

Bloemendaler

6

Gemeentebestuur evalueert de weekmarkt Heemstede



8

Sportief en gezellig aan de slag met tennistraining Tennis Fit 55+

10

Hond Guusje en baasje Roel blij met hun prijs leukste dierenfoto



REGIO MEDIA GROEP



Vuurwerkverbod in Bloemendaal? Foto: Bigstock.

Ook mogelijk vuurwerkverbod in de gemeente Bloemendaal

Door Bart Jonker

Bloemendaal – Als het aan de kleine meerderheid van het gemeentebestuur in Bloemendaal ligt, kan er komende jaarwisseling geen vuurwerk meer worden afgestoken in de gemeente Bloemendaal. Tijdens de commissievergadering van donderdag 14 oktober bleek de invoering van een algeheel vuurwerkverbod door een kleine meerderheid gewenst. De gemeente

Haarlem kondigde al eerder een vuurwerkverbod aan. Dit in tegenstelling tot de gemeente Heemstede, waar de CDA-motie voor een vuurwerkverbod strandde en geen meerderheid behaalde. Heemstede wacht liever op de invoering van een landelijk vuurwerkverbod. Ook Zandvoort hanteert vooralsnog geen vuurwerkverbod.

Het voorstel voor een vuurwerkverbod in Bloemendaal werd inge-

diend door de partijen Hart voor Bloemendaal, GroenLinks en Liberaal Bloemendaal. CDA en VVD zien liever een landelijk verbod. Tijdens de komende raadsvergadering op 11 november wordt er officieel gestemd, waarin een meerderheid voor een vuurwerkverbod in de lijn der verwachting ligt, al is het met de hakken over de sloot. Dit betekent tevens dat er in Bloemendaal ook geen vuurwerk rond de jaarwisseling verkocht mag worden.

Cursusavond 'Politiek actief' in Bloemendaal

Bloemendaal – Op 16 maart 2022 zijn er gemeenteraadsverkiezingen. Een belangrijk moment, omdat de gemeenteraad beslist over de belangrijke onderwerpen in Bloemendaal. En mogelijk een goed moment om politiek actief te worden en zo invloed uit te oefenen. Maar hoe gaat dat in zijn werk? Hoe werkt een gemeenteraad en hoe kun je meedelen en praten over de besluiten die er genomen worden? Op donderdag 28 oktober van 19.30 tot 21.30 uur organiseert de gemeente een cursusavond 'Politiek actief' onder leiding van de burgemeester Elbert Roest. De bijeenkomst vindt plaats in het gemeentehuis aan de Bloemendaalseweg 158 in Bloemendaal. U kunt zich hiervoor aanmelden via: griffie@bloemendaal.nl.



Raadhuis van Bloemendaal. Foto: Bart Jonker.

DE GOEDKOOPSTE
SLIJTERIJ VAN NEDERLAND!



**BESTEL
24/7 ONLINE
DIRCK3.NL**



ALLE DRANKEN GOEDKOPER!

DEZE WEEK IN DE KRANT



**Kwaliteitsslagerij
van der Werff**

Kijk voor onze
advertentie op pagina 5



Foto: NieuwsFoto.nl / Chris Soellaart.

Veel schade door aanrijding met een hert in Overveen

Overveen - Een auto is maandagavond 18 oktober zwaar beschadigd geraakt door aanrijding met een hert op de Zeeweg, N200, in Overveen. Rond 19:30 uur reed de bestuurder met inzittenden richting Haarlem, toen het dier plotseling de weg overstak. De bestuurder kon het dier niet meer ontwijken.

Ondanks de harde klap, raakte de

inzittenden niet gewond bij de aanrijding. Wel is de auto zwaar beschadigd, deze wordt opgehaald door een berger.

Het hert lag zwaargewond in de berm. Een faunabeheerder is ter plaatse gekomen om het dier uit zijn lijden te verlossen. Het overige verkeer ondervond enige hinder van de afhandeling van het ongeluk.

Bloemendaler.

VERSCHIJNT WOENSDAG

BLOEMENDAAL

Kantooradres
Zeeweg 189-191
1971 HB IJmuiden
Tel. 023-8200170
Tel. 06-50284402

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

Aanleveren van advertenties
Dinsdag voor 12.00 uur
verkoop@bloemendaler.nl

Advertentieverkoop
Petra Schiltmeijer
Jeroen van Duijn
Ellen Gouda

Advertentie-tarieven
op aanvraag

Aanleveren van kopij
Dinsdag voor 12.00 uur
redactie@bloemendaler.nl

Redactie
Bart Jonker

Correspondenten
Mirjam Goossens
Eric van Westerloo
Joke van der Zee

Redactie-opmaak
Mireille Huiberts

Kabalen
Opgave gratis advertenties
www.heemsteder.nl/
kabalen-opgeven

Druk
Janssen/Pers Rotatiedruk

Verspreiding en bezorgklachten
www.verspreidnet.nl
Tel. 0251-674433

Centrale administratie
Visserstraat 10
1431 GJ Aalsmeer
Tel. 0297-341900

Uitgave van
De Heemsteder Uitgevers B.V.
Onderdeel van
Regio Media Groep B.V.

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

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

Privacy
Zie onze privacyverklaring op
www.heemsteder.nl/privacy

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

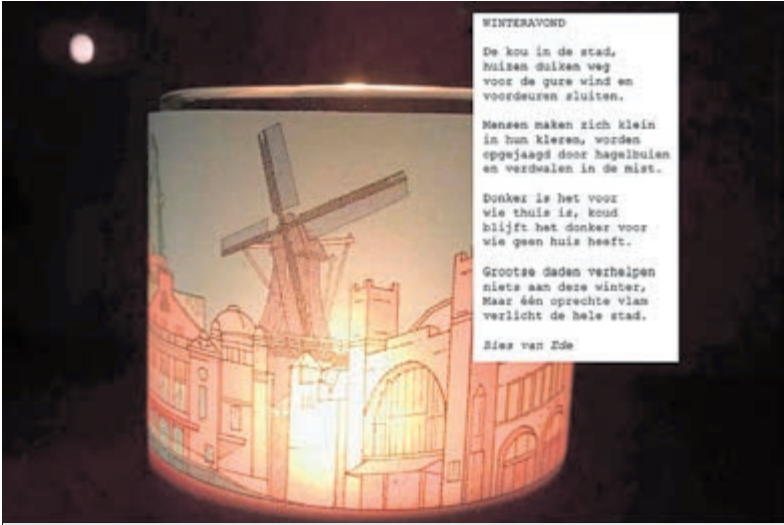
WWW.REGIOMEDIAGROEP.NL



Bas Dortmund pakt kerstlichtjes Stem in de Stad in voor kerstpakketten Brouwerskolkje Exclusief. Foto's: aangeleverd.

Kerstlichtje Stem in de Stad geeft Haarlemmers steun

Bloemendaal/Haarlem -Voor de derde keer in haar bestaan brengt Stem in de Stad tijdens de kerstperiode een kerstlichtje op de markt. Met de aanschaf van dit kerstlichtje ondersteunen de kopers het werk van Stem in de Stad. Deze oecumenische stichting is al meer dan 25 jaar een gastvrije ontmoetingsplek voor Haarlemmers die niet altijd gezien en gehoord worden. Illustrator Eric J. Coolen tekende voor de waxinehouder met LED- lampje de skyline van Haarlem en Bies van Ede schreef er een toepasselijk gedicht bij. Het kerstlichtje wordt verkocht voor 10 euro via de webwinkel van Stem in de Stad en het Kunstcentrum Haarlem. Dit jaar krijgen ook bedrijven in Haarlem en omgeving de mogelijkheid om het kerstlichtje in grotere aantallen te bestellen om in hun kerstpakket op te nemen of om als kerstcadeau weg te geven. De opbrengst van de kerstlichtjes gaat naar de projecten van Stem in de Stad, onder andere naar de maaltijdenvoorziening (een warme maaltijd voor een gast van Stem kost €7,-). Stem in de Stad is juist in de donkere wintermaanden een huis waar Haarlemmers samen het licht van kerst kunnen delen. Bas Dortmund, eigenaar Brouwerskolkje Exclusief, heeft het kerstlichtje al opgenomen in zijn kerstpakketten-service. “Wij vinden het fijn om iets typisch Haarlems toe te voegen in



Brandend kerstlichtje met gedicht Bies van Ede.

onze pakketten, bovendien dient het kerstlicht een goed doel, Stem in de Stad de organisatie die niet gemist kan worden in Haarlem.”

Stem in de Stad is opgericht door de bevolgen dominee Jurjen Beumer, hij creëerde een bruisende en veilige ontmoetingsplek voor kwetsbare Haarlemmers die het moeilijk hebben en die niet altijd gehoord of gezien worden. Stem in de Stad is al meer dan 25 jaar een gastvrije ontmoetingsplek in het hart van de stad die het christelijk oecumenische denken als bron hanteert. Stem in de Stad voert wekelijks met 12 medewerkers en 140 vrijwilligers

link www.kerkmroep.nl/#/kerken/11159.
www.hervormdpknbennebroek.nl

KERKDIENTEN

ADVENTSKERK AERDENHOUT

Leeuwerikenlaan 7 Aerdenhout
Zondag 24 oktober 10u.
Voorganger: ds. P. Barnard.
Lezing: Jeremia 28,1-17 en Johannes 8,37-47(59).
Tevens via: kerkdienstgemist.nl.
www.adventskerk.com

HERVORMD PKN BENNEBROEK

Binnenweg 67 Bennebroek
Zondag 24 oktober, 10u.
Ds. A. van Duinen.
De diensten kunt u volgen via de

TREFPUNT BENNEBROEK

Akonietenplein 1 Bennebroek
Zondag 24 oktober, 10u.
Ds. Janneke Nijboer.
Reserveren is niet meer nodig. U wordt wel geregistreerd en daarom verzocht uiterlijk om 9.45 uur aanwezig te zijn. Alle vieringen kunnen online worden gevolgd via: www.pkntrefpunt.nl, klik op actueel.
www.pkntrefpunt.nl.

KORT

Theologe en historicus Katrijne Bezemer in De Kapel

Bloemendaal - Op zondag 24 oktober leidt drs. Katrijne Bezemer, theologe en historicus, in De Kapel, Potgieterweg 4 in Bloemendaal een religieuze bijeenkomst, met als thema ‘Onze helden’. De aanvang is 10.30 uur.

Vaak al op jonge leeftijd vormen we een beeld van onze helden of idolen, mensen die we bijzonder vinden, die eigenschappen bezitten en dingen ondernemen die ons aanspreken. Als het goed is zijn de helden een voorbeeld voor ons voor hoe wij later willen worden. Wie maatschappelijk gezien een held wordt genoemd verandert in de tijd. Sommige bijbelse helden die onder meer op de bijeenkomst ter sprake komen, worden nu niet meer bewonderd. Weten we nog wat ons inspireerde en waarom of zijn onze helden in de vergetelheid geraakt?

Drs. Katrijne Bezemer is werkzaam als voorganger bij De Kapel in Bloemendaal en De Hoeksteen in Voorburg.

Inloepochtend SeniorWeb over slimme apparaten

Overveen – Op donderdag 28 oktober is er een inloepochtend van SeniorWeb van 14-16 uur bij Buurtvereniging Overveen Vrijburglaan 17, Overveen. Ludo Korteman, vrijwilliger van SeniorWeb Haarlem, begint met een presentatie over de mogelijkheden van uw mobiele telefoon die u kunt toepassen om slimme apparaten in huis aan te zetten. Na afloop kunnen vrijwilligers van SeniorWeb Haarlem u helpen met vragen over uw apparaat (laptop, tablet, iPad, smartphone of iPhone).Gratis toegang, wel vooraf aanmelden via tel.: 06-22092895.

AFZETPUNTEN BLOEMENDAAL

Bloemendaal - De Bloemendaler is verkrijgbaar op de volgende afzetpunten binnen de gemeente Bloemendaal:

- Goed Speelgoed**, Bloemendaalseweg 29, Bloemendaal
- AH**, Bloemendaalseweg 70, Bloemendaal
- AH**, Bloemendaalseweg 240, Overveen
- AH**, Zandvoortselaan 169, Aerdenhout
- Nieuw Vreeburg**, Kerkplein 16, Bloemendaal
- Kennemerhart**, Bramenlaan 2, Bentveld
- Wildhoef**, Donkerelaan 285, Bloemendaal
- Buurtgemak**, Zwarteweg 44, Bennebroek
- Papyrus**, Bloemendaalseweg 78, Bloemendaal
- Primera**, Bloemendaalseweg 234, Overveen
- De Wachtkamer**, Leidsevaart 36, Vogelenzang
- Dorpshuis**, Donkerelaan 20, Bloemendaal
- Coop**, Deken Zondaglaan 55, Vogelenzang
- AH**, Schoollaan 23, Bennebroek
- Bibliotheek Bloemendaal**, Korte Kleverlaan 9, Bloemendaal
- Dorpshuis**, Henk Lensenlaan 2a, Vogelenzang
- Bibliotheek Bennebroek**, Kerklaan 6, Bennebroek
- Zorgvilla Duinstaele**, Zocherlaan 94, Bloemendaal
- Restaurant De Vogelensangh**, Vogelenzangseweg 182,Vogelenzang
- Buitenplaats Plantage**, Vogelenzangseweg 49b, Vogelenzang
- Fleurage Residence**, Kennemerweg 24-32, Bloemendaal



Wij kiezen voor een beter milieu.

Deze krant is gedrukt op gerecycled papier.

LEER IN 13 WEKEN HARDLOPEN
HARDLOPEN VOOR BEGINNERS
START MAANDAG 25 OKTOBER

WAT LEER JE?

- GOEDE LOOPTECHNIEK
- 40 MIN. HARDLOPEN
- MEER OVER VOEDING
- OMGAAN MET BLESSURES

LOPERS COMPANY
BY ENDO

Binnenweg 91 • 2101 JB Heemstede • 06-20-44-00-00
info@loperscompanyheemstede.nl
www.loperscompanyheemstede.nl
Facebook: loperscompanyheemstede

Te koop:
Oude engelse eetkamertafel 6/8 pers. met 2 grote schuiflade, afm. 200x90x77. Foto's besch. €350,-
6 Pers. tuin(eet)tafel met zwarte glasplaat, alu frame, afm. 160x90x75 €150,- Tel. 06-20611110

Te koop:
Legpuzzles: Kasteel neu Schwanstein 4000 st., nwin doos €4,-, Gardameer 2000 st. €2,-, Backpackrugzak, 70 l., rug-, heup-, schouderbanden verstelb., gedekte kleur, z.g.a.n. €20,-, Tel. 023-5470507

DEZE WEEK
HEEMSTEEDSE BOLLEN 3 halen 2 BETALEN

Timmer's

Square Mode

NU GROTE SORTERING

BROEKEN

Onze openingstijden zijn:
Di. t/m za.: 10.00-17.00 uur
(ma. gesloten)

Binnenweg 148 • Heemstede • 023-5287038

WILD DINER
Woensdag
17 november is de Wildavond gepland
Zorg dat je erbij bent!
Heerlijk 4 gangen wilddiner
32.50 p.p.

Herfst Specials

- PUMPKIN SPICE LATTE 4.95**
herfst koffie met slagroom
- BOCK BIER PROEVEERIJ 10.00**
3 glaasjes Bock Bier en 2 bier bitterballen
- HERFST PANNENKOEK 13.95**
gebakken appel, kaneel, slagroom
- POTJE KONIJNENBERG 'ON FIRE' 16.95**
vleespuntjes met vlammeende whiskeysaus
- VERRUKKELIJKE VIJGENPARFAIT 5.95**
verse vijg, port, room, semifreddo dessert

Wild diner Avond
Wo. 17.11 start 18.30 uur.
Reserveren? Bel snel 023-5848096

Restaurant DE KONIJNENBERG
reserveren? 023-5848096
Herenweg 33 • 2105 MB Heemstede • info@dekonijnenberg.nl • www.dekonijnenberg.nl

*** Te koop:**
Wegens opname verzorgingstehuis, Siemens wasmachine, bovenlader, weinig gebruikt €150,- Siemens wasdroger, €150,-, rolstoel inklapbare wielen €200,-, als nieuw Bosch koelvrieskast, 125 cm hoog €100,-, aluminium Batavus damesfiets, pas nagezien €150,-, kolen/houtkachel, als nieuw €150,-, minder valide bed, v.v. optrekbeugel, elektr. lattenbodem €150,-, 2 pers. bedbank €100,-, brengen mogelijk. Tel. 06-164448234

Te koop:
Goede omafiets, 28" Batavus Old Dutch, terugtraprem €150,-, bladblazer, Gardena €25,-, Handgrasmaaier €25,-, citybike €70,-, Tel. 06-26171519

*** Gas duur?**
Woning isolatie van binnen uit! Blijf lachen en bespaar 50% op uw stookkosten. Info de Witt, tel. 06-20219515

*** Voor woning-garage ontruiming**
Tevens verkoop klaar maken van de woning. Bewaakte inboedelopslag. Info de Groot, tel. 06-16444834

HAARLEMSE
SCHOORSTEENVEGER

haarlemse-schoorsteenveger.nl
Tel. 023-2201001 • info@haarlemse-schoorsteenveger.nl

Op zoek naar een goede loodgieter/installatiebedrijf?
Bel of mail naar:

VOSSE 023-5286802
MODERNE INSTALLATIETECHNIEK info@vosse.nl

Erkend gas-, water-, cv installatiebedrijf. Ook voor zonneboilers, warmtepompen (subsidies in 2016). Tevens sanitair en compleet geïnstalleerde badkamers. Pas 85 jaar jong en springlevend. Kijk op onze site: www.vosse.nl

Gevraagd:
Wegens gezondheids klachten ben ik op zoek naar ruwe smaragd. Heb u zoiets wat u ook kwijt wil? Bel me svp. Tel. 023-5286992

Te koop:
Wasmachine Bosch maxx €50,-
Dames winterjas te groot gekocht nw.pr. €89,- nu €40,-
Tel. 06-12577366

Te koop:
Nw: 2x vitrage gordijnen kleur licht beige-2x 115 cm br + 2x 260 cm lg + vlinderplooi + haakjes €150,-
Tel. 06-21921738

HJF Huiswerkbegeleiding
Weer gewoon naar school, blijf bij met de hulp van HJF dit schooljaar.
Informatie: Hedwig Jurrius, 06-46577776
MAAK EEN GOEDE START IN HET NIEUWE SCHOOLJAAR.

gasservice | gaswacht
van gas naar duurzaam

Zit u er deze winter warm bij?
Sluit op tijd een onderhouds-abonnement voor uw verwarming af!

Kijk voor meer info op:
gasservice.nl/abonnementen/tarieven

WIM VAN HOOFF
TANDPROTHETISCHE PRAKTIJK

Voor een optimaal kunstgebit ga je naar een tandprotheticus

Implantaten • Klikgebit • Reparaties • Weekendreparatie

Uw nieuwe prothese wordt voor 75% vergoed vanuit de basisverzekering

Molenwerfslaan 50 Heemstede, tel. 023-5293295
Weekendreparatie 06-17776777
www.tpvanhooft.nl

Van Dam

JOIN OUR TEAM

Ter uitbreiding van ons topteam zoeken wij twee winkelmedewerkers (m/v).

Ben jij gek op chocolade, weet je van aanpakken en wil je bij de lekkerste winkel van Heemstede werken?

Stuur dan een mail met je cv naar
info@chocola.nu

en wie weet wordt jij onze nieuwe collega!

Proef de herfst in Heemstede bij Restaurant De Konijnenberg

Heemstede - Reserveer vast het heerlijke wildarrangement. Nu de herfst zijn intrede heeft gedaan kun je traditioneel bij Restaurant De Konijnenberg weer genieten van extra herfstspecials buiten de menukaart.

Het restaurant is 7 dagen per week open voor lunch en diner. Natuurlijk met de allerlekkerste pannenkoeken en meer. Probeer ook eens een van de extra herfstspecials, de Pumpkin Spice Latte koffie met slagroom, na een herfstwandeling in het naastgelegen Groenendaalse bos smaakt die wel extra heerlijk.

Klassieker 'Potje Konijnenberg' is dit herfstseizoen on fire gemaakt door de brigade. De malse puntjes ossen- en varkenshaas krijgen een heerlijke vlammeende whisksaus om je lekker warm te maken.

Enthousiast worden gasten ook nog steeds van de ruime veganistische opties, waar eigenaar Marco Uiten- daal in zijn keuken hard aan gewerkt heeft en die een vaste plek op de menukaart hebben. Marco vertelt ook over zijn zelf gebrouwen Heemsteeds bier waar steeds andere varianten gebrouwen worden.

Passend bij de herfst heeft hij nu een 'Bronstige Bock' op de fles als nieuw Heemsteeds KB Biertje. Wees er snel bij, want de oplages zijn klein en wisselen steeds!

Wildavond op 17 november voor in de agenda

Met de intrede van de herfst kun je ook weer genieten van het beste wild. Vorig jaar lukte de organisatie helaas niet, maar dit jaar is er weer volgens traditie de supergezellige wilddiner avond in De Konijnenberg. De brigade is druk bezig met testen en er is weer een prachtig 4-gangen wilddiner samengesteld, waarbij in elke gang wild is te proeven.

Reserveer en bel snel voor een plekje en zet woensdag 17 november in uw agenda. Aanvang is 18:00 uur, start 4 gangen diner om 18:30 uur, prijs per persoon is €32,50.

Restaurant De Konijnenberg,
Herenweg 33, 2105 MB Heemstede,
tel 023.5848096,
www.dekonijnenberg.nl.



Heerlijke wildgerechten.



De keukenbrigade van De Konijnenberg staat voor u klaar.



Herfstlekkernijen bij De Konijnenberg. Foto's: aangeleverd door Restaurant De Konijnenberg.

Een nieuwe winnaar van de kruiswoordpuzzel

Heemstede - De prijswinnaar van de kruiswoordpuzzel van vorige week is bekend. Er waren weer vele inzenders in de race voor de felbegeerde gevulde boodschappentas van Albert Heijn.

De juiste oplossing was: 'Je bent geboren om vrij te zijn'. Sjeng Driessen is de gelukkige winnaar geworden van de goedgevulde AH-boodschappentas, af te halen bij de Albert Heijnvestiging aan de

Blekersvaartweg 57 te Heemstede. De winnaar is op de hoogte gesteld. Gefeliciteerd met uw prijs! Volgende week weer een nieuwe kruiswoordpuzzel met nieuwe kansen.



Afvalproject. Foto: aangeleverd door Bibliotheek Zuid-Kennemerland.

Aftrap voor afvalproject in de Bibliotheek

Heemstede/Bloemendaal/Haarlem - Drummer Rogier de Nijs en de Bibliotheek Zuid-Kennemerland werken in november samen aan BEAT Plastic Waste, een afvalproject dat plasticvervuiling aan de kaak stelt. Ook jij kunt meedoen aan dit project.

Met BEAT Plastic Waste verzet musicus Rogier de Nijs zich tegen de wegwerpmatenschap en in het bijzonder plastic afval. De Nijs verbaast zich over het gemak waarmee plastic voor eenmalig gebruik wordt gefabriceerd, verkocht en daarna net zo snel weer op een vuilnisbelt of in de oceaan belandt. Als muzikant laat hij zich door dit gegeven inspireren door van plastic afval volwaardige muziekinstrumenten te maken. Daarmee maakt hij opzwepende ritmes en hypnotiserende muziekstukken. Ook jij kunt deelnemen aan dit bijzondere project! Hoe?

1. Zoek een plastic voorwerp waarmee je een geluid kunt maken. Dit kan van alles zijn: een flesje, bekertje, een ijskrabber, wat dan ook.

2. Maak een filmpje van max. 5 seconden terwijl je met jouw voorwerp een geluid maakt. 3. Upload jouw filmpje op: <https://beatplasticwaste.com/uploaden-filmpje>. Van alle ingezonden filmpjes wordt een compositie of 'BEAT' gemaakt. Het resultaat daarvan kun je op 25 november in de Bibliotheek zien.

Mensen worden met BEAT Plastic Waste uitgenodigd via kunst en muziek om zich te verdiepen in plasticvervuiling. Tijdens BEAT Plastic Waste zijn er workshops drummen op plastic (op 17 en 20 november) en wordt er een collectieve BEAT (video-kunstwerk) gemaakt. Op 25 november van 19-21.30 uurgeeft Rogier de Nijs een concert in de Bibliotheek Haarlem -Centrum, onder de noemer 'Soundtrack of a Plastic Age'. Ook vertelt een wetenschapper hoe Nederland ervoor staat qua plasticvervuiling.

Meer informatie:
www.bibliotheekzuidkennemerland.nl/duurzaamheid.

HBC G1 speelt tegen FC Zaandam 9-1: het betere combinatiespel

Heemstede/Zaandam - HBC is goed begonnen aan de competitie. Twee wedstrijden gespeeld en het maximale resultaat behaald. Daarbij zijn ook de bedenkingen over het stoppen van de productieve spits volledig verdwenen. 12 doelpunten in 2 wedstrijden zegt genoeg.

Het voor HBC onbekende FC Zaandam meldde zich afgelopen zaterdag 16 oktober voor de derde wedstrijd. Niet de sterkste tegenstander uit de poule leek uit hun voorgaande resultaten, maar toch. Het gebruikelijke team begon vol vertrouwen aan de match. Rustig opbouwend van achteren werd de aanval gezocht. Het zeer enthousiaste middenveld was nadrukkelijk aanwezig en deze keer was het Bodiam die voor het eerste doelpunt slechts 5 minuten nodig had.

Vol vertrouwen ging HBC verder. Het publiek genoot van het spel van HBC. De ene na de andere mooie combinatie lieten de spelers zien. FC Zaandam kwam er eigenlijk niet aan te pas. Als ze de bal al een keer hadden ging HBC er vol in om de bal weer te heroveren. Na een kwartiertje liet Johan de tweede aantekenen. Bodiam, Debora en Johan,

allen middenvelders, maakten het karwei met een 5-0 ruststand bekwaam af. Even rusten in het zonnetje met een drankje, knabbeltje en een ontspannen praatje en het team was klaar voor de tweede helft. Bodiam had maar weinig tijd nodig om zijn hat-trick te voltooien. Intussen bleef met name Johan de combinaties zoeken. Helaas lukte het de spitsen Mathijs en Regilio net niet ook hun doelpuntje mee te pikken. De eerste kwam net een teenlengte tekort. De tweede werd op alle manieren, beuk op de borst en staan op de voet, het scoren belet. Jeroen, weer terug van vakantie, legde al zijn hernieuwde energie in een verwoestend schot. Vakkundig via de binnenkant van de paal afgerond. Hij was los en maakte zo ook zijn tweede. Een mooi kadootje voor FC Zaandam was het tegendoelpunt. Het slotakkoord was echter voor Thomas. Hij zorgde voor de uiteindelijke overwinning met 9-1.

Zo werd weer een mooie overwinning behaald. Door als team te voetballen. Niet gaan voor het eigen succes maar door combinaties het optimale resultaat bereiken. Punten verzamelen en plezier in de sport. Daar gaat het om!

Profiteer bij Profile van kortingen:

Profile kortingsbon

Gratis APK

Te besteden bij Profile Heemstede, Nijverheidsweg 24 en Profile Velsbroek, Klompenmakerstraat 19.
Het kortingsbedrag wordt in mindering gebracht op het totale factuurbedrag, is niet inwisselbaar tegen contanten en niet geldig met andere acties. Maximaal één kortingskaart per auto.

Onderhouds-kortingsbon

Profiteer van
25%
korting op uw onderhoudsbeurt

Te besteden bij Profile Heemstede, Nijverheidsweg 24 en Profile Velsbroek, Klompenmakerstraat 19.
Het kortingsbedrag wordt in mindering gebracht op het totale factuurbedrag, is niet inwisselbaar tegen contanten en niet geldig met andere acties. Maximaal één kortingskaart per auto.



PROFILE MERKS

HEEMSTEDE Nijverheidsweg 24
023 528 24 54 heemstede@profile.nl
VELSBROEK Klompenmakerstraat 19
023 760 11 11 velsbroek@profile.nl



PROFILE
Banden en onderhoud

EXTRA HOGE OPSLAG & BEDRIJFSUNITS 21 - 31,5 M2



GARAGEXL
CRUQUIUSZOOM

Type	Afmeting	Verhuurprijs
Type A	7x3x3m	€ 39.750,-
Type A XXL	7x3x3,5m	€ 39.750,-
Type B	8x3x3,5m	€ 40.750,-
Type C	9x3x3,5m	€ 44.250,-
Type D	8x3,5x3,5m	€ 50.250,-

Maandprijs per maand vanaf € 180,-
Inclusief bv. gas.

CRUQUIUSZOOM TE CRUQUIUS



Financieringsregeling *
• 50% Aanbetaling,
• Restant betaling in 3 jaar
• Meerprijs € 500,-
* Vraag naar de voorwaarden.



WWW.GARAGE-XL.NL



Om gelukkig oud te worden heb je een passende woonplek nodig

Op ooklaterlekkerwonen.nu lees je waarom het slim is om nu al na te denken over wat je kunt doen om ook later lekker te wonen. Misschien is het verstandig om kleiner te gaan wonen, of kun je bij een volgende verbouwing al rekening houden met je woonwensen voor later. Doe de ooklaterlekkerwonen-check op onze website en ontdek wat je nu al kunt doen.

**OOK
LATER
LEKKER
WONEN
.NU**

Ook later lekker wonen is een campagne van de gemeenten Haarlem, Zandvoort, Heemstede, Bloemendaal, Velsen, Beverwijk en Heemskerk.

KARIN RUTTE

persoonlijk assistent en (levens)executrice



Advies en begeleiding bij:

- het opstellen van uw (levens-) testament
- uitvoeren van uw (levens-) testament
- afhandelen van nalatenschappen, aangifte erfbelasting, vereffening

Maak vrijblijvend een afspraak.

06 55 178 475 | karin@karinrutte.nl | www.karinrutte.nl | lid van NOVEX



Geef mij tijd.

Geef voor nieuwe doorbraken in kankeronderzoek.

Ga naar kwf.nl/doneer

Samen komen we steeds dichterbij



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

Te koop:
Prachtige ets in mooie lijst van 2 vechtende elanden om de kudde €150,-. Solis staande nw ventilator 85 hg €40,-. Tel. 023-5328585

Te koop:
Complete stoffering Ektor 3-zitsbank Ikea wit €60,00. Tel. 06-26162818

Te koop:
H. Jozef + H. Maria + Jezus a/h kruis, alle 3 onder glazen stolp, uit 1929 vraagprijs €300,- tot 40 km gr, thuis bez. Tel. 06-10164909

Gevonden:
Hele mooie sjaal op de Binnenweg. Tel. 06-10495006

Te koop:
Gazelle damesfiets i.g.st. met nwe binnen- en buitenbanden, metallic kleur, 3 versn. €150,-. Tel. 023-5288695

Te koop:
Grote hydrangea limelight plant €12,50. Mooi rieten 2 dlg kamerscherm €50,-. Verzilverde theepot, creamer en suikerpot €95,-. Cartier Santos galbee horloge €125,-. Witte t-shirts merk Slater mt M, ronde hals, p.st. €5,-. 6 Rode hema handdoeken €17,50. Tel. 06-26162818

Gevraagd:
Diamonds over van diam. paint? Kom ze graag bij u afhalen in Heemstede en omg. Tel. 06-28952466

Te koop:
Trui, katoen, rood met logo van roel en zeil ver. Het Spaarne, mt. 51/52 €4,-. Tel. 023-5292723

Kwaliteitsslagerij

van der Werff



ELKE DAG VERS GEKOOKTE MAALTIJDEN

Zaterdag
Taktok salade
100 gram

0.99

Iedere woensdag
Gehaktdag
runder of half om half kilo
Schouderham
100 gram

8.98
1.59

Iedere donderdag
Holl. biefstukjes
3 stuks
Kogelbiefstukjes
3 stuks

6.49
7.98

Iedere dag
Vers gegrilde kippen
vanaf 17.00 uur:
1 voor
en 2 voor

5.50
10.00

Dagelijks wisselend assortiment vers gekookte maaltijden



Kip champignon
burgers
4 stuks

5.98

Runderbraadworst
100 gram

1.29

Speklappen
100 gram

0.99

HEERLIJKE VLEESWAREN VERS VOOR U GESNEDEN

Cervelaat
100 gram

1.29

Leverkaas
100 gram

1.19

Gebraden gehakt 100 gram

1.29

GRATIS PARKEREN

Geldig van donderdag 21-10 t/m woensdag 27-10



Glipperdreef 125 • Heemstede • 023-5294363 • www.slagerijvderwerff.nl
ma. tot vr. 8.00-18.30 uur • za. 8.00-17.30 uur

Begroting Heemstede 2022 deel 2: overschotten en de voortzetting van het participatiebeleid

Door Eric van Westerloo

Heemstede - Na het eerste artikel van afgelopen week is de september-circulaire aan de begroting toegevoegd. Vrijwel allemaal positieve getallen, zodat het overschot over 2021 tot bijna 2 miljoen rijkt. Ook de daaropvolgende jaren zijn er overschotten te melden op de begroting. Alleen 2025 laat een klein tekort zien van 67.000 euro.

Om te beginnen een overzichtje van wat de lokale overheid u in rekening gaat brengen. De OZB wordt met 1,95% verhoogd. Voor een gemiddelde woning in Heemstede met een waarde van €578.760,- gaat u €434,- euro betalen. Dit geldt uiteraard alleen voor woningeigenaren, huurders betalen dit niet. De rioolheffing stijgt met 9,1% en gaat van €226,- (2021) naar €246,- (2022). De afvalstoffenheffing stijgt het hardste van €357 nu tot €396 volgend jaar. Totaal stijgen de lasten voor een gemiddelde woningeigenaar van €1008,- nu tot €1076,- in 2022. Huurders betalen €642,-.

Bestuur en ondersteuning
Het college wil het participatiebeleid voortzetten, implementeren en evalueren. Er wordt 25.000 euro gereserveerd voor burgerinitiatieven. Nieuwe taken zoals de omgevingswet komen naar de gemeente. Het ambtelijk apparaat moet hiermee leren omgaan. Zorg voor statushouders op weg naar betaald werk. Veel overheadkosten worden bij dit onderdeel ondergebracht waardoor de post qua grote stijgt. Op andere posten vervallen deze kosten en zijn dus kostenneutraal. Er wordt flink wat geïnvesteerd in

IT-hardware, telefonie en i-pads raadsleden: totaal €1.142.500,- Bestuur en ondersteuning kost in 2022 18,2 miljoen euro.

Veiligheid
Een kleine post binnen de begroting. Het gaat totaal €2,3 miljoen kosten waarvan de brandweezorg het leeuwendeel voor haar rekening neemt met €1,9 miljoen euro Het overige wordt besteed aan projecten leefbare wijken, ondermijning, cyberveiligheid en woonfraude.

Verkeer vervoer en waterstaat
Duurzame mobiliteit is een mooi woord. Er ligt een opgave om de infrastructuur aan te passen aan de ontwikkeling. Denk aan woningbouw in de Haarlemmermeer, waardoor de verkeersdruk zal toenemen. In 2022 komt er een nieuwe bereikbaarheidsvisie Zuid-Kennemerland: een opsomming van ontwikkelingen tot 2050 aangaande mobiliteit. Verkeersregelininstallaties worden vervangen. Uitbreiding fietsparkeren nabij het station, fietspad Randweg /Vogelpark fietsroute Haarlemmermeer-Heemstede -Zandvoort. Herstel asfalt Dreef- Noord Pieter Aertszaan /grens Haarlem. Herstel asfalt Wagenaarlaan-Oost en Cekar Francklaan-Oost.

Van Merlenlaan, Camplaan- west en Valkenburgerlaan- Noord worden heringericht als 30 km gebied en ook wordt in de Van Merlenlaan het riool vervangen. De hellingbaan voor fietsers en voetgangers onder de Cruquiusbrug kan in 2022 afgerond zijn. De volgende zaken worden als nieuwe projecten opgenomen: verharding Meerhorst, reconstructie V.d. Eijndekade, brug-

gen Joh. Rosenkrantzlaan, Van Berkhoutpad, Van der Weidenlaan. Samen met de renovatie openbare verlichting en beschoeiingen een investering van 2,7 miljoen euro. Totaal gaat verkeer en vervoer 5,7 miljoen euro kosten.

Economie
Met 288.000 euro de miniporte-feuille. Het versterken van de regionale economie is het doel. Heil wordt gezocht in de regionale samenwerking. Heemstede is deelnemer aan de MRA (Metropool Regio Amsterdam) Samen met een groot aantal gemeenten en twee provincies kan de economie versterkt worden. Toerisme maakt hier onderdeel van uit. De BIZ (bedrijven investering zone) is in 2021 opgericht. Dit is een eerste stap naar verdere professionalisering van het winkelgebied Binnenweg /Raadhuisstraat. Circulaire inkoop bij overheden past ook binnen de MRA.

Onderwijs
Alle basisscholen in Heemstede zullen worden aangepast aan de moderne tijd. Vooral de gebouwen moeten duurzaam worden. Dit alles via het IHP (Integraal Huisvesting Plan), een plan dat inmiddels loopt. Het loopt tot 2039, er is dus nog even te gaan. In 2022 gaat er 1 miljoen zitten in de huisvesting en eenzelfde bedrag naar beleid en leerlingzaken. In 2022 wordt de Nicolaas Beets-school nieuw gebouwd en worden de leerlingen tijdelijk elders (op SEIN-terrein) ondergebracht. De Crayenesterschool wordt verbouwd en een eerste onderzoek wordt gedaan bij Overboslaan 28-32. Tot 2039 zal het opwaarderen van alle scholen tientallen miljoenen kosten.



De weekmarkt in Heemstede. Foto: Bart Jonker.

Gemeentebestuur evalueert de weekmarkt in Heemstede

Door Eric van Westerloo

Heemstede - Wat moet er met de weekmarkt gebeuren, zijn er wensen qua inrichting, wat zijn de knelpunten? Dit zijn een paar vragen die het gemeentebestuur heeft. Er is met een groot aantal mensen gesproken: kraamhouders, bezoekers, buurtbewoners en de werkgroep Toegankelijkheid. Over het algemeen is men tevreden met de huidige gang van zaken.

Knelpunten
Uiteraard zijn er knelpunten waarover de verschillende fracties met het college van gedachten wisselden. Op 13 oktober kwamen de volgende vragen aan bod. HBB: “Fietsen parkeren is een rommeltje, ze staan op een hoek en dus gevaarlijk. In hoeverre heeft de middenstand last (concurrentie) van de markt? Er zijn signalen ontvangen dat niet alle buurtbewoners tevreden zijn, o.a. over het parkeren.” VVD: “Bezoekers hebben om een terras gevraagd en zien ook problemen met de fietsen, maak extra plaatsen, alleen op marktdagen.” Het CDA vraagt zich af wat we nu willen, grote trucks of kleine kraampjes. PvdA wil weten wat er met het pand van Iverda gaat gebeuren. De partij is blij met de sociale functie van de markt. Wel

wordt gewezen op stankoverlast (viskraam) en de schoonmaak. D66 hoort graag hoeveel bezoekers er gemiddeld komen en wanneer de herinrichting van start gaat. Ook wil de partij de precariobelasting niet langer opleggen. Het dan ontstane verlies moet de gemeente absorberen. GL zou graag een biologische markt zien. Het college kan verdergaan met de planning want er moet nog wel wat gebeuren. Aanpassing aan de weg, stoepen en fietspaden. Nieuwe lichtpunten voor de kramen, overleg met de handelaren enz. Een uitgewerkt plan is er derhalve nog niet. Wethouder Mulder kon de vragen beantwoorden. Er wordt bij de herinrichting van het gebied Van Merlenlaan – Camplaan- alkenburgerlaan gekeken naar het fietsen en parkeren. De markt is zo divers dat de reguliere middenstand daar weinig hinder van ondervindt. Toekomst Iverda is onbekend, terras past op het oog niet, maar het college staat er wel voor open. Er komen op de woensdagen ongeveer 4.000 bezoekers. De tijd zal leren welke veranderingen er nog aanstaande zijn bij de ambulante handel. Worden grote rijdende kramen de nieuwe standaard of juist de kleine stalletjes? Als er vraag van de klanten is, is een biologische markt inzicht.

INGEZONDEN

Goed nagedacht over het fietsverkeerslicht...

Heemstede - R.M. Heijne stuurde deze opmerkelijke foto in: “De werkzaamheden op de Heemsteedse Dreef zijn in volle gang, er komt nieuw wegdek voor een gedeelte en er worden nieuwe verkeerslichten geplaatst. Nu is mij iets opmerkelijks opgevallen bij de verkeerslichten bij het kruispunt Julianaplein, daar is de installatie reeds vervangen. Er heeft iemand zeer goed nagedacht over de plaatsing van het fietsverkeerslicht, dat staat midden op de stoep samen met de activeringsknop, wel heel opmerkelijk”, aldus R.M. Heijne.



OPINIE

Het was weer eens tijd voor de discussie Manpadslaangebied

Door Eric van Westerloo

Het liep al tegen middernacht op 14 oktober, toen er gesproken werd in de commissie Ruimte over het Manpadslaangebied in Heemstede. Het geheel zit nog steeds in een impasse. Wat de projectontwikkelaars willen, past niet in de kaders die de gemeenteraad heeft gesteld. Het is en blijft een Gordiaanse knoop.

De ontwikkelaars willen 47 huizen bouwen verspreid over het gebied. Later kwamen zij daarop terug na een negatief antwoord van de gemeente. Het laatste voorstel is 44 huizen waarvan 28 tweekappers en 16 vrijstaande woningen. De totale oppervlakte neemt minder ruimte in dan de nu al aanwezige bebouwing (o.a. kassen). De volkstuinders kunnen blijven en de doorkijk vanaf Groenendaal blijft gehandhaafd.

Het is triest en onbegrijpelijk dat na 20 jaar en 5 colleges verder er nog niemand in is geslaagd een oplossing te forceren. Bang voor de Manpadslaانبewoners, bang voor de buurt ten noorden van het terrein, bang voor de ontwikkelaars, bang voor de natuurliefhebbers en ga zo maar door. Iedereen wil iets anders of helemaal niets.

Neem dan het besluit helemaal niets te doen of bouw het gehele terrein vol met woningen waarbij er na jaren weer eens een flink aantal woningen bijkomen op de krappe woningmarkt. Gewoon een nieuwe wijk zoals in het verleden de weilanden rond het Spaarne zijn gebouwd, Merlen-



Mandpadslaangebied in Heemstede. Foto: Eric van Westerloo.

hoven, wijkjes rond de Glip, Spaarneziekenhuis etc. Er zal altijd iemand iets moeten inleveren, maar met een gedegen en groen plan kunnen er honderden woningen worden gebouwd.

Het terrein is +/- 90.000 m2 groot. Als het laagbouw blijft kunnen er met gemak 200 woning met een flinke tuin komen. Ga je bouwlagen hoger, dan past er een veelvoud aan woningen/appartementen in het gebied.

Als het waar is wat een collega-journalist meldde in zijn krant dat de VVD Heemstede tijdens een bijeenkomst sprak over volbouwen, is dat tenminste een richting.

Het ziet er naar uit dat het plan opnieuw wordt overgelaten aan een nieuwe gemeenteraad en het zesde college. Benieuwd wat er dan in de verkiezingsprogramma's komt.

**BLOEM BOLLEN
NU PLANTEN
STRAKS
GENIETEN**

Kijk ook op
www.deoosteinde.nl

Maak het gezellig in huis en tuin!

ALLIUM SIER-UI
Purple Sensation

Grote zak à 10 stuks
Geschikt voor
verwildering
Winterhard

van 3,95 voor
2.95

SKIMMIA
JAP. 'Rubella'

Minimaal 15-20
bloemen per plant
Grote plant
Potmaat ø17 cm

van 12,50 voor
7.99

BLOEIT
DE HELE
WINTER
DOOR!

RUSTIEK KAARSEN
Diverse kleuren
Groot assortiment

**3
HALEN
2 BETALEN**

bolsius

**GROOTSTE
ASSORTI
MENT
KAMER
PLANTEN**

Openingstijden:
ma. t/m vr. 09.00-18.00 u
zat. 08.30-17.00 u
WWW.DEOOSTEINDE.NL

de oosteinde

25.000 m² voordeelparadijs voor groene vingers

Hillegom Zandlaan 22 (grens Bennebroek) Tel. 023 584 63 38 | Vijfhuizen Schipholweg 1088 (grens Haarlem) Tel. 023 558 15 28

Heemsteder.

Wij zijn met **SPOED** op zoek naar een serieuze

BEZORGER/STER

**VERDIENSTEN
GEMIDDELD
8-11 EURO PER UUR!**

Omgeving Heemstede:
Landzichtlaan/Schouwbroekerstraat, 230 kranten
Kwartellaan/Patrijzenlaan, 300 kranten

65-PLUSSERS OOK VAN HARTE WELKOM!

MEER WETEN? BEL TIJDENS KANTOORUREN: 0251-674433

WWW.VERSPREIDNET.NL

INFO@VERSPREIDNET.NL

Te koop:
Nette zwarte regen trainingsbroek
hockeyrepublic mt. L, zijkanten open
territsen, nauwelijks gedragen €10,-.
Tel. 06-40981934

Te koop:
Metalen stelling, opklapb. 4 bladen
180x45cm €10,-. 2 fietstassen,
afneemb. kleur grijs i.g.st. €7,50. Tel.
06-51975353

Te koop:
Ikea kindereetstoel, verstelb. €15,-.
Tel. 06-22382241

Te koop:
Grote lijmtangen, p.st. €8,-. 3 Zaag-
bladen, p.st. €5,-. Boekjes van Kruger
Wildtuin €20,-. 28 Oude dakpannen
€10,-. el. 06-49085589

Gevraagd:
Oude ansichtkaarten en foto's van
voor 1960, ook hele verzamelingen.
Tel. 06-15451873

Gevraagd:
Verzamelaar zoekt ter uitbreiding
collectie origineel materiaal uit de 2e
wereldoorlog (tegen vergoeding).
Tel. 06-25384205

Gezocht:
Verzamelaar zoekt grammofoon-
platen van pop beat en rock muziek
groepen uit de jaren 50, 60, 70.
Tel. 06-12946730

***Aangeboden.**
Burbri Antiek. 5000 m2 antiek en
curiosa. Eigen imp.; rechtstr. naar
particulier. Oosteinderweg 201a,
Aalsmeer. Tel. 0297-320058

Autobedrijf de Looze

EEN VERTROUWD ADRES

voor:

- Onderhoud en reparaties
- APK
- Moderne diagnose apparatuur
- Alléén 1e monteurs
- GRATIS advies

't is goed wat de Looze doet!

Nijverheidsweg 21a, 2102 LK Heemstede
tel.: **023-528 95 78**

SIXTH EDITION
VANDYCK

bestseller

10-DAAGSE

onze luxe basics
waanzinnig
geprijsd
WOW!

LUXE
BEDTEXTIEL

30%
voordeel

DONZEN
DEKBEDDEN

25%
voordeel

RANGER
BADGOED

3+1
cadeau

DONZEN
KUSSENS

25%
voordeel

DE 10-DAAGSE ACTIE LOOPT VAN
14 OKTOBER T/M 23 OKTOBER

Vandyck
EXPERIENCE STORE

**BINNENWEG 37
2101 JB HEEMSTEDE**
TEL 023 - 547 3333
VANDYCKSHOP.NL/STORE/HEEMSTEDE

*Aanbieding geldt voor het Astor 90 solo en Astor 90 duo dekbed en het driekamer 65, het 13% en het 65% donzen kussen.
Alle aanbiedingen gelden zolang de voorraad strekt, vraag naar de voorwaarden.

Crème Fresh

Cadeau!

Tijdelijk bij aankopen vanaf € 150,- aan G-Star artikelen krijgt
u een unieke waterfles van G-Star t.w.v. € 29,95 cadeau!

G-STAR RAW

MEER VOOR MANNEN

**Nieuw in
onze winkel**

G-STAR RAW

SHOP-IN-SHOP
HAARLEM

HAARLEM - GROTE HOUTSTRAAT 139

CREMEFRESH.NL

*Deze actie is geldig t/m zondag 31 oktober in onze winkel in Haarlem, zolang de voorraad strekt. Maximaal 1 per klant.

Doe ook mee: sportief en gezellig aan de slag met tennistraining Tennis Fit 55+

Door Bart Jonker

Heemstede – Gezond en veilig bewegen voor 55-plussers? Tennis-training Tennis Fit 55+ voldoet hieraan in ieder opzicht. Buiten gezellig in groepsverband met elkaar tennissen en op veilige afstand. Onder de deskundige begeleiding van trainers Eric Krijger van Tennis-school Haarlemmermeer en Jack Edelaar, bewegingscoach voor ouderen. Zij geven al enkele jaren met veel succes deze trainingen op tennispark HBC op de Ringvaartlaan 2, in Heemstede. Vernieuwend en veilig, waarbij sportiviteit en gezelligheid voorop staan.

Voor ieder niveau

Eric Krijger: “Jack Edelaar deed het principe van deze Tennis Fit 55+ trainingen al op Noordwijkerhout. Samen vonden we het een goed idee om het hier ook te introduceren op Tennispark HBC. Het verschil tussen de reguliere tennisles en de training bij Tennis Fit 55+ is niet eens zo erg groot. We doen veel dezelfde dingen, alleen in een veel lager tempo. Zo spelen we wat langer heel rustig in op een korter veldje, met wat spelletjes. We hebben vaak een warming-up en oefeningetjes, maar de meesten willen gewoon lekker met tennis bezig zijn.

Er komen steeds weer nieuwe mensen bij. In het algemeen zijn het bij onze training herintreders die vroeger getennist hebben en het weer op willen pakken. Sommigen zijn lid van een tennisclub, anderen weer niet. Als je net begint met tennissen kun je natuurlijk ook meedoen, omdat we trainen met twee trainers, Jack en ik. We doen ieder niveau en geven alleen buiten

les, zoals hier op TV HBC. Niet binnen in de tennishal, omdat je dan niet zo flexibel kan zijn met de baanhuur en de uren. De buitenbanen van TV HBC zijn van kunstgras. Die zijn perfect en geven een goede demping. Daar kun je ook goed over glijden. Ideaal voor deze trainingen dus. En onze groep vindt buiten spelen gewoon heerlijk en gezellig: of het nu wat kouder is of niet. Buiten het sporten gaan we ook voor het sociale element en drinken we na de training gezellig met elkaar koffie.”

Groeps-app voor als het regent

“Aan deze groep geven we al 3 à 4 seizoenen les, zowel in de winter als de zomer”, vervolgt Eric. “Deze nieuwe reeks trainingen is gestart op donderdag 14 oktober en we gaan iedere donderdag tussen 14.00-15.30 door tot de Kerst. Je kunt daar gewoon nog instappen als je mee wilt doen. Als het echt hard regent, dan schuift de training een weekje op. We hebben daarvoor een groeps-app, zodat we dat elkaar kunnen laten weten. Na de Kerst kunnen we desgewenst de trainingen nog een keer verlengen, bijvoorbeeld in het voorjaar.

We stoppen vaak in mei weer, omdat deze leeftijdsgroep vaak in het voorseizoen op vakantie gaat. Dan pakken we de trainingen in het naseizoen, na de zomervakantie in september of oktober, weer op.” De laatste les doen we vaak een onderling toernooitje, waarbij we ook een prijsje beschikbaar stellen. De groepsleden kunnen als ze willen ook meedoen aan de club HBC, zodat ze een keertje kunnen inlopen en meedoen met de tosmiddagen van de club. Ook die mogelijkheid bieden we aan”, aldus Eric Krijger.



De Tennis Fit 55+-groep op HBC, met Eric Krijger (eerste van links onderste rij) en Jack Edelaar (derde van links onderste rij).

Gemoedelijke sfeer

Na het gesprek vond de training plaats. De groep genoot zichtbaar van het sporten en er hing een gemoedelijke sfeer, waar bijgaande foto's van getuigen. Wilt u meer weten over Tennis Fit 55+ of meedoen? Inschrijven en meer informatie via de e-mail info@tennis-schoolhaarlemmermeer.nl. Voor slechts € 90,00 volgt u 10 lessen van maar liefst 1,5 uur. Er wordt ongeveer 45 minuten getraind om beter te bewegen en vervolgens wordt er 45 minuten in wedstrijdvorm gespeeld om dit toe te passen. Bellen of sms'en kan ook naar 06-53875147 (Eric Krijger) of naar 06-54246728 (Jack Edelaar). Of kom gewoon eens gezellig langs op de donderdag op HBC om de training te proberen.



Heerlijk met elkaar tennissen en sportief bezig zijn onder deskundige begeleiding. Foto's: Bart Jonker.

Broederstrijd HFC Heemstede - BSM: 1-1

Heemstede/Bennebroek - Altijd leuk een derby tussen twee rivaliserende clubs uit de omgeving. Zo beladen is het niet, want over en weer kennen spelers van HFC Heemstede en BSM Bennebroek elkaar goed en hebben zelfs in eerdere jaargangen bij de tegenstander gespeeld. Op zondag waren de verwachtingen hoog gespannen. HFC Heemstede stond voor aanvang van de wedstrijd op 17 oktober op een mooie derde plaats. BSM vertoefde op plaats 7. Het verschil op de ranglijst bedroeg maar 3 punten. Bij een overwinning van BSN kon het gelijkkomen.

BSM kwam uitstekend uit de startblokken. De Bennebroekers combi-neerden beter en waren qua inzet net ietsje feller. Binnen 6 minuten kreeg BSM wat het op dat moment verdiende. Een strakke voorzet van Stijn de Krijger werd vakkundig door Quinte Lammers omgezet in een doelpunt: 0-1. Er kwamen meer kansen om de stand verder op te krikken. Tot aan de rust bleef BSM de bovenliggende partij en kon Heemstede daar, na wat uitvallen, weinig doelrijpe kansen tegenoverstellen. BSM beschikt in spits Stijn de Krijger een prima aanspeelpunt die het spel goed kan verdelen. Heemstede kreeg onvoldoende vat op hem. Net voor de pauze werd de stand alsnog

gelijkgetrokken door Heemstede. Mathijs Postma nam de treffer voor zijn rekening.

Na te thee toonde een ander Heemstede zich aan de rond de 200 toeschouwers. Met passie, flair en inzet kwam de ploeg van trainer Goudmijn uit de startblokken. BSM werd met beter veldspel onder druk gezet. De Krijger werd geneutraliseerd en daarmee verdween een van de angels uit de ploeg van coach René Ras. Er kwamen meer en meer kansen voor Heemstede, maar BSM beschikt over een prima doelman die zich uitstekend weerde. Het bleef spannend, al deed zich iets heel bijzonders voor.

Na een blessure van een BSM-speler tikte Heemstede de bal sportief over de zijlijn. Gebruik is dat deze sportieve daad bij de ingooi de bal wordt teruggegeven aan de tegenstander. Het was vervolgens de bedoeling de bal richting de Heemstede doelman te spelen die ver voor zijn doel stond. De bal verdween echter flink hard hoog in het doel van Heemstede. De scheidsrechter stond er perplex bij, evenals 22 spelers op het veld. Volgens de regels is het een doelpunt. De scheidsrechter besliste anders. Hij liet de ingooi overnemen. Een curieus moment waarbij vriend en vijand zich in de oplossing kon vinden.

De Haven van Heemstede Kerstbomen nieuwe sponsor HFC
HFC Heemstede had zondag een feestje te vieren. Voor de eerste keer speelde de ploeg in een nieuw shirt van sponsor de Haven van Heemstede met op de borst een kerstboom afgedrukt. De HvH, die jaarlijks de kerstbomen verkoop aan de haven uitbaat, wierp zich op als nieuwe shirtsponsor van het team. Een leuk gebaar en uniek in Nederland een kerstboom op een voetbalshirt. Met een gelijkspel kon iedereen vrede hebben.



Spannende momenten tijdens de wedstrijd tussen HFC Heemstede en BSM. Foto: Eric van Westerloo.



HFC Heemstede met de nieuwe shirtjes van sponsor de HvH. In rood gekleed de sponsor zelf. Fotograaf: Aad-Design.nl.

Familieberichten

OOK ONLINE



Alice Loeters
persoonlijke uitvaartzorg

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

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



Loft
UITVAARTBEGELEIDING
Afscheid in het bijzonder

"Onze kracht zit in de aandacht en details."

Bel: 06 - 203 802 24
info.loftuitvaartbegeleiding.nl
www.loftuitvaartbegeleiding.nl

UITVAARTZORG
De Meer

STEUN EN VERTROUWEN

06 - 576 275 40

kleinschalig - korte lijnen - oog voor details
zorgzaam - maatwerk - liefdevol - flexibel



Jacco van der Laarse Jaap van der Maarl
www.uitvaartzorgdemeer.nl | info@uitvaartzorgdemeer.nl

Regie over uw eigen afscheid

Vraag gratis een wensenboekje aan:
'Nu voor Later'



Achterweg 40
2132 BX Hoofddorp
023 - 204 44 24
info@dunweg.nl

Dunweg
uitvaartzorg sinds 1911 stijlvol & betrokken

Dunweg.nl/nu-voor-later

Crème Fresh Herfst Deal Pullover



69,⁹⁵ p.stuk
**2 VOOR
99,-**

Verkrijgbaar in 3 uitvoeringen: ronde hals, opstaande kraag en als coltrui in 7 verschillende kleuren.

MEER VOOR MANNEN

HAARLEM - GROTE HOUTSTRAAT 139 | HEEMSTEDE - BINNENWEG 109 | CREMEFRESH.NL

*Deze actie is geldig t/m zondag 31 oktober in onze winkel in Haarlem en Heemstede, zolang de voorraad strekt.

UW FOLDER VERSPREIDEN MET HET BEST GELEZEN HUIS-AAN-HUIS BLAD?

*U bent bij ons aan het juiste
huis-aan-huis adres!*

Nieuw is de mogelijkheid van een advertentie-koppeling. Tegen een speciaal tarief kunt u in één van onze huis-aan-huis bladen een advertentie plaatsen die verwijst naar uw folder.

Hiermee heeft u een nóg
groter bereik voor uw
product of bedrijf!

Wij helpen u graag
met de juiste
keuze van uw
mediacampagne.

0251-674433

WWW.VERSPREIDNET.NL INFO@VERSPREIDNET.NL



VERSPREIDNET



V.l.n.r.: Jos Heems van dierenspecialzaak Heems sinds 1822, hond Guusje en haar baasje Roel Büller tijdens de prijsuitreiking.

Hond Guusje en baasje Roel blij met hun prijs leukste dierenfoto

Door Bart Jonker

Heemstede - Hond Guusje kan tevreden zijn. De foto met de High Five van Guusje werd vorige week verkozen als leukste dierenfoto. Afgelopen zaterdag 18 oktober mochten zij en haar baasje Roel Büller een cadeaubon uit handen van Jos Heems van dierenspecialzaak

Heems sinds 1822 nemen. Uit dankbaarheid deed Guusje de High Five nog graag een keertje over voor de dierenspecialzaak aan de Havenstraat 49 in Heemstede.

Guusje is een Drentse patrijshond van bijna drie jaar oud. De Drentse patrijshond wordt tot de voorstaande honden gerekend, een term

die jagers bezigen voor jachthonden. "Dat Guusje een jachthondenras is merk je ook", vertelt eigenaar Roel enthousiast. "Als zij iets oppakt, dan neemt ze het zacht in de bek. Ze is een heel lieve en speelse hond. Deze honden hebben veel beweging nodig. Ze heeft als pup al een hondentraining gekregen. Pootjes geven deed ze als eerste en later kon ze ook een High Five doen. Onze dierenfoto met de High Five is genomen op een tweepersoons-sup op de Loosdrechtse Plassen. Daar durfde ze wel op. Een eenpersoons-sup, dat was nog even een brug te ver voor haar", aldus Roel. Ook Jos Heems van de bijna tweehonderdjarige dierenspecialzaak Heems sinds 1822 was meteen verkocht door deze foto. "Ik hoefde niet lang over de winnaar na te denken en vond deze foto gelijk top", vertelt hij. De foto vertelt dat dit is wat een hond moet overwinnen."

HEEMS *sinds* 1822



Nogmaals een High Five van Guusje. Foto's: Bart Jonker.

Laatste kans Hardlopen voor Beginners in 2021

Heemstede - Wil je dit jaar nog leren hardlopen? Dan biedt Lopers Company by Enno je een laatste kans.

De cursus Hardlopen voor Beginners begint op maandag 25 oktober en duurt 13 weken.

Hardlopen is een vrij blessuregevoelige sport, omdat je een eentonige beweging maakt met voornamelijk je benen. Daarom bouw je het hardlopen heel rustig op tijdens de cursus. Korte stukken hardlopen wordt afgewisseld met tussendoor wandelen.

Daarnaast leer je elke week een ander facet van de looptechniek om zo goed en blessurevrij mogelijk te kunnen hardlopen. Na de cursus kun je, in je eigen tempo, 40 minuten aaneen hardlopen. Zoals gezegd begint op maandag 25 oktober een nieuwe cursus.



Hardlopen voor beginners. Foto aangeleverd door Lopers Company by Enno.

Alle informatie hierover vind je op loperscompanyheemstede.nl of bel naar 0620 41 00 66. Natuurlijk kun je

ook binnenlopen in de winkel op de Binnenweg 35 in Heemstede, daar kunnen ze je alle informatie geven.

Onthulling van het monument voor doodgeboren kinderen

IJmuiden - De Stichting Allerzielen Velsen Verlicht nodigt u graag uit aanwezig te zijn bij de onthulling van het monument voor doodgeboren kinderen op donderdag 4 november op begraafplaats Duinhof, Slingerduinlaan in IJmuiden.

In de afgelopen 10 jaar heeft de Stichting Allerzienvieringen georganiseerd op de Velsense gemeentelijke begraafplaatsen met als doel dierbare overledenen te herdenken en herinneringen te delen. De begraafplaats werd hiertoe ingericht met veel kunst, licht, klank en vuur. De waardering van de bezoekers was zeer groot. Het werd echter steeds moeilijker om voldoende vrijwilligers te werven en ook de steun van de gemeente Velsen nam af. Daarom was de Stichting genoodzaakt hiermee te stoppen.

Het batige saldo van de Stichting wordt in het verlengde van de doelstelling van de Allerzienvieringen aangewend voor het realiseren van een monument voor doodgeboren kinderen. De behoefte hieraan is groot. Na maandenlange voorberei-

ding op een nieuwe toekomst met een kind, moet er het afscheid worden geregeld. Het monument biedt een herinneringsplek voor ontmoeting en troost aan de ouders, familie en vrienden. Het monument geeft erkenning aan al die kinderen die hier maar kort mochten zijn.

Programma

15.30 uur: Ontvangst op de begraafplaats
16.00 uur: Samenlopen naar het monument
Onthulling door wethouder Marianne Steijn van de gemeente Velsen
Voorlezen gedicht monument
Toelichting door Dominiek Steinmeijer, beeldend kunstenaar en ontwerper monument
Zang door Michaela Bijlsma en Lolita Hooglugt
Uitnodiging voor hapje en drankje
Graag van tevoren aanmelden. Dit kan op info@alicioeters.nl of 0255-523086.
Voor meer informatie kunt u terecht bij Alice Loeters, voorzitter bestuur Stichting Allerzielen Velsen Verlicht, via bovengenoemd mailadres of telefoonnummer.



Loek Anderson. Foto: aangeleverd

Videobanden digitaliseren

IJmuiden - Bijna elke familie heeft nog oude videobanden of camera-tapes (VHS - Betamax - Video8 - Hi8 - Mini DV) op zolder of in een kast liggen. Familiebeelden van vroeger die daar liggen te verstoffen. De banden weggooien wil je eigenlijk niet, dat is zonde, maar je kunt er ook niets mee. De videorecorder en videocamera zijn meestal allang het huis uit.

Loek Anderson heeft een betaalbare oplossing voor u. Loek kan alle banden, groot en klein voor u digi-

taal overzetten op een USB-stick, DVD of externe harde schijf. Loek doet dit al ruim 17 jaar, waarvan de laatste anderhalf jaar bij ELTA print aan de Trompstraat 1-5 in IJmuiden. Hij heeft daar een royale ontvangstruimte, waar hij rustig en discreet de opdracht met u kan bespreken. U krijgt eerst een vrijblijvende prijsopgave met een mooie korting. Loek: Kom dus met uw videobanden naar onze gezellige winkel." Het adres is Trompstraat 1-5 in IJmuiden, tel. 0255-535818.

Repaircafé weer open in Vogelenzang

Vogelenzang - Zaterdag 30 oktober is het repaircafé in het Dorpshuis Vogelenzang aan de Henk Lensenlaan 2 in Vogelenzang weer open. U kunt daar van 10.00 tot 13.00 terecht voor reparaties aan uw spullen. Aanleveren graag vóór 12.30 uur. Het enthousiasme onder bezoekers en ook de reparateurs is groot, want er zijn iedere keer weer blijge gezichten als men met een gerepareerd toestel of kledingstuk de deur

uitgaat (geen smeedwerk). De kans op een geslaagde reparatie is gemiddeld 65%, dus de moeite waard om te proberen. Repareren in plaats van direct weggooien gaat de massale verspilling in de wereld tegen. Tel daarbij op de gezellige koffietafel voor de sociale contacten op.

Voor vragen over een eventuele reparatie: repaircafevogelenzang@yahoo.com of 0653561413.



Inkoop van oud ijzer en metalen voor bedrijven en particulieren

- Hoogste prijsgarantie
- Containerservice (halen en brengen)
- Directe betaling contant of per bank
- Voor bedrijf en particulier

De beste prijs voor uw oude metalen!

Bezoekadres: Spaarnwouderweg 1177, 2141 BN Vijfhuizen
Openingstijden: ma t/m vr van 07:00 tot 12:30 en 13:00 - 17:00 uur
zaterdag van 08:00 tot 12:00 uur

Telefoon: +31 (0) 23 20 62 270
E-mail: vijfhuizen@vangroningenbv.nl

www.vangroningenbv.nl

BONARIUS ACADEMY WERKEN EN LEREN



Wil jij een mooi vak leren bij één van de leukste bedrijven in Nederland? Dat kan bij Bonarius! We zijn altijd op zoek naar enthousiaste jongens en meiden die van aanpakken houden. In onze eigen Bonarius Academy word je opgeleid tot onderhoudsmonteur cv-installaties en ondertussen draai je betaald mee in één van onze teams.

In onze eigen Bonarius Academy is het sinds kort mogelijk om MBO-certificaten te behalen die uiteindelijk leiden tot een volwaardig MBO-diploma.

Het zijn geen lange leertrajecten maar korte, krachtige en praktijkgerichte opleidingen die je samen met je toekomstige collega's volgt.

Ben je nieuwsgierig geworden? **Check dan de videoreportage die hiervan is gemaakt, door onderstaande QR code te scannen!**

En wil je daarna nog verder leren en je specialiseren in bijvoorbeeld service, onderhoud of juist montage? Mooi, dat kan. Bij Bonarius kun je eindeloos doorgroeien!

MEER WETEN?

WWW.WERKENBIJBONARIUS.NL
WWW.BONARIUS.COM/ACADEMY



GGD: aantal nieuwe coronabesmettingen Kennemerland het hoogst in Heemstede

Heemstede/Regio – In de week van 7 t/m 13 oktober waren er in Kennemerland 506 nieuwe besmettingen (92 per 100.000 inwoners). Dit zijn er 216 meer dan de week ervoor (+42,7%). Het aantal nieuwe besmettingen is daarmee voor de tweede week op rij gestegen. Dit meldt GGD Kennemerland.

Het aantal besmettingen per 100.000 inwoners lag die week het hoogst in Heemstede (121 per 100.000 inwoners), Haarlem Oost (118 per 100.000 inwoners) en Haarlemmermeer Nieuw-Vennep (114 per 100.000 inwoners) en het laagst in Uitgeest (29 per 100.000 inwoners).

In de week van 7 t/m 13 oktober) zijn er 6.437 testen afgenomen door GGD Kennemerland. Dit zijn er 1.335 meer dan vorige week (5.102).

In bijna alle leeftijdsgroepen lag het aantal besmettingen die week hoger t.o.v. de week ervoor. Enkel de 80-plussers lieten een minimale daling zien in het aantal besmettingen. Het aantal besmettingen was het hoogst bij de 30-39 jarigen (152 per 100.000 inwoners).

Inwoners uit de regio Kennemerland kunnen zich momenteel laten testen in Haarlem, Beverwijk en bij P4 Lang Parkeren Schiphol. Een mobiele

testbus staat ten slotte in wisselende gemeenten. Bij P4 Lang Parkeren Schiphol is het mogelijk om zonder afspraak langs te komen voor een test.

In verband met de aankomende winter openen in de regio een aantal nieuwe testlocaties. De locatie in Beverwijk sluit per 1 november. Op dezelfde dag zal een nieuwe locatie in de omgeving van Beverwijk openen. Ook in Haarlem opent in november een nieuwe locatie. Meer informatie daarover wordt op korte termijn bekendgemaakt.

Bron: GGD Kennemerland.



Valpreventiecursus 'In Balans'. Foto aangeleverd door WIJ Heemstede.

Start valpreventiecursus 'In Balans'

Heemstede – Op vrijdag 29 oktober van 11.45 tot 13.45 uur start er in de Luifel, Herenweg 96 in Heemstede een nieuwe cursus In Balans (valpreventie). In Balans is een beweegprogramma gericht op het voorkomen van valincidenten bij ouderen (65+) door middel van bewustwording van risicofactoren, verbetering van balans en mobiliteit en toename van spierkracht, zelfvertrouwen en ontspanning. Bovendien verbetert uw algemene conditie. Deze In Balans-cursus is tot stand gekomen door een samenwerking tussen WIJ Heemstede op Plein1, GGD Kennemerland en Team Sportservice Heemstede.

Valrisico alom aanwezig
Wie in balans is, is zekerder van zichzelf. Die vervelende stoeptegels, dat kleine drempeltje, haast hebben, het risico om te vallen is alom aanwezig. Een ongeluk zit in een klein hoekje. Valongevallen vormen de meest voorkomende oorzaak van letsel door een ongeval bij ouderen. Dit vergroot het risico op verlies van zelfredzaamheid, eigen regie en vitaal zelfstandig wonen. De cursus wordt gegeven door Eveline Anthonissen, een gediplo-

meerd beweegdocente In Balans. Ronald Offerman, buurtsportcoach Team Sportservice en Katinka Verdonk, sociaal werker bij WIJ Heemstede zijn aanspreekpunten vanuit de organiserende organisaties. In Balans wordt bovendien door huisartsen, fysiotherapeuten en oefentherapeuten aanbevolen. In Balans is een bewezen effectieve groeps cursus en bestaat uit 3 bijeenkomsten van elk 2 uur en aansluitend 15 weken trainingsbijeenkomsten, waarvan de eerste en de laatste les elk 1,5 uur duurt en de overige lessen een uur.

De kosten zijn € 65,- inclusief cursusboek. Bent u geïnteresseerd? Voor aanmelding kunt u zich opgeven bij de receptie van de Dienstverlening op Plein1, tel: 023-528 8510.

Voor verdere informatie en vragen kunt u telefonisch contact opnemen met Ronald Offerman, buurtsportcoach Team Sportservice, 023 – 205 55 00 - 0643230091 of via de receptie van WIJ Heemstede op Plein 1 vragen naar Katinka Verdonk, sociaal werker bij WIJ Heemstede, tel. 023-5288510. U kunt ook mailen met: katinkaverdonk@wijheemstede.nl.

Corona in Heemstede en Bloemendaal week 41

Door Eric van Westerloo

Heemstede/Bloemendaal – Het gaat al enige tijd niet goed met de pandemie. Er worden landelijk nog dagelijks 46 mensen opgenomen in een ziekenhuis. Per dag komen er ook nog eens 10 Nederlanders op een IC-afdeling bij.

Het aantal positief geteste personen ligt nu dagelijks ruim boven de 3.500 en stijgt nog steeds. Het beroemde R getal dat een tijd lang onder de 1 lag is nu gestegen naar 1,26. Dat ziet er allemaal niet rooskleurig uit.

De komende week zal het aantal gezette prikken de 24 miljoen aantikken, voorwaar een enorm getal. Dat wil niet zeggen dat alle gevaccineerden geen enkel gevaar meer

lopen, maar worden zij alsnog ziek, dan zijn de verschijnselen milder. Volgens informatie van de GGD zijn het vooral niet-gevaccineerden die in het ziekenhuis terechtkomen. Dit wordt door tegenstanders van het vaccinatieprogramma ten stelligste ontkend. Zij vinden juist dat door vaccinatie nu en op de lange termijn het immuunsysteem juist ernstig wordt aangetast.

Besmettingen lopen op
In Heemstede en Bloemendaal liep het aantal besmettingen opnieuw op. Heemstede kende 48 nieuwe besmettingen en in Bloemendaal 26. Een week eerder lag dat aantal respectievelijk nog op 31 en 12. Er hoefde gelukkig niemand naar het ziekenhuis of de IC. Opvallend was dat deze week zoveel

spelers van een Heemsteeds voetbalteam wegens een positieve test hun wedstrijd moest missen, die afgelopen zondag werd geannuleerd.

Het testen bij binnenkomst van een restaurant, café, bioscoop, theater of festival lijkt in onze regio goed haalbaar. Grote incidenten deden zich niet voor. Qua maatregelen wordt er reikhalzend uitgekeken naar de volgende persconferentie van het kabinet begin november.

Tegen die tijd zal ook de jaarlijks griepgolf zichtbaar worden. Niemand die precies weet hoe e.e.a. zich gaat ontwikkelen temeer daar deze week veel landgenoten op vakantie gaan, wat mogelijk een bron van nieuwe besmettingen kan opleveren.

INGEZONDEN COLUMN GGD

Herfst en winter

We zitten inmiddels vol in de herfst en de winter klopt al een beetje aan de deur. Dat laat zich zien in de toename van luchtweginfecties bij kinderen en een toename van het aantal meldingen covid-19. Ook in de ziekenhuizen neemt de druk weer toe. We zijn in alle opzichten alert met de bedoeling de zorgcontinuïteit te kunnen waarborgen en kwetsbare mensen te beschermen.

Ervan uitgaande dat de nog wel een golfje te verwachten hebben, kijken we als GGD natuurlijk ook vooruit. Testen zal nog wel enige tijd onderdeel zijn van ons maatschappelijk leven en dat maakt het nodig om locaties beschikbaar te hebben waarin we ook met kou en regen goed ons werk kunnen doen.

Daarom verdwijnen de bestaande teststraten in Haarlem en Beverwijk en openen we op korte termijn nieuwe testlocaties in Haarlem en Velsen Noord. Naast deze locaties blijven we natuurlijk ook een mobiel aanbod verzorgen en blijft de XL-locatie in Badhoevedorp ook geopend.

Wat de laatste tijd helaas op onze locaties wat meer begint op te spelen, is de wijze waarop hulpverleners van de GGD worden bejegend door sommige burgers. Intimideren, beledigen en hinderen zijn instrumenten die tegenstanders van de aanpak aangrijpen om hun onvrede over de situatie te uiten. Het is pijnlijk als jezelf respect wilt opbrengen voor mensen die een andere keuze maken, maar dat onze medewerkers niet op dat zelfde respect mogen rekenen.

De aanpak van de coronacrisis steunt op wetenschappelijk inzicht dat vorm krijgt in de adviezen die het Outbreak Management aan het kabinet afgeeft. De Tweede Kamer, waarin ook critici zich laten horen, controleert het kabinet welke besluiten zij nemen en hoe zij die uitvoeren. En de media is nog een extra vinger aan de pols om zaken te belichten die om uitleg vragen. Dat is toch de normale gang van zaken. Daarin past geen onheus gedrag jegens elkaar. Laten we openstaan voor het kritische geluid, maar laten we elkaar ook de ruimte geven om uitvoering te geven aan maatregelen die democratisch tot stand zijn gekomen.

Bert van de Velden, directeur GGD Kennemerland



Bert van de Velden. Foto: aangeleverd door GGD Kennemerland.

Percussiespektakel in de Luifel met Percossa

Heemstede – 'Unplugged' heet de nieuwe muziektheatervoorstelling van de 'Rebels of' Rhythm' van Percossa. De mannen van Percossa staan garant voor stevige percussie, verrassende vondsten en bovenal heel veel humor. n deze voorstelling op vrijdag 22 oktober om 20.15 uur in Theater de Luifel, aan de Herenweg 96 in Heemstede, gaan ze terug naar de essentie van dit alles. Geen gelikte lichtshow of gepolijste fratsen maar spiksplinternieuwe muziek en acts.

Ongezouten, rauw en onversneden. Straattheater op het toneel. Het publiek kan binnenstappen in deze intieme setting vol spektakel op de vierkante meter en komt oog in oog te staan met de tot onlangs uitgeroepen 'Best Percussiongroup Benelux'. De uitvoerende percussionisten zijn: Frans Kemna, Freek Koopmans, Janwillem van der Poll en Eric Robillard.

Informatie en kaarten à €21,- via www.podiaheemstede.nl.



Percossa. Fotograaf: Boy Hazes.



Lijf & gezondheid

Lees je fit!

Bewegen

Voeding

Psyche

Medisch | Zorg

Uiterlijk

Oktober 2021

Is er een relatie tussen onze frisdrankconsumptie en het risico op darmkanker?

De roep om het invoeren van een zogenoemde suikertaks wordt steeds groter. Onder meer kinderfonds Unicef en de gemeente Amsterdam ondersteunen het voorstel. Ze hopen hiermee de volksgezondheid te kunnen verbeteren door de bevolking meer in de richting van gezonde voeding te duwen. In de onlangs gestarte overheids campagne 'Doe de switch' worden we al aangemoedigd om ongezonde producten te laten staan en te kiezen voor een gezonder alternatief. Zo probeert men onder meer om ons van de frisdrank af te krijgen en meer water te laten drinken. Een team van Amerikaanse wetenschappers legde dit jaar een verband tussen het toenemende aantal gevallen van darmkanker en de consumptie van frisdranken met zoetstoffen.

De laatste decennia is de consumptie van frisdranken flink gestegen. Wie in de jaren 50 van de vorige eeuw ter wereld kwam, dronk ze zelden, nu is het voor velen dagelijkse kost geworden. Tegelijk zien medici dat het aantal mensen met darmkanker toeneemt. Werden er vroeger zelden mensen onder de vijftig jaar met deze aandoening geregistreerd, nu zien we regelmatig dat ook jongeren darmkanker krijgen. Zou dat wellicht iets te maken hebben met de consumptie van frisdrank? De wetenschappers bestudeerden de gegevens van mensen die op jonge leeftijd te maken kregen met darmkanker en publiceerden er een artikel over in het vakblad Gut. Hun conclusie luidt dat mensen die in 1990 geboren zijn ongeveer twee keer zo veel kans hebben om darmkanker te krijgen vóór hun vijftigste levensjaar dan mensen die in 1950 ter wereld kwamen.

Fructose

Het consumeren van grote hoeveelheden frisdrank heeft een negatief effect op ons lichaam. Het vergroot de kans op overgewicht en daarmee stijgt het risico op hart- en vaatziekten en diabetes. Specifiek met betrekking tot onze darmflora zou de hoeveelheid fructose in frisdranken een rol kunnen spelen. Het is bekend dat deze stof moeilijk door de dunne darm wordt opgenomen. Daardoor komt het in de dikke darm terecht, waar het de natuurlijke biologische processen van de aldaar aanwezige microben verstoort.

Alternatief

De meest gezonde drank voor de mens om te drinken is water. Toch kan het zijn dat je af en toe behoefte hebt aan een bepaalde smaakbeleving. Dan zijn er gelukkig nog voldoende alternatieven te vinden voor de bekende frisdranken. Je kunt bijvoorbeeld thee maken door heet water te gieten over verse munttakjes of vers gesneden plakjes gember. Daarnaast bestaan er diverse theemixen die samengesteld zijn op basis van smaak en werking in ons lichaam. Ook het drinken van kokoswater is goed voor lichaam en geest. Een andere optie is Russia Cola, een alternatieve frisdrank die weliswaar wat biologische rietsuiker bevat, maar geen geraffineerde suikers die je in vrijwel alle bekende frisdranken aantreft.



“Ik ben zo gespannen. Dit kan zo niet langer!”

Last van psychische klachten
als stress, somberheid of angst?
Wij brengen uw klachten in beeld!

- Persoonlijk advies
- Snelle ondersteuning
- Gratis adviesgesprek: 088 788 5015

www.ggzingeest.nl

prezens

ggz
ingeest
samen
op eigen
wijze

Iedereen zou planten in huis moeten hebben



Het lijkt erop dat veel mensen in de afgelopen twee jaar de natuur opnieuw hebben ontdekt. Een groot deel van onze tijd brengen we binnen door. Binnen in huis, op kantoor, in de fabriek, maar ook in de sportschool, in het café, in een museum of in een concertzaal. Daardoor zijn we eigenlijk nog maar nauwelijks in

de natuur. Als veel van die opties wegvallen, kunnen we altijd nog in de natuur terecht. Velen deden dat vorig jaar en ontdekten hoe fijn dat is. Maar de natuur kun je natuurlijk ook in huis halen, in de vorm van een paar mooie planten. En eigenlijk zou iedereen dat moeten doen. Geen groene vingers? Met het juiste advies en een paar minuutjes tijd kan iedereen planten mooi houden. Hier zijn vijf redenen waarom dat een goed idee is...

1. Planten geven je zuurstof

Wij hebben zuurstof nodig om te kunnen leven. Planten geven ons die zuurstof. Vooral als de ventilatie binnenshuis niet optimaal is, kunnen een paar grote planten in de ruimte echt het verschil maken.

2. Planten beïnvloeden je humeur positief

Doordat we ons omringen met planten, wanen we ons iets meer in de natuur. En juist van die natuur krijgen we als mens een mentale opkikker. We komen erdoor tot rust en we voelen ons gelukkiger als er planten in de buurt zijn.

3. Planten zijn goed voor de concentratie

Ben je met iets belangrijks bezig, maar raak je snel afgeleid? Probeer eens om hetzelfde te doen in een ruimte waar meer planten staan. Je zult merken dat het je minder moeite kost om je te focussen op hetgeen gedaan moet worden.

4. Planten zuiveren de lucht

Niet alle planten doen dat even goed, maar er zijn voorbeelden van planten die allerlei schadelijke stoffen uit de lucht halen. Die stoffen slaan ze op en breken ze vervolgens af. Daar heb je dus helemaal geen ingewikkelde systemen voor nodig.

5. Planten brengen je in slaap

Sommige planten stoten bepaalde stoffen uit die een positief effect hebben op onze slaap. Denk maar eens aan lavendel en gardenia. Het is ook bekend dat we rustig worden van de wortels van valeriaan, maar naar verluidt zou ook de geur van deze plant ons sneller in slaap brengen.

Werken bij Stichting SIG Investeren in je toekomst

Wie kiest voor de gehandicaptenzorg investeert in het geluk van mensen met een beperking. Ben of word jij die bevlogen begeleider? Dan haalt en houdt Stichting SIG jou graag aan boord. We investeren in je, met tal van groei- en ontwikkelmogelijkheden. Hartelijk welkom bij Stichting SIG. Samen sterk voor betrokken zorg!

De SIG zoekt gemotiveerde (assistent-)begeleiders, die bij ons willen blijven werken, omdat ze zin uit hun werk halen, waardering ervaren en kansen krijgen zich te ontwikkelen. Nieuwe medewerkers worden onthaald tijdens een introductiebijeenkomst, nemen deel aan een intern scholingsprogramma en vormen constructieve netwerken. Zij krijgen ook toegang tot de 'SIG Aan Boord'-app, met alle (praktische) informatie over de SIG direct bij de hand.

Scholing

Eenmaal aan boord word je op je werkplek aan een 'buddy' gekoppeld, een ervaren collega die je de eerste tijd begeleidt. Zo groei je in je functie en krijg je mogelijkheden je gaandeweg verder te ontwikkelen. Dat kan individueel (maatwerk) of samen met collega's. Denk aan coaching, 'training on the job', aanvullende in- of externe scholing en ook deelname aan taakgroepen.

Lerende organisatie

De SIG is een lerende organisatie, waarin we voortdurend van en met elkaar leren. Uitgangspunten hierbij zijn initiatief, vertrouwen en verantwoordelijkheid. De SIG investeert in jou, zodat jij je kunt professionaliseren en we samen de best mogelijke cliëntenzorg kunnen bieden.

'Er is genoeg ruimte voor persoonlijke ontwikkeling. We helpen elkaar beter te worden'

(uit SIG Medewerkersonderzoek)



Pannenkoeken van pompoen



Het is herfst en de pompoenen vliegen om je oren. Persoonlijk vind ik ze echt ontzettend leuk als decoratie maar als jij daar blij van wordt, doe je ding! Smaken verschillen nu eenmaal. Een pompoen eten kan heel lekker zijn al vind ik wel dat je flink met smaakmakers aan de gang moet want van zichzelf zijn ze een beetje lafjes. Ik heb hier 2 heel makkelijke recepten voor je!

Een flessenpompoen kun je halveren en ze op hun ruggetje zo het vruchtvlees grillen in de oven. Gewoon het vlees een beetje inprikken en er wat olijfolie overheen gieten. Als het vruchtvlees lekker verkleurd is dan haal je de helften uit de oven en brokkel je er geitenkaas over en versgehakte koriander. Wat chilipeper, olijfolie, peper en zout en je hebt een heel gezond gerecht.

Hier een recept voor Pannenkoeken van Pompoen, dit heb je nodig:

- vruchtvlees van een klein pompoentje
- een halve prei
- 1 rode ui
- 2 theelepels kurkuma
- zwarte peper
- 3 bio eieren
- 100 gram pijnboompitten
- scheutje tamari (soyasaus)
- 150 gram spelt of volkoren pannenkoekmix
- 100 gram geraspte oude kaas

Bak de pijnboompitten een beetje op en giet er aan het eind een scheutje tamari overheen. Schil de pompoen en maal in een machine het pompoenvruchtvlees, de prei en de ui klein. Vermeng dit vervolgens in een grote kom met de eieren, het pannenkoekmix, de geraspte kaas, kurkuma, peper en de pijnboompitten. Goed door elkaar mengen en bak er nu in de pan kleine pannenkoeken van.

Wij eten ze bijvoorbeeld bij een kom soep maar ze zijn ook ideaal als tussendoor om de honger te stillen of in de "brood"trommel voor naar school of je werk. Want koud zijn ze ook flink lekker!

www.joy2woman.nl

Zo voorkom je de kans op een burn-out



Stress is een steeds groter gevaar voor onze gezondheid. We zijn in de loop der jaren steeds meer van onszelf gaan vergen. We willen alles kunnen, overal bij aanwezig zijn, alles in de gaten houden, enzovoort. Maar alles heeft natuurlijk zijn grenzen en die grenzen zoeken we steeds vaker op. Of we gaan er – al dan niet bewust – overheen. Ga voor jezelf eens na wat je allemaal doet op een dag en probeer vervolgens te analyseren of dat wel gezond is. Met de onderstaande tips kun je voorkomen dat je te maken krijgt met een burn-out.

Leef bewust

De dagen lijken ongemerkt voorbij te gaan, alsof je op de automatische piloot staat. Je bent je nauwelijks echt bewust van wat er gebeurt en je werkt haast ongemerkt je dagelijkse schema af. Komt dit je bekend voor? Dan is dat wellicht een teken dat er iets mis is. Probeer jezelf bewust te worden van wat

je doet. Let bijvoorbeeld eens op je eigen ademhaling. Vergeet al het andere om je heen en word jezelf bewust van de manier waarop je ademt. Focus hierop en houd dit een aantal minuten vast. Doe dat elke dag een paar keer, zodat je jezelf meer bewust wordt van wat je doet.

Stel prioriteiten

We denken voortdurend dat we van alles moeten, maar is dat ook werkelijk zo? Schrijf aan het begin van de dag (of de vorige avond al) op wat je die dag wilt gaan doen. Welke zaken 'moeten' beslist afgehandeld worden en wat kun je uitstellen of delegeren? Neem nooit te veel hooi op je vork en zorg ervoor dat je gedurende de dag voldoende tijd neemt om te ontspannen. Even een halfuurtje wandelen of een hoofdstuk lezen in een goed boek helpt je om innerlijk tot rust te komen en je op te laden voor het vervolg van de dag.

Je telefoon op stil

Een mobiele telefoon is handig, maar kan ook zorgen voor veel stress. Als je iedere vijf minuten een bericht van iemand ontvangt, kan dat ervoor zorgen dat je voortdurend afgeleid wordt. Zo'n telefoon heeft ook een niet-storenstand. Door die in te schakelen, krijg je alleen telefoontjes binnen en hoor je geen geluidjes als er appjes of andere meldingen binnenkomen. Je hoeft immers niet altijd alles direct te lezen. Je kunt zelfs naast WhatsApp een tweede app installeren die ervoor zorgt dat al je contacten keurig een afwezigheidsmelding krijgen, waarin je uitlegt dat je het bericht pas in de avond zult lezen. Zo weet iedereen dat ze bij echt dringende zaken even moeten bellen.

Ruim je huis op

Een rommelig huis zorgt voor een rommelig hoofd. Als de boel thuis aan kant is, kun je jezelf beter concentreren en heb je minder zorgen. Dit geldt uiteraard ook voor de werkplek. Het is een kleine moeite om alles netjes op te ruimen, maar het effect is groots.

Durf nee te zeggen

Ben je het type dat altijd voor iedereen klaarstaat? Durf ook eens nee te zeggen. Het is fijn om iemand ergens mee te kunnen helpen, maar moet dat dan echt vandaag? Probeer je bezigheden zo goed mogelijk te spreiden en wijs een verzoek af als je er geen tijd voor hebt.

Verwen jezelf

Hik je aan tegen bepaalde taken die je nog moet uitvoeren? Stel jezelf dan een beloning in het vooruitzicht. Neem jezelf bijvoorbeeld voor om naar de bioscoop te gaan, de sauna te bezoeken of wat nieuwe kleding aan te schaffen als beloning. Zodra je de taak volbracht hebt, is het tijd om die beloning aan jezelf uit te keren. Op die manier creëer je tegelijkertijd een geluismomentje en geef je jezelf echt het gevoel dat je trots kunt zijn op wat je bereikt hebt.



ondersteuning
aan mensen
met een beperking

Werken bij de SIG

*Investeren in
je toekomst!*

*'Er is genoeg ruimte voor
persoonlijke ontwikkeling.
We helpen elkaar beter te
worden'*

*Medewerker SIG
in Medewerkersonderzoek*

**Check onze vacatures:
www.sig.nu/werken-bij-de-sig**



VACCINATIE IN DE WIJK



GGD Kennemerland vaccineert op tijdelijke pop-up priklocaties in verschillende gemeenten. We geven bij deze pop-up-locaties voorlichting over het vaccineren tegen het coronavirus. Je kunt je ook meteen gratis laten vaccineren als je dat wilt.

Veel mensen zijn inmiddels gevaccineerd, daarom houden we ons nu bezig met een wijkgerichte aanpak van informeren en vaccineren. Een aantal van onze grote vaccinatielocaties is inmiddels gesloten of gaat binnenkort sluiten. Daarvoor in de plaats gaan we met prikbusen door de regio Kennemerland en vaccineren we tijdelijk op verschillende locaties in de wijk. Dit gebeurt in nauw overleg met de gemeenten.

Ben jij nog niet gevaccineerd tegen COVID-19 en wil je meer weten? Kom dan langs op één van de locaties hiernaast en ga in gesprek met onze medewerkers. Daarnaast kun je zonder afspraak terecht bij de vaccinatielocaties Schiphol en IJmuiden.

Zo werkt het vaccineren

- Je hebt geen afspraak nodig, je kan gewoon binnenlopen.
- Je wordt gevaccineerd met het Pfizer-vaccin.
- Neem je ID-bewijs mee en doe je mondkapje op.

Hier kan je terecht:

Weekmarkt Schalkwijk, Haarlem

Locatie: Costa del Sol – Winkelcentrum Schalkwijk, parkeerplaats aan de kant van de Europaweg
Tijd: 11:00 – 16:00 uur
Dinsdag: 26/10, 2/11, 9/11

Weekmarkt Breestraat, Beverwijk

Locatie: Kruising Raadhuisstraat - Breestraat, voor vestiging van D-reizen
Tijd: 11:00 – 17:00 uur
Woensdag: 20/10, 27/10, 3/11 en 10/11

Haarlem Noord

Locatie: Hoek Kloppersingel/Frans Halsplein (vlakbij Vishandel)
Tijd: 11.00 - 17.00 uur
Donderdag: 21/10, 28/10, 4/11 en 11/11

Weekmarkt Haydnplein, Heemskerk

Locatie: Haydnplein
Tijd: 11.00 uur tot 17.00 uur
Vrijdag: 22/10, 29/10, 5/11, 12/11

Zeewijk, IJmuiden

Locatie: Schiplaan/hoek Planetenweg, 1974 PA IJmuiden
Tijd: 11:00 – 17:00 uur
Zaterdag: 23/10, 30/10, 6/11 en 13/11

Pop-up-locatie De Nieuwe Silo, Hoofddorp

Locatie: Graan voor Visch 14302
Tijd: 12.00 - 17.00 uur
Vrijdag: 22/10

Haarlemse verbinders, Haarlem

Locatie: Floris van Adrichemlaan 98
Tijd: 12.00 - 17.00 uur
Zondag: 24/10

Buurthuis de Brulboei, IJmuiden

Locatie: Kanaalstraat 166
Tijd: 11.00-17.00 uur
Vrijdag: 29/10

Bovenstaand programma is onder voorbehoud en zal steeds verder worden uitgebreid met meer informatie, nieuwe locaties en data. Houd hiervoor de website en onze social mediakanalen goed in de gaten.

KORT

Redon Piano-kwartet in het gemeentehuis van Bloemendaal

Bloemendaal - Op zondag 31 oktober speelt het Redon Piano-kwartet om 11 uur in het gemeentehuis van Bloemendaal aan de Bloemendaalseweg 158 in Bloemendaal. De zaal is open om 10.30 uur. Voor dit concert stelde het kwartet een prachtig programma samen met werken van Wolfgang Amadeus Mozart (pianokwartet in Es, KV493), Gustav Mahler (pianokwartet in a klein) en Johannes Brahms (pianokwartet no. 3 in c klein). Met Pieter van Loenen (viool), Dana Zemtsov (altviool), Nicolas van Poucke (piano) en Anton Spronk (cello) heeft Muzenforum vier jonge toppers in huis. Alle vier wonnen ze prijzen op prestigieuze concoursen. Samen vormen ze een uiterst getalenteerd en ambitieus ensemble: het Redon Pianokwartet. In deze bezetting doen ze wat misschien wel het allerleukste is aan muziek maken: samenspelen. Ze hebben drie pianokwartetten uitgekozen waarin iedereen zich heerlijk kan verliezen. Voor meer informatie en kaarten (€24,- jongeren tot 25 jaar: €12,-), zie www.muzenforum.nl.



Het Redon Pianokwartet. Foto's: aangeleverd door Muzenforum.

Interview met Duitse schrijfster Iris Wolff bij Boekhandel Blokker

Heemstede - Donderdag 21 oktober is er een interview met Chiara Tissen (vertaalster) en de Duitse schrijfster Iris Wolff over het boek 'De onscherpte van de wereld', 's avonds om 20.00 uur bij Boekhandel Blokker, Binnenweg 138 in Heemstede. De voertaal is Duits tijdens deze avond. Hoe is het om in een dorp te leven waar de lange arm van Ceausescu nog reikt? Zouden Florentine en Hannes de twee jonge reizigers uit de DDR net zo hartelijk ontvangen hebben, als ze hadden geweten welke rol dat bezoek nog zou spelen in hun leven? Zou hun zoon Samuel zijn beste vriend Oz nog net zo hebben gesteund als hij de gevolgen van zijn beslissing had kunnen voorzien? Door de ogen van zeven familieleden van Samuel volgen we zijn lotgevallen en hoe ze als familie, zelfs op grote afstand van elkaar, naar elkaar kijken.

Tegen de achtergrond van het ineensstortende Oostblok en de bewogen geschiedenis van de twintigste eeuw, is dit een prachtig, kleurrijk verhaal over familie, vriendschap, identiteit en wat we bereid zijn op te geven voor het geluk van een ander.

Iris Wolff (1977) werd geboren in Roemenië en verhuisde als kind naar



Iris Wolff. Foto: aangeleverd door Boekhandel Blokker.

Duitsland. Ze studeerde taal en literatuur, religie en kunst, en publiceerde drie eerdere romans die veel lof oogstten en waarmee ze meerdere literaire prijzen won. De onscherpte van de wereld werd genomineerd voor de Deutscher Buchpreis 2020, de Bayerischen Buchpreis 2020 en Wilhelm Raabe-Literaturpreis 2020 en won de Solothurn Literaturpreis 2021. Iris Wolff is lid van de internationale Exil-PEN.

Toegang: €5,- (voertaal Duits), reserveren gewenst via: info@boekhandelblokker.nl en/of 023-5282472.

Lezing Leontine Trijber over 'Het haperende brein, nieuwe kijk op dementie'

Heemstede - Woensdag 27 oktober geeft Leontine Trijber een lezing over 'Het haperende brein, nieuwe kijk op dementie', 's ochtends om 10.30 uur bij Boekhandel Blokker, Binnenweg 138 in Heemstede.

Over de ziekte dementie, over mensen met een haperend brein, spreekt en publiceert men doorgaans in medische en wetenschappelijke termen. Daarbij is er veel aandacht voor de tragiek, de angst en het verval. Een gemiste kans, want er is veel meer dan zwaarte en pijn allen. Leontine Trijber laat zien dat met nieuwe vaardigheden, positieve aandacht én een flinke dosis creativiteit het leven met dementie voor alle betrokkenen aangenamer kan zijn.

Door telkens weer de juiste snaar te vinden én te raken kan er gedurende vele jaren na de diagnose nog heel veel wél. Het boek staat vol met handige adviezen en eye-openers waarmee mensen met een haperend brein en iedereen om hen heen steun, levensgeluk, plezier en contact kunnen blijven ervaren.

Leontine Trijber van Ontmoetingscentrum Zandstroom in Zandvoort wil met het haperende brein verhalen, koken, muziek, dans en humor weer tot leven brengen. Leontine:



Omslag 'Het haperende brein, nieuwe kijk op dementie'. Foto aangeleverd door Boekhandel Blokker.

'Ontmoetingscentrum Zandstroom is een innovatieve club op een unieke plek. Uitzicht op zee, een weelderige, verrassende tuin en een eigen mini-theater annex bioscoop. Een club die voortdurend in ontwikkeling is. Er ontstaan nieuwe vriendschappen en saamhorigheid staat hoog in het vaandel. De sfeer is informeel, artistiek en uitnodigend. Iedereen is welkom, mantelzorgers en belangstellenden.

Toegang vrij, reserveren gewenst via info@boekhandelblokker.nl en/of 023-5282472.

Inloopochtend SeniorWeb slimme apparaten

Heemstede - Op dinsdag 26 oktober is er een inloopochtend van SeniorWeb van 10-12 uur in de Luifel, Herenweg 96 in Heemstede.

Ludo Korteman, vrijwilliger van SeniorWeb Haarlem, begint met een presentatie over de mogelijkheden van uw mobiele telefoon die u kunt

toepassen om slimme apparaten in huis aan te zetten. Na afloop kunnen vrijwilligers van SeniorWeb Haarlem u helpen met vragen over uw apparaat (laptop, tablet, iPad, smartphone of iPhone). Gratis toegang, wel vooraf aanmelden bij WIJ Heemstede, tel. 023 5483828.

AGENDA

DONDERDAG 21 OKTOBER



Herfstexpeditie kids in Groenendaalse bos. Start: Tuinhuis KIMT, Herenweg 18, Heemstede. V.14.00 -15.30u. Aanmelden via info@kominmijntuin.com of telefonisch: 023-528 2651 (Mik van der Bor).

Interview met Duitse schrijfster Iris Wolff bij Boekhandel Blokker. Binnenweg 138, Heemstede. Om 20u. Voertaal: Duits. Toegang: €5,-. Reserveren gewenst via info@boekhandelblokker.nl en/of 023-5282472.

VRIJDAG 22 OKTOBER

Percussiegroep Percossa in Theater de Luifel. Herenweg 96 in Heemstede. Om 20.15u. Informatie en kaarten à €21,- via: www.podiaheemstede.nl.

ZONDAG 24 OKTOBER



Paddenstoelen ontdekken in wandelbos Groenendaal. Start: bij het infopaneel op de grote parkeerplaats bij het restaurant. V. 14-15:30u. Aanmelden vooraf verplicht (max. 20 deelnemers), via Leo van der Brugge 0647394305.

Theologe en historicus Katrijne Bezemer in De Kapel. Potgieterweg 4, Bloemendaal. Aanvang 10.30u.

Muzikale kindervoorstelling 'De kleren van de keizer' (5+). De Oude Kerk, Wilhelminaplein, Heemstede. Om 15u. Informatie en kaarten à €15,- via: www.podiaheemstede.nl.

ZONDAG 24 EN 31 OKTOBER

Evangeliesamenkomsten. Dorps-huis Vogelenzang, Henk Lensenlaan 2a, Vogelenzang. V. 17-18u.

MAANDAG 25 OKTOBER

Start cursus Creatief Leven met Marijke Coert en Julie Koch (8 weken). Methode aanpak tegen langdurige eenzaamheid door 2 specialisten eenzaamheid: stap voor stap naar meer verbinding met anderen. De cursus is geschikt voor jong-tot oud volwassenen. Deze cursus duurt 8 weken en wordt op maandagen gegeven in De Luifel. Opgeven en informatie via www.wijheemstede.nl of via de mail info@wijheemstede.nl of tel. 023- 548 38 28.

Vriendinnenclub met in kleine groepjes up-gesprek over 'familie'. De Luifel, Herenweg 96 in Heemstede. V. 14-16u. Aanmelden via Corrie van Rijn op telefoon-nummer 023-8224297 of via corrievanrijn@ziggo.nl of Ellen Swart bij WIJ Heemstede eswart@wijheemstede.nl of op 023-5483828.

DINSdag 26 OKTOBER

Inloopochtend SeniorWeb over slimme apparaten. De Luifel, Herenweg 96 in Heemstede. V.10-12u. Gratis, vooraf aanmelden via tel. 023 5483828.

Gé Vaartjes over Godfried Bomans in de Kleine Vermaning. Postlaan 16, Heemstede. Aanvang 20u. Aanmelding via grimme@xs4all.nl.

WOENSDAG 27 OKTOBER

Knutselclub (5 tm 10 jr). WIJ Heemstede in de Molenwerf, Molenwerfslaan 11, Heemstede. Van 13.30-15u. Kosten: € 5,- per keer of 5x € 22,50. Verplicht aanmelden via appje 06-14234580 (Gaby Godijk).



Pompoenen uithollen voor kids op KIMT. Tuinhuis KIMT, Herenweg 18, Heemstede. Voor meer informatie en aanmelden: www.kominmijntuin.com/activiteiten.

Lezing Leontine Trijber over 'Het haperende brein, nieuwe kijk op dementie'. Boekhandel Blokker, Binnenweg 138 in Heemstede. Om 10.30u. Toegang vrij, reserveren gewenst via: info@boekhandelblokker.nl en/of 023-5282472.

DONDERDAG 28 OKTOBER

Romantische drama-film (2015) in de Luifel. Film en diner (optioneel). Herenweg 96 in Heemstede. Om 16u. Kosten voor de film & diner zijn €19,50. Aanmelden (verplicht) via www.wijheemstede.nl, of via tel. nr. 023-5483828 of info@wijheemstede.nl.

Inloopochtend SeniorWeb over slimme apparaten. Buurtvereniging Overveen Vrijburglaan 17, Overveen. V.14-16u. Gratis, vooraf aanmelden via tel.: 06-22092895.

ZATERDAG 30 OKT

Repaircafé. Dorpshuis Vogelenzang, Henk Lensenlaan 2, Vogelenzang. V. 10-13u., aanleveren voor 12.30u. Meer info: repaircafevogelenzang@yahoo.com of 0653561413.

MAANDAG 1 NOVEMBER

Inloopochtend SeniorWeb over digitaal nalaten. Locatie Zuid van Welzijn Bloemendaal, Kerklaan 6 in Bennebroek. V10-12u. Gratis toegang, aanmelden niet nodig.

Janneke Schotveld en Charlotte Dematons bij basisschool De Evenaar

Heemstede - Het thema van de afgelopen Kinderboekenweek dit jaar 'Worden wat je wil!' was een schot in de roos voor de kinderen van basisschool De Evenaar. Want wat zijn er een hoop leuke en interessante activiteiten georganiseerd tijdens deze Kinderboekenweek!

De opening was leerzaam en feestelijk. Drama-docent Max Sijben, tevens groepsleerkracht van groep 4, verzorgde de opening samen met groep 8, waarbij er diverse beroepen uitgebeeld werden. Hij sloot af met een dans samen met alle kinderen!

Schrijversbezoeken mochten natuurlijk niet ontbreken. Dit jaar kwamen zeker niet de minste auteurs: Janneke Schotveld (bekend van 'Superjuffie') en Charlotte Dematons (bekend van al haar prachtig geïllustreerde boeken zoals het Alfabet boek) deden de school aan. De groepen 1 t/m 6 werden bezocht.

Op school mochten ouders in de klassen komen vertellen over hun beroep. Dit vormde een bron van inspiratie voor de kinderen. Natuurlijk werd er verder op school veel gelezen, getekend en geknutseld. Ook werd voorgelezen door kinderen uit de bovenbouw aan kinderen uit de onderbouw. Als afsluiting was er nog een gezellig beroepen-quizzzzzz. Een boordevol en gezellig programma.



Janneke Schotveld signeert. Foto aangeleverd door basisschool De Evenaar.

INGEZONDEN

Paddenstoelen op het Hartekampterrein

Heemstede - "Deze paddenstoelen kwam ik tijdens een wandeling tegen op het terrein van de Hartekampgroep in Heemstede", vertelt de inzender van deze foto's: Ingrid Bosschert.



Drukbezochte voorjaarsbollenmarkt KIMT

Heemstede - Afgelopen weekend was er weer de inmiddels bekende voorjaarsbollenmarkt op Kom In Mijn Tuin (KIMT). Prachtige en vaak onbekende, bijzondere bollen werden te koop aangeboden. Bijvoorbeeld de Scilla litariderei, de Leucojum aestivum (het zomerklokje), de Hyacinthoides wit en blauw, de Crocus sativus en nog vele andere

soorten. Deze laatste bloem geeft meeldraden die gebruikt worden als saffraan. De cirkel is weer rond, weer een eetbaar product van KIMT. Er waren veel belangstellenden op beide dagen en iedereen ging naar huis met een tas vol mooie bollen. Meer informatie op: www.kominmijntuin.com of Facebook Kom In Mijn Tuin.



Voorjaarsbollenmarkt KIMT. Foto: Monique Rusman.

KEN UW BOS



Wat krijgen we nou.....?!

Door Leo van Os

Loop je rustig te wandelen in het noordelijke deel van het bos en heb je net een stel jonge kinderen zien spelen in de zandbak, word je weg ineens versperd door een enorme boomstam die dwars over het wandelpad ligt.

Hoe 'enorm'? De stam heeft dicht bij de wortels een omvang van 2,50 meter, een doorsnee van 85 cm en de boom is heel wat hoger dan 20 meter. Of zeg maar 'was', want deze kastanjereus is niet meer. Geveld door alerte boswachters, na waarschijnlijk een eeuwenlang en vruchtbaar leven. Er kwamen al een paar jaar geen kastanjes meer aan, dus er viel niks meer te rapen. Sterker, er zat geen blad meer aan de boom en dan is het duidelijk dat je het loodje hebt gelegd. Er is dan maar één remedie om ongelukken te voorkomen: platleggen.

Die mooie kastanje stond alleen wel net naast het smalle wandelpad vanaf de zandbak naar de Lelievijver.



Met als gevolg dat de boom in al haar vergane glorie na het omzagen dwars over het pad terecht kwam. Met de nodige manoeuvreerkunst lukt het nog net om erlangs te lopen, maar als het straks glad wordt ga je daar vrolijk onderuit.

Die versperrende ligging van de stam vraagt natuurlijk om een permanentere oplossing en die is ook in de maak. Zodra er groot materieel beschikbaar is zal deze knoep van een boomstam afgevoerd en klein gemaakt worden, een nieuwe bestemming tegemoet.

Deze rubriek komt tot stand met medewerking van Vereniging Vrienden Wandelbos Groenendaal. info@wandelbosgroenendaal.nl. www.wandelbosGroenendaal.nl.



Foto's: Vrienden Wandelbos Groenendaal.

Met de boswachter aan de slag op Buitenplaats Beeckestijn

Velsen-Zuid - Op zaterdag 6 november is er een Landelijke Natuurwerkdag op Buitenplaats Beeckestijn (Velsen-Zuid) kun je tijdens deze dag samen met de boswachters aan het werk om de natuur een handje te helpen. Ook als je geen ervaring hebt met werken in de natuur. Doe je mee?

Bosrand
Aan de achterzijde van Beeckestijn en rond de niervormige vijver worden kleine boompjes en struiken verwijderd. Het is goed om de natuur zijn gang te laten gaan, maar soms groeit het te dicht en hebben dieren en planten hier last van. De (jonge) boompjes die daar opgekomen zijn worden gesnoeid, zodat er meer licht

op de bodem komt. Hierdoor komt er ruimte voor andere planten en struiken. Dit is belangrijk voor sommige soorten (broed)vogels en voor veel insecten.

Doe je mee? Aanvang: 10.00 tot 15.00 uur. De werkzaamheden zijn geschikt voor iedereen die lichamelijk in goede conditie is. Ook kinderen vanaf circa 14 jaar zijn (onder begeleiding van een volwassene) welkom om mee te helpen. Tip van de boswachter: trek stevige schoenen aan en kleding die vies mag worden. Voor koffie, thee, gereedschap en voldoende begeleiding wordt gezorgd. Meld je aan via de site van de Landelijke Natuurwerkdag.



Foto: aangeleverd door Rijksoverheid.nl

Zo besparen Noord-Hollanders eenvoudig op brandstofkosten

Regio - In Noord-Holland begint de herfstvakantie. Dan trekken veel ouders met kinderen er met de auto op uit. Met de huidige brandstofprijzen zijn dat best dure ritjes. Maar door zuiniger te rijden kunnen automobilisten geld besparen. Hoe doe je dat?

Comfortabel rijden en besparen op brandstofkosten kan hand in hand gaan. Veel auto's hebben hier namelijk handige in-carsystemen voor aan boord, zoals de cruise control en ECO-modus. Met deze hulpsystemen rij je eenvoudig een stuk zuiniger en comfortabeler. Dat is fijn voor je portemonnee en voor het klimaat, want je stoot ook minder CO2 uit.

Met de volgende tips bespaar je op brandstofkosten, rij je relaxter én ben je lekker op weg.

1. Zet je cruise control aan als je langere tijd veilig kunt doorrijden

De cruise control helpt je om automatisch op constante snelheid te blijven rijden. Als je langere tijd veilig kan doorrijden, zet dan je cruise control aan. Bijvoorbeeld op de snelweg. Hoe je de cruise control bedient, verschilt per auto. In de meeste gevallen via één of meer knopjes aan het stuur, of via een hendeltje aan de stuurkolom. Met de

cruise control rij je tot 10 procent zuiniger.

2. Rij zo veel mogelijk in de ECO-modus

De ECO-modus zorgt ervoor dat de motor én de stroomverbruikende systemen, zoals de airco, zo zuinig mogelijk werken. Hierdoor kan je per liter brandstof de meeste kilometers afleggen. De ECO-modus kun je meestal via een knopje op de middenconsole of het dashboard aanzetten. In de ECO-modus rij je tot wel 10 procent zuiniger.

3. Controleer of het start-stopsysteem aanstaat

Het start-stopsysteem schakelt de motor uit zodra de auto stilstaat. Bij een schakelauto als je de auto in z'n vrij zet, bij een automaat als je het rempedaal indrukt. Bij de meeste auto's staat het start-stopsysteem automatisch aan. Heeft je auto geen start-stopsysteem? Zet dan de motor handmatig uit wanneer je een tijdje stil moet staan. Met het start-stopsysteem kan je maar liefst 15 procent zuiniger rijden in de stad.

4. Volg het advies van de schakelindicator

De schakelindicator laat zien

wanneer je het best kan schakelen om zo zuinig mogelijk te rijden. De schakelindicator staat altijd aan. Op het dashboard zie je wanneer je het beste naar een hogere of lagere versnelling kunt schakelen. Heeft je auto geen schakelindicator? Schakel dan rond de 2000 toeren op naar een hogere versnelling. Met de schakelindicator bespaar je tot 10% aan brandstof.

Lekker op weg

Kijk voor meer informatie over brandstofbesparend rijden op [Lekkeropweg.nu](https://www.lekkeropweg.nu). De komende maanden gaan 'Lekker op Weg' teams het land door om automobilisten te helpen zuiniger te rijden. Ook controleren zij gratis je bandenspanning en geven je bandenlucht als dit nodig is. Hou de lokale media in de gaten. Zo weet jij wanneer er een team bij jou in de buurt is.

Tips voor een duurzamer leven

Door zuiniger te rijden wordt de CO2-uitstoot verminderd.

Dit draagt bij aan een beter klimaat. Meer tips en informatie om klimaatbewust te leven zijn te vinden op: [ledereendoetwat.nl](https://www.ledereendoetwat.nl).

Informatieavonden 'Verslaving' door Brijder preventie

Haarlem - Brijder preventie verzorgt op woensdagavond 3 en 10 november 2021 in Haarlem gratis informatieavonden. De avonden zijn bestemd voor partners/kinderen/familieleden/vrienden van mensen met een verslavingsprobleem.

- Hoe voorkomt u dat uzelf of andere gezinsleden te veel in het gedrang komen?
- Welke hulpverlening is er voor mensen met verslavingsproblemen en voor de mensen in hun omgeving?

Tijdens deze avonden komt aan bod:

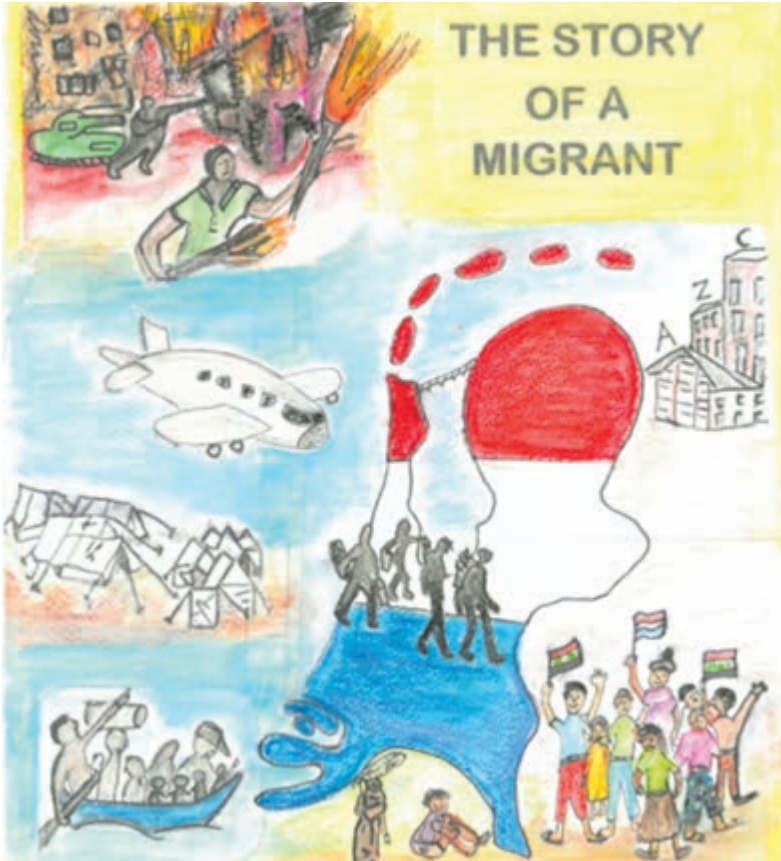
- Welke gevolgen kan het overmatig gebruik van alcohol en/of drugs hebben voor het lichaam, het denken en het gedrag?
- Wat is het effect van de verschillende drugs?
- Wat is verslaving?
- Wat zijn de gevolgen voor de omgeving van verslaafde persoon?
- Hoe kunt u het beste met hem of haar omgaan?
- Hoe kunt u iemand met een verslavingsprobleem helpen?
- Welke grenzen kunt u stellen?

Deze twee avonden horen bij elkaar. Men schrijft zich voor beide avonden in.

De gratis bijeenkomsten vinden plaats op woensdagavond 3 en 10 november van 19.30 tot 21.30 uur bij Brijder op de Schipholpoort 20, 2034 MA in Haarlem.

Er is voldoende gratis parkeergelegenheid voor de deur.

Voor verdere informatie en inschrijving kunt u bellen met Brijder Haarlem, tel.: 088 – 358 38 00 of een e-mail sturen naar: preventie@brijder.nl.



Beeld aangeleverd.

Voorstelling over problematiek van gearriveerde migranten

Haarlem - Vanuit 'Het huis van Licht', de Nazarener kerk uit Utrecht, wordt er in het land een voorstelling gespeeld die de problematiek van de hier gearriveerde migranten op indringende wijze aankaart. Het is een avondvullend programma waarbij de bezoeker waargebeurde verhalen van Arabische vluchte-

lingen hoort in een theaterachtige setting. De Arabische muziek maakt de avond compleet.

Entree is 10 euro. Zaal open om 19:30, Begin voorstelling: 20:00

Plaats: Kerk van de Nazarener Zijlweg 218 Hoek Randweg Haarlem, gratis parkeren.



Inbraak kledingwinkel in Heemstede

Heemstede - Afgelopen weekend heeft een inbraak plaatsgevonden in een kledingwinkel op de hoek Binnenweg/Haemstedelaan. Wytze Meesstra stuurde deze foto in van de ravage en vermeldt erbij: "Helaas, winkel pas geopend. Er zijn een paar dure jacks meegenomen."

Herfstkrokussen op Leyduin

Vogelenzang - Niet alleen in het voorjaar bloeien krokussen, maar ook deze herfstkrokus op de foto genomen in Leyduin is prachtig in het najaar. De herfstkrokus (*Crocus speciosus*) is familie van de Iridaceae. Ze zijn er in diverse kleuren als wit, lila en blauw. De bloeiperiode loopt van september-november en van februari - april (dit is weer een voorjaarskrokus).



Herfstkrokus. Foto Bart Jonker.



Verkoop uw huis, bedrijfsruimte of beleggingspand

eenvoudig, snel en discreet

- ✓ Géén makelaars- en notariskosten
- ✓ Direct zekerheid en snelle betaling
- ✓ Géén ontbindende voorwaarden
- ✓ Veel achterstallig onderhoud geen probleem
- ✓ Géén voorbehoud financiering
- ✓ Verkoop nu, verhuis later
- ✓ Géén verkooptraject & bezichtigingen
- ✓ Verkoop incl. inboedel mogelijk

Neem vrijblijvend contact met ons op
en wij helpen u graag verder...

☎ 023 - 200 12 03

✉ info@flinterman.nl

FLIN
TER
MAN

REAL ESTATE

FLINTERMAN.NL