

# Heemsteder NL

4

Landelijke opschoondag: zwerfafval opruimen



8

Relaas van een Oekraïense vluchteling

20

Klassieke hoogstandjes op College Hageveld



Alle lijsttrekkers op een rij. Foto: Eric van Westerloo.

## Lijsttrekkers debatteren op zeepkist om kiezers over de streep te trekken

Door Eric van Westerloo

Heemstede – Zaterdagmiddag 12 maart vond voor Boekhandel Blokker op de Binnenweg in Heemstede het zeepkistdebat in het kader van de gemeenteraadsverkiezingen plaats met alle lijsttrekkers van de politieke partijen in Heemstede. Dit was het

laatste debat om kiezers voor zich te winnen en over de streep te trekken. Dit debat was in allerijl op het laatste nippertje in de open lucht georganiseerd op initiatief van Politiek Café Heemstede, omdat het lijsttrekkersdebat op 10 maart vanwege coronabesmettingen niet met publiek mocht plaatsvinden. Lijsttrekkers

beantwoordden die middag op hun zeepkist vragen van de inwoners. Op de dag dat deze krant verschijnt, kan er gestemd worden voor de gemeenteraadsverkiezingen bij diverse stemlokalen in Heemstede. In volgende editie meer over de verkiezingen, de stemopkomst en de uitslag.

## Oekraïners in Heemstede maken zich grote zorgen

Door Eric van Westerloo

Heemstede – Volgens de basisadministratie van de gemeente wonen er in Heemstede drie personen die uit de Oekraïne afkomstig zijn. Zij waren bereid met de Heemsteder te spreken over hun zorgen. Galina Kuklenko is een van de inwoners die nog niet zo lang in Nederland verblijft. Zij maakt zich grote zorgen over haar ouders en verdere familie. Zij komen uit het zwaar belegerde Charkov. Op 7 maart is haar familie vertrokken richting Roemenië. Een reis die de nodige problemen opleverde en niet zonder gevaar was. Galina vertrok op 8 maart richting Roemenië om haar familie op te wachten. Inmiddels zijn ze veilig en wel in Heemstede aangekomen.

Ilya is ook een inwoner van Heemstede die momenteel al een vriendin met twee kinderen heeft opgevangen in haar huis. Een meisje dat direct liefdevol is opgevangen op de Icarusschool. De tweede is een hummeltje van 6 maanden aan wie alle commotie uiteraard voorbijgaat.

De derde inwoner is Iryna legian die sinds 2018 in Heemstede woont. In Zaporizhia leeft haar moeder van 85 die het naar omstandigheden goed maakt. 's Avonds moet er verduisterd worden en na een periode van schaarste heeft ze tenminste melk op de kop kunnen tikken. Deze stad met bijna 1 miljoen inwoners is nog redelijk rustig en een toevluchtsoord voor vluchtelingen uit het belegerde Marioepol. Een zoon van Iryna woont in het familiehuus in Zaporizhia en werkt nog. Haar schoondochter en kleinkind (3) uit Dnipro zijn onderweg naar Polen. Een busreis van 24 uur. Vader blijft thuis om voor de overige familieleden te zorgen en waar nodig de stad verdedigen. De afstanden vanuit het oosten zijn enorm tot aan Polen 1350 km, dat neemt onder normale al snel 2 a 3 dagen in beslag. Dat kan onder deze omstandigheden nog wel eens langer duren. Alledrie volgens zij het nieuws op de voet. De berichten voorspellen niet veel goeds dus maken zij zich grote zorgen om de achtergebleven familie.

### DEZE WEEK IN DE KRANT



**Zondag open**  
van 12.00 - 17.00 uur  
Italiaanse Tuinkruiden **2+1 gratis**  
tuincentrum **de oosteinde**

**Kwaliteitsslagerij van der Werff**  
Kijk voor onze advertentie op pag. 5

**Ken uw waterkant**

Goed horen geeft kleur aan je leven

Remco Jonker, uw audicien voor een onafhankelijk advies.

hoorpoli.nl  
088-246 04 70  
remco@hoorpoli.nl



Onderdeel van Everybody Groep



**GROENLINKS**  
Van huis uit **GROEN** en **SOCIAAL**

# Heemsteder.

VERSCHEIJNT WOENSDAG

HEEMSTEDE, HAARLEM-Z.

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

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

**Aanleveren van advertenties**  
Dinsdag voor 12.00 uur  
verkoop@heemsteder.nl

**Advertentieverkoop**  
Petra Schiltmeijer  
Jeroen van Duijn  
Ellen Gouda

**Advertentie-tarieven**  
op aanvraag

**Aanleveren van kopij**  
Dinsdag voor 12.00 uur  
redactie@heemsteder.nl

**Redactie**  
Bart Jonker

**Correspondenten**  
Mirjam Goossens  
Eric van Westerloo  
Joke van der Zee

**Redactie-opmaak**  
Mireille Huiberts

**Kabalen**  
Opgave gratis advertenties  
voor [www.heemsteder.nl/kabalen-opgeven](http://www.heemsteder.nl/kabalen-opgeven)

**Druk**  
Janssen/Pers Rotatiedruk

**Verspreiding en bezorgklachten**  
[www.verspreidnet.nl](http://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.

**Oplage: 15.150**

**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](http://www.heemsteder.nl/privacy)

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

**WWW.REGIOMEDIAGROEP.NL**



**Wij kiezen voor een beter milieu.**

Deze krant is gedrukt op gerecycled papier.

## KERKDIENTEN

**ADVENTSKERK AERDENHOUT**

**Leeuwerikenlaan 7 Aerdenhout**  
Zondag 20 maart.  
Voorganger Ds. N. Scholten.  
Alle diensten zijn online te volgen via: [www.kerkdienstgemist.nl/](http://www.kerkdienstgemist.nl/)  
Adventskerk.  
[www.adventskerk.com](http://www.adventskerk.com)

**DOOPSGEZINDE KERK**

**Postlaan 16 te Heemstede**  
Zondag 20 maart, 10.30u.  
Ds. Jaap Klanderman.  
[www.doopsgezindhaarlem.nl](http://www.doopsgezindhaarlem.nl)

**H. BAVO PAROCHIE**

**Herenweg 88 Heemstede**  
Donderdag 17 maart, 9u.  
Eucharistieviering.  
Voorganger Pastor R. Verhaegh.  
Zondag 20 maart, 10u.  
Eucharistieviering.  
Voorganger Pater Tristán Pérez.  
Reservering, mondkapjes en ander-

halve meter niet langer nodig en aantal bezoekers onbeperkt.  
Bij binnenkomst s.v.p. wel handen reinigen.  
Alle vieringen zijn te volgen via live-stream:  
[www.parochiesklaverblad.nl](http://www.parochiesklaverblad.nl)

**HERVORMD PKN BENNEBROEK**

**Binnenweg 67 Bennebroek**  
Zondag 20 maart, 10u.  
Ds. G.H. Fredrikse.  
De diensten kunt u volgen via:  
[www.kerkomroep.nl/#/kerken/11159](http://www.kerkomroep.nl/#/kerken/11159).  
<https://kerkdienstgemist.nl/stations/2528>.  
[www.hervormdpknbennebroek.nl](http://www.hervormdpknbennebroek.nl)

**KATHOLIEKE KERK O.L.V. HEMELVAART**

**Valkenburgerplein Heemstede**  
Zondag 20 maart, 3e zondag veertigdagentijd, 10u, Eucharistieviering, Nederlands, Pater Diego Pildain.

Zondagavond 20 maart, 18.45u, plechtig Lof, pastor Rob Verhaegh, m.m.v. E.J. Eradus, orgel.  
Doordeweekse vieringen:  
Dinsdag 22 maart, 9u, Eucharistieviering.  
Woensdag 23 maart, 10u, viering voor oudere parochianen en allen die daarbij kunnen zijn.  
Woensdag 23 maart, van 11.30 tot 12.30u, uitstalling van het Allerheiligste en mogelijkheid tot stille aanbidding. Het secretariaat is beperkt geopend op vrijdag van 9-12 uur, 023-5286608, [info@olvh.nl](mailto:info@olvh.nl).  
[www.parochiesklaverblad.nl](http://www.parochiesklaverblad.nl)

**PETRAKERK**

**Ned. Gereformeerde Kerk Limburglaan 3 Heemstede**  
Elke zondag, 10-11u.  
Aanmelden via:  
[reserveringpetrakerk@gmail.com](mailto:reserveringpetrakerk@gmail.com).  
Online volgen via:  
[www.petrakerkheemstede.nl/live](http://www.petrakerkheemstede.nl/live)  
[www.petrakerkheemstede.nl](http://www.petrakerkheemstede.nl)

**PKN HEEMSTEDE**

**Achterweg 19A Heemstede**  
Zondag 20 maart, 10u.  
Ds. Joost van den Bogert (Amsterdam).  
De diensten zijn ook online te volgen via YouTube en kerkomroep zie:  
[www.kerkpleinheemstede.nl](http://www.kerkpleinheemstede.nl).

**RAFAELGEMEENTE NEHEMIA**

**Koediefsaan 73 Heemstede**  
Zondag 20 maart 10u.  
Spreker: Arjo Barth.  
Leider van Huis van Gebed Haarlem.  
[www.rafael-nehemia.nl](http://www.rafael-nehemia.nl)

**TREFPUNT BENNEBROEK**

**Akonietenplein 1 Bennebroek**  
Zondag 20 maart:  
ds. Janneke Nijboer.  
De vieringen zijn ook online te volgen, zie: [www.pkntrefpunt.nl](http://www.pkntrefpunt.nl), klik op actueel of via YouTube: [www.pkntrefpunt.nl](http://www.pkntrefpunt.nl)



## FOTOMOMENT

### Zonnetje en countrynoten van 'cowboyminstrel te paard' fleuren weekmarkt op

**Heemstede** – Een heerlijke zonnige dag, afgelopen woensdag 9 maart. Alhoewel het frisjes was, scheen het zonnetje volmondig.

Op de weekmarkt op de Valkenburgerlaan klonken vrolijke country & westernmuzieknoden van een 'cowboyminstrel te paard'.

Het bracht een glimlach op vele gezichten van de marktbezoekers en marktkeupei. Zo wordt Heemstede opgefleurd in aanloop naar de komende lenteperiode. (Foto: Bart Jonker).

## ONBEKEND HEEMSTEDE

### Binnenweg toen en nu (8)

Door Harry Opheikens

Huispedia.nl geeft het bouwjaar 1900 voor Binnenweg 13, vreemd, want 11 en 13 is één pand en 11 zou in 1913 gebouwd zijn. Hoewel er al wijzigingen zijn geweest is in 1931 het huidige pand gebouwd. De toenfoto komt uit de beeldbank van het NHA en is van 1931.



De gebroeders H. en B. Bos boden o.a. duinaardappelen aan vanaf Binnenweg 13. Ook vroegen ze tuinjongens en bonenplukkers voor hun bedrijf. Het Haarlems Dagblad van 2 september 1931 kondigt de opening op 3 september 1931 aan van 'Vleeschhouwerij Boesmans' op Binnenweg 13. Regelmatig adverteert hij in diverse kranten met de kop 'Grote afslag', heel veel vleessoorten worden aangeboden, ook personeel wordt gevraagd. Op 20 juni 1933 wordt het faillissement over slager J.J. Boesmans uitgesproken, maar nog steeds blijven advertenties in kranten verschijnen. In 1936 eindigt het faillissement. Op 12 maart is er een openbare verkoping van winkelhuis Binnenweg 13. Op 14 maart verkocht voor fl.18.050,- aan De Schipper. Vervolgens wordt op 19 april 1934 de Heemsteedsche Modelvleeschhouwerij van Jan van Es geopend, echter verklaart op 5 oktober 1934 Jan van Es, exploitant van de modelslagerij in Bloemendaal dat hij niets te maken heeft met de winkel van Heemstede. In dezelfde krant de kennisgeving dat de slagerij wordt voortgezet onder eigen naam A. v.d. Hoogen. Vanaf 1937 wordt in advertenties 'REWO' vleeschwarencentrale genoemd, geopend op 22 april. Het is winkel 7, zes staan er in Haarlem. J. Wester wordt in mei 1937 genoemd als 'gevestigd gezinshoofd' op nummer 13. Hij is winkelchef en dat wordt genoemd in adressenboeken tot begin jaren 40. Het adresboek van Heemstede van 1 januari 1948 vermeldt C.J. Simmens bij 'REWO Delicatessenhandel'. Begin jaren 50 wordt 't Stoffenhuis op nummer 13 genoemd. Begin jaren 60 ook op nummer 11b, maar het adresboek van 1993 vermeldt 't Stoffenhuis nog steeds op nummer 13. Tandarts J.B.A. Schutter wordt in het adresboek van Heemstede van 1993 vermeld. Nadien waren er nog Ariane Inden Lifestyle, Patricia Odijk Pedicure en kledingzaak JP Lounge (incl. Hair en Nails by Joyce) (2006-2019) gevestigd. De huidige uitbater op nummer 13 is Aroi Thai Wok, opgericht op 20 juli 2020.



De nu-foto van Harry Opheikens is van 13 maart 2022. Mocht u informatie of oude foto's van de panden van de Binnenweg hebben, dan kunt u terecht via [heemsteder@hvvh.nl](mailto:heemsteder@hvvh.nl) (H. Opheikens). Tips en opmerkingen? Bel 023-8200170 (kantoor Heemsteder).

AANBIEDING

# BOTERKOEK

€6,99

€5,99

TUMMERS PÂTISSERIE



**Tummers**  
PÂTISSERIE PASSIONNELLE

**Te koop:**  
Wireless tv headset, merk Take Care, for personal tv hearing, voor slechthorenden direct contact met tv €25,-. Sharp, micro stereo/radio/cd speler, met handl. 2 boxen en afstandbed. spelend te horen/zien €75,-. Tel. 023-5288695

**Te koop:**  
Rvs inbouw kookplaat met moderne afsluitklep, binnenmt. 55,5 x 48, buitenmt. 60 x 50 €35,-. Tel. 023-5292510

**Te koop:**  
Sportcar, houten bouwmodel, 6+, met verf, Helicopter, type meccano, 8+; beiden nw in verpakking, p.st. €3,-. Tel. 023-5470507

**Gratis afhalen:**  
Blank houten babybox, gebruikt. Tel. 06-11320891

**Aangeboden:**  
3 Patchwork boeken, 28 kruissteek boekjes (patronen), incl. handwerk materiaal €25,-. Tel. 023-5282837

**Gevraagd:**  
Garagebox omg. Von Brucken Focklaan. Tel. 06-57998809

## Square Mode

# NU NIEUWE VOORJAARS-COLLECTIE

LAATSTE WEEK TOT 70% KORTING OP DE HELE WINTERCOLLECTIE

Onze openingstijden zijn:  
Di. t/m za.: 10.00-17.00 uur

Binnenweg 148 • Heemstede • 023-5287038



## HJF HUISWERKBEGELEIDING

De laatste periode van het schooljaar staat voor de deur: nu is het tijd voor echte actie! Vraag onze hulp.

Informatie: Hedwig Jurrius, 06-46577776

BIJLES OF HULP BIJ JE HUISWERK: BIJ ONS LUKT HET WEL.

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

**Te koop:**  
Hähnel lader voor camera batterijen met adapters voor div. merken, nooit gebruikt €15,-. Tel. 06-23797401

**Te koop:**  
Tuinslang haspel €15,-, antieke houten stoof €15,-, elektrische heggenschaar €45,-. Tel. 023-5294147 of 06-51511589

**Te koop:**  
Rollator z.g.a.n. €35,-, slangenwagen €15,-, stalen huishoudtrapje 2 treeën €12,-, Tefal waterkoker €11,-, houten schildersezel €12,-. Tel. 06-15273320

## Op zoek naar een goede loodgieter/installatiebedrijf?

Bel of mail naar:

**VOSSE**  
MODERNE INSTALLATIETECHNIEK

023-5286802

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:**  
Verzamelaar spaart zeer oude gelopen brief enveloppen van rond 1900 uit de gehele wereld. Tel. 023-5289970

## NU IN DE WINKEL ZOMERKLEDING

BEKIJK DE NIEUWE ZOMER COLLECTIE



LOPERS COMPANY  
BY ENDO

Winkelopening 11 t/m 19 uur in Heemstede | 06 30 41 00 00  
www.loperscompanyheemstede.nl  
www.loperscompanyheemstede.nl  
VSA: 023-52999999

## Uw belastingaangifte 2021 verzorgen wij voor u voor slechts € 61,00

J.M. Molenaerplein 8  
2102 CE Heemstede  
023-5471319

www.first-administratie.nl  
info@first-administratie.nl  
06-25021084

# First

Administratie & Advies

**Te koop:**  
H. Maagd Maria + H. Jozef + Jezus stofvrij bewaard, onder 3 glazen stolpen, sinds 1925, prachtig stuk werk €150,-. Te. 06-22834077

**Te koop:**  
Eetkamertafel, acacia hout cognackleurig, afm. lg 1.90 x br 90 x hg 77 cm, poten 12 x 12 cm €40. Tel. 06-57998809

## Uw mooiste herinneringen? FILMS GEVONDEN? KOM MAAR OP!

**Amerstudio**  
Film, video, dia en foto digitaal op DVD, USB stick of harddisk

Rob de Groot  
www.amerstudio.nl  
06-22549780  
Regulierspoort 42, Nieuw-Vennep

## Ger van Eden Administratiekantoor

- Administraties en belastingzaken voor het midden- en kleinbedrijf
- Adviseren en begeleiden van startende ondernemers
- Verzorgen van belastingaangiften voor particulieren
- Begeleiden en financieel administratief afhandelen van nalatenschappen

Meindert Hobbemastraat 41 - 2102 BJ Heemstede  
Tel. 023-5290595 - E-mail: gvaneden@xs4all.nl

# Zondag 20 maart open!

iedere zondag open tot en met eind juni

## Tuin meubelshow

Groot assortiment en op voorraad  
Scherpe prijs!  
Bekijk het gehele assortiment op [deoosteindeonline.nl](http://deoosteindeonline.nl)



**Tuinkruiden**  
Italiaanse kruiden in diverse soorten.  
o.a. Lavendel, Tijm, Rozemarijn, Salie etc.

per stuk **2.95**

**2+1 gratis**

**Voorjaarsmix**  
Keuze uit diverse soorten Gemengde bloeiers.  
In pot ø13 cm.  
o.a. Vergeet-me-niet, Viool, Bellis.

van 2,50 voor **1.49**

**Lepelplant Spathiphyllum**  
Potmaat ø 17 cm

van 9,95 voor **4.95**

50% kassa korting

Openingstijden:  
ma. t/m vr. 09.00-18.00 u  
zat. 08.30-17.00 u  
zon. 12.00-17.00 u  
[www.deoosteinde.nl](http://www.deoosteinde.nl)

tuincentrum **de oosteinde**

25.000 m<sup>2</sup> voordeelparadijs voor groene vingers  
Hillegom Zandlaan 22 (grens Bennebroek) Tel. 023 584 63 38 | Vijfhuizen Schipholweg 1088 (grens Haarlem) Tel. 023 558 15 28

## Landelijke opschoondag 19 maart: zwerfafval opruimen in Heemstede

**Heemstede** - Op 19 maart worden er in heel Nederland acties georganiseerd om Nederland schoon te maken, ook in Heemstede. Het schoonmaken van Heemstede is een klusje waar hulp bij nodig is.

### Rondje zwerfafval opruimen met burens: loop je mee?

Margreet, Barbara, Ageeth en Hanneke ruimen al regelmatig op eigen initiatief zwerfafval in hun wijk op.

Op 19 maart roepen zij iedereen op om vanuit huis naar het centrum van Heemstede te wandelen en onderweg al het zwerfafval op te ruimen. Tussen 10.00 en 12.00 uur staan zij jou/jullie met je plastic zak op te wachten bij Loco Coffee aan de Julianalaan 6 in Heemstede. Als jij je zak met zwerfafval inlevert, trakteren ze je graag op een drankje met wat lekkers. Vraag je burens, vrienden om mee te doen.

### Gemeente stelt materialen ter beschikking

De gemeente houdt de openbare ruimte dagelijks schoon, maar wat extra hulp bij het schoonmaken van onze omgeving is natuurlijk welkom.

Daarom stelt de gemeente hulpmiddelen ter beschikking aan haar inwoners om op een veilige manier zwerfafval op te ruimen. U kunt iedere dag gedurende openingstijden van de gemeentelijke receptie terecht voor een afvalgrijper, handschoenen en vuilniszakken.

### Zwerfafval grote ergernis

Heemstede is prachtig, maar ook in Heemstede ligt veel zwerfafval. Een Heemstedenaar had in een paar maanden tijd 60 mondkapjes opgegruimd. Naast blikjes, peuken en plastic ligt er nog veel meer als je erop gaat letten.

Het zwerfafval is slecht voor het milieu. Laten we daarom zaterdag 19 maart de handen uit de mouwen steken en Heemstede een stukje schoner maken. Tot zaterdag!



Zwerfafval op straat, zoals dit mondkapje. Foto: Bigstock.



Ontoegankelijke Binnenweg. Foto's aangeleverd.

## Zo wordt Heemstede voor iedereen toegankelijk

**Heemstede** - Hoe maken we ons dorp ook voor mensen met een beperking beter toegankelijk? Op woensdag 23 maart tussen 10 en 14 uur gaat de Werkgroep Toegankelijkheid Heemstede op de weekmarkt over deze vraag in gesprek met inwoners. Welke obstakels en uitdagingen komen mensen met een beperking buiten hun eigen voordeur tegen? Op 23 maart staat de werk-

groep op de markt om u er meer over te vertellen. Om u tips te geven over wat u hier zelf aan kan doen en natuurlijk om van mensen met een beperking te horen waartegen zij aanlopen. De werkgroep verzamelt al uw vragen en opmerkingen en verwerkt die tot meer tips op: [www.werkgroep toegankelijkheid-heemstede.nl](http://www.werkgroep toegankelijkheid-heemstede.nl) en tot adviezen aan de juiste afdeling van de gemeente.

## Jubileumjaar HVHB start met drie tentoonstellingen

**Heemstede** - Op 12 maart 1947 werd de Historische Vereniging Heemstede-Bennebroek opgericht onder de naam Vereniging Oud Heemstede-Bennebroek. Sinds 2008 heeft de vereniging haar huidige naam. In het jaar 2022 viert de HVHB haar 75 jarig bestaan met verschillende evenementen. Er loopt al een fotowedstrijd. Daarnaast wordt er hard gewerkt aan een jubileum Heerlijk-Heden. Deze maand worden een drietal tentoonstellingen geopend en gaat het feestelijk jaar voor de Historische Vereniging Heemstede Bennebroek beginnen. De openingen zijn respectievelijk op 19 maart (Het Pomphuis), 23 maart (Centraal Servicepunt Bennebroek) en 24 maart (Raadhuis Heemstede) voor genodigden.

- De tentoonstelling in het Gemeentehuis is al te bezichtigen.
- De tentoonstellingen zijn gratis te bezoeken.
- Volg de HVHB via Facebook, Nieuwsbrieven en [www.HVHB.nl](http://www.HVHB.nl).

### Raadhuis Heemstede (Raadszaal)

De tentoonstelling laat aan de hand van foto's en schilderijen zien hoe het straatbeeld van Heemstede de afgelopen 75 jaar veranderd is.

Van weilanden, bollenvelden en blekerijen tot aan nieuwe wijken. Van de Provinciënbuurt tot Merlenhoven, en van de Blekersvaart tot de nieuwbouw bij de haven.

- De tentoonstelling is te bezichtigen van 10 maart tot en met 10 mei tijdens de openingsuren van het Raadhuis.

### Het Pomphuis, Heemstede

In het thuishonk van de HVHB, wordt aan de hand van foto's en voorwerpen getoond hoe rijk en divers het culturele en sportieve leven in Heemstede sinds 1947 is.

U ziet o.a. RCH-voetbal, de Roei & Zeil Vereniging Het Spaarne, Theater Minerva en Studio Bovema - maar ook de Flora van 1953

- Het adres van het Pomphuis is Waterpark 2 te Heemstede.
- De tentoonstelling is vanaf 20 maart elke zaterdag en zondag te bezichtigen tussen 11 en 15 uur tot en met 10 mei met optie tot verlenging (Let op: eerste Paasdag 17 april gesloten).

### Centraal Servicepunt, Bennebroek

Wat is er in de afgelopen 75 jaar veranderd in het voorheen rustige dorpje Bennebroek? Waar is het straatbeeld onveranderd gebleven, welke gebouwen zijn verdwenen en wat kwam ervoor in de plaats? Op de tentoonstelling ziet u foto's van vroeger en nu naast elkaar hangen en zullen ongetwijfeld zowel herkenning als verbazing oproepen.

- Het adres is Centraal Servicepunt Bennebroek, Kerklaan 6.
- De tentoonstelling is te bezichtigen van 24 maart tot en met 14 mei tijdens de openingstijden van Welzijn Bloemendaal en de bibliotheek.



Containers versperren de weg bij Burghave.

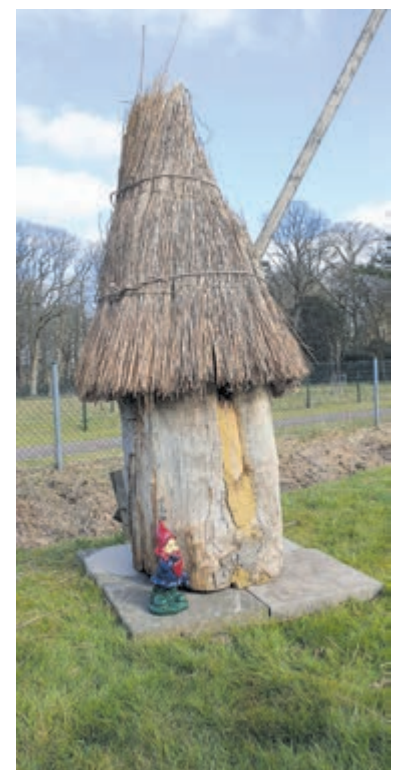
## Bijenvolk verhuist van Haarlem naar Heemstede

**Heemstede** - Afgelopen maandag heeft imker Pim Lemmers vanuit Haarlem een bijenvolk naar Heemstede verhuist.

De ruim 400 kg wegende boomstam, in de holte zat een bijenvolk, stond in Haarlem op een terrein aan de Witte van Haemstedelaan. Met behulp van een kraantje werd de boomstam weggetakeld en vervolgens naar de bijenstal op de Hartekamp verplaatst.

Zo'n klus moet altijd zorgvuldig uitgevoerd worden, Eindelijk was het gelukt.

Niet lang daarna werd de 'eerste kabouter' gesignaleerd, die nieuwsgierig naar de nieuwe bewoners op het Hartekampsterrein kwam kijken.



Kabouter bij bijenstal. Foto: Pim Lemmers.



Tentoonstelling Pomphuis. Foto's aangeleverd door HVHB.

Stem vandaag. **Juist nu.**

DE **VVD**  
HEEMSTEEDSE



► **Samen  
werken  
aan ons leefbaar  
Heemstede**

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

Munten Postzegels Bankbiljetten  
Goud & Zilver Sieraden Kunst & Curiosa

**GRATIS TAXATIE!**

Wie weet bezit u een kostbaar stuk!

Elke **WOENSDAG EN DONDERDAG** van 10-16 uur  
Heritage Auctions Europe, Energieweg 7, IJsselstein (UT)  
Info 030-6063944 / [www.ha-europe.com](http://www.ha-europe.com) (geen afspraak nodig!)

Phuong, 6 jaar, Cambodja

**WIJ ZIJN WAAR  
KINDEREN ONS  
NODIG HEBBEN**

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

- Te koop:**  
Spinnenwiel bruin, i.pr.st. €25,-  
Tel. 023-5287010
- Te koop:**  
Baantjer boekjes, p.st. €1,-  
Tel. 06-33814640
- Te koop:**  
Breien/haken: katoen 9 bollen ca. 50 g. verschill. kleuren €5,-. 4 Bollen, ca. 150 g. cognackleur €1,50.  
Tel. 023-5470507
- Te koop:**  
Het Weinreb-rapport deel 1 en 2.  
Rapport oorlogsdocumentatie 1940-1945 €25,-. Tel. 023-5475909
- Te koop:**  
Ladekast op wieltjes, lg 66 x br 44 x hg 55 cm, 3 lades waarvan 1 voor hang-mappen, afsluitb. €20,-  
Tel. 06-13860985

**MUZIEKWINKEL  
STAGE  
MUSIC SHOP**

- muziekinstrumenten
- accessoires
- flightcase-materiaal
- verhuur van geluidsapparatuur

**OPEN:**

maandag: 13.00-18.00  
dinsdag-vrijdag: 10.00-18.00  
vrijdag koopavond: 19.00-20.30  
zaterdag: 10.00-17.00

Schoolstraat 7 | Aalsmeer  
0297-328044  
[www.stagemusic.nl](http://www.stagemusic.nl)

Kwaliteitsslagerij

**van der Werff**

Glipperdreef 125  
Heemstede  
Tel. 023-5294363  
[www.slagerijvdwerff.nl](http://www.slagerijvdwerff.nl)

ma. tot vr. 8.00-18.30 uur  
za. 8.00-16.30 uur

Vrijdagavond maaltijd vanaf 17:00 uur <b>WARM chinees buffet 500 gram</b>	<b>6.95</b>	Iedere dag <b>Vers gegrilde kippen</b> vanaf 17.00 uur: per stuk	<b>6.25</b>	Iedere woensdag <b>Gehaktdag</b> runder of half om half kilo	<b>9.49</b>
Zaterdag <b>Huisgemaakte Quiche</b> 2 stuks voor	<b>4.49</b>			<b>Schouderham</b> 100 gram	<b>1.59</b>
				Iedere donderdag <b>Holl. biefstukjes</b> 3 stuks	<b>6.98</b>
				<b>Kogelbiefstukjes</b> 3 stuks	<b>8.49</b>
<b>Dagelijks wisselend assortiment vers gekookte maaltijden</b>					
<b>Huisgemaakte kalfsburgers</b> 4 voor	<b>5.00</b>	<b>Riblappen</b> kilo voor	<b>12.90</b>	<b>Kippenpoten</b> kilo voor	<b>9.98</b>
<b>HEERLIJKE VLEESWAREN VERS VOOR U GESNEDEN</b>					
<b>Huisgemaakte krabsalade</b> 100 gram	<b>1.98</b>	<b>Wijn cervelaat</b> 100 gram	<b>1.89</b>	<b>Huisgemaakte mosterdrollade</b> 100 gram	<b>1.79</b>

GRATIS PARKEREN

Geldig van donderdag 17-03 t/m woensdag 23-03

**Te koop:**  
Orig. Canon inkt tanks 571, 1st cyaan, 1st magenta, 3st bk zwart, 1st bk xl zwart. Tot €10,-. Tel. 06-36074586

**Gevraagd:**  
Schaatsmedailles etc. behoren tot ons cultureel erfgoed. Gooize niet in de kliko. Ik verzamel ze.  
Tel. 0346-241819

**Gevraagd:**  
Verzamelaar koopt graag u gram-mofoonplaten van pop beat en rock muziek uit de jaren 50-60-70.  
Tel. 06-12946730

**Gezocht:**  
Groot metalen vliegtuig van KLM en Fokker van voor 1970 o.a. oude reis-bureau modellen. Tel. 06-53346064

**Gevraagd:**  
Verzamelaar zoekt stereo apparatuur platenspeler cd speler luidsprekers van bang&olufsen mag defect zijn.  
Tel. 0297-786546

**Gevraagd:**  
Crash museum te fort Aalsmeer vraagt spullen uit 2e wereldoorlog voor de vitrines schenking of bruikleen. Tel. 06-20961396

**Te koop:**  
Houten kinderklapstoeltje bruin €5,-. Tafelmodel ezel voor doek 57 cm €10,-. Skeelerbeschermers kind full set €10,-. Tel. 023-5288652

**Gezocht:**  
Assistentie bij ned les in bieb in schalkwijk. 1 x p. 14 dagen op maandag. Leuke groep.  
Tel. 023-5477377

**Te koop:**  
10 Legpuzzels: 950 tot 1000 st. Disney, Anton Pieck, dolfinen e.a. alles €20,-. Tel. 023-5287846

**Gevraagd:**  
Ik heb nog 3 Artis zegels nodig, b.v.d., tevens gevraagd oude geiser boiler/keukenkranen voor onderdelen.  
Tel. 06-26171519

**Gratis afhalen:**  
Houten tuintafel zwart gebeitst, lg 250 x br 95 x hg 75 cm.  
Tel. 06-81555627

**Gratis afhalen:**  
20 Dozen met div. boeken.  
Tel. 023-5240687

**Te koop:**  
Virtufit iconsolehr 2.1 hometrainer User Manual €100,-. Tel. 023-5846495

**Groen is blauw en geel!**

Met de genereuze giften van zowel onze lieve leveranciers als onze gulle gasten hebben we tijdens het Groenendaal-Oekraïne Benefietdiner een mooi bedrag opgehaald voor hulp aan Oekraïne:

**€ 7.000!**

We zijn trots op onze gasten en wij bedanken onze relaties heel hartelijk voor hun bijdrage aan het succes van het benefietdiner:

Wijnkoperij de Gouden Ton  
Tamis - Vino Via wijnen  
Wijnimport J. Bart  
Nieuwsblad de Heemstede  
Divendal Repro  
H. Liefthing Groente & Fruit  
VHC Jongens  
Fix Fisch  
Hesseling Vlees  
Chocolaterie Pierre  
Illy  
Feroclus events  
74telles woordcomposities  
Ontwerper Serge Verbeegen



restaurant Landgoed Groenendaal  
[info@landgoedgroenendaal.nl](mailto:info@landgoedgroenendaal.nl) 0235281555

# Interessant en kalm lijsttrekkersdebat

Door Eric van Westerloo

**Heemstede** - Na de Oude Kerk was op donderdag 10 maart de raadszaal van het gemeentehuis het decor voor een lijsttrekkersdebat. Doordat een aantal raadsleden en wethouders verstek moesten laten gaan wegens corona, werden de opengevallen plekken opgevuld met vervangers. Bij GroenLinks werd de honneurs waargenomen door Marjolein 't Hart en HBB had Jan Verhagen instelling gebracht. De oppositie wilde met publiek debatteren, maar de collegepartijen hielden dit tegen i.v.m. de oplopende besmettingen.

Deze avond kwam men meer toe aan het naar voren brengen van de verschillende standpunten. Uit de vele onderwerpen was een selectie gemaakt. Wat moet de hoogste prioriteit hebben? Eneco-gelden uitgeven aan verduurzaming. De gemeente moet de uitkomst van burgerparticipatie volgen. Er moeten woningen gebouwd worden in het Manpadslaangebied. In Heemstede komt 0% extra bebouwing. Binnenweg moet autovrij worden. Waarom moeten de inwoners van Heemstede op jouw partij stemmen?

De antwoorden gaven een mooi inzicht wat partijen willen. Grote ge-

meene deler is dat partijen het over het algemeen eens zijn met elkaar. Uiteraard nuances: zo wil GL geen bebouwing in het Manpadslaangebied, de andere partijen zien de noodzaak wel. Alle partijen voelen ervoor in de bestaande bebouwing woningen in te breien. GL vindt de opwarming van de aarde en betaalbare energie topprioriteit. De VVD wil afval nascheiden en Heemstede groener maken. SSH wil de bestuurscultuur aanpakken en een oplossing vinden voor het Manpadslaandossier. HBB richt zich op de woningnood, veiligheid verkeer en zorgaspecten. D66 ziet klimaat als topprioriteit gevolgd door energie en wonen. De PvdA wil een inclusieve samenleving, energie, wonen, natuurbehoud en (verkeers)veiligheid. Ten slotte wil het CDA het vertrouwen van de burgers in het bestuur herstellen.

## Eneco-gelden en participatie

Op de een of andere wijze moeten de Eneco-gelden alle inwoners ten goede komen. Dat willen alle partijen, maar verschillen in de wijze waarop. Alle partijen willen participatie in de praktijk behouden en verbeteren. Het kan beter, maar eenvoudig blijkt dit allerminst. Het zijn volgens het CDA altijd dezelfde inwoners die willen participeren. GroenLinks ziet nog altijd heil in een burgerbegro-

ting als summum van participatie. De VVD vindt het Havenlab een goed voorbeeld, al vielen de kosten 1 miljoen hoger uit dan was voorzien.

## Woningbouwplan Manpad

Het CDA wil 30% sociale woningen voor oud en jong. De VVD is voor combinatie van grote en kleine huizen in groene zone. SSH is voor beperkte bouw. Als sociale woningen niet kunnen, laat de PvdA het gebied liever groen. D66 wil de bebouwing aan de Herenweg, woningbouw ja, en zo groen mogelijk. GL is helemaal tegen wonen in de natuur. Er kan wel gebouwd worden volgens GL op het terrein van de rioolzuivering die dicht gaat, rond de Haven en Kennemerduin.

## Waarom moet men juist op een bepaalde partij stemmen?

GL: fietsveiligheid, energie, woon en klimaatcrisis. VVD groen blijft groen, lage OZB in regio, oplossen woningnood, de Dreef en Herenweg fluisterasfalt. HBB willen weer de grootste worden, betere participatie. D66 gaat voor inclusiviteit, onderscheidend en aandacht kunst en cultuur. PvdA blijft links en vooral sociaal, iedereen moet mee kunnen doen, kansgelijkheid. CDA heeft in Heemstede gewortelde kandidaten en willen het dorps karakter behouden.



John Wulfers (lijsttrekker) en Eveline Stam (nr.2) bereiden het zeepkistdebat voor op de Binnenweg. Foto aangeleverd.

## De Heemstedse VVD roept iedereen op te gaan stemmen

**Heemstede** - In de afgelopen maanden heeft de Heemstedse VVD de wijken bezocht en gesprekken gevoerd met inwoners, ondernemers en maatschappelijke organisaties. Dit heeft geleid tot duidelijke speerpunten in het verkiezingsprogramma en nu is de beurt aan u als kiezer. De Heemstedse VVD roept iedereen op om vandaag, woensdag 16 maart, een stem uit te brengen voor een leefbaar Heemstede. Stem Heemstedse VVD!

## Wat mag u van de Heemstedse VVD verwachten

Wat groen is blijft groen én de Heemstedse VVD investeert in meer groen zoals het Groenendaalse Bos. De partij is voor maximaal groen op 't Manpad met minimale bebouwing. Géén volumetoename bij nieuwbouw Kennemerduin. Een bloeiende lokale economie met banen en diverse winkels. Een verkeersveilige Binnenweg, die wél bereikbaar blijft

per auto. Een duurzaam dorp waar we onze opgaven samen aanpakken. Een veilig en sociaal dorp waar we goed voor elkaar zorgen. De Heemstedse VVD investeert in veilig verkeer met zoveel mogelijk 30-km; ook op de doorgaande wegen. We beschermen onze geschiedenis en onze authentieke en markante gebouwen. De Heemstedse VVD staat voor een gezonde financiële huishouding en professioneel betrouwbaar bestuur. Ten slotte, Heemstede blijft zelfstandig.

## De Heemstedse VVD staat in de startblokken

De Heemstedse VVD voerde de afgelopen jaren effectief oppositie, maar maken in een nieuwe raadstermijn graag weer deel uit van de coalitie. De partij heeft uw stem hard nodig om dat te bereiken. Maakt u gebruik van uw stemrecht? Stem vandaag. Juist nu.

## Heemstede in gesprek met jongeren: wat vinden zij nu belangrijk?

**Heemstede** - "Jongeren zijn bang dat ze heel lang bij hun ouders moeten blijven wonen omdat er geen betaalbare woningen zijn". Het is één van de onderwerpen die jongeren aankaartten bij het actuele thema wonen. Burgemeester Astrid Nienhuis bezocht afgelopen maanden drie middelbare scholen in Heemstede en sprak met veel jongeren uit Heemstede, Bloemendaal, Zandvoort en Haarlem over wat zij belangrijk vinden voor hun toekomst. Resultaat: een jongerenagenda.

Maandag 7 maart vond het afsluitende gesprek plaats met de burgemeester, raadsleden en docenten waarin jongeren hun visie gaven op o.a. betaalbare woningen, verkeersveiligheid en inclusiviteit, normen en waarden.

'Een goede dialoog, een duidelijke visie, kennis en een grote mate van eensgezindheid over de onderwerpen die volgens jongeren prioriteit moeten krijgen', zijn een aantal conclusies die uit de gesprekken naar voren kwamen. Nienhuis en de aanwezige raadsleden zijn het erover eens: weten wat onder jongeren leeft is belangrijk en inspirerend voor de (lokale) democratie. Dit was een goed begin. Samen met jongeren en het onderwijs hopen we dit verder uit te bouwen. Hopelijk stimuleert dit project jongeren om hun stem te laten horen tijdens de komende gemeenteraadsverkiezingen.

Burgemeester Astrid Nienhuis: "Als je jongeren een oor geeft en echt luistert in een setting die bij hen past dan krijg je de inzichten die we horen bij deze tijd. En die hebben we in



onze veranderende samenleving hard nodig." Voor jongeren zijn de verkiezingen vaak een ver-van-mijn-bed show en daarom is de opkomst bij (gemeenteraads)verkiezingen bij die leeftijdsgroep vaak laag. Maar de stem van jongeren is belangrijk want het gaat om hun toekomst. Volgens Burge-

meester Astrid Nienhuis is het nodig om jongeren te laten voelen dat zij wel degelijk invloed hebben op hun omgeving en hoe de democratie werkt. Dat zaadje moet vroeg gepland worden, liefst al op de lagere schoolleeftijd, om hen bewust te maken dat de democratie eigenlijk overal is.

## Eerste dagpauwoog alweer te zien

Door Bart Jonker

**Heemstede** - Het zachte lenteweer van de afgelopen dagen doet weer van alles uitvliegen. Zoals deze dagpauwoog (Aglais io), die gespot werd in Heemstede op dinsdag 15 maart en zich te goed doet aan de nectar van een hyacint.

Dagpauwogen overwinteren als vlinder en komen in het voorjaar als een van de eerste vlinders weer tevoorschijn. Niet makkelijk voor ze, aangezien nog niet alles bloeit en er weinig nectar is. Dagpauwogen doen zich daarom ook te goed aan rottend fruit.



Dagpauwoog. Foto: Bart Jonker.

# LENTE! Heerlijk varen met de salonboot 'Heerlijkheid'

WIJ  
VAREN  
WEER!!!



WELKOM AAN BOORD  
**Vraag de nieuwe folder aan**

- ✓ Rondvaarten
- ✓ Lunch
- ✓ Diner
- ✓ Baby shower
- ✓ High tea
- ✓ Borrelcruise
- ✓ Iets te vieren...

Rederij Haerlem uit Heemstede



Nico en Liping Tienpont

Bel: 06 53 137 837

E-mail: info@rederijhaerlem.nl

Rederij Haerlem B.V.

WWW.REDERIJHAERLEM.NL

**Gevraagd:**  
Dvd De nieuwe wereld met Bianca Krijgsman. Tel. 023-5295101

**Te koop:**  
Bedsprei z.g.a.n. l. blauw br 280xlg 265 cm €20,-. Tel. 023-5581649

**Te koop:**  
Heerlijke stiense bonen, per pond 4,50 euro. Anton Pieck puzzels, 3 voor €10,-. Tel. 023-5615450

**Te koop:**  
Wielklem voor auto caravan of aanhanger €30,-. Tel. 06-33814640

**Gevraagd:**  
Antieke trein stoommachine auto motore oa oud speelgoed. Verzamelaar geeft prima prijs. Tel. 06-20893486

**JONGE HELDEN**  
NIERSTICHTING



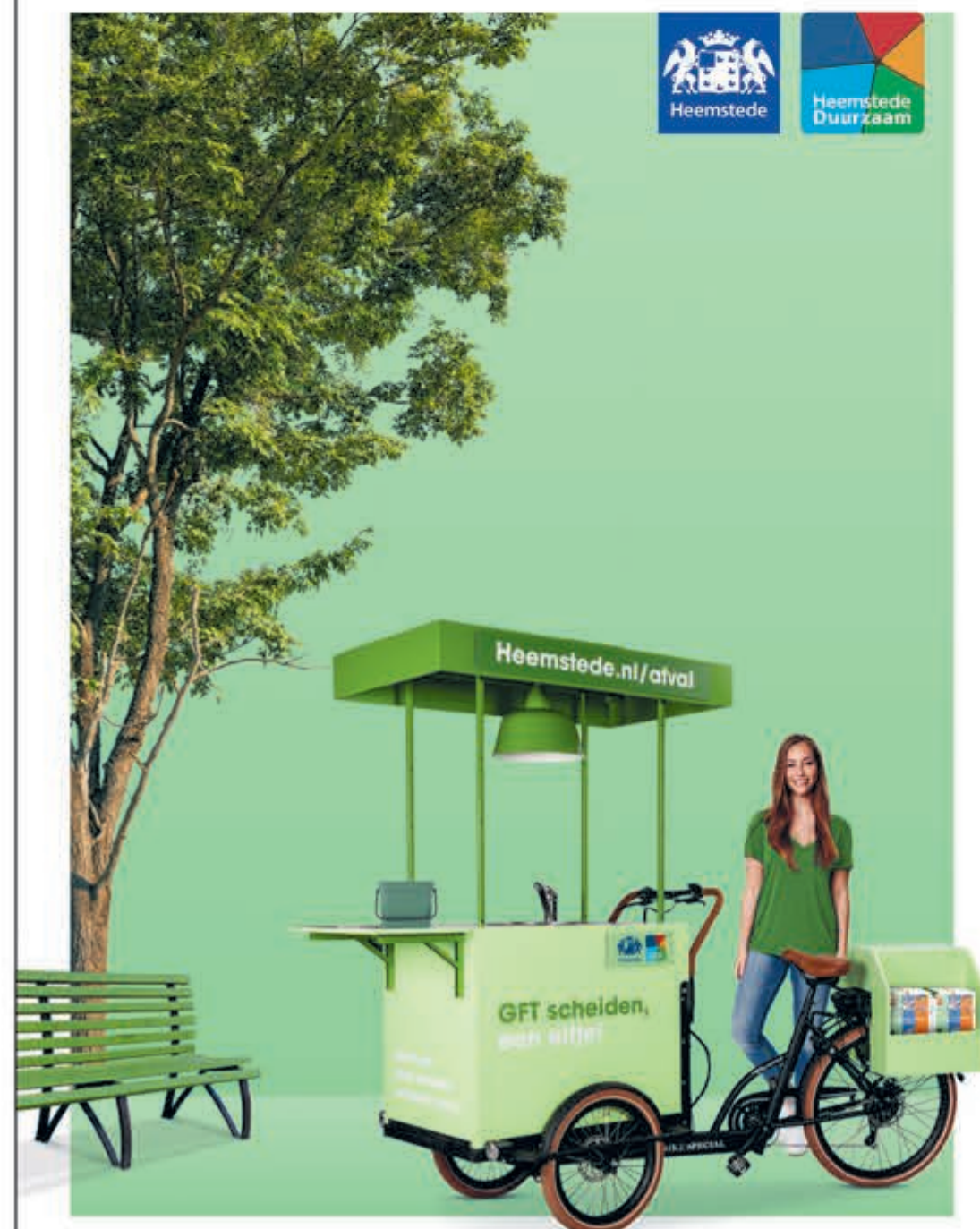
Geef voor een toekomst  
waarin we nierziekten  
kunnen genezen.

nierstichting.nl



NIERSTICHTING

Je nieren zijn je leven.



## Mis 'm niet: de GFT-bakfiets in uw buurt

Met extra gemak uw keukenafval scheiden? Kom naar de GFT-bakfiets als die binnenkort door uw buurt rijdt en ontvang een gratis GFT-afvalbakje. Vraag meteen alles wat u wilt weten over afval scheiden en krijg een paar supertips & tricks. De moeite waard, want uw GFT is 100% recyclebaar, we maken er o.a. compost en biogas van. Dat scheelt CO2-uitstoot en geld. Goed op weg!

Maak van afval scheiden je tweede natuur.

**Kijk wanneer de GFT-bakfiets in uw buurt komt op [heemstede.nl/afval](http://heemstede.nl/afval)**

23 maart | 10.00 - 12.00 | Binnenweg | Wethouder Annelies van de Have fietst rond

23 maart | 12.00 - 14.00 | Binnenweg 93 | Pop-up store Heemstede Duurzaam

25 maart | 13.00 - 17.00 | Station Heemstede

## Relaas van een Oekraïense vluchteling

Door Eric van Westerloo

**Heemstede** – Eric van Westerloo had contact met Anastasiia Varchak over de oorlogssituatie in Oekraïne. Inmiddels is zij veilig in Heemstede aangekomen. Ze vertelt haar verhaal over het oorlogsgeweld en haar vlucht met haar familie naar Heemstede.

“Op 24 februari werden mijn man en ik om 5 uur wakker van de explosies”, vertelt Anastasiia. “In het begin bleven mijn man, twee dochters en ik thuis in de hoop dat de bombardementen snel zouden eindigen. Niemand kon geloven dat dit in de wereld kon gebeuren. We brachten twee nachten door in de kelder. Soms even snel terug naar het appartement om te eten en te wassen. De explosies waren luid, het was eng voor de kinderen.

### Twee mannen begonnen mensen in de trein te gooien

Op de derde dag realiseerden wij ons dat wij voor de kinderen moesten handelen. Binnen een uur verzamelden we de meest noodzakelijke dingen en wat eten. We gingen op zoek naar transport. Na een paar uur zoeken vonden we een taxi. Toen we door de verlaten straten van de stad naar het station gingen, moesten we huilen. Aangekomen op het station, vonden we een trein, maar die bleek opeens niet te gaan.

Er was een grote menigte op het station. Mensen waren bang, er waren regelmatig explosies te horen. We hoorden dat de volgende trein snel zou vertrekken. We wilden naar het perron, maar we konden de trap

niet op. Iedereen duwde en het voelde alsof we naar beneden rolden. Maar we zijn er toch gekomen. Mensen gaven ons een pasje, omdat ze zagen dat mijn kinderen en ik het moeilijk hadden. We ontmoetten een moeder met twee kinderen en besloten bij elkaar te blijven. Toen de trein arriveerde, haastte iedereen zich naar de trein. Twee mannen begonnen mensen in de trein te gooien. We stonden er tussen. Mensen begonnen van alle kanten te duwen en te trekken. Ik raakte in paniek, omdat ik bang was dat ze mijn dochters van 6 maanden en 5 jaar zouden verpletteren. Vanaf dat moment begonnen de kinderen te huilen. Ik begon te schreeuwen als nooit tevoren in mijn leven, schreeuwde om hulp. Mijn geschreeuw werd gehoord door de mannen die het instappen controleerden. En ze begonnen mensen opzij te duwen waardoor we een doorgang kregen. Het zat al vol. Bella werd in een zitje voor de kinderen gedaan en ik kreeg de randen van het bankje toegewezen. Maar ik was er enorm blij mee. Bewegen was er niet bij. Ik was alleen met mijn twee kinderen, omdat mijn man terug was naar huis.

### Wachten op onze beurt

Na uren stopte de trein. Het bleek dat we 20 km van de Oekraïense grens stonden te wachten op onze beurt. De kinderen zaten al die tijd al klem. Vooral Emma kon niet slapen tussen al de mensen. Mensen begonnen uit de trein te stappen, maar er was geen informatie over wanneer we verder zouden gaan. Buiten was het behoorlijk koud. Vrijwilligers kwamen

langs het spoor en brachten eten, heet thee en water. Het was gewoon onmogelijk voor ons om uit de trein te komen. We stonden stil van 11 uur tot 's avonds laat. Daarna werden we iets verder vervoerd. En we stonden weer. Mensen waren alles beu, iemand werd onwel, er werd een ambulance gebeld. Een oudere vrouw van in de 70, die buiten liep, viel en brak haar arm. Mijn Emma hilde bijna de hele tijd. Ik wiegde haar in mijn armen, af en toe viel ze 20-30 minuten in slaap maar werd steeds wakker. Bella at niets en dronk niet alleen vragen wanneer we zouden vertrekken.

### Passagiers kregen ruzie

Toen kwam de nacht. Geen enkele passagier heeft ooit zo'n moeilijke en vreselijke nacht meegemaakt. Passagiers kregen ruzie. De beker van geduld liep over. De mensen die stonden begonnen een plek te eisen van die mensen die zaten. Sommigen stonden hun plaats af, zodat anderen een beetje konden rusten. Maar voor het grootste deel bleef men zitten. Kinderen die iets hadden geslapen, begonnen te snikken. En zo duurde het tot de ochtend.

### Veilig in Heemstede

Om 4 uur vertrok onze trein weer. Een golf van vreugde flitste door de trein. Daarna ging alles snel. We liepen over Oekraïense grens. Na een paar uur wachten gingen we over de Poolse grens. Daar werd op ons gewacht. Mijn broer wachtte ons op. We waren veilig!!! Na 16 uur, met de auto zonder te stoppen, waren we bij onze familie in Heemstede”, aldus Anastasiia Varchak,



Landgoed Groenendaal in Oekraïense kleuren. Foto: aangeleverd door Landgoed Groenendaal.

## Benefietdiner Landgoed Groenendaal groot succes

**Heemstede** - Met heldere blauwgele verlichting was het elegante koetshuis van Landgoed Groenendaal afgelopen maandagavond het decor van een bijzonder benefietdiner. Eigenaar Hein Uitendaal en zijn team verzorgden een uitgebreid viergangendiner met alles erop en eraan. De volledige omzet van de avond wordt gedoneerd aan 'de helpers' die zich inzetten voor de vluchtelingen die hun thuisland Oekraïne noodgedwongen hebben verlaten.

Uitendaal vertelt: “Vorige week zondag liep ik met een beetje te ijsberen met de verschrikkelijke beelden uit Oekraïne in gedachten. Ik wilde graag iets doen, slachtoffers helpen, tegenstand bieden. Toen kwam het besef dat we ons restaurant kunnen inzetten en gewoon moeten doen waar we goed in zijn: onze gasten een heerlijke avond bezorgen. Een extra dag open en dan de omzet doneren aan de helden die daadwerkelijk de grens overtrekken om hulp te bieden.”

Uitendaal deelt zijn idee met zijn team en er wordt direct actie ondernomen. Binnen de kortste keren zijn alle leveranciers gebeld. Iedereen reageert enthousiast en sponsort met plezier ingrediënten, wijn en koffie. Kunstenaar Serge Verheugen maakt een prachtig plaatje waarbij de Oekraïense kleuren mengen tot Groenendaals groen. Maandagavond gaat het Groenendaalse benefietdiner online en vijf minuten later komen de eerste reserveringen binnen.

“We hadden vanavond eigenlijk 50 gasten zullen ontvangen maar helaas moesten er drie mensen afzeggen vanwege corona”, vervolgt Uitendaal. “Want ook dat bestaat nog. Sterker nog, onze chef is geveld door het virus dus nu staan de jongens in de keuken zeven dagen achter elkaar te werken. Maar ze verzekeren me dat het geen probleem is, dat ze graag willen helpen. Dat is toch mooi? Het

raakt me hoe iedereen in beweging komt en alles opzijgezet wordt om een groter doel te dienen: zonder er iets voor terug te willen hebben hulp bieden aan de Oekraïense bevolking die het ontzettend hard nodig heeft.

“Ander mooi voorbeeld is Gert van Soest van Chocolatier Pierre. In de eerste lockdown stond hij al vooraan om ons te helpen als ondernemers onder elkaar. Het benefietdiner kon ook op zijn support rekenen en afgelopen vrijdag leverde hij 120 handgemaakte bonbons die hij voor deze gelegenheid in de Oekraïense kleuren had gemaakt. Zaterdag vond onze communicatiedame het een leuk idee om die bonbons ook aan te bieden aan haar vriendenkring vol chocoladeliefhebbers. Dus ik zeg: “Doe maar, dat regelen we wel.” En vanochtend heb ik hem gebeld met de boodschap dat ik er nog 900 extra nodig had!”

Hij vervolgt lachend: “Ik had het niet van tevoren met Gert overlegd en wilde bijdragen aan de kosten voor de extra bestelling. Maar dat was niet nodig zei hij, hij wilde deze hoeveelheid ook graag sponsoren. Dat is toch geweldig!”

Op de vraag hoeveel geld hij denkt op te halen vanavond antwoordt hij: “In ieder geval €4700,00 want de gasten betalen €100,- per couvert. Meer afrekenen mag natuurlijk ook, we hebben zojuist gasten verwelkomd die al aangaven dat ze het dubbele willen afrekenen. Het is echt mooi om de goedheid van de medemens weer in alle glorie te zien, ik ben er blij mee!”

Inmiddels hebben de acties van Landgoed Groenendaal € 7.000,00 opgebracht. Het bedrag is inmiddels overgemaakt naar hulpverleners uit de regio die naar Polen zijn afgereisd om terplekke hulp te bieden. Zij houden Uitendaal op de hoogte van hun werkzaamheden en waar het geld voor wordt ingezet.

## Pannenkoekenrestaurant De Konijnenberg draagt dagomzet af voor Oekraïne op 18 maart

Door Eric van Westerloo

**Heemstede** - Het zal niet algemeen bekend zijn dat het vrijdag 18 maart Nationale Pannenkoekendag is. Deze dag is uitgeroepen om de pannenkoek eens centraal te stellen. Eigenaar Marco Uitendaal van het gerenommeerde restaurant De Konijnenberg aan de Herenweg 33 in Heemstede grijpt deze dag aan om iets bijzonders voor de vluchtelingen uit en buiten de Oekraïne te doen. De gehele dagomzet van het restaurant doneert Marco aan giro 555.

Nu heeft de Konijnenberg over klandizie niet te klagen, maar juist voor dit goede doel zou het prachtig zijn om vanaf 12.00 een overvolle zaak te hebben. Het begint dus al met de lunch, waar een pannenkoek ook heerlijk smaakt, tot in de avond. Elke euro is er één waarmee de nieuwe ontheemden geholpen kunnen worden. Wie weet misschien krijgt een vluchteling na dagen in angst te reizen met weinig vers voedsel wel een maaltijd aan de Poolse, Roemeense of Moldavische grens. Betaald met geld van de rekening 555. Met die gedachte moet de pannenkoek, of iets anders van de menukaart, dubbel zo goed smaken. Na de zware coronatijd waarin De Konijnenberg gesloten moest blijven en de opbrengst tot 0 was gedaald, is het zeker uitzonderlijk dat een



Bij De Konijnenberg bakken ze er goed op los voor Oekraïne. Foto aangeleverd.

ondernemer de nood van anderen laat voorgaan boven eigen gewin.

Het zou fijn zijn als de gasten vooraf hun komst willen bevestigen, zodat Marco en zijn staf (nieuwe medewerkers welkom) de ruimte optimaal kunnen benutten en er geen enkele stoel onbezet blijft. De praktijk leert dat er vanaf 16.30 iedere uur nieuwe gasten aanschuiven. Reserveren kan via telefoonnummer 023-5848096.

Laat deze sympathieke actie een doorslaand succes worden. U helpt er zoveel vluchtelingen mee. Dageelijks zie je op TV hoe dankbaar de mensen zijn als hen hulp, transport en voedsel wordt aangeboden. Dus vrijdag 18 maart op naar De Konijnenberg.

Meer informatie en reserveren via [www.dekonijnenberg.nl](http://www.dekonijnenberg.nl) of tel.nr. 023-58448096.

GIRO  
**555**

**SAMEN IN ACTIE VOOR OEKRAÏNE**

**GEEF NU OP GIRO555.NL**

NL08 INGB 0000 0005 55





**DINSDAG 29 MAART**  
**DONDERDAG 31 MAART**

### 4 PRESENTATIES

- 10.00 uur Testament en Levenstestament**  
Waar aan te denken bij het opstellen van een dergelijke akte? Hoe kunt u erfbelasting besparen? Invloed uitoefenen op de eigen bijdrage Wet langdurige zorg, zodat u uw eigen huis/vermogen niet hoeft 'op te eten'. Wie mag er namens u beslissingen nemen als u dat zelf niet meer kunt of wilt? Alle ins en outs. Het opstellen is **ALTIJD MAATWERK!**
- 12.30 uur Schenken op papier**  
Wat is het precies, hoe werkt het en: is schenken op papier een goed idee... of toch niet?
- 14.00 uur Executeur + afwikkeling van een nalatenschap**  
De executeur is de spin in het web die alles regelt van A tot Z. De erfgenamen zijn NIET bevoegd iets te doen vanaf het moment van overlijden tot aan het moment dat de executeur klaar is met zijn werkzaamheden. We bespreken het 10-stappenplan en ook informatie over de (dure akte) 'verklaring van erfrecht' die vaak helemaal NIET nodig is!
- 16.00 uur Samenwonen- ger. partnerschap- trouwen- scheiden**  
Wat staat er in een samenlevingsovereenkomst? Wanneer kiest u voor geregistreerd. partnerschap? Waaraan te denken als u besluit te gaan trouwen? En als u gaat scheiden: bedenk dan dat de ex-partner met slechts een 'convenant' en standaard 'testament' nog wel steeds van u mee erft! De belangrijke (pijn)punten van elke relatiestatus op een rij.

Stel uw vragen direct aan de experts!

De presentaties zijn **KOSTELOOS** bij te wonen

**AANMELDEN**  
voor één of meer lezingen:  
[www.erfrechtinfo.com](http://www.erfrechtinfo.com)  
085 - 0 60 10 70



Locatie: De Krocht, Grote Krocht 41 in Zandvoort

Meer info: [www.erfrechtinfo.com](http://www.erfrechtinfo.com) ☎ 085 - 0601070

## GIULLIA & CO

DAMESMODE

Manja gaat na vele jaren genieten van haar pensioen.

Wil je haar nog even gedag zeggen?  
Dat kan vrijdag 18 maart in de winkel in Heemstede.

Wij zorgen voor de hapjes en de drankjes.

**VRIJDAG 18 MAART**

Binnenweg 159A, 2101JH Heemstede  
[www.giullia.nl](http://www.giullia.nl) 023 528 68 15



## Pensioen



## BIOCHAR MIX



Voor mooie en gezondere planten!

Puur koolstof bindt voedingsstoffen aan zich en voorkomt uitspoeling.

De poreuze structuur wordt gekoloniseerd door micro-organismen.

En draineert tevens de bodem bij zware regenval...

en houdt in droge tijden 6 x het eigen gewicht aan vocht vast.

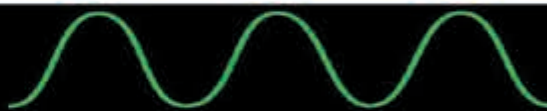
Een hoog koolstofgehalte bevordert de opname van voedingsstoffen (CEC).

Maakt de bodem luchtig en komt de doorwortelbaarheid ten goede.

Het proces is CO2 negatief, het onttrekt koolstof uit de kringloop.

De koolstof vergaat in de grond niet en blijft, jaar na jaar, zijn werk doen.

**10 liter Biochar Mix voor € 10,-**



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

# ISOLEER JE HUIS



Isoleer nu voordelig

[duurzaambouwloket.nl/inkoopactie-woningisolatie](http://duurzaambouwloket.nl/inkoopactie-woningisolatie)

## Succesvol Dubbel Open Toernooi: TVHBC doneert een deel baromzet aan Giro 555 voor Oekraïne

**Heemstede** - De afgelopen week was het weer druk op het tennispark van Tennisvereniging HBC aan de Ringvaartlaan. Onder ideale weersomstandigheden (de zonnigste maand maart sinds mensenheugenis) - zonder wind en regen - werd dit toernooi gespeeld. Alleen voor het publiek was het soms beetje fris, maar de warme plaids, de terrasverwarming en het zonnetje deden hun werk, zodat de vele toeschouwers toch bleven zitten.

Het HBC Dubbel Open is een toernooi waarin alleen dames dubbels, heren-dubbels en gemengd dubbels gespeeld worden in de categorieën 3-4-5-6-7-8, zowel in de 17+ als in de 35+ leeftijden. Meer dan 200 inschrijvingen maakten het toernooi succesvol. Spelers van bijna alle verenigingen uit de regio hadden zich ingeschreven voor dit toernooi. Ook de feestavond ontbrak niet en deze werd weer ouderwets gezellig. Een hapje, een drankje en een dansje maakte ook deze avond tot een succes. Na vele spannende en vooral gezellige partijen in de poultjes zijn op zaterdag en zondag de laatste poulewedstrijden en/of de finales gespeeld.

De winnaars in de hoogste speelsterkte zijn Ruud Verhoeven en Donny Otte in de heren-dubbel, in de dames-dubbel waren Madelon Buijs en Mariska Hoorik de sterkste. In het gemengd dubbel ging de eer naar Roos Pels en Wouter Planting. De finaledag, zondag 13 maart, van het HBC Dubbel Open toernooi stond ook in het teken van Oekraïne. Een deel van de baromzet is door

Tennisvereniging HBC gedoneerd aan Giro 555. Ook kon je een donatie via de kassa doen: bij je bestelling gaf je een extra bedrag op dat je aan Giro 555 wilde doneren en deze rekende samen met je drankje af. Mede door het mooie weer is dit een succesvolle actie geworden.

U kunt alle uitslagen van het toernooi terugvinden op [www.tvhbc.nl](http://www.tvhbc.nl).



Gezellig Dubbel Open Toernooi op TVHBC. Foto: aangeleverd door TVHBC.

## Tennisfeestje bij TVHBC voor de Heemstedse jeugd

**Heemstede** - Ontdek en ervaar hoe leuk tennis is en kom naar het Tennisfeestje voor de jeugd bij Tennisvereniging HBC aan de Sportparklaan in Heemstede, op zondag 27 maart vanaf 10.00 uur.

Tijdens dit 'Tennisfeestje' kunnen de kinderen kijken of zij tennissen leuk vinden. Waarom tennissen?

Tennissen is een ontzettend spannende, gezonde en veelzijdige sport. Tennis leert het kind om zichzelf verantwoordelijk te voelen voor de keuze en de prestaties. Tennis kan een leven lang, op eigen niveau gespeeld worden en staat voor plezier, sportiviteit, inzet en respect. Dit is de ideale gelegenheid om kennis te maken met het tennisspel en met de tennisvereniging HBC.

Kinderen van 5 t/m 8 jaar worden om 10.00 uur verwacht en kinderen van 9 t/m 17 jaar verwachten worden om 11 uur verwacht op het tennispark om deel te nemen aan de activiteiten op de baan.



Tennis bij TVHBC. Beeld aangeleverd.

Ook de eigen jeugd doet mee met dit Tennisfeestje op dit eerste toernooitje van het komend tennisseizoen. Voor de jongste groep is er een spellencircuit en worden er wedstrijdjes gespeeld op mini tennisbaantjes. De oudere jeugd speelt een onderling toernooitje op de overige vrije banen. Je kunt je voor het toernooi opgeven door het inschrijfformulier: Tennisfeest en Openingstoernooi voor de Jeugd in te vullen welke op de website staat van onze vereniging [www.tvhbc.nl](http://www.tvhbc.nl).

De inschrijving sluit op woensdag 23 maart. Mocht je nog vragen hebben stuur dan een mailtje naar [jeugdcommissie@tvhbc.nl](mailto:jeugdcommissie@tvhbc.nl) of bel met 06 46179933.

Vergeet niet dat als je jeuglid bent van TVHBC dat dan de zomerlessen gratis zijn en je het hele jaar kunt vrijspelen. Het wordt een gezellige dag. De jeugdcommissie van TVHBC is deze dag aanwezig om al uw vragen te beantwoorden.

## Mooie opbrengst voor HBC Gymnastics

**Heemstede** - Supermarkt COOP Heemstede heeft het mogelijk gemaakt om HBC Gymnastics financieel te steunen.

Door middel van donatie van lege flessen kon ieder de afgelopen maanden de vereniging steunen. De supermarkt verdubbelde dit bedrag welke uiteindelijk €501,70 opbracht. Een prachtig resultaat waarvan HBC een nieuwe airtrack kan aanschaffen.

Afgelopen week werd de cheque overhandigd door Niels van de supermarkt aan HBC Gymnastics.



Cheque met leuke opbrengst voor HBC Gymnastics. Foto aangeleverd.



Sander Rotteveel. Foto: Archief SportSupport.

## Sander Rotteveel is gloednieuwe verenigingsadviseur in Heemstede

**Heemstede** - Sander Rotteveel (37) is nieuwkomer bij SportSupport. Niet alleen is hij pas sinds oktober in dienst, ook zijn functie als verenigingsadviseur is gloednieuw.

Hij is een geboren en getogen Heemstedenaar. Was topsporter in de atletiek, medaillekandidaat op de 400 meter en trainde om uit te komen op de Paralympische Spelen 2008 (Sander draagt een onderbeenprothese). Een hardnekkige zenuwbaanontsteking in zijn hoofd gooide echter roet in het eten en uiteindelijk moest hij zijn olympische droom definitief opgeven. Wel is hij altijd 'in de sport' gebleven. Zo werkte hij bij de Bootcamp Club en begon hij als personal trainer voor topsporters en recreanten.

### Breed takenpakket

Sander: "Verenigingsadvies in Heemstede is een compleet nieuwe functie binnen SportSupport. Van daar dat we de afgelopen periode hebben gebruikt om de clubs duidelijk te maken waarmee zij bij ons terecht kunnen. Want dat kan echt van alles zijn: van vragen over verenigingsbeleid, subsidies en covid-19, tot vrijwilligersmanagement, ledenwerving of het type bal dat ze gebruiken aan toe."

Als adviseur is hij zowel actief in Heemstede als in Bennebroek, hij is contactpersoon voor het primair onderwijs en hij schuift aan bij de

sociale-coalitiepartners. Daarnaast is Sander clubkadercoach en ondersteunt in die hoedanigheid verenigingen op pedagogisch en didactisch vlak, en verder is hij nog betrokken bij het Heemstedse Sportakkoord. "Ik ben een sporter en sporters kunnen niet stilzitten", lacht hij. "Juist de afwisseling van het contact met verenigingsbesturen, scholen, de gemeente en inwoners maakt het werk voor mij zo uitdagend. Zo zijn we bijvoorbeeld bezig met het verkennen van de mogelijkheden voor een open sportpark bij HBC en rondom Groenendaal. Maar tegelijkertijd zijn we ook druk met het treffen van alle voorbereidingen om in 2022 eindelijk weer mooie en grote schoolsportevenementen neer te kunnen zetten."

### Maatschappelijke vitaliteit

Nog in 2004 huldigde SportSupport hem tot Sporter van het Jaar, straks reikt hij zelf de medailles uit. Sander: "Ik stond veelal aan de commerciële kant van sport en werkte met grote bedrijven als Heineken of Hema. Maar ik voelde steeds sterker de behoefte om ook maatschappelijk aan vitaliteit bij te dragen. Er wacht me een dubbele uitdaging, want 65% van de Nederlanders is - mede door corona - minder gaan bewegen en meer gaan roken en drinken. Voor mij is dus én alles nieuw én mensen hebben het nu extra hard nodig om fit te worden. Mijn handen jeuken!"

## Teamwedstrijden turnen HBC Gymnastics

**Heemstede** - Het weekend van 5 en 6 maart waren de derde teamwedstrijden in Beverwijk.

Zaterdag 5 maart begon al heel goed met het team van "The six best van HBC". Zij hadden de meeste tegenstanders maar doordat het team van Sara, Veerle, Olivia, Benthe, Vivienne en Maya op alle toestellen zo goed geturnd hebben, kwamen zij met elkaar op de 2de plaats te staan en ontvingen zij allemaal een hele grote medaille.

Zondag 6 maart waren de overige teams van HBC Gymnastics aan de beurt. In de ochtend het team met niveau 6 met Mayila, Marit, Dorien, Miral en Eva. Ook dit team had veel tegenstanders, dus aan het einde van

de dag kon pas bekend gemaakt worden dat zij op de 3de plaats geëindigd waren.

In de tweede ronde kwam het team van "de sur5ers" in actie. Allemaal jeugd of junior turnsters in supplement F. Deze groep met Lieve, Merle, Livia, Anne-Myrthe en Scarlett kwam op de 5de plaats te staan.

Ook werd er gekeken naar de individuele scores. Fleur kwam op de 4de plaats en Scarlett is 2de geworden bij de junioren. Hier werden ook verschillende medailles opgehaald: Veerle op de 5de plaats, Benthe op de 4de plaats, Sara op de 2de plaats en Dorien en Olivia op de 1ste plaats.

# In Gedachten.....

*De levenskunst van afscheid nemen*

**Alice Loeters**  
persoonlijke uitvaartzorg

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

[www.aliceloeters.nl](http://www.aliceloeters.nl) / 0255-517452 (dag en nacht bereikbaar)



**Erika**  
UITVAARTVERZORGING

**MAATWERK**  
Omdat ieder afscheid anders is.

**DAG & NACHT BEREIKBAAR**  
06 395 072 45 - [mail@uverika.nl](mailto:mail@uverika.nl)  
[www.uitvaartverzorgingerika.nl](http://www.uitvaartverzorgingerika.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](http://www.uitvaartzorgdemeer.nl) | [info@uitvaartzorgdemeer.nl](mailto:info@uitvaartzorgdemeer.nl)

*'Met respect voor de wensen van de overledene en diens nabestaanden, zet ik mij in voor een mooi afscheid.'*



Robbert Groen  
Uitvaartverzorging



**Dunweg**  
uitvaartzorg sinds 1911 stijf en betrokken

Achterweg 40, 2132 BX Hoofddorp  
Postbus 189, 2130 AD Hoofddorp  
023-2044424 | [info@dunweg.nl](mailto:info@dunweg.nl)

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

## Team Patty Duijn

Begeleiding bij leven en afscheid

- Specialist in luisteren en vertalen van wensen
- Passie voor kwaliteit bij leven en afscheid
- Expert in gespreksvoering terminale situaties
- Begeleiding met oog voor detail en eigenheid



Lisette    Mayke    Natasja    Evelyne    Patty

**Vragen? Een overlijden melden? 06 300 93 482**  
[info@pattyduijn.nl](mailto:info@pattyduijn.nl) | [www.pattyduijn.nl](http://www.pattyduijn.nl) |   

Uitvaartzorg  
**Jessica IJzer**

Dag en nacht bereikbaar  
023 - 5 272 272 / 06 - 83 595 938

Indien u wilt, kunt u uw wensen van tevoren met ons bespreken. Ongeacht uw verzekering, kunnen en mogen wij de uitvaart voor u regelen.

Hofstede Sparrenheuvel  
Bloemendaalseweg 139  
2061 CH Bloemendaal

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



Voor een afscheid met liefde en respect

## Heemstede en Bloemendaal treffen voorbereidingen extra energietoeslag voor lagere inkomens

**Heemstede/Bloemendaal** – Huishoudens met een laag inkomen krijgen een tegemoetkoming €200 voor de stijgende energiekosten. Dit bedrag is voorlopig. Mogelijk wordt het later meer.

### U krijgt een uitkering en woont zelfstandig?

De gemeente treft daarom de voorbereidingen om de energietoeslag uiterlijk in maart op uw rekening te storten. Dit geldt alleen als u een uitkering van de gemeente ontvangt en zelfstandig woont. U krijgt hier een brief over.

### Laag inkomen maar geen uitkering?

Heeft u een laag inkomen, maar geen uitkering van de gemeente? U kunt u

de toeslag later zelf aanvragen. Dit is nu nog niet mogelijk. Zodra wij meer weten, leest u dit op: [www.iasz.nl/hulp-bij-laag-inkomen/energietoeslag/Besparen-op-uw-energierekening](http://www.iasz.nl/hulp-bij-laag-inkomen/energietoeslag/Besparen-op-uw-energierekening).

Woont u in een huurwoning en wilt u besparen op uw energie, maar weet u niet zo goed hoe? Maak dan een afspraak met een energiecoach uit de buurt. Dit advies is gratis. Meld u aan voor een bezoek op: [www.wooninfo.nl/vraagbaak/energie/energiecoach/](http://www.wooninfo.nl/vraagbaak/energie/energiecoach/) of bel naar 020 5230190.

### Gratis energiebox

Heeft u een uitkering van de gemeente of maakt u gebruik van regelingen voor een laag inkomen



Energietoeslag als steuntje in de rug voor lagere inkomens. Foto: Bart Jonker.

van de gemeente? Dan heeft u een brief ontvangen waarin staat dat u een energiebox op kunt halen. Deze

box bevat ledlampen, radiatorfolie en tochtstrips. Hiermee kunt u uw energierekening verlagen.

## Erfrechtzaken eenvoudig uitgelegd door de professionals

**Zandvoort** - Op 29 en 31 maart verzorgt Erfrechtinfo vier presentaties over diverse thema's die met erfrecht te maken hebben. Geïnteresseerden kunnen deze presentaties wederom kosteloos bijwonen in theater De Krocht, Grote Krocht 41 in Zandvoort. "Iedereen heeft recht op de juiste informatie in begrijpelijke taal", aldus één van de initiatiefnemers, mr. Neill Buijze.

Het programma start op beide dagen om 10 uur met uitleg over het samenstellen van een (levens)testament. Hoe je bijvoorbeeld kunt besparen op erfbelasting en hoe je invloed kunt uitoefenen op de eigen bijdrage voor de Wet langdurige

zorg, zodat je niet uiteindelijk je eigen huis hoeft 'op te eten'.

Om 12.30 uur aandacht voor 'Schenken op papier'; wat is het en is het wel of niet een goed idee? Om 14.00 uur gaat het over 'De executeur en de afwikkeling van een nalatenschap' en tenslotte om 16.00 uur een bijeenkomst over 'verschillende relatievormen als samenwoners, het samengestelde gezin (een kind uit een vorige relatie) of gescheiden ouders' en de consequenties daarvan voor het erfrecht.

Aanmelden (verplicht) via: [www.erfrechtinfo.com](http://www.erfrechtinfo.com) of bel: 085 0601070.



Erfrechtzaken. Foto aangeleverd.

## Landgoed Groenendaal presenteert bonbons in kleuren Oekraïense vlag voor Oekraïne

**Heemstede** - Op de tafel van Chocolaterie Pierre liggen tientallen mallen die stuk voor stuk worden ingekleurd met de kleuren van de Oekraïense vlag en vervolgens worden gevuld met chocolade en een heerlijke karamelvulling uit eigen keuken.

De vulling is een combinatie van karamel met een vleugje butter-scotch en een heel klein snufje zout.

Vorige week is er een exclusieve kleine oplage gemaakt voor het benefietdiner van Landgoed Groenendaal. Sinds het begin van de coronacrisis is

er een hele leuke samenwerking ontstaan en wordt hun ijs en warme chocolademelk bij de Groenendaalse BosBar verkocht.

"Deze bonbons zijn zo in de smaak gevallen dat ik er nog een kleine 1000 extra mag maken voor Landgoed Groenendaal", vertelt eigenaar Gert van Soest.

"Het sponsorproject is een beetje uit de hand gelopen maar dat maakt me niets uit, we voelen ons betrokken bij de slachtoffers en wat doe je dan? In ons geval maken we er chocolade van."



De bonbons in de speciale kleuren van de Oekraïense vlag. Foto aangeleverd door Landgoed Groenendaal.

## Controle 140 garageboxen in Heemstede in kader van preventief onderzoek ondermijning

**Heemstede** - De gemeente Heemstede, Omgevingsdienst IJmond, Politie en Douane hebben vrijdag 11 maart een integrale controle uitgevoerd op twee locaties met garageboxen en opslagruimten in Heemstede.

Deze preventieve controle vond plaats op grond van de milieuwetgeving en de brandveiligheid. Bij de

controle is gebruik gemaakt van gespecialiseerde speurhonden. Burgemeester Nienhuis: "Vastgoed wordt soms misbruikt voor criminele doeleinden. Daarom geven we voorlichting aan eigenaren en voeren we soms controles uit. Voelt iets niet pluis? Meld u het dan bij de politie (0900-8844) of bij misdaad anoniem (0800-7000)".

In totaal zijn er deze vrijdag 140 garageboxen en opslagruimtes gecontroleerd aan de Leidsevaartweg en de Lombokstraat. De huurders hadden alles op orde en er zijn geen misdaden aangetroffen. De verschillende diensten zullen de komende tijd vaker de samenwerking zoeken om dergelijke controles uit te voeren.



## KORT

### Workshop 'Zing, het is lente'

**Heemstede** - De lente is in aantocht, vogels beginnen weer te fluiten, de knoppen worden dikker en dikker en de zon warmer op je huid. Er kan weer vol- en vrijuit gezongen worden. Na 2 jaar lockdown reden genoeg om te zingen en in volle jubel uit te barsten.

Zingen raakt het hart. Met je stem en zingend kan je alle facetten van jezelf laten horen en tot uitdrukking brengen. Heb je nog nooit gezongen, durf je niet te zingen, wil je wel zingen maar vrijer en speelser dan in een vast koor, kom kennismaken met deze manier van zingen.

Deze workshop door Henriette Middelkoop is bij WIJ Heemstede in de Luifel, Herenweg 96, Heemstede op vrijdag 25 maart om 0 uur en kost €5,-.

Graag van tevoren aanmelden via: [www.wijheemstede.nl](http://www.wijheemstede.nl), [info@wijheemstede.nl](mailto:info@wijheemstede.nl) of 023 - 5483828.

### Ondertekening woningbouwplan Princenbuurt

**Heemstede** - Donderdag 24 maart ondertekent wethouder Annelies van der Have de overeenkomst woningbouwplan Princenbuurt, in de Pleinzaal van het gemeentehuis.

Met het sluiten van de overeenkomst tussen de gemeente en Merwestreek BV wordt het project formeel vastgelegd. Het woningbouwplan Princenbuurt gaat over de realisatie van 15 woningen en bijbehorende openbare ruimte. Deze zijn onderverdeeld in 7 eengezinswoningen, 7 hofjeswoningen en 1 vrijstaande woning.

Het plangebied is geprojecteerd op de voormalige timmerwerkplaats Van der Veldt, gelegen in de Glip.

De twee voormalige rijksmonumenten die op deze locatie stonden zijn op advies van de Rijksdienst Cultureel Erfgoed gesloopt. Daarbij is wel de voorwaarde opgenomen dat bij de (her) bouw van de woningen het historische gevelbeeld moet worden teruggebracht. Deze voorwaarde staat ook in de overeenkomst vermeld.

De voorlopige planning is dat er eind 2022 een vastgesteld bestemmingsplan ligt, waarna de ontwikkelaar de omgevingsvergunning kan indienen en gestart kan worden met de bouw.

# KUNSTBEURS HEEMSTEDEN

18 • 19 • 20  
MAART '22

vrijdag 18u – 20.30u  
zaterdag & zondag 11u – 17u  
entree €5,- | gratis tot 18 jaar

sportparklaan 16  
heemstede  
kunstbeursheemstede.nl

KOM OOK  
SPELEN BIJ DE  
LEUKSTE CLUB  
VAN HEEMSTEDEN



## Jeuglidmaatschap bij Tennisvereniging HBC

### Gratis tennisles

Alle jeugdleden krijgen in de zomer (1 april tot 30 september) groeps-tennisles van Tennisschool Haarlemmermeer. De kosten van deze tennislessen (16x) worden door TV HBC betaald.

### Alle jeugdleden worden in een lesgroep ingedeeld

De indeling van de lesgroepen wordt door de Tennisschool gedaan. De lesgroepen worden op sterkte en leeftijd ingedeeld.

### Contributie jeuglidmaatschap

Van 1 maart 2022 tot 1 maart 2023

#### Aspiranten t/m 11 jaar

incl. les in de zomer € 125,00

#### Junioren 12\* t/m 17 jaar

incl. les in de zomer € 160,00

\*In het jaar dat je 12 jaar wordt ben je junior.

### Tennisfeestje 27 maart

Wil je eerst komen kijken? Doe dan mee met het tennisfeestje op zondag 27 maart. Opgave op onze website.

### Aanmelden als jeuglid

Aanmelden kan eenvoudig online op de website van de vereniging.

### Voorkeuren voor groep en lestijd

Nieuwe leden kunnen, nadat ze zich hebben aangemeld als lid, hun voorkeur voor groep en lestijd aangeven op de website van de tennisschool: [www.tennisschoolhaarlemmermeer.nl](http://www.tennisschoolhaarlemmermeer.nl)

### Vragen?

Heb je vragen? Mail naar: [jeugdcommissie@tvhbc.nl](mailto:jeugdcommissie@tvhbc.nl)

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

TENNISVERENIGING  
**HBC**

# Job IN DE REGIO

 **gasservice | gaswacht**  
van gas naar **duurzaam**

Laat jij nooit iemand in de kou zitten?  
Word dan

**leerling-  
monteur!**

Nog nooit in de technische branche gewerkt?  
Maar heb je wel affiniteit met techniek,  
een rijbewijs en weet je wat  
klantgerichtheid inhoudt?

Dan kunnen wij je intern opleiden tot  
onderhoudsmonteur en volg je daarnaast  
op onze kosten een erkende MBO  
opleiding tot onderhoudsmonteur.

Geïnteresseerd in een nieuwe carrière?  
Stuur dan een motivatiebrief met CV naar  
[info@gasservice.nl](mailto:info@gasservice.nl) of bel voor meer  
informatie naar 0251-207162.

## Heemsteder.



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

**BEZORGER/STER**

### Omgeving Heemstede:

- Clusiuslaan/Van Merlenlaan,  
gemiddelde verdiensten  
€80,- per maand\*
- J. Noppenlaan/Ir. Lelylaan,  
gemiddelde verdiensten  
€35,- per maand\*

(\* afhankelijk van de leeftijd)

**65-PLUSSERS OOK VAN  
HARTE WELKOM!**

MEER WETEN? BEL TIJDENS KANTOORUREN:

**0251-674433**

[WWW.VERSPREIDNET.NL](http://WWW.VERSPREIDNET.NL) - [INFO@VERSPREIDNET.NL](mailto:INFO@VERSPREIDNET.NL)

BIJ  
AANMELDING  
ONTVANG  
JE EEN BON  
T.W.V. €15,- VAN  
COOLBLUE

 **ParkinsonFonds**  
[www.parkinsonfonds.nl](http://www.parkinsonfonds.nl)

De ziekte van Parkinson  
is nóg ongeneeslijk.  
Steun daarom weten-  
schappelijk onderzoek.



Hoofdweg 667A, 2131 BB Hoofddorp - Telefoon: 023 - 5540755  
E-mail: [info@parkinsonfonds.nl](mailto:info@parkinsonfonds.nl) - IBAN: NL10ABNA0504201530

ANBI

*Vooryjaars*  
CONCERT

**Gert van Hoef**  
- piano/orgel -



**DATUM**  
Zaterdag 23 april

**AANVANG**  
20.00 uur

**ENTREE € 10,-**

**LOCATIE**  
Lichtbaken Rijsenhout,  
Aalsmeerderweg 751  
Rijsenhout

**KAARTVERKOOP**  
[zwaardvdjohan@  
hotmail.com](mailto:zwaardvdjohan@hotmail.com)

# Ken uw waterkant: de geelgerande watertor, een vraatzuchtig roofinsect

Door Bart Jonker

**Heemstede/Bloemendaal** – Naast watervogels, zoogdieren, planten en vissen komen natuurlijk ook diverse waterinsecten voor in onze Heemstedse en Bloemendaalse wateren. Sommige hiervan zijn felle roofinsecten, zoals de beruchte geelgerande watertor (*Dytiscus marginalis*).

De geelgerande watertor, ook wel geelgerande waterkever genoemd, dankt zijn naam aan de gele rand rondom de dekschilden. De achterpoten zien eruit als een soort roeispanen, duidelijk bedoeld voor de voortbeweging in het water. Tevens hebben de voorpoten van de mannetjes een soort zuignapjes. Mannetjes en vrouwtjes zijn makkelijk van elkaar te onderscheiden. De mannetjes hebben gladde dekschilden, terwijl de wijfjes van gegroefde dekschilden zijn voorzien. Waarom deze gegroefd zijn, is niet exact bekend. Vermoed wordt dat deze

groeven dienen om het mannetje houvast te geven als die op het wijfje klimt voor de paring. Daarvoor dienen ook de zuignapjes op de voorpoten van het mannetje.

**Vraatzuchtige kever**

De geelgerande watertor komt algemeen voor in elk type water, zolang het maar niet te veel stroomt en een zekere mate van vegetatie heeft. De kever ziet er dan soms wat afschrikwekkend uit en misschien bedenkt je je wel even als je je voeten in het water steekt of in een binnenwater gaat zwemmen. Niet geheel onterecht, want het zijn vraatzuchtige en felle rovers onder water, al vanaf hun prilste jeugd als de kevers nog larven zijn. Een volwassen kever kan 35 mm groot worden. Ze jagen actief op insecten, larven en haften, maar ook op kleine jonge vissen en amfibieën. De geelgerande watertor is een van de weinige dieren die de waterspin op het menu heeft staan. Dit komt omdat de watertor door de zware bepantsering weinig te duchten

heeft van de giftige beet van waterspinnen. Naast levende prooien, staan ook dode dieren op het menu die worden aangevreten. Grotere prooien worden soms door meerdere exemplaren tegelijk aan stukken gereten. Onderling kunnen waterkevers ook elkaar aanvallen.

**Agressieve larven**

Kwekers van siervijvissen met koi-karpers, windes of goudvissen zien de komst van de geelgerande watertor en vooral ook de agressieve larve met vrees tegemoet. Larven kunnen een aardige plaag zijn, vanwege hun jacht op kleine vissen. De larven jagen actief op hun prooi. Vervolgens spuiten ze met hun sikkelvormige gifkaken verterende sappen in. De prooi wordt daarna leeggezogen. Is er geen prooi, dan kan er kannibalisme onder de larven ontstaan en gaan ze elkaar te lijf. Gezellige diertjes dus...

**Koloniseren van wateren**

De kever kan ook vliegen, dit doen ze vooral 's nachts om ander water te zoeken. Je kunt dus ineens van het ene op het andere moment een geelgerande watertor in je siervijver aantreffen. De kever hoeft niet eerst te drogen als het water wordt verlaten, dankzij speciale klieren aan het borststuk die een wasachtige substantie afscheiden. Het is ook bekend dat deze watertor snel andere wateren koloniseert. Of je daar dan blij mee moet zijn is een andere vraag.

**Verdedigingsmechanismen**

De kever draagt om onder water te leven een permanente zuurstofvoorraad in de vorm van een luchtbel onder de vleugels en de buik. De larve, die een garnaalachtige vorm



Geelgerande watertor, mannetje. Foto's: Bigstock.

heeft, heeft geen adembuis en moet het achterlijf direct boven het oppervlak steken voor zuurstof. Als de larve door mensen wordt opgepakt, zal deze vrijwel direct proberen te bijten. Meestal komen de kaken echter niet door de huid heen. Mocht dit wel gebeuren, dan kan de beet pijnlijk zijn of irriteren door de inspuiting van de verterende gifsappen. De volwassen kever beschikt in tegenstelling tot de larve wel over krachtige kaken. De kever kan hiermee

zonder moeite door de huid bijten wat oppervlakkige verwondingen kan veroorzaken. De uitwerpselen van de waterkever worden onder water met kracht weggeschoten, mede om vijanden op afstand te houden. Ook kunnen ze als verdedigingsmechanisme een witachtige substantie via de klieren afscheiden, die een verlamme werking heeft op waterdieren. In de herfst gaat de kever in winterslaap, om vervolgens in het voorjaar weer te ontwaken.



Wijfje met gegroefde dekschilden.



Vraatzuchtige larve die een kikkervisje grijpt.

## KRUISWOORDPUZZEL

**Horizontaal** 1. plaats in Noord-Brabant; 7. kostbaar hoofdsieraad; 12. zachte liefkozing; 13. het is in orde; 14. rul en pulverig; 15. inhoudsmaat (afk.); 17. teken; 19. de gehele filmploeg; 21. multiple sclerose (afk.); 22. tuinafscheiding; 24. medewerker van een blad of tijdschrift; 27. vordering; 28. plaats in Gelderland; 30. gymnastiektoestel; 31. beangstigend; 32. behaagziek; 33. lidwoord; 35. schoenmakersgerei; 37. gekke koeienziekte (afk.); 38. plaats in Limburg; 41. vangwerktuig; 42. mengsel van melk en meel; 44. online taxidienst; 46. drankgelegenheid; 47. tijdperk; 48. bouwstijl; 49. plezierig; 50. insectenetend zoogdier; 52. taaie grondsoort; 54. strak naar een punt kijken; 56. oorhanger; 58. deel van een breuk; 61. nachtroefvogel; 62. speciale speelkaart; 64. rivier in Engeland; 65. deel van een bestek; 67. bejaard; 68. vochtig; 70. zuurachtig; 72. alleenstaande minderjarige asielzoeker (afk.); 73. plaats in Gelderland; 76. knaagdier; 77. natrium (scheik. afk.); 78. merg van een palm; 79. weg met bomen; 81. deel van een mast; 82. laagte tussen twee bergen; 83. dagblad; 84. honkbalterm; 86. werelddeel; 87. trek in voedsel.

**Verticaal** 1. telwoord; 2. muzieknoot; 3. lage zangstem; 4. melkklier; 5. Venetiaans vaartuig; 6. computerschijfje; 7. onderwijzer; 8. riviertje in Noord-Brabant; 9. zet of por; 10. oude lengtemaat; 11. verkeerde slag; 16. soort dakbedekking; 18. Europeaan; 20. deel van het lichaam; 21. Chinese vermicelli; 23. kleur van de regenboog; 25. plaats in Duitsland; 26. proefwerk of toetsing; 27. adellijk; 29. zangvogel; 32. groot water in Nederland; 34. vogelsnavel; 36. deel van een kamer; 37. kraag aan een toga; 39. larve van de langpootmug; 40. telwoord; 42. merkteken in vaarwater; 43. hapje bij een aperitief; 45. cilinder; 46. gevangen verblijf; 51. haarversteviger; 53. explosieve opruimingsdienst (afk.); 54. open grasland in Afrika; 55. uitstraling die een mens omgeeft; 56. dienstmeisje; 57. rivier in Rusland; 59. groot binnenwater; 60. overblijfsel; 62. beoefenaar van judo; 63. plaats in Overijssel; 66. familielid; 67. deel van gelaat; 69. open plek in een bos; 71. grappenmaker; 73. Spaanse schilder; 74. eeltachtige huiduitwas; 75. werppijltje; 78. plaaggeest; 80. nietsnut; 82. lidwoord; 85. heden.

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

Deze puzzel wordt u aangeboden door Albert Heijn aan de Blekersvaartweg 57 in Heemstede. Lekker puzzelen voor een heerlijke prijs: een goed gevulde AH-tas vol artikelen!

Mail uw oplossing uiterlijk maandag 21 maart 17 uur naar: [redactie@heemstede.nl](mailto:redactie@heemstede.nl), onder vermelding van kruiswoordpuzzel, voorzien van uw naam, telefoonnummer en e-mailadres.

De winnaar ontvangt bericht via de e-mail waarmee de gewonnen boodschappentas afgehaald kan worden in de AH-vestiging aan de Blekersvaartweg 57 in Heemstede. Over de uitslag wordt niet gecorrespondeerd. Succes!



## Auto van de ~~zaak~~ school?



\*schaalmodel 1:32

Natuurlijk is dit een aandachtstrekkertje ;-)

Je bent namelijk van harte uitgenodigd om kennis te maken met onze 24 basisscholen in Zuid-Kennemerland, Aalsmeer of Haarlemmermeer. Ervaren of (bijna) startende leerkracht?

Meld je aan voor een persoonlijke rondleiding: [www.jl.nu/kennismaken](http://www.jl.nu/kennismaken). Deze auto\* is dan van jou.

**JONG  
LEREN**  
stichting  
confessioneel  
onderwijs

**bandall**  
THE STANDARD IN BANDING

MORE THAN  
30 YEARS

### Techniek vacatures

Ben jij op zoek naar een baan bij een succesvol Internationaal familiebedrijf, een hecht team en de mogelijkheid om door te groeien? En heb jij passie voor techniek en affiniteit met de verpakkingindustrie? Dan is Bandall Productie BV in Heemskerk misschien wel wat voor jou. Bandall ontwikkelt, produceert en distribueert sinds 1990 banderollemachines. De banderolleeplossingen dragen wereldwijd bij aan duurzamer verpakken, minder verpakkingsmateriaal en minder restafval.



#### Monteur machinebouw (Fulltime)

##### De functie:

- › Aan de hand van technische tekeningen en beschrijvingen banderollemachines bouwen;
- › I/O testen van banderollemachines en -installaties;
- › Bekabelen van machines en aansluiten van kasten en panelen;
- › Actief bijdragen aan een efficiënt bouwproces;
- › Waarborgen van deadlines met eigen projectbewaking;
- › Waar nodig werk je mee aan het installeren van machines bij de klant;
- › Kwaliteitsbewaking.

##### Jouw profiel:

- › Een afgeronde MBO 3 of 4 opleiding richting werktuigbouwkunde of mechatronica;
- › Minimaal 3 jaar relevante ervaring;
- › Ervaring met het lezen van technische tekeningen;
- › Je bent proactief, gedreven, resultaatgericht, flexibel, kwaliteitsgericht en leergierig.

#### Monteur Paneel- en kastbouw (Fulltime)

##### De functie:

- › De mechanische opbouw van besturingskasten volgens elektrisch schema;
- › Het opbouwen van de besturingskasten en -panelen, bestaande uit diverse componenten waaronder PLC's, frequentieregelaars, relais etc.;
- › Het bedraden van besturingskasten en -panelen.

##### Jouw profiel:

- › Een afgeronde opleiding elektrotechniek of mechatronisch (minimaal niveau 2);
- › Of je bent momenteel in opleiding;
- › Je kunt nauwkeurig werken;
- › Het goed kunnen lezen van elektrische schema's is een vereiste.

##### Wat biedt Bandall?

- › Marktconform salaris;
- › Informele werksfeer;
- › Doorgroei mogelijkheden;
- › Diverse opleidingsmogelijkheden;
- › CAD klein metaal is van toepassing;
- › Goede arbeidsvoorwaarden;
- › Fruit voor de gezonde trek.

##### Interesse?

Stuur je CV en een overtuigende motivatie uiterlijk **6 april** naar [hrm@bandall.com](mailto:hrm@bandall.com) t.a.v. Alde Verhoeven. Voor inhoudelijke vragen over deze functies kun je contact opnemen met Sjoerd Harren via 0251 248769.



**BANDALL PRODUCTIE B.V.**  
De Trompet 2500, 1967DD Heemskerk, The Netherlands  
T +31 (0)251 248769 E [info@bandall.com](mailto:info@bandall.com) | [bandall.com/vacatures](http://bandall.com/vacatures)



19 & 20 maart  
**15%**  
lentekorting  
op het hele assortiment

### Ook zo'n zin in het voorjaar?

Kleurrijke tuinplanten, frisse kamerplanten en de nieuwste voorjaarscollectie voor tuin en huis haal je nu bij DekaTuin tuincentrum. Ook alles voor dier! Kom op 19 & 20 maart naar DekaTuin en ontvang 15% korting op alles! Op vertoon van een geregistreerde spaarkaart. Lees meer en de voorwaarden op [deka-tuin.nl/korting](http://deka-tuin.nl/korting).



Anegang 8, Haarlem  
Vlaamseweg 1, Haarlem

[www.deka-tuin.nl](http://www.deka-tuin.nl)

## NLdoet: Handen uit de mouwen in achtertuin van De Heemhaven

**Heemstede** - Vrijdag 11 maart is er in het kader van NL doet een flinke klus geklaard in de achtertuin van Woonzorgcentrum De Heemhaven in Heemstede.

Er werd door de activiteitenbegeleiding van De Heemhaven een oproep geplaatst op de site van het Oranjefonds om de tuin voorjaarsklaar te maken. Er kwamen veel reacties en

dit betekende dat er met een groep van 12 vrijwilligers, familieleden en vaste vrijwilligers aan de gang werd gegaan. Zeker geholpen door het heerlijke voorjaarszonnetje werden de terrassen, de tafels en stoelen schoongemaakt. De moestuin werd omgespit en met verse grond aangevuld.

Ook alle plantenbakken werden

voorzien van nieuwe plantjes en dit alles zorgt voor een frisse, uitnodigende uitstraling in deze prachtige tuin. De bewoners hielpen mee waar mogelijk of kwamen polshoogte nemen en de harde werkers aanmoedigen.

Natuurlijk werden de vrijwilligers in de watten gelegd met versgebakken appeltaart en een lekkere lunch. Het was een mooie middag waarbij aan het eind trots over de opgeruimde en fleurige tuin uitgekeken kon worden.

Twee van de bewoners gingen met de beweegbegeleider van De Heemhaven: Maaïke naar een vrijwilligersklus bij stichting Rebut; een jongerenorganisatie die de buurtjongeren een veilige plek bieden. Hier gingen zij helpen met de bakken in de tuin vullen met violen. Hierbij was het prachtig om te zien dat er een mooi contact ontstond tussen de bewoners op leeftijd en de jongeren. Na afloop maakte beide partijen de afspraak elkaar vaker te gaan opzoeken. Een mooi voornemen!

Wilt u helpen in de prachtige tuin met de bewoners? Neem vooral contact op met woonzorgcentrum De Heemhaven of stuur een mail naar [s.van.der.valk@zorgbalans.nl](mailto:s.van.der.valk@zorgbalans.nl).



Handen uit de mouwen in de tuin van De Heemhaven. Foto aangeleverd.

### KEN UW BOS



#### Taakstraf

Door Ems Post

Het was vrijdag weer echt NLDoet-weer. Frisse start, oranjezonnetje erbij en gaandeweg liep de temperatuur omhoog en konden de jasjes uit. Maar dat kon natuurlijk ook te maken hebben met de klus die we onderhanden hadden: met spade en bezems de twee Chinese bruggetjes in Groenendaal schoonmaken. Een beste klus met de aanmeldingen die daadwerkelijk waren gekomen – allemaal vrouwen, dus kom maar op!

Het oorspronkelijk bedachte klusje, bramensteken, bleek uiteindelijk onmogelijk. De beloofde 80 paar extra handen werden teruggetrokken; ze waren van een school die zijn leerlingen toch niet zodanig vertrouwde dat ze ze een ochtend in het bos los kon laten. Dus ze kwamen niet. Van de zes aanmeldingen voor de NLDoet klus melden zich er uiteindelijk drie af.

Toch stonden er afgelopen vrijdag enkele dapperen te scheppen en te vegen.

Na afloop kregen we een privérondeleiding door het bos en genoten we van de sneeuwroem tussen de krokussen en de sneeuwklukjes. De feromonenval voor de mannetjes eikenprocessierups hangt al klaar. De



Foto's: Vrienden Wandelbos Groenendaal.

rhododendronvijver was een onvermoede schoonheid voor de vrijwilligers die deze plek niet kenden.

Tevreden gingen wij aan de koffie met gevulde koek. We evalueerden en concludeerden dat het toch een nuttige ochtend was geweest en lachten hartelijk bij de herinnering aan die ene passant die vroeg: "Heeft u een taakstraf?"

Deze rubriek komt tot stand met medewerking van Vereniging Vrienden Wandelbos Groenendaal. [www.wandelbosGroenendaal.nl](http://www.wandelbosGroenendaal.nl), [info@wandelbosgroenendaal.nl](mailto:info@wandelbosgroenendaal.nl).



Hard werken tijdens NLdoet op KIMT. Foto: Monique Rusman.

## Drukke van belang en veel hulp bij NLdoet op Kom In Mijn Tuin

**Heemstede** - Afgelopen zaterdag 12 maart was het een drukke van belang op Kom In Mijn Tuin (KIMT).

Er waren veel vrijwilligers van KIMT maar ook hulp van buitenaf die de handen uit de mouwen kwamen steken, in totaal 30 personen. Er werden palen gezet voor een nieuwe omheining. Alle groente- en bloemenvakken werden ontdaan van het oude loof en onkruid. Verder zijn de ruiten van de kas weer gelapt, iets wat toch ieder jaar weer een hele klus is. Tijdens de koffie- en thee-pauze was er huisgemaakte – gluten-vrije-chocoladetaart. Om 17.00 uur

ging iedereen weer tevreden huiswaarts.

NLdoet is een initiatief van het Oranjefonds. In heel Nederland steunt het projecten. Dit jaar was het thema: #JJDOETERTOEG; "samen de samenleving socialer maken; als we er allemaal voor elkaar zijn staat niemand er alleen voor."

Kom in mijn Tuin is een bijzonder groen-, natuur- en educatief project in het Groenendaalse Bos te Heemstede.

Meer informatie op: [www.kominmijntuin.com](http://www.kominmijntuin.com).

## NLdoet: duizend poffertjes voor woonzorgcentrum De Houttuinen

**Haarlem** - Afgelopen zaterdag 12 maart was het feest bij woonzorgcentrum De Houttuinen op de grens van Haarlem en Heemstede.

Vrijwilligers van Rotaryclub Santpoort Brederode, de vaste vrijwilligers en de begeleiders en verzorgers van de Houttuinen zorgden samen voor een oudhollandse spelletjesmiddag.

Op het programma stonden spelletjes zoals blikgooien, sjoelen en Bibberspiraal.

In de Houttuinen vormen bewoners

steeds met ongeveer 10 mensen samen een huishouden. De bewoners maakten een ronde langs het spellenparcours met hun eigen huishouden.

Het allergrootste succes was de poffertjeskraam. Daar werden 1000 poffertjes gebakken, en ze zijn bijna allemaal op gegaan.

Meedoen? NLdoet is hét moment om je op een makkelijke, leuke en gezellige manier in te zetten voor een maatschappelijk doel.



NLdoet bij De Houttuinen. Foto aangeleverd.





SCHAKO Group

Smitsair (Luchttechniek en Jetsystemen) in Uithoorn, onderdeel van de internationale SCHAKO Group, is gespecialiseerd in luchtdistributie-systemen met Jets en componenten voor luchtbehandelingsinstallaties.

Voor het bedrijfsbureau (4 medewerkers) zijn wij op zoek naar een fulltime

## Allround werkvoorbereider

### Profiel

Als allround werkvoorbereider ga je 3D-ontwerpen maken en uitwerken. Aan de hand van jouw tekeningen en werkinstructies wordt het product gemaakt in onze fabriek. Hierbij houdt je rekening met de eigenschappen van de specifieke materialen en de mogelijkheden van het machine park. Ook maak je keuzes tussen verschillende verbindingstechnieken. Je begeleidt de productie, maar op projectbasis kan je betrokkenheid lopen van offertestadium tot aan het verzenden van het gereed product naar de klant. Daarnaast ga je bezighouden met het ontwikkelen van producten, het verbeteren van productiemethoden en het ontwikkelen van parametrische 3D-modellen.

### Werkzaamheden

- modelleren met behulp van Inventor en Vault
- begeleiden van het productieproces met behulp van ons ERP-systeem (Isah)
- overleg voeren met de afdeling verkoop over aanpassingen in producten
- bestellen benodigde materialen
- zelfstandig ontwerpen
- (mede) ontwikkelen van nieuwe producten
- bestaande productiemethoden (mede) verbeteren
- contacten met de klant onderhouden over de uitvoering en levertijden

### Als je beschikt over de volgende kennis en vaardigheden kom je in aanmerking:

- een diploma HBO-werktuigbouwkunde of gelijkwaardig
- goede contactuele eigenschappen
- goede kennis van en ervaring met 3D-tekenprogramma's
- kwaliteitsbesef en logistiek inzicht
- enthousiasme en doorzettingsvermogen
- tact en inventiviteit in begeleiden van het productieproces
- bereidheid tot het volgen van cursussen, zowel in- als extern



Voor meer informatie over de vacature kun je contact opnemen met Rob Maijenburg (technisch bedrijfsleider) telefoon 0279-564455, email [rmaijenburg@smitsair.nl](mailto:rmaijenburg@smitsair.nl). Je sollicitatie met CV kun je mailen naar Paula Bijman (personeelszaken) [pbijman@smitsair.nl](mailto:pbijman@smitsair.nl)

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

JS Laadtechniek B.V. – bestaat al meer dan 32 jaar en staat in de markt bekend als de specialist in nieuwbouw, onderhoud, 24/7 service aan hydraulische laadkleppen. JS Laadtechniek is ambitieus en wil de beste zijn in haar vakgebied. Daarom werkt iedereen binnen het bedrijf op dezelfde manier: "De JS Manier". Met vier vestigingen in de Randstad en een vijfde vestiging in Veghel bedient JS Laadtechniek haar klanten, waaronder gerenommeerde trailerverhuurders, kwekerijen, (horeca)groothandelaren transportbedrijven en carrosseriefabrieken.

## VOOR ONZE LOCATIE TRUCKCENTER AALSMEER ZOEKEN WIJ EEN (aankomend) CHEF WERKPLAATS



Ben jij die meewerkend voorman die (leerling) monteurs kan begeleiden en ontwikkelen? Herken jij je zelf in 'Gaat niet bestaat niet' en 'Wij laten onze klanten niet in de kou staan'?

Reageer dan zeker!

### Wij vragen:

- Ervaring in een soortgelijke functie
- Rijbewijs B, een pre als je ook C-E hebt
- Deelname aan onze 24 uren serviceverlening
- Zelfstandigheid en een servicegerichte instelling
- Woonachtig in de regio

### Wij bieden:

- Veelzijdigheid in techniek
- De "JS – opleiding"
- Een prettige, informele werksfeer
- Een prima salaris en goede secundaire arbeidsvoorwaarden

Heb je belangstelling en wil je meer weten over de functie? Neem dan contact op met John van der Spek, tel. 0174 - 540 340 of per mail [info@jslaadtechniek.nl](mailto:info@jslaadtechniek.nl)



Bezoek voor meer informatie over JS Laadtechniek onze website [www.laadklep.nl](http://www.laadklep.nl)

## Maak jij ook werk van een schonere wereld? Word chauffeur bij Meerlanden!



### Meerlanden zoekt chauffeurs

Meerlanden wil samen met gemeenten, inwoners en bedrijven het restafval minimaliseren en zoveel mogelijk GFT, Papier, PBD (Plastic, Blik en Drankpakken) en meer apart inzamelen. Want als je waardevolle stromen effectief gescheiden inzamelt, kun je deze beter recycleren tot nieuwe producten. En dit gaat goed! Daarom zoekt Meerlanden nieuwe chauffeurs.

Harry Vrieze, Teamleider Afval en Milieu, is in 2002 bij Meerlanden begonnen als chauffeur belader en stuurt nu zelf al meer dan 16 jaar chauffeurs aan. "Meerlanden is een groot familiair bedrijf en een goede werkgever die zorgt voor z'n medewerkers. Het 'wij-gevoel', het met elkaar doen is het allermooiste". Teamleider Thomas Lakerveld vult aan: "Het leuke aan het werk is de diversiteit van de mooie regio's, de verantwoordelijkheid voor je eigen winkel, de dankbaarheid vanuit de wijk en de vrijheid."



Harry (links) en Thomas (rechts)

### Collegiale doeners

Harry: "Wij zoeken chauffeurs die zowel zelfstandig als in een groep kunnen werken. Iemand die serieus is, technisch inzicht heeft en zijn voertuig goed kan onderhouden. Je bent bij Meerlanden chauffeur belader. Dit betekent dat je veel in beweging en lekker fysiek bezig bent". Thomas voegt toe: "Maar ook als je jong bent en het vak wilt leren ben je van harte welkom. Jonge jongens die bijvoorbeeld hun groot rijbewijs willen halen en de kans willen aangrijpen om ervaring op te doen op een grote vrachtwagen."

### Samen uit, samen rond 16:00 thuis

Thomas: "Je start de dag met een teamoverleg, wat moet er gebeuren en waar ga je heen? Dan ga je samen op pad en begin je met het laden van de vrachtwagen in de wijk. Is de container vol, dan kom je terug op locatie om te wisselen en schuif je aan voor lunch of koffie. Ronde klaar? Dan is er altijd contact met je collega's of je ze nog ergens bij kunt helpen. Want de dag is pas om als we met z'n allen weer terug zijn. Teruggekomen maak je je vrachtwagen schoon en kun je van je middag en avond genieten."

### Passende opleiding voor iedereen

Harry: "Iedereen komt binnen met andere ervaring. De één als belader, de ander met groot rijbewijs. Meerlanden heeft voor ieder een passend opleidingstraject. Want er komt veel bij kijken, zoals kennis van de techniek, gebiedskennis en praktijkervaring. Ik zeg altijd: waar je je in het begin druk om maakt daar lach je over een half jaar om."



### Dennis Feitsma

"Ik rijd dagelijks in verschillende wijken en heb mooie routes. En ik heb gunstige werktijden. Meerlanden is een mooie werkgever. Ik ga al 8 jaar met plezier naar mijn werk."



### Dennis van Dieten

"Wat ik leuk vind bij Meerlanden is dat elke dag afwisselend is. Geen dag is hetzelfde. En je rijdt met knap materiaal."

Heb jij iets met het chauffeursvak en steek je je handen graag uit de mouwen? Dan is dit iets voor jou!

Kijk voor meer informatie op [werkenbijmeerlanden.nl](http://werkenbijmeerlanden.nl) en neem contact met ons op.





De Kunstbeurs. Foto: Joke van der Zee.

## Kunstbeurs in Heemstede verzet de zinnen op meerdere manieren

Door Joke van der Zee

**Heemstede** – En of ze er zin in hebben: de organisatoren van Kunstbeurs Heemstede. “Verschrikkelijk veel!” Aan het woord is Rosita van Wingerden, ontwerpster van mooie, draagbare sieraden, deelnemer aan de beurs én tevens voorzitter van het team, dat zorgdraagt voor het plaatsvinden van alweer de achtste Kunstbeurs. Tweemaal kon het evenement geen doorgang vinden, door bekende redenen, en dus zou het dit jaar eigenlijk een mijlpaal moeten zijn: 10 jaar! Dat het jubileum niet wordt gevierd doet niets af aan de jubelstemming van de organisatoren en van de deelnemers. Enthousiasme voor de beurs is er al jaren. “Er is zelfs een wachtlijst”, vertelt Rosita. Kunstbeurs Heemstede vindt plaats in de sporthal aan de Sportparklaan, die voor deze gelegenheid op vrijdag 18, zaterdag 19 en zondag 20 maart, tot ware kunsthal is omgetoverd!

### Praatje met de kunstenaar

Het belooft een zinderend evenement te worden met heel veel en ook heel diverse kunst. “We presenteren 63 deelnemers uit Heemstede en andere plaatsen. Er is zelfs buitenlandse deelname, waaronder Jules Cotte, die schilderijen toont. Niet alleen de hoeveelheid kunstenaars maar zeker ook de verschillende disciplines maken de beurs de moeite waard.”

Rosita licht toe dat alle deelnemers geballoteerd zijn, dus er wordt goed afgewogen of de kunst van een zekere kwaliteit is maar ook of de aard van de kunst een aanvulling op de beurs is. Dus geen scheve verhoudingen door bijvoorbeeld te veel fotografie of schilderkunst. Nee, de kunst is hier ook echt uiteenlopend. Beelden, sieraden, foto's, tekeningen, grafisch werk, schilderijen, keramiek en nog veel meer creatieve uitingen. De bezoekers kunnen voor 5 euro toegang hun ogen de kost geven en genieten. En... niet onbelangrijk: je kunt wat aanschaffen voor thuis.

“Maar het leukste van de beurs is dat je in een ongedwongen sfeer een praatje met de kunstenaar kunt maken. Zij vinden het leuk om over hun werk te vertellen. Het is voor zowel de bezoeker als de deelnemers aan de beurs laagdrempelig. Er doen dan ook geen galleries mee, alleen zelfstandige kunstenaars”, aldus Rosita.

### Pak je Kunst

Een leuke bijkomstigheid van de Kunstbeurs zijn de intermezzo's. Zaterdag laat een heuse troubadour, Freddie Kuipers, van haar horen op accordeon en zondag treden dichters van de Haarlemse Dichtlijn op. Bovendien is aan de kinderen gedacht. “Voor hen hebben we een speciale drukpers waarmee zij een echt kunstwerkje kunnen maken om

mee naar huis te nemen. En dan nog iets speciaals: de Pakje Kunst automaat. Voor 4 euro trek je een pakje dat je opent en er een mini-kunstwerk uithaalt. Het is een verrassing van wie van de deelnemers je kunst ‘trekt’. Hier worden echte oude sigarettenautomaten voor gebruikt.”

Rosita is blij met de grote sporthal als beurslocatie. Die lijkt in eerste instantie niet helemaal te rijmen met kunstzinnigheid maar niets is minder waar. “Het licht en de grote hoge ruimte werken juist fantastisch voor het kunstaanbod. Bovendien is hier parkeerruimte genoeg en bijkomend voordeel is dat je als bezoeker ook echt de ruimte hebt.” Toch nog een corona-gedachte terwijl de organisatie van de beurs hier nu echt niet meer aan wil denken. “Twee jaar geleden hebben we alles op het laatste moment moeten afblazen. Alles was al geregeld!” Gelukkig begonnen Rosita en haar medebestuurleden Chantal Geuzinge, Janine van der Kooij, Kirsten Nøhr, en Frans van Ooijen dit jaar weliswaar laat, maar weer vol enthousiasme aan deze aflevering. Alles is nu bijna in kannen en kruiken, want het voorwerk vergt veel tijd en energie. Iets dat het organiserend comité overigens graag doet!

Alle info over Kunstbeurs Heemstede vind je op: [www.kunstbeursheemstede.nl](http://www.kunstbeursheemstede.nl).

## Erik Groot stopt als voorzitter van Podia Heemstede

Door Joke van der Zee

**Heemstede** – Erik Groot vertrekt per 1 juli als voorzitter van Podia Heemstede. Dat lijkt nog ver weg maar hoopt dat in de maanden ervoor een geschikte kandidaat zich meldt voor het voorzitterschap van de stichting, die al vele jaren cultuur dicht bij de Heemstedenaren brengt. Zelf omschrijft hij het zo: “Je moet op je fiets kunnen stappen om een mooi concert te bezoeken.” En dat dichterbij brengen is niet alleen letterlijk bedoeld. De drempel om de uitvoerende artiesten: cabaretiers, klassieke musici en andere podiumkunstenaars bezig te zien moet laag zijn. Voor ieder die bekend is met klassieke muziek versus degene die benieuwd is naar iets dat hij nog niet kent. Podia Heemstede biedt cultuur voor alle Heemstedenaren. Erik houdt van dat gegeven. Houdt van cultuur en hield er ook van voorzitter te zijn van een club die zich met veel vrijwilligers hard maakt om elk seizoen met een pracht aanbod artiesten te komen. Waarom dan toch stoppen?

### Mee met ontwikkelingen

“Als iets je meer energie gaat kosten dan oplevert moet je iets anders gaan doen. En als je te lang ergens inzit ligt de kans op de loer dat je te veel zitvlees kweekt, dat je in een groef komt. Ik doe het ook alweer een tijd, sinds 2014 als voorzitter. Het is niet gek dat een ander het stokje overneemt”, aldus Erik, die daarnaast laat doorschemeren dat er – zoals binnen elk bestuur kan gebeuren – geen overeenstemming was op bepaalde punten, zoals het invoeren van een geheel nieuw ticket-systeem. Dat gaf wrevél. Wel zegt hij verzachtend: “Ik begrijp het ook wel, het is allemaal kostbaar, kent risico's en legt druk op de organisatie.” Maar tezamen met alle andere dingen die op zijn pad zijn gekomen (Erik zet zich in voor diverse andere stichtingen en besturen), was de conclusie: de tijd is gekomen.

### Met hart en ziel

Zijn enthousiasme tijdens het vertellen ontlokt een voorliefde voor de culturele sector maar zeker ook het werken met mensen, met vrijwilligers, want daar leunt de stichting op. “En vrijwillig is niet vrijblijvend. Vrijwilligers zijn er gelukkig veel en zij zetten zich echt met hart en ziel in voor Podia. Ondanks dat er bij velen heel wat uurtjes ‘werk’ in gaan zitten vinden vrijwilligers het leuk om betrokken te zijn bij voorstellingen en alles daaromheen.” Het kan niet



Erik Groot. Foto aangeleverd.

anders of zijn betrokkenheid leverde hem hoogtepunten op. “Maar ook dieptepunten”, brengt Erik naar voren. “Droevig was het overlijden van onze penningmeester, Fred Schriever.” Aangedaan was hij ook over de moeilijke start van de destijds nieuwe stichting Podia, waarbij de vrijwilligersgroepen van de Luifel en Het Oude Slot onder één bestuur kwamen. “Het gaf onduidelijkheid bij velen, de nieuwe situatie. Je had ineens met een bestuur te maken, maar Hans Lévelt en Thera van der Heijden, mijn voorgangers, hebben toch maar die grote stap gezet.” Overigens was het Lévelt waarbij Erik in 2010 solliciteerde als bestuurslid. “Gewoon via een advertentie. En dat is eigenlijk ook wat we nu doen: een advertentie plaatsen voor een nieuwe voorzitter. Het hoeft niet per se iemand uit de eigen gelederen te zijn. Ik ben daar wel voor: laat je verrassen!”

### Geleerd van corona

Het besturen zit hem in het bloed, zeker voor maatschappelijke organisaties. “Ik had altijd die drive om naast mijn werk me belangeloos in te zetten. Niet in de politiek maar bijvoorbeeld wel in de culturele sector.” Om nog even terug te komen op de dieptepunten: uiteraard stelde de coronatijd met alle afgeleidelijke teleur. “Toch hebben we daar enorm van geleerd: speel in op de situatie. En toen het niet meer beheersbaar bleek hebben niet meer met vouchers gewerkt maar restitutie gegeven. We hebben nieuwe voorstellingen geboekt en extra activiteiten aan ons programma toegevoegd, zoals de buitenconcerten Huis te Manpad en de samenwerking met Stichting Adriaan Pauw. “Dat hebben we als bestuur goed gedaan”, vindt Erik. Hij kijkt uit naar het nieuwe seizoen, mét naar hij hoopt, een nieuwe voorzitter.

## Opening Kleinste Museum van Heemstede

**Heemstede** – Vrijdagmiddag 18 maart om 15 uur wordt op het Raadhuisplein een bijzonder initiatief onthuld. Dan opent cultuurwethouder Sjaak Struijff het ‘Kleinste Museum van Heemstede’. In de twee raadhuis kastjes die op het oude gedeelte van het raadhuis hangen, is het komende halfjaar kunst en poëzie van Heemstedse bodem te zien.

Het Kleinste Museum van Heemstede is een initiatief van De Haarlemse Dichtlijn, in samenwerking met Kunstbeurs Heemstede en de gemeente. In de voormalige mede-

delingenkastjes van het raadhuis gaan een kunstenaar en een dichter uit Heemstede door hun werk het gesprek met elkaar aan. Iedere maand wordt een nieuw kunstwerk met een nieuw gedicht gepresenteerd. Het eerste werk dat vanaf vrijdag te zien zal zijn is van de Heemstedse kunstenaar Rian Peepkorn. Zij exposeert in het nieuwe ‘museum’ een abstracte installatie van keramiek en staal-draad. Haar werk is ook te zien op de Kunstbeurs Heemstede, die ook die dag van start gaat, even verderop in Sporthal Groenendaal. Dichter Marten Janse, ook uit Heemstede,

maakte bij het werk van Peepkorn het minimalistische gedicht ‘Lijflijn’. Janse is tevens voorzitter van de Haarlemse Dichtlijn. De mini-expositie is te zien in de twee donkergroene vitrinekastjes aan weerszijden van de statige voordeur van het oude raadhuis. Rechts het gedicht en links een foto van het kunstwerk. Het kunstwerk zelf staat in de centrale hal van het gemeentehuis. Het Kleinste Museum van Heemstede opent haar deuren (of eigenlijk deurtjes) dus aankomende vrijdag Marten Janse zal dan zijn gedicht voordragen.

## Knutselclub (5-10 jaar)

**Heemstede** – De Knutselclub is er voor jongens en meisjes van 5 t/m 10 jaar. Iedere woensdag kunnen kinderen superleuke en originele kunstwerken maken van klei, papier, hout en stof, die vaak te maken hebben met de jaargetijden of de feestdagen. De Knutselclub is van 13.30 tot 15.00 uur bij WIJ Heemstede in de Molenwerf, Molenwerfslaan 11, Heemstede. Kosten: €5,- per keer, een kaart voor 5x kost € 22,50. Meerdere kinderen mogen ook met deze kaart samendoen. Vanwege de corona moet je wel van tevoren



aanmelden. Dat kan door een appje te sturen naar 06-14 23 45 80 van begeleider Gaby Godijk.



**UITGEKOOKT.NL**  
Lekker, gezond en lekker makkelijk

Groene  
geluks-  
weken



In 4 minuten een  
maaltijd op tafel



Ruime keuze uit  
gezonde gerechten



Chefs met passie  
voor lekker eten



Gratis gekoeld  
aan huis bezorgd

## Maaltijden waar je blij van wordt

Wist je dat vitamine B1 je energieniveau ondersteunt en magnesium gunstig is voor een goede geestelijke balans? Deze én andere vitaminen en mineralen vind je in onze gezonde maaltijden. Waaronder in onze vier voorjaarsspecials. Gemaakt zonder toevoeging van geur-, kleur- en smaakstoffen. Boordevol seizoensgroenten waar je letterlijk en figuurlijk blij van wordt.

Ervaar ook het voorjaars-  
gevoel bij Uitgekookt!



Onze  
voorjaars-  
specials

Maak ook kennis met Uitgekookt  
bestel een proefpakket

**40% voorjaarskorting**

**4 voor maar €19,95**



[Uitgekookt.nl](https://www.uitgekookt.nl)



085-0190066



**10.000+**  
klantreviews

## Klassieke hoogstandjes op College Hageveld

Door Mirjam Goossens

**Heemstede** – Max is tegenwoordig een passende naam voor jong talent. Atheneum College Hageveld heeft er ook een, Max Valkenburcht zit voor zijn eindexamen en is tevens een veelbelovende pianist. De 17-jarige Heemstedenaar volgt naast het VWO een opleiding bij het Koninklijk Conservatorium Den Haag voor Jong Talent. Met twee medestudenten, cellist Douwe Eisses en violiste Else Baas, beiden ook 17, vormt hij het Van Stolberg Trio, een naam die refereert aan de voormalige locatie van hun Haagse school. Op zaterdag 12 maart gaf het talentvolle trio een lunchconcert in de aula van Hageveld.



V.l.n.r.: Else, Max en Douwe. Foto: Mirjam Goossens.

Alvorens plaats te nemen achter de vleugel hield Max een korte introductie over het programma van het recital. Met een drietal solostukken van Bach uit Partita No 1 BWV 825 beet hij het spits af, gevolgd door de lichtvoetige compositie Jeux d' Eau van de Franse componist Maurice Ravel. Vooraf wees de jonge pianist de toeschouwers op het speelse karakter (letterlijk waterspelen) van het pianospel waarbij alle vormen van water zijn te beluisteren: van een kabbellende rivier tot dynamische water vallen. Tot slot speelde Max een jazzy muziekstuk van de in de Oekraïne geboren componist Nikolai Kapustin, waarmee hij zijn veelzijdigheid nogmaals onderstreepte.

Na een korte pauze voegden cellist Douwe en violiste Ella zich bij Max en

speelde het trio 5 stukken van componist Anton Arenski, waarbij elk instrument afzonderlijk tot zijn recht komt. Het repertoire van deze uitvoering is zowel technisch als muzikaal uitdagend te noemen. Duidelijk is dat deze jonge muzikanten een veelbelovende toekomst wacht, hoewel Douwe nog niet zeker weet of hij een beroepsmusicus wil worden. Hij heeft nog een jaar te gaan op het Haagse gymnasium. Zowel Ella als Max zijn er wel uit, zij zien voor zichzelf een carrière in de klassieke muziek in het verschiet.

Samen optreden in een ensemble wordt door het conservatorium gestimuleerd en het trio speelde al

op diverse locaties in het land, soms op hele verrassende plekken, laat Max grijnzend weten.

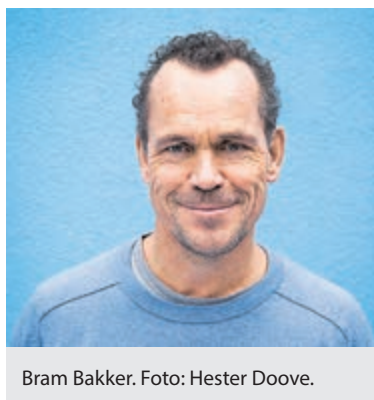
Klassieke uitvoeringen zijn een jaarlijkse traditie geworden op het College Hageveld. Tijdens hun avondvullende concerten in het kader van Glad Marmer Klassiek krijgen leerlingen en docenten de gelegenheid hun muzikale kunsten te vertonen. Bij het prestigieuze Prinses Christina Concours Klassiek zijn de namen van Max en zijn trio inmiddels bekend. Onlangs sleepten zij de aanmoedigingsprijs voor jong talent binnen, een bijzondere prestatie voor een bijzonder stel begaafde jongeren.

## Theatercollege Bram Bakker: een ander perspectief op gezondheidszorg

**Heemstede** - Vrijdag 18 maart om 20.15 uur geeft (ex)psychiater Bram Bakker in Theater de Luifel, Herenweg 96 in Heemstede zijn theatercollege 'De Balansfabriek'. Bakker gaat in op de ons zo dierbare gezondheidszorg. Met de jaren lijkt de zorg alleen maar duurder en schaarser te worden. We vergelijken ons lichaam regelmatig met een machine, opgebouwd uit afzonderlijke onderdelen. Zolang alles naar behoren werkt, functioneert ons lichaam uitstekend. Waar we weinig bijilstaan is dat een machine zich ook nog in een omgeving bevindt: de fabriek. Daarin staan meerdere machines, die afzonderlijk moeten werken, maar die ook in verband staan met elkaar. Regelmatig schoonmaken, onderhouds-

beurten en versleten onderdelen vervangen is een must. Ons lichaam is een machine, die geen betekenis heeft zonder de machines in de omgeving en het gebouw waarin ze zich bevinden. Elke Nederlander heeft recht op zorg, maar in hoeverre willen we zelf verantwoordelijkheid nemen voor het functioneren van onze Balansfabriek?

Bram Bakker runt zijn eigen praktijk 'De Balanskliniek'. Daarvoor was hij werkzaam als psychiater bij diverse instellingen. Als publicist schrijft Bram over zijn vak, de gezondheidszorg en over zijn passie hardlopen. Hij is initiator van het Depressiegala op blue Monday (de derde maandag van het jaar).



Bram Bakker. Foto: Hester Doove.

Zijn onlangs verschenen boek 'Gevoelsarm' is een terugblik op meer dan twintig veelbewogen jaren in de psychiatrie. 'De cowboy in de psychiatrie' (De Volkskrant) wil geen psychiater meer zijn, niet boos of gefrustreerd maar met mildheid en compassie. Informatie en kaarten via: [www.podiaheemstede.nl](http://www.podiaheemstede.nl).

## Maria en Nathalia Milstein schitteren in CruquiusConcerten

**Vijfhuizen** - Zaterdag 19 maart 20:15 uur zullen Maria en Nathalia Milstein weer schitteren tijdens de Cruquius-Concerten.

Maria Milstein maakt snel naam in Nederland en daarbuiten. In januari 2019 kreeg ze de prestigieuze Nederlandse Muziekprijs en de cd die ze samen met haar zus Nathalia opnam, kreeg internationaal alle lof.

De violiste van het vermaarde Van Baerle Trio vond in haar zus, die ook al diverse prijzen achter haar naam heeft staan, de ideale duopartner.

Pianiste Nathalia Milstein studeerde in Genève bij haar vader, Serguei Milstein, en bij Nelson Goerner en later in Berlijn bij Andrés Schiff. Haar doorbraak kwam met het winnen van de Dublin International Piano Competition 2015, waarna ze werd uitgenodigd door bekende podia als Wigmore Hall in Londen, het Gewandhaus in Leipzig en Carnegie Hall in New York.

Zij spelen a.s. zaterdag een sonate van Grieg en werken van Stravinsky en Prokofiev. De 20ste eeuw was een zware en gevaarlijke tijd voor Russi-

sche kunstenaars; de Oktoberrevolutie en de daaropvolgende dictatuur heeft meerdere artiesten, onder anderen de beide componisten Stravinsky en Prokofiev uit hun geboorteland weggejaagd. Stravinsky is tot zijn dood in het Westen gebleven, maar is zijn wortels nooit vergeten en dat is duidelijk te horen in zijn Divertimento, waar elk motief wordt ontleend aan Tsjajkovsky. Prokofiev miste zijn Rusland te erg en is eind jaren 30 teruggekeerd, maar zijn toekomst werd zeer donker. Zijn vrouw belandde in de Goelag, hij werd zelf tijdens een van de ideologi-

## AGENDA

### DONDERDAG 17 MAART

Marjolein Hartman, moeder van de bij het surf drama in Scheveningen omgekomen Max, geeft lezing over haar boek *Rauw* in de in de Oosterkerk aan de Zomerkade 165 in Haarlem, 19.30 uur. Georganiseerd door Ineke Smit Uitvaartzorg, entree 10 euro. Aanmelden: [info@inekesmit.nl](mailto:info@inekesmit.nl).

### VRIJDAG 18 MAART

Theatercollege Bram Bakker 'De Balansfabriek'. Theater de Luifel, Herenweg 96 in Heemstede. Om 20.15u. Informatie en kaarten via: [www.podiaheemstede.nl](http://www.podiaheemstede.nl).

### VR 18 MAART EN ZO 20 MAART

Concerten in 't Mosterdzaadje. Kerkweg 29, Santpoort-Noord. Vr 18 maart celliste Doris Hochscheid en de pianist Frans van Ruth en mezzosopraan Oda Hochscheid, om 20u. Zo 20 maart pianist Luis Rabello om 15u. Reserveren is mogelijk: [penningmeester@mosterdzaadje.nl](mailto:penningmeester@mosterdzaadje.nl) of via [www.mosterdzaadje.nl](http://www.mosterdzaadje.nl). Tevens vrije toegang, richtlijn collecte 10 euro.

### VR 18, ZA 19 EN ZO 20 MAART

Kunstbeurs - SportPlaza Groenendaal, Sportparklaan 16, Heemstede.

### ZATERDAG 19 MAART

Maria en Nathalia Milstein in CruquiusConcerten. Kunstfort, Fortwachter 1, Vijfhuizen. Om 20.15u. Kaarten via: [www.CruquiusConcerten.nl](http://www.CruquiusConcerten.nl).

Landelijke Opschoondag Heemstede. Aanvang bij Loco Coffee, Julianalaan 6, Heemstede. Tussen 10-12u.

### ZONDAG 20 MAART

Hobbema pianotrio bij theeconcert in de Oude Kerk. Wilhelmina-plein, Heemstede. Om 15u. Bijdrage gewenst tussen 5 en 10 euro.

Schuberts Winterreise door het Ragazze Quartet en Florian Just. Gemeentehuis Bloemendaal, Bloemendaalseweg 158, Overveen. Om 11u. Kaarten: €24,-. Jongeren tot 26 jaar betalen €12,- te koop via [www.muzenforum.nl](http://www.muzenforum.nl) en op de dag van het concert aan de zaal (alleen pinbetaling).

Lezing 'Zen, een onderzoek van de geest' door Dr. Pieter van Duin. De Kapel, Potgieterweg 4, Bloemendaal. Om 10.30u. Vrijwillige bijdrage, richtbedrag €8. [www.dekapel-bloemendaal.nl](http://www.dekapel-bloemendaal.nl).

mendaal. Om 10.30u. Vrijwillige bijdrage, richtbedrag €8. [www.dekapel-bloemendaal.nl](http://www.dekapel-bloemendaal.nl).

### MAANDAG 21 MAART

Serie lezingen 'Keizer Domitianus: God op aarde'. WIJ Heemstede in de Luifel, Herenweg 96, Heemstede. V.13.30-15.30u. Kosten: €10,- per keer of 3x voor €27,50. Vooraf aanmelden is verplicht: [www.wijheemstede.nl](mailto:www.wijheemstede.nl) [info@wijheemstede.nl](mailto:info@wijheemstede.nl) of 023 - 5483828.

Gratis inloopochtend van Senior-Web. Locatie Zuid van Welzijn Bloemendaal, Kerklaan 6, Bennebroek. V10-12u. Gratis.

### WOENSDAG 23 EN 30 MAART

Inloopmoment Plein1. Julianaplein 1, Heemstede. V.9-11u.

Knutselclub (5-10 jaar). WIJ Heemstede in de Molenwerf, Molenwerfslaan 11, Heemstede. V.13,30-15u. Kosten: €5,- per keer of een kaart voor 5x kost € 22,50. Van tevoren aanmelden via app op 06-14 234580 van begeleider Gaby Godijk.

### VRIJDAG 25 MAART

Heerlijke Heksenketel in de buitenlucht. Tuin van Ontmoetingscentrum Heemstroom in de Molenwerf, Molenwerfslaan 11, Heemstede. V.11-14u. Aanmelden via: [info@wijheemstede.nl](mailto:info@wijheemstede.nl) of tel 023-5483828.



Workshop 'Zing, het is lente'. WIJ Heemstede in de Luifel, Herenweg 96, Heemstede. Om 10u. Kosten: €5,-. Van tevoren aanmelden via: [www.wijheemstede.nl](http://www.wijheemstede.nl), [info@wijheemstede.nl](mailto:info@wijheemstede.nl) of 023 - 5483828.

### ZONDAG 27 MAART

10.000 stappenwandeling. Vertrekpunt: ingang SportPlaza, Sportparklaan 16 in Heemstede. Om 10u.



Maria en Nathalia Milstein. Foto: Borggreve.

sche processen "vernietigd" en moest officieel zijn excuses bieden. Tijdens de Tweede Wereldoorlog schreef Prokofiev zijn Vioolsonate: zijn grimmige, donkere muziek is helaas actueler dan ooit. Deze muziek als aanklacht tegen oorlog en onderdrukking mag u niet missen in deze tijd.

Er zijn nog plaatsen beschikbaar voor dit bijzondere concert op zaterdagavond 19 maart in Kunstfort bij Vijfhuizen, adres Fortwachter 1. Kaarten via: [www.CruquiusConcerten.nl](http://www.CruquiusConcerten.nl).



Sint **Jacob**

» Hart voor zorg

**Wij zien wie u  
nu bent. En wie  
u ooit was.**

Bij Sint Jacob begrijpen we dat één levensfase niet uw hele verhaal vertelt.

En dat wij beter voor u kunnen zorgen als we u goed kennen. Want uw leefwereld vormt onze zorg.

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

# Ken en werk met uw verse producten achter het fornuis: Coquilles met vijgen/gembercoulis

Door Bart Jonker

**Heemstede/Bloemendaal** – De lente komt met rase schreden dichterbij. Met de temperaturen van afgelopen dagen is het buiten goed toeven in de tuin of op het balkon. Ook wordt menig arm uit de mouwen gestoken, om de tuin weer een beetje te fatsoeneren. Zoals de aanleg van uw eigen kruidentuin.

Deze nieuwe rubriek 'Ken en werk met uw verse producten achter het fornuis' is een combinatie van de rubrieken 'Ken uw tuin' en 'Achter het fornuis'. Een aantal kruiden, specerijen, groenten en fruit passeert de revue en wat is er dan leuker om de besproken (verse!) ingrediënten te bereiden in een verrassend recept? Er is een eigenzinnig voorgerecht bedacht met verse producten als vijgen, koriander, limoen, bieslook, gemberwortel en coquilles van de sint jakobsschelp. Alvorens tot de bereiding van dit gerecht over te gaan, komt u eerst iets te weten over deze ingrediënten.

## Vijg

Wie kent de vijg (*Ficus carica*) niet? Al rond 9000 voor Christus werd deze vrucht verbouwd. Zoals de Latijnse naam reeds verraaft, is de vijg een familielid van de ficusplantenfamilie.



Vijgen.

Er bestaan zwarte, groene en paarse vijgen. Vijgen zijn eigenlijk schijnvruchten. Als ze rijp zijn, zijn ze direct eetbaar en hebben ze een friszoete smaak, die zich zowel goed met zoetig als hartig laat combineren. Vijgen zijn smakelijk in desserts, maar ook met kaas, wild of konijn. In Zuid-Frankrijk is de olijventapenade met vijgen een vermaarde specialiteit. Eigenlijk is deze vrucht ongelooflijk veelzijdig. Vijgen bevatten veel vitamines (zoals A en C), voedingsvezels en bevorderen de spijsvertering. Vijgen bevatten ook kalium, dat ten goede komt van de hartslag en de bloeddruk. Een vijgenboom is ook te koop bij tuincentra voor in uw tuin, maar het duurt een aantal jaar voordat de boom vruchten geeft.



Koriander.

## Koriander

Niet iedereen kan de smaak van koriander (*Coriandrum sativum*) waarderen, omdat de smaakbeleving per persoon verschilt. Waar de één een verfijnd kruid ervaart, kan het kruid voor de ander zeperig smaken. Vraag uw gasten daarom altijd of ze van koriander houden. Buiten de culinaire toepassingen, is koriander al eeuwenlang bekend als geneeskrachtig kruid. Het stimuleert de spijsvertering en helpt bij diarree. Koriander behoort tot de scherm-

bloemenfamilie en komt oorspronkelijk uit het Midden-Oosten en het Middellands Zeegebied. Koriander kunt u planten in uw kruidentuin.



Limoen.

## Limoen

Dit lid van de citrusfamilie, de limoen (*Citrus aurantiifolia*), is een graag geziene gast in de keuken, vanwege de unieke frisse en subtiele lichtzure smaak met een zoetje. Minder zuur dan het familielid de citroen. Vooral in de Zuid-Amerikaanse keuken speelt limoen een prominente rol. Ideaal in dressings en als ingrediënt in cocktails. Dat citrusvruchten veel vitamine C bevatten, heeft verder geen betoog en is alom bekend. Maar wist u ook, dat als u rauwe kip in citrussap legt, dit het vlees mals houdt als u dit bereidt? Citrusvruchten vinden hun oorsprong in Zuid-oost-Azië, maar werden door de eeuwen heen in Zuid-Europa en Zuid-Amerika geïntroduceerd, aanvankelijk als statussymbool van welstand voor koningshuizen en adellijke families.

## Bieslook

Al er iets niet in uw kruidentuin en keuken mag ontbreken, is dit bieslook (*Allium schoenoprasum*). Familie van de narcis en verwant aan ui,



Bieslook.

knoflook en prei. Het kruid werd 5000 jaar geleden in China ontdekt. Bieslook heeft een subtiele ui-smaak, bevat veel vitamine C en ijzer. Het is zeer gezond en bevordert de eetlust en spijsvertering. Waar ui te aanwezig kan zijn in een gerecht, vormt bieslook een verfijnd alternatief.

## Gemberwortel

Uitgesproken en eigenzinnig qua smaak, die scherp aandoet en vooral wordt ingezet als specerij in de Aziatische keuken: (geraspte) gemberwortel (*Zingiber officinale*). De werkzame stof zingiberol wordt tijdens het drogen afgebroken tot een stof die shogaol heet en de smaak twee keer zo sterk maakt. Gember werd eeuwenlang veel medicinaal ingezet en helpt tegen (zwanger)misselijkheid en reisziekte, wel in aanbevelen hoeveelheden. Van oudsher hielp



Gemberwortel.

gember bij huidirritaties en heeft het een genezende werking en verwarmend effect bij griep en verkoudheid. Ook gemberthee is heerlijk. Gember geeft een oosters, ietwat mysterieus tintje aan de gerechten. Wel met mate toegepast, want het is een behoorlijk sterk en overheersend ingrediënt. Gember werd in de eerste eeuw na Christus geëxporteerd naar Europa. Het was een geliefde specerij die veel werd gebruikt door de Romeinen.



Coquille.

## Coquille/sint jakobsschelp

Culinair gezien het meest luxe en exquise schaaldier om te bereiden: de jakobsmantel of sint-jakobsschelp (*Pecten jacobaeus*), ook wel coquille genoemd. Het is een tweekleppig weekdier uit de familie mantels (*Pectinidae*). De schelp is vanouds het symbool van de heilige Jakobus de Meerdere, een van de apostelen, waaraan het schaaldier zijn naam dankt. De jakobsmantel komt voor in de Middellandse Zee en Atlantische Oceaan. De schelp kan wel 20 cm breed worden. Het vlees van de coquille zelf is stevig, zacht, romig en lichtzoetig van smaak. Coquilles hebben al veel smaak van zichzelf. Een eenvoudige bereiding voldoet al. De sint-jakobsschelp wordt tevens als logo gebruikt door oliemaatschappij Shell.

## ACHTER HET FORNUIS

### Coquilles met vijgen/gembercoulis (voorgerecht 2 personen):

Belangrijk: de coulis wordt koud bereid, de coquilles warm.

#### Benodigdheden:

- 6 verse coquilles
- 75 gram roomboter
- Wat citroensap
- Sap van een limoen
- 2 verse rijpe vijgen
- 1 halve theelepel versgeraspte gemberwortel
- 1 theelepel fijngehakte verse bieslook
- Wat gescheurde blaadjes verse koriander
- Zeezout
- Versgemalen peper



#### Bereiding:

Coulis: snijd de vijgen doormidden en lepel het roze vruchtvlees en pitjes uit de schil. Doe het vruchtvlees in een blender en voeg als volgt toe: limoensap, gemberwortel, zout/peper naar smaak en de bieslook. Mengsel kort in de blender rondraaien. Even proeven of smaak naar wens is en laten staan.

Coquilles: spoel de coquilles goed af en dep deze droog. Besprenkel beide kanten met citroensap en bestrooi beide kanten met zout en peper. Laat in de koekenpan de roomboter smelten. Als deze bruinbe-gint te worden de coquilles hierin schroeien, aan beide kanten. Coquilles moeten stevig blijven, maar wel gaar zijn. Pak een keukentang en positioneer de coquilles enigszins van elkaar op een wit bord (drie coquilles per bord).

Leg op iedere coquille een klein gescheurd korianderblaadje. Neem vervolgens een theelepel en bestrijk twee streepjes van coulis naast de coquilles op het bord. Niet te veel koriander over coulis strooien. Gember en koriander moeten in balans zijn, elkaar qua smaak aanvullen, zonder te overheersen, geflankeerd door de friszoete vijgensmaak met limoensap en lichte ui-smaak van bieslook op de achtergrond (proeven!), tezamen met de romige en ziltige botersmaak van de coquilles.

Drink een droge witte wijn erbij, bijvoorbeeld een Chablis (vraag uw wijnhandelaar of slijter). Bon appetit!



## Heerlijke Heksenketel in de buitenlucht

**Heemstede** - Eén keer per maand op vrijdag in de tuin van Ontmoetingscentrum Heemstroom in de Molenwerf, Molenwerfslaan 11 in Heemstede staat een heksenketel te pruttelen. Zo ook op vrijdag 25 maart van 11.00 tot 14.00 uur. Een heksenketel is een eenpansgerecht en wordt in Oost-Europese landen in familieverband gebruikt. Meestal om een lekkere maaltijdsoep te bereiden. De ketel leent zich, behalve voor traditionele gerechten, ook uitstekend voor het maken van stoofpotjes. De maaltijd wordt voorbereid door vrijwilligers van WIJ-Heemstede die samen met mensen uit de buurt en leden van het Ontmoetingscentrum van Zorgbalans de ingrediënten verzamelen, plukken, koken en snijden. De soep of het stoofpotje wordt vervolgens gezamenlijk, rondom de heksenketel in een kring gegeten. Je kunt je voorstellen dat onder het

genot van een warm bordje en een stukje brood er in die kring gezellige praatjes worden gehouden en er ruimte is om spannende verhaaltjes aan elkaar te vertellen. De vrijwilligers werken samen met lokale boeren, winkeliers en de Natuurgroep van Zorgbalans om de pan met pure producten te vullen. Loopt het water je al in de mond, word je blij van een kookactiviteit zoals deze en wil je meehelpen? Meld je dan aan via: [info@wijheemstede.nl](mailto:info@wijheemstede.nl) of tel 023-5483828.

Wil je liever alleen een hapje meeten, dat kan natuurlijk ook. Iedereen is welkom! Als de pan leeg is, is het op. We scheppen om 12.30 uur. Uiteraard wordt rekening gehouden met corona-maatregelen en staat veiligheid voorop. Afhankelijk van de weercondities wordt gekookt op houtvuur of op een gasbrander.



Heksenketel. Foto aangeleverd.

## Staren naar rood licht helpt je gezichtsvermogen op peil te houden



**Sommige trucjes om gezondheidsproblemen te voorkomen zijn zo simpel, dat je haast niet zou geloven dat ze werkelijk helpen. Toch blijkt uit wetenschappelijk onderzoek dat het onderstaande wel degelijk effect heeft. Bepaalde oogproblemen op latere leeftijd kun je voorkomen of vertragen door elke ochtend drie minuten naar een dieprode lamp te staren. Het lijkt erop dat de golflengte van het licht hierbij een rol speelt. Opmerkelijk is dan weer wel dat het trucje alleen werkt in de ochtend. Naar de verklaring daarvoor kunnen we slechts gissen.**

Het netvlies is het deel van het oog waar het licht op valt. Het is dus voor een goed zicht van essentieel belang dat het netvlies in goede conditie verkeert. Helaas is dit nou net het snelst aftakelende stukje van het menselijk lichaam. Al vanaf je veertigste levensjaar kun je daardoor merkbaar meer moeite krijgen met zien. Er zijn twee manieren om de veroudering van het netvlies zo lang mogelijk uit te stellen. Op de eerste plaats is gebleken dat voldoende lichaamsbeweging hierbij een belangrijke rol speelt. Wanneer je het lichaam voldoende in beweging houdt, zorg je ervoor dat het netvlies ook goed doorbloed blijft. Hiermee voorkom je onder meer dat een wildgroei van bloedvaatjes in de ogen ontstaat. Vaak zijn mensen juist geneigd om minder te gaan bewegen naarmate ze ouder worden, maar dat heeft dus een averechts effect. Hierdoor versnel je het proces van aftakeling juist en dus kun je maar beter in beweging blijven. Ook een minimale inspanning heeft al effect, dus het is niet direct nodig om op latere leeftijd marathons te gaan lopen.

Het staren naar rood licht kan ook zorgen voor een vertraging van het ouderdomsproces. Het zou zelfs in staat zijn om het proces om te keren, zo menen Britse onderzoekers. Rood licht heeft een zeer lage frequentie en het lijkt erop dat het rode licht een positieve invloed heeft op de zintuigcellen in ons netvlies. Een eenvoudige ledlamp met een dieprode kleur is voldoende en je hoeft ook niet urenlang naar zo'n lamp te kijken. Integendeel, dat heeft helemaal geen zin. Ook dat hebben de wetenschappers al voor je uitgezocht. Drie minuten is nuttig, alles daarboven is verspilling van je tijd, aangezien het effect na die drie minuten niet meer toeneemt. Na enkele weken elke ochtend in het rode licht staren bleken de proefpersonen zo'n twintig procent beter te kunnen zien dan voordat ze aan het experiment begonnen. Overigens moet wel worden opgemerkt dat bij dit onderzoek slechts 24 proefpersonen betrokken waren.

## De stickers op jouw stuk fruit vertellen je meer dan je denkt

**Wie wel eens losse appels of bananen koopt, zal het ongetwijfeld zijn opgevallen. Tegenwoordig zitten er kleine stickers op elk exemplaar van dergelijke vruchten. Misschien pulk je die sticker er gedachteloos vanaf als je het fruit gaat consumeren. Daarna verdwijnt die sticker meestal in de afvalbak. Maar als je even de moeite neemt om de informatie op dergelijke stickers te lezen, kun je het een en ander te weten komen over het betreffende stuk fruit.**

### Fruitsoort

Op de eerste plaats staat op zo'n sticker de fruitsoort vermeld. Dat is vooral handig voor de medewerkers van de supermarkten. Als je zelf bijvoorbeeld nauwelijks appels eet, zul je er wellicht moeite mee hebben om de Elstar, de Granny Smith, de Jonagold en de Golden Delicious van elkaar te onderscheiden. Zowel voor de medewerkers van de vulploeg als voor de mensen achter de kassa zijn die stickers een welkome hulp. Ze verkleinen de kans op fouten en zorgen ervoor dat alles soepel kan verlopen.

### PLU-code

Behalve de aanduiding van de fruitsoort kan er op een fruitsticker ook een PLU-code staan. Dit is niet altijd het geval, maar als die code erop staat, kun je op basis daarvan conclusies trekken over de wijze waarop dit stuk fruit is geteeld. Een PLU-code is een internationale code van vier of vijf cijfers. De afkorting PLU staat hier voor Price Look-Up en deze codes worden sinds 1990 gebruikt. Staat er bijvoorbeeld code 4021 op de sticker, dan betreft het een kleine appel van het type Golden Delicious. Op basis van deze code weet je dat bij de teelt van de appel bestrijdingsmiddelen zijn gebruikt. Zou er nog een 9 vóór deze vier cijfers staan, dan gaat het om een biologisch geteelde appel, waarbij geen bestrijdingsmiddelen gebruikt zijn. Vroeger werd ook nog het cijfer 8 als eerste cijfer van een 5-cijferige reeks gebruikt. Dat cijfer stond voor genetisch gemanipuleerd fruit. Aangezien dit nauwelijks van toepassing was, gebruikt men de 8 in combinatie met een 3 of 4 als tweede cijfer tegenwoordig ook voor het overige fruit. Hierbij geldt dat de combinatie 83 staat voor teelt met bestrijdingsmiddelen en 84 voor biologische teelt.

### Eetbare lijm

Heb jij ook steeds de neiging om het stuk fruit extra schoon te poetsen op de plek waar de sticker gezeten heeft? Dat is eigenlijk niet nodig, want voor het aanbrengen van deze kleine stickers wordt geen gewone lijm gebruikt. De kleverige substantie is gemaakt van zetmeel en kun je dus gewoon opeten zonder dat je er ziek van wordt. Het zou op grond van regelgeving op het gebied van voedselkwaliteit niet eens toegestaan zijn om echte lijm op ons fruit te smeren, dus maak je daarover geen zorgen!



## "Een gezond gewicht, je hormonen in balans en blijvend gezonder worden!"

Overgewicht is een veelvoorkomend probleem waar 50% van de mensen mee kampt. Alexia signaleert de trend dat mensen steeds vaker zelf de regie nemen voor hun eigen gezondheid.

Door Corona zijn ze beter op de hoogte van het feit dat overgewicht een symptoom is van onderliggend lijden zoals de media dat noemt; "Overgewicht als symptoom van lichamelijke ziektes en psychisch onwel bevinden als gevolg van hormonale disbalansen die optreden bij overgewicht, na een bevalling, tijdens de overgang, en ziekten als diabetes, hart- en vaatziekten, etc."

Uitgangspunt is een holistische, persoonlijke aanpak op maat. Middels een intake, gerichte testen op bloed-, urine & speeksel breng ik de gezondheid in kaart en wordt een persoonlijk programma ontwikkeld door Cure4Life.

Dit persoonlijk programma is effectief omdat het een lange termijn-traject is, met normale voedingsmiddelen uit de winkel. Daarbij voorziet het programma in een stabilisatie.

In deze fase ontwikkelen we een intuïtieve voedingsstijl waarmee een gezond gewicht kan worden behouden. Hormonaal krijg je met een optimale voedingsstijl, veel meer rust in je lichaam, kom je beter in je (geestelijke) kracht en wordt je blijer van jezelf.

Interesse in een optimaal postuur, verbetering van uw gezondheid(sklachten)? Richting geven aan uw gezondheid op korte- en lange termijn met blijvend resultaat? Neem dan contact met mij op via 06 - 18 64 79 85 of [avenema@cure4life.nl](mailto:avenema@cure4life.nl)

**Cure4Life Haarlem**  
Wagenweg 252  
2012 NP Haarlem

**Cure4Life Haarlemmermeer**  
Bramerveld 38  
2151 LC Nieuw Vennep

Alexia is aangesloten bij de BATC; gedeeltelijke vergoeding is mogelijk op basis van de eigen aanvullende verzekering.



Overgewicht, is niet alleen een kwestie van calorieën tellen! Alexia Venema is Natuurgeneeskundig Therapeut bij Cure4Life, gespecialiseerd in 'overgewicht' en de methode van Cure4Life om mensen blijvend te begeleiden naar een gezond gewicht.



## Elke bewoner heeft zijn eigen verhaal: de visie van Fleurâge

Bloemendaal - De bijzondere, allerbelangrijkste vraag bij Fleurâge Residences is: 'Aan wie geven we nu eigenlijk de zorg?' Dat vraagt verdieping in de geschiedenis van de bewoner, oog hebben voor het levensverhaal. Zorgen dat de ander zich gezien voelt als mens met een verhaal: daarvoor moet je hem of haar echt willen leren kennen.



### Het leven staat voorop

Samen wordt gekeken naar de persoonlijkheid, de eigenheid van de mens en mogelijkheden. Wat is er belangrijk voor de bewoner? Hoe kan dit ondersteund worden? Voelt deze zich thuis genoeg om het eigen leven voort te zetten? Of 'de jas past', zodat je na het eerste wennen gewoon baas in eigen huis kunt zijn.

### Zorg gericht op welzijn

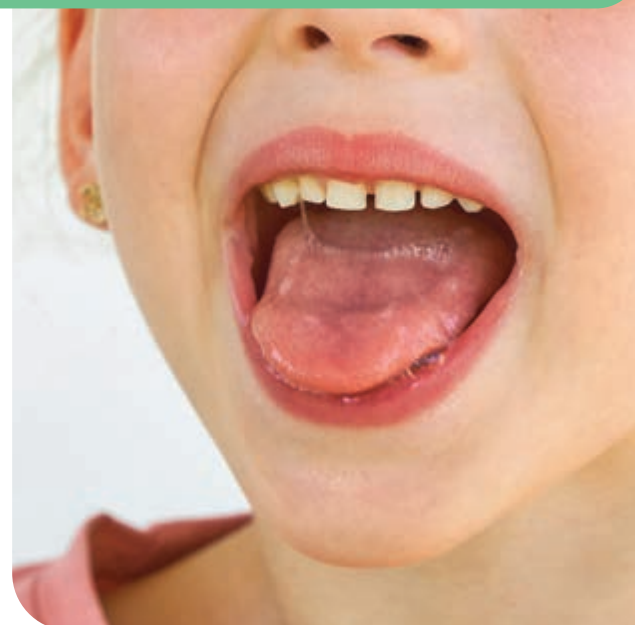
Wie gelukkig is, blijft gezonder. Dat vraagt om het ondersteunen van zelfredzaamheid, bijvoorbeeld door je eigen ontbijt te mogen verzorgen of naar eigen muziek te luisteren. De regie van je eigen dag te houden. Deel kunnen nemen aan fijne activiteiten naar je eigen keuze, van gym en yoga tot concert, museum en uitstapjes in de natuur. Emotioneel welzijn is daarbij minstens zo belangrijk. Is er een positief zelfbeeld, zijn er fijne contacten binnen de groep? Alweer: voel je je thuis? Voel je je begrepen? Het vraagt ook om investering in medewerkers: van geestelijk begeleiders tot activiteitenbegeleiders en huishoudelijk team, en de organisatie- en communicatiestructuur die daarbij nodig is. Het zorgt ervoor dat Fleurâge een thuis is voor de bewoners, waar het team te gast is.

### Fleurâge Residences

Kennemerweg 24-32  
2061 JH Bloemendaal.  
Tel.: 023 - 525 22 08  
[www.fleurage-residences.nl](http://www.fleurage-residences.nl)

## Smaken verschillen... maar waarom eigenlijk?

Sommige gerechten vind je heerlijk, terwijl je de smaak van andere gerechten niet echt kunt waarderen. Daar sta je waarschijnlijk nooit echt bij stil, tot aan het moment waarop je iemand anders spreekt die jouw favoriete gerecht juist vreselijk vies vindt. Hoe kan dat? Zijn we dan niet allemaal hetzelfde gebouwd? Want anders zouden we toch allemaal hetzelfde lekker moeten vinden? Uit onderzoek is gebleken dat we inderdaad letterlijk allemaal anders zijn, waar het onze smaakpapillen betreft.



De smaakpapillen bevinden zich met duizenden in onze tong en mondholte. Ze zorgen ervoor dat informatie over de chemische samenstelling van ons voedsel naar de hersenen wordt verzonden.

Onze hersenen verwerken die informatie en zo ontstaat het besef van wat we eten en drinken. We onderscheiden met behulp van de smaakpapillen de smaken zoet, zout, bitter en umami. Los daarvan speelt ook de geur van een gerecht een rol. Het is de combinatie van de waarneming van smaken door de smaakpapillen en de bijbehorende geur die ervoor zorgt dat we een volledig beeld krijgen van wat we naar binnen werken.

De samenstelling van onze smaakpapillen is genetisch bepaald. Omdat niemand genetisch hetzelfde is, is het dus goed te verklaren dat we ook allemaal een andere smaakbeleving ervaren. Waar de één een broodje haring zeer kan waarderen, vindt de ander dat juist vreselijk vies smaken.

Andere bekende voorbeelden van voedingsmiddelen die door de één wel en door de ander niet gewaardeerd worden, zijn spruitjes, mosterd en schimmelkaas. Weet je trouwens hoe het komt dat we vaak een voorkeur hebben voor zoete producten? Dat heeft te maken met het feit dat moedermelk een zoetige smaak heeft. Dit is dus de eerste smaak waarmee we ooit geconfronteerd werden.

Fleurâge Residences: een echt thuis voor elke bewoner - én een heerlijke werkplek waar jij het verschil maakt.

# Gaan voor een baan naar je hart!

Voor ons betekent dat: écht inleven in de ander.  
Voor jou ook?

Dan leren we je graag kennen!

We zijn op zoek naar:

### VERZORGENDE IG / VERPLEEGKUNDIGE

die, naast vakmanschap, meedenken, verantwoordelijkheid nemen en persoonlijke ontwikkeling belangrijk vindt. Binnen Fleurâge creëer jij je eigen kansen, bijvoorbeeld om door te groeien tot Contact Verzorgende of Gespecialiseerd Verzorgende Psychogeriatric. We hebben je nodig voor wisselende diensten, min. niveau 3, aantal uur in onderling overleg te bepalen.

### HUISHOUDELIJK MEDEWERK(ST)ER

die, naast de schoonmaak van de appartementen en het verzorgen van de koffieronde, ook met aandacht en creativiteit een gezonde en lekkere lunch op basis van de wensen van bewoners weet te bereiden.

Lees meer over de vacatures via

[www.fleurage-residences.nl/vacatures](http://www.fleurage-residences.nl/vacatures)




**FLEURÂGE**  
*residences*  
Kennemerweg 24-32  
2061 JH BLOEMENDAAL



# Broccoli: veelzijdig, gezond en lekker!

**Broccoli is in ons land een populaire groente. Niet in de laatste plaats komt dat omdat broccoli bij veel gerechten past. Je eet het net zo gemakkelijk bij een Aziatische rijstschotel als bij een Italiaanse pastamaaltijd of in combinatie met aardappel en een stukje vlees of een vleesvervanger. Bovendien is het eten van broccoli zeer gezond. Maar wist je dat je door deze groente te koken veel van de gezonde stoffen laat verdwijnen? Het is beter om broccoli te roerbakken of te stomen.**

Broccoli is een vezelrijke groente die bovendien veel ijzer, bètacaroteen en vitamine C bevat. Verder bevat broccoli ook foliumzuur en kalium. Kortom, je zorgt goed voor jezelf als je regelmatig broccoli op het menu zet. Bovendien kun je er relatief veel van eten zonder aan te komen, want broccoli is geen dikmaker. En dan is er nog de stof glucorafanine, die bij beschadiging van de plantencel door snijden of koken via een enzymatische reactie in sulforafaan wordt omgezet. Deze stof heeft een positieve uitwerking op het menselijk lichaam, onder meer door ontstekingen af te remmen en het immuunsysteem te versterken. Echter, door broccoli te koken gaat een groot deel van dit sulforafaan verloren. Eigenlijk zou je de broccoli het beste rauw kunnen eten. Veel mensen vinden dat echter geen goed idee, omdat de smaakbeleving dan heel anders is. Chinese onderzoekers ontdekten dat de beste manier van bereiden het roerbakken is, mits je de fijn gesneden broccoli enige tijd laat rusten voordat je met roerbakken begint.

De onderzoekers versneden de broccoli tot stukjes van een paar millimeter groot en roerbakten die. Wat opviel was dat de hoeveelheid sulforafaan in de groente fors daalde als de stukjes direct na het snijden de pan in gingen. Dat effect was veel minder aanwezig bij broccoli die daarna eerst anderhalf uur had gelegen. Wil je dus het gezondste resultaat krijgen, dan zou je ruim op tijd moeten beginnen en de broccoli wat rust moeten gunnen voordat je het vuur onder de pan opstookt. Een duidelijke verklaring hiervoor is er niet. Overigens gebruiken veel mensen alleen de broccoliroosjes en gooien ze de stronk zelf weg. Dat is zonde, want die stronk smaakt met zo lekker en bevat zelfs nog meer gezonde stoffen dan de roosjes. Ga je broccoli bereiden, snijd dan de stronk zelf in kleine stukjes en verwerk die gewoon in het gerecht. Op de eerste plaats haal je zo meer uit een stronk en benut je dus de gekochte waren zo optimaal mogelijk. Ten tweede eet je zo dus nog iets gezonder!



## Sportschoenen aan en gaan! Kom lekker sporten in de buitenlucht



Het is een prachtige dag. Joke (65) springt op haar fiets met een grote lach op haar gezicht. Het is weer tijd voor mijn wekelijkse uurtje sporten. "Ik ga iedere week en soms zelfs twee keer in de week en het is elke keer weer optimaal genieten. Wanneer ik aan kom fietsen ben ik altijd nieuwsgierig wie er nog meer zullen zijn. De training is afwisselend, we worden goed begeleid door een deskundige trainer en het is bovenal erg gezellig. Inmiddels sport ik alweer een aantal maanden bij Gezondoud en ik merk dat het me erg goed doet. Iedere keer kom ik vrolijk en positief gestemd terug van de training. Ik heb meer energie, een betere conditie, mijn balans verbetert en ik voel me echt sterker worden."

### Je bent van harte welkom voor een vrijblijvende proefles:

- Dinsdag in Wandelbos Groenendaal in Heemstede van 09.30 tot 10.30 uur
- Dinsdag op Landgoed Leijduin in Vogelenzang van 09.00 tot 10.00 uur
- Dinsdag op Landgoed Leijduin in Vogelenzang van 10.15 tot 11.15 uur
- Donderdag in Wandelbos Groenendaal in Heemstede van 09.00 tot 10.00 uur (vol)
- Donderdag in Wandelbos Groenendaal in Heemstede van 10.15 tot 11.15 uur

### Het hele jaar sporten in de buitenlucht

Wij sporten het hele jaar door op de mooiste plekken in de natuur. Tijdens de training doen we spierversterkende oefeningen en werken we aan de conditie, de stabiliteit en mobiliteit. Je traint op je eigen niveau. Zo kan iedereen deelnemen en zorgt de trainer ervoor dat jij op jouw niveau wordt uitgedaagd.

### Samen bewegen, samen plezier

Na de training wordt er vaak nog koffiedronken en regelmatig worden er gezellige activiteiten georganiseerd waar vrijblijvend aan deelgenomen kan worden. Denk hierbij aan wandeltochten, fietstochten, museumbezoek of een midzomer BBQ.

**Ben je nieuwsgierig geworden?  
We nodigen je van harte uit voor een gratis proefles.  
Neem contact met ons op via 06-53837045 of kijk op [www.gezondoud.nl](http://www.gezondoud.nl)  
voor locaties en tijden.**

# Is collageen het wondermiddel tegen rimpels?

In het eerste deel van ons leven is onze huid zacht, soepel en egaal. Naarmate we ouder worden, verandert dat. Onze huid droogt geleidelijk uit, gaat rimpelen en verliest zijn veerkracht. Voor veel mensen is dat moeilijk te accepteren. Ze willen er zo uit blijven zien als in hun jonge jaren en proberen allerlei middeltjes om dit resultaat te bereiken. De grote vraag daarbij is natuurlijk in hoeverre dat zin heeft. We kunnen de tijd niet terugdraaien en een rimpelige huid hoort nu eenmaal bij het ouder worden. Maar door gezond te leven kunnen we dat proces wel iets vertragen. Met de juiste voeding, voldoende vocht en veel beweging houden we ons hele lichaam goed in conditie, dus ook de huid. Toch is dat voor veel mensen kennelijk niet voldoende, getuige de hoeveelheid producten met collageen die we in de schappen van de winkels tegenkomen. Collageen zou volgens velen een soort wondermiddel zijn dat de huid jong houdt, maar is dat ook werkelijk zo?

## Eiwit

Collageen is een soort eiwit, dat in ons lichaam als bindmiddel functioneert. We maken collageen zelf aan, maar naarmate we ouder worden, daalt deze collageenproductie aanzienlijk. Overigens bestaan er drie verschillende soorten collageen, die zich elk op andere plaatsen in ons lichaam bevinden. Wanneer we spreken over de huid, dan hebben we het over collageen type 1, dat zich overigens ook onder meer in ons haar en in onze nagels, botten, pezen en kraakbeenderen bevindt. Dit verklaart dan ook waarom niet alleen onze huid op latere leeftijd rimpelig wordt, maar ook ons hele lichaam wat krakkemikkiger begint te worden. De logische gedachte is nu dat je het tekort aan collageen aanvult en daarmee het verouderingsproces tegengaat. Dat klinkt eenvoudig, maar het ligt toch wel iets gecompliceerder.

## Zinloos

Cosmetisch dermatoloog Peter Velthuis, verbonden aan het Rotterdamse Erasmus MC, vertelde in het televisieprogramma 'Keuringsdienst van Waarde' dat het geen zin heeft om collageen op de huid te smeren. Zijn verklaring is simpel: het collageen kan helemaal niet door de huid dringen. We smeren dus allerlei dure crèmes op onze huid, zonder dat dit enig wetenschappelijk aantoonbaar effect heeft. Overigens zijn er ook allerlei producten in de handel waarin collageen verwerkt zit, bedoeld om in te nemen. Met diverse poeders en supplementen worden de consumenten verleid, terwijl collageen vaak al in reguliere voedingsmiddelen zit. De stof wordt veelal gewonnen uit slachtafval,



maar wie zichzelf trakteert op een kop runderbouillon krijgt ook collageen binnen en dat is een stuk voordeliger. Hetzelfde geldt voor een portie makreel uit blik.

## Gewrichten

Het innemen van collageen, al dan niet via de reguliere voeding, heeft overigens wel andere positieve effecten op ons lichaam. Het zorgt er volgens onderzoekers wel voor dat we ons ook op latere leeftijd wat soepeler kunnen blijven bewegen. Dat komt door de gunstige invloed die collageen heeft op de werking van onze gewrichten. Het kan dus op zich geen kwaad om ervoor te zorgen dat ons lichaam voldoende collageen toegediend krijgt. Wie zich echter blind staart op het effect voor de huid, koestert vermoedelijk te hoge verwachtingen. Een goede tip: strijd niet tegen het verouderingsproces, maar omarm het en accepteer dat het er is. Dat maakt veel gelukkiger en scheelt bovendien flink in de portemonnee. En besef dat bijvoorbeeld roken de kwaliteit van onze huid zeer negatief beïnvloed. Veel meer dan je met welk middel dan ook kunt corrigeren.



**UITGEKOOKT.NL**  
Lekker, gezond en lekker makkelijk

## Wij zoeken enthousiaste bezorgers.

In de regio Heemstede



### Taakomschrijving

- ✓ Bezorgen van koelverse, lekkere & gezonde maaltijden
- ✓ In bezit van rijbewijs en auto
- ✓ Pro-actief en enthousiast
- ✓ Keuze uit 1 of meerdere bezorgmomenten:

**Woensdag:** 18.00-21.00 uur

**Vrijdag:** 17.00-21.00 uur

### Wij bieden u

- ✓ Contact met collega bezorgers
- ✓ Verdienste tussen de €35 en €60 per bezorgroute plus km-vergoeding
- ✓ Erg leuk werk en zeer geschikt voor actieve vutters en gepensioneerden
- ✓ Dankbare klanten

De **Nr. 1** van Nederland

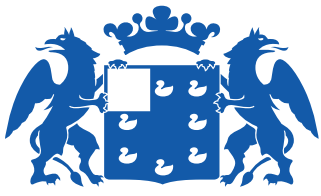
**Gratis** gekoeld aan huis bezorgd

In **4 minuten** op tafel zonder koken

**Gezond, makkelijk** en lekker eten

**10.000+** klantreviews  
☎ 085 - 04 06 065

Geïnteresseerd? Solliciteer: [uitgekookt.nl/vacatures](https://uitgekookt.nl/vacatures)



# HeemstedeNIEUWS

De wekelijkse nieuwsberichten van de gemeente Heemstede

week 11

## Gemeenteraad



De commissie- en raadsvergaderingen worden live uitgezonden. Insprekers kunnen zich van te voren aanmelden via [giffie@heemstede.nl](mailto:giffie@heemstede.nl) of (023) 548 56 46. De vergaderingen zijn online te volgen via [gemeentebestuur.heemstede.nl](http://gemeentebestuur.heemstede.nl).

17 maart 2022, 10.00 uur  
→ **Welstandscommissie**

29 maart 2022, 20.00 uur  
→ **Gemeenteraad**



## Gemeentelijke activiteiten

19 maart 2022

→ **Landelijke Opschoondag**

Maak uw wijk schoon, lever het in en help mee aan een schoon Heemstede. Lever uw opgeraapt afval tussen 10.00 en 12.00 in bij Loco Coffee (Julianalaan 6) en ontvang een drankje en wat lekkers als bedankje. Afvalgrijper nodig? Haal deze af bij receptie van het gemeentehuis en doe mee!

23 maart 2022, 12.00 - 14.00 uur

→ **GFT-bakfiets bij Heemstede Duurzaam**

De GFT bakfiets trekt de komende maanden de wijken in om het scheiden van groente, fruit, tuinafval én etensresten nog makkelijker te maken. U krijgt tips voor handig en slim afval scheiden en een gratis GFT-afvalbakje voor op uw aanrecht. Locatie: Pop-up store Heemstede Duurzaam (Binnenweg 93)

25 maart 2022, 13.00 - 17.00 uur

→ **GFT-bakfiets op station Heemstede**

Krijg tips over afval scheiden en ontvang een gratis GFT-afvalbakje. Locatie: Station Heemstede

30 maart 2022, 19.00 - 20.30 uur

→ **Verhalenkaravaan bij Plein 1**

Praten over psychische kwetsbaarheid vinden veel mensen lastig of eng. Familie en betrokkenen kunnen daarover meepraten. Verhalenkaravaan is een oase van ontmoeting, herkenning en erkenning. Aanmelden via [tandemmantelzorg.nl](http://tandemmantelzorg.nl). Locatie: Plein 1

7 april 2022, 14.00 - 15.00 uur

→ **Overlastspreekuur**

Als inwoner van Heemstede kunt u met vragen over burenoverlast terecht bij een speciaal maandelijks spreekuur. Meer informatie op [meerwaarde.nl](http://meerwaarde.nl). Locatie: Tuinzaal, raadhuis Heemstede

## Uitslagavond verkiezingen



Woensdag 16 maart zijn de gemeenteraadsverkiezingen. De stembussen sluiten deze dag om 21.00 uur. De stembureauleden en tellers gaan dan aan de slag met het tellen van de stemmen.

### Volg live de uitslagen

Haarlem105 verzorgt vanaf 22.00 uur een livestream over de uitslagen in Heemstede, Bloemendaal en Haarlem via [haarlem105.nl/uitslagavond](http://haarlem105.nl/uitslagavond).



Kijk voor meer informatie over de verkiezingen op [heemstede.nl/verkiezingen](http://heemstede.nl/verkiezingen)

## 140 Heemstedse garageboxen gecontroleerd



De gemeente Heemstede, Omgevingsdienst IJmond, politie en douane hebben op vrijdag 11 maart garageboxen en opslagruimten in Heemstede gecontroleerd. Totaal zijn 140 garageboxen en opslagruimtes gecontroleerd aan de Leidsevaartweg en de Lombokstraat. De huurders hadden alles op orde en er zijn geen misstanden aangetroffen. De verschillende

diensten gaan de komende tijd vaker samenwerking zoeken om controles uit te voeren.

Burgemeester Nienhuis: "Vastgoed wordt soms misbruikt voor criminele doeleinden. Daarom geven we voorlichting aan eigenaren en voeren we soms controles uit. Iedereen kan verdachte situaties melden bij de politie (0900 - 8844) of bij Meld misdaad anoniem (0800 - 7000)".

## Zo wordt Heemstede voor iedereen toegankelijk



Hoe maken we ons dorp ook voor mensen met een beperking beter toegankelijk? Op 23 maart tussen 10.00 en 14.00 uur gaat de Werkgroep Toegankelijkheid Heemstede op de weekmarkt over deze vraag in gesprek met inwoners. De werkgroep verzamelt alle vragen en opmerkingen en verwerkt deze tot tips op [werkgroep toegankelijkheid heemstede.nl](http://werkgroep toegankelijkheid heemstede.nl).

## Officiële bekendmakingen

Afgelopen week zijn de volgende bekendmakingen gepubliceerd:

### Aankondiging verwijderen scooterwrak:

→ Brommobiel, Microcar, zilver, kenteken 40-DFD-7, in niet rij-technische staat, ter hoogte van Eikenlaan 46. Haal vóór 23 maart 2022 de brommobiel van de weg of zorg ervoor dat de brommobiel weer in orde is om mee te kunnen rijden. Na deze datum wordt de brommobiel door de gemeente weggehaald en maximaal 13 weken bewaard.

### Vastgesteld:

- Nota inkoop gemeente Heemstede 2022
- Uitvoeringsprogramma Heemstede Duurzaam 2022 - 2023
- Cultuurnota De verbindende factor 2022-2024
- Besluit wijziging Algemene subsidieverordening Heemstede
- Subsidiekader Heemstede
- Regeling mandaten, volmachten en machtigingen Heemstede 2022
- Regeling Budgetbeheer 2022

gemeenten Bloemendaal en Heemstede

- Besluit wijziging Nadere regels Algemene Plaatselijke Verordening Heemstede 2019
- Nadere regels uitstallingen Heemstede 2022
- Nadere regels terrassenbeleid Heemstede 2022

### Besluit wijzigingen:

- Bijzondere verordening structurele subsidies amateurkunstbeoefening Heemstede 2022 wijziging Bijzondere verordening structurele subsidies sport Heemstede 2022
- Bijzondere verordening investeringsubsidies Heemstede 2022
- Bijzondere verordening incidentele subsidies sportstimulering Heemstede 2022
- Bijzondere verordening incidentele subsidies archeologie Heemstede 2022
- Bijzondere verordening incidentele subsidies burgerinitiatieven Wmo Heemstede 2022
- Bijzondere verordening incidentele subsidies gemeentelijke monumenten Heemstede 2022
- Bijzondere verordening incidentele subsidies toegankelijkheid Heemstede 2022

## Openingstijden gemeente

(Alleen op afspraak)

Maandag	8.30 - 17.00 uur
Dinsdag	8.30 - 17.00 uur
Woensdag	8.30 - 17.00 uur
Donderdag	8.30 - 19.30 uur
Vrijdag	8.30 - 13.00 uur

Raadhuisplein 1, Heemstede

Telefoon: 14 023

[heemstede.nl](http://heemstede.nl)

[f](https://www.facebook.com/gemeenteheemstede) gemeenteheemstede

[@heemstede](https://twitter.com/heemstede)

[@gemeenteheemstede](https://www.instagram.com/gemeenteheemstede)

## Isoleer uw woning



De gemeente Heemstede organiseert samen met Bloemendaal, Haarlem, Zandvoort en het Duurzaam

Bouwloket een isolatieactie. Door onze krachten te bundelen, houden we de prijs laag. Tot en met 31 mei kunt u tegen een scherpe prijs isolatieglas, spouwmuur-, vloer- en bodemisolatie laten aanbrengen. Meer weten over deze inkoopactie? Ga naar [heemstededuurzaam.nl/isolatieactie](http://heemstededuurzaam.nl/isolatieactie).



- Bijzondere verordening structurele subsidies scouting Heemstede 2022

### Ingetrokken bijzondere verordeningen:

- Bijzondere verordening incidentele subsidies ouderenbonden 2016
- Bijzondere verordening incidentele subsidies verklaring omtrent gedrag 201
- Verordening tijdelijke subsidieregeling peuteropvang 2019

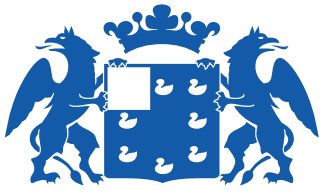
### Verlenen evenementenvergunning:

- Bloemencorso van Stichting Bloemencorso Bollenstreek op 23 april 2022 van 19.00 tot 22.00 uur. De route van het Bloemencorso loopt via de Herenweg, Van Merlenlaan, Raadhuisplein, Raadhuisstraat, Binnenweg, Bronsteeweg, Lanckhorstlaan, Herenweg richting Haarlem
- Spaarne Lenterace van KRZV Het Spaarne op 21 en 22 mei 2022 van 7.00 tot 18.00 uur. De Tooropkade vanaf de A. Mauvestraat, het Marisplein (aan de zijde van Het Spaarne) en de J.H. Weissenbruchweg tot splitsing Breitnerweg is op 21 en 22 mei 2022 afgesloten tussen 7.00 en 18.00 uur

Vervolg op volgende bladzijde.

Meer informatie: [heemstede.nl](http://heemstede.nl)





Vervolg van vorige bladzijde.

## Officiële bekendmakingen

→ Sponsorloop van Crayenester Basisschool op 23 maart 2022 van 9.00 tot 12.00 uur. De Crayenestersingel (beide zijden) tussen Lanckhorstlaan en Adriaan Pauwlaan is op 23 maart 2022 afgesloten van 9.00 tot 12.00 uur

### Aanvragen omgevingsvergunning:

- uitbreiden eerste verdieping, Azalealaan 6
- plaatsen dakopbouw en dakkapel, Dr. P. Cuyperslaan 8
- interne constructieve wijzigingen, Bosbeek aan Glipper Dreef 209
- plaatsen extra installatie kanalen op dak, Hageveld 15
- interne constructieve wijziging,

- Heemsteedse Dreef 165
  - aanleggen gesloten bodemenergiesysteem, Heimanslaan 1 (vergunningsvrij)
  - vervangen huidige erfafscheiding (haag), Lanckhorstlaan 59

### Verdagen beslistermijn omgevingsvergunning:

- plaatsen dakkapel, Cloosterweg 21
- plaatsen dakkapel, Glipper Dreef 181
- wijzigen gevelrooster en plaatsen toegangspoort Oude Slot, Ir. Lelylaan 6
- plaatsen erkerkozijn, balkonhek op vergunningsvrije uitbouw en diverse interne doorbraken, J.H. Weissenbruchweg 14
- vervangen huidige erfafscheiding (haag), Lanckhorstlaan 59

### Voornemen verlenen omgevingsvergunning voor afwijken bestemmingsplan:

- tijdelijk gebruik maken van een deel

van het plantsoen als parkeerterrein, een wachtruimte voor vrachtwagens gedurende de bouw van een nieuwe supermarkt Vomar en een uitweg (max. 2 jaar) aan Julianaplein, plantsoen

### Voornemen verlenen omgevingsvergunning:

- realiseren dakopbouw en fietsenberging, Laan van Insulinde 26 (inzagetermijn 3 weken, zienswijze indienen voor 7 april)
- vervangen huidige erfafscheiding (haag), Lanckhorstlaan 5

### Verleende omgevingsvergunning:

- uitbreiden woonhuis, vervangen begane vloer, verplaatsen trap en plaatsen dakkapel, Asterkade 17
- plaatsen dakkapellen, Beatrixplantsoen 80
- plaatsen dakopbouw en plaatsen dakkapellen, Bronsteeweg 94
- interne constructieve wijzigingen,

- Bosbeek aan Glipper Dreef 209
  - plaatsen dakkapel, Herenweg 54
  - realiseren dakopbouw, verhoging nok, optrekken voorgevel, plaatsen dakkapellen, Kohnstammlaan 30
  - interne constructieve wijziging, Landzichtlaan 54
  - interne constructieve wijziging, Amaryllislaan 12
  - plaatsen dakkapel, Dr. J.R. Thorbeckelaan 148

## Officiële bekendmakingen



De gemeente publiceert officiële bekendmakingen en kennisgevingen van onder andere vergunningen, ontheffingen, verkeersbesluiten en regelgeving via [Overheid.nl](https://overheid.nl).

Meer informatie: [heemstede.nl](https://heemstede.nl)



## Gezellige prijsuitreiking Adriaan Pauw Expositie

**Heemstede** - De Adriaan Pauw Expositie in het raadhuis van Heemstede werd feestelijk afgesloten met een prijsuitreiking. Het werd een gezellige bijeenkomst in het raadhuis, onder meer in het bijzijn van de heer van Heemstede Adriaan Pauw (Fred Rosenhart) en zijn gemalin Anna van Ruytenburgh (Ada Vinken).

In het kader van 8 maart Vrouwendag, werden de eerste tweede en derde prijs uitgereikt door Anna van Ruytenburgh. De eerste prijswinnaar, Ruud Gerzon, kreeg eveneens de Adriaan Pauw bokaal uitgereikt door Marianne Wever, initiatiefneemster van het Adriaan Pauw project en bestuurslid bij het Adriaan Pauw comité. Zij vertelde dat er in totaal acht bokalen beschikbaar waren gesteld voor Adriaan Pauw evenementen met een wedstrijdelement. Door corona moesten veel activiteiten worden afgelast. Maar er zijn er toch nog vier en veertig doorgedaan en er komen er nog een aantal aan. Zij reikte de bokaal uit met complimenten voor het tentoongestelde werk.

Marianne Vrijdaghs, docente schilderen tekenen wier cursisten exposeerden in het Raadhuis, wees in haar openingsspeech op het belang van cultuur en het onderwijs en bezigheden buitenshuis voor de actieve ouderen onder ons. Florentine van Eeghen, nazaat van Adriaan Pauw, reikte de Publieksprijs uit aan Ida Hesp. Zij zocht het woord nazaat op. Het blijkt van zaat te komen, wat zitten betekent; als nazaat neem je de lege stoel van je voorganger over. Zij vertelde wat leuke familie weetjes



V.l.n.r.: Mariejo Hermans (2e prijs), Ruud Gerzon (1e prijs), Marianne Vrijdaghs, docente Schilderen & Tekenen, Anna van Ruytenburgh (Ada Vinken), Adriaan Pauw (Fred Rosenhart) en Florentine van Eeghen-Elias, nazaat van Adriaan Pauw. Foto aangeleverd.

over Adriaan Pauw. Haar grootvader Reinier Pauw, was de laatste stamhouder van de Pauwen. Het was een diepe teleurstelling voor hem dat hij alleen vier dochters kreeg zodat de naam verloren ging. Na de geboorte van zijn vierde dochter, ging hij eerst maar even naar buiten om diep adem te halen, voor hij met een blij gezicht zijn vrouw kon feliciteren met hun vierde dochter. Florentine's moeder Emilie, stierf als laatste van de vier zusjes op 98-jarige leeftijd. Naast Florentine, zijn nog meerdere nazaten van Adriaan Pauw over.

Florentine vertelde, hoe verbaasd zij was, om kopieën van de schilderijen die zij kende uit de huizen van

familieleden, in de expositie tegen te komen en was verrast over de kwaliteit van het werk. Van Raymond Hanou kreeg zij zijn prachtige ceramische bord cadeau, met de afbeelding van haar voorvader, waar zij en haar man erg blij mee waren.

De tweede prijs ging naar Mariejo Hermans voor haar Oost Indische inkt portret van Adriaan Pauw, de derde prijs ging naar Loes van de Heijden voor haar gedurfde kleurrijke portret van Adriaan.

Na de prijsuitreiking waren er heerlijke hapjes, meegenomen door cursisten en werd er nog gezellig nagepraat.

## KERKGEBOUW IN OGENSCHOUW

### De gewelven in gotische stijl

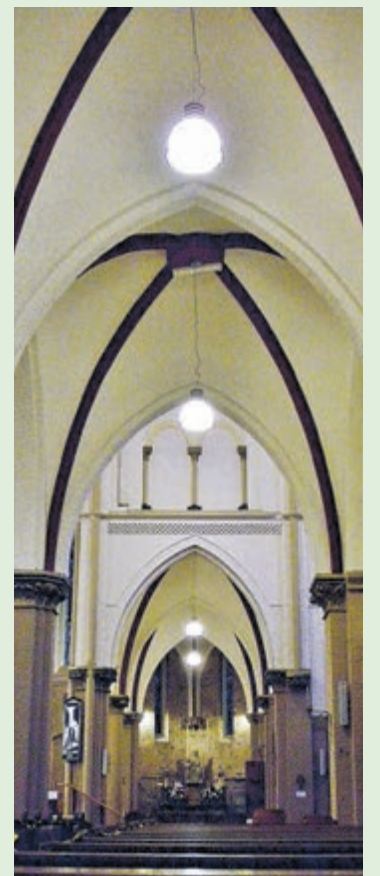
Door Marenka Groenhuijzen

**Heemstede** - Rechts in de zijbeuk van de Heilige Bavokerk, (zicht op Jozefkapel) prachtige gewelven in gotische stijl van de 13 eeuw, naar ontwerp van architect E.J. Magry. De aankoopkosten van de grond bedroegen toen destijds fl.11.000,- en de bouwkosten fl.118.000,-. Een groot deel van dit geld voor de bouw van de kerk werd opgebracht door bollenkwekers. De eerste steen werd in 1878 gelegd.

Het katholieke leven in Heemstede gaat terug tot 1347 toen, ter nagedachtenis aan de slag bij Warns (1345) omgekomen graaf Willem IV, een aan Maria gewijde kapel werd gesticht, op de plaats waar nu de Oude Kerk aan het Wilhelminaplein staat.

De geestelijken van de kapel mochten echter geen sacramenten toedienen en de doden moesten in Haarlem begraven worden. Daarnaast kreeg Jan van Heemstede de jongere in 1408 toestemming om de H. Mis te laten lezen in zijn eigen slotkapel, waarvan Sint-Nicolaas de patroon was.

De Heren van Heemstede hadden het Jus Patronatus ofwel het recht van collatie, dat hield in dat zij zonder toestemming van de geestelijke overheid een kapelaan mochten benoemen. De kapel aan Maria gewijd werd tijdens het beleg van Haarlem in 1573 verwoest.



De katholieke inwoners van Heemstede vroegen in 1558 aan de proost van de Haarlemse Kerk (geestelijk leider van een rooms-katholieke instelling, tegenwoordig vooral in Vlaanderen maar in het verleden ook in Nederland) of hun kapelaan de sacramenten mocht toedienen en zij hun doden mochten begraven in hun eigen kapel. Dat werd geweigerd.

Bron: H. Bavo