

DE UITGEESTER



120e JAARGANG ♦ NUMMER 47 ♦ WOENSDAG 21 NOVEMBER 2018

NIEUWS- EN ADVERTENTIEWEEKBLAD VAN UITGEEST ♦ REDACTIE@UITGEESTER.NL



Geen geschikt dak, toch
zonnepanelen



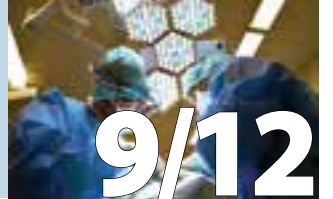
4

Oud-gemeentevorlichter
Uitgeest in actie om
bomen te redden



8

Thema:
Zorg & welzijn



9/12

Stoomboot bereikt met gemak Uitgeest!

UITGEEST - Voor de kinderen van Uitgeest was het een bloedstollend spannende zondag. Zou de Sint het redden over het water vanuit Zaanstad en zou het waterpeil in het Uitgeestermeer hoog genoeg zijn om de stoomboot doorgang te bieden?

Door: Monique Teeling

In ons dorp woont dan misschien geen Hendrik Haan die emmertjes water uit het meer takelt, maar wij hebben hier wel een droge zomer achter de kiezen die ook voor problemen had kunnen zorgen. Gelukkig kwam er eerst een verkenningboot met Pieten langszij om dit te controleren. Ondanks de kou waren er veel kinderen met ouders op de been en stroomde de Meldijk al snel vol. Sommige kinderen leken net echte Pieten met schitterende pietenpakken aan of een heuse mijter op het hoofd. Verwachtingsvolle koppies, leunend tegen mama of op de sterke schouders van papa, keken reikhalzend uit naar de lieve Sint en zijn gevolg uit Spanje.

"Kijk eens dáár komt Sinterklaas" riep een vader enthousiast tegen zijn zoontje die vol overtuiging heel hard: "Ja KAAS!" gilde en zijn knuistje nog vaster in zijn vaders haar draaide. Op het Regthuysplein werd de goedheiligman welkom geheten door de burgemeester waarna er een rondrit door het dorp volgde.



Sinterklaas nam de tijd voor een praatje en de ontvangst van tekeningen.

Foto: Marloes Blok / Marloesblok fotografie.nl



In Uitgeest waren er alleen traditionele Zwarte Pieten bij de intocht.

Foto: Marloes Blok / Marloesblok fotografie.nl



Lindy op de schouders van vader Mark: wachten op Sinterklaas!

Foto: Marloes Blok / Marloesblok fotografie.nl

Ook Geesterheem werd dit jaar niet overgeslagen want de Sint mag dan een kindervriend zijn, hij slaat nooit de oudere medemens over. Een drukke tijd breekt aan voor Sinterklaas en zijn personeel. Een vriendelijk doch dringend verzoek of u, Uitgeesters, de daken een beetje schoon en dus berijdbaar wilt houden zodat de cadeautjes vlot bezorgd kunnen worden. Meer foto's van de intocht op pagina 6.

Sander Dijkhuizen (14) wint prestigieuze fotowedstrijd

UITGEEST - Op zondag 18 november vond de feestelijke bekendmaking van de winnaars van de National Geographic Junior Fotowedstrijd plaats. In Hotel Arena in hartje Amsterdam kregen de jonge fotografietalenten het verlossende woord te horen. De foto van de uit Uitgeest afkomstige Sander Dijkhuizen is door de vakjury uitgeroepen tot winnaar in de categorie Dier.

Sander maakte zijn winnende foto genaamd 'Temple Monkey' tijdens zijn vakantie in Sri Lanka. Deze foto van een grijze langoer (een apensoort) werd door het gebruik van veel licht en weinig contrast door de vakjury als krachtig bestempeld. "De bloem maakt hem extra speciaal. Het brengt net dat tikje kleur en maakt dat de foto een verhaal vertelt," aldus de jury over de foto van Sander. Als prijs kreeg Sander een spiegelreflexcamera. Alle winnende foto's worden geplaatst in National Geographic Junior 6, die verschijnt op 20 december 2018.



Winnaar Sander met zijn foto en de wedstrijdjury.

Foto: Bas Losekoot

Werkzaamheden Geesterweg eerder afgerond



UITGEEST - De werkzaamheden aan het voet- en fietspad langs de Geesterweg zijn eerder dan verwacht afgerond. De werkzaamheden en de afsluiting stonden gepland tot 23 november. Afgelopen weekend konden fietsers en voetgangers alweer gebruikmaken van de weg. Het fiets- en voetpad ligt er weer netjes en strak bij.

Foto: De Uitgeester

**Geen
krant
ontvangen?**

Bel donderdag
tussen 09.00 uur
en 12.00 uur naar
0229-745666



Zie achterpagina

**Hallo
JUMBO**
Visser - Wijker
Uitgeest, Melis Stokelaan 1-3



ETEN EN DRINKEN
KNOEST
DAG EN NACHT VERMAAKEND

KINDER-PIETENFEEST ZONDAG 25 NOVEMBER

Zondag 25 november is het Pietenfeest bij Knoest Eten en Drinken!
Van 10.00 tot 13.00 uur dansen de pieten in het rond en kan je natuurlijk op de foto met ze.

Kinderen mogen zelf hun schoentje knutselen, versieren en zetten.
De schoentjes kunnen woensdag 28 november weer opgehaald worden.
Wie weet zit er dan wel iets in?

Proef de special van de dag: Panini Pepernoot



KNOEST ETEN EN DRINKEN HELE WINTER OPEN!

Knoest is de ideale plek met kinderen!
Vanaf het terras of vanuit het restaurant heeft u zicht op de uitdagende speeltuin. Kinderen vermaken zich urenlang met springen, klimmen, klauteren en scheppen.

November t/m maart
woensdag, zaterdag en zondag open
10.00 - 16.00 uur



KNOEST ETEN EN DRINKEN
BEVERWIJKERSTRAATWEG 205 - CASTRICUM
WWW.KNOESTETENENDRINKEN.NL



20% KORTING OP RAAMDECORATIE

Actie geldt van 19 november t/m 1 december 2018

COLORS@HOME Snijder

Prinses Beatrixlaan 5 | 1911 HP Uitgeest | Telefoon (0251) 31 08 71
E-mail snijder@colorsathome.nl | www.snijderuitgeest.nl

Vraag naar de voorwaarden

Doeltreffers

TUINMAN HEEFT TIJD over voor al uw werkzaamheden in de tuin. Vrijbl. prijsopgave; alles is bespreekbaar. Ingeschr. K.v.K. T: 06-5344 2975

DE SCOOTERBOX repareert alle merken scooters en scooter-mobielen. Wij halen uw scooter GRATIS op. Ook levering nieuwe. www.descooterbox.nl 06 - 2202 0702 AGM-Dealer

MEUBELSTOFFEER- DERIJ VAN 'T VEER. Bel of app voor een gratis offerte: 06-36458012. www.jandemeubelstoffeeerder.nl



**VRIENDEN VAN
DE UITGEESTER**

Voor **€ 12,50**
steunt u ons en
profiteert u van
vele voordelen.

Voor meer informatie
en aanmelden:

www.vriendenvandeuitgeester.nl

In liefde heeft zij ons losgelaten

Hanny van Leeuwen - Ooms

17 oktober 1929 Uitgeest 14 november 2018
weduwe van Gerrit van Leeuwen

Wilma en Cees
Martine en Leo
Tom en Yvonne
Robert en Leonie
Klein- en achterkleinkinderen

Correspondentieadres:
Wilma den Nijs, Graskampaan 41, 1911 LH Uitgeest

De crematie heeft inmiddels plaatsgevonden.

Wij danken dokter Huisman en dokter Engelen,
personeel van Buurtzorg en Geesterheem voor de goede zorg.

Voor Uitgeest, Castricum,
Akersloot en omgeving

24 uur per dag:
06-20822260

Afscheids-huiskamer:
Castricumweg 4
in Uitgeest

www.umenuitvaart.nl

BETROUWBAAR EN BETROKKEN

Begraafenis- en crematievereniging **BARBARA**
UITGEEST

dag- en nacht
bereikbaar **Tel. 06.53 56 37 80**

Niesvenstraat 12, 1911 VA Uitgeest
E-mail: info@barbara-uitgeest.nl www.barbara-uitgeest.nl

Ook een
doeltreffertje
plaatsen?
Dit kan vanaf
€ 9,50 voor
5 regels.
Aanmelden via
www.uitgeester.nl



Sinds 1913
uw vertrouwen
waard!

Voor al uw grafmonumenten
Ruime showroom - alle begraafplaatsen

Tel 072-5402726 • www.hakernatuursteen.nl

Uitvaartverzorging Formanoij
Maatwerk voor een goed verzorgde en betaalbare uitvaart

Uitvaart vanaf € 1.475,-



AFSCHEIDSCENTRUM DE SWAEN | SCHIPPERSLAAN 4K, 1906 BG LIMMEN
Beschikbaar voor alle uitvaartondernemingen

Dag en nacht bereikbaar | **06 115 36 587** | www.uvdf.nl

ProRail



Wij werken aan het spoor

Om het spoor in goede conditie te houden en stiller te maken, slijpen wij de rails.
Daarom rijdt in de nachten van 2 op 3 en 4 op 5 december op het traject Zaandam - Castricum een slijptrein.
Woont u in Uitgeest in de buurt van dit spoor, dan kunt u hinder ondervinden van het slijpgeluid.
Wij hopen op uw begrip.

Na het slijpen kan het treinverkeer een ander geluid maken.
Dit zal na enkele weken weer verdwijnen.

Meer inhoudelijke informatie kunt u vinden op
www.prorail.nl/slijptrein.

Voor vragen verwijzen wij u graag naar de afdeling Publiekscontacten:
www.prorail.nl/contact of tijdens kantooruren 0800-7767 245 (gratis).

Weekblad De Uitgeester is een uitgave van Uitkijkpost Media BV en verschijnt elke woensdag in Uitgeest in een oplage van 6.000 exemplaren.



Het weekblad de Uitgeester wordt geproduceerd op een waterloos offset rotatiepers, dé milieuvriendelijke druktechniek.

© Op de teksten, de foto's en het ontwerp van De Uitgeester rust copyright. Niets mag op welke wijze dan ook worden overgenomen, verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden zonder toestemming van de uitgever.

Advertenties

Informatie over advertentietarieven en mogelijkheden: www.uitgeester.nl. Advertenties dienen uiterlijk maandag 12.00 uur in ons bezit te zijn via verkoop@uitgeester.nl. De verkoopafdeling (Esther Seur) is bereikbaar op 072 - 535 1077 of verkoop@uitgeester.nl.

Doeltreffertjes kunt u opgeven via www.uitgeester.nl.

Redactie

Redactie kunt u mailen naar redactie@uitgeester.nl. De redactie is tevens bereikbaar via telefoonnummer 072-5330175. Kopij moet uiterlijk vrijdag om 9.00 uur in ons bezit zijn. Een uitzondering geldt voor verslagen van evenementen en sportwedstrijden die in het weekend plaatsvinden. Dan geldt een deadline van maandag 12.00 uur.

Aangeleverde kopij / advertenties

De redactie behoudt zich het recht voor om ingezonden stukken en brieven te bewerken, in te korten, te verplaatsen naar een volgende editie of niet te plaatsen, mede afhankelijk van het advertentieaanbod. Kopij dient bij voorkeur te worden gemaild. Voor ingezonden brieven geldt een maximum van 250 woorden. De Uitgeester is niet verantwoordelijk voor in advertenties gedane uitspraken of beweringen.

Geen krant ontvangen?

Stuur een e-mail naar kwaliteitsbeheer@herling-strijdhorst.nl of bel donderdag tussen 9.00 en 12.00 uur naar Herling Strijdhorst, telefoon 0229 - 745666. Wanneer u voor 12.00 uur belt, wordt de krant dezelfde dag nog bezorgd.

De Uitgeester is af te halen bij Boekhandel Schuyt, de gemeente, Jumbo, Lekker aan de Haven, Veldt's Toko en Deen in Akersloot

Uitgeverij Uitkijkpost / De Uitgeester

Willibrordus Business Centrum, Kennemerstraatweg 464, Heiloo
Tel: 072-5330175. www.uitgeester.nl.

Openingstijden:

ma. 08.00 - 12.00 | 13.00 - 17.30 uur
di. 08.00 - 12.00 | 13.00 - 17.30 uur
wo. gesloten
do. 09.00 - 12.00 uur
vr. 09.00 - 12.00 | 13.00 - 14.30 uur

Vrienden van De Uitgeester

Voor € 12,50 per jaar kunt u De Uitgeester steunen door Vriend van De Uitgeester te worden. Voor informatie en aanmelden: www.vriendenvandeuitgeester.nl.

Uw privacy:

<https://www.uitgeester.nl/pagina/privacy>

ADVERTORIAL



Pietenfeest bij Knoest op Camping Geversduin.

Foto: Aangeleverd

Kinder-Pietenfeest bij Knoest Eten en Drinken

REGIO - Zondag 25 november is het Pietenfeest bij Knoest Eten en Drinken! Van 10.00 tot 13.00 uur dansen Pieten in het rond en kan je natuurlijk op de foto met een Piet. Kinderen mogen zelf hun schoentje knutselen, versieren en zetten. De schoentjes kunnen woensdag 28 november weer opgehaald worden. Wie weet zit er dan wel iets in?

Een Pietenfeest is natuurlijk niet compleet zonder warme chocolademelk en heel veel pepernoten. En voor de echte

liefhebbers wordt er deze dag een special geserveerd: de Panini Pepernoot.

Knoest Eten en Drinken, gelegen op Camping Geversduin, is de hele winter open op woensdag, zaterdag en zondag van 10.00 tot 16.00 uur. Vanuit het restaurant of vanaf het terras heeft u zicht op de speeltuin, gemaakt van natuurlijke materialen. Kinderen kunnen zich hier uren vermaken met klimmen, klauteren, springen en zand scheppen. Kortom, een ideale plek met kinderen!

'Opstelterrein NS naar Heerhugowaard'

UITGEEST - Sinds 2014 waren de Provincie en de gemeenten Uitgeest, Beverwijk, Castricum, Heemskerk en Velsen al bezig voor een opstelterrein van treinen aan de N203 bij Uitgeest. Ondanks dat vorig jaar is besloten dat het opstelterrein voor de treinen bij Uitgeest zou komen, wordt dit plan nu heroverwogen, zo meldt de website van de PvdA Noord-Holland.

Er wordt onder meer vermeld dat bij Uitgeest de grond te slap is en er veel geheid zou moeten worden. Dat brengt aanzienlijk hoge kosten met zich mee. Begin 2019 verwacht men dat de resultaten beschikbaar zijn en er een definitief besluit wordt genomen tussen een terrein bij Uitgeest of toch Heerhugowaard. (Bron: OSU Radio)



"DOOR DE LENS VAN BUS"



Op zaterdag 17 november vond op een prachtige locatie, de Nederlands-Hervormde kerk, de Kadootjesmarkt plaats. De opbrengst hiervan gaat naar een goed doel. Er was véél in de verkoop, zelfs 5 iconen. Een van de mensen die deze markt georganiseerd hadden is Els Vlasblom (op de foto). Al met al een gezellige drukte met mooie spulletjes. Ook om aan de Sint en voor de Kerst te geven. Men kon ook terecht voor een kopje koffie, thee, limonade en iets erbij voor een schappelijke prijs.

Foto: Ger Bus

Prijvraag: zoek de pakjes van Sinterklaas!

Deze Uitgeester staat vol met sinterklaascadeautjes. Wil jij ze tellen? Als je het juiste aantal aan ons doorgeeft win jij misschien wel een van deze mooie prijzen!

Monkey Town 1 x een 10-rittenkaart en 2x2 toegangskaartjes
Cave du Vin: 1 flesje alcoholvrije champagne Tulbagh uit Zuid-Afrika
Bakkerij Putter: 1 chocoladeletter
Siro: waardebon van € 20,-



Geef het aantal pakjes uiterlijk 1 december aan ons door via marketing@uitgeester.nl met je naam en telefoonnummer.

Veel succes gewenst!

Tom Jacobs op zaterdagochtend bij OSU Radio

UITGEEST – Vanaf zaterdag 24 november aanstaande wordt jouw zaterdagochtend bij OSU Radio heel anders. Van 10.00 tot 12.00 uur kun je rustig wakker worden of aan je weekend beginnen met 'Jacobs in de Ochtend'.

Radiopresentator Tom Jacobs is geen onbekende voor de luisteraars, Tom is op de woensdagmiddag van 13.00 tot 16.00 uur te beluisteren met Drie Decennia Hits en op de zaterdagavond met Club106. Nu gaat Tom ook jouw weekend inluiden met een heerlijke mix aan diverse muziek, de jukebox en nieuws. Jacobs in de Ochtend start jouw weekend bij de OSU. U vindt



Radiopresentator Tom Jacobs.

Foto: OSU Radio

de OSU in de ether op 106FM, Ziggo 104.5FM, Ziggo kanaal 918 en via internet.



In Uitgeest zijn 80 bomen gekapt.

Foto: Gemeente Uitgeest

Bomen snoeien van start gegaan in Uitgeest

UITGEEST - Het is u wellicht opgevallen dat op diverse plaatsen in de gemeente bomen worden gesnoeid of gekapt. Gedurende de herfstmaanden kappen of snoeien de medewerkers van wijkbeheer de bomen afhankelijk van de staat van de boom.

Ook worden bomen gekapt of verplaatst bij een nieuwe inrichting van een buurt of straat. In Uitgeest zijn 80 bomen gekapt. De bomen worden door ziektes aangetast en dat leidt tot onveilige situaties. Om de kans op ongevallen te voorkomen en de verspreiding van de bomenziektes tegen te gaan, zijn de bomen gekapt. Voor iedere gekapte boom wordt een nieuwe boom geplaatst. Deze komt soms op een andere plaats, rekening houdend

met aspecten als ruimte of verkeer. Daarnaast worden er nog 100 knotwilgen geknot. In verband met de herinrichting van De Koog worden de gekapte bomen in die wijk volgend jaar vervangen door nieuwe exemplaren.

Het snoeien van bomen gebeurt wanneer:

- bomen dreigen dood te gaan
- bomen licht nodig hebben om verdere groei te bevorderen
- bomen beveiligd moeten worden tegen stormschade
- loshangende takken verwijderd moeten worden om onveilige situaties te voorkomen
- er sprake is van achterstallig onderhoud.

Geen geschikt dak, toch zonnepanelen



UITGEEST - Zelf stroom opwekken met zonnepanelen is misschien wel een wens, maar een geschikt dak ontbreekt om zelf zonnepanelen te plaatsen. Om toch te profiteren van een lagere energierekening en de mogelijkheid zelf elektriciteit op te wekken heeft DUEC (Duurzaam Uitgeest Energie Coöperatie) het project Zon op Uitgeest gestart.

Samen energie opwekken

Gezamenlijk energie opwekken is nu net zo voordelig als zonnepanelen op eigen dak. De zonnepaneleninstallatie is voorzien op het dak van een bedrijfspand aan de Molenwerf. Het rijk en energieleveranciers maken dit mogelijk in de zogenaamde 'postcoderoos-regeling'. Bewoners in de postcode 1911 en aangrenzende postcodegebieden kunnen hieraan deelnemen. Op www.duec.nl vindt u meer informatie en kunt u zich vrijblijvend inschrijven. Tot nu toe zijn er al voor meer dan 220 zonnepanelen inschrijvingen.



Zonnepanelen via Duurzaam Uitgeest Energie Coöperatie.

Foto: Aangeleverd

Informatieavond Zon op Uitgeest

Op 29 november organiseert DUEC een speciale informatieavond over het project Zon op Uitgeest. Locatie: dorps huis De Zwaan, Middelweg 5. Aanvang 20.00 uur, zaal open om

19.30 uur. Als u interesse heeft in zonnepanelen op eigen dak, ga ook dan naar www.duec.nl voor de Uitgeester zonnepanelenactie. U kunt daar meer informatie vinden en een offerte aanvragen.

Laura Dekker exposeert met foto's van Kirgizië

UITGEEST - In de maanden november en december hangt bij Boekhandel Schuyt een serie foto's die Laura Dekker maakte tijdens haar reis door Kirgizië.

Zelf vertelt ze daarover: "Al heel lang fotografeer ik heel graag, ik heb o.a. de basisopleiding aan de fotovakschool in Amsterdam gevolgd. Waar ik ga of sta, neem ik altijd mijn camera mee. In juni 2018 zijn mijn man ik drie weken in Kirgizië geweest. Samen met onze gids zijn we door verschillende delen van het land getrokken. Kirgizië is een van de armste landen in Centraal-Azië en bestaat voor het grootste deel uit indrukwekkend berglandschap en prachtige jailoo's (weidegronden in de dalen). Van oorsprong is de bevolking nomadisch. Gedurende het voorjaar, de zomer en het najaar tot oktober trekken nog steeds veel herders met hun gezinnen de bergen in met kuddes



Expositie met foto's van Kirgizië in Boekhandel Schuyt.

Foto: Laura Dekker

van schapen en paarden. Zij trekken dan van jailoo naar jailoo en leven in yurts. Ondanks de armoede is het een zeer gastvrij volk, we werden overal met open armen ontvangen en men wilde

van alles met ons delen. Deze tentoonstelling van 11 foto's is niet meer dan een kleine impressie van het leven rondom de yurts, de mensen en de bergen."

Jack's Bier Café Heemskerk eindigt op nummer 13 in Café Top 100

REGIO - De Café Top 100 2018 is in vele opzichten uniek te noemen. De eerste Café van het Jaar verkiezing vond plaats in 1994. Dit is de 25e keer dat de lijst gepubliceerd wordt, een jubileumeditie dus.

Jack's Bier Café in Heemskerk eindigde op nummer 13 van de mooiste en meest gastvrije cafés van Nederland. Na Jack's Bier Café volgde proeflokaal De Boom in Alkmaar op nummer 14. Het enige café in de omgeving dat voor Jack's Bier Café eindigde was De Koning Eten & Drinken in

Alkmaar. Jack's Bier Café is het enige café in de IJmond die voorkomt in de Café Top 100, een unieke prestatie.

Op de Facebookpagina van Jack's Bier Café is een filmpje gepost waarop de ontlading te zien is als bekend wordt dat zij op zo'n goede positie geëindigd zijn.



Jack's Bier Café in Heemskerk eindigde op nummer 13.

Foto: Jack's Bier Café



Over kinderen en koorts

Door huisarts Dirk Jan van Wijk

Als de R in de maand is, zijn de virussen in de lucht. Er zijn honderden verschillende soorten en de meeste komen 1 keer in je leven bij je op visite. Bij voorkeur in de leeftijd van een half tot 4 jaar. Kun je er iets tegen doen en wanneer moet je je zorgen maken als je kind ziek is?

Honderden virussen

Die honderden verschillende virussen kunnen ons verkouden maken. Maar altijd maar 1 keer, want bij een tweede poging zal ons afweersysteem ze herkennen en niet binnenlaten. Baby's krijgen deze antistoffen mee van hun moeder. Deze blijven nog ongeveer een half jaar actief. Dat betekent dat kinderen het eerste half jaar beschermd zijn tegen alle virusziekten die moeder al heeft doorgemaakt en dat zijn ze bijna allemaal. In dat eerste half jaar worden baby's dan ook niet ziek. Mocht dat toch het geval zijn, dan is dat reden waakzaam te zijn en bijtijds de huisarts te waarschuwen. Na dat 1e half jaar komen al die honderden virussen echter achter elkaar langs en is het kind, vooral in de herfst en de winter, ziek of onderweg ziek te worden. Doorbrekende tanden krijgen dan vaak de schuld van de verhoogde temperatuur, maar de virussen zijn de werkelijke boosdoeners.

Klachten

De meeste virusziekten zullen snel, binnen 1 tot 2 dagen overgaan, maar ze kunnen ook voor veel hinder zorgen. Ze kunnen ogen (jeuk, tranen), neus (verstopping, loopneus, niezen), keel (pijn), oren (pijn), stembanden (heesheid) en luchtwegen (hoesten en piepen) irriteren. En soms ontstaat er ook huiduitslag bij. Of het kind last krijgt en waarvan, hangt van het virus af en van de gevoeligheid van het kind. Bijna altijd gaat het vanzelf over en zou je kunnen overwegen de symptomen te bestrijden:

Koorts

Koorts wordt veroorzaakt door het virus en is niet nuttig voor ons lijf. We functioneren immers het best bij een temperatuur tussen 36,5 en 37 graden. Paracetamol verlaagt bij de meeste kinderen de temperatuur, waardoor ze zich veel beter voelen en ook beter gaan drinken en slapen.

Oorpijn

Dit komt veel voor bij kinderen. Klassiek symptoom is dat een kind gillend van de pijn ontwaakt en na enige tijd huilen gewoon weer verder slaapt. Paracetamol kan helpen tegen de pijn.

Verstopte neus

Dit geeft vooral problemen bij het drinken. De neus is meestal goed open te houden door frequent fysiologisch zout (bij apotheker of drogist) in de neus te druppelen. Druppels met xylometazoline helpen beter, maar mogen nooit langer dan een week gebruikt worden.

Heesheid

Als de stembanden zijn aangedaan hebben kinderen een zware ('zeehondenblaf') hoest. Soms worden ze op de eerste avond van hun verkoudheid om een uur of 10 's avonds benauwd-hoestend wakker en hebben dan een zogenaamde 'pseudokroepaanval'. Geruststelling en afleiding volstaan. Het kind slaapt meestal na een half uur weer in. Met een zachte ademhaling, dat wel.

Hoesten

Dit is het lastigste probleem. We kunnen kinderen nog niet leren dat ze de hoestprikkels moeten negeren. En hoestprikkelverminderende medicijnen mogen pas vanaf 3 jaar worden gegeven. Soms vermindert het hoesten als het kind goed door de neus kan blijven ademen, dus door fysiologisch zout hierin te druppelen.

Besmettelijkheid

Vroeger maakten we ons hier zorgen over en werd aangeraden om contact met andere kinderen te vermijden. Tegenwoordig weten we dat dit zinloos is, want ziektes zijn het besmettelijkst voordat je er ziek van wordt. Bovendien willen we graag dat kinderen op jonge leeftijd met zoveel mogelijk virussen in contact komen, omdat ze dan veel beter zijn in staat zijn ze te overwinnen dan op latere leeftijd.

Wat is normaal

Het is akelig als onze kleine dreumes zo ziek is. Kinderen zijn immers ons kostbaarste bezit? Het valt niet mee om ze zo ziek te zien. Bedenk echter hoe nuttig het is om al die virusziekten op jonge leeftijd door te maken! Kinderen die ziek zijn, zijn sloom en initiatiefloos en willen niet spelen en eten. Dat is normaal. Maar eigenlijk zijn er altijd wel momenten op de dag dat ze ineens een stuk lijken te zijn opgeknapt (al duurt dat soms maar kort). Ook kunnen ze goed opknappen als door paracetamol de temperatuur is verlaagd.

Wat is zorgelijk

Als een kind voortdurend suf is en slaapt, niet opknapt van paracetamol en minder dan de helft van de gebruikelijke hoeveelheid drinkt, is dat zeker een reden om de huisarts te raadplegen. En dat geldt beslist ook als er spontaan blauwe plekken ontstaan.

Niet zorgelijk

Vaak wordt gezegd dat een temperatuur boven de 40 graden een reden is om naar de huisarts te gaan. De hoogte van de temperatuur zegt bij kinderen echter niets over de ernst van de ziekte. Ze kunnen gewoon hun temperatuur nog niet zo goed regelen als volwassenen. Ook het langer ziek zijn dan 3 of 4 dagen is geen reden voor doktersbezoek, al wordt dat vaak gezegd. Als kinderen langer ziek zijn dan 2 dagen is meestal sprake van meerdere virusziekten achter elkaar.

Kortom

Het is geruststellend als zieke kinderen nog goede momenten hebben op een dag, al of niet na paracetamol. En ten minste de helft van de gebruikelijke hoeveelheid drinken. Maar ben je toch ongerust, kom dan gerust naar de huisarts. Die zal je altijd dezelfde dag de gelegenheid geven om langs te komen met je zieke peuter!



EMEENTE UITGEEST


Uitgeest, een gemeente met karakter

Burgerlijke stand

Overleden

J.E.M. Sickman, echtgenote van P.A.G. Deken: leeftijd 68 jaar
J.M. Ooms, weduwe van G. van Leeuwen, leeftijd 89 jaar

Collectieve Zorgverzekering Minima voor inwoners met een laag inkomen

Woont u in Uitgeest, Castricum, Bergen, Heiloo en heeft u een laag inkomen en een beperkt eigen vermogen? Dan kunt u mogelijk gebruik maken van de Collectieve Zorgverzekering Minima die we samen met zorgverzekeraar Univé aanbieden. U bent dan voor lage kosten uitgebreid verzekerd: wij betalen een deel van uw zorgverzekering en u krijgt vele extra's. Overweegt u over te stappen? Lees verder hoe u dat makkelijk kunt doen.

Wat is uw voordeel?

- U ontvangt korting op de basisverzekering
- De gemeente betaalt per maand mee aan uw aanvullende zorgverzekering
- Ruime vergoedingen voor o.a. brillen, fysiotherapie, tandartskosten en de eigen bijdrage Wet maatschappelijke ondersteuning/Wet langdurige zorg
- Univé accepteert iedereen, zonder medische keuring
- Kiest u pakket Compleet + € 0,00 eigen risico dan is uw verplichte eigen risico ook meeverzekerd
- Uw kinderen zijn tot 18 jaar gratis meeverzekerd

De premies op een rij

Hieronder vindt u de verschillende pakketten, de kosten van de verzekering, de korting van Univé, de bijdrage van de gemeente en wat u zelf per maand betaalt. Zie www.gezondverzekerd.nl voor een uitgebreid pakket- en vergoedingsoverzicht.

	Basisverzekering Compact	Aanvullende verzekering Compleet	Aanvullende verzekering Compleet + €-0,00 eigen risico
Bedrag verzekering	€ 138,40	€ 162,50	€ 191,90
Korting Univé	€ 7,26	€ 7,26	€ 7,26
Bijdrage gemeente	€ 10,00	€ 20,00	€ 45,00
U betaalt per maand	€ 121,14	€ 135,24	€ 139,64

Komt u in aanmerking?

U komt voor deze collectieve zorgverzekering in aanmerking als u in een van de genoemde gemeenten woont, een laag inkomen en een beperkt eigen vermogen heeft. Op de website van uw gemeente leest u meer over wat een laag inkomen en beperkt vermogen is.

Regel uw overstap op tijd!

Om over te stappen naar de Collectieve Zorgverzekering Minima vragen wij u om u aan te melden tijdens een van de spreekuren in uw gemeente. Lees op de website van de gemeente welke bewijsstukken wij van u, uw eventuele partner en kinderen jonger dan 18 jaar nodig hebben. Tijdens het spreekuur wordt direct beoordeeld of u aan de voorwaarden voor deelname voldoet.

Indien u voldoet aan de voorwaarden, doorloopt u de stappen voor aanmelding bij Univé op www.gezondverzekerd.nl. Ter bevestiging van uw deelname ontvangt u een polis blad van Univé en een besluit van de gemeente. Heeft u een schuld/ achterstand of royement bij uw huidige zorgverzekeraar, dan komt u mogelijk niet in aanmerking voor deze regeling. Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of Univé om uw mogelijkheden te bespreken. Kunt of wilt u niet overstappen omdat u een chronische ziekte heeft? Neem dan contact op met uw gemeente. Mogelijk komt u in aanmerking voor een gedeeltelijke vergoeding vanuit de gemeente.

Inloopsprekuren Univé in uw gemeente

Voor aanmelding van de Collectieve Zorgverzekering Minima kunt u zich met de benodigde gegevens melden op een van onderstaande spreekuren. U kunt ook gebruik maken van een spreekuur in een andere gemeente.

Waar	Wanneer	Hoe laat
Gemeentehuis Bergen	dinsdag 4 december	11.00 - 12.00 uur
Bibliotheek, Dreef 1	dinsdag 11 december	11.00 - 12.00 uur
Egmond a/d Hoef	dinsdag 4 december	10.30 - 12.00 uur
Hanswijk 1B	dinsdag 11 december	10.30 - 12.00 uur
Gemeentehuis Uitgeest	woensdag 5 december	10.00 - 11.00 uur
Middelweg 28	woensdag 11 december	10.00 - 11.00 uur
Cultureel Centrum Geesterhage, Geesterduinweg 5	Elke woensdag, donderdag, vrijdag van 14 nov. – 31 dec.	* op aanmelding via de website via de website
Gemeentehuis Heiloo	donderdag 6 december	10.00 - 11.00 uur
Raadhuisplein 1	donderdag 13 december	10.00 - 11.00 uur

* <https://www.univeregionplus.nl/aanmelden-zorgcheck-2018-Alkmaar>

Meer informatie?

Op de website van uw gemeente vindt u meer informatie over de voorwaarden van deelname aan de Collectieve Zorgverzekering Minima.

Voor vragen over de inhoud van de verzekering kunt u contact opnemen met de klantenservice van Univé, via: (072) 527 76 22. Ze zijn bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8.00 tot 20.00 uur en op zaterdag van 9.00 tot 13.00 uur.

Kunt u niet langskomen om u aan te melden? Neemt u dan contact op met uw Gemeente, afdeling backoffice participatie op telefoonnummer 14 0251, keuze 1.

Meldijk en Sluisbuurt afgesloten van 26 tot en met 30 november

De werkzaamheden aan de Meldijk en Sluisbuurt zijn bijna afgerond. Aannemer Twisk & Bosman heeft nog één week nodig om de laatste zaken af te ronden. Om de veiligheid te waarborgen sluiten we de Meldijk en Sluisbuurt af in de week van maandag 26 tot en met vrijdag 30 november. Tijdens de werkzaamheden wordt het verkeer omgeleid. Dit is met borden aangegeven. (Brom)fietzers en voetgangers hebben wel toegang, net als de bewoners van de Meldijk en Sluisbuurt. De werkzaamheden zijn afhankelijk van de weersomstandigheden. Bij slecht weer of vorst, kunnen de werkzaamheden worden uitgesteld. Meer informatie: Harry Hofman, telefonisch bereikbaar op 088-909 7849 of harryhofman@debuch.nl.

Droge voeten in park De Koog

De aanpak van de grondwateroverlast in park De Koog vordert gestaag.

Recent is door de gemeenteraad van Uitgeest besloten de werkzaamheden uit te breiden met gescheiden opvang van het hemelwater. Deze extra activiteiten waren aanvankelijk niet gepland en leiden tot een verschuiving van de werkzaamheden.

Park De Koog had te maken met overlast van grondwater. De riolering voldeed niet en de drainage was slecht zodat de grond te nat bleef. Onlangs besloot de raad het gescheiden opvangen en afvoeren van hemelwater in het park eerder uit te voeren en niet tijdens de renovatie van de gehele wijk De Koog. De werkzaamheden in en rond het park zijn daardoor later dan gepland afgerond (medio maart 2019). Het voordeel is dat die niet meer tijdens de totale renovatie van De Koog moeten worden uitgevoerd.

"Het hemelwater van de woningen en de verhardingen in en rond het park worden afgekoppeld van de riolering. Elke woning krijgt een extra drainage-aansluiting waardoor het regenwater gescheiden van het riool wordt afge-

voerd. De aanpassingen moet zorgen voor droge kelders en kruipruimtes", aldus wethouder Cecilia van Weel (Beheer en onderhoud openbare ruimte). Daarnaast worden de paden en de verlichting in en om het park vernieuwd.

Al met een al een flinke klus die in goed overleg met de bewoners wordt geklaard. Straks is het gehele rioolstelsel vernieuwd en verbeterd en kan iedereen weer volop gebruik maken van het park zonder natte voeten te krijgen.



De Bokashi methode: maaisel wordt prima bodemverbeteraar

Bermen en oevers moeten gemaaid worden, maar wat te doen met het maaisel? Verwerken als gft is natuurlijk een prima optie, maar fermenteren levert nog meer op. In de gemeenten Bergen, Heiloo, Castricum en Uitgeest stappen ze over op deze nieuwe methode.

De Bokashi methode (de term is Japans) staat voor het verwerken van natuurlijk materiaal door het te fermenteren en daarmee klaar te maken voor de bodem. Op kleine schaal kan dat via een speciale container in de keuken, op grote schaal door bijvoorbeeld de opbrengst van een gemaaide berm te mengen met fermentatie-bacteriën en de hoop luchtdicht af te dekken. Na 8 tot 10 weken kan het dan de bodem in of op.

Primeur

Elders in het land passen diverse gemeenten deze methode al toe, in Noord-Holland zijn de BUCH-gemeenten de eersten. Het gaat nu nog om een proef. In de overeenkomsten met de bedrijven die het maaiwerk uitvoeren, is opgenomen dat ze het maaisel op deze manier verwerken. De eerste 'oogsten'



(foto HVC)

zijn nu, circa 8 tot 10 weken na het opzetten, gereed voor gebruik. De voordelen zijn voor de gemeenten dat dit op termijn goedkoper is, het levert meer materiaal op dan bij het maken van compost, het scheelt in transport doordat maaisel nu op locatie wordt verwerkt en er treedt geen energieverlies (CO2) op in het fermentatieproces. Zo hoeft er geen gft meer naar de afvalverwerker en compost terug aangevoerd te worden. Eigen gebruik en verkoop De gemeenten willen het gebruik van deze Bokashi geleidelijk invoeren in de eigen organisatie en het andere deel verkopen.

In beeld: Intocht Sinterklaas Uitgeest

UITGEEST - De aankomst van Sinterklaas en zijn Zwarte Pieten was zondag in Uitgeest een groot succes. Ondanks het waterkoude weer verwelkomden honderden kinderen met hun ouders en grootouders de goedheiligman en zijn gevolg.

Veel hulppietjes en hulpsinterklaasjes stonden klaar met een zakje, waarin pepernoten en ander snoepgoed gedeponerd kon worden. Dankzij de Uitgeester Harmonie zat de sfeer er al lekker in. Een golf van opluchting ging over de Meldijk toen er een scheepshoorn vanaf het water te horen was. Sinterklaas en zijn Pieten kwamen, na Zaanstad op zaterdag, Uitgeest binnengevaren. Bij het Oude Regthuys werd Sinterklaas door burgemeester Wendy Verkleij welkom geheten.



Foto's: Marloes Blok / Marloesblokfotografie.nl

Donkere dagen: voorkom inbraak!

UITGEEST - De donkere maanden zijn weer aangebroken. Inbrekers zien dan makkelijk dat je niet thuis bent en kunnen snel hun slag slaan. Door gebruik te maken van tijdschakelaars kun je de indruk wekken dat je thuis bent. Deze schakelaars doen lampen automatisch aan. Je bepaalt zelf het tijdstip waarop dit gebeurt.

Luxere modellen tijdschakelaars kun je zelfs zo programmeren dat de lampen iedere dag op een ander tijdstip aangaan. Door in meerdere kamers lampen op tijdschakelaars aan te sluiten, lijkt het nog meer alsof er echt iemand aanwezig is. Sluit je spaarlampen of ledverlichting aan op deze schakelaars, dan blijven de kosten beperkt.

Het gaat er echter niet alleen om dat je licht in de woning laat branden, maar dat er ook goede buitenverlichting is. Het mag duidelijk zijn dat verder het goed afsluiten van deuren en ramen met degelijk hang- en sluitwerk en het niet in het zicht laten liggen van kostbare zaken (autosleutels, laptops

e.d.) aan te raden is. Meer preventie-tips zijn te vinden op politie.nl.

Voorkom dat bij u wordt ingebroken

Ook dit jaar start de politie weer een winteroffensief tegen woninginbraken. In de donkere maanden houden agenten steekproefsgewijs preventieacties. Ze lopen dan bij schemer door een wijk en stoppen bij onverlichte woningen een brief met preventiefolder in de bus. Buurtpreventieteam, scholieren, gemeenten en vrijwilligers bieden de helpende hand.

Hoe schrikt u inbrekers af?

Je kunt zelf ook veel doen om de kans op een inbraak in uw woning te verkleinen:

Licht: gebruik tijdschakelaars op je verlichting.

Geluid in huis: laat de radio of de televisie aan als je een avondje weggaat.

Sociale controle: vertel je burens dat je een paar dagen weggaat zodat ze

een oogje in het zeil kunnen houden. Goed hang- en sluitwerk: maak hiervan gebruik. Doe ramen en deuren dicht én op slot. Ook als je maar even weggaat.

Bel 1-1-2!

Zie je iets verdachts bij jou in de buurt? Aarzel dan niet en bel direct 1-1-2. Met de omschrijving van de daders en de vluchtrichting van de auto of scooter komt de politie direct in actie. Maak als het kan een film of foto met uw mobiele telefoon. Let wel goed op je eigen veiligheid! Meer tips vind je op politie.nl.

Gelegenheidsinbrekers slaan graag toe als je niet thuis bent. Je kunt er gemakkelijk voor zorgen dat het lijkt alsof je er wel bent door via een tijdschakelaar lampen te laten branden en de tv of radio aan te laten. Ook bijvoorbeeld koffiekopjes op tafel laten staan, geeft een bewoonde indruk. Ben je wat langer weg, vraag burens dan om een oogje in het zeil te houden en om je post te verwijderen. Gelegenheidsinbrekers letten namelijk goed op zaken zoals

een volle brievenbus, want zo weten ze dat je op vakantie bent.

Inbrekers gluren vaak door de ramen om te kijken of er waardevolle spullen in de woning liggen. Zet bijvoorbeeld geen laptop op een tafel voor het raam. Autosleutels zijn de laatste jaren ook erg in trek, want dan kunnen ze meteen uw auto meenemen. Leg autosleutels dus niet

in het zicht maar berg ze op. En inbrekers slaan graag toe zonder dat toevallige voorbijgangers hun kunnen zien. Kijk daarom eens kritisch naar je eigen huis of er plekken zijn waar het zicht slecht is, zoals een raam met een grote struik ervoor of een niet verlichte portiek en kijk hoe je het zicht voor omwonenden op je ramen en deuren kunt verbeteren.



Foto: Gemeente Uitgeest



Eeken
uitvaartverzorging

Laan van Meerestein 10
1945 TA Beverwijk

Wij bieden u een uitvaart vanaf € 2.495,-

Ongeacht lidmaatschap of waar u verzekerd bent.



Kijk voor meer informatie en/of een duidelijk kostenoverzicht op
www.uitvaartverzorgingeeken.nl of bel **0251-231262**.

Bekwaam, Betrokken & Betaalbaar



**VRIENDEN VAN
DE UITGEESTER**

Voor **€ 12,50**
steunt u ons en
profiteert u van
vele voordelen.

Voor meer informatie
en aanmelden:

www.vriendenvandeuitgeester.nl

Fietsshop Uitgeest

Pr. Beatrixlaan 9
1911 HP Uitgeest
0251-317782

info@fietsshopuitgeest.nl
www.fietsshopuitgeest.nl



Stadsfietsen,
e-bikes,
mountainbikes,
racefietsen,
kinderfietsen.

Kortingen

tot wel 50%

op heel veel
geselecteerde fietsen.

Deze actie is uitsluitend geldig
op 22, 23 en 24 november 2018.

Winterbeurtactie!

Zet maar vast in uw agenda.

Vanaf 1 december starten wij weer onze jaarlijkse
winterbeurtactie. Deze actie loopt geheel december en januari.

WINTER-EVENT

Een kleinschalig & gezellig shop-event in Uitgeest!

Georganiseerd door Geluk in Wonen in de showroom van Autobedrijf Uitgeest.
Inspiratie op doen, cadeaus kopen voor de komende feestdagen of gewoon lekker
voor jezelf..... en dit alles onder het genot van een hapje en drankje!

Wanneer:

Vrijdag 23 november van 19:00 tot 21:30, Zaterdag 24 november van 13:00 tot
17:00 & Zondag 25 november van 13:00 tot 17:00

Waar: Showroom Autobedrijf Uitgeest, Populierenlaan 51 in Uitgeest

Volg ons op facebook

of kijk op de website:

www.gelukinwonen.nl

voor meer info.



PATRICK VAN KEULEN

VIP-DAGEN

Donderdag 22 november

Vrijdag 23 november

Zaterdag 24 november

Zondag 25 november

09.30 - 21.00 uur

09.30 - 18.00 uur

09.30 - 17.00 uur

12.00 - 17.00 uur

25% KORTING

OP DE GEHELE COLLECTIE

CALVIN KLEIN | CAST IRON | CAVALLARO | MASON'S | CLUB OF GENTS
DESOTO** | FORTEZZA | LEDÛB | GARDEUR | ROY ROBSON | PME*
SCOTCH & SODA | WELLENSTEYN | REPLAY* | VANGUARD | BRAX
STATE OF ART | ARMA | BJÖRN BORG | REHAB SCHOENEN | HAPPY SOCKS

* Alleen Lange Nieuwstraat 787-789 IJmuiden | ** Alleen Deutzstraat 26 Heemskerk

Sportnieuws

Bakkum en Krookspeler van de wedstrijd: Sem Bleeker

Het lijkt een beetje ongepast om na een slechte wedstrijd een speler te benoemen tot 'man of the match'. Het is daarom ook maar niet omgeroepen, maar Sem was vandaag de minst slechte aan de kant van FC Uitgeest. Wel was er natuurlijk een pupil van de week, Pim Nugteren van JO-9-2. Hij kreeg na afloop de door Bureau Onderhoud ter beschikking gestelde wedstrijdbal. Gefeliciteerd.

(De Afvallende Bal)



Pupil van de week: Pim Nugteren.

Foto: Marianne Jonker



Bakkum & Krook
TEGELS & SANITAIR

Wout Bakker weer eens aan de beurt

AKERSLOOT - Na wekenlang droog te hebben gestaan omdat de concurrentie het niet toestond, is het Wout Bakker uit Heiloo gelukt de dagzege te pakken in de wekelijkse wedstrijd in Akersloot om de Kids and Parents Bikeschool (KPB) mountainbikecup.

Al meteen na vertrek wist Wout Bakker op Sportcomplex de Cloppenburg de koppositie in te nemen. De gedreven en oersterke Hidde Buur uit Akersloot had voor de start al aangegeven, kijkend naar de namen op de startlijst, dat naast Vincent Beentjes (Castricum) Wout Bakker de te kloppen man zou zijn. Dat voornoemde Beentjes, winnaar van de drie voorgaande weken, door pech aan de kant moest en niet meer terugkeerde in de koers, verhoogde de onderlinge spanning tussen beide

kemphanen alleen maar. Bijna halfkoers wist Hidde Buur het initiatief tijdelijk over te nemen, maar door het overslaan van zijn versnelling accepteerde deze alleen het te grote verzet.

Nadat Hidde Buur op karakter drie ronden de kop op zich had genomen en Wout Bakker als in een zetel naar de streep gereden werd, ging het mis bij Buur. Door steeds op het grote verzet uit de vele bochten te moeten aanzetten, was het in de laatste ronden helemaal gebeurd met Hidde Buur en kon Wout Bakker eenvoudig bij de moedige krijger Buur wegrijden. De uitgeputte Hidde Buur werd zelfs in de laatste omloop door de nu superfittige Henk Jan Verdonk senior uit Egmond aan den Hoef voorbijgesneld.

FC Uitgeest strijdlustig maar ook een offday

UITGEEST - Ach, iedereen die ooit gevoetbald heeft herkent het wel. Zo'n dag in het veld dat er niet veel lukt. Al in de 1e minuut springt de bal van je voet af, je eerste pass op een medespeler komt niet aan en de derde bal raak je maar half. Je kijkt op de klok en ziet dat er nog maar vijf minuten verstreken zijn. Zucht, het wordt een lange middag.

Op zich niet zo'n probleem als je de enige in je team bent. Dan zijn er namelijk ploeggenoten die je opvangen en jou weer beter laten spelen. Echter, wat te doen als er naast jou nog vijf, misschien wel zes anderen zijn die toevallig vandaag hetzelfde probleem hebben? Nou, (zucht...) niet veel. Als je dan ook nog eens een tegenstander treft bij wie vandaag alles in goud lijkt te veranderen dan ben je kansloos. Dat was FC Uitgeest dan ook. Tegen laagvlieger DSOV werd een verdiende 0-4 nederlaag geleden.

FC Uitgeest startte ditmaal zonder spits Lester Half die onlangs besloot

de wijde wereld te verkennen. Het zij hem van harte gegund maar een aderlating is het wel. In de eerste twee minuten wees nog niets op naderend onheil. Een mooie aanval van de thuisploeg leverde een kans op voor Jordy Duijn maar keeper Van der Giezen was alert. Twee minuten later was het aan de andere kant wel raak. Uitblinker Te Vrede kon volkomen ongehinderd oprukken en fraai scoren. 0-1. In de 15e minuut werd het allemaal nog erger voor FC Uitgeest. Een vrije trap van Kerkeboom belandde op de paal waarna de terugspringende bal wederom door Te Vrede in het doel werd gewerkt. 0-2. Zes minuten later was het rampzalige begin compleet. Wederom sneed DSOV als een mes door het bekende pakje boter. Dit keer profiteerde Bianco handig. 0-3.

FC Uitgeest deed daarna wat het moest doen, namelijk strijden voor elke meter en de aanval zoeken. Helaas stond vandaag tot frustratie van spelers en toeschouwers veel in het teken van de verkeerde keuzes

en ongelukkige ballen, soms op het hilarische af. "Als het niet om te huilen was, zou je erom moeten lachen" verzuchtte een supporter. Zo bleef de thuisploeg met aandoenlijk enthousiasme doorploeteren, echter zonder enig resultaat. Hoewel Mike Olgers in de 65e minuut bijna iets terugdeed, maar ook hij had niet zijn dag getuige het slappe schot, moederziel alleen voor keeper Van der Giezen. In de 79e minuut werd het allemaal nog erger. Een snelle uitbraak bracht de bal bij van Nispen die beheerst scoorde. 0-4. Tevens ook de einduitslag. Zo leed de thuisploeg, die het tot nu toe zo aardig deed dit seizoen, een van de grootste thuisnederlagen sinds lange tijd. Reden tot paniek? Natuurlijk niet. Soms speel je zo'n wedstrijd. Gewoon hard trainen, de mouwen opstropen en volgende week tegen AGD (wederom thuis) revanche nemen op jezelf en het thuisvolk laten zien dat deze nare zondag maar een incident was. Uw Afvallende Bal gaat daar althans vanuit.

(De Afvallende Bal)

Oud-gemeentevoorlichter Uitgeest in actie om bomen te redden



HEEMSKERK - In een ultieme poging om 42 monumentale bomen aan de Marquettelaan te redden, willen de twee Heemskerkse actiegroepen Milieudefensief GOED-AARDIG en BOOM naar de rechter. Woordvoerder en oud-gemeentevoorlichter van de gemeente Uitgeest Peter Dicker hoopt met een oproep steun te krijgen om dat mogelijk te maken.

Door: Mediapartner NH Nieuws

"Het is twee voor twaalf, dus vragen we één euro om de gang naar de rechter te kunnen maken." Tot grote frustratie van de actiegroepen kreeg PWN, beheerder van het landgoed, in oktober groen licht om de beeldbepalende bomen aan de oprijlaan naar Chateau Marquette te kappen. "Het is toch volstrekt niet meer van deze tijd, waarin we de waarde van natuur en klimaat zo hoog in het vaandel hebben staan, dat we met droge ogen moeten toekijken hoe die 200 jaar oude bomen worden gekapt omdat iemand dat achter een tekentafel heeft bedacht. Nee, dat lijkt me volstrekt niet aan de orde," briest de strijdlustige Dicker tegen NH Nieuws.

PWN-boswachter Dario Duijves liet eerder aan NH Nieuws al weten de kap noodzakelijk te vinden. "De helft van deze bomen staat op omvallen." En over het voltooiën van het landschapsplan: "Een ander belangrijk punt is dat we hier een uniforme laan willen. En daar houden we aan vast."



Oud-gemeentevoorlichter Peter Dicker.

Foto: NH Nieuws

Petitie

Joke Hoobroeckx van Milieudefensief GOED-AARDIG organiseerde eerder al petitie om de kap te voorkomen. Ruwweg 5000 inwoners zetten toen een krabbel. "We hebben de afgelopen maanden veel nagedacht en denken juridisch een kans te maken. Die bomen mogen helemaal niet gekapt worden. Tenzij er een maatschappelijk verlangen is om ze te kappen, of dat ze een gevaar vormen. Het moet nog maar blijken of dat wel zo is."

Crowdfunding

Wie de actiegroepen wil steunen kan een enveloppe met daarin één euro afleveren in de brievenbus op Mozartstraat 128 of overmaken op het rekeningnummer van P. Dicker: NL28TRIO0390443255. De griffiekosten zijn 680 euro.



THEMA:

Zorg & welzijn

Beste lezer

Voor u ligt het themanummer van De Uitgeester, waarin we aandacht besteden aan zorg en welzijn in onze regio in de breedste zin van het woord. Er is aandacht voor een primeur voor het Noordwest Ziekenhuis en het Rode Kruis

Ziekenhuis waarschuwt voor koolmonoxide-vergiftiging. Dat en nog veel meer interessants in deze editie. Kortom, een themanummer dat wij met zorg hebben samengesteld. Wij wensen u veel leesplezier.

Foto: Pixabay

Lekker belangrijk...

De feestdagen, het gevoel hebben 'druk, druk, druk' te zijn. Sta stil bij de essentiële zaken in het leven:

Samen genieten, tijd nemen voor elkaar en het delen van een gezonde maaltijd, belangrijk lekker.

Zonder stress en gezond de feestdagen in, dat kan!

Neem contact op met Anita voor coaching hierbij.

Kennismakingsgesprek is gratis en vrijblijvend.



Aanbieding voor feestdagen

90 minuten intake leefstijl- en voedingsanalyse, inclusief meten spier- en vetmassa, bloeddruk en advies van € 99,- voor maar **€ 69,-**

Als cadeautje krijg je in de maand december de vitaliteit- en balanscheck erbij!



Leefstyle coaching en training

Anita@leefstyle.nl 06-51911922

www.leefstyle.nl

In Limmen en Akersloot (ook voor bedrijven)

Leefstyle

COACHING & TRAINING

Leefstyle: Zorg voor jezelf

REGIO - Neem gezondheid in eigen hand. Ben jij het jojo-effect zat, ben je bereid je stijl van leven onder de loop te nemen en wordt het nu echt tijd om actie te ondernemen? Dan kan Leefstyle coaching en training helpen!

Met alleen verandering van voeding ben je er vaak niet, maar ook niet alleen met beweging. Het is een combinatie van deze factoren, ook speelt je 'eigen ik' een belangrijke rol, evenals je omgeving, de maatschappij. Laat je niet leiden door wat je niet wilt, maar laat je vanaf nu leiden door wat je wel wilt, door je verlangen. Wat is jouw visie en hoe wordt jouw plan? Ik, Anita Veldt, integraal leefstijl en vitaliteitscoach, wil je helpen bij deze zoektocht.

Want als jouw doel helder is, dan kan jij je leefstijl veranderen! www.leefstyle.nl / 06-51911922 / anita@leefstyle.nl.



Foto: Aangeleverd / Pexels.com

Blessurevrij sporten met Fysiotherapie SMC Uitgeest

UITGEEST - Sporten is belangrijk voor de gezondheid, maar zodra blessures ontstaan, kunnen de gevolgen groot zijn. In vele studies wordt aangetoond dat jongeren in de leeftijd van 12-18 jaar een fors verhoogd risico lopen op het verkrijgen van knieblessures.

Vorige week hebben de sportfysiotherapeuten van SMC

IJmond / Uitgeest een presentatie gegeven aan de jeugdtrainers van FC Uitgeest en is de specifieke Join (t) Forces warming-up gedemonstreerd. Voetbalclub FC Uitgeest neemt in samenwerking met Fysiotherapie SMC Uitgeest deel aan het kniepreventieprogramma. Het programma is een uitdagend effectief trainingsprogramma ter preventie

van knieblessures bij kinderen in deze leeftijdsgroep. Door regelmatig te oefenen neemt hierdoor de kans op een dergelijke blessure met 50% af.

Ben je geïnteresseerd en is dit ook iets voor jou of voor jullie vereniging, neem dan contact met ons op of kom langs op de Zienlaan 3 in Uitgeest, 0251-750655 of info@smcuitgeest.nl.



Blessurevrij sporten met Fysiotherapie SMC Uitgeest.

Foto: Aangeleverd

Primeur voor Noordwest Ziekenhuis

REGIO - Het hart-long centrum van Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Alkmaar, neemt als een van de eerste ziekenhuizen in Nederland de Biosensor-pleisters van Philips klinisch in gebruik.

Bepaalde patiënten die op de verpleegafdeling cardiologie of longziekte liggen worden door middel van deze pleister met hightech sensor 24 uur per dag gemonitord. Dit gaat onder andere om patiënten die een operatie hebben ondergaan, kwetsbare ouderen en vitaal bedreigde patiënten. Elke minuut wordt de hartslag en ademhalingsfrequentie gemeten, maar ook de lichaamshouding om vallen te detecteren. Dit kan nog worden aangevuld met een meting van bloeddruk, zuurstofsaturatie en temperatuur.

Veilig gevoel

De Biosensor-pleister zorgt ervoor dat de verpleegkundige een compleet beeld heeft van de waarden van de patiënt. Dit geeft eerder informatie dan de huidige check die de verpleegkundige ten minste elke 12 uur uitvoert en zorgt voor minder administratieve handelingen. De verwachting is dat de continue monitoring patiënten een veilig gevoel geeft, omdat een achteruitgang eerder geïdentificeerd wordt.

Eerste ervaringen

Noordwest zal de Biosensor-pleister in eerste instantie 6 maanden gebruiken. Gedurende deze periode wordt onder andere bekeken of het gebruik van de pleister prettig is voor patiënten en verpleegkundigen en of we eerder kunnen signaleren of de conditie van een patiënt vooruit of achteruit gaat.



Biosensor-pleisters primeur voor ziekenhuis in Alkmaar.

Foto: Noordwest ziekenhuis



Fysiotherapeuten:

A. Mooij • M.K.M. Eijsbouts • M.T. de Vries
O. van der Starre • K. van de Worp
C.F. Warmenhoven • F.A.C. Meiland • M.B.T. Eeltink

Molenstraat 1, 1911 BR Uitgeest, Tel. (0251) 313 040
Graskamplaan 13, 1911 LH Uitgeest, Tel. (0251) 313 894

Praktijk voor fysiotherapie en manuele therapie

- Fysiotherapie
- Manuele therapie
- Kinderfysiotherapie
- Oedeemfysiotherapie
- Oncologie fysiotherapie
- Haptonomische begeleiding
- Bekkentherapie
- Hart-longrevalidatie
- Dry needling
- Therapeutisch elastische kousen
- Podoposturaal therapie
- Medisch Fitness
- Acupunctuur

Aangesloten bij de volgende netwerken:

- Schoudernetwerk
- Claudicatio intermittens (etalagebenen)
- COPD
- Orthopedienetwerk
- ParkinsonNet
- Oncologie fysiotherapie
- Fitkids

info@fysioutgeest.nl • www.fysioutgeest.nl



Praktijk voor integrale behandeling

**GEZOND & VITAAL ouder worden?
Chronische klachten verminderen?
Gezond afvallen?**

Informeer vrijblijvend wat wij voor u kunnen betekenen.

www.bodyswitch.nl - heemskerk@bodyswitch.nl - Tel. 0251- 234 000

Nieuw: kennismakingsbehandeling Cenzaa huidverzorging

UITGEEST - Mooier DAN is trots om nu een behandeling met het topmerk Cenzaa te kunnen bieden. Cenzaa betekent zijde en staat voor Gezondheid, Resultaat, Aandacht, Innovatie en Luxeproducten.

Iedere behandeling start met een uitgebreide huidanalyse, vochtmeting en een geurreis. U bepaalt welke geur het beste bij u past. Ook ontvangt u een huidadvies dat is gebaseerd op een 6-stappen huidverzorgingsplan, waarmee u

maximaal resultaat behaalt. Kom langs en ervaar tijdens een kennismakingsbehandeling de weldaad en verzorging van Cenzaa. Deze behandeling, inclusief een box met 7 producten voor thuis, is nu voor slechts €69,- te reserveren. Zo kunt u na de professionele behandeling in de salon, thuis verder genieten van de heerlijke producten.

Tips voor de feestdagen

Nog een paar weken en dan staan de feestdagen weer voor de deur. Mooier DAN

heeft mooie en betaalbare cadeaus voor de feestdagen. Een cadeaubon is verkrijgbaar vanaf €10 en kan de ontvanger inwisselen voor een behandeling of product. Andere mooie cadeaus zijn: kerstbox met bodycrème en parfum, geurstokjes (we love the planet), toilettasje, Maglash mascara, handcrème etc. Genoeg keuze, kijk op de website of kom gerust eens langs.

Mooier DAN, Kooglaan 70 Uitgeest, 0612900228, www.mooierdan.nl.



Foto: Mooier DAN

BodySwitch Heemskerk bestaat 7 jaar



Frank van BodySwitch Heemskerk.
Foto: Aangeleverd

HEEMSKERK - BodySwitch Heemskerk, praktijk voor integrale geneeskunde, bestaat 7 jaar. "Inmiddels hebben we meer dan 700 mensen met uiteenlopende klachten en ziektebeelden geholpen om weer gezonder te worden."

Frank vertelt: "In 2003 kampte ik zelf met beginnende osteoporose, dreigde diabetespatiënt te worden en had vele andere gezondheidsklachten toen ik het roer radicaal

omgooide. Ik verdiepte mij in de totale werking van het menselijk lichaam, volgde daarbij vele opleidingen, en maakte mijzelf gezonder en vitaler dan ooit tevoren! Sinds 7 jaar help ik nu dagelijks vele mensen bij het hervinden, optimaliseren en behouden van hun gezondheid. Mijn nieuwe missie geeft verschrikkelijk veel energie. Het is fascinerend om te zien wat voeding, beweging, de juiste mindset en voedingssupplementen voor geweldig effect

hebben op de gezondheid van mensen!"

Bent u altijd maar moe, of heeft u vaak last van uw buik, aanhoudende hoofdpijn of migraine? Stramme, stijve spieren, last van uw gewrichten? En bent u dit gewoon gaan vinden? Gek toch? Want is dat nodig? Klachten worden altijd veroorzaakt door voeding, stress, bacteriële, virale of schimmelinfecties en onze leefomgeving. Belangrijk

is om op zoek te gaan naar de oorzaak van de klachten. En wist u dat veel van deze klachten te behandelen zijn op een natuurlijke en gezonde manier? Heeft u aanhoudende klachten? Informeer eens wat wij voor u kunnen betekenen.

BodySwitch Heemskerk

Rijksstraatweg 55
0251 - 234 000
heemskerk@bodyswitch.nl
www.bodyswitch.nl/heemskerk

gezond
worden,
beter
blijven

GRATIS SPORTSPREEKUUR
iedere maandag van 19:00-20:00 uur

FYSIOTHERAPIE
SPORTBLESSURES
REVALIDATIE
MEDISCHE FITNESS
DRY NEEDLING

smc
uitgeest

Adres: Zienlaan 3 Uitgeest

Voor een afspraak bel: 0251-750655
of e-mail naar: info@smcuitgeest.nl

www.smcuitgeest.nl



Dry Needling is een effectieve behandelmethodes welke onderdeel is van een fysiotherapeutische behandeling. Het kan worden toegepast bij spierklachten zoals onder andere nek-schouderklachten, rugklachten en misselijkheid bij zwangerschap. Onze specialisten geven u snel verlichting van uw pijnklachten.

Tevens kunt u binnen 24 uur terecht voor behandeling van acute sportklachten.

Voor meer informatie of een afspraak maken, kunt u contact opnemen via 0251-312193 of info@fysioview.nl

Vrijburglaan 45 - 1911 SE Uitgeest
www.fysioview.nl

Al meer dan 45 jaar een begrip in Uitgeest



Koolmonoxide is een serieus probleem.

Foto: Aangeleverd

'De sluipmoordenaar CO slaat dit jaar alweer hard toe'

REGIO - In de afgelopen zes weken was het bij 18 incidenten raak en werden er 40 mensen in het ziekenhuis opgenomen met een koolmonoxide (CO) vergiftiging. Brandweer Nederland en de Nederlandse Brandwonden Stichting slaan alarm.

"De kou heeft in Nederland nog niet eens ingezet en nu zien we al zoveel ongevallen. En dat terwijl de piekperiode met CO-ongevallen de komende maanden nog plaats gaat vinden," aldus Jet Vroege, dossierhouder Koolmonoxide Brandweer Nederland. "De sluipmoordenaar CO slaat dit jaar alweer hard toe."

Elke dag staat er wel een bericht in de krant dat koolmonoxide weer slachtoffers eist. In de 'Ongevallenregistratie 2017; gasongevallen na de meter' wordt gesproken van 2 doden en 161 gewonden, waarvan 114 zodanig ernstig dat ziekenhuisopname nodig was. Jet Vroege: "En hierin zijn alleen de CO-ongevallen meegenomen waarbij een gasinstallatie de oorzaak was. Ongevallen door binnenshuis barbecueën - je gelooft het niet, maar het gebeurt echt nog vaak - en open haarden of houtkachels als oorzaak zijn in deze cijfers niet meegenomen. De Onderzoeksraad voor de Veiligheid meldde in 2015 al dat het totale aantal slachtoffers vermoedelijk veel hoger ligt dan we uit de cijfers kunnen afleiden. Dit is dus nog steeds realiteit."

Kennis publiek schiet tekort

Uit een representatieve steekproef die de Nederlandse Brandwonden Stichting eerder deze week uitvoerde, komt naar voren dat 43% van de ondervraagden niet weet dat je een CO-melder in de ruimte van het verbrandingstoestel (zoals cv-ketel, geiser, open

haard, kachel) moet plaatsen. Uit dezelfde steekproef blijkt dat bijna de helft van de mensen niet weet dat ook door een nieuwe ketel CO-vergiftiging kan ontstaan. Jet Vroege: "Dit terwijl in de helft van de ongevallen sprake is van een nieuwe of pas onderhouden cv-ketel. De oorzaak is dan meestal een verkeerd aangesloten of losgeraakte rookgasafvoer. Heel belangrijk dat je bij het plaatsen van een nieuwe ketel ook meteen de rookgasafvoer vervangt of in ieder geval laat controleren."

Risico van CO-vergiftiging neemt komende maanden toe

De meeste ongevallen met koolmonoxide vinden in de maanden november tot en met ongeveer maart plaats, de periode dat de verwarming, kachel en open haard volop in gebruik zijn. Jet Vroege: "Als deze cijfers de komende maanden zo doorgaan, komen we dit jaar op nog veel meer slachtoffers per jaar uit dan het Kiwa in 2017 geregistreerd heeft. Daarom slaan we vandaag alarm. Samen met de Nederlandse Brandwonden Stichting, de GGD en onze 25 veiligheidsregio's vragen we weer breed aandacht voor deze sluipmoordenaar. Belangrijk is dat iedereen weet hoe je CO-vergiftiging voorkomt en herkent. En natuurlijk dat je ook weet hoe je moet handelen mocht het je toch overkomen. Laat je verwarmingsketel, geiser, kachel of open haard dus elk jaar controleren door een gecertificeerd vakman. Laat voor een goede ventilatie 24 uur per dag en 7 dagen per week een raam of rooster op een kiertje staan. En zorg dat je een CO-melder hebt. Alleen deze kan je alarmeren als het zeer giftige CO vrijkomt. Plaats de melder aan het plafond in de ruimte van het verbrandingstoestel."

Praktijk Hanneke Visser helpt bij verkoudheid en griep

Najaar: het is vroeg donker en de temperatuur is flink gedaald. Overal om ons heen snotterende en hoestende mensen.

In zo'n periode is het nodig om jezelf extra te beschermen: warme kleding, warm voedsel en voldoende rust, het klinkt saai maar hiermee kom je deze periode het beste door.

Als je wat hulp nodig hebt om over een verkoudheid of griep heen te komen, denk dan ook eens aan acupunctuur. In mijn praktijk behandel ik veel verschillende klachten en ook kunt u er terecht als u bijvoorbeeld uw weerstand wilt versterken. Ik gebruik hiervoor ook moxa, en als nodig kunnen we Chinese kruiden inzetten om de verkoudheid en griep sneller kwijt te raken.

Vragen? Bel of mail mij gerust voor vrijblijvend advies: 06-18224671 of hannvisser@gmail.com, www.acupunctuuruitgeest.nl



Foto: Aangeleverd



COACHING VOOR HOOGEBEGAAFDEN EN HUN OMGEVING

HB Coaching Uitgeest

Een-op-een coaching voor (hoog)begaafde kinderen, tieners en volwassenen. Dit doe ik zowel vanuit huis als op scholen (voor kinderen en tieners). Ik kom veel op middelbare scholen, waar ik (hoog)begaafde tieners begeleid in problemen met het leren organiseren en plannen van hun werk, het aanleren van studievaardigheden of het leren omgaan met spanning tijdens toetsen. In sommige gevallen kunnen mijn diensten via PGB en Zorg in natura/een beschikking vergoed worden.

HB Class Uitgeest

Anderhalf uur samen met andere HB-kinderen de wereld ontdekken! Iedere maandagmiddag van 16:00 tot 17:30 uur. Voor (hoog)begaafde kinderen van groep 5 tot en met 8 die behoefte hebben aan uitdaging en begrip. Er zijn nog een paar plekje vrij, dus meld je snel aan! Als je deze advertentie laat zien bij het aanmelden, krijg je 5 euro korting op de eerste HB Class!!

Meer informatie? <https://hbcoachinguitgeest.nl>



Ik ben Luke Ruijs, 18 jaar en ik ben de nieuwe, enthousiaste en klinkende aanwinst van de Jeugd- en Jongerenraad.

Het gaat er in principe niet om wie ik ben. Wat ik doe en wil gaan doen vind ik veel belangrijker. In juli dit jaar is er na lang vergaderen een nieuw college gekomen in Uitgeest. Dit college is het oudste college van heel Nederland! Met als grote uitschieter een 69-jarige. En zonder een sneer te geven aan deze hardwerkende ambtenaren, wil ik wel vermelden dat door dit gigantische generatieverschil het lastig is voor hen om jongeren te vertegenwoordigen in hun beleid. Hier komt de Jeugd- en Jongerenraad in beeld. Wij behartigen de belangen van de jeugd en jongeren in Uitgeest! En dit doen we door zo goed mogelijk naar jullie te luisteren. Wij leggen de raad gevraagd dan wel ongevraagd het vuur aan de schenen. Dit is ook een belangrijke taak van ons. Door onze stem te laten horen aan de gemeente maken wij Uitgeest voor de jongeren mooier, leuker en aantrekkelijker. Dit doen we vooralsnog erg goed. We zijn een toonaangevende raad, want de gemeente Alkmaar heeft ons benaderd en om ons advies gevraagd aangezien zij zelf ook een jongerenplatform willen opstarten. Hier hebben wij vorige week een presentatie mogen geven en onze ervaringen met hen kunnen delen. Een groter compliment kunnen wij niet krijgen naar mijn mening. Ik ben ontzettend dankbaar dat ik me nu actief mag inzetten voor deze prachtige gemeente. Deze job neem ik dan ook uiterst serieus. Laten we samen bouwen aan een nog mooier Uitgeest.

Luke Ruijs, Jeugd- en jongerenraadslid



Cadeautjesmarkt Rode Kruis Uitgeest



UITGEEST - Op woensdag 28 november, van 11:30 tot 16:00 uur, organiseert Het Rode Kruis afdeling Uitgeest weer een cadeautjesmarkt in Dorpshuis de Zwaan. Alle cadeautjes die u koopt zijn gemaakt door deelnemers aan de maandagmiddagactiviteit in Geesterheem.

De opbrengst is bestemd voor de eigen activiteiten van de afdeling. De vrijwilligers van het Rode Kruis staan voor u klaar om u te helpen bij uw aankopen. Tot slot maakt u voor 1 euro kans op een leuk presentje!

Speciale kerst- en boekenmarkt voor Bosnië

UITGEEST - Op zaterdag 1 december wordt weer de jaarlijkse boeken-, speelgoed- en kerstartikelenmarkt gehouden. Van 9.00-15.00 uur in De Klop, naast de RK-kerk aan de Langebuurt. De opbrengst van de markt gaat in z'n geheel naar pastoor Stojanovic in Bosnië als ondersteuning voor de nog steeds zeer arme mensen in dat land.

Voorals in de winter is er geen geld voor hout voor de kachels, levensmiddelen en kleding. En zeker met Kerstmis zou het fijn zijn als men iets extra's kan kopen. Voor de markt is er nog behoefte aan boeken, speelgoed en kerstartikelen. Wie iets aan

te bieden heeft, kan contact opnemen met Co Heine (311982), Fetje Pijlman (313632), Han Scheerman (311019) of Siem van Zutphen (310193). Bij de kerstmarkt van Han Scheerman, in de garage van de pastorie, staat dit jaar een bekende Uitgeester, namelijk Bank Beentjes. Hij verkoopt eigengemaakte kerststallen en draadfiguren en de opbrengst daarvan gaat ook naar Bosnië. Fantastisch toch als mensen meedenken en steun geven.

Redenen te over om op zaterdag 1 december naar de Langebuurt 39 te komen.



Ook in Uitgeest gebruiken steeds meer inwoners een houtkachel, open haard of een vuurkorf.

Foto: Gemeente Uitgeest

Stoken? Doe het schoon en veilig!



UITGEEST - Het gebruik van open haarden, inzethaarden en houtkachels voor het verwarmen van woningen neemt de laatste jaren toe. Dat geldt ook voor het stoken van hout in terraskachels, vuurkorven en dergelijke. Ongeveer 20% van de Nederlandse huishoudens bezit een houtkachel, open haard of een vuurkorf.

Ook in Uitgeest gebruiken steeds meer inwoners een houtkachel, open haard of een vuurkorf. Dit is heel gezellig maar helaas veroorzaakt het stoken soms overlast. Vooral in de directe omgeving kan dit tot (ernstige) hinder leiden. U kunt dit voorkomen door goed te stoken.

Goed stoken

Gebruik altijd droog en schoon hout. Bij hout dat niet schoon en droog is, bestaat de kans dat er rook en schadelijke stoffen vrijkomen. Want schone rook bestaat niet. Er kan altijd hinder (rook, geur en

roetneerslag) optreden en de rook kan tot gezondheidsklachten leiden, bij uzelf of bij de omwonenden. Daarbij kunnen de weersomstandigheden, bijvoorbeeld mist of windstil weer, ook een rol spelen. Beperk de stookduur tot een paar uur per dag en zorg voor een goede verspreiding van de rookgassen. Op deze manier is de overlast minimaal en kunt u genieten van uw houtkachel, open haard of vuurkorf.

(Brand)veiligheid

Hou bij het stoken de brandveiligheid in acht. Zorg dat uw houtkachel of open haard goed ingeregeld is. Controleer bijvoorbeeld of het rookkanaal (nog) goed is aangesloten op de kachel. Tip: plaats een koolmonoxidemelder in de buurt van de kachel of open haard. Bij onvolledige verbranding kan namelijk het levensgevaarlijke koolmonoxide vrijkomen. Kortom, stook bewust en veilig en denk daarbij ook aan de omgeving.

SEVERIJNSE DAKBEDEKKINGEN BV

DAKBEDEKKINGEN • DAKISOLATIE LOOD - EN ZINK WERKEN

Tel. 0251-242315 • Mobiel 06-53175889

Uitvaartcentrum Heemskerk: Vertrouwd dichtbij



Uitvaartverzorging IJmond

Partner van DELA

Laan van Assumburg 95A, 0251 - 25 20 94, www.ijmonduitvaart.nl



BUSREIZEN - WORMERVEER

Country & Christmas Fair Kasteel de Haar
25 november 2018 € 39,50 p.p.

5 Daagse KERST KLAVERJASREIS ZUIDLAREN

*** Brink hotel in centrum
Prijs v.a. € 450,- p.p.
Vertrek 23 december 2018

5 Daagse KERST KLAVERJASREIS ASTEN

**** Best Western Hotel Nobis
Prijs v.a. € 450,- p.p.
Vertrek 23 december 2018

Alle reizen gegarandeerd vertrek!

WWW.HOOYBERG.NL

Tel. 075-6289679
Reserveer online en betaal géén boekingskosten

6e editie Winterfair Limmen

U bent van harte welkom bij de overdekte Winterfair 2018

23, 24 en 25 november	11.00 tot
30 november, 1 en 2 december	17.00 uur
7, 8 en 9 december	gratis entree
14, 15 en 16 december	

Dusseldorperweg 97, Limmen, tel. 06-21 65 83 65
anastasiadecohome@hotmail.com
www.anastasiadecohome.nl

Eigentijds 'Sound of Life' krijgt jeugd in kerk

UITGEEST - Ooit begon het koor 'Sound of Life' in Heemskerk/Beverwijk, sinds zes jaar opereert dit vijfenveertigjarige ensemble vanuit Uitgeest. Kiek Valkering vertelt met groot enthousiasme hoe het koor op zoek was naar een kerk die openstond voor repertoire dat ook jongeren aanspreekt.

Door: Monique Teeling

Kiek: "Voor vaste kerkgangsters is er de Latijnse mis maar veel jongeren zie je daar niet. Eerlijk gezegd ga ik zelf ook niet vaak meer en dat is jammer. We moeten zoeken naar manieren om het weer aantrekkelijk te maken voor de jeugd. Alle koorleden hebben een katholieke achtergrond en met ons koor laten wij zien dat popmuziek ook in de kerk past. Een mooi voorbeeld is The Passion waar een lied als 'Geef mij je angst' van André Hazes of 'Wit licht' van Marco Borsato prachtig klinkt en dus zo zou kunnen passen bij de inhoud van een kerkdienst. In kerkvieringen zingen wij liedjes van The Beatles en Trijntje Oosterhuis of andere liedteksten die mooi passen bij Bijbelse thema's.

Sound of Life heeft zeventien leden waaronder twee mannen, die volgens Kiek goed van zich laten horen. Iedere donderdagavond wordt er onder leiding van dirigent Titia Mijnen van 20.00-21.00 uur geoefend in de rooms-katholieke kerk Onze Lieve Vrouwe Geboorte aan de Langebuurt 37 in Uitgeest. Ook wordt er met enige regelmaat



Het koor 'Sound of Life'.

Foto: Monique Teeling

in de omgeving opgetreden. Kiek: "Wij kunnen overigens altijd nieuwe leden gebruiken. Het jongste koorlid is veertig jaar en het oudste zestig jaar. Iedereen die zich thuis voelt in de kerk is van harte welkom.

Wij werken samen met werkgroep Kerk in Beweging, zij organiseren eigentijdse vieringen op zaterdagavond. Voor 24 november aanstaande staat er een viering op de agenda waarbij wij alle jongeren uitnodigen die de afgelopen jaren communie hebben gedaan. De jonge

kapelaan Teun Warnaar begeleidt de avond. We hebben 's middags een programma in De Klop en zijn van 19.00-20.00 uur in de kerk waar kerkelijke tradities hand in hand gaan met inhoud uit het dagelijks leven van de kinderen. De jongeren mogen zelf aangeven waar zij voor willen bidden. Dat kan zijn voor een zieke oma of het klimaatakkoord."

Loop gerust eens binnen tijdens een repetitie of bezoek een van de sprankelende diensten waar Sound of Life zingt. Informatie: 06-48357515.



RTV IJmond kijkt je via:
Kanaal 42 Ziggo
Kanaal 1466 KPN en XS4ALL
Kanaal 1466 of 2178 Telfort
Kanaal 2178 Edutel, Fiber en Stipte

De nieuwste uitzending start om:
19 uur Nieuws uit de regio
20 uur Informatief en documentaires
21 uur Muziek en Entertainment

Kerkdiensten

Parochie O.L. Vrouwe Geboorte Uitgeest Pastorie 0251-312331

Woensdag 21 november 19.00 uur:
H. Eucharistieviering in de kapel.
Vrijdag 23 november 19.00 uur: H. Eucharistieviering in Geesterheem.
Zaterdag 24 november 19.00 uur:
Kerk in Beweging met H. Eucharistieviering en m.m.v. Sound of Life. Deze viering is een afsluiting voor de vormelingen en dopelingen van het afgelopen jaar en het voorstellen van de kinderen die komend jaar op 2 juni hun Eerste Heilige Communie gaan doen.

Mail uw
KOPIJ
vóór maandag
12.00 uur naar:
**redactie@
uitgeester.nl**

Vrijwilligers Bedankt Uitgeest geslaagd

UITGEEST - Het programma 'Vrijwilligers Bedankt Uitgeest 2018' met tien activiteiten, dat begin november werd aangeboden, is enthousiast ontvangen. 155 vrijwilligers namen deel aan de historische wandeling, sieraden maken, kookworkshops, high tea, fietstocht, percussie, bowlen en de bloemtaart-workshop.

De activiteiten van Vrijwilligers Bedankt waren een bedankje van de gemeente Uitgeest en het Vrijwilligers Informatie Punt Uitgeest voor de grote inzet van vrijwilligers. De wethouders gaven acte de présence bij verscheidene activiteiten om de vrijwilligers

persoonlijk te bedanken. Het was daarnaast een genoegen met zoveel bevoegde Uitgeester organisaties en docenten samen te werken voor de uitvoering van het programma!

Voor meer informatie of een vraag over vrijwilligersvacatures, ondersteuning van vrijwilligersorganisaties en trainingen kan contact opgenomen worden met het Vrijwilligers Informatie Punt Uitgeest, Middelweg 28 in Uitgeest, telefoonnummer 06-24178778. Het Vrijwilligers Informatie Punt is geopend op maandag en woensdag van 9.30 tot 12.00 uur.



Met leuke uitjes werden de vrijwilligers in Uitgeest bedankt voor hun inzet.

Foto: Aangeleverd

Theaterconcert door Lavalu bij De Zwaan Cultureel

UITGEEST - Zangeres Lavalu gaat met haar plaat 'Solitary High' op tournee. Dit aanstormend talent stond onlangs nog 5 weken in Koninklijk Theater Carré met Het Pauperparadijs, waar zij de muziek voor componeerde én uitvoerde.

Lavalu toerde jarenlang met haar band langs honderden popzalen, festivals en theaters. Ook schreef ze alle muziek voor het theaterspektakel Het Pauperparadijs, dat na twee uitverkochte seizoenen

in Veenhuizen deze zomer ook 5 weken in Carré speelde, wederom voor volle zalen. Met de plaat 'Solitary High' keert ze terug naar haar klassieke roots. Alleen de piano en Lavalu, geen band meer achter haar. Maar dan wel op haar manier: de zang onvervalst pop, de piano klassiek. Twintig jaar lang bestudeerde ze werken van klassieke componisten als Bach, Schubert en Debussy. Tijdens haar tienerjaren ontdekte ze eigenzinnige popartiesten als Fiona Apple en

Björk. Hun muziek inspireerde haar om zelf nummers te gaan schrijven.

'Solitary High' tour in het theater

De zangeres tovert de zalen om tot salons waar ze het publiek dicht om haar piano heen verzamelt en hen de nachtelijke verlangens die centraal staan op 'Solitary High' toevertrouwt. Lavalu is te gast op vrijdag 30 november. De voorstelling start om 20.15 uur. De toegangsprijs is € 13,50, vrienden van de Zwaan

Cultureel krijgen € 2,50 korting.

Kaartverkoop via boekhandel Schuyt, aan de zaal (mits nog beschikbaar) of via de online kaartverkoop. Voor meer informatie en andere voorstellingen zie de website van De Zwaan Cultureel.



Programma OSU-radio 106 FM

Maandag
00.00 – 02.00 Love Songs.
02.00 – 07.00 Relaxed door de Nacht.
07.00 – 09.00 Bart van der Molen – In de Ochtendshow.
09.00 – 10.00 Hollandse hitmix.
10.00 – 12.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
12.00 – 13.00 Peter de With – Sandwich.
13.00 – 15.00 John van der Geld – In Het Wilde Weg
15.00 – 19.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
19.00 – 20.00 Bart van de Heuvel – Barts Guitar Place.
20.00 – 22.00 Carry Munter – Carry's Music Machine.
22.00 – 24.00 Rythmo del Mundo – Salsa Radio.

Dinsdag
00.00 – 07.00 Relaxed door de Nacht.
07.00 – 09.00 Bart van der Molen – In de Ochtendshow.
09.00 – 10.00 Hollandse hitmix.
10.00 – 12.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
12.00 – 13.00 Peter de With – Sandwich.
13.00 – 14.00 Oranje Top 30 (HH)
14.00 – 15.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
15.00 – 18.00 Infomagazine
18.00 – 20.00 Camille Jansen – Hits from the Heartland.
20.00 – 24.00 Nonstop.

Woensdag
00.00 – 07.00 Relaxed door de Nacht.
07.00 – 09.00 Bart van der Molen – In de Ochtendshow.
09.00 – 10.00 Hollandse hitmix.
10.00 – 12.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
12.00 – 13.00 Peter de With – Sandwich
13.00 – 16.00 Tom Jacobs – Drie Decennia Hits.
16.00 – 18.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
18.00 – 20.00 Lisette & Paula – Dier en Welzijn.
20.00 – 22.00 Paul van den Berg – Carte Blanche.
22.00 – 24.00 Nonstop.

Donderdag
00.00 – 07.00 Relaxed door de Nacht.
07.00 – 09.00 Bart van der Molen – In de Ochtendshow.
09.00 – 10.00 Hollandse hitmix.
10.00 – 12.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
12.00 – 13.00 Peter de With – Sandwich
13.00 – 15.00 Radio Kornak – Schoolradio
15.00 – 16.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
16.00 – 18.00 Bart van der Heuvel – Muzikale Tijdmachine.
18.00 – 20.00 Lisette Prager – Lisette Pakt Uit.
20.00 – 22.00 Hugo Smit – Soultrain.
22.00 – 24.00 Rob Offerhaus – Muziek voor het slapen gaan.

Vrijdag
00.00 – 07.00 Relaxed door de Nacht.
07.00 – 09.00 Bart van der Molen – In de Ochtendshow.
09.00 – 10.00 Hollandse hitmix.
10.00 – 12.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
12.00 – 13.00 Peter de With – Sandwich.
13.00 – 15.00 Leo van Zwol – Hollandse Toppers.
15.00 – 17.00 Johnny van der Geld – The Other Side of Elvis.
17.00 – 20.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
20.00 – 22.00 Joop Schouten – Thank God it's Friday.
22.00 – 24.00 Mike Lambooy – Vinylized & More.

Zaterdag
00.00 – 03.00 DJ Keanu – The Sound of Ibiza.
03.00 – 08.00 Dancing door de Nacht
08.00 – 10.00 Hollandse hitmix.
10.00 – 12.00 Jacobs in de Ochtend
12.00 – 14.00 Louis Carpaij – Prettig Weekend.
14.00 – 18.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
18.00 – 20.00 Lisette Prager – Gezondheid & Lifestyle.
20.00 – 22.00 Richard Schmitt – Back to the Dancefloor.
22.00 – 24.00 Tom Jacobs – Club 106.
00.00 – 03.00 DJ Keanu – Sounds of Ibiza.

Zondag
03.00 – 08.00 Relaxed door de nacht.
08.00 – 09.00 Songs of Praise.
09.00 – 10.15 Live kerkdienst vanuit de katholieke kerk.
10.15 – 12.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.
12.00 – 14.00 Louis Carpaij – Prettig Weekend
14.00 – 15.00 OSU Cabaret.
15.00 – 17.00 Rob Offerhaus – OSU Sport op Zondag
17.00 – 18.00 Bart van der Heuvel – Rock & Roll Jukebox.
18.00 – 20.00 Intermezzo – Klassiek
20.00 – 22.00 Jazzylicious- Blues and Big Bands.
22.00 – 24.00 Nonstop met Lokale en Regionale informatie.

De programma's zijn informatief, sportief, muzikaal en gezellig maar vooral voor en door Uitgeesters waarbij Uitgeester-gezelligheid en Lokale informatie voorop staat.

Lijkt het je leuk om ook een radioprogramma te maken? Te presenteren, de techniek bij een programma te verzorgen, de redactie te helpen of heb je een programma-idee en wil je graag meewerken? Van jong tot oud, iedereen is van harte welkom. Meer informatie? Stuur een mailtje naar info@osuradio.nl of kom langs in de studio. De koffie staat altijd klaar.

U vindt de OSU in de ether op 106FM, Ziggo 104.5FM, Ziggo kanaal 918 en via internet.

BEDRIJVENPAGINA

Deze pagina is opgemaakt met advertenties in een vast formaat: 86 mm breed x 44 mm hoog. Voor € 75,- per maand wordt uw advertentie een half jaar lang wekelijks getoond.



Een afspraak is snel gemaakt...

www.ambiance-zonwering.nl/zonluik



Ambiance Zonwering **ZONLUIK** is specialist in:

- ✓ ZONWERING
- ✓ ROLLUIKEN
- ✓ RAAMDECORATIE
- ✓ TERRASOVERKAPPINGEN
- ✓ HORREN

ZONLUIK

Molenwerf 17, UITGEEST - (0251) 31 41 81 - zonluik@ambiance.nl



Jack van der Laan Schilderwerken

- voor al uw binnen en buitenschilderwerk.
- Wand en plafondafwerking.
- Herstel van brand-inbraak en waterschade.

Kalverkampaan 22
1911 LS UITGEEST
Tel. 06 - 2230 7783
jackvanderlaan73@gmail.com

Volledige vachtverzorging voor uw hond op maat!

Jolanda Bakker
Meerkoetstraat 40
1911 XH Uitgeest
06-18272346

joostrimsalon@ziggo.nl



KRINGLOOPWINKEL



ZAANSTREEK Sinds 1980
Hergebruik en milieubewust

Breedweer 41
1541 AB Koog a/d Zaan
075 - 631 20 90

- Woningontuiming
- 2000 m2 struinplezier
- Ophalen van uw herbruikbare inboedel
- Langsbrengen kan ook op onderstaande openingstijden
- Alles voor uw huis
- Gratis parkeren

KRINGLOOP-BOELDAG.NL
Geopend: ma. t/m zat.
10.00 t/m 17.00 uur

GUL verhuizingen

"Ouderwetse service in nieuwe tijden."

Verhuizen Opslag Transport
Interesse? Bel of mail voor een vrijblijvende offerte.

Volg ons op [f @gulverhuizingen](https://www.facebook.com/gulverhuizingen)

T: (072) 888 43 40 E: info@gul-verhuizingen.nl

"Al meer dan 100 jaar uw verhuisspecialist in de regio!"

Geen krant ontvangen?

Bel donderdag
tussen 09.00 uur
en 12.00 uur naar

0229-745666



MAARTEN ADMIRAAL TUINVORMING



KUIPERSPAD 7,
1911 AX Uitgeest
06-23750198
Meer info:
www.maartenadmiraal.nl

ARCHITECTUUR AANLEG ONDERHOUD



HANS MARCKER TIMMERMAN

Voor al uw timmerklussen en kleine verbouwingen
tel: 06-10925757, Tulpenveld 194, 1901 LE Castricum



Schildersbedrijf

C.P. VAN DER HIMST

Voor al uw binnen- buitenwerk

Vraag naar een
vrijblijvende offerte.
Castricum
Tel. (0251) 65 11 69
Mobiel: (06) 101 20 790



M. 06 - 20 29 92 30
W. www.jantienhoutmaatwerk.nl

Fielkerweg 2b
Akersloot

W WULP
TECHNISCHE INSTALLATIES
0251-670138

LOODGIETER
VERWARMING
SANITAIR
DAK/ZINKWERK
www.wulp.nl

W WULP
DUURZAME INSTALLATIES
0251-670138

ZONNEPANELEN
ZONNEBOILERS
www.wulpduurzaam.nl

FRED KOK

De Timmerman

*Bouwt naar de
wensen van de mensen*

H. Casimirstraat 44, 1901 TP Castricum, 06 - 293 601 59 fredkok@hotmail.com

- Verbouw, Nieuwbouw, Onderhoud
- Kozijsen, Ramen, Deuren, Glas • Dakkapellen



Timmerbedrijf
Ron Limmen

Oude Haarlemmerweg 43 • 1901 ND Castricum
Tel: 0251 - 671 222 / 06 - 22 22 81 87 • www.timmerbedrijfronlimmen.nl

JUMBO AARDAPPELEN

Alle soorten
Zak 3 kilo

**1+1
GRATIS***



Geldig van wo 7 november t/m di 4 december 2018

WATERVAL WIJNEN

M.u.v. Silver Edition
3 flessen à 750 ml

**3 VOOR
10⁰⁰**



Geen 18, geen alcohol

Geldig van wo 3 oktober t/m di 4 december 2018

JUMBO CHOCOLADELETTERS

Melk, puur, wit of melk hazelnoot
4 verpakkingen à 135 gram

**3+1
GRATIS***



Geldig van wo 3 oktober t/m wo 5 december 2018

LAY'S PARTYPACKS

Naturel, paprika, barbecue ham, patatje joppie,
bolognese of cheese onion
3 zakken à 335 gram

**3 VOOR
5⁰⁰**



Geldig van wo 3 oktober t/m di 4 december 2018

MAGERE RUNDERLAPPEN

Per 500 gram

4⁹⁹

Kiloprijs 9,98



Geldig van wo 7 november t/m di 4 december 2018

UNOX SOEP IN BLIK

3 blikken à 800 ml

**3 VOOR
5⁰⁰**



Geldig van wo 7 november t/m di 4 december 2018

ROOMBOTER APPELTAARTJE

Uit eigen oven
Per stuk

2⁹⁹



Geldig van wo 3 oktober t/m di 4 december 2018

CHOCOMEL OF FRISTI HOUDBAAR

3 pakken à 1 liter

**3 VOOR
3⁰⁰**



Geldig van wo 7 november t/m di 4 december 2018

DAT IS HET VOORDEEL VAN JUMBO

365 dagen per jaar geopend
Ma t/m za van 08:00 tot 21:00 uur
Zondag van 10:00 tot 18:00 uur

Volg ons op facebook op: www.facebook.com/jumboutgeest

Hallo JUMBO

Jumbo Visser & Wijker, Uitgeest, Melis Stokelaan 1-3

* 1+1 gratis: 50% korting op de totaalprijs van 2 producten. Alle combinaties mogelijk.
3+1 gratis: 25% korting op de totaalprijs van 4 producten. Alle combinaties mogelijk.