hemmme

jaargang 30 nummer 5

INZET

januari 2024

etten





Loop binnen en laat het ons weten
of ga naar regiobank.nl/buurtwens

Loop eens binnen bij:
Blaak Verzekeringen
Hoofdstraat 52
6671 CG ZETTEN
T (0488) 42 22 21
E zetten@blaakverzekeringen.nl
W www.blaakverzekeringen.nl

BLAAK
VERZEKERINGEN

colofon

INZET
Dorpskrant voor
Zetten
en Hemmen

REDACTIE
Albert Dekker
Ellen Elfrink
Dea Jansen
Fineke te Raa
Henk Thijsen

EINDREDACTIE/
REDACTIEADRES
Veldstraat 47
6671 BW Zetten
Tel. 0488 - 420709
E-mailadres
inzet@planet.nl

VERSCHIJNING
10 x per jaar

OPLAGE
2250 ex.

VORMGEVING
mEye design Zetten

DRUK
DPN-Rikken print
Nijmegen

INZET
is een uitgave
van de Stichting
Dorpskrant
Zetten-Hemmen
en wordt mede
mogelijk gemaakt
door de
adverteerders

SECRETARIAAT
VAN DE STICHTING
Dorpsstraat 2
6672 LC Hemmen

VRIJWILLIGE
BIJDRAGEN
NL73 RABO 0133965538
t.n.v. Stichting
Dorpskrant Zetten-
Hemmen o.v.v.
'Vrijwillige bijdrage
INZET'

inhoud

1 **colofon . inhoud . redactioneel**

3 **nah-café herveld-andelst**
oranjevereniging zetten-hemmen

5 **terugblik concert animato**
de rank... geef erom

7 **enquête hondenbeleid**
historische kringen

9 **financieel spreekuur**
voorjaarsmarkt hemmen . collectes

11 **hulp bij aanvragen energietoeslag**
braaf!

13 **dorpsvereniging hemmen**
living healthy

16 **stukje groen adopteren . column**

18 **middag voor (ex)-kankerpatiënten**
paardenhart

20 **expositie galerie de sleedoorn**
oplossing decemberpuzzel

22 **vrijwilligers forte in het zonnetje**
vogels in de winter

24 **klapekster en grauwe klauwier**

26 **bc zetten . xanthos . oppassen**

28 **wie, wat, waar . agenda**
alarmnummers

Geen INZET ontvangen? Bel dhr. Stokx 454721.
In de bibliotheek en bij de Jumbo liggen wat exemplaren voor geïnteresseerden van buiten Zetten en Hemmen.

De redactie behoudt zich het recht voor om artikelen niet te plaatsen of in te korten.

Kopij per e-mail: inzet@planet.nl

INZET jaargang 30 nr. 6
Kopij inleveren tot 26 januari 2024
Verschijningsdatum 15 februari 2024

INZET jaargang 30 nr. 7
Kopij inleveren tot 23 februari 2024
Verschijningsdatum 14 maart 2024

redactioneel

De kerstbomen waren nog niet aan kant of de paasartikelen lagen alweer volop in de winkel. Lijkt wel steeds vroeger te worden. Ook lijkt het of de tijd alsmaar sneller gaat.
Verbeelding, zal de leeftijd van de schrijver zijn.

Veel mensen zijn deze maand begonnen om hun goede voornemens ten uitvoer te brengen: niet roken, niet drinken, sporten, vrijwilliger worden, afvallen, enzovoort.
Eén van die mensen is ons redactielid Henk. Hij nam zich voor deze maand Jan Schuurs van Living Healthy te interviewen. Zo geschiedde, en ja hoor, Henk werd enthousiast, zo zelfs dat hij de week daarop ging deelnemen aan de Milon Cirkel.

Redactielid Dea verdiepte zich in het bijzondere beroep van onze nieuwe adverteerder, Joice Egbertsen van Paardenhart.
En columnist Anne was incognito op pad in Hemmen en kreeg daar gezelschap van een zwarte kat.

Galerie De Sleedoorn kreeg op de valreep van meerdere zijden hulp aangeboden voor de Kunstuitleen. Fijn dat zo'n mooi initiatief kan blijven bestaan. Komende maand kunt u in de Sleedoorn de expositie 'Omzien in Verwondering', met werken van Hans Everdij, bezoeken.

Mocht u van tuinieren houden, de gemeente Overbetuwe biedt de mogelijkheid om een stukje openbaar groen te adopteren. Zoekt u hulp bij het aanvragen van energietoeslag, neem dan contact op met het Sociaal Kernteam of met Forte Geldzaken. Zij kunnen u zeker van dienst zijn bij dergelijke – vaak moeilijke – aanvragen.
Naast de bestaande NAH-cafés in Heteren en Elst wordt deze maand ook in Herveld-Andelst een NAH-café geopend in De Hoendrik.

Wens: 'Blijf die grote woorden dromen'

Sinds onheuglijke tijden
staat de hoop geschreven

dat ooit grote woorden als
'verzoening - leed geleden -
mensenrecht - schoon water - vrede'
tot een nieuwe wereld worden
eindelijk de echte.

In naam van hen
die vóór ons waren
en omwille van wie na ons komen

blijf die grote woorden dromen -
laat de hoop niet varen.

Huub Oosterhuis

computer
+
telecom

CTS&S

solutions
+
support

VOOR BEDRIJVEN EN PARTICULIEREN

Hét adres in de Midden-Betuwe voor:

- hard- en software
- internettoepassingen
- telecom- en satellietsystemen

Computerstoring? Bel onze helpdesk: 0488 420 227

CTS&S biedt u een deskundig advies, up-to-date producten, snelle service en een persoonlijke aanpak.

Gesperdensestraat 3 6669 MP Dodewaard
t 0488 420 227 f 0488 420 201 info@ctss.nl
www.ctss.nl

Brasserie Heerlijkheid



Voor een lunch, high tea en een feestje

Vrijdag, zaterdag & zondag van 12 tot 17 uur

Kerkplein 10, Hemmen, tel: 0488 84 91 72
www.brasserieheerlijkheid.nl

SamenGoedWonen

Woonstichting Valburg



Je vindt alles over ons op **www.wstvalburg.nl**

happygift
KLEDING BEDRUKKEN
GRAFISCH ONTWERPEN
www.happygift.store ♦ www.meyedesign.nl
mEye design

NAH CAFÉ OVERBETUWE NU OOK IN HERVELD/ANDELST

16 januari in Elst, 17 januari in Heteren én 23 januari in Andelst

Heb je Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH) of heb je hier als naaste mee te maken? Stichting Gehandicaptenplatform Overbetuwe (SGO) en Forte Welzijn bundelen hun expertise samen om dit inwonersinitiatief ook in Herveld/Andelst voort te zetten.

Op dinsdag 16 januari van 10.30-12.00 uur is er weer een NAH Café in Elst, de Ruimte aan de Sint Maartenstraat 32b, Elst. **'Zin in leven'**.
Zin in Leven kan heel breed zijn, de dagelijkse zin, de zin om op te staan, om dingen te doen. Maar ook: hoe zie je zin in je leven? Hoe zie je zin in je leven met NAH?

Op woensdag 17 januari van 10.30-12.00 uur vindt het NAH café in Heteren, de Huiskamer, Kwadrant in Heteren plaats. Dit café staat weer in het teken van koffie, ontmoeting, herkenning, luisteren en informatie delen, ook voor mantelzorgers/partners!

Op dinsdag 23 januari 10.30-12 uur starten we met een derde NAH café in Herveld /Andelst. U en uw partner/mantelzorger zijn van harte welkom. Elke twee maanden is er een bijeenkomst. Deze eerste ontmoeting in Andelst/Herveld zal in het teken staan van kennismaking, ontmoeting en uitleg, informatie door ons. Ook partners, mantelzorgers zijn van harte welkom!
Ans Selman zal dit NAH café mee gaan begeleiden.

We bieden laagdrempelige, structurele bijeenkomsten voor mensen met NAH en hun naasten. Tijdens deze bijeenkomsten is er ruimte voor ieders verhaal en om ervaringen te delen. Samen met onze deelnemers bouwen we het café verder uit.

Misschien is ons NAH Café ook iets voor jou. Herken je jezelf in de volgende uitspraak?
"Ik voel me alleen, niet iedereen begrijpt wat er aan de hand is of heeft een mening over je"
Iedere deelnemer ontvangt de NAH informatiemap "waar kun je in de Overbetuwe hulp vinden". Op www.sgo-overbetuwe.nl is diezelfde NAH informatie ook te vinden.

Informatie, interesse of aanmelden
Meer informatie of jezelf aanmelden? Dit kan via Mantelzorg coördinator Forte Welzijn, of Jeanne Verdijk, bestuurslid Stichting Gehandicaptenplatform Overbetuwe sgo.overbetuwe@gmail.com/0481-376595.

BLIK VOORUIT…

Oranje Vereniging Zetten Hemmen

Beste Dorpsgenoten,
Wat is 2023 voorbij gevlogen….

Allereerst willen we jullie geluk, liefde en een goede gezondheid toewensen voor 2024, dat al jullie dromen mogen uitkomen!
En bij het begin van een nieuw jaar horen voornemens! Wij nemen ons voor om onze schouders er weer onder te zetten, ons bestuur aan te vullen en mooie evenementen te organiseren. We starten met Koningsdag, deze valt op zaterdag, aan het begin van de schoolvakantie. Samen met VV Excelsior gaan we wederom een mooi dagprogramma opzetten.
Uiteraard trappen we af met een stoet versierde fietsen/skelters of driewielers en trekken een rondje over De Loohof, waarna we aankomen op het Julianaplein, waar de aubade zal plaatsvinden, daarna zal het programma op het terrein van de VV Excelsior zijn:
5x5 toernooi, kleedjesmarkt, sport en spel, muziek, eten en drinken.
Heb je een leuk idee of aanvulling op het programma, laat ons dit snel weten, zodat we kunnen kijken of dit inpasbaar is.
Het avondprogramma laten we graag over aan de horecaondernemers in onze dorpen!

Het was voor velen even wennen dat we Koningsdag op het terrein van VV Excelsior vieren, maar eenmaal gewend, constateer je dat het heel efficiënt en veilig is en veel mogelijkheden biedt. Wij zijn heel blij met onze samenwerking en willen dit graag op deze manier voortzetten.
Vorig jaar hadden we als tip meegekregen dat het voor ouderen te ver was, we hebben toen een vervoersbus ingezet, maar deze is door 5 bewoners gebruikt, waaruit we de conclusie konden trekken dat een bus inzetten niet nodig is! Mocht het voor iemand een probleem zijn, laat dit weten aan ons, dan halen we u persoonlijk op!

Tevens zijn we in samenwerking met het 4-mei-comité begonnen met de voorbereidingen rondom de herdenking op 4 mei.

Kortom wij staan al in de startblokken!

Bestuur Oranjevereniging Zetten-Hemmen
Info@oranjeverenigingzetten-hemmen.nl
www.oranjeverenigingzetten-hemmen.nl

Let op! U belegt buiten AFM-toezicht. Geen vergunning- en prospectusplicht voor deze activiteit.

Het Overlevingsfonds
Beleggen om te leven

Het jaar is mooi afgesloten, op 11,64% rendement in 2023
In totaal nu netto 219% in 14 jaar voor de participanten
Onderliggende portefeuille van € 18,5m in 27 bedrijven
Volg het nieuws en de rendementen op de website
www.overlevingsfonds.nl



Marco Knaap
(0488) 45 36 10
Hemmen

Lingehoeve

Locatie Zetten

Spreekuur volgens afspraak

Openingstijden:
ma t/m vr van 8.30 - 12.00 en van 13.00 - 18.00



Locatie Zetten	Locatie Lienden	Locatie Heteren
Beatrixplein 21	Veldstraat 3a	Het Kwadrant 6
6671 KA	4033 AK	6666 AR
Tel. 0488-451213	Tel. 0488-482900	Tel. 026-2001227

info@delingehoeve.nl - www.delingehoeve.nl

Sandra's
Hairstyling@Home



Kapsalon
Uw kapster aan huis
Haarwerken

Tel. 06 - 23 90 99 85
info@sandrahairstylingathome.nl
www.sandrahairstylingathome.nl

LT&B
LEENDERS TIMMERWERK & BOUW

- *Onderhoud*
- *Renovatie*
- *Verbouwingen*
- *Kozijnen, deuren, ramen*
- *Badkamers*
- *Toiletten*

Weem 2A • 6675 EB Valburg
Tel. (0488) 420 104 • Mobiel 06 514 617 57
www.leenderstimmerwerk.nl

SCHAAP
AUTOSCHADEHERSTEL

Schade aan uw auto, caravan of camper?
Bij ons bent u aan het juiste adres voor alle schadeherstel. Neem vrijblijvend contact met ons op voor een eerlijk advies op maat.

Schaap Autoschadeherstel B.V.
Industrieweg 11 | 6673 DE Andelst
T (0488) 42 84 81 of 06 12 24 92 90
E info@schaapautoschadeherstel.nl
W www.schaapautoschadeherstel.nl

icar
KEUKENS | J. MEEUWSEN

adres	postcode	telefoon
Kruisstraat 1A	6674 AA Herveld	0488 - 45 1738

website
www.icarkeukens.nl



We zijn er voor u.
Voor, tijdens en na de uitvaart.

Altijd en voor iedereen bereikbaar
Bel ons gerust voor meer informatie over een uitvaart. Wij komen graag bij u langs voor een vrijblijvend kosteloos gesprek. Ook als u niet of elders verzekerd bent.

Monuta Jansen & Welgraven
Buissteeg 2, 6704 AG Wageningen
T 0488 - 749 011 of 0317 - 424 024
E jansenenwelgraven@monuta.nl
I www.monutajansenenwelgraven.nl

Monuta
Jansen & Welgraven

TERUGBLIK CONCERT ANIMATO EN WÁT VOOR EEN CONCERT!

Op zondagmiddagmiddag 10 december gaf het koor Animato een schitterend concert in de mooie Historische kerk in Herveld Zuid.

Sinds het aantreden van de nieuwe dirigent, Wim Veerman, die bij zijn aanstelling in september al aangaf een concert in de maand december te willen realiseren, is er door de koorleden het nodige 'zangwerk' verzet om aan deze wens tegemoet te komen, ons afvragend of we dit in drie en een halve maand zouden gaan redden. Maar…. het is gelukt én hoe!

Met de buitengewone soliste Marike Verbeek, de pianiste Fredie Huisman en de fraaie bijdragen van de trompettist Peter van Dijk en organist Wim Veerman, heeft Animato na drie jaar weer een zeer aantrekkelijk en gevarieerd decemberconcert kunnen uitvoeren, met lovende reacties tot gevolg. Het was een voorrecht om weer voor een hele volle kerk te zingen, dit gaf het concert nog meer glans!
In het nieuwe jaar 2024 gaat het koor Animato weer enthousiast van start en nodigen wij nieuwe zangers uit om zich bij het koor aan te sluiten!
Kom gerust eens luisteren of meezingen op de maandagavond van 20.00-22.00 uur, locatie De Rank, Hoofdstraat 3 in Zetten.

Contact:
kcowarnaar@planet.nl, tel. 0488-451797
Th.hendriks49@kpnmail.nl, tel. 0488-431598



DE RANK….GEEF EROM!

ACTIE MUUR & DAK IN 'DE RANK' IN ZETTEN

Er worden door de leden van de Gereformeerde kerk 'De Rank' dit jaar verschillende acties georganiseerd om de nodige dak- en muurrenovaties te bekostigen. Het komende voorjaar zullen diverse acties worden georganiseerd waaronder 'Verkoop oliebollen' en een 'Kleding- en speelgoedbeurs'.

Renovatie is hard nodig!
Het huidige kerkgebouw 'De Rank' te Zetten is gebouwd na de oorlog in 1949 in het kader van herstelwerken van oorlogsgeweld. Ondanks dat de buitenmuren van het kerkgebouw destijds met de bouw versterkt zijn met 'steunberen' zijn er in de loop der jaren verticale scheuren in de buitenmuren opgetreden. De meeste scheuren zitten op de zwakke plekken in de muren, namelijk op de plekken waar de ramen zitten. Het dak van de kerkzaal bestaat uit een houten kapconstructie en een houten dakbeschot, waarop een (klei)pannendak is aangebracht. In de loop van de tijd zijn op verschillende plekken lekkages van hemelwater geconstateerd. Het dak zal daarom hersteld moeten worden.

Actie verkoop oliebollen
Er kunnen heerlijke oliebollen besteld worden voor de Actie Muur & Dak. De oliebollen kosten € 0,75 per stuk; 12 oliebollen verkopen we voor € 8,50! Bestellen kan via de QR-code of via de website www.derankzetten.nl. U kunt uw bestelling plaatsen tot 27 januari 2024!
Het bakken, de verkoop en het afhalen van de oliebollen vindt plaats op zaterdag 3 februari tussen 11.00 en 14.00 uur voor 'De Rank'. Mocht afhalen moeilijk voor u zijn, dan kunnen in overleg bestelde oliebollen bij u thuis worden bezorgd (uitsluitend in Zetten). Betaling bij afhalen/bezorging.

SCAN ME

Kleding- en speelgoedbeurs
Op zaterdag 9 maart 2024 zal (vanaf 11.00 tot 16.00 uur) een kleding- en speelgoedbeurs worden georganiseerd in 'De Rank'. De entree is gratis.
Heeft u kleding (voor kinderen of volwassenen) of speelgoed hiervoor over, wilt u deze dan bewaren voor deze beurs? Het is de bedoeling dat op vrijdag 8 maart (middag en avond) de kleding en het speelgoed naar 'De Rank' gebracht worden.
Na afloop van de beurs zullen we opruimen en worden de overgebleven kleding en speelgoed naar projecten als de Speelgoedbank en het Leger des Heils gebracht.

Algemene informatie "De Rank" in Zetten
"De Rank" is sinds 2002 een zelfstandige gemeente, die onderdeel uitmaakt van de Protestantse Kerk in Nederland (PKN). De leden wonen o.a. in Zetten, Hemmen, Randwijk, Indoornik, Dodewaard, Herveld, Andelst en Heteren. Het kerkgebouw staat aan de Hoofdstraat 3 in Zetten en wordt naast de kerkdiensten gebruikt als bloedprikpost, oefenruimte voor koren, muziekconcerten en vergaderruimte voor verenigingen; ook zijn er regelmatig maaltijden voor mensen die behoefte hebben aan een luisterend oor of mensen die wat minder te besteden hebben.

Marizette

Dames- en Herenmode

WINTERCOLLECTIE 2023

NU MET 50% KORTING

Julianaplein 4, Zetten • www.marizettemode.nl

Houterij de Specht

ambachtelijk houtsnijwerk
houtdraaiwerk, meubelrestauratie,
nieuwe meubelen op maat,
cursus beeldsnijden in hout

Jan van Harskamp, Fliertsestraat 2D, 6671ME Zetten
Tel. 0488-420026, e-mail: info@houterijdespecht.nl
Website: www.houterijdespecht.nl



biedt een totaalconcept voor wonen en weet altijd weer verrassend anders te zijn

Hoofdstraat 4a Zetten
Telefoon 0488 - 451779
mail: meeuwsen@meeuwsenwonenslapen.nl
www.meeuwsenwonenslapen.nl

Uw voeten vakkundig verzorgd!!
Medisch Pedicure Praktijk

De Basis

Een goede voetverzorging voorkomt veel ongemakken.
Maak een afspraak. Uw voeten zijn het meer dan waard!
Gediplomeerd voor de diabetische en reumatische voet.

Julianaplein 11, 6671CA Zetten
Tel. 06-81765750 **E-mail** debasis.p.w@gmail.com

ProVOET
Landelijke Organisatie voor de Voetverzorger / Pedicure

Specialisten op het gebied van motorische ontwikkeling.

Kinderfysiopunt de Wingerd

PRAKTIJK VOOR KINDERFYSIOTHERAPIE

- Kinderfysiotherapie van 0 tot 18 jaar
- Intake en behandeling zonder verwijzing mogelijk
- Gespecialiseerd in begeleiding van 0- tot 2-jarigen aan huis

ZETTEN Kerkstraat 1a
HUISSEN Van Voorststraat 1
ELST Lingestraat 5

T (026) 325 99 05
E dewingerd@kinderfysiopunt.nl
I www.kinderfysiopunt.nl

IN-VLOED

Praktijk voor
Psychosociale therapie
&
Familieopstellingen

Manon Huisman
Psychosociaal therapeut
Marshallstraat 32, Zetten
info@in-vloed.nl
06 44 37 39 88
www.in-vloed.nl

rouw, trauma, stress, patronen, angsten, relaties,
veerkracht, werkplezier, zingeving, autonomie

STICHTING samen zorgen

Warm voor elkaar

Locatie Andalhof in Andelst
Locatie Liefkenshoek in Heteren
Wijkverpleging | Dagbesteding

Postbus 22, 6665 ZG Driel
info@stgsamenzorgen.nl
www.stgsamenzorgen.nl
026 - 472 2214



gemeente Overbetuwe

ENQUÊTE HONDENBELEID

De gemeente Overbetuwe is bezig met het evalueren van het hondenbeleid en hier hebben we uw hulp bij nodig.

De enquête is voor alle inwoners, zowel hondenbezitters als mensen zonder hond. Want we willen graag weten hoe de uitlaatvoorzieningen worden gebruikt en gewaardeerd, wat u nog mist of graag zou zien, maar ook waar u mogelijk overlast ervaart.

Hoe kunt u reageren?
Tot en met zondag 21 januari kunt u de enquête over het hondenbeleid in onze gemeente online invullen. Het invullen van de vragen duurt 3 tot 5 minuten.
(Enquête invullen via externe link bij dit onderwerp op website gemeente)

Welke voorzieningen en regels voor honden kennen we?
In alle dorpen van onze gemeente zijn uitlaatvoorzieningen, zowel in de vorm van uitlaatstroken als van omheinde losloopgebieden. Het zijn er in totaal meer dan 100, in principe binnen 200 meter van iedere woning, ze worden aangegeven met borden.

In de Algemene Plaatselijke Verordening staan de regels voor honden. Zo staat er dat honden binnen de bebouwde kom aan de riem moeten, behalve in speciaal ingerichte losloopgebieden. En dat honden in het buitengebied los mogen lopen, tenzij er wordt aangegeven dat ze aan de riem moeten. Ook gelden er regels voor het opruimen van hondenpoep; baasjes moeten hier zelf voor zorgen behalve binnen de uitlaatvoorzieningen.

Historische Kring
Oosterhout,
Slijk-Ewijk,
Valburg
en omstreken

HISTORISCHE KRING Midden-Betuwe

HISTORISCHE KRING

De Historische Kring Midden-Betuwe houdt samen met de Historische Kring Oosterhout, Slijk-Ewijk, Valburg e.o. een lezing op **dinsdag 20 februari 2024** om 20.00 uur in De Hoendrik te Herveld.

René Arendsen vertelt over:
Gelderland - Het Verloren Hertogdom

Gelderland lijkt een gewone Nederlandse provincie aan de grens van een klein koninkrijk, maar wie beter kijkt ontdekt een verloren vorstendom in het hart van Europa. Het hertogdom Gelre is een land dat zo ontsnapt kan zijn uit een sprookjesboek. Toch heeft het eeuwenlang echt bestaan en het geoefende oog ontdekt ook vandaag nog talloze sporen in het landschap. De oude steden aan grote en kleine rivieren, de talloze kastelen en de grafmonumenten in de kerken zijn maar enkele relicten van een verdwenen wereld die vaak pal bij ons om de hoek liggen.

René Arendsen
René Arendsen is historicus en programmamaker bij Omroep Gelderland. Hij deed drie jaar onderzoek naar de geschiedenis van het hertogdom Gelre en vertelt het verhaal als een spannende ridderroman. Tijdens deze lezing reizen we langs de meest bijzondere plekken uit het Gelderse verleden en zien we de meest bijzondere werken die kunstenaars uit Gelderland ooit produceerden. We bekijken de vaderlandse geschiedenis die we op school leerden vanuit een Gelders perspectief. Wie deze avond bijwoont, kijkt voor altijd met andere ogen naar Gelderland.



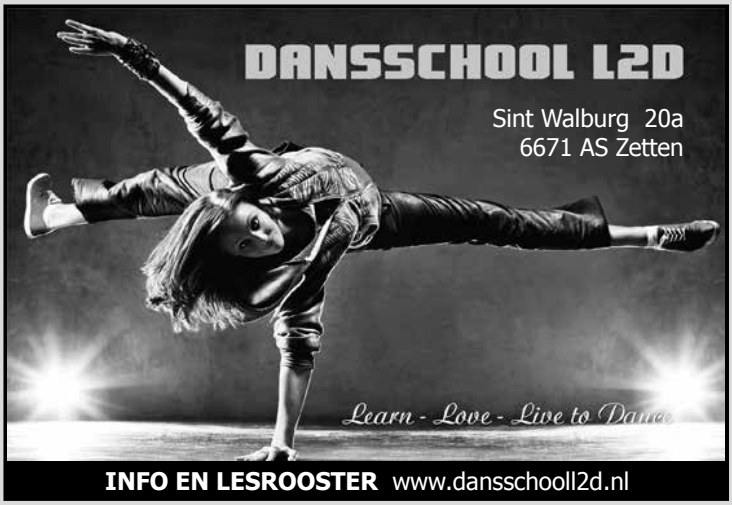
René Arendsen was te zien als ridder in het bekende tv-programma Ridders van Gelre. De eerste jaren bij Omroep Gelderland werkte hij als verslaggever op de nieuwsredactie. In zijn vrije tijd studeerde hij geschiedenis aan de Universiteit Utrecht. Zijn kennis als historicus deelt hij sinds 2015 met veel liefde via radio, televisie en de sociale media. Een paar jaar geleden schreef hij zelfs een stripboek op basis van Ridders van Gelre en Ons Verloren Hertogdom. Deze serie werd ook bekroond met de NL Award voor het beste televisieprogramma van alle regionale omroepen in 2018.

De toegang voor leden is gratis, van niet-leden wordt een vrijwillige bijdrage gevraagd van minimaal € 3,00.

U bent van harte uitgenodigd om deze lezing bij te wonen!

Voor info:
Marie Elings
HKMB
06 22 45 22 90
Dini Huijbers
HKOSV
06 36 56 53 85





Groenten van het land - Vers en bio!

Aardappels, groenten en fruit en groentepakketten

De Groentestek

Elke vrijdagmiddag van 13.30 tot 17.00
Hemmensestraat 17 Randwijk

(vanaf de Veldstraat vanuit Hemmen, over de Linge, eerste boerderij rechts)

Biologische tuinderij DE STROOM

www.tuinderijdestroom.nl



Stijl 99

NAILS • BROWS • LASHLIFTING
MANICURE • WAXEN

STIJL99.NL
WAGENINGSESTRAAT 99 • ZETTEN • 0623979047





Theo is als enige in Nederland kleurspecialist op het gebied van ontkleuren, highlights, verven en balayage-technieken zonder schade toe te brengen aan het haar.

Ook bieden wij als enige in Nederland ons eigen, zelf ontwikkelde merk haartherapie aan: www.macculairtherapy.nl
Uw haar in 15 minuten geconstrueerd naar een gezonde en glanzende haardos.

Bel voor een afspraak: (0488) 45 26 29

Salon Le Mathénique
IJsbout 13 • 6671 HA ZETTEN
www.salonlemathenique.nl

OPENINGSTIJDEN

maandag	gesloten	vrijdag	8.30-21.00 uur
di/wo/do	8.30-18.00 uur	zaterdag	8.00-13.00 uur



Paardenhart
coaching & begeleiding
met behulp van paarden

Paardenhart

~

Coachtrajecten bij psychosociale klachten zoals: burn-out, angst of somberheid

~

www.paardenhart.nl
info@paardenhart.nl
06-51023780

dagcentrum de KomBij
Dagbesteding voor ouderen in het hartje van Zetten en Elst
Zetten: Julianaplein 1B | 6671 CA Zetten | 0488-785899
Elst: Van Oldenbarneveltstraat 4H | 6662 AT Elst | 0481-352122
Informatie: www.dekombij.nl | e-mail: info@dekombij.nl | 06 255 205 63



FORTE WELZIJN

FINANCIEEL SPREEKUUR

Heb je vragen over uitkomen met je inkomen? Wil je meer overzicht over je geldzaken? Wil je weten op welke gemeentelijke voorzieningen je recht hebt? Of heb je vragen over toeslagen van de Belastingdienst, zoals huurtoeslag, zorgtoeslag, kinderopvangtoeslag of kindgebonden budget? Kom dan langs bij het financieel spreekuur van Forte Geldzaken in Heteren, Herveld of Elst.

Donderdag 25 januari van 13.00 – 14.00 uur
Financieel spreekuur Heteren
Dit is in de Huiskamer (Bibliotheek) aan de Kwadrant 2.

Maandag 29 januari van 11.00 – 12.00 uur
Financieel spreekuur Elst
Het spreekuur is in De Wieken aan de Prinses Irenestraat 49.

Donderdag 8 februari van 11.30 – 12.30 uur
Financieel spreekuur Herveld
Dit is in het kantoor van het Sociaal Team aan de Hoofdstraat 128E.

Komen deze dagen je niet uit?
Kijk eens op www.fortewelzijn.nl in de agenda van Forte voor overige data. Of neem contact op via fortegeldzaken@fortewelzijn.nl of 085 040 60 66.

Inwoners uit de gemeente Overbetuwe kunnen bij het spreekuur terecht met vragen en brieven die te maken hebben met geld.

Brieven van de overheid en instanties zijn voor veel mensen lastig te begrijpen. Het spreekuur helpt je om op de juiste manier te reageren op deze brieven. Bijvoorbeeld brieven van de Belastingdienst over de toeslagen, formulieren voor kwijtschelding gemeentelijke belastingen of BSR. Ook kun je tijdens dit spreekuur terecht voor hulp bij het aanvragen van voorzieningen, zoals de Meedoenregeling of ondersteuning door de Voedselbank. Verder kun je tips krijgen hoe je beter rond kan komen, hoe je het overzicht houdt op je financiën en wat je kunt doen bij schulden. Je wordt geholpen door getrainde vrijwilligers van Forte Geldzaken. De vrijwilligers worden ondersteund door een coördinator van Forte Geldzaken. Forte Geldzaken is een dienst van Forte Welzijn.

Forte maakt deel uit van Sociaal Team Overbetuwe.

Meer informatie over Forte is te vinden op www.fortewelzijn.nl

VOORJAARSMARKT IN HEMMEN

De dorpsvereniging Hemmen organiseert op 16 maart aanstaande tussen 11.00 en 15.00 uur een Voorjaars-, 2e hands-, boeken- en kledingmarkt. Kortom een markt waarop u allerlei spullen kunt verkopen. Locatie 'De Oude School' in Hemmen.

Kom dus kijken, want voor u als bezoeker is er voor elk wat wils én kunt u uw bezoek aan het gezellige dorpshuis De Oude School wellicht combineren met een wandeling in het prachtige Hemmen.

Er kan binnen en buiten een kraampje/tafel gehuurd worden. Een tafel binnen kost € 10,- en buiten kost dat € 5,-. Heeft u nieuwe of 2e hands spullen te koop, of wilt u uw zelfgemaakte producten aan de man/vrouw



brengen en heeft u belangstelling om een kraampje/tafel te huren, neem dan z.s.m. contact op met Henk Maalderink, tel. nr. 0481-84 11 92 of stuur een mail naar secretariaat.dvh@gmail.com.

We hopen op een grote opkomst.

COLLECTES

28 januari t/m 3 februari	Hersenstichting
4 t/m 10 februari	Hartekind



WIJ ZIJN ER VOOR
ALLE FIETSERS



✔DESKUNDIG ADVIES ✔SERVICEPAKKET ✔RUIM ASSORTIMENT
✔PROFESSIONELE WERKPLAATS ✔ZADELMETING

Bike Totaal

DIK FRANKEN

Bakkerstraat 8 · 6671 AB Zetten · Tel. 0488 - 45 21 57 · info@dikfranken.nl

www.dikfranken.nl

dutch id · EBIKE · GIANT · KOGA · Gazelle · KLEVER · ENERGY



Loewe bild i.
Uw persoonlijke streaming-tv.

Ervaar blockbusters en serie-highlights
met een druk op de knop.

Kijk tv en video-on-demand, luister naar muziek, surf via internet of gebruik onlinediensten.
Een oled smart-tv zoals bild i, die uw persoonlijke streaming-hoogtepunten behoudt.
Snel en intuïtief. Eenvoudig en duidelijk.

Slimmere televisie - Loewe bild i.
Made in Germany.

Er is reeds een Loewe bild i. oled **vanaf 2.699 €.**
Ontdek meer bij uw Loewe-verdeler of op loewe.tv/be-nl

EP:WeijsElectro

LOEWE.

Hoofdstraat 18, 6671 CB Zetten T: 0488-451321 E: weys-ep@zonnet.nl

sensaa
praktijk voor balans

Voetreflex-Plus • Dorn Therapie
Cursus babymassage
Breuss Massage • Ooracupunctuur



Ilona Weg
IJsbout 29 • 6671 HA Zetten • 06 487 488 27
info@sensaa.nl • www.sensaa.nl

Op zoek naar een goed verhaal?

www.tekstschrijverinzetten.nl



Begrafenisonderneming Hakkert
t. 06 30 26 33 22 (24/7 bereikbaar)
www.begrafenisonderneminghakkert.nl

MEKOTEC

DE SPECIALIST IN AIRCONDITIONING VOOR PARTICULIEREN EN BEDRIJVEN!

WWW.MEKOTEC.NL

ANDELST
06 28 97 99 93
info@mekotec.nl

KOELTECHNIEK * VRIESTECHNIEK * AIRCONDITIONING

Franken Music Service
telefoon (06) 207 43 458 e-mail info@franken-music.nl
Kijk op onze site
www.franken-music.nl

HULP BIJ AANVRAGEN ENERGIETOESLAG

Wil jij weten of je in aanmerking komt voor de energietoeslag van 1.300 euro en weet je niet hoe je dit moet aanvragen?

Het Sociaal Team Overbetuwe en Forte Geldzaken van Forte Welzijn kunnen je helpen bij het aanvragen van deze toeslag. Woon je in de gemeente Overbetuwe en wil je hulp? Bel dan naar het Sociaal Team Overbetuwe 14 0481 of Forte Welzijn 085 040 60 66 of mail naar: fortegeldzaken@fortewelzijn.nl.
Foka Bruggema, coördinator Forte Geldzaken: "Ik merk dat inwoners aarzelen om de energietoeslag aan te vragen omdat ze bang zijn dat ze het later weer terug moeten betalen. Dat is jammer want daardoor laten ze geld op de plank liggen. Dus neem vooral contact met ons op zodat wij je kunnen helpen."
Wist je dat je deze toeslag lang niet altijd automatisch krijgt? Als je bijvoorbeeld alleen een AOW ontvangt, krijg je de toeslag niet vanzelf.

Meer informatie over Forte vind je op www.fortewelzijn.nl.

BRAAF!

Rens Oosthoek en Françoise Keulen uit Hemmen hebben elkaar tijdens hun studie Engels in Nijmegen leren kennen. Ze zijn eerst in Zetten gaan wonen, daarna een periode in Randwijk en vervolgens zijn ze naar Hemmen verhuisd. Françoise werkt als zelfstandige communicatieadviseur en Rens is na een carrière als docent Engels in zowel Nijmegen als Zetten 24 jaar geleden begonnen als projectleider van onlineprojecten, omdat hij (nog steeds) het Internet een wonder vindt.

Ze waren altijd vroeg onderweg en laat thuis. Daardoor konden ze niet hun wens vervullen om een hond aan te schaffen. Maar toen kwam corona! Daardoor ontstond een compleet andere werkwijze. Rens kon opeens 95% vanuit huis werken, waardoor er momenten ontstonden waarop hij even een wandeling kon gaan maken. Sinds 2,5 jaar hebben ze nu een Gordon Setter: Scott! Wat een schitterende hond!
Er zijn vier soorten Setters: de rood/witte Ierse Setter, de rode Ierse Setter, de Engelse Setter én de Gordon Setter met hun prachtige zwartbruine vacht. Het zijn ontzettend mooie honden én het is een ras, dat je niet elke dag tegenkomt op straat. Scott is een Schotse variant van het ras dat rond 1850 bij Gordon Castle is ontstaan.



Eigenschappen
Een Setter is een jachthond. Daardoor heeft hij enorm veel energie, die er ook uit moet, dus er moet veel bewogen worden. Hij wil altijd naar buiten en daar wordt hij ook rustig van. Hij kan goed klokkijken, zegt Rens, want hij komt elke dag precies op de tijden waarop hij uitgelaten wordt aanlopen, legt z'n kop op Rens' been om te zeggen: het is weer tijd. Dat klopt altijd! Hij wordt vier keer per dag uitgelaten. De tweede keer met de fiets, zodat Scott even lekker kan rennen en de derde keer voor een lange wandeling door het prachtige gebied van Hemmen. Scott is lief en trouw, maar heeft echt een baas nodig. In zijn pubertijd zocht hij de grenzen op. Hij heeft Rens toen een telefoon en twee dure sets oortjes gekost, dus bleek een consequente opvoeding noodzakelijk. Ze zijn met Scott naar een puppycursus in Dodewaard geweest voor socialisatie en daarna naar een jachttrainer in de Alblasserwaard, want Scott wil nog wel eens achter een haas of fazant aan gaan. Bovendien blafte hij naar elke hond die voorbij kwam. Na het eerste bezoek aan deze trainer was het geblaf al over! Dat kwam door een strenge en consequente aanpak! Er zijn ook mensen die hun hond heel vriendelijk opvoeden met hulp van beloningen, maar dat is voor deze Gordon Setter niet geschikt gebleken binnen een jaar. Na vier bezoeken aan deze trainer luistert Scott goed naar z'n baas, waardoor ze er een heel gehoorzaam, gezeglijk en fijn gezinslid aan hebben. Het is wel een bewerkelijke hond, want hij moet iedere dag worden geborsteld en zeker als het regent is dat veel werk. Vier maal per jaar wordt hij getrimd.

Advies
Een jachthond is geen waakhond, hoewel hij wel blaft als er mensen aan de deur komen. Het is ook geen schoothond. Daarvoor is hij veel te groot. Hij raakt ook in de war als je veel tegen hem praat. Voor hem is aangehaald worden een beloning, dus als mensen een schoothond willen, kunnen ze beter een ander ras kiezen. Het advies is dus, kies een hond die bij jou past! En als je een jachthond kiest, ga dan naar een jachttrainer!

Dea

Doeleman
Schilderwerken

G.J. Doeleman
Tel: 06-13429189

www.doelemanschilderwerken.nl
info@doelemanschilderwerken.nl



Uw auto schoon en fris als hij bij Schimmel gewassen is

SCHIMMEL Autotechniek Andelst

Alles voor uw auto

- Werkplaats
- Autoverkoop nieuw en gebruikt
- Auto accessoires
- Airco
- Wasstraat
- Doehetzelf-wasboxen
- Stofzuigers
- Banden
- Uitlijnen
- Inbouw radio en navigatie

Wageningestraat 32 | 6673 DD Andelst | 0488 - 45 36 80
www.schimmel-autotechniek.nl

Galerie
WITTE KERKJE SLIJK-EWIJK
1400



Dorpsstraat 70 – Slijk-Ewijk
www.galerie1400.nl

Openingstijden
Zaterdag 13.00 - 17.00 uur
Zondag 13.00 - 17.00 uur
Private viewing op afspraak

AVE
ELEKTROTECHNIEK
Technlek Nederland

- Elektrotechniek
- Data installatie
- Installaties voor bedrijven en particulieren

M 06 -120 273 32

Hammarskjöldpark 14
6671 BN Zetten
E info@ave-elektrotechniek.nl

VISHANDEL
J. & A.H. DE GRAAF

Garnalenweg 9
3751 BH Spakenburg
06 - 51 73 07 15

Wij staan iedere dinsdag en zaterdag in Zetten



tradingtogether.nl

TradingTogether
MAGAZIJNINRICHTING

Ruim 5000m² voorraad | Montage en Demontage | Nieuw en GEBRUIKT

Professionele gebruikte stellingen (ook voor garage of schuur) en overige magazijninrichting

Rietgraaf 5-2 6678 PJ Oosterhout (GLD) / 0488 795 084
www.tradingtogether.nl / info@tradingtogether.nl
www.stellingstunt.nl / info@stellingstunt.nl

WEVERS
COACHING BEGRAVEN VERLIES

PERSOONLIJK | OPRECHT | BETROKKEN

DAG EN NACHT BEREIKBAAR
TEL. 0488 - 411055
WWW.WEVERSUITVAART.NL

GEEN CREMATIES



DORPSVERENIGING HEMMEN

Ook dit jaar hebben we weer bijna elke maand activiteiten in Hemmen. We volgen zo veel mogelijk de volgorde zoals die op de kalender van 2024 staat.

Agenda januari en februari 2024:

Zaterdag 20 januari	Bingoavond	Aanvang 20.00 uur.
Dinsdag 6 februari	Algemene Ledenvergadering	Aanvang 20.00 uur.
Zaterdag 24 februari	Bingoavond	Aanvang 20.00 uur.

KOM MET JE GOEDE VOORNEMENS NAAR LIVING HEALTHY

U kent het wel aan het begin van het nieuwe jaar: de goede voornemens! Minder dit en minder dat, meer dit en meer dat…enz. Vaak leidt dat in de loop der tijd tot het oude patroon en kun je volgend jaar weer opnieuw beginnen. Misschien is een bezoek aan Living Healthy een suggestie om je goede voornemens in het nieuwe jaar 'vast' te gaan houden. In een ontspannen sfeer kun je je eigen trainingsprogramma afwerken op een tijd die je zelf bepaalt! Er zijn diverse mogelijkheden waarvan er hier een paar worden uitgelicht: 'Afvallen met bodysupport', 'de Milon Cirkel' en 'Five'. Voordat ik over deze programma's vertel, stel ik eerst de eigenaar van de sportschool aan u voor, voor zover u hem nog niet kent.

Van kippenboer naar sportschool
Jan Schuurs is in 2008 met zijn sportschool op St. Walburg begonnen. Wel helemaal nieuw voor Jan om een eigen sportschool op te zetten. Na zijn studie 'Sport en Beweging' in Zwolle heeft hij tot zijn 35e een kippenboerderij gerund in Kamperveen. Hij beoefende toen de judosport als hobby. Bij een vriend in Heerde kwam hij toen als medewerker bij een sportschool terecht. Een nieuwe uitdaging en het 'kippenbedrijf' moest er aan geloven. Na wat omzwervingen in Hengelo en Oldenzaal kwam Jan dus in 2008 in Zetten als zelfstandig ondernemer met z'n sportschool. Momenteel wordt er nog hard gewerkt aan een opknapbeurt: nieuwe vloer in de krachtruimte, nieuwe apparaten, nieuw plafond. Hopelijk zal in februari het geheel klaar zijn. Jan kan in zijn school rekenen op 22 medewerkers, ieder met zijn of haar eigen specialisme. De school telt op dit moment zo'n 900 leden.

Milon Cirkel
Terug naar de goede voornemens. Een mogelijkheid is om wekelijks of vaker de Milon Cirkel te gaan volgen. Deze cirkel bestaat uit 12 fitnesstoestellen. Deze toestellen zijn er op gericht om de kracht en de conditie te verbeteren. In 35 minuten werk je 8 toestellen af. Na zo'n ronde zul je meteen 't resultaat voelen. Een ideale methode om in korte tijd fitter te worden, een spiermassa op te bouwen of af te vallen. Ook pijnklachten, bv. aan rug, nek of schouder,



kunnen verholpen worden. De trainers zijn er om iedere individuele sporter te helpen bij de persoonlijke instelling van de apparaten. De Milon Cirkel is voor iedereen geschikt!

Five
In dit kader past ook een vrij nieuw programma, nl. de 'Five'. Mensen met pijnlijke klachten, zoals rug, schouder of nek, bewegen vaak te weinig. Door de 5 (five!) eenvoudige oefeningen, die totaal maar 5 minuten duren zul je je na een paar trainingen al beter gaan voelen. De zgn. 'Five Roller' is bij deze training een effectief hulpmiddel.

Afvallen zonder hongergevoel
Een andere mogelijkheid is om onder begeleiding het 'slimmer afvallen' programma te volgen. Behalve de training leer je ook om te gaan met een gezond voedingspatroon. Het wordt geen dieet, maar je leert bewuster wat gezonde voeding is! Een ieder die deze training gaat volgen krijgt een op de persoon gericht programma voorgeschoteld en de coach is in deze onmisbaar. Tijdens het volgen van dit programma heb je meer eetmomenten dan dat je gewend bent en krijg je geen hongergevoel! Het is een aanrader om met deze methode aan de gang te gaan in het nieuwe jaar.

Voor nog meer informatie en kennismaking met de sportschool 'Living Healthy' verwijs ik u naar de website: https://livinghealthy.nl.

Henk

Zomervakantie & wintersport 2024. Nu al boekbaar!

VakantieXperts

Diana van den Berg

Ons reisbureau in Zetten is verhuisd naar Rhenen en samengevoegd tot 1 groot reisbureau

- Gloednieuwe flatscreens met reisinformatie over uw geboekte hotel/appartement & bestemming
- Jouw keuze is “live” te zien
- Veel reiservaring & persoonlijke aandacht voor onze klanten
- Boek vertrouwd, we bestaan al bijna 25 jaar en zijn aangesloten bij het ANVR & SGR



Nog meer Voordelen?

- Profiteer van vroegboek kortingen op je zomervakantie
- Nooit duurder dan rechtsreeks, vaak goedkoper door ons speciale laagste prijs computer-zoeksysteem!
- Online boeken via www.dianavandenberg.nl
- Gratis bezorg & offerte service tickets naar Zetten e.o.
- Gemakkelijk telefonisch reserveren/informeren via 0317 618128, dat kan van 08.00-22.00 uur



VakantieXperts

Diana van den Berg

Kom gezellig langs of op afspraak?

- Je kunt 6 dagen per week binnenlopen zonder afspraak van 10-17u
- Overdag geen tijd? Bel voor een (avond) afspraak!

Openingstijden
Maandag 12.00-17.00 uur
Di tm zat 10.00-17.00 uur
Tevens elke avond op afspraak geopend!
Tel: 0317 618128
Mail: info@dianavandenberg.nl

Fred van de Paltshof 17
3911 LA Rhenen



GENIETEN OP KLEINE, SFEERVOLLE CAMPINGS



Bestel nu

- Ruim 1.950 campings, jaarlijks door ACSI geïnspecteerd
- Uitgekozen op sfeer, kwaliteit en kleinschaligheid
- Inclusief kortingskaart voor het laagseizoen (t.w.v. € 21,95)

Vanaf
€ 16,95

Bestel eenvoudig via ▶ www.acsi.eu/kfkgids

ACSI
SINCE 1965

BOOMSPIEGELS, OPENBAAR GROEN EN GEVELTUINTJES ZOEKEN GROENE VINGERS

Deze maand starten we weer een actie om een stukje groen te adopteren. Houdt u van tuinieren? Of vindt u het leuk om samen met buren een stuk openbaar groen te onderhouden?

Dat is fantastisch, want onze boomspiegels (perkje rondom een boom), openbaar groen en geveltuintjes (strookje groen dat direct aan de gevel van een gebouw ligt) zoeken groene vingers.
Doet u mee? U kunt zich tot en met zondag 28 januari aanmelden om een stuk groen in uw buurt te adopteren. Op www.overbetuwe.nl/groenadopteren vindt u het inschrijfformulier en de voorwaarden om een boomspiegel, geveltuintje of een stukje openbaar groen te adopteren. Hier geeft u tevens aan of u een perk, boomspiegel of geveltuin wilt adopteren, wat uw plannen ermee zijn en welke planten u wilt.

column

Zwarte kat op het Zettensepad

Anne Veens is cultureel antropoloog en journalist. Ze woont met zoon Jona in Zetten en schrijft onder meer voor De Gelderlander. Haar maandelijkse columns in INZET handelen over wat haar opvalt in Zetten en Hemmen.

Vroeger had ik een boekje van de Duitse kinderboekenschrijver Wolf Erlbruch. Het heette 's Nachts en was absoluut mijn favoriet. In het verhaal wil het jongetje Fons niet slapen, maar de nacht in. Zodra hij zijn huis uit is en door zijn stad stapt, blijkt de wereld compleet anders dan overdag. Terwijl de maan sikkelvormig aan de hemel staat, loopt op straat een vis met een winkelmandje. Is een vrolijke tulp aan het rolschaatsen. En blijkt de brug eigenlijk een teckel te zijn.
Nu gebeuren er ongetwijfeld ook hier in de Betuwe vreemde dingen, maar zal het (in nuchtere toestand tenminste) nog best meevallen met wandelende waterdieren en sportieve tuinplanten. Een langgerekte hond als Lingebrug was overigens handig geweest, maar helaas, voorlopig moeten we het nog zonder stellen. Wat is er dan wel te zien als de dorpen in duisternis gehuld zijn?



Elke week maak ik minstens één rondje door nachtelijk Hemmen-Zetten. Het liefst doe ik dat met semi-haastige tred. Ik trek dan mijn capuchon tot ver over mijn oren. Wellicht om na een dag werken en moederen een klein verzetje te hebben. Wederom schumen, maar dan niet en plein public, maar lekker anoniem.
Wat me afgelopen feestdagenmaand op zo'n ommetje opviel, is hoe erg we ons weer uitgesloofd hebben. Ik heb zo ongeveer alle verlichte tierelantijntjes in Zetten en omstreken bekeken en het waren er véél. Neem de Burgemeester Lewe van Aduardstraat bijvoorbeeld, die onovertroffen was wat betreft de hoeveelheid aan lichtjes-in-tuin per vierkante meter. Schitterend.
Daarnaast heb ik ook in de gaten gehouden wie er wanneer een kerstboom zette. Vóór of ná Sinterklaas? "Ik zet 'm stiekem al neer als de Sint het land nog niet uit is", biechtte een buurvrouw op. En wanneer kieperen we 'm er weer uit? Vóór of ná het nieuwe jaar? Toch wat mensen waren er na Tweede Kerstdag alweer spoedig klaar mee, bleek.
Wat het boekje me vroeger al vertelde, is waar. 's Nachts zie je van alles wat je eerder nog niet zag. Hoe dat ene huis eigenlijk een hele malle kamerplant voor het raam heeft staan. Terwijl een ander koos voor perfect op elkaar afgestemde orchideeën (in matchende potten, uiteraard). Dan zijn er nog de opvallende kunstwerken. Het kinderspeelgoed op de vensterbank. De tv die elke avond op Winter vol Liefde staat. Of juist op darten. Om van te smullen, die diversiteit!

Op het Zettensepad begeef ik me ook graag. Eerst langs de scouting, dan door het bos. Aan het einde daarvan is de kruising, met links een bankje. Laatst doemde daar ineens een wezen met snorharen op. Ik schrok ervan. Het zwarte beest mauwde naar me en leek zich deze midwinteravond wat te vervelen. We zijn even gaan zitten samen. En hebben een praatje gemaakt.
Dus hierbij moet ik me toch even verontschuldigen richting de persoon die om klokslag twaalf voorbijfietste. Het moet voor hem of haar een apart gezicht zijn geweest: een individu met donkere cape, voorovergebogen. Een grote tak ernaast (gevallen door de storm, geen bezemsteel!). En dan zat ze ook nog eens geheimzinnig te fluisteren tegen een zwarte kat.

Bij deze de geruststelling: ik was het maar, je dorpsgenoot die soms als schoffie rondhangt. Niet een of andere buurtheks die de grens tussen Hemmen en Zetten bewaakt.
Al weet je het 's nachts maar nooit, natuurlijk…

Reis mee naar...

paradijselijk Yucatán

Ervaar het ultieme paradijs in Yucatán, Mexico! Boek je zonvakantie nu en ontdek de adembenemende schoonheid van deze bestemming. Geniet van witte zandstranden, kristalheldere wateren en oude Maya-ruïnes. Of je nu wilt ontspannen aan de kust, avontuurlijke jungletochten wilt maken, of de rijke cultuur en smaken van Yucatán wilt verkennen... Laat mij je gids zijn voor een zorgeloze ervaring, inclusief vluchten, accommodatie en tips voor de beste excursies, restaurants en meer!

06-30976620

colinda.scholtz@reiscreaties.nl

Persoonlijk Reisadviseur Colinda Scholtz

Voor uw zonvakantie, cruise, wintersport, zakenreis, stedentrip, huwelijksreis, rondreis, fietsvakantie, hotel, gezinsvakantie en meer!



colinda scholtz reiscreaties

WINNAAR Gelderland
ZRA 2020
Beste Zelfstandig Reis Adviseur
travmagazine production
WINNAAR Gelderland

SGR ANVR Calamiteitenfonds

LIVING HEALTHY

- **170 m² Vernieuwde kracht en plate loaded ruimte**
- **21 live groepslessen** per week
- Overdag onbeperkte **virtuele lessen**
- **Slimmer afvallen** met body support
- **Milon Circel** Slim en efficient trainen in 35 minuten
- **Five** 5 unieke toestellen om beweeglijk te blijven en nek en schouder en rugklachten te voorkomen
- Samenwerking met **Reflex fysiotherapie**



Sint Walburg 2 | 6671 AS Zetten | 0488- 452 795 | info@livinghealthy.nl | www. livinghealthy.nl

MIDDAG VOOR (EX-)KANKERPATIËNTEN

Op zaterdag 3 februari is het Wereldkankerdag en organiseert het Oncologie Netwerk Overbetuwe (ONO) opnieuw een middag voor (ex)-kankerpatiënten. Samen zijn, ontspanning en gezelligheid staan hierbij voorop. Vorig jaar werd deze middag voor het eerst georganiseerd en goed bezocht. De deelnemers waren blij met het initiatief en enthousiast over de invulling.

Tijdens de middag zijn er een aantal workshops, zoals boksen, dansen en handmassage. Tussendoor is er ruim de tijd om rond te lopen, informatie te verzamelen of gewoon even te kletsen met een kopje koffie erbij. Daarnaast is er de mogelijkheid om kennis te maken met de verschillende zorgverleners van Oncologie Netwerk Overbetuwe. Zo kunnen (ex)-kankerpatiënten kennis maken met het netwerk, informatie inwinnen en vragen stellen. ONO is een netwerk dat bestaat uit verschillende zorgverleners binnen de regio. De zorgverleners onderhouden contact met elkaar en zetten de patiënt centraal om de zorg zo optimaal mogelijk te maken binnen de gemeente Overbetuwe. Heb jij zin om deel te nemen aan 1 of 2 workshops of wil je een kijkje nemen? Meld je dan aan via overbetuwe@oncologienetwerkmiddengelderland.nl of via onderstaande QR code.

De middag in het kader van Wereld-kankerdag vindt plaats op 3 februari bij 't Knooppunt in Valburg, van 13.00 tot 16.00 uur. Deelname is gratis.

PAARDENHART COACHING EN BEGELEIDING

Joice Egbertsen woont ongeveer anderhalf jaar in Zetten nu, vanuit Randwijk. Ze is afgestudeerd maatschappelijk werkster op het gebied van systemisch werken. Daaropvolgend heeft ze psychiatrie en verslaving gedaan, gevolgd door werken in de verslavingszorg. Voor haar huidige functie als coach bij Paardenhart is ze 'gecertificeerd equine assisted coach en ACT-therapeut'. Een mond vol voor een heel bijzondere manier om mensen te helpen.

Naast haar werk in de hulpverlening ligt de passie van Joice ook bij paarden. Toen ze kinderen kreeg, wilde ze haar werk met haar passie gaan combineren en kwam zo bij de gecertificeerde opleiding in Pijnacker terecht, die mensen opleidt tot coaches met behulp van paarden. Na haar examen, kon ze een werkplek huren bij Willeke van Elferen in Arnhem, die zelf familie-opstellingen doet met behulp van paarden. Joice kan voor haar sessies de vijf paarden van Willeke inzetten en dat werkt ook beter dan wanneer ze zou proberen iemand te coachen met hulp van haar eigen paard, want die heeft hele andere verwachtingen van haar eigenaresse. Sowieso is het beter om de coaching met meerdere paarden tegelijk te doen, omdat ze onder elkaar vanuit hun natuurlijke gedrag reageren. Daar maakt Joice in haar coaching gebruik van.



Hoe werkt het?
De client stelt een coachvraag en Joice vertaalt dat naar een situatie met de paarden. Je hoeft als client NIET op een paard te gaan rijden, maar je gaat, als je geen angst voor paarden hebt, wel in de bak met de paarden, die meteen op jou reageren. Bijvoorbeeld: voor iemand die verslaafd was aan alcohol en weerbaarder wilde worden tegen de verlokking in de supermarkten zette Joice een rij bakken met paardenvoer neer, zoals in een supermarkt. De cliënt mocht met een paard langs de bakken lopen, met de vraag of hij ervoor wilde zorgen dat het paard niet met z'n neus in die bakken voer gaat. Als het paard zich niet bij de bakken voer liet wegleiden, hoe kwam dat dan? Als het paard wel langs het voer geleid kon worden, wat had de cliënt daar dan voor moeten doen? Welk gevoel had de cliënt tijdens de korte gang langs het voer met het paard? Werkte het paard mee? Waarom wel of niet? Op die manier komt het gesprek op gang en kunnen cliënten tot zelfinzicht komen, mentaal sterker worden, bewuster worden van belemmeringen, omdat in dit geval het gevoel zelf werd opgeroepen. Paarden reageren overal op omdat het van nature groepsdieren zijn. Hun reactie, die door de cliënt wordt waargenomen, is de basis voor de coaching die Joice vervolgens start. Wat heb je gezien/gevoeld? Wat zou dat kunnen betekenen? Waarom denk je dat?
Joice werkt veel met de methode ACT (Acceptance & Commitment Therapy), die toewerkt naar mentale veerkracht. Hoe ga je om met tegenslagen in het leven, met lastige gedachten of met moeilijke gevoelens? Daarvan krijg je namelijk vaak een burn-out, last van somberheid, of angstgevoel waarin je vast blijft zitten. Paarden reageren in het hier en nu, en houden geen rekening met wat gisteren gebeurde of met wat morgen gaat gebeuren. Voor veel mensen zou die houding ook perfect kunnen werken. Joice werkt ook als praktijkondersteuner GGZ bij een huisartsenpraktijk, waar uitsluitend aan een bureau met cliënten wordt gesproken over belemmeringen. Bij paarden zie je het, je ervaart het, je reactie is daar, ter plekke, en daar kan direct op ingesprongen worden, zodat de kern van het probleem veel sneller kan worden blootgelegd, waarna aan verandering, heling, genezing kan worden begonnen.

Joice is bijzonder creatief in het maken van de vertaalslag van coachvraag naar de beleving ervan bij de paarden, zodat mensen bij zichzelf ervaren wat ze aan hun probleem kunnen doen. Ze werkt ook met groepen mensen, bijvoorbeeld teams van een bedrijf en dan gaat het meer om communicatie onderling. Een goede vorm van teambuilding, maar heel anders dan de individuele hulp. Een losse sessie van anderhalf uur, inclusief telefonische kennismaking bij Paardenhart, kost 90 euro.
Een pakket van intake via beeldbellen, 3 sessies én diverse malen contact tussendoor voor hulp bij verandering of verwerking, alsmede verslaglegging kost 375 euro.
Voor teamsessies of groepssessies tenslotte kan de prijs worden aangevraagd via info@paardenhart.nl

Dea

By-Jan.
Geef kleur aan je interieur

INTERIEUR
STYLING
ADVIES



info@interieurbyjan.nl
06 303 356 41

WWW.INTERIEURBYJAN.NL

PANNEN
KOEKEN
BOERDERIJ
Aan de Linge



PANNENKOEKEN
LUNCH | DINER

WWW.PANNENKOEKENAANDELINGE.NL
Molenstraat 18, Hemmen | 0488-725800

HAARSTUDIO 22A
FLEUR VAN LEIJENHORST
www.haarstudio22a.nl | 06-20922145|
haarstudio22a@gmail.com | Sint Walburg 22A Zetten

Niet Aangeboren Hersenletsel

NAHOVERBETUWE

23 JANUARI
10.30-12.00 UUR

NAH
CAFÉ

IN DE HOENDRIK

Info Ans 0488-454 284
mail: sgo.overbetuwe@gmail.com
www.sgo-overbetuwe.nl

SGO
FORTE WELZIJN



We worden geboren met de behoefte aan aanraking!
Ook toe aan ontspanning, ervaar het bij Massagepraktijk Rietveld

*Ontspannings massage
*Sportmassage
*Hotstone massage
*Ayurvedische/ Indian hoofdmassage

Jacqueline Nijsse-Rietveld
De Terp 33
6674 HA Herveld
06-28558737
www.Massagepraktijkrietveld.nl

GEVOEL EN VERSTAND, EXPOSITIE IN GALERIE DE SLEEDOORN

Galerie de Sleedoorn organiseert van 2 tot en met 25 februari 2024 een bijzondere en diepgaande expositie van het etsen van Hans Everdij. De expositie wordt feestelijk geopend op zondag 4 februari om 15.00 uur.



OMZIEN IN VERWONDERING
Deze expositie is een eerbetoon aan het werk van Hans Everdij. Na zijn overlijden is veel van zijn werk bewaard gebleven en dit werk wordt nu in Galerie de Sleedoorn geëxposeerd.
Zowel filosofie als beeldende kunst hadden zijn hele leven zijn interesse. Later in zijn leven kwam hij in aanraking met de theorie van Euclides, een Griekse filosoof. De komst van internet gaf hem de gelegenheid zijn kennis over deze theorie te verdiepen.
Vanaf 1987 maakte hij spontane etsen met een expressieve uitstraling. Later werden deze samengevoegd met wis- en meetkundige tekeningen die gelezen kunnen worden als interpretaties van de theorieën van Euclides.
Tijdens de oprichting van Galerie de Sleedoorn is Hans gedurende korte tijd lid geweest van kunstenaarsgroep 'Het Venster'. Na die tijd is het met een individualistische geest zijn eigen weg.
Wij nodigen u van harte uit om deze expositie van werken van Hans Everdij te bezoeken en de samensmelting van twee verschillende werelden zelf te ontdekken en ervaren.
Een aanrader voor zowel liefhebbers van expressief kleurrijk werk als voor bewonderaars van geometrische motieven. Kortom, kom genieten van deze bijzondere expositie die zowel je gevoel als je verstand prikkelt en laat je verwonderen!

Galerie de Sleedoorn is open op vrijdag-, zaterdag- en zondagmiddag van 14.00 tot 17.00 uur.

Piersonstraat 11b, Zetten, www.sleedoorn.nl

OPLOSSING PUZZEL DECEMBER

UITSLAG VAN DE DECEMBERPUZZEL EN DE KLEURPLAAT VOOR DE JEUGD

Zo te horen heeft de decemberpuzzel heel wat hoofdbrekens gekost. Hiernaast staat de oplossing.

De gevraagde zin is dus:
Met nieuwjaar zijn de dagen een haneschrede gelengd.
Uit de goede oplossingen is een winnaar getrokken. Een cadeaubon gaat naar: Leo en Ditsy Janssen. Gefeliciteerd.

Celine Nap, die bij opa en oma was, heeft de kleurwedstrijd gewonnen. Ook zij ontvangt een cadeaubon.

kerst	mis	punt
roer	ei	land
moes	tuin	boon
brand	netel	roos
druk	inkt	patroon
boeren	erf	pacht
rans	uilen	bal
storm	wind	jack
regen	jas	zak
met	aal	moes
land	adel	borst
rond	reis	genoot
noord	zee	zout
hang	ijzer	zaag
punt	neus	vleugel
onder	deur	mat
prof	eet	hoek
rei	dans	zaal
spar	appel	moes
dak	goot	steen
bel	even	zo

klei	nood	rem
zeem	eeuw	feest
schol	ekster	oog
brei	naald	hak
school	hoofd	zaak
straat	arm	leuning
straat	naam	bordje
boven	eind	examen
hang	slot	gracht
taal	cursus	jaar
gemeente	huis	kamer
voor	ronde	miss
schier	eiland	hoppen
fris	drank	orgel
wc	eenden	kroos
kern	gezond	heid
was	echt	paar
pot	lood	gieter
wodans	eiken	blad
kruid	nagel	lak
helm	gras	maaier
veter	drop	veter

Five Stars

We zien jullie heel graag in onze winkel



Julianaplein 5a, Zetten
Tel: 0488 453 000
www.fivestars-schoenen.nl
di t/m do 9.30-18 u
vr 9.30- 20 u | za 9.30-17 u

Devine's Pedicuresalon

Sterappel 32 | 6671 EC Zetten | Tel. 06-48633920
E-mail: salondevines@outlook.com

ProVOET

Uw voeten mijn zorg

Gezellige plek om iets te vieren:
bruiloften • jubilea • verjaardagen
vergaderingen • recepties • cursussen

Elke eerste en derde vrijdag van de maand
Gezellige Ontmoetingsavond met maaltijd
in de Huiskamer van Hemmen
19 januari en 2 en 16 februari.
Inloop vanaf 17.30 uur / Maaltijd 18.00 uur

Aanmelden via
dorpshuis-hemmen@kpnmail.nl
of 06-28113597

DORPSHUIS
'de oude school'
HUISKAMER VAN HEMMEN

Het juiste adres voor
catering-service
van borrelhapjes tot het verzorgen
van warme en koude buffetten
aan huis

Beheerder:
Anton Korthouwer
Tel. 0488-451862 / 06-28113597
Kerkplein 4, 6672 LB Hemmen
www.dorpshuishemmen.nl
dorpshuis-hemmen@kpnmail.nl

ukkiepuk KINDEROPVANG
klupjn BUITENSCHOOLSE OPVANG



DAAR WORD JE GROOT

Groot worden in een vertrouwde veilige omgeving.
Dat is Ukkiepuk Kinderopvang.

Een fijne plek in huiselijke sfeer waar kinderen van 0 t/m 12 zich kunnen ontwikkelen en waar tijd en ruimte is om plezier te maken en avonturen te beleven.

Kinderopvang Ukkiepuk
St. Walburg 24a
6671AS Zetten
0488454116
www.kinderopvangukkiepuk.nl
info@kinderopvangukkiepuk.nl

Meer weten?
Kom gerust kijken of vraag informatie aan:

Gezond en in beweging blijven?

Wij helpen je lekker in je vel te zitten.
Benieuwd naar wat wij voor jou kunnen betekenen? Bel ons! 0488 43 10 02

Altijd bij jou in de buurt:

Valburg
Broekstraat 18
6675 BE Valburg

Herveld
Hoofdstraat 85A
6674 BA Herveld

Dodewaard
Steegakker 17
6669 CZ Dodewaard

Andelst - Fit to All
Hoofdstraat 64
6673 BH Andelst

fysiotherapie
WIJNHOVEN GIERMAN

info@wijnhoven-gierman.nl | www.wijnhoven-gierman.nl

VRIJWILLIGERS FORTE WELZIJN OVERBETUWE IN HET ZONNETJE

Ruim zestig vrijwilligers uit de gemeente Overbetuwe die zich inzetten namens Forte Welzijn werden vrijdag 8 december in het zonnetje gezet.



In de Wieken in Elst werd genoten van een buffet met smaken uit verschillende culturen. Dit buffet werd verzorgd door foodofcultures.nl. Na het dessert werd er geluisterd naar de muzikale klanken van Musikado. Forte kijkt terug op een gezellige avond waarin ze met de Dag van de Vrijwilligers hun vrijwilligers bedankte voor hun inzet.

Heb jij een uurtje in de week tijd?
Bij Forte kun je écht van betekenis zijn voor iemand. Zo kun je bijvoorbeeld helpen bij financiële zaken, ondersteuning bieden aan een gezin, nieuwe Nederlanders op weg helpen of ouderen adviseren. Wil je weten of er iets is wat bij jou past? Neem dan contact op met Nicole van Tol, vrijwilligerscoördinator van het vrijwilligerssteunpunt van Forte 06-51 58 98 84.

Meer informatie over Forte is te vinden op www.fortewelzijn.nl

VOGELS HEBBEN HET SOMS LASTIG IN DE WINTER

Insecten zijn weggekropen, bessen raken op en zaden liggen soms verstopt onder sneeuw en ijs. Hoe koud het ook is, vogels scharrelen zelf voedsel bij elkaar. Bijvoeren is gewenst om tuinvogels de winter door te helpen én voor meer levendige gezelligheid in de tuin. Tips voor het voeren van vogels in de winter.

Wat eten vogels graag?
Met bijvoeren is niets mis, want het merendeel van de tuinvogels zal niet snel last van obesitas krijgen. Bovendien blijkt uit onderzoek dat het menu van vogels voor ten minste 80% bestaat uit voedsel uit de natuur. Iedere vogelsoort heeft zo zijn eigen voorkeuren.

Merels komen af op appels of peren en eten 's winters ook krenten en broodkruimels.
Roodborstjes zijn gek op ongekookte havermout, zaden, meelwormen en rozijnen.



Mussen zullen een handje zonnebloempitten niet onberoerd laten. Je maakt ze ook blij met andere zaden of (heel af en toe) bruin brood. In brood zit namelijk teveel zout.
Mezen eten graag pinda's, een goede reden dus om in de winter pinda's aan elkaar te rijgen.
Vinken houden van havermout en zijn dol op beukennootjes.
Pimpelmeesjes stappen in de winter over op noten (en pinda's), vetbollen, zaden en vruchten.
Koolmezen richten zich op olierijk eten, zoals beukennootjes, pinda's of zadenmixen. Je ziet ze ook vaak afkomen op vetbollen.
Het winterkoninkje eet buiten het seizoen bij voorkeur zaden, op een heel rustig plekje.
De groenling maak je blij met zonnebloempitjes, pinda's en andere zaden.
Ook **spechten**, zoals de grote bonte specht, willen 's winters nog wel eens in achtertuinen belanden, mits daar vetrijke zadenmixen of vogelpindakaas wordt aangeboden.

Tot slot:
• Er zijn potten heerlijke vogelpindakaas te koop die je ophangt in speciaal daarvoor bestemde huisjes, maar **geef nooit gewone 'mensen'-pindakaas**.
• Als er geen sneeuw ligt om op te pikken, maar wel ijs, kun je ijs vergruizen zodat ze de ijssplinters kunnen oppikken. Erg koud in de buik, dus het kost energie, maar het voorziet in de vochtbehoefte.
• Geef **geen water met zout**, want dat is erg ongezond voor vogels. Geef ook geen **suiker in het water**, want al ze er dan in badderen komt er een plakkerig laagje op hun veren.

Een gezellige winter gewenst met veel vogels in de tuin!

Fysio Zetten

Fysio Zetten
www.fysiozetten.nl

Met een uitleen locatie van Medipoint in de praktijk

- Manuele therapie
- Kinderfysiotherapie
- Oncologie fysiotherapie
- Pilates en fysiofitness
- Hand-en polsbraces op maat gemaakt
- Shockwave
- Sportfysiotherapie
- Aanmeten van steunkousen
- Kaakfysiotherapie
- Echografie
- Dry needling

Julianaplein 11 Zetten | Tel. 0488 - 451 327

Buik Baby Borst

ZWANGER?

Wil jij als zwangere begeleiding door een kleinschalige praktijk?
Ben je op zoek naar een verloskundige die oog en aandacht voor jóu heeft?
Wil je dat niet alleen je buik groeit, maar ook je zelfvertrouwen?
Wees dan welkom bij Verloskundigenpraktijk Buik Baby Borst in Zetten. Wij zijn Marieke Jurrius en Femke van der Laan, verloskundigen werkzaam in gemeente Overbetuwe. Met onze jarenlange ervaring bieden wij jou en je partner deskundige zorg met extra tijd en aandacht.

ANDELST • DRIEL • ELST • HEMMEN • HERVELD • HETEREN • OOSTERHOUT • RANDWIJK • SLIJK EWIJK • VALBURG • ZETTEN

- **Duopraktijk**
  Twee vaste verloskundigen;
  altijd een vertrouwd gezicht
- **Echo's in eigen praktijk**
  Foto's en filmpjes op USB mee naar huis
- **Avondspreekuur** 1x per week
- **Hartjesspreekuur**
  Elke vrijdagochtend van 9:00-9:30 uur zonder afspraak
- **Gespecialiseerde borstvoedingszorg**
  Verloskundige Marieke is ook lactatiekundige
- **Anticonceptie spreekuur**



Verloskundigenpraktijk
Buik Baby Borst

Julianaplein 11
6671 CA, Zetten
Tel: 06-20080015

Extra spreekuurlocaties:
Prinsenhof 4, 6666 CB Heteren
Het Dorpsplein 11, 6674 BV Herveld

info@buikbabyborst.nl
www.verloskundigenpraktijkbuikbabyborst.nl

@buikbabyborst

KLAPEKSTER EN GRAUWE KLAUWIER

's Winters vind ik het altijd heerlijk om een wandeling te maken over de heide aan de zuidkant van de Veluwe bij Doorwerth, Heelsum, Wolfheze of Ede. Helaas is het er met alle regen van de laatste tijd nog niet veel van gekomen.

Tijdens deze wandelingen ben ik altijd gespitst op de verschillende wintergasten, en dan met name op de Klapekster. Deze vogel voelt zich thuis op deze half open terreinen met verspreide struiken. Als je hem ziet, zit hij vaak loerend in het topje van een vrijstaande struik. Als je zelf rustig blijft, krijg je meestal voldoende de tijd om de Klapekster goed te bekijken door verrekijker of telescoop.



Klapekster

Sinds het begin van de 21ste eeuw broedt de Klapekster niet meer in Nederland, dus zal je deze vogel in de zomer zelden zien. Vogels uit noordelijke streken komen vanaf september onze kant op om door te trekken of om bij ons te overwinteren en ze vertrekken weer vanaf maart. Waar de naam Klapekster precies vandaan komt is niet helemaal duidelijk. Waarschijnlijk is dit een naam die vroeger wel aan de gewone Ekster werd gegeven, omdat je die van jongs af aan tam kon maken en kon laten 'klappen' = 'babbelen'.
Met de relatief lange staart en het bonte verenkleed heeft de Klapekster wel iets weg van de Ekster, maar het is geen familie en ze zijn ongeveer half zo groot. Ze hebben een grijswitte kop met zwart oogmasker en een grijswit lijf met zwart op de vleugels en op de staart.

De Klapekster behoort tot de klauwieren met z'n oogmasker, haaksnavel en eetgewoonten. Vroeger werd ook wel de naam Blauwe Klauwier gebruikt voor deze vogel. 's Winters vangen ze vooral kevers, muizen en zelfs kleine vogels. Net als bij andere klauwieren worden de prooien vaak als voorraad tussen takken vastgeklemd of op doornen van struiken en zelfs op prikkeldraad gespietst.



Zuidelijke/Iberische Klapekster

Omdat ik de Klapekster alleen als wintergast in Nederland kende, was ik heel verbaasd om deze vogel in januari en februari tijdens korte vakanties op de Canarische Eilanden in behoorlijke aantallen te zien. Dit bleek een variant van onze wintergast te zijn, de Zuidelijke of Iberische Klapekster, die daar gewoon het hele jaar aanwezig is.

Als de Klapekster in het voorjaar weer verdwenen is, wordt het vanaf mei tijd om in hetzelfde biotoop uit te kijken naar de Grauwe Klauwier. Het zijn echte langeafstand trekkers en komen vanuit zuidelijk Afrika om de Middellandse Zee heen naar onze streken. De mannetjes hebben ook een grijswitte kop met zwart oogmasker, maar de mantel is roodbruin.



Grauwe Klauwier

De Grauwe Klauwieren broeden in een slordig nest in grote, stekelige struiken. De ontwikkeling van ei tot zelfstandig jong gaat bijzonder snel. De 4 tot 6 eieren worden in twee weken uitgebroed en de jongen zijn na twee weken vliegvlug. Weer twee weken later kunnen ze zelf al op voedsel jagen. Het voedsel bestaat uit grote insecten, kleine zoogdieren, reptielen en jonge of zwakke vogeltjes, die vanuit een hoog punt in een struik in duikvlucht gevangen worden. Insecten kunnen ook wel in vlucht gevangen worden. Zelfs als je de vogel niet ziet, kan je zijn aanwezigheid opmerken door de op doornen gespietste prooien.

Piet Broekhof
Natuurgids IVN RijnWaal en CNME Hemmen
(foto's Vogeldagboek.nl en PB)

Dagaanbiedingen

Elke dag genieten met voordeel!

Maandag
Panklaar:
iedere
4e GRATIS

Dinsdag
Schnitzeldag:
iedere
4e GRATIS

Woensdag
Gehaktdag:
Runder gemengd
en gekruid gehakt
met 25%
voordeel!

Donderdag
Vleeswarendag:
150 gram halen =
100 gram betalen

Vrijdag
Biefstukdag:
Zijhaas, kogel en
Lendebiefstuk
met 25%
voordeel!

Zaterdag
Reepjesdag:
600 gr shoarma / gyros
6 broodjes
1 Bakje knoflook /
vleeschhouwerij saus
met 25%
voordeel!

Vleeschhouwerij
Hoofdstraat 58 | 6671 CG Zetten | t. 0488 420 175
e. info@vleeschhouwerij.com
www. vleeschhouwerij.com

Beleven – genieten – proeven

KAAS VAN KEES

Kijk eens op onze webshop

www.kaasvankees.nl

Elke week vers gebrande noten en notenmix



Hoofdstraat 58a Zetten

Kaas van Kees, voor elk moment !!

Oefentherapie Zetten-Herveld

Praktijk voor Oefentherapie Cesar houdings- en bewegingsspecialist

Een gezond lichaam hangt nauw samen met een goede houding en goede bewegingsgewoonten. Dan werken de spieren optimaal samen en worden de gewrichten op de juiste manier belast. Een ongezonde houding en een onjuist bewegingspatroon kan leiden tot bijvoorbeeld rug-, nek- en hoofdpijn, bekkenpijn en incontinentie.

Met oefentherapie leert u gezond bewegen en werkt u aan een optimaal houdings- en bewegingspatroon.

Anne-Corien Ronteltap
Julianaplain 11, Zetten, 0488-421736

info@oefentherapiezetten-herveld.nl
www.oefentherapiezetten-herveld.nl

Bekken | Houding | Lage rug | Zwangerschap | Urineverlies | Looptraining



Hendriksen Bakkerij en Broodjeszaak

Brood- en Banketbakkerij

Hendriksen

Julianaplein 2, 6671CA Zetten,
Telefoon 0488 451372

BC ZETTEN SLUIT JAAR AF MET COLD TURKEY

Badmintoncub (BC) Zetten heeft aan het eind van het jaar een mooie traditie: het Cold Turkey-toernooi.

De laatste vrijdag van het jaar leverde dat spannende wedstrijden op, waarbij spelers van verschillend niveau aan elkaar gekoppeld werden. Uiteindelijk kon voorzitter Albert Getkate de eerste prijs overhandigen aan Marco Deegens. Arnold sleepte de tweede prijs binnen, net voor de verrassende nummer drie Marlinde Zegers. De organisatie was in uitstekende handen van Wim de Pee en Serge Tissen.

BC Zetten speelt zowel maandag- als vrijdagavond vanaf 20.00 uur in De Wanmolen. Wie wil kennismaken met de dynamische sport, is altijd welkom en wordt opgevangen door bestuursleden. Rackets zijn altijd beschikbaar. Info: www.bczetten.nl



XANTHOS EERT ARIE HOOGERBRUGGE NA 54 JAAR VOLLEYBAL

Op dinsdag 19 december heeft volleybalvereniging Xanthos te Zetten Arie Hoogerbrugge geëerd voor zijn vele bewezen diensten aan de volleybalvereniging. Onder het toeziend oog van bijna 100 leden is op de jaarlijkse clubavond uiteengezet wat Arie voor de vereniging heeft betekend.

Tijdens de dankspeech voor Arie werd duidelijk dat hij zich al sinds de jaren 60 heeft ingezet voor de vereniging die toen nog de Herveld Andelst Combinatie heette. In 1969 is Arie secretaris geworden van de vereniging en sinds de jaren 70 heeft hij na het behalen van een trainerscursus nagenoeg alle teams in de vereniging getraind. In 1978 heeft de naamsverandering plaatsgevonden naar haar huidige naam Xanthos (betekent volgens de Griekse mythologie ‘god van de rivieren’).

Arie heeft tevens een belangrijk aandeel gehad in de organisatie van interlandwedstrijden in 1980 in de toen nog nieuw opgerichte sporthal die het Cromhout heette (nu De Wanmolen). Ook daarna heeft hij zich sterk gemaakt voor een actieve volleybalvereniging en veel bestuurlijke taken op zich genomen. Al dit vrijwilligerswerk heeft ook de aandacht getrokken van de Nederlandse overheid, met tot gevolg dat hij in 2005 is geridderd in de Orde van Oranje Nassau. Tevens is enige tijd terug een deel van de huidige Wanmolen omgedoopt tot ‘Arie Hoogerbrugge tribune’.



Inmiddels zit de actieve volleybalcarrière van Arie erop. Het huidige bestuur van Xanthos vond het niet meer dan logisch om Arie te bedanken voor het feit dat hij 54 jaar heeft gevolleybald bij de club en een van de grondleggers is van de sportvereniging die het heden ten dage nog is.

WILT U EEN AVONDJE UIT?
Wij passen graag op uw kinderen:

Michelle van Ginkel	Veldstraat 35-B Zetten, tel. 453408
Annelee Mensing	Marshallstraat 47 Zetten, tel. 06-26124700
Anouk van der Voorden	Marijkestraat 3 Zetten, tel. 06-83517372

JUMBO

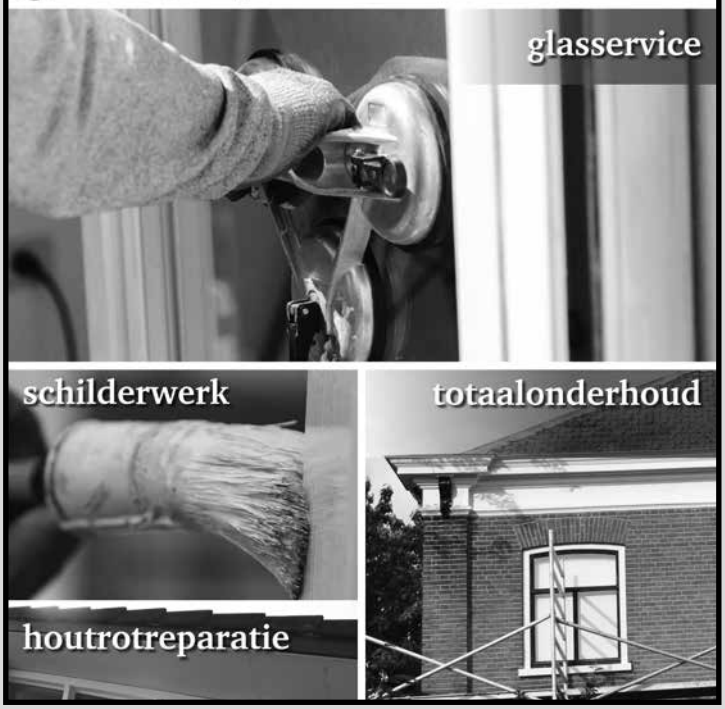
Teun van Blijderveen

Voor ál uw boodschappen

Heteren-Zetten

Schildersbedrijf
Derksen

Hoofdstraat 60a | Andelst
Tel.: 0488 - 45 38 69
E-mail: info@wderksen.nl
Website: www.wderksen.nl





ONBEPERKT
BOURGONDISCH
DINEREN

Het Wapen van Valburg
Tielsestraat 69, Valburg | 0488-745081
WWW.HETWAPENVANVALBURG.NL



GEMEENTEHUIS OVERBETUWE
Bezoekadres: Dorpsstraat 67, 6661 EH Elst
Postadres: Postbus 11, 6660 AA Elst
Publieksbalies: alleen geopend op afspraak via www.overbetuwe.nl of 14 0481

*tel. **14 0481,** info@overbetuwe.nl*
www.overbetuwe.nl
Twitter: @Gem_Overbetuwe
Facebook: gemeente.overbetuwe
Whatsapp: 06-82 76 59 49

SOCIAAL TEAM OVERBETUWE
Voor al uw vragen over ondersteuning, op welk gebied dan ook. Heeft u hulp nodig? Dan begint u bij het Sociaal Team Overbetuwe. Wij denken met u mee en zoeken samen naar een oplossing of verwijzen u door.

***Inloopspreekuur:** wo 11.30-12.30 uur*
Ontmoetingscentrum De Loohof, Stationsstraat 1
*tel: **14 0481**, elke werkdag van 8.30 - 13.00 u*
e-mail: sociaalteam@overbetuwe.nl

HUISARTSENCENTRUM ZETTEN
Brittanjesingel 2
HUISARTSENCENTRUM HERVELD
Het Dorpsplein 11
HUISARTSENPOST

spreekuur volgens afspraak
*tel: **0488-451219** SPOED: **0488-454278***
spreekuur volgens afspraak
*tel: **0488-451457** SPOED: **0488-453004***
*Alleen indien dringend: op werkdagen tussen 17.00 - 08.00 u, weekend en op feestdagen gedurende 24 u, belt u de huisartsenpost: **026-3899696** of als elke seconde telt, bel: **112***

SAMENWERKENDE TANDARTSEN
Hoofdstraat 12 Zetten

*tel: **0488-452415***
behandeling volgens afspraak

FYSIOTHERAPIE
Julianaplain 11 Zetten
OEFENTHERAPIE CESAR
Julianaplain 11 Zetten

*Fysio Zetten tel: **0488-451327***
behandeling volgens afspraak
*Anne-Corien Ronteltap tel: **0488-421736***
behandeling volgens afspraak

APOTHEEK MIDDEN-BETUWE
Hoofdstraat 46 Zetten

*tel: **0488-420911***
Open: ma t/m vr 8.30 - 17.30 u
Spoed buiten openingstijden: Dienst-apotheek Arnhem e.o., tel 026 - 3214882

LINGEHOEVE DIERGENEESKUNDE
Veldstraat 3a Lienden
Locatie Zetten:
Beatrixplein 21

*tel: **0488-451213***
Spreekuur volgens afspraak
Afspreken: ma t/m vr 8.30 - 12.00 u en van 13.00 - 19.00 u
SPOED buiten openingstijden: 0488-482900

POLITIE OVERBETUWE
Wijkagent Zetten en Hemmen
Bezoekadres: Eshofsestraat 7

*tel: **0900-8844***
Erika Eikens
afspraak maken via politiebureau Elst

WOONSTICHTING VALBURG
Wageningsestraat 45, Zetten
info@wstvalburg.nl

*tel: **0488-473366***
Geopend ma t/m vr 8.00 - 12.00 u
op afspraak van 13.00 - 16.30 u

DORPSRAAD ZETTEN-HEMMEN

e-mail: post.dorpsraad@gmail.com
tel: 06 4190 1680 (B. Teunissen, voorzitter)

POSTKANTOOR
Hoofdstraat 34 Zetten

Geopend: ma t/m do 9.00 - 18.00 u
vr 9.00 - 20.00 u / za 9.00 - 17.00 u

OPENBARE BIBLIOTHEEK GELDERLAND-ZUID
locatie Zetten, Schweitzerpark 2

*tel: **0488-451995** • e-mail: zetten@obgz.nl*
Geopend: ma t/m wo 14.00 - 17.30 u
vrijdag 14.00 - 20.00 u

VRIJWILLIGERS PALLIATIEVE TERMINALE ZORG BETUWE

*Contact: tel. **06 4604 5948** of **06 4604 5951***

FORTE WELZIJN MANTELZORG OVERBETUWE

*tel. **085-0406066** • ma t/m vr 9.00 - 12.30 u*
mantelzorgoverbetuwe@fortewelzijn.nl

ONTMOETINGSCENTRUM DE LOOHOF

Stationsstraat 1 Zetten, tel: 0488-848078

REPAIR CAFÉ

Elke 1e maandag v.d. maand, jeugdsoos Uniqz naast De Wanmolen, 13.30 - 16.00 u

MILIEUSTRAAT ANDELST
Engelandstraat 4 Andelst

wo, do, vr 12.30 - 15.30 uur
za 10.00 - 14.00 uur

OUD PAPIER

Elke 4e zaterdag v.d. maand, v.a. 9 u

AGENDA

2 t/m 25 februari
Galerie De Sleedoorn: *Omzien in Verwondering*, expositie als eerbetoon aan Hans Everdij, vr, za, zo 14-17 uur, Piersonstraat 11b

3 februari
Actie Muur en Dak van De Rank, oliebollenverkoop bij de kerk, 11-14 uur

3 februari
Oncologie Netwerk Overbetuwe organiseert middag voor (ex)-kankerpatiënten in 't Knooppunt Valburg, 13-16 uur

6 februari
Dorpsvereniging Hemmen: Algemene Ledenvergadering, De Oude School Hemmen, 20 uur

20 februari
Historische Kringen Midden-Betuwe en Oosterhout, Slijk-Ewijk, Valburg e.o.
Lezing René Arendsen: *Gelderland – het Verloren Hertogdom*, De Hoendrik Herveld, 20 uur

24 februari
Dorpsvereniging Hemmen, Bingoavond in De Oude School Hemmen, 20 uur

9 maart
Actie Muur en Dak van De Rank, Kleding- en Speelgoedbeurs in de kerk, 11-16 uur

ALARMNUMMER
1-1-2
DAAR RED JE LEVENS MEE

0900 POLITIE 8844
GEEN SPOED, WEL POLITIE

Passant uitvaartzorg

Elkaar zien in het voorbij gaan

Begeleiding op maat in verdrietige dagen



Annelies Grabijn
Gesperdensestraat NZ 4
6668 MA Randwijk
06 - 273 412 17
info@passant-uitvaartzorg.nl

Arrre-Jan van Willigen
Schaapsdrift 24
6871 XB Renkum
06 - 575 991 46
info@passant-gelderland.nl

0488 - 700 200
dag en nacht bereikbaar
www.passant-uitvaartzorg.nl

Alles in eigen huis!

printen
digitaal
drukken
offsetdruk
XL print
sign

Kom langs en laat je inspireren in onze inspiratieruimte... Koffie staat voor u klaar!



dpnrikkenprint

dpn rikken print
Kerkenbos 1201
6546 BD Nijmegen
024 360 60 33
www.dpnrikkenprint.nl

MOBILITEIT BEGINT BIJ DE BEIJER

In- en verkoop van alle merken auto's





Reparatie en onderhoud

Verhuur van personen- en vrachtbussen



Tankstation en shop



Carwash



DE BEIJER
AUTOBEDRIJF
AUTOVERHUUR
SCHADEHERSTEL
TANKSTATION EN CARWASH

Autobedrijf De Beijer
Knoppersweg 9 • 6668 AT Randwijk • 0488 491503
info@de-beijer.nl • www.de-beijer.nl

BOSCH Service
BOVAG

WWW.RASMAKELAARS.NL






HOEFSLAG 12 ZETTEN

Type:	Eengezinswoning	Perceelopp.:	104 m²
Bouwjaar:	2018	Aantal kamers:	3
Woonopp.:	86 m²	Energielabel:	A

VRAAGPRIJS: € 350.000,- K.K.






HOFSTAETE 155 HERVELD

Type:	Appartement	Perceelopp.:	n.v.t.
Bouwjaar:	1999	Aantal kamers:	3
Woonopp.:	108 m²	Energielabel:	C

VRAAGPRIJS: € 400.000,- K.K.






WAALBANDIJK 89 DODEWAARD

Type:	Vrijstaande woning	Perceelopp.:	2.771 m²
Bouwjaar:	1836	Aantal kamers:	9
Woonopp.:	619 m²	Energielabel:	A

VRAAGPRIJS: € 1.250.000,- K.K.






STENENKAMERSTRAAT 46 HERVELD

Type:	Vrijstaande woning	Perceelopp.:	460 m²
Bouwjaar:	1991	Aantal kamers:	5
Woonopp.:	163 m²	Energielabel:	B

VRAAGPRIJS: € 550.000,- K.K.






LANGEAKKERSTRAAT 8 DODEWAARD

Type:	Vrijstaande woning	Perceelopp.:	2.770 m²
Bouwjaar:	1934	Aantal kamers:	8
Woonopp.:	234 m²	Energielabel:	C

VRAAGPRIJS: € 795.000,- K.K.

GRATIS WAARDEBEPALING VAN UW WONING?

R A S

MAKELAARS & HYPOTHEKEN

BEL ONS: (0488) 42.00.44

funda





LINDENLAAN 32 DODEWAARD

Type:	Vrijstaande woning	Perceelopp.:	585 m²
Bouwjaar:	1983	Aantal kamers:	7
Woonopp.:	184 m²	Energielabel:	C

VRAAGPRIJS: € 575.000,- K.K.





SPORTWEG 8 ANDELST

Type:	2-Onder-1-kapwoning	Perceelopp.:	894 m²
Bouwjaar:	1940	Aantal kamers:	5
Woonopp.:	163 m²	Energielabel:	A+

VRAAGPRIJS: € 685.000,- K.K.