonnebloemen en in september de cosmea. Twee groepen van de Wendakker, bestaand uit veertig kinderen, hebben de bloemen ingezaaid in het voorjaar.

Leo: "Van de Groene Loper hebben we ook zaaigoed gekregen. Vlak voor de zomervakantie zijn de kinderen nog wezen kijken naar hoe mooi het ging bloeien. Terwijl het nog bloeide, hadden sommige bloemen al zaadjes. Deze hebben ze geplukt en in zakjes gedaan zodat dit volgend jaar weer gezaaid wordt. Ze zijn er echt trots op dat zij dit gedaan hebben en dat ze het goed voor elkaar hebben. Ze hebben ontzettend lopen rennen langs de akkers toen alles in bloei stond. Echt goudkoorts; oh wat mooi, hier zijn er nog meer. Heel enthousiast, ze stonden echt blij te springen en te bewonderen. Ze genieten ook zichtbaar van het buiten zijn."

Jonge bijenvolkjes

Op de akker staan ook drie bijenkasten, want er zijn drie zwermen in Stadshagen gevangen. Dat zijn dus drie bijenvolken. Cor Zenhorst en Leo Oosterloo hebben de

bijtjes verzorgd. "Twee volkjes hebben het gered en die overwinteren. Die zijn we nu aan het 'inwinteren'. Ze krijgen dus extra honing gevoerd. Zo'n jong volkje kan nog niet genoeg zelf halen namelijk." In de winter gaat de bij in de slaapstand. Als het echter een zachte winter wordt, dan worden ze iedere keer wakker en gebruiken ze meer energie. Daarom moeten ze ook bijgevoerd worden. Bij een strenge winter gebruiken ze bijna geen energie. Mensen die zelf bijen houden en hier vragen over hebben, kunnen deze stellen op de facebookpagina van de Stadsakkerz.

"En de bijen hebben heerlijk van de bloemen genoten," aldus Leo. Daarnaast hebben veel mensen langs het koeienpad gewandeld en zichtbaar van de kleurrijke akker genoten. "Sommigen hebben er ook van geplukt, dit hebben we oogluikend toegestaan. Want een veldboekje is natuurlijk prachtig."

M. Bargo

Verharding

Al eerder schreef ik over de verharding van onze maatschappij. Onze oudjes moeten lekker lang thuis blijven wonen, dat is wel zo gezellig en kost ook minder. Het Knarrenhof is natuurlijk een geweldige oplossing maar niet iedereen kan dat betalen. De sanering bij Driezorg heeft gevolgen voor ruim driehonderd medewerkers, triest genoeg. Ik hoor echter niemand iets zeggen over de gevolgen voor bewoners, laat staan bewoners met dementie.

Wie de jeugd heeft...

Rijd ik met de auto door Stadshagen, fietst er een jonge moeder met drie kinderen voor je. Niet achter elkaar maar naast elkaar, bijna midden op de weg. Zoals verwacht slaat moeder, zonder een hand uit te steken, plotseling linksaf met haar kroost. Een tegenligger knippert nog met zijn lampen maar moeder steekt als antwoord alleen haar middelvinger op. Ik vraag mij af hoe deze drie kinderen zich over vijf of tien jaar in het verkeer zullen gedragen. Mijn vrouw roept: "Maak je niet druk, ze moeten die ouders fietsexamen laten doen in plaats van de kinderen." Ik vrees dat ze gelijk heeft.

Wie wat ouder is...

Het zijn niet alleen de jongeren die onze maatschappij en dus ook Stadshagen, verhardend. Als ik keurig op een parkeerplaats sta, stopt een auto vlak achter mij op de

weg. Als ik de boodschappen in de auto heb geladen en wil uit parkeren heb ik te weinig ruimte. De vrouw in de auto, ongeveer zestig jaar, ziet mij maar reageert totaal niet en blijft gewoon staan. Ik begrijp nu waarom sommige mensen wel eens een kopstoot willen uitdelen.

Onderhoudsvrij

Het gaat niet alleen om mensen. Op mijn fietstochtjes door de wijk viel mij nog iets anders op. Een aantal voor- en achtertuinen wordt in hoog tempo voorzien van tegels, bij voorkeur zo groot mogelijk. Dat noemen wij een zogenaamd onderhoudsvrije tuin, waar vogels en andere dieren niets meer te zoeken hebben. En dat in onze groene wijk met bijzondere milieueisen en -voorwaarden zoals in veel koopcontracten is opgenomen. Is zo'n onderhoudsvrije tuin misschien een interessant onderwerp voor de rubriek Natuurbejaks?

Op pad met de OV-ambassadeur

Door Cindy Doorn

Vrijdag 2 oktober 2015 was de eerste van drie informatieochtenden over het openbaar vervoer (OV) voor senioren in de gemeente Zwolle. Twee OV-ambassadeurs uit de regio stonden klaar voor geïnteresseerden om informatie te geven over het reizen met de bus of trein. Het doel? Uitleg geven, vragen beantwoorden en senioren stimuleren om vaker gebruik te maken van het openbaar vervoer. De bijeenkomst vond plaats in het Verbindingshuis aan de Werkertlaan.

Hoe plan ik mijn reis, hoe betaal ik die en wanneer moet ik over- of uitstappen? Vragen die kunnen spelen bij het reizen met het openbaar vervoer in deze tijd. Het treinkaartje heeft plaatsgemaakt voor de OV-chipkaart en informatie over vertrektijden komt van websites in plaats van informatieborden op de stations. Niet alle senioren zijn gewend om met het openbaar vervoer te reizen, hoewel mobiliteit belangrijk is hun leven. Daarnaast heeft het openbaar vervoer voordelen, zoals korting voor senioren, de auto kunnen laten staan en parkeergeld uitsparen. De OV-ambassadeurs, zelf senioren, zetten zich vrijwillig in en geven uitleg over de systemen, zijn op de hoogte van acties van de vervoerders en geven informatie over hoe het openbaar vervoer werkt.

Een krachtige manier; een persoonlijke aanpak door iemand van dezelfde leeftijd zorgt voor kennisoverdracht en aansluiting bij de doelgroep.

OV-ambassadeurs

De OV-ambassadeurs zijn aangesteld door

de Provincie Overijssel. Ze worden bijgeschoold om up-to-date te blijven en te informeren over het reizen met de bus of trein, de OV-chipkaart, tarieven en abonnementen. Op twee pc's helpen de ambassadeurs met de digitale weg op de websites van de vervoerder. "Wij zijn geen

klantenservice", aldus André van Soldt. "Hebben mensen klachten dan verwijzen wij ze naar de klantenservice van de desbetreffende vervoerders, zoals Syntus, Vechtdallijnen, OV Regio IJsselmond en de NS". Samen met elf collega-ambassadeurs zet hij zich de komende maanden in en begeleidt zelfs proefreizen. In een groepje van vijf en onder leiding van een OV-ambassadeur wordt er gereisd en kunnen de deelnemers alle handelingen in de praktijk uitvoeren. "Door het te ervaren en zelf te doen, blijft het beter hangen en wordt men zekerder". Advies op maat is ook mogelijk en voor vragen zijn zij telefonisch bereikbaar.



Foto Yvonne Waslander

Instructiefilmpje

OV-ambassadeur Gerrit Rouwenhorst helpt een toekomstige reiziger met het activeren van haar OV-chipkaart op een van de beschikbare pc's in het Verbindingshuis. Na een instructiefilmpje gaat mevrouw zelf aan de slag en plant de reis voor een uitje met haar vriendin. In alle rust doorloopt zij de stappen en dat voelt toch wat prettiger dan de handelingen op het station te moeten verrichten terwijl er een rij achter je staat, aldus de OV-ambassadeur.

De andere twee informatieochtenden vinden plaats op 6 november en 4 december van 9.30 tot 12.00 uur, ook in het Verbindingshuis.

Gezellig, veilig en zo zelfstandig mogelijk wonen

Door Geert Jan den Hengst

Nederland, verzorgingsstaat. Ook binnen Stadshagen is een scala aan zorginstellingen te vinden. Soms zijn buurtgenoten hier niet of nauwelijks van op de hoogte. Zo staat aan de Ingelandhof, zijstraat van de Werkertlaan het gelijknamige zorgproject. Een woonlocatie voor mensen met een verstandelijk beperking, onder de vlag van Stichting Philadelphia.

Het gebouw is op 24 april 2008 in gebruik genomen en biedt plaats aan achttien cliënten, die allemaal een eigen appartement hebben, bestaande uit een woonkamer, keuken, slaapkamer en badkamer. De bewoners zijn destijds vanuit verschillende kleinere Zwolse projecten hiernaartoe verhuisd. Ook de leden van het begeleidende team zijn meegekomen. Eén van die begeleiders is Jeanet

Lensen. Philadelphia vindt het belangrijk dat haar bewoners zoveel mogelijk hun zelfstandigheid kunnen behouden of ontwikkelen. Onder andere om die reden is er voor deze locatie gekozen. Het winkelcentrum ligt op loopafstand waardoor de meeste bewoners zelf hun boodschappen kunnen doen en daarvoor niet afhankelijk zijn van begeleiding. Ze kunnen overigens ook hun boodschappen bestellen via Philadelphia. "De bewoners zorgen voor hun eigen ontbijt en lunch. Voor de warme maaltijd kunnen zij kiezen uit twee menu's die dagelijks door henzelf, met behulp van de begeleiding, worden bereid. Verder kunnen ze ervoor kiezen om samen koffie te drinken in een van de drie gezamenlijke woonkamers. Koffiedrinken en meeëten is een keuze, dus absoluut geen verplichting."

Begeleiding

"Voor onze bewoners is er 24 uur per dag begeleiding aanwezig. Niet iedereen heeft even veel hulp nodig maar daar waar het nodig, krijgt men uiteraard meer dan voldoende ondersteuning. Dat kan zijn bij het naar bed gaan, het douchen of tandenpoetsen. Bij het bestellen van een taxi of bij het zoeken naar een fijne werkplek. Eigenlijk hulp bij alles wat nodig is om een zo fijn en zelfstandig mogelijk leven te hebben. 's Nachts slaapt er altijd iemand van de begeleiding."

Dagbesteding

Alle bewoners hebben hun eigen daginvulling die uiteraard zeer afhankelijk is van wat men aankan. Sommigen zijn nog aan het onderzoeken welk werk het beste bij hem of haar past. Zeven bewoners hebben werk bij de WEZO, vier anderen hebben een reguliere baan bij voorbeeld bij een supermarkt of een las-

bedrijf. Dat gebeurt onder begeleiding van een jobcoach. Twee bewoners hebben hun dagbesteding binnen de Ingelandhof zelf, de rest werkt verspreid over Zwolle.

Goed team

"De sfeer op de Ingelandhof is prima en alle bewoners wonen er dan ook met veel plezier. Er zijn binnen ons team nauwelijks personeelswisselingen geweest, dus er is een hechte, goed op elkaar ingespeelde groep begeleiders. Ook van ouders krijgen wij te horen dat we een duidelijk en in vele situaties meedenkend en -werkend team zijn." "Doordat de bewoners dagelijks uit twee menu's kunnen kiezen, is de samenstelling aan tafel iedere dag anders. Hierdoor zien bewoners elkaar regelmatig, ze kennen elkaar goed. We zien dat ze elkaar ook helpen, bij elkaar op visite gaan en dat ze samen activiteiten ondernemen."

Contact

Jeanet vertelt dat de bewoners en het team van de Ingelandhof graag in contact komt met buurtgenoten. Om al dan niet samen met de bewoners klusjes te doen, zoals de tuin onderhouden. Of om een wandeling met hen te maken. "Helaas kan de begeleiding, hoe graag we dat ook zouden willen, hier niet altijd tijd voor vrijmaken, al zijn contacten ook buiten de deur natuurlijk heel belangrijk voor een fijn leefklimaat. Mensen die hiervoor belangstelling hebben zijn altijd welkom om eens koffie te komen drinken en kennis te maken. We drinken elke dag koffie rond 19.45 uur aan de Ingelandhof 38A. Kom gerust eens langs, je bent van harte welkom."



Iedereen zeer tevreden over de Ingelandhof

Foto Josette Veltman-de Greef

Gratis training voor gezond gewicht kinderen

Voor veel mensen is hun gewicht een gevoelig onderwerp, niet in de laatste plaats omdat nogal eens het verwijt klinkt – terecht of onterecht – dat je je ongezonde gewicht aan jezelf te danken hebt: eigen schuld dikke bult. Voor ouders van kinderen die net iets te zwaar zijn, is er een ouder-kindprogramma dat de oorzaken van ongezond gewicht bespreekbaar maakt én aanpakt: LEFF!

Hoewel ieder pondje door het mondje gaat, is een verstoorde balans tussen voeding en beweging er in de meeste gevallen de oorzaak van dat de weegschaal iets te ver uitslaat. Wanneer het kinderen betreft die wat zwaarder zijn dan gezond voor hen is, wijzen de vingers al gauw in de richting van de ouders.

LEFF staat voor Lifestyle, Energy, Fun & Friends. Het is een gratis programma, bedoeld voor kinderen boven een gezond gewicht. Ouder en kind doen altijd samen mee. Ze worden bewust gemaakt van het belang van bewegen en wat gezonde keuzes zijn in voeding. De nadruk van het programma ligt op plezier. In 20 bijeenkomsten komen de kinderen en hun ouders twee keer per week samen, om tips en adviezen te krijgen over voeding en

gedrag. En om te bewegen, te spelen en te sporten.

LEFF is voor kinderen tussen de 7 en 13 jaar die boven een gezond gewicht zijn. Dat betekent dat er sprake is van een gewicht dat niet past bij de lengte en de leeftijd van deze kinderen. Zorgverleners noemen dat overgewicht of obesitas, LEFF spreekt liever van een ongezond gewicht. Voor deze kinderen is het van groot belang om te werken aan een gezonder gewicht. Zodat zij zich net zo fit, gezond en blij gaan voelen als andere leeftijdsgenoten.

Waarom zou je eigenlijk starten met LEFF?

Om te beginnen is het gratis. Het is niet moeilijk of eng, het is gewoon heel gezellig! Je doet nieuwe contacten op en leert dat het helemaal niet duur of tijdrovend hoeft te zijn om gezond bezig te zijn. Je krijgt geen verwijten, maar tips waar je wat aan hebt.

Op www.start-leff.nl vind je nog veel meer redenen om je op te geven voor LEFF of neem contact op met LEFF coach Helga van den Berg, 06 13850770 of h.vdberg@travers.nl.

Vernieuwde Woonadviescommissie volop aan de slag

In 2014 kreeg de Woonadviescommissie (WAC-Zwolle) een geheel nieuwe samenstelling. De acht nieuwe vrijwilligers volgden de landelijke cursus. Inmiddels hebben zij kennisgemaakt met diverse bouw-opdrachtgevers en zijn de eerste adviezen in de maak. Ook werd door enkele leden een bezoek gebracht aan de binnenkort op te leveren kadewoningen in Frankhuis.

Sinds 1980 bestaat in Zwolle een WAC. Deze beoordeelt als onafhankelijke partij de gebruikskwaliteit van nieuwbouw- en renovatieplannen voor woningen vanuit het oogpunt van de bewoner. De commissieleden zijn vrijwilligers met diverse maatschappelijke achtergronden. Zij volgen een gedegen opleiding van het landelijke VACPunt Wonen.

Bij de advisering gaat het zowel om woningen in de huursector als om koopwoningen. Op verzoek van SWZ verdiept WAC-Zwolle zich daarom momenteel in de bouwplannen voor de Bachlaan in Holtenbroek. Tegelijkertijd zijn er bij BPD bouwplannen voor koopwoningen aan de Oranjerielaan in Frankhuis, waarover advies is gevraagd.

Begin 2015 maakte WAC-Zwolle als vingeroefening voor BPD een advies over de kadewoningen in Frankhuis. Voor de oplevering aan de kopers mocht WAC-Zwolle er begin september een kijkje te nemen. Een prima gelegenheid om ontwerptekeningen en werkelijkheid nog eens goed te vergelijken.



Wie meer wil weten over het werk van de Woonadviescommissie kan informatie vinden op:

www.vacpuntwonen.nl/zwolle en op de website van de koepelorganisatie VACPunt Wonen (www.vacpuntwonen.nl)

straat **Straatnaam belicht** door Tamara Klappe



Foto Inge Mateboer



Een wulp

Foto Andreas Trepte, www.photo-natur.de

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

De wulp (*Numenius arquata*) is een vogel uit de familie van de strandlopers en snippen. Het is een bruin met wit gevlekte en gestreepte grote steltloper (50 tot

60 centimeter lang). De wulp is hiermee de grootste steltloper van West-Europa. Het dier heeft een 9 tot 15 centimeter lange, kromme naar beneden gebogen snavel. Vandaar het ezelsbruggetje: een wulp wijst met zijn snavel naar zijn 'gulf'. De roep van de wulp is een zeer luid. De vogel eet graag insecten en insectenlarven. Ook kreeftachtigen, kleine schelpdieren, slakken en regenwormen lust hij

graag. Door zijn lange snavel kan het dier makkelijk diep in de grond zoeken.

Betekenis wetenschappelijke naam

De betekenis van de wetenschappelijke naam is (vogel met) boogvormige snavel als van de nieuwe maan. Wulp betekent zoveel als 'schreeuwende vogel', naar het Oudsaksische hwelp. Aanvankelijk heette de vogel welp, zoals ook een jong leeuwteje een welp heet vanwege zijn hoge jan-

kende kreten. Omstreeks 1925 was z'n Nederlandse naam nog grote wulp waarmee het verschil in formaat met de regenwulp wordt aangegeven. De regenwulp is ongeveer 10 centimeter kleiner dan de wulp. Ook heeft het dier een kleinere snavel.

Leefgebied

Finland en het Verenigd Koninkrijk herbergen de grootste aantallen wulpen. Ook Nederland is een belangrijk land voor de wulp. Ondanks de geringe grootte van ons land staat het toch vierde op de ranglijst van de belangrijkste 'wulpenlanden'. Men schat het aantal wulpen op ongeveer zeventienduizend paren. Je kunt de wulp het hele jaar zien en vooral in het oosten van het land. Drenthe, Overijssel en Noord-Brabant herbergen het merendeel van de Nederlandse wulpen. Ook op de Waddeneilanden kom je ze veel tegen. In Stadshagen komt de wulp niet meer voor, toen hier nog geen bebouwing was wel.

Blalobrug ter plekke verder opgebouwd

In de tweede week van oktober is de Blalobrug in delen naar Zwolle gekomen. De brug wordt hier in Zwolle opgebouwd. Dit gebeurt op een terrein op industrieterrein Voorst langs het Kamperpad. De Blalobrug wordt een nieuwe hoofdfietsverbinding richting de binnenstad voor fietsers uit de richting Westenholte, Stadshagen en Kamper; door de brug hoeven fietsers niet meer bij het stoplicht te wachten, wat de afwikkeling van al het verkeer ten goede komt. De aansluitende Kamperweg wordt ook onder handen genomen.

Begin december open

Als de weersomstandigheden meewerken wordt de brug in de nacht van 24 op 25 oktober op zijn plek gezet. Hierna volgen nog enkele afrondingswerkzaamheden waarna de brug, als alles volgens planning verloopt, begin december in gebruik genomen kan worden.

Fietsers die richting bedrijventerrein Voorst en verder moeten, kunnen nog

steeds gebruik maken van de oorspronkelijke fietsoversteek over de Blaloweg. De nieuwe fietsbrug wordt 45 meter lang en 5,5 meter breed met een fietspad in twee-richtingen. De stalen boogbrug is elders gemaakt en wordt de komende weken in Zwolle opgebouwd.

De opbouw is live te volgen via een webcam <http://bouwcam.com/cameras/reef-zwolle/>

Werkzaamheden Kamperweg

Van 5 oktober tot 9 november vinden er wegwerkzaamheden plaats aan de Kamperweg. Van deze weg wordt een fiets-snelweg gemaakt. In week 44 (herfstvakantie) is de Kamperweg voor alle verkeer afgesloten. Twee weken voor en twee weken na week 44 is de Kamperweg alleen beperkt toegankelijk voor fietsers. In deze periode wordt het fietsverkeer omgeleid via de Wilhelminastraat. Vanaf 9 november is de Kamperweg weer beschikbaar voor alle verkeer.

De Kamperweg is een drukke weg die

door zowel fietsers als auto's gebruikt wordt. Veel fietsers rijden van Stadshagen/Westenholte richting het centrum en vice versa. Om de fietsers zoveel mogelijk comfort op deze route te bieden, maakt de gemeente van de Kamperweg een

fiets-snelweg. Dit houdt in dat de weg opnieuw wordt ingedeeld, er een middengeleider (visuele brede middenstreep) komt, er parkeervakken worden aangelegd en de Kamperweg een 30 km-zone wordt, waarbij auto's te gast zijn.



Krullebaar bij Vogelringstation



Op 1 oktober waren twee groepen van basisschool de Krullebaar op bezoek bij het Vogelringstation. De leerlingen maakten kennis alles wat te maken heeft met het ringen en volgen van vogels. Lees meer over het Vogelringstation in deze Vinexpress in de rubriek Natuurbejijks op pagina 9.

Natuurwerkdag in Stadshagen

Op zaterdag 7 november wordt op de landelijke Natuurwerkdag op vier plaatsen in Stadshagen natuur en landschap aangepakt. Het is uniek voor heel Nederland dat er in één wijk vier plekken zijn waar je aan de slag kan.

De Natuurwerkdag is een landelijke dag waarop in heel Nederland 15000 mensen aan de slag gaan om natuur en landschap te herstellen en te onderhouden. Dit zijn de activiteiten die in Stadshagen te doen zijn:

- Wilgen verwijderen in het Zanddepot bij het Vogelringstation, om de locatie voor vogels aantrekkelijk te houden.
- Voorbereidingen voor de Natuurspeelplaats van Groene Kinderopvang 't Werkel, bij de kinderboerderij.

- Wilgen knotten en aanplanten bij het Twistvlietpad.
- De Torteltuin bij de Meanderhof maaien, de borders op orde maken en het insectenhotel uitbreiden.

De wijkstichting Stadshagen Totaal werkt bij dit project samen met Groene Loper Zwolle en Landschap Overijssel. Iedereen kan vrijblijvend kennismaken met de mogelijkheden om het groen in de eigen omgeving in te richten, te onderhouden en daarmee mooier te maken. Ga (ook) knotten, zagen, (ongewenste) boompjes verwijderen en op andere plaatsen bomen planten.

Op www.natuurwerkdag.nl meer informatie over de locaties en aanmelden.

Samen maken we de wijk mooier!

Help de Stadshoeve bouwen!



Er ligt een plan voor een prachtig wijkpark vlak achter het winkelcentrum van Stadshagen. De Stadshoeve; een boerderij in het hart van de wijk, waar ontspanning, vermaak en educatie samenkomen. Het kan er komen als stichting De Stadshoeve erin slaagt voor 1 december in totaal 100.000 euro in te zamelen. U kunt helpen door (digitaal) te doneren.

Burgerinitiatief

De Stadshoeve is in 2013 ontstaan als een burgerinitiatief. Bijzonder is dat dit initiatief wordt gedragen door een groot aantal betrokken vrijwilligers die zich hebben georganiseerd in verschillende

wergroepen. De Stadshoeve moet dé pleisterplaats van Stadshagen worden.

Het plan

De bestaande wijkboerderij aan de Oude Wetering wordt uitgebreid. De huidige dierenweide wordt verrijkt met een speelvoorziening voor de kleintjes en een plek waar de oudere kinderen avontuurlijk kunnen spelen met tunnels, boomstammen, stapstenen in water, een waterspeelplaats en een burcht gebouwd van wilgentakken. Ouders kunnen onder het genot van een hapje en drankje hun kleintje zien spelen. Naast deze fantastische uitbreidingen komt er ook nog een pluktuin, bloementuin en kruidentuin.



Doneren

Meer weten? Kijk op destadshoevezwolle.nl. Vanaf 5 euro kunnen donateurs de Stadshoeve steunen. Meer informatie: lovetofund.com/projecten/de-stadshoeve.



SA Services

In iedere editie van **Bedrijven in actie** komt een ondernemer uit Stadshagen aan bod. Dit keer Sigrid Aalfs van SA Services.

Vertel, wat biedt SA Services?

"Met mijn bedrijf biedt ik diverse diensten aan op het gebied van de Engelse taal. Het geven van bijles aan scholieren en studenten is daar een van. Een andere dienst is het ontwikkelen van maatwerk cursussen. Die geef ik aan de zakelijke markt, bijvoorbeeld als een bedrijf met een internationale afdeling het Engels van het personeel wil verbeteren. Het kan ook zijn dat iemand in de privé sfeer het Engels op wil frissen. Ook dan bied ik maatwerk. Het kan daarbij gaan om één vaardigheid, of om meerdere, bijvoorbeeld beter leren lezen én schrijven of spreken, de klant bepaalt. Daarnaast kunnen klanten bij mij terecht voor het vertalen vanuit het Engels van websites, Linked-In-profielen, brochures enzovoort. Het gaat daarbij om vertalingen van algemene aard. Een Engels document corrigeren behoort ook tot de mogelijkheden."

Wat maakt jouw bedrijf bijzonder?

"Mijn meerwaarde zit in de individuele en persoonlijke begeleiding, de kwaliteit en het maatwerk. Maar ook door het scheppen van een prettige sfeer waarin leerlingen zich thuis voelen; ze gaan beter presteren waardoor hun zelfvertrouwen toeneemt. En ze halen betere cijfers waardoor ze makkelijker overgaan of slagen voor hun examen."

Waarom ben je een eigen onderneming gestart?

"Ik hou van variatie binnen mijn werk en dat vind ik hierin. Elke keer nieuwe opdrachten en nieuwe mensen waar ik mee te maken heb. De vrijheid en zelfstandigheid spreken me aan. Daarnaast kan ik mijn eigen ideeën vormgeven."

Hoe ben je in dit vak gerold?

"Het begon met af en toe een brochure te vertalen voor contacten die ik al had zoals Jongeren Centrum 't WasdoM en Stedelijk Museum Zwolle. Van daaruit kwamen grotere opdrachten binnen waaronder het



Sigrid Aalfs

Foto Henk Gerrits

vertalen van een personeelshandboek, het lesgeven aan mensen die in een Shellshop werken, enzovoort."

Wat spreekt je aan in de Engelse taal?

"Van kinds af aan heeft die taal me al te pakken. Zo keek ik onder andere graag naar de tv-serie over dierenarts James Herriot. Ik lette op de gesproken woorden en vergeleek die met de vertaling. Ook was ik heel geïnteresseerd in Engelstalige songteksten van popgroepen. Je kunt in het Engels met minder woorden veel meer zeggen dan in het Nederlands. Ook de klank vind ik erg mooi. Ik ben een echte Anglofiel, alles wat met Groot Brittannië te maken heeft, boeit me: de cultuur, de literatuur en het landschap."

Welke tips heb je voor andere startende ondernemers?

"Maak een plan van aanpak en zoek contact met instanties die je verder kunnen

helpen. Contacten zijn heel belangrijk, een netwerk opbouwen. Ga naar bijeenkomsten speciaal voor ondernemers en starters zoals bijvoorbeeld Open Coffee Zwolle."

Wat maakt jouw werk zo leuk?

"In één woord samengevat: de diversiteit. Ik vind het leuk om enerzijds in mijn eentje met een tekst te stoeien, daarmee bedoel ik vertaal- of corrigeerwerk, en anderzijds met mensen te werken, door het geven van bijles. Dat past bij mij."

Wat staat er nog op je zakelijke verlanglijstje?

"Een bedrijf dat mij voor langere tijd vertalingen of corrigeeropdrachten kan bieden, dat zou heel mooi zijn."

Even iets anders waarom heb je Stadshagen als woonplek gekozen?

"We kwamen hier terecht, omdat we tij-

delijk een huurhuis zochten nadat we ons huis hadden verkocht. We wilden graag hierheen, omdat Stadshagen ons aansprak vanwege de jonge, frisse sfeer die er hangt en de nieuwbouw."

Waar in de wijk vertoef je graag?

"Ik zie heel graag de grazende koeien bij de boerderij bij de Mastenbroekerbrug. Daar geniet ik erg van. Ook kom ik graag bij de Milligerplas. In de zomer om heerlijk in de zon te liggen en tot rust te komen. De plas is eigenlijk altijd mooi, omdat het een bron van leven is, zoals in dit jaargetijde vanwege de vele watervogels die erheen gaan. Ze vliegen vaak gakkend vlak over ons huis heen om even later in het water te landen, een geweldig geluid."

Meer informatie: www.englishforyou.nl, 06 41482648.



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



Weggeefwinkel groot succes

Door Alice Tekst

Er zijn negenduizend artikelen weggegeven. Mensen kwamen in grote getale op woensdagmiddagen om allerlei spullen te brengen bij de weggeefwinkel in het Verbindingshuis. Onlangs vierden de vrijwilligers onder leiding van Erna van de Grift het eenjarig bestaan. "Het is een groot succes, daarom zijn we sinds kort ook elke eerste donderdagavond van de maand geopend", aldus Erna.

Tesamen met de vele vrijwilligers en de trouwe klanten werd dit jubileum feestelijk gevierd. Daarbij aanwezig waren ook de partijen die dit initiatief ruim baan gaven, zoals Gerdo van den Burg, initiatiefnemer van het Verbindingshuis namens de Rabobank IJsseldelta en Danny van de Beld, die vanuit Travers de Weggeefwinkel ondersteunt met raad en daad.

Schoon en heel

Erna: "Er komt heel veel kleding binnen, van baby- en kinderkleding tot dames- en herenkleding. Die worden ook weer afgenomen door de bezoekers van de winkel." Mensen brengen en halen knutselspullen, glaswerk, puzzels, boeken en keukenbenodigdheden. De hardwerkende medewerkers van dit hartverwarmende initiatief doen dit allemaal op vrijwillige basis. "Daarom", zegt Erna ernstig, "is het wel belangrijk dat de spullen die gebracht worden schoon en heel zijn. Wij hebben gewoon geen tijd om ook nog eens alles te moeten schoonmaken. En als het niet heel is, dan gooien wij het weg." Ze vervolgt: "We zien hier heel verschillende mensen komen. Mensen die echt hele mooie spullen komen brengen - daar zijn waar we erg dankbaar voor. Vaak zie je hen vervolgens blij naar huis gaan met een stapeltje boeken." Maar ook studenten komen spullen voor hun kamer halen,



Erna van de Grift (links) en Gerdo van den Burg (rechts)

Foto Yvonne Waslander

of kleding. Jongeren, waarvan de jongens meestal een dvd of computerspel uitzoeken; meisjes die vaak een leuke sleutelhanger, knuffeltje, of iets leuks voor hun kamer meenemen. Mensen met een problematische achtergrond, die soms met veel spullen (die ze echt hard nodig hebben) oprecht dankbaar en blij naar huis

gaan. En last but not least, er komen ook mensen die graag even een praatje willen maken. Lachend zegt Erna: "Het is zo grappig dat kinderen speelgoed uitzoeken en dan vragen waar de kassa is. Die is er niet. Dan zie je de blijdschap en verbazing op hun gezichtjes."

Sinterklaas en Kerst

Het runnen van de weggeefwinkel kost natuurlijk heel veel tijd en energie, en er is altijd verbetering mogelijk qua opzet, inrichting en sorteren. "We zouden soms willen dat we meer tijd hadden om met mensen in gesprek te kunnen gaan. Dit lukt door de drukte niet altijd", verzucht Erna. Een streven voor de toekomst is meer samenwerking met andere weggeefwinkels in de regio. Voor de nabije toekomst zijn er ook al plannen, want Sinterklaas en Kerst komen er weer aan. Erna: "Wij willen graag pakketten met geschenken samenstellen voor gezinnen die moeilijke tijden doormaken, zodat ook deze kinderen leuke Sinterklaascadeautjes krijgen. Ook met Kerst gaan we een dergelijk project organiseren. We hebben binnenkort zo grote behoefte aan speelgoed! Van poppen, auto's, spelletjes tot en met knutselspulletjes voor kinderen vanaf nul tot en met zestien jaar. Voorwaarde is wel dat de spullen er nog goed genoeg uitzien om als cadeau te geven." Die cadeautjes, voor gezinnen die onder de armoedegrens leven, kunnen gebracht worden aan de Werkerlaan 225. Dat kan elke woensdagmiddag tussen 14.00 en 16.00 uur. En op iedere eerste donderdagavond van de maand tussen 19.00 en 20.30 uur. Tijdens schoolvakanties is de Weggeefwinkel gesloten.

Wat nog nodig is: keukengerei (pannen, bestek, servies); linnengoed (voor bed, bad, keuken); winterjassen (kinderen, dames, heren). Eisen aan de spullen: schoon, compleet, heel.

Meer info www.facebook.com/weggeefstadshagen

Bekijk Overijssel vanaf je computer

De provincie Overijssel heeft een interessante website waar je veel initiatieven kunt vinden. Initiatieven op het gebied van welzijn, vervoer, milieu, wetenschap, natuur en ga zo maar door. Ook een Stadshagenaar heeft zo'n initiatief op deze website. Via dit initiatief kun je een virtuele tour door Stadshagen maken en rondkijken in Hasselt, Zwartsluis, Giethoorn of waar je maar wilt. De tour

is inmiddels meer dan duizend keer bekeken. Lees eerst de handleiding, het lijkt misschien ingewikkeld maar na even uitproberen kun je zelfs een kijkje in je geliefde vakantieoord nemen. Ga naar www.jijenoerijssel.nl en tik als trefwoord '360' in, klik op Overijssel in 360 graden, scroll naar beneden, lees de handleiding en start de tour door op een wit pijltje te klikken. Veel plezier.



Happy Vinex Life!

Oktoberopstand

Er heerst onrust in kippenland. Ik kon er eerst niet mijn vinger op leggen, maar nu is het wel duidelijk. De haan loopt in zijn eentje in het gras. Verdwaasd kijkt hij om zich heen en kakelt een beetje in het niets. Geen kip te zien. Al weken houden de dames zich 'low profile' in hun schuilplaatsen. Ik keek al verwijtend naar Poes die haar pootjes in onschuld waste en nog eens langs haar bek likte. De witte kip die ik kwijt was, bleek echter op een

berg eieren te zitten bij de regenpijp. De rest zat onder de lavendelstruiken op een chaos van eieren en veren. De haan mocht niet in de buurt komen en is inmiddels 'gallus non grata' verklaard. De kippen hebben hun grote leider omvergeworpen. Totale anarchie in onze achtertuin. De kippen komen alleen van het nest om af en toe te drinken en te eten. Maar de haan zien ze niet meer staan. Die heeft zijn werk gedaan vinden ze. Alho-

wel? Ik reken even terug. Hoe lang zitten ze al op die berg met eieren? En hoe lang is de broedtijd ook alweer? Die eieren zijn al lang over tijd. Ik zucht eens diep. Zo makkelijk als de kwartels in de hand te houden waren, zo moeilijk zijn deze kippetjes. Ik moet toegeven, ze hebben wel meer karakter, maar het zijn net een stel kinderen. Als ze de ruimte krijgen, dan nemen ze die, plus nog wat extra. Ik had natuurlijk die eitjes uit het hok moeten

halen, maar ik dacht dat ze op een of andere manier minder waren gaan leggen en dat het over was voor dit jaar. En nu zitten ze te broeden op de loze beloftes van hun roerganger. Ik denk dat ik morgen de macht maar grijp. Tijd voor revolutie.

Sjoukje

Vogelonderzoek op het Vogelringstation

Vogelonderzoek levert vaak verrassende resultaten op. Onderzoek kan op verschillende manieren, zoals het ringonderzoek. Ook in Stadshagen is een vogelringstation. Hier worden het jaar rond vogels gevangen, gegevens genoteerd, geringd en weer losgelaten. Het ringstation bestaat nu anderhalf jaar en de resultaten zijn opvallend te noemen.

Het ringstation zit op het terrein van de voormalige zanddepot bij de rotonde tussen Stadshagenallee en Hasselterweg. Sinds kort is hier ook de opslag van duikers en stenen van de gemeente. Het terrein is erg nat, ongeveer de helft bestaat uit water, een kwart uit omwalling en de rest is plas-dras met riet en wilg. Het gebied is niet vrij toegankelijk; het is er zelfs gevaarlijk door drijfzand. Op het terrein staat een keet waar de vrijwilligers van het wetenschappelijk vogelonderzoek de gevangen vogels onderzoeken. Voordat het licht wordt, worden de zogenaamde mistnetten geplaatst. Vogels vliegen hier vervolgens tegenaan en vallen in een soort zak. Elk half uur vindt er controle plaats. Gevangen vogels gaan dan in een katoenen zakje mee naar de keet. Daar worden ze op soortnaam geregistreerd, voorzien van een bijpassend metalen ringetje, gewogen, wordt vetgehalte en leeftijd bepaald en waar mogelijk ook het geslacht. Alle gegevens worden later ingevoerd in een database.

Opmerkelijke aantallen

Tussen juli en medio september zijn er ruim 28 honderd vogels gevangen. Er zijn vangdagen met slechts twintig vogels, maar tijdens de vogeltrek loopt dit soms boven de honderd exemplaren op. Het is altijd weer een verrassing wat en hoeveel er in de netten zit. Maar bijna drieduizend vogels is toch wel een serieus en opvallend aantal. Van die drieduizend zijn er ruim tweeduizend geringd. En de rest dan? De andere vogels hadden al een ring. De meeste daarvan zijn op dit terrein al eerder gevangen en geringd, dan is er sprake van een terugmelding. Wanneer zo'n terugmelding in het broedseizoen plaatsvindt, kun je stellen dat die vogel hier broedt. Buiten het broedseizoen kan het zijn dat die hier foerageert om later verder te trekken. De meeste vogels trekken naar een warme omgeving in het broedseizoen en daarna weer terug.



"Draaihals broedt sporadisch in Nederland. Dit exemplaar komt waarschijnlijk uit Scandinavië. Hier vlak voor de vrijlating"

Foto Jan van Dijk Stichting Avifauna Zwolle

Een roodborstje in de zomer in je tuin in Stadshagen is niet hetzelfde als die je in de winter ziet scharrelen. Door ringonderzoek weten we dat de exemplaren uit Rusland en andere oostelijke gebieden hier overwinteren. In het vroege voorjaar trekken ze weer naar het oosten en komen de roodborsten die van hieruit naar het zuiden zijn getrokken, weer terug.

In de top drie van het aantal gevangen soorten, hebben de kleine vogels de overhand. De tjiptjaf, bosrietzanger en de rietgors vormen samen al meer dan duizend exemplaren. Andere veelvoorkomende soorten zijn: kleine karekiet, pimpel- en koolmees, heggemus, grasmus, fitis en roodborst. Intussen zijn al 53 verschillende vogelsoorten gevangen. Opvallende soorten zijn: ijsvogel, kleine plezier, roodmus, kuifeend, draaihals, Siberische tjiptjaf en sprinkhaanzanger.

Wel van ons

Er worden regelmatig ook vogels op andere ringstations gevangen die hier geringd zijn. Enkele leuke terugmeldingen zijn een pimpelmees in de Veerallee Zwolle, een rietgors in Mechelen, België (hemelsbreed 201 km), een roodborst in Litouwen (1038 km), een groenling in

Assendorp, twee keer een buidelmees in Port de Saint-Seurin-d'Huzet, Frankrijk (930 km) en een buidelmees in Landskronavägen, Skåne län, Zweden (580 km). Die buidelmezen zijn een betrekkelijk zeldzame soort in Nederland en hebben een apart verhaal. Op 29 september 2014 is een groep van negen exemplaren in het net beland. Drie hiervan zijn weer terug gemeld. Op 16 mei 2015 is de buidelmees in Zweden gevangen. Een conclusie lijkt logisch dat dit exemplaar daar een broedpoging heeft gedaan.

Niet van ons

Ook zijn er vogels die al een ring hebben. Ook dat is leuk, zeker wanneer er sprake is van een buitenlandse ring. Alle vogels met een 'vreemde' ring, worden aangeduid met NVO (= Niet van Ons). Enkele voorbeelden zijn een tjiptjaf geringd in Chenac-Saint-Seurin-d'Uzet, Frankrijk (930 km), een rietgors geringd langs Zwartewater bij Hasselt (9 km) en een zwartkop geringd in Willebroek bij Antwerpen (201 km).

Wetenschappelijk onderzoek

Om te mogen ringen moet je eerst veel ervaring bij andere vogelringers opdoen. Daarna volgt een examen. Vervolgens

moet je de kennis bijhouden. Vogelringers hebben een officiële vergunning. Er zijn duidelijke afspraken om te zorgen dat het welzijn van de vogels zoveel mogelijk gewaarborgd wordt. Alle officiële ringers en ringassistenten doen dit werk als vrijwilliger. Naast gegevens over de locatie van de gevangen vogels, is ook het datum van vangst van belang. Is er een verschuiving van de trek over meerdere jaren aantoonbaar? Kan dat liggen aan klimaatverandering? Ook het broedsucces is uit de gegevens te halen.

Uiteraard is het altijd leuk om ook zeldzame soorten te vangen. De roodmus, Siberische tjiptjaf en de draaihals komen in Nederland maar spaarzame voor. Het bijzonder aan dit werk is dat je een vogel van dichtbij bekijkt. Pas dan vallen de kleine kleurschakeringen op en net dat ene afwijkende veertje op de kop. Dat is genieten. Natuur is oh zo mooi!

Interessante sites zijn www.avifaunazwolle.nl; ringert34.blogspot.nl; www.trektellen.nl

Dag van de Stilte op 25 oktober

Elk jaar vindt in Nederland op de laatste zondag van oktober, de dag waarop de wintertijd ingaat, de Dag van de Stilte plaats. Op deze dag heb je immers een uur extra, een uur dat je goed kunt gebruiken voor stilte. Stilte is universeel, stilte is van niemand én van ons allemaal. Stilte verbindt mensen met elkaar, ongeacht cultuur, religie of politieke overtuiging.

Myrjan Vroom is dit jaar coördinator van de Dag van de Stilte voor Overijssel. De Dag van de Stilte is opgezet en wordt geleid door vrijwilligers. Er zijn al verschil-

lende activiteiten aangemeld in Zwolle. In Stadshagen wordt in samenwerking met studio Lotus Zen een stiltewandeling georganiseerd rondom de Milligerplas; een wandeling waarbij je niets zegt, niet praat en de stilte ervaart.

Waarom een stiltewandeling?

Tijdens de wandeling komt er ruimte om aandachtig aanwezig te zijn in het moment. We hebben allen van tijd tot tijd behoefte aan rust en stilte, tijd om te ontspannen. Een stiltewandeling heeft veel effect op ons. Het kan ontspannend, confronterend en helend zijn. Er ontstaat

ruimte om ervaringen te verwerken en te reflecteren. Om te zijn in het 'nu'. Voor velen van ons is het moeilijk die stilte en rust te vinden. We hebben vele bezigheden en voelen ons druk in ons hoofd. Samen wandelen maakt het gevoel van verbondenheid sterker en ook de ervaringen.

Om 11.00 uur starten we met de uitleg bij studio Lotus Zen aan de Belvédèrelaan. Er zijn daar voldoende parkeerplaatsen voor als je met de auto komt. Vanuit hier lopen we samen naar de Milligerplas. Tijdens de gehele wandeling worden er verschillende korte oefeningen gedaan om je

bewust te zijn van wat je waarneemt. We activeren hierbij op afwisselende manier onze zintuigen. Wij dragen er zorg voor dat je allemaal dezelfde kant op gaat en terug komt bij Lotus Zen. Daar is tijd voor een kopje thee en om iets uit te wisselen. Je mag ook in stilte weggaan. Wandel je mee? Geef je op via onderstaand mailadres. Bij zeer slecht weer zullen we om 11.00 uur binnen een stilteactiviteit organiseren. Iedereen is van harte welkom.

Meer informatie www.dagvandestilte.nl/overijssel/592-10-45-12-30-stiltewandeling-milligerplas-zwolle-stadshagen



TRIATHLON ZWOLLE

Op 19 september vond de vijfde editie van de triathlon plaats bij/in de Milligerplas.

Foto's Yvonne Waslander





BURENDAG BIJ DE STADSHOEVE

Foto's Evelina Bijleveld en Josette Veltman-de Greef

Op 26 september, de laatste zaterdag van september, was het weer landelijke Burendag, een initiatief van het Oranje Fonds en Douwe Egberts. In Stadshagen organiseerde de Groene Kinderopvang op de toekomstige locatie van De Stadshoeve aan de Oude Wetering activiteiten voor kinderen. Alles in het teken van natuur en dieren, als 'voorproefje' van wat er straks op de Stadshoeve te vinden zal zijn. Zo konden kinderen knutselen met schelpen en wol en waren er verschillende buitenactiviteiten.



Gebiedsfestival afsluiter verbeteringen in IJsseldelta

Door Iris Boersbroek

Op zaterdag 3 oktober vond in het Nationaal Landschap IJsseldelta het Gebiedsfestival plaats. Om de succesvolle afronding van het uitvoeringsprogramma voor het Nationaal Landschap IJsseldelta te vieren en tevens de start van de Gebiedscoöperatie IJsseldelta. In de afgelopen tien jaar zijn ruim honderd projecten ter waarde van in totaal zo'n 40 miljoen euro gerealiseerd. Het mooie weer trok enkele duizenden bezoekers naar het gebied.

Provincie, gemeenten en waterschap samen hebben de afgelopen tien jaar met andere partijen in het gebied veel bereikt. Er is geïnvesteerd in het behoud en de versterking van het landschap en de landbouw in het gebied en zijn de toeristische, recreatieve mogelijkheden in het gebied vergroot. Er werden allerlei voorzieningen aangelegd voor recreanten, zoals fietspaden en aanlegsteigers. Er werd veel gedaan aan informatievoorziening over het gebied. Ook werd de inrichting van de dorpen verbeterd.

Inmiddels is het geld op en wil de overheid ook geen nieuwe forse investeringen meer doen. De bewoners van de IJsseldelta vinden dat jammer, maar laten het er



Foto Henk Gerrits

niet bij zitten; ze hebben een nieuwe coöperatie opgericht, de Gebiedscoöperatie IJsseldelta, die op creatieve manieren op zoek moet gaan naar geld, om toch weer nieuwe projecten te kunnen uitvoeren.

Het IJsseldeltagebied strekt zich uit van Kampen, naar Genemuiden, IJsselmuiden, Zwartsluis, Hasselt, Mastenbroek, Wilsum en Zalk. Het is daarmee een uitstekend

recreatiegebied als het ware in de achtertuin van Stadshagen. Er is van alles te beleven, je kunt er wandelen, fietsen, varen of snuiven aan cultuur. Er waren die dag allerlei leuke dingen te doen, de meeste gratis of tegen een kleine vergoeding, zoals de kerktoeren in Hasselt beklimmen, varen met een sloep door het oude Hanzestadje, varen over het Zwartewater met een oude aak, kanovaren.

Het stoomgemaal aan de Kamperzeedijk was speciaal opengesteld, op de Koggeverf in Kampen werden spannende oude zeemans- en streekverhalen verteld, het pontje bij Zwartsluis voer rondjes, er waren speciale wandelingen en excursies door de uiterwaarden uitgezet, proeverijen van streekproducten georganiseerd. Je kon meevaren met de Kamper Kogge en de Veerman van Kampen, er was een huifkartocht door Hasselt en in Genemuiden kon je mee met een honderd jaar oud turfschip. In Hasselt, Wilsum, 's Heerenbroek en Kampen waren er optredens van het Jeugdorkest IJsseldelta, het speciaal voor het Gebiedsfestival samengestelde orkest van jeugdleden van Irene Hasselt, Euphonia Wilsum en AMDG Kampen.

En dan zijn er natuurlijk ook de vele musea in het gebied, zoals het Tapijtmuseum in Genemuiden, het Ikonenmuseum in Kampen, minmuseum De Kroon in 's Heerenbroek, Museumboerderij Kamper-eiland om er maar een paar te noemen. Een uitgebreid overzicht van alles wat er te zien en te doen is het IJsseldeltagebied vind je op www.nlijsseldelta.nl en www.ijsseldeltaopdekaart.nl/ Naast informatie kan je er ook fiets- en wandelroutes downloaden.

Inloopochtenden Fontein

Elke donderdag van 9.30 tot 11.30 uur is er een inloopochtend in de soosruimte van kerkgebouw De Fontein, Sterrenkroos 56. U kunt gezellig een kopje koffie drinken, meedoen met een creativiteit, een spelletje doen of gewoon een praatje maken. Voor jong en oud, mannen en vrouwen. Iedereen is welkom. Er zijn geen kosten aan verbonden.

Saxofoonorkest kan nieuwe leden gebruiken

Het Zwols Saxofoonorkest For Saxes Only (FSO) is een orkest dat bestaat uit zeventien saxofonisten met verschillende saxofoons: bariton, tenor, alt, sopraan en sopranino. Ze spelen verschillende genres, van lichte tot klassieke muziek, onder leiding van dirigent Gert Oosterwijk. Ze repeteren elke donderdagavond en treden zo'n vier keer per jaar op. De repetities zijn in het Cultuurhuis en beginnen om 19.30 uur. Boventoon voert het plezier om samen muziek te maken.

N331 Zwolle-Hasselt afgesloten

De provinciale weg N331 (Zwolle-Emmeoord) is tussen Zwolle (Stadshagen, rotonde Milligerlaan) en Hasselt (rotonde bij de zandwinning) afgesloten voor al het verkeer van maandag 12 oktober 6.00 uur tot en met woensdag 21 oktober 24.00 uur.

De parallelweg is afgesloten van maandag 12 oktober 6.00 uur tot en met vrijdag 30 oktober 17.00 uur. De parallelweg is van 12 tot en met 21 oktober alleen toegankelijk voor de hulpdiensten en de bussen van OV Regio IJsselmond. Van 22 tot en met 30 oktober is de parallelweg niet toegankelijk in verband met onderhoudswerkzaamheden. Met aanwonenden worden aparte afspraken gemaakt. De werkzaamheden van de provincie Overijssel betreffen het vervangen van asfalt op

de hoofdrijbaan/parallelweg en het aanleggen van de aansluiting op de nieuwe rondweg Stadshagen.

Verkeersomleiding

De omleiding voor het verkeer op de hoofdrijbaan verloopt via de N764, A28 en N377. De omleiding voor de parallelweg is een lokale omleiding. Beide omleidingen worden met borden aangegeven en zijn ook te zien op www.bereikbaar.overijssel.nl. De extra reistijd tussen Zwolle en Hasselt bedraagt ongeveer 15 minuten.

Inloopsprekuren

De provincie Overijssel en de gemeente Zwolle organiseren voor en tijdens de uitvoering van de werkzaamheden vier inloopsprekuren. Deze worden gehouden

op de woensdagen 7, 14, 21 en 28 oktober 2015 tussen 10.00 en 11.00 uur op twee locaties:

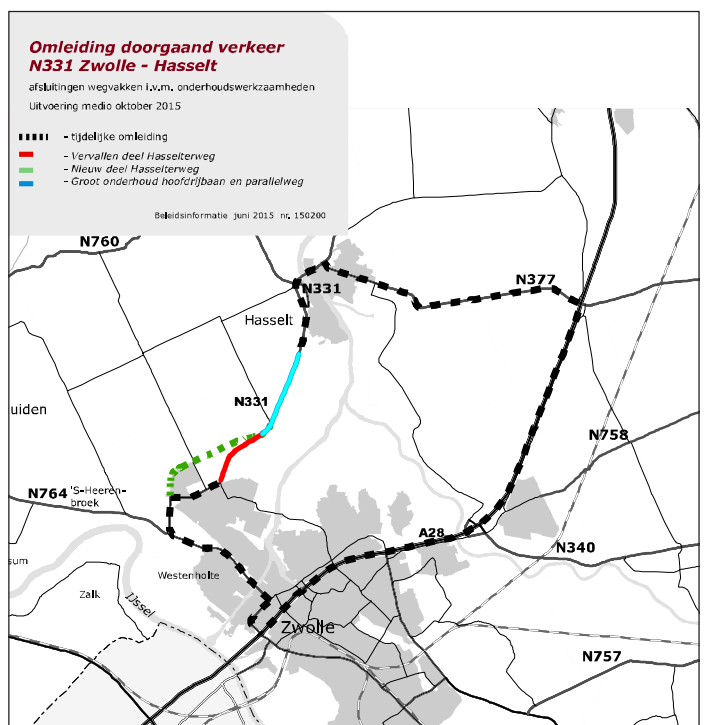
- Keet KWS Infra bv, Ruimzichtweg 6 in Zwolle;
- Wijkcentrum gemeente Zwolle, Belvédèrelaan 1 in Zwolle.

Nieuwe rondweg

Vanaf 22 oktober kan het verkeer gebruik maken van deze nieuwe rondweg inclusief de Boxemtunnel (onder de Oude Wetering). De maximumsnelheid van de rondweg op het deel buiten de bebouwde kom wordt 80 kilometer per uur, de tijdswinst tussen Zwolle en Hasselt bedraagt ongeveer vijf minuten. Kijk voor meer informatie op www.bereikbaar.overijssel.nl en op www.zwolle.nl/stadshagen.

Het orkest kan nog leden gebruiken. Je kunt altijd een keer komen luisteren of meespelen. Als je je van te voren anmeldt, krijg je de muziek alvast thuisgestuurd. Iedereen is van harte welkom.

Voor meer informatie kun je terecht op de website www.zwolssaxofoonorkest.nl. Heb je nog vragen dan kun je contact opnemen met Johan Vogelaar op 06-53339026 of info@zwolssaxofoonorkest.nl.



Vrijwilligers zijn het cement van onze samenleving

Door Riet van der Wenden

Onze samenleving kan niet zonder vrijwilligers. Zonder vrijwillige inzet zou de zorg, het welzijns- of kerkenwerk in al haar voegen kraken. Maar wie zijn de mensen die dat werk doen? Wij vragen regelmatig een vrijwilliger naar haar of zijn drijfveren. Deze maand Ria de Ridder.

Ria de Ridder (67) bezoekt namens de PKN-wijkgemeente de Open Kring een achttal inwoners van tachtig jaar en ouder. Stadshagen mag dan, gemeten naar de gemiddelde leeftijd van de inwoners, de jongste wijk van Zwolle zijn, het aandeel ouderen groeit gestaag. De Open Kring telt zo'n negentig tachtigplussers op een totaal van ruim achttienhonderd leden. Alle ouderen worden jaarlijks bezocht door een vrijwilliger vanuit de wijkgemeente. Daarnaast worden er regelmatig activiteiten georganiseerd, zoals een boottochtje, een high tea of zoals recent een uitstapje met de bus naar de Hermitage in Amsterdam.

Bezoekwerk

Ria de Ridder bezoekt 'haar' ouderen zo'n twee keer per jaar. "In ieder geval doe ik mijn rondje vlak voor de kerstdagen. Dat wordt zeer op prijs gesteld. De kinderen zijn in deze periode vaak erg druk en dan

wil een bezoekje aan vader of moeder er wel eens bij in schieten. Ik bezoek een groep actieve ouderen, ze doen aan zoveel mogelijk activiteiten mee die voor hen door de Open Kring worden georganiseerd. Ik stimuleer ze altijd om bezig te blijven, dan hou je de eenzaamheid op een afstandje. In zijn algemeenheid is er veel eenzaamheid onder oudere mensen, vooral rond de feestdagen. Het is zo belangrijk dat je mensen om je heen hebt waar je samen mee optrekt en waar je je verhaal aan kwijt kunt. Ik weet hoe het is om alleen te zijn. Mensen hebben dan de neiging om niet zo vaak meer de deur uit te gaan. Vooral 's avonds en in de donkere wintermaanden ben je snel geneigd binnen te blijven. Dat werkt vereenzaming in de hand."

Ria pakt haar taak breder op dan alleen een kopje koffie drinken. Zo raadt ze mensen aan om het keukentafelgesprek met de gemeente voor bijvoorbeeld huishoudelijke hulp niet alleen te voeren. "Vraag of één van de kinderen erbij komt zitten en anders bel je mij maar." De generatie 80-plus is volgens Ria snel geneigd om de eigen kwalen of beperkingen wat af te zwakken. "Ze willen niemand tot last zijn en zeggen dan maar al te vaak: 'O, maar dat kan ik nog wel', terwijl dat echt niet meer zo is."

Precies op tijd

Ria heeft een goed luisterend oor. Daarbij heeft ze zelf het nodige meegemaakt in haar leven en dat heeft uiteraard zijn sporen nagelaten. Na haar scheiding verongelukte haar enig kind op 23-jarige leeftijd. Het ergste wat een moeder kan overkomen. Ze bleef alleen achter met een diep verdriet. Een paar jaar later ontmoette ze een lieve man, een weduwnaar, waarmee ze tot zijn overlijden in 2012 erg gelukkig is geweest. "Hij werd ernstig ziek en het laatste jaar van zijn ziekbed ben ik gestopt met werken. Ik wilde hem zoveel mogelijk bijstaan en de resterende tijd samen doorbrengen. Dat vond ik belangrijker dan werken. Ik heb daar geen moment spijt van gehad." Na zijn overlijden heeft ze de zorg op zich genomen van zijn dochter, die het Syndroom van Down heeft. "Ik noem haar mijn kunstkind; dat is toch een veel mooier woord dan stiefkind? Zij noemt mij gewoon Ria, maar als een vreemde vraagt of ik haar moeder ben zegt ze 'ja!'. We gaan samen gezellig de stad in en ze komt regelmatig een dagje bij me. We zijn erg gelukkig met elkaar." Langzaam ontstond er wat meer ruimte in haar leven en wilde ze ook graag weer wat doen. Belangrijk daarbij voor Ria is, dat ze het werk kan doen op haar eigen manier en op door haarzelf gekozen

tijdstippen. Toen ze begin 2014 vanuit de kerk gevraagd werd voor ouderenbezoekwerk hoefde ze niet lang na te denken. "Het was precies wat ik zocht en het is een schot in de roos gebleken. Ik voel me dankbaar dat ik dit werk kan en mag doen. Het geeft me weer energie en ik voel me nuttig."



Ria de Ridder bezoekt ouderen in wijkgemeente Open Kring
Foto Yvonne Waslander

New Life in Twistvlietpark

Door Alice Tekst

Mensen die stoppen om te kijken en foto's te maken, kinderen die er omheen dansen: het spiegelende stalen 'ei' valt op. Deze sculptuur, New Life genaamd, is gemaakt door de Zwolse beeldhouwer Ronald Westerhuis. De vrijwilligers in bestuur van de wijkstichting zagen bij toeval in de tuinen van museum Het Nijenhuis bij Heino, hoe een spiegelende stalen bol van Westerhuis kinderen en hun ouders raakte. Ze dachten toen 'zoiets willen we ook wel in onze wijk'.

Wijkstichting Stadshagen Totaal benaderde daarop Museum de Fundatie en Westerhuis zelf en van het één kwam het ander. Na het debacle van voorgaande kunstprojecten in deze wijk, was er nog steeds behoefte aan kunst en cultuur. "Er waren inmiddels tonnen aan cultuursubsidies voor onze wijk verspild." Aan het woord is Michael Amsman, bestuurslid van de wijkstichting Stadshagen Totaal. Hij vervolgt: "Zo was er een Belgische landschapskunstenaar die een plan maakte voor de 'vervrouwelijking' van de wijk, maar ook een kunstenaarscollectief dat met een olifant en geluidswagens door de wijk trok maar niets anders achterliet dan die performances. Een recentere verspillings is het landschapskunstwerk, het Geheugentheater, dat tussen de Arendshorstlaan en basisschool De Vlieger had moeten komen te staan. De commissie beeldende kunst van de gemeente Zwolle stak daar 227 duizend euro in, maar verder dan een betonnen fundament kwam het niet."

Groen, cultuur en veiligheid

Bij het aantreden van het huidige bestuur van de wijkstichting waren er al snel nieuwe speerpunten geformuleerd: groen, cultuur en (verkeers-)veiligheid. Daarnaast werd de bestaande agenda overgenomen, zoals het organiseren van het Stadshagenfestival, de Sinterklaasintocht en meer van dat soort activitei-



Michael Amsman presenteert met gepaste trots New Life

Foto Yvonne Waslander

ten. Michael Amsman is vier jaar geleden aangetreden. Enthousiast vertelt hij: "We wilden uit het traditionele jasje van een wijkvereniging die zich alleen met speeltuinen en wijkfeesten bezig houdt, naar het uitoefenen van zichtbare invloed op de woon- en leefomgeving. Het past natuurlijk bij deze tijd om als ook als bewoners daarin te participeren. Zo worden de veranderingen in de wijk ook echt gedragen door de inwoners van de wijk."

Facebook

Het project om dit kunstwerk te realiseren is daar een goed voorbeeld van." Na het enthousiasme van alle bestuursleden voor dit kunstwerk, is er veelvuldig gepolst in de wijk. Via het festivalkrantje en Facebook is er een oproep geweest om meningen en visies te delen. "Daar kwam veel positieve feedback op. En nu het er staat, krijgen we ontzettend leuke reacties", aldus Amsman.

Naam en faam

Ronald Westerhuis is een bekende kunstenaar die exposeert in Amerika, Australië, Shanghai en vele landen binnen Europa. Amsman: "Deze beeldend kunstenaar heeft inmiddels naam en faam, daarom zit er een hoger prijskaartje aan een dergelijk beeld. Op dit moment huren wij dit kunstobject, dankzij sponsors als de Rabobank, IQ kunstuitleen en Rova maar wij zijn druk bezig om middels fondsen en sponsors het bedrag voor de koop bij elkaar te krijgen."

Kindrijke nieuwbouwwijk

Het ei, New Life, is speciaal voor Stadshagen gemaakt. Amsman: "Het is een zeer kindrijke wijk, er worden veel baby's geboren. Bovendien is het een jonge nieuwbouwwijk. Daar sluit New Life op aan. Ook is er bewust gekozen voor een ronde, vrouwelijke vorm. Als tegenwicht voor de hoekige architectuur in de wijk." Een ander speerpunt van Stadshagen Totaal was het plein voor het Cultuurhuis. Inmiddels is hier meer groen en zijn er gezellige zitjes gecreëerd. Tevreden: "Het is nu een centrum dat veel meer warmte uitstraalt. Waarbij, zo was onze doelstelling, het Cultuurhuis meer bij het winkelcentrum aansluit. Het 'ei' trekt de aandacht en is een duidelijk herkenningspunt. Wij als bestuur hopen dat dit kunstwerk hét kenmerk van Stadshagen wordt. Zoals de kei van Amersfoort."

Naast dit kunstproject heeft de wijkstichting veel energie gestoken in een veiligere kruising van het Twistvlietpad met de Belvédèrelaan. Op dit moment is Stadshagen Totaal bezig met een project om de wijk meer speelgroen en een bos te geven. Bewoners die zelf ideeën hebben voor de wijk, kunnen dat kenbaar maken via www.stadshagentotaal.nl



Saskia Mensink

Door Iris Boersbroek

Naam: Saskia Mensink
Geboortjaar: 1971
Geboorteplaats: Wijhe
Beroep: kunstenaar
Burgerlijke status: gescheiden, zes kinderen

Met welke gedachte stond u op vanmorgen?

"Ik sta altijd op met zin in de dag, benieuwd naar wat die weer gaat brengen. Elke dag is anders. Op dit moment is mijn huis lekker opgeruimd na de opening van mijn galerie-atelier afgelopen zaterdag, dus kan ik lekker meteen aan de slag gaan."

Sinds wanneer woont u in Stadshagen?

"Ik ben geboren in Wijhe, vanaf mijn 21ste heb ik in Zwolle gewoond onder andere in de Pierik. Ik ging toen op en neer naar de Kunstacademie in Kampen. Na mijn scheiding waren de kinderen en ik op zoek naar een nieuwe woning. Op een van onze fietstochtjes, door Stadshagen, viel ons oog op dit huis. En een paar maanden later, in juni 2007, woonden we er."

"Je weet nooit wat de dag zal brengen, elke dag is anders, verrassend."

Wat inspireert u?

"Interactie tussen mensen en de natuur. Dat laatste mijn hele leven al, ik ben niet geïnteresseerd in namen of soorten maar in de kleur, de details, de sfeer die het uitstraalt. Op de kunstacademie heb ik Grafisch Ontwerp gestudeerd en een tijdje Interieurontwerp. Dan zie je duidelijk de



Saskia Mensink bij eigen werk

Foto Yvonne Waslander

verschillen in twee- en driedimensionaal werken. Daaruit zijn de twee disciplines ontstaan waar ik me nu mee bezig houd: experimentele fotografie en schilderen. Bij fotografie richt ik me echt op details, het beeld dat je bijvoorbeeld krijgt bij uitvergroten. Ik werk vaak met twee beelden over elkaar. Dat is heel spannend werk, met veel concentratie. Bij het schilderen leef ik me uit, ik werk vaak met grote doeken of panelen, 'smijt' de verf er soms als het ware op en gebruik allerlei materialen om de verf uit te strijken. Beide zorgen bij mij voor een goede balans."

Lijkt u op uw vader of op uw moeder?

"Op beiden, zowel qua creativiteit – mijn moeder kon erg goed tekenen en mijn vaders ambitie was technisch tekenaar

– als de liefde voor de natuur. Wij gingen heel veel wandelen, fietsen, zwemmen, surfen. Spelen met en in de natuur. Hetzelfde doe ik nu met mijn kinderen, waarvan de jongste inmiddels 12 jaar is en de oudste 20."

Wat is het beste dat u is overkomen?

"Mail-art, een project waaraan ik heb meegedaan na mijn studie en waardoor ik over de hele wereld heb geëxposeerd. Onder het motto 'take my hand and send me yours' stuurde je een willekeurige afdruk van je hand naar andere kunstenaars en kreeg je die van hen terug. Op die manier heb ik contacten over de hele wereld gekregen."

Wat zou u aan uzelf willen veranderen?

"Eigelijk niets, behalve dat ik altijd te

"Ik wou dat ik meerdere levens had..."

weinig tijd heb om alles te kunnen doen wat ik wil. Ik wou dat ik meerdere levens had."

Welk kunstwerk diepe indruk op u gemaakt?

"De natuurschilderijen van Georgia O'Keeffe en het abstract-expressionistische werk van Mark Rothko, colourfield genaamd. Ik werd er, op onverklaarbare wijze, door aangetrokken, zat er als het ware in. Veel later hoorde ik dat deze schilderijen ook meditatief kunnen werken. Zo leuk, wat kunst met je kan doen."

Wat is uw levensmotto?

"Heb plezier in alles wat je doet, dat is veel belangrijker dan succes. Ik zeg dus liever veel plezier dan veel succes."

Wat mist u in Stadshagen?

"Ik vind de wijk wijk heel compleet, je zit overal dichtbij, de bevolking is divers. Maar wat ik wel mis is een goede galerie, een plek waar kunstenaars elkaar kunnen ontmoeten. Daarom ben ik nu mijn eigen atelier-galerie begonnen. Hopelijk ontmoet ik op die manier ook anderen om later samen iets mee te kunnen beginnen."

Wat is uw favoriete plek in Stadshagen?

"De plek waar de Stadshoeve gaat komen. De natuur daar straalt rust uit, er hangt een fijne energie."

Het atelier is elke zaterdagmiddag open, kijk op www.atelier.saskiamensink.com

Verbinding met Vrouwen van Stadshagen

Door Alice Tekst

Ontspannen met yoga. Samen nadenken en praten over diverse onderwerpen. Vrouwen komen in contact met elkaar. Zo ontstaan er mooie verbindingen. Dit zijn de doelstellingen van 'Vrouwen van Stadshagen', een initiatief van Travers Welzijn en stichting Wijz.

Het is een multiculturele vrouwengroep die elke dinsdagochtend samen komt. Cicek Duran van Travers Welzijn en Birsan Tas van stichting Wijz hebben dit project opgezet. Birsan Tas vertelt: "De dames komen uit Turkije, Afghanistan of Iran. We zouden graag zien dat ook Nederlandse vrouwen zich aansluiten bij deze groep. Verreweg de meeste vrouwen zijn moeder of zelfs al oma. Dat is dan natuurlijk gelijk een grote gemeenschappelijke deler." De activiteiten worden in het Cultuurhuis georganiseerd. Mevrouw Djafari en mevrouw Amina zijn deelnemers van het eerste uur. Zij zijn bij de Vrouwen van Stadshagen terecht gekomen via de taalles in het Cultuurhuis. Djafari: "Het is leuk om te bewegen en ontspannen bij yoga." Enthousiast vult Amina aan: "De informatie die na de pauze gegeven wordt, is ook fijn. En het is gezellig om met de andere vrouwen koffie te drinken en te kletsen."



Yoga met elkaar in het Cultuurhuis

Foto Yvonne Waslander

Yoga

De ochtend begint om 09.15 uur en duurt tot 11.45 uur. Altijd wordt er gestart met yoga. Een ervaren groepsleider doet oefeningen met de dames. Aansluitend komt een vrijwilliger over een maatschappelijk onderwerp praten. Bijvoorbeeld een psycholoog die over stress en overspannen zijn komt vertellen. Of iemand die iets over de opvoeding van kinderen komt uitleggen. Maar ook het Sociaal Wijkteam en een onderwerp als omgaan met eigen geld komen ter sprake. "Als de dames vragen hebben over iets, dan regelen wij dat er iemand uitleg over komt geven", aldus Cicek. "Zo hebben zij zelf ook invloed op het programma."

Enthousiast vertelt Karen Slob, stagiaire van Travers Welzijn: "De vrijwilligers zijn vaak professionals die wat vertellen over hun eigen vakgebied. Het waardevolle hieraan is dat je op een laagdrempelige manier op een onderwerp komt. Het is mooi om te zien dat er na een paar ochtenden al veel openheid is tussen de vrouwen. Sommige onderwerpen die voor de meeste vrouwen taboe zijn, worden toch besproken." Onderwerpen die voor de kerstvakantie nog aan de orde komen zijn de participatiesamenleving en mantelzorg.

Binnenlopen en aanschuiven

De Vrouwen van Stadshagen zijn halver-

wege september begonnen. De vrouwenochtend is erg laagdrempelig. Dat zorgt ervoor dat vrouwen makkelijk met elkaar in contact komen. Om mee te doen aan de Vrouwen van Stadshagen hoef je niet uitgenodigd te worden. De groep is echt bedoeld voor vrouwen die wonen in Stadshagen en behoefte hebben aan meer sociale contacten. De vrouwen kunnen op laagdrempelige wijze dinsdagochtend om 09.15 uur binnenlopen en aanschuiven. Birsan: "Wij nodigen hierbij alle dames van deze wijk van harte uit om eens te komen kennismaken. In de pauze kan iedereen even een gezellig babbeltje met elkaar maken onder het genot van een kopje koffie of thee. En voor de kosten hoeven mensen het niet te laten. Het is helemaal gratis!"

Vrouwen van Stadshagen

Iedere dinsdag 09.15 tot 11.45 uur in het Cultuurhuis

- 27 okt. Sociaal wijkteam
- 3 nov. Taal & Thuis
- 10 nov. Omgaan met geld

Contactpersonen:

Birsan Tas en Cicek Duran,
via 06 3164 0064 of b.tas@wizjz.nl
c.duran@travers.nl

Stadshoeve steeds dichterbij

Door Iris Boersbroek

De Stadshoeve komt steeds dichterbij. Zowel letterlijk als figuurlijk. Lag de locatie die hiervoor bestemd is, jaren geleden nog helemaal aan de rand van de wijk, inmiddels ligt hij er middenin. En de plannen zijn 'eindelijk' zodanig concreet en professioneel dat realisatie in het verschiet ligt. Nu nog de laatste horde: honderdduizend euro zien te vinden. Daarvoor is een crowdfundingactie opgezet.

Toen ruim twintig jaar geleden de eerste huizen in Stadshagen werden gebouwd, had de gemeente al het idee voor zoiets als een 'gemeenschapshuis'. Ze hebben hier een gebied van zo'n zes hectare voor uitgekozen, dit ook vastgelegd in het bestemmingsplan en een budget beschikbaar gesteld. Wat tot nu toe ontbrak was concreet en solide, breed door de wijk gedragen plan. Er is in het verleden samenwerking met een aantal partijen gezocht, waaronder Landstede, die er een opleidingsunit aan wilde verbinden, maar er is niets van de grond gekomen. Het enige wat er nu is, is de dierenweide, die beheerd wordt door Wijkstichting Stadshagen Totaal; zij ontvangen hier van de gemeente 60 duizend euro voor.

Bestuur

Om toch tot een plan te komen, is de wijkstichting op zoek gegaan naar vrijwilligers voor het bestuur. Het moesten kundige mensen zijn met kennis van zaken over: bouwen, verbindingen leggen, spelen en horeca. Met een visie, ook op de exploitatie van het gebouw. Dat bestuur is er inmiddels en alle plannen zijn concreet uitgewerkt, gebaseerd op de wensen en behoefte van de wijkbewoners. Die zijn uit een enquête in 2013 naar voren gekomen: een gemeenschapshuis vanuit het motto 'verbinden', een ruimte voor ontvangst, educatie, een horecagelegenheid

met terras, een doe-tuin en avontuurlijk spelen. Op het terrein zijn drie kavels bestemd voor commerciële activiteiten; op dit moment zijn de plannen voor een dierenartsenpraktijk en een kinderopvang rond. Het gebouw zelf moet zodanig worden geëxploiteerd dat het kostenneutraal is. Gedacht wordt aan zzp'ers die zich hier kunnen vestigen en die gezamenlijk verantwoordelijk zijn voor de huur van de ruimtes. Op dit moment heeft het Verbindingshuis ook deze functie, maar daarvan verloopt binnenkort het huurcontract van de Rabobank, die het tot die tijd beschikbaar stelde. Het Stadshoeve-gebouw zelf krijgt een grondoppervlak van zo'n vierhonderd vierkante meter en de gemeente heeft voor de bouw ervan eenmalig 450 duizend euro beschikbaar gesteld.

Burenparticipatie

De huidige dierenweide wordt opgenomen in de plannen, er komt een grasweide, een rustweide, drie vrijtoegankelijke pluktuinen, een kinderboerderij met een stal in het gebouw zelf. Verder komt er een plek voor natuurlijk spelen, met onder andere zand- en waterpartijen. De bedoeling is dat dit allemaal wordt onderhouden door de bewoners zelf. Voor realisatie van avontuurlijk spelen heeft de gemeente 20 duizend euro beschikbaar gesteld. Daarnaast heeft het Hervormd Weeshuis er 15 duizend euro voor gereserveerd. De hele exploitatie is in handen van het



Foto's Evelina Bijleveld

bestuur van de stichting Stadshoeve. De Stadshoeve moet dé ontmoetingsplek van Stadshagen worden, een plek waar jong en oud elkaar ontmoet, waar gespeeld, gewandeld en beleefd kan worden en waar je heerlijk op het terras kunt zitten.

Burendag

Om alle inwoners kennis te laten maken met de locatie van de toekomstige Stadshoeve, zijn er op Burendag allerlei activiteiten georganiseerd. Dat was een goede zet, want lang niet iedereen wist nog de weg te vinden naar de locatie. Het terrein ligt langs de Oude Wetering, naast de huidige dierenweide. Het gebied van zes hectare wordt begrensd door de Oude Wetering, de Arendshorstlaan, de Eerdelaan, basisschool De Vlieger en de huidige dierenweide en is herkenbaar aan de grote, oude bomen die er staan.

Crowdfunding

De plannen zijn er dus, net zoals een deel van het geld, maar op de begroting ontbreekt nog een bedrag van 185 duizend euro. Dat is nodig voor de inrichting van het gebouw, de inventaris, de tuinaanleg en de aanleg van de natuurlijk-spelentuin. Gedacht wordt daarbij aan zoiets als de Nooterhof. De fundamenten van het onafgemaakte kunstwerk die in het terrein liggen, worden gebruikt om het

waterspelen omheen te bouwen. De aanleg hiervan is niet goedkoop. Het bestuur heeft daarom met een lokale crowdfunder een actie opgezet met als doel om op 1 december in ieder geval honderdduizend euro binnengehaald te hebben. Dat is het minimale bedrag om een acceptabele recreatievoorziening te realiseren. Met 85 duizend euro meer kan bijvoorbeeld het avontuurlijk spelen uitgebreider en mooier worden aangelegd, maar ook zonder dat kan er met voldoende plezier gespeeld worden. Het bestuur verwacht die 85 duizend euro later nog te kunnen verkrijgen door diverse fondsen aan te schrijven. Stadshagen telt zo'n 23 duizend inwoners, zou dus neerkomen op 5 euro per persoon. En voor dat bedrag krijg je dan straks een mooie, multifunctionele ontmoetingsplek, niet alleen voor gezinnen met kinderen, maar ook voor de oudere wijkbewoner. Aan u als inwoner van Stadshagen dus de keus. Voegt u de daad bij het woord? Heeft u geld over voor uw wens? Op 1 december zullen we het weten.

Meer informatie over de Stadshoeve op www.destadshoevezwolle.nl en over deze crowdfundingactie op www.lovetofund.com, u vindt daar onder andere een filmpje over dit project.



19 HET ATELIER

Beelden door Stichting Stadshoeve

IN DE STARTBLOKKEN! VOOR ONZE 1-2-3 ACTIE



**1 MND
GRATIS
SPORTEN**

Bij een abonnement
van 7 maanden*

**2 LESSEN
GRATIS
SPORTEN**

Bij afname van 10 lessen
Personal Training*

**3 MND
GRATIS
SPORTEN**

Bij een abonnement
van 15 maanden*

Fitplaza is méér dan een sportschool. Bij Fitplaza kun je zowel zelfstandig als onder professionele begeleiding aan jouw conditie werken. Onze gediplomeerde trainers staan voor jou klaar. Na een intakegesprek krijg je een personal trainer toegewezen waarmee je samenwerkt en afspraken kunt maken om jouw doelen daadwerkelijk te realiseren. Profiteer nu van onze **1-2-3 Actie** en maak op een voordelige manier kennis met onze uitgebreide faciliteiten.

Middelweg 401 - 8031 VX Zwolle - Telefoon: 038 - 45 45 100

Fitplaza 
SPORTS - FITNESS - WELLNESS

Small Group Fitness • Individuele Fitness • Tennis • Squash • Groepslessen • Wellness • Bedrijfsfitness • Solarium • Crèche

WWW.FITPLAZA.NL/ACTIE

* Kijk op onze site voor de actievoorwaarden



Minder uren in thuishulp

Door Alice Tekst

Sinds de veranderingen in de zorg, gaan veel mensen terug in het aantal uren thuishulp. "En dat is niet altijd terecht", volgens Sander Taconis van Juridix. "Als je ziek bent, is het juist belangrijk dat je ontlast wordt." Momenteel kloppen er veel mensen aan voor hulp en advies met betrekking tot deze problematiek.

Denk aan iemand die al gezondheidsproblemen aan de luchtwegen heeft. Het huis moet extra schoon zijn anders ontstaan er meer problemen en nemen de klachten toe. Daardoor kan zo iemand in het ziekenhuis belanden met een lange(re) herstelperiode. Zo nemen de zorgkosten op lange termijn zowel voor de patiënt als voor de maatschappij eerder toe dan af. In zulke situaties kan Juridix de mensen bijstaan.

Inloopsprekuren

Drie keer per week is er een inloopsprekuren in het Verbindingshuis, Werkerlaan 225. Juridix is hier naar volle tevredenheid gevestigd. Sander: "Het is mooi laagdrempelig. Sinds ik hier zit, heeft mijn bedrijf echt een boost gekregen." Iedereen kan binnenlopen voor advies over toeslagen, bezwaarschriften, beroepschriften of rechtzaak, huurrecht, consumentenkoop, stilzwijgende verlenging van een

abonnement, opgave inkomstenbelasting voor particulieren met een huurwoning et cetera. Het voordeel voor cliënten is dat een juridisch adviseur minder duur is dan een advocaat.

"Ook mensen die een probleem hebben met de gemeente, het UWV of een verhuurder kunnen bij mij terecht", aldus Sander. Tijdens het inloopsprekuren heeft Sander Taconis eerst een oriënterend gesprek met de klant. Hij legt uit: "Het eerste contact leggen op het inloopsprekuren is voor de klant en mij het meest praktisch. Dan kunnen de klant en ik samen op de snelste manier een inschatting maken van de kwestie. Vervolgens beslissen de klant en ik samen wat de eventuele volgende acties zijn." Ook huisbezoeken behoren tot de mogelijkheden van Juridix. Het eerste, oriënterend gesprek is altijd gratis en vrijblijvend. Daarna gaan de juridisch adviseur en de klant een plan van actie maken. Wat betreft de kosten van het hele traject worden er altijd van tevoren duidelijke afspraken gemaakt. Maatwerk dus."

Inloopsprekuren op maandag en woensdag van 12.00 tot 16.00 uur en op vrijdag van 9.30 tot 14.00 uur. Meer info www.juridix.nl en info@juridix.nl



Sander Taconis van Juridix is een participant in het Verbindingshuis
Foto Yvonne Waslander



Doe je mee?
Tamara Klappe: redacteur
Hou je van taal en schrijven? Dan kunnen wij je hulp goed gebruiken, doe ook mee!
Een leuk team vrijwilligers staat op je te wachten.
Meer weten? Mail naar "bestuur@vinexpress.nl"



Ik had beloofd dat ik nog iets zou vertellen over mijn kat-stratie. Nou weet ik daar eerlijk gezegd heel weinig meer van, het schijnt gebeurd te zijn terwijl ik sliep. Toen ik wakker werd voelde ik me tamelijk beroerd, maar ook een stuk lichter. Geen idee hoe dat kwam. Ik was in ieder geval blij dat het baasje mij kwam ophalen. Thuis heb ik natuurlijk meteen aan Diego gevraagd wat dat nou eigenlijk te betekenen heeft zo'n kat-stratie en waarom heet het geen hond-stratie? En weet je wat? Diego heeft ook geen idee. Hij weet alleen dat hij ook zo'n operatie heeft gehad toen hij nog maar een jaar was. Wij hebben samen bedacht dat het waarschijnlijk een hele bijzondere operatie is voor superspeciale huisdieren zoals wij. Dat moet ook haast wel, want ik hoorde het baasje en het vrouwtje mopperen dat ze een flinke eigen bijdrage moesten betalen aan de huisdierenverzekering. Dat hebben ze toch maar voor ons over. Ik hoor op straat dat een heleboel honden en katten helemaal niet verzekerd zijn. Nou, er zal je maar iets gebeuren, dat je wordt aangereden en een hele dure operatie nodig hebt, of een kunstpoot of zo. Ik heb op de televisie wel eens een hond met een kunstpoot gezien. Reken maar dat dat een hoop geld kost. Ik heb wel

veel meer trek sinds ik gekatstreerd ben, vooral lekkere trek. Jammer genoeg krijg ik alleen maar brokjes en een enkele keer een hondensnoepje of een plakje worst, als ik m'n bak met brokken heb leeg gegeten. Ik ben aan het oefenen voor de spiegel in de slaapkamer in heel lief kijken, zodat mijn mensen me toch wat extra's geven, maar ze trappen er nog niet in. Dat is dan ook wel weer een voordeel, want het baasje en ik willen allebei niet dik worden. Daarom lopen we tegenwoordig weer regelmatig rondjes om de Milligerplas. Het is wel jammer dat het vrouwtje niet mee kan omdat ze niet zo goed kan wandelen. Het vrouwtje is eigenlijk ook best een beetje dik. Dat vinden het baasje en ik eigenlijk wel mooi. En Diego zegt altijd dat ze heel veel schoot heeft om op te zitten. Met mensen is het net zoals met honden, je hebt ze in alle soorten, maten en kleuren. Het is natuurlijk wel erg belangrijk dat je gezond bent, voor mensen én voor dieren. Misschien moet ik dus toch maar niet zo heel veel zeuren om lekkers. Zouden mijn mensen weten dat ik ook heel graag worteltjes lust, net als de cavia's?

Lijke, pootje en blafje van Goofy en tot de volgende keer.



Foto Inge Mateboer

Razende kids in de wijk

Door Alice Tekst

De Zwolse Mediafabriek en Travers hebben de krachten gebundeld en starten deze maand met een pilot. Tieners krijgen een eigen nieuwsplatform onder de noemer 'NieuwZkidz'. Kinderen van 10 tot 14 jaar gaan Stadshagen in als razende reporters. De kids interviewen, filmen en schrijven over onderwerpen die ze zelf bedenken en belangrijk vinden.

Iwan van Zon is een van de projectleiders van deze pilot. Hij werkt als jongerenwerker voor Travers. Enthousiast vertelt Iwan: "NieuwZ staat niet alleen voor actualiteit maar ook voor een nieuwe beweging die we in gang willen zetten. We willen kennis en middelen aanbieden om de jeugd een stem te geven in de wijk, zodat ze gezien en gehoord worden. Met dit platform dagen we de jeugd uit om ons volwassenen, te inspireren met hun frisse kijk op de omgeving. Zo leren wij vanuit hun perspectief de wereld in te kijken, dit is waardevol voor iedereen."



Het team dat de NieuwZkidz gaan coachen

Stoute ideeën

De andere projectleider, Klaas Schuurin, is directeur van de Zwolse Mediafabriek. Hij vult aan: "We ontmoeten elkaar in het Verbindingshuis en kwamen zo in gesprek. We kwamen tot de ontdekking dat we een gedeelde ambitie hebben: jeugd en jongeren meer ruimte en een echte stem geven in de wijk." Volgens eigen zeggen had Iwan al wat stoute ideeën: "Ik heb vanuit Travers de opdracht om de jongerenparticipatie te bevorderen. Daarom wil ik natuurlijk graag de jeugd

en jongeren leren kennen. Het is belangrijk voor mij om te weten wat hen bezighoudt." Klaas zei hardop hoe geweldig het zou zijn als jongeren een eigen platform zouden krijgen, waarop ze hun beleving van de wijk in hun eigen woorden kunnen uiten. Want er gebeurt van alles in de wijk en er spelen genoeg kinderen in op straat. Klaas: "Wij kunnen het wel bedenken, maar hoe zien zij het? Als tienjarige loop je op straat en heb je een eigen kijk op de omgeving. Hoe ziet

dat er vanuit hun perspectief uit? Kinderen hebben hun eigen belevingswereld. En die is tegenwoordig anders, want ze gamen, zitten op Youtube en surfen het net over."

Daarom hebben Travers en de Zwolse Mediafabriek de handen ineen geslagen. "Want," zo zegt Iwan, "via een nieuwsmedium kunnen zij laten zien hoe zij het zelf beleven en wat hun behoeftes zijn. Je laat ze dan actief meedenken en parti-

cipen. Het zou kunnen dat de jongeren iets willen, waar anderen last van hebben of op tegen zijn. Dan kunnen die twee groepen met elkaar in gesprek gebracht worden. Zo leren ze samenwerken, communiceren en andere sociale vaardigheden."

Green screen

De pilot wordt gestart met kinderen van de lokale b.s.o.'s en basisscholen. Een groepje van ongeveer vijftien kinderen komt dan iedere week bij elkaar in het Verbindingshuis. Daar krijgen ze deskundige begeleiding in camera-, interview- en montagetechniek; social media en alle andere dingen die bij een redactie aan de orde zijn. Verschillende technieken komen aan bod, zoals animaties en een green screen. Ze leren de basisvaardigheden en maken kennis met het reilen en zeilen bij media-uitingen. Zo ontplooiën zij ook hun creativiteit en leren goed samenwerken.

Na de pilot vindt er een evaluatie plaats. Vanaf begin 2016 gaan de NieuwZkidz als razende reporters een frisse wind door Stadshagen laten waaien.

Op www.nieuwzkidz.nl staat het programma van de NieuwZkidz.

Ontdek Doomijn in...

Stadshagen:
Wildwalstraat
kinderdagverblijf/peuterspeelzaal/bsa
bij OBS De Krullevaar

Sportlaan
kinderdagverblijf/peuterspeelzaal/bsa
bij IKC Het Festival

Sterrenkroos
kinderdagverblijf/peuterspeelzaal

Muurmeesterstraat
peuterspeelzaal/bsa
bij OBS De Schatkamer

Westenholte:
Papaverweg
kinderdagverblijf /bsa

Korianderplein
peuterspeelzaal

Op www.doomijn.nl vindt u een overzicht van al onze locaties.

www.doomijn.nl
/doomijn
@doomijn

Ontdek je eigen doo mijn
Kinderopvang en Peuterspeelzalen

10% studentenkorting

Zwolle Zuid
iedere zaterdag
open van
10.00 - 13.00 uur

Zerbolstraat 61a Patriottenlaan 4
T 038 - 454 60 20 T 038 - 460 00 75
www.de5olifanten.nl **DE 5 OLIFANTEN**

BEST GETEST i10

AUTOWEEK DUURTEST

ALLES IN 1 ABONNEMENT
v.a. €199,- p/mnd

AL 25 JAAR

NU met GRATIS luxepakket t.w.v. € 1500,-

Autobedrijf Bert Wieten
WWW.BERTWIETEN.NL

Kleine advertentie, groot bereik?

Mail naar:
adverteren@vinexpress.nl

zwanger moeder **fit** baby

Al meer dan 20 jaar succesvol in Zwolle

- Groepsgewijze training in kleine groepen van 8 tot 10 vrouwen
- Cursusmogelijkheid op de dinsdag- en donderdagavond
- Elke 5 weken starten nieuwe groepen
- Locatie: Bekken&Bodem Bekkenfysiotherapie- Praktijk Holtenbroek
- Info en aanmelding: www.zwangerfitmoederfit.nl

Stadshagen eerste Zwolse wijk met gratis reparatie fietsverlichting

Op het volgende Repair Café Stadshagen, op 31 oktober, staat het repareren van fietsverlichting centraal. Heeft u een fiets waaraan de verlichting niet goed is, dan staan vrijwilligers van Repair Café Stadshagen en monteurs van Scholten Fietsgoed Stadshagen klaar om de fietsverlichting na te kijken en waar nodig te repareren. Voor de werkzaamheden worden geen kosten in rekening gebracht. Voor vervanging van materialen krijgt u bij Scholten Fietsgoed Stadshagen een korting van 15 procent.

Eind oktober gaat de wintertijd weer in. Dat betekent dat het laat licht wordt en vroeg donker. Een goede verlichting helpt bij de zichtbaarheid van zowel fietsers onderling als voor de automobilist. Een goede fietsverlichting is dus zorgen voor eigen veiligheid.

Eén jaar Repair Café

Deze wijkactie wordt mede mogelijk gemaakt door Veilig Verkeer Nederland afdeling Zwolle, Lichtbrigade ANWB,

Fietsersbond Zwolle, Stichting IJsselheem en Scholten Fietsgoed Stadshagen. Repair Café Stadshagen viert ook een feestje. Deze maand bestaat dit succesvolle initiatief één jaar.

Elke laatste zaterdag van de maand

In gebouw Werkeren, aan de Werkerlaan 154, draait het elke laatste zaterdag van de maand tussen 10.00 uur en 14.00 uur allemaal om (samen) te repareren. Op zaterdag 31 oktober staan weer diverse vaklieden vrijwillig voor u klaar. Naast reparatie van fietsverlichting kunt u daar ook terecht voor reparatie van boeken, elektronische spullen, textiel en tuingereedschap. Eigenlijk alles dat stuk is. Garantie vooraf wordt niet gegeven, maar circa 75 procent van de ingebrachte spullen gaat gerepareerd terug met de eigenaar!

Info via:

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



Vrijwilligers gezocht

Kerstpakkettenactie

Sociale minima in Zwolle krijgen nooit een kerstpakket. Daarom is er een grote vrijwilligersactie op touw gezet om dit jaar ruim 1500 kerstpakketten voor hen te maken. Een zeskoppig team van de Koningskerk neemt het voortouw bij de organisatie van de Kerstpakkettenactie. Hoewel de Koningskerk het voortouw neemt, is het een actie voor en door alle Zwollenaren. Daarbij wordt het team ondersteund door maar liefst zeshonderd vrijwilligers: Zwollenaren van binnen en buiten de Koningskerk. Zwollenaren die twee uur van hun tijd willen vrijmaken om hun handen te laten wapperen voor de actie, zijn meer dan welkom. Via een online inschrijfformulier op www.kerstzwolle.nl kunnen zij zich digitaal inschrijven voor een klus. Snel en makkelijk.

Data werkzaamheden

De inzamelingsacties zijn op 11 en 12 december de hele dag bij alle Jumbo-supermarkten in Zwolle, Albert Heijn WKC Zuid en Albert Heijn Forelkolk.

Op 16 december van 20.00 tot 22.00 uur: voorbereidingen inpakavond bij de Voedselbank aan de Westerlaan 51.

Op 17 december van 19.00 tot 22.00 uur: inpakavond bij de Voedselbank aan de Westerlaan 51.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Jan de Beer, telefoon: 038 4526939 of 06 18605244 of info@kerstzwolle.nl

Dierenweide KAKEL & Co

Dierenweide Kake & Co is de dierenweide gelegen in de Zwartwaterzone. We hebben kippen, konijnen, koeien, geiten en schapen en zoekt vrijwilligers die de dieren willen verzorgen (dit neemt ongeveer drie kwartier per week in beslag). En vrijwilligers die op woensdagmiddag, zaterdagmiddag of zondagmiddag tijdens de openingstijden aanwezig willen zijn en tevens de dieren willen verzorgen.

Wil jij het plattelandsgevoel ervaren midden in jouw wijk? Lekker buiten bezig zijn? En vindt jij het leuk dieren te verzorgen? Ben je minimaal 16 jaar en kan je zelfstandig werken? Dan zoeken wij jou. Kennis van dieren is handig maar is niet noodzakelijk. Je wordt goed eerst goed ingewerkt. Meer informatie kake_en_co@live.nl

WijZ

Zoekt een vrouwelijk maatje voor een 66-jarige dame in Stadshagen. Bent u een keer per week of twee weken beschikbaar en vindt u het leuk om samen naar de markt te gaan, te winkelen of gewoon lekker te praten? Dan is dit misschien wat voor u.

Meer informatie bij Karin Bekendam telefoon 038 8515700 of k.bekendam@wijz.nl



Buurtrestaurant De Streek:

Hollandse kost op 20 november

Nu de winter voor de deur staat is het tijd voor echt Hollandse kost. Stampottenbuffet. Met groetensoep vooraf en vla-metvruchten na.

De Streek is een laagdrempelige eetgelegenheden voor buurtbewoners uit Stadshagen, waarbij ontmoeting met buurtgenoten een belangrijke rol speelt.

Aanvang: 17.00 uur. Kosten: € 8,- voor drie gangen inclusief koffie of thee.

Aanmelden bij het Cultuurhuis Stadshagen, Werkerlaan 1, of bellen naar 038 8515760

Vrijwilligers gezocht voor Buurt-

restaurant De Streek

Elke derde vrijdag van de maand kunnen wijkbewoners aansluiten bij buurterstaurant De Streek. Een laagdrempelige eetgelegenheden voor buurtbewoners uit Stadshagen, waarbij ontmoeting een centrale rol inneemt. Dit wordt mogelijk gemaakt door de inzet van enthousiaste betrokken vrijwilligers. Zij beginnen rond 14.30 uur met de voorbereiding, zoals boodschappen, aankleding van de tafels, het voor- en nagerechtmaken. Vervolgens zorgen zij voor een warm ontvangst van de gasten, serveren het eten en ruimen daarna alles weer op. Lijkt het u leuk om ons team te komen versterken of wilt u meer informatie, dan kunt u contact opnemen met WijZ, tel. 038 8515700

T'ai Chi in het Cultuurhuis

Elke vrijdag van 09.30 tot 10.30 uur is er een enthousiaste groep deelnemers die onder leiding van docente Saskia van Noort t'ai chi beoefent in het Cultuurhuis. T'ai chi is ontspannen bewegen voor lichaam en geest. De bewegingen bevorderen de concentratie, coördinatie en de lenigheid. Bent u benieuwd wat deze manier van bewegen met u en uw lichaam & geest doet, dan bent u van harte welkom om een (gratis) proefles te volgen. Voor meer informatie en/of aanmelden kunt u contact opnemen met WijZ, tel. 038 8515700

Salsa

De donderdag onderbreken met een ontspannen manier van bewegen? Dat kan. Elke donderdag van 11.30 tot 12.30 uur is er salsadansen in het Cultuurhuis. Salsa kenmerkt zich door dansen in groepsverband op de muziek en ritmes uit Cuba. De les wordt verzorgd door docent Vinodh Ramautarsingh, ervaren salsadocent. Wilt u een gratis proefles volgen of meer informatie, dan kunt u bellen met WijZ, tel. 038 8515700



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"



Doe je mee?

Jessica van Amerongen: DTP-er

Grafische vormgeving is -naast werk- een grote hobby van mij. Daarom verzorg ik 10 keer per jaar de opmaak van deze krant. Leuk en leerzaam! DTP je ook mee?

Meer weten?

Mail naar "bestuur@vinexpress.nl"

Onze winterdeal Nu € 200,-korting op een nieuwe CV-ketel!

**BEPERKT
HOUD-
BAAR!**



* Vraag naar de voorwaarden

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

Tijdens de wintermaanden wilt u kunnen vertrouwen op het comfort van een goede CV-ketel. Alleen deze winter profiteert u van onze winterdeal. Wanneer u nu een CV-ketel bij Energiewacht Groep aanschaft ontvangt u gegarandeerd € 200,- korting. De winterdeal is beperkt houdbaar dus wees er snel bij. Kijk voor meer informatie op www.energiewacht.nl/cvketel!

Samen met



**Energiewacht
Groep**

WINKELCENTRUM STADSHAGEN

**VERRASSEND COMPLEET EN
GRATIS OVERDEKT PARKEREN!**
Ruim 30 winkels voor al uw boodschappen

www.winkelcentrumstadshagen.nl

facebook.com/wcstadshagen
@wcstadshagen