WWW.MIJNZAAKZOETERMEER.NL ■ 20.000 EX HUIS AAN HUIS VERSPREID ■ Nr 3 ■ 2021

Mijn ZOETERMEER zaak

SPECIAL GezondHEID!

JENNIFER ADLER

BEKKENTHERAPIE

TAJANA EN SANDER WESTERHOF

TANDARTSPRAKTIJK WESTERHOF

CAMIEL KLINK

LANGELAND ZIEKENHUIS

IRIS VOGELEZANG
THE SLIM COMPANY

MOUSTAPHA EL BAROUDI
OMNIAZORG

CAMILLUS OVERMEIRE & ARIE JAN VAN DER BIJL
JUST NOTARISSEN

GORDON PIPER
MAX HOORTECHNIEK

MAAYKE ZWEGERS EN DANIËLLE VEENSTRA-VAN DER PLAS
KINDERFYSIO-THERAPIE GROEI!

NOY VAN WELL-CHAISRI
SUNANTHA WELLNESS

RAYMOND EN HANS STOOP
STOOP TANDTECHNIEK

MARLEEN TEUNISSEN
STICHTING LEERGELD

KAREN PATERNOTTE
PATERNOTTE UITVAARTZORG

DOLF VAN CRAANENBURGH
EMOTIEVE LIFE COACHING

PEDRO COELHO, PASCAL MATLA EN PATRICK PASMAN
CORPUS ACTIVUM

TOM UITSLAG
CHIROPRACTIE ZOETERMEER

SONJA VAN DER VLIST
MINDFULNESS RISE AND SHINE

YVONNE SCHOUTEN
YOUYOU HEEL JEZELF

PASCAL GOVAARS
SCHOENMAKERIJ DE UITKOMST

SANDER VAN TONGEREN
HAARHUIS VAN TONGEREN

WYTZE SLOOT
ETEN MET GEMAK

MARTIN WINKEL EN MARLEEN VAN SCHAIK
PENTA PRO

Vanaf half maart 2020 moesten Daniëlle Veenstra-Van der Plas en Maayke Zwegers van Kinderfysiotherapie Groei! hun praktijk abrupt sluiten. "Gelukkig konden we eind mei weer starten onder bepaalde restricties. Zo planden we meer tijd tussen de behandelingen in om te ventileren en te desinfecteren. Verder zijn er looproutes uitgezet, zodat mensen elkaar niet in de weg lopen. Inmiddels kunnen de behandelingen weer veilig en verantwoord plaatsvinden in onze ruim opgezette praktijk die in augustus vijf jaar bestaat," vertelt Daniëlle.

Maayke Zwegers

WAAROM GA JE NAAR KINDERFYSIOTHERAPIE GROEI!?

"In eerste instantie zagen we het aantal pijnklachten bij kinderen door corona afnemen. Nu ze weer buiten mogen sporten, stijgt het aantal sportgerelateerde pijnklachten aanzienlijk," vervolgt Maayke. "Meestal hebben deze klachten een relatie met de groei en dat is juist de expertise van ons als kinderfysiotherapeut. Door de groei ontstaan er andere krachten op het lichaam waardoor klachten zouden kunnen ontstaan tijdens het sporten of andere lichamelijke activiteiten. Je moet daarbij denken aan pijn in de rug, schouders, knieën, enkels en voeten na het bewegen zoals buiten spelen, fietsen, traplopen en gymmen. De oorzaken onderzoeken we uiteraard tijdens de intake. Zo kunnen de symptomen van knieklachten bij een tiener overeenkomen met die van een volwassene, maar vaak liggen de oorzaken ergens anders. We stemmen onze behandelingen hierdoor veel specifieker af op het lichaam dat in ontwikkeling is. Ons advies? Als je er snel bij bent, ben je er ook snel weer vanaf!"

PRIKKELVERWERKING BETER REGULEREN

"Corona hakt er bij sommige kinderen behoorlijk in. Ze kunnen zich slecht

Daniëlle Veenstra-Van der Plas

concentreren, zijn onrustig en hebben moeite met veranderingen. Hoe kunnen ze zo tot leren komen? Dat constateerden thuiswerkende ouders natuurlijk ook. Verder spelen kinderen minder bij vriendjes thuis. Bovendien is de schermtijd thuis toegenomen, waardoor er meer inactiviteit ontstaat. Wij kijken dan hoe

we de prikkelverwerking beter kunnen afstemmen, zodat leerprocessen efficiënter verlopen. Het is dus een andere kijk op bewegen. Waar komt de onrust vandaan? Welke manier van bewegen heeft het kind nog extra nodig om meer rust te creëren? Hoe werkt prikkelverwerking bij een kind? Uiteindelijk resulteert inzicht in prikkelverwerking in meer rust binnen het gezin."

BREDERE KIJK OP SCHRIJFPROBLEMEN

"In het dagelijks leven wordt er minder geschreven. Toch is het essentieel dat een kind goed leert schrijven. Schrijven is niet alleen een stimulatie voor de fijne motoriek. Schrijven heeft ook grote invloed op de hersenen en andere gebieden van de ontwikkeling. Schrijfproblemen kunnen onder andere liggen aan een verkeerde penvatting, schrijfhouding en/of de fijne motoriek die zich nog moet ontwikkelen. Bij peuters en kleuters in de thuissituatie zien we bijvoorbeeld dat er veel minder getekend, gekleurd, geknipt en geverfd wordt, waardoor de basis om tot schrijven te komen minder geoefend is. Daarnaast nodigt modern speelgoed minder tot motorische handelingen uit. "Ouderwets" speelgoed zoals een puzzel bevat veel meer variatie in handelingen zoals draaien, voelen, pakken en samenwerken met je handen. We kijken breder dan alleen maar naar het schrijven. In welke aspecten liggen de oorzaken van schrijfproblemen? Daar draait het om!"

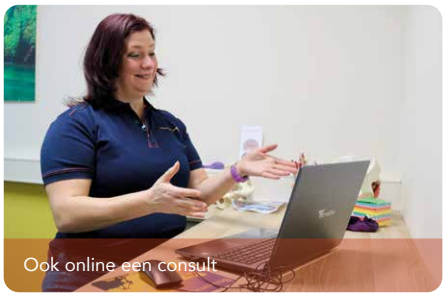
GROEI! kinderfysiotherapie
Beatrijspad 2
2722 ZP Zoetermeer
079 - 362 92 47
info@kinderfysiotherapiegroei.nl
www.kinderfysiotherapiegroei.nl
/kinderfysiotherapiegroei
@kinderfysiotherapiegroei

Geplaatste foto's zijn gemaakt vóór het corona-tijdperk!

Een gepassioneerde bekkenfysiotherapeut die denkt in mogelijkheden en niet in beperkingen. Zo kun je Jennifer Adler het best typeren. In 1999 startte zij als fysiotherapeut en na afronding van haar master bekkenfysiotherapie volgde zij haar hart en ging zij in 2011 aan de slag als zelfstandig bekkenfysiotherapeut in Benthuizen en Zoeterwoude. Daarnaast heeft zij sinds december 2020 ook een eigen praktijk Bekkentherapie.com aan de Groeneweg 5 in Zoetermeer. Zij behandelt vrouwen, mannen en kinderen die klachten en/of problemen hebben in het bekken-bodemgebied of rondom het bekken.

Jennifer Adler

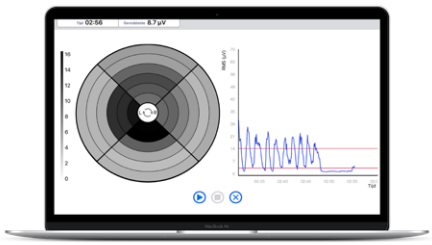
VAAK IS DE OPLOSSING VAN BEKKENBODEM-KLACHTEN DICHTERBIJ DAN JE DENKT!



Ook online een consult

"Veel mensen denken dat ze alleen bij mij terecht kunnen met urineverliesklachten. Maar niets is minder waar," vertelt Jennifer. "Alle klachten tussen het middenrif en de knieën kunnen gerelateerd zijn aan het bekkengebied. Naast plasklachten en ongewenst urineverlies komen ontlastings-problemen, verzakkingsklachten, seksuologische problemen en klachten na een (prostaat)operatie vaak voor. Kortom, heb je last van aambeien, obstipatie, pijn in de lage rug, buik, schaamstreek of liezen, chronische blaasontstekingen, verzakkingen, zwangerschap gerelateerde klachten, vaginale pijn of vaginisme? Aarzel dan niet en kom langs voor een intake. Verder behandel ik ook kinderen met plas- en/of poepproblemen. In principe kunnen alle spieren rondom de bekkenregio chronische pijnklachten veroorzaken. Zo zitten de buikspieren aan het bekken vast en dat geldt voor meer spieren. Gelukkig is de oplossing voor bekkenbodemklachten dichterbij dan je denkt!"

Intake-gesprek



Behandeling met de Maple of biofeedback met de Maple.

KLACHTEN INZICHTELIJK MAKEN

"Mijn behandeling begint met een uitgebreide intake. Alle fysieke en mentale klachten breng ik in kaart en zo ontstaat er inzicht over de mogelijke oorzaken. Sommige mensen voelen hun bekken-bodem niet. Dan maak ik gebruik van biofeedback, zodat ze via een beeldscherm het functioneren van hun bekken-bodemspieren kunnen zien. Ook wordt duidelijk of de cliënt de spieren selectief kan aan- en/of ontspannen. Sinds corona werken veel mensen thuis en gaan ze vaker naar het toilet. Dat kan duiden op een overactieve blaas, pure stress of een gewoonte. Met het bijhouden van een plasdagboek kun je plasklachten heel goed inzichtelijk maken. Hoeveel drink en plas je? Komt dat overeen met elkaar? Te vaak moeten plassen kan je dagelijks leven namelijk ernstig belemmeren. Beter en gedoseerd leren plassen heeft meestal te maken met het aan- of juist ontspannen van je bekkenbodemspieren. Na de intake stel ik een behandeltraject voor."

Behandelkamer locatie Zoetermeer

Nimoc-behandeling tegen stuitpijn.

WACHT NIET MET JE KLACHTEN!

"Ieder behandeltraject start met voorlichting. Als je namelijk weet hoe het bekken werkt, snap je ook beter wat je wel of niet moet doen. Daarnaast volgt oefentherapie en bij bijvoorbeeld stuitproblemen door een valpartij is manipulatie dé oplossing om het stuitje weer recht te zetten. Door corona zien we trouwens aanzienlijk meer mensen met stuitproblemen, omdat ze de hele dag zitten. Naast bekkenfysiotherapeut ben ik ook orthomoleculair therapeut. Als orthomoleculair therapeut kijk ik niet naar de minimale werking, maar naar de optimale werking van het lichaam. Zo kan ik mensen met darmklachten door een verkeerd voedingspatroon naast oefentherapie ook voedingsadviezen geven. Voor alle bekkenbodemklachten geldt: Als je er snel iets aan doet, ben je er ook snel weer vanaf. De basis van bewegen is namelijk het bekken."

Jennifer Adler
Groeneweg 5
2718 AA Zoetermeer
06 - 143 208 07
info@bekkentherapie.com
www.bekkentherapie.com

BEKKENTHERAPIE.COM

Een stralende lach is je visitekaartje en opent vele deuren. Sommige mensen vermijden echter een volle lach vanwege een lelijk gebit. Ze schamen zich voor hun scheve, verkleurde en/of afgebroken tanden. Langzamerhand verdwijnt hun zelfvertrouwen en ontstaat er een drempel om een tandarts te bezoeken. Sander Westerhof weet er alles van.

Tajana Westerhof-Bersma en Sander Westerhof

ZOEK JIJ EEN LIEVE TANDARTS IN ZOETERMEER?

Gelukkig ontmoette hij 'de lieve tandarts' Tajana Westerhof-Bersma die begrip toonde voor zijn zeer ernstige gebitsproblemen, schaamtegevoelens en beperkte budget. Stap-voor-stap renoveerde zij zijn gebit en uiteindelijk bleek het liefde op het eerste gezicht.

Inmiddels zijn ze getrouwd en samen runnen ze sinds 18 januari 2021 Tandartspraktijk Westerhof die gevestigd is in een monumentaal, authentiek pand aan de pittoreske Dorpsstraat 76. Het pand werd volledig gestript en vakkundig gerestaureerd tot een sfeervolle tandartspraktijk met veel ruimte en daglicht. Huiselijk, gezellig en vertrouwd. Zo voelen de stijlvol ingerichte wacht- en behandelkamers aan. Waar komt haar passie vandaan en met welke visie profileert de praktijk zich? "Het vak tandarts is er bij mij met de paplepel ingegoten. Zowel mijn opa als mijn vader waren geliefde tandartsen in Den Haag," vertelt Tajana. "Hun passie om voor ieder gebitsprobleem de perfecte oplossing te vinden sprak mij als kind al aan. Een kwestie van creativiteit, begrip tonen en denken in mogelijkheden. Ook als een patiënt financieel minder daadkrachtig is. Daarom zijn we aangesloten bij het keurmerk De Lieve Tandarts, een platform met de missie om zoveel mogelijk mensen weer te laten stralen. Een bewuste keuze waarmee wij het verschil willen maken in Zoetermeer."

Mozhgan

PERSOONLIJKE BENADERING

"Niet alleen angst en schaamte, maar ook het financiële aspect kan mensen dus weerhouden om naar de tandarts te gaan. Wij staan daar anders in. Met onze persoonlijke benadering stellen we samen met de patiënt een betaalbaar behandelplan op," vervolgt Sander die zijn jarenlange ervaring als gastheer in de horeca nu inzet om patiënten gastvrij te ontvangen. "Het gaat er immers om dat de patiënten zich hier op hun gemak voelen." Als tandarts heeft Tajana ruime ervaring in de algemene & esthetische tandheelkunde en wortelkanaalbehandelingen. Hoe breekt zij het ijs bij angstige patiënten? "Vanaf de intake willen we patiënten persoonlijk en zonder vooroordelen benaderen. Ze willen hun verhaal kwijt en daar nemen we de tijd voor. Eigenlijk is de intake een kennismakingsgesprek inclusief gebitsbeoordeling. Tegelijkertijd volgt een behandelplan in samenspraak met de patiënt. Daardoor valt er al veel spanning weg. Vaak is een bezoek aan onze zachtaardige mondhygiëniste Karina vóór de behandeling essentieel. Mondhygiëne is immers de basis van een gezond gebit."

PERFECTIONISTISCHE AANPAK

"Ieder gebitsprobleem is een uitdaging. Als ik een vulling moet maken, restaureer ik de complete kies in de oorspronkelijke vorm en de juiste kleur. Die procedure vereist een perfectionistische aanpak. Verder is voor wortelkanaalbehandelingen onze geavanceerde microscoop essentieel. Samen met mijn tandartsassistente leg ik de lat dagelijks hoog. We zijn perfect op elkaar ingespeeld en dat werkt prettig. Onze praktijk is kleinschalig en laagdrempelig en dat spreekt veel patiënten aan. Kortom, zoek je een lieve tandarts? Meld je dan via het aanmeldformulier aan. Je bent van harte welkom!"

Dorpsstraat 76
2712 AM Zoetermeer
079 - 737 01 42
info@tp-westerhof.nl
www.tp-westerhof.nl

TANDARTSPRAKTIJK WESTERHOF

The Slim Company is verhuisd! De praktijk is niet langer in de Dorpsstraat, maar gevestigd aan de Nesciohove 99 in Zoetermeer. "Op deze nieuwe prachtige locatie kan ik wél coronaproof werken. Hier kunnen we goed bespreken waar je tegenaan loopt in deze tijd. Dit is het perfecte moment voor een nieuwe start van een gezond gewicht én gezonde levensstijl", zegt Iris Vogelezang van The Slim Company.

Iris Vogelezang

GEEN PANIEK: THE SLIM COMPANY IS ER NOG, MAAR OP EEN NIEUWE LOCATIE!

De hele dag thuis aan de keukentafel werken en na het avondeten naar de bank verplaatsen. Veel verder komen veel mensen door de lockdown momenteel niet. Door corona zijn daardoor veel mensen op zoek naar een verandering van hun lifestyle. "Zij willen geholpen worden en ik ben al tien jaar specialist op dat gebied." Iris is gewichtsconsulent en verpleegkundige en maakt gebruik van PowerSlim, een door diëtisten ontwikkeld afslankprogramma gebaseerd op een eiwitrijk en koolhydraatarm voedingspatroon.

CONSULTEN

Tijdens wekelijkse consulten bespreek je met Iris de vorderingen en kun je bij haar terecht met al jouw vragen. Ook word je gemeten en gewogen. "Ik adviseer de producten die je nodig hebt en geef bijbehorende recepten. Je eet zes keer per dag. Tijdens die momenten vervang je gangbare voedingsmiddelen door PowerSlim-producten, maar eet je ook diverse vlees- en vissoorten, eieren én veel groenten. Zo gebruik je vetreserves als energiebron en behoudt je spiermassa om het bekende jojo-effect te voorkomen. Tijdens mijn consulten probeer ik erachter te komen waardoor iemand geen gezonde manier van leven heeft. Dat brengen we samen in kaart. Gezond eten en vooral voldoende bewegen lijkt

Alle bestellingen via mijn webshop worden coronaproof aan huis bezorgd!

lastiger in deze coronatijd, maar ik probeer iedereen juist te motiveren om dat wel te doen. Dat zijn namelijk belangrijke onderdelen in het afslankproces."

STAPPENPLAN

Aan de hand van jouw persoonlijke situatie en verwachtingen maak je samen met Iris een stappenplan om jouw doelen te bereiken en te behouden. The Slim Company ondersteunt je niet alleen met voeding, maar ook mentale coaching is erg belangrijk om succesvol af te vallen.

"Het is fijn om structuur te hebben en te weten wat jouw valkuilen zijn. Structuur en regelmaat zijn het belangrijkst om jouw dieet vol te houden en aan te passen naar een nieuwe levensstijl."

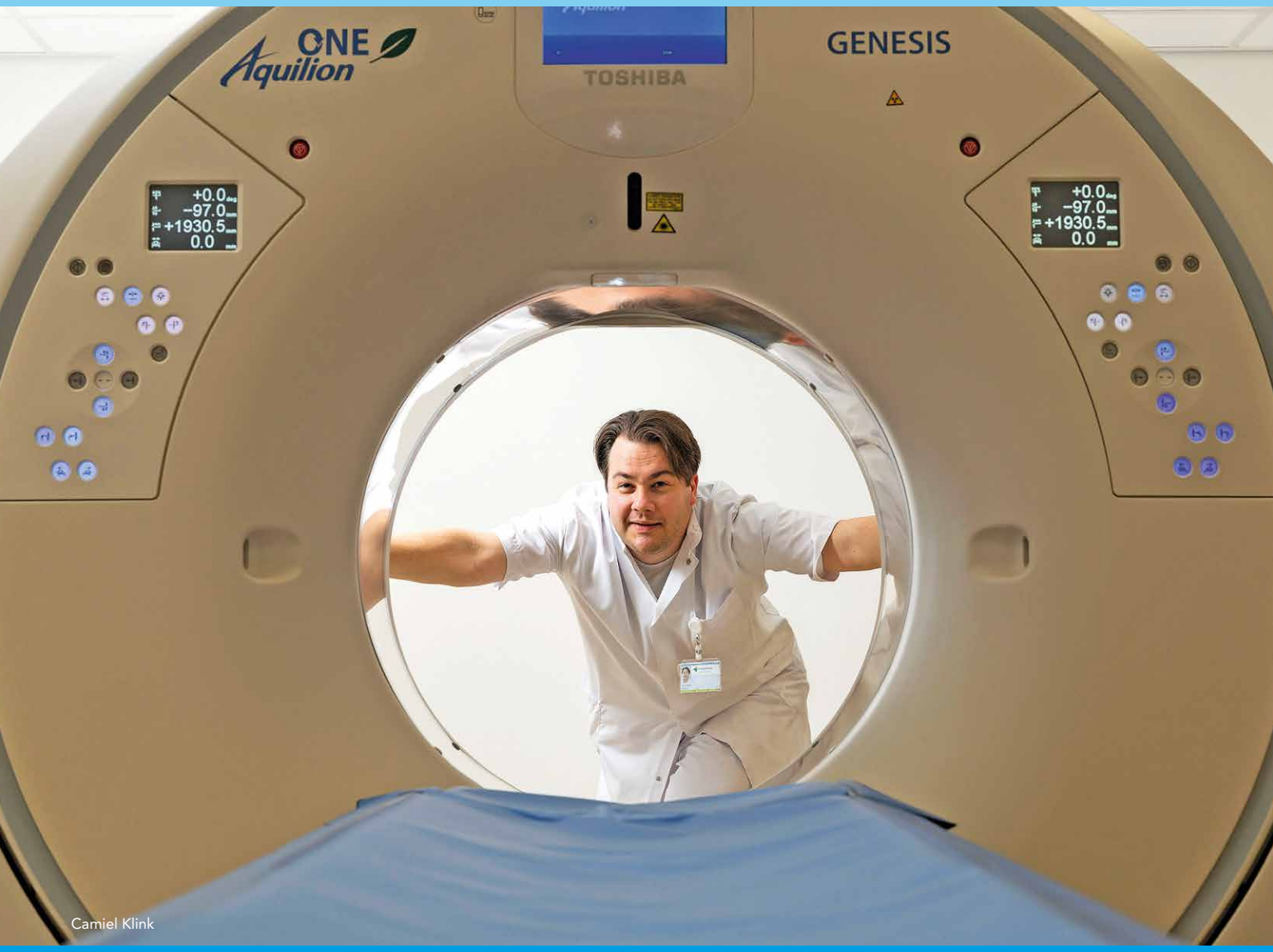
HUISARTSEN

Vanwege haar expertise wordt Iris steeds vaker door huisartsen en praktijkondersteuners gevraagd of zij patiënten kan helpen overgewicht te verliezen. "Mensen met gezondheidsproblemen worden via huisartsenpraktijken vaak naar mij doorverwezen. Dat vind ik een groot compliment. Ik wil graag helpen. Hoe komt het dat deze patiënten overgewicht hebben? Zij hebben een steuntje in de rug nodig. Samen kijken we naar hoe we de boel weer op de rit kunnen krijgen om een gezonde levensstijl te creëren." Wil jij ook jouw levensstijl veranderen? Neem dan contact op met Iris!

Nesciohove 99
2726 BK Zoetermeer
06 - 300 116 83
info@slimcompany.nl
www.slimcompany.nl

The Slim Company

Het coronavirus heeft op meerdere niveaus invloed op het LangeLand Ziekenhuis. Zelfs op de CT-scanner van het ziekenhuis. Hoe? Er ontstond een grote toename van patiënten met (een verdenking op) corona die een CT-scan nodig hadden Dat betekent uiteraard ook strenge hygiëne-maatregelen, waardoor het maken van een CT-scan langer duurde dan normaal. Sinds kort is dat verleden tijd. Het LangeLand Ziekenhuis beschikt nu namelijk over een tweede CT-scanner.



Camiel Klink

LANG GEKOESTERDE WENS IN VERVULLING:

TWEEDE CT-SCANNER GEEFT VÉÉL MEER MOGELIJKHEDEN

Een CT-scanner is simpel gezegd een apparaat dat 3D-röntgenfoto's kan maken van het hele lichaam, van hoofd tot teen. Het hele lichaam kan hiermee dus stukje voor stukje in kaart gebracht worden. Het onderzoek duurt meestal ook erg kort en daarom wordt een CT in de normale praktijk vaak gebruikt.

OPLOSSING

"Gezien de recente ontwikkelingen met betrekking tot zorg en diagnostiek rondom ondermeer een herseninfarct en hersenbloeding stond een upgrade van de huidige CT-scanner of de aanschaf van een tweede CT-scanner al op het wensenlijstje van het ziekenhuis", vertelt interventieradioloog Camiel Klink, die sinds 2015 in het LangeLand Ziekenhuis werkzaam is.

De coronacrisis liet zien dat het hebben van één CT-scan te kwetsbaar is voor het ziekenhuis. Het onderzoek naar de upgrade of aanschaf van een nieuwe

CT-scan kwam in een stroomversnelling terecht “Er ontstond een toenemende zorgvraag in het ziekenhuis, maar we hadden slechts één CT-scanner. Na elke patiënt met of zonder (een verdenking op) corona, moesten onze laboranten de scanner rigoureus schoonmaken. Daarmee kwamen we logistiek in de problemen. Toen hebben we via leverancier Canon binnen tien dagen een tijdelijke CT-scanner kunnen regelen. Dit was een knap stukje teamwork. Hierbij hebben Canon, in Zoetermeer gevestigd met het hoofdkantoor voor Europa, en onze bouwaannemers samen een wereldprestatie geleverd. Hierdoor konden we de reguliere zorg en (eventuele) coronapatiënten van elkaar gescheiden houden. En zo kon de continuïteit van zorg gewaarborgd blijven. De waarde van de tweede CT-scanner heeft zich inmiddels ruimschoots bewezen.”

HERGEBRUIKEN

Aan een splinternieuwe scanner hangt echter een behoorlijk prijskaartje, maar samen met Canon kwam het LangeLand Ziekenhuis tot de perfecte oplossing. “In het plan voor de tijdelijke scanner hebben we rekening gehouden met materialen die we later konden hergebruiken bij onze nieuwe scanner, zoals een stroomkabel en loodglas. Zo hebben we de bouwkosten relatief laag kunnen houden. Ook op personeelskosten is bespaard door enkele muren in het ziekenhuis door te breken, zodat de radiodiagnostisch laboranten vanuit één ruimte de twee CT-scanners kunnen bedienen.”

Het grootste voordeel werd gehaald uit het model. Het betreft een drie jaar oude refurbished CT-scanner waarbij enkele gebruiksonderdelen werden vervangen en enkele extra opties werden toegevoegd. “Hierdoor is er een state of the art apparaat ontstaan voor ongeveer de helft van de nieuwprijs.”

KORTERE WACHTTIJD

De komst van de tweede CT-scanner is ook goed nieuws voor de patiënten. Het betekent namelijk een kortere wachttijd. Daarnaast kunnen (spoedeisende) onderzoeken vaker tussendoor gepland worden, waardoor patiënten nog sneller een diagnose en eventueel een behandeling kunnen krijgen. Ook kan men dankzij de nieuwe CT-scanner steeds vaker in het LangeLand Ziekenhuis terecht voor meer veeleisende diagnostiek en beeldvorming. “Specialistische onderzoeken waar we voorheen patiënten naar omliggende ziekenhuizen voor moesten verwijzen, kunnen we nu volledig zelf doen. Voor bijvoorbeeld hartonderzoeken hebben wij dankzij deze CT-scanner een betere diagnostiek. Zo kunnen we het onderzoek van de kransslagaderen nu op een hoger niveau doen dan voorheen. Ook kunnen we het effect van metaal op de scan verminderen. Dat is heel handig voor patiënten van het naastgelegen Reinier Haga Orthopedisch Centrum. Een röntgenapparaat levert altijd röntgenstralen op, maar met dit nieuwe model is stralen hygiënischer. Dat is vooral het geval bij specialistische onderzoeken, zoals hartscans, waarbij veel beelden worden gemaakt. Bij de onderzoeken met het oude model is de stralingsdosis al laag, maar die kunnen we nu nog verder verminderen.”

De nieuwe CT-scanner

AANDACHT

Vijf jaar geleden werd de vakgroep radiologie flink vernieuwd met nieuwe specialisten met extra aandachtsgebieden. Na de opleiding en specialisatie tot interventieradioloog in het Erasmus MC in Rotterdam kwam Klink in Zoetermeer terecht. “De nieuwe vakgroep radiologie was een interessante uitdaging, vooral door de leuke groep met verschillende subspecialisaties en de samenwerking met het HagaZiekenhuis en Reinier de Graaf. Ik werk zelf ook twee dagen in het HagaZiekenhuis. In dat ziekenhuis ligt de focus meer op onderzoek en opleiding en in het LangeLand kunnen we door de kleinschaligheid vaak meer flexibiliteit in de doorstroming van zorgprocessen realiseren. Zo hebben wij specialisten onderling heel laagdrempelig contact en helpen elkaar met onze kennis. Hierdoor kunnen we sneller iets voor elkaar krijgen voor onze patiënten, die wij in het LangeLand goed kennen. Voor mij is dit het beste van twee werelden.”

LangeLand Ziekenhuis
Toneellaan1
2725 NA Zoetermeer
079 - 346 2626
www.llz.nl

LangeLand
beter dichtbij

Welke hulp komt er vandaag ook alweer? En komt diegene nou voor de huishoudelijke hulp of verpleging? Thuiszorg kan soms, vooral voor ouderen, behoorlijk verwarrend zijn. OmniaZorg voorkomt dat door, zoals de Latijnse naam verklapt, allesomvattende zorg te bieden.

Imane El mansouri en Joke Kamphuis

‘IK KIJK ER GEWOON NAAR UIT DAT MIJN SCHATTEN VAN OMNIAZORG WEER KOMEN’

Uit het meest recente cliëntonderzoek, verricht door een externe partij, scoorde OmniaZorg op drie belangrijke vlakken het rapportcijfer 9: met aandacht behandeld worden, de deskundigheid van onze zorgverleners en het op het gemak voelen van de cliënt. Dat sluit goed aan op de twee pijlers van OmniaZorg: persoonlijk en betrokken. Hierbij benadert OmniaZorg de culturele en religieuze normen en waarden van cliënten op een respectvolle en professionele manier. OmniaZorg kijkt verder dan de culturele of religieuze achtergrond. OmniaZorg biedt thuiszorg op maat voor iedereen. Jong en oud, chronisch ziek of tijdelijk beperkt.

TOTALE PAKKET

Francisca Bevaart is sinds november teamleider zorg bij OmniaZorg. Zij heeft in de afgelopen maanden van dichtbij meegemaakt wat de voordelen van de cultuursensitieve thuiszorgorganisatie zijn. “OmniaZorg kan zowel via de Wmo als Zvw en Wlz thuiszorg en begeleiding bieden aan cliënten. Deze combinatie is een groot voordeel aangezien veel cliënten naast verpleging en verzorging ook begeleiding of huishoudelijke hulp nodig hebben. Wij krijgen veel aanmeldingen, omdat we cultuursensitieve zorg leveren.

Razia Gasieta R.N. (hr adviseur)

Imane El mansouri (leerling verpleegkundige)

Wij beschikken over een team ambulante begeleiders en team verpleging en verzorging. Sommige mensen krijgen verpleging van de ene zorgorganisatie, huishoudelijke zorg via de andere zorgorganisatie en begeleiding weer van een andere instantie. Die organisaties zijn niet op elkaar ingespeeld, gebruiken verschillende registratiesystemen en planning. Zij hebben geen connectie met elkaar, waardoor je elke keer hetzelfde verhaal moet herhalen. Dat kan soms erg verwarrend worden en frustraties met zich mee brengen voor de cliënten. Bij ons krijgen zij het totale pakket aan thuiszorg, van verpleging en verzorging, huishoudelijke hulp tot aan begeleiding en ook palliatieve

Francisca Bevaart (teamleider zorg)

Anne G. De Lorenzo (beleidsmedewerker)

zorg of terminale zorg. Dat is wat ons betreft het unieke van OmniaZorg. Onze cliënten hebben geen last van meerdere zorgmappen, inlogcodes en enorme wachttijden aan de telefoon. Zij hebben bij ons één aanspreekpunt, met één digitaal dossier. Dat is veel overzichtelijker.”

SCHATTEN

De Zoetermeerse Joke krijgt al twee jaar persoonlijke verzorging en verpleging vanuit OmniaZorg. Twee keer per dag komen de ‘schatten’ van OmniaZorg langs om haar steunkousen in de ochtend aan te trekken en in de avond weer uit te trekken. Door een valpartij brak de Zoetermeerse namelijk haar knie en later haar stuitje. Ook kreeg ze een attack. Nu heeft ze last van een nek- en rughernia. “Het zijn schatten, mijn meiden”, zegt de 66-jarige Joke over het zorgpersoneel van OmniaZorg. “Ik zie ze echt als mijn vriendinnen. Vanaf het begin kan ik goed met hen overweg. Ze vragen altijd of ze nog iets voor mij kunnen doen. Ik kijk er gewoon naar uit dat ze weer komen.”

Francisca Bevaart, teamleider
Verzorging en Verpleging
06 - 11 07 90 87
info@omniazorg.nl | www.omniazorg.nl
Dublinstraat 48 | 2713 HS Zoetermeer

Corpus Activum bestaat 15 jaar. Helaas is de geplande receptie om deze mijlpaal in het voorjaar te vieren door Covid-19 voor onbepaalde tijd uitgesteld. Drie bevlogen fysiotherapeuten: Pedro Coelho, Pascal Matla en Patrick Pasman startten in 2006 hun praktijk met een andere kijk op fysiotherapie. Corpus Activum betekent namelijk letterlijk het actieve lichaam. Wat is er veranderd in de afgelopen jaren?

Pedro Coelho, Pascal Matla en Patrick Pasman

SPECIALISATIE & INNOVATIE RESULTEREN IN 15 JAAR CORPUS ACTIVUM!

"Onze visie: "Blijven bewegen" is een belangrijke schakel voor het herstel van fysieke en psychische problematiek," vertelt Pascal. "En stilstand is achteruitgang. Het feit dat onze ervaren fysiotherapeuten zich de afgelopen vijftien jaar gespecialiseerd hebben, is essentieel voor onze groei. We zijn als algemene fysiotherapiepraktijk begonnen met de focus op sportrevalidatie, maar inmiddels zijn er veel masteropleidingen aan toegevoegd. Zo is mijn collega Patrick manueel therapeut, dé specialist op het gebied van de gewrichten die zich richt op rug-, nek- en schouderklachten. Daarnaast houdt sportfysiotherapeut Kevin Evers zich voornamelijk bezig met de schouderdiagnostiek. Samen delen ze hun kennis. Een schouderklacht kan namelijk ook ontstaan door een probleem in de rug. Onze kracht? Eigenlijk hebben we voor iedere klacht een specialist, zodat we samen doelgericht aan het hersteltraject kunnen werken."

DUIDELIJKE DIAGNOSE

"Bij cliënten bestaat steeds meer behoefte aan het goed in kaart brengen van het klachtenbeeld," vervolgt Patrick. Zo maken we onder andere bij schouder- en achillespeesblessures gebruik van een echo. Hoe is het met bijvoorbeeld de kwaliteit van de pees? Is het slijtage of wat anders? Met behulp van gericht

Patrick, Manueel fysiotherapeut (MSc)

onderzoek weet je precies wat er speelt. Bovendien ziet de cliënt ook zelf de oorzaak van de klacht, waardoor hij/zij beseft dat bepaalde handelingen nog niet optimaal verlopen en gemotiveerd blijft om te oefenen. Hoe ontwikkelt een bepaald beeld zich na een aantal behandelingen? Zijn er aanwijzingen om de cliënt te verwijzen naar een specialist? Uiteindelijk kunnen we na de echo een behandelplan opstellen met de focus op het zelf herstellend vermogen van het lichaam."

BREDERE KIJK

"We profileren ons dus door een bredere kijk. Is het puur een fysiek probleem of zijn er nog andere stressgerelateerde factoren? Zo kan spanning gerelateerd zijn aan nek- en schouderklachten. Onze collega

Pedro, Bedrijfs- en Sportfysiotherapeut

Pascal, Sport- en Longfysiotherapeut (MSc)

Dirk Doop, master in de psychosomatische fysiotherapie, komt dan in beeld. Verder zijn we ook gespecialiseerd in hart-, vaat- en longtherapie. Die expertise komt nu goed van pas bij de revalidatie van ex-Covid patiënten. Zij hebben onder andere last van vermoeidheid, kortademigheid en spierpijn. Natuurlijk trainen we de belastbaarheid en de conditie, maar daarnaast besteden we ook aandacht aan mogelijk stress gerelateerde factoren en bijvoorbeeld onbegrip om het vertrouwen in het eigen lichaam te herstellen."

PREVENTIE WERKT!

"Onze collega's Pedro en René houden zich bezig met preventie binnen bedrijven via onze TIGRA dienstverlening. Het aantal burn-out en stressklachten neemt namelijk door de coronacrisis aanzienlijk toe. Vitale medewerkers verzuimen minder en zijn productiever. Vroegtijdig signaleren van uitval biedt dus enorme kansen. Hoe ga je om met de thuiswerktendens? Hoe begeleid je werknemers na het thuiswerken weer naar de werkvloer? Hoe spelen gezondheid en leefstijl een rol op de werkvloer? Uiteindelijk gaat hier niemand de deur uit zonder een oplossing op maat!"

Baron de Coubertinlaan 31b
079 - 361 62 46
info@corpusactivum.nl
www.corpusactivum.nl

CORPUS ACTIVUM

ZORG OP MAAT!

Ondanks de huidige maatregelen staat ons team van gediplomeerde podotherapeuten nog steeds voor u klaar. Uiteraard hanteren wij hierbij de richtlijnen van het RIVM en staat de hygiëne bij ons in een hoog vaandel. 3D Voetcentrum Nederland heeft dé oplossing om altijd en overal uw zooltherapie te gebruiken, zowel in de winter als in de zomer. Als zomerse oplossing bieden we volledig op maat gemaakte podotherapeutische sandalen of slippers aan.

3D-VCN
VOETCENTRUM NEDERLAND

Een op maat gemaakte sandaal of slipper kan de uitkomst voor u zijn in meerdere omstandigheden. Denk aan situaties als blootvoets lopen thuis, zomerse periodes of religieuze redenen. Typische momenten waarop u graag open schoeisel draagt met een custom made podotherapeutische werking.

Wij kunnen u verder informeren en adviseren over de collectie en ervoor zorgen dat u het juiste model aangemeten krijgt. Bent u al bekend bij ons dan is een extra scan maken niet nodig, wij zorgen ervoor dat uw 3D voetbed 1 op 1 verwerkt wordt in een sandaal of slipper. 3D Voetcentrum Nederland beschikt over een uitgebreid assortiment modellen voor zowel dames als heren. Ieder seizoen zijn er nieuwe kleuren en modellen, zodat u ze het hele jaar kunt dragen. In de lente en in de zomer lekker buiten, in de herfst en winter binnen in huis, of wellicht dat dan de op maat gemaakte huisschoen een oplossing is?

Bekijk de volledige collectie op **www.3d-vcn.nl.**

Team 3D-VCN

Team 3D-VCN Zoetermeer

3D-VCN– Podotherapie Zoetermeer | Promenadeplein 117 (naast de Hema) 2711 AB Zoetermeer | ☎ 079 - 342 43 17

Dankzij mindfulness ben je bewust van het hier en nu. Je neemt het leven zoals het zich aandient. Het helpt bij onder meer werkstress en burn-out, somberheid en depressie, emotionele gevolgen van ernstige ziekte en psychische klachten op het gebied van angst, spanning en onrust. Sonja van der Vlist van praktijk Rise and Shine leert hoe je daarmee moet omgaan!

Sonja van der Vlist

‘JOUW LICHAAM SPREEKT TEGEN JE, MAAR JE MOET ER WEL NAAR LUISTEREN’

Mindfulness leert je om niet bezig te zijn met piekeren, fantasieën of doemscenario’s voor de toekomst. Mindfulness leert aandacht geven aan wat er positief en mooi is in het leven. Dat is door de stress in ons drukke leven soms lastig. Vooral tijdens deze coronapandemie. Sonja heeft het dan ook nóg drukker gekregen. De ex-verpleegkundige is om die reden meer gaan coachen. “Eclectisch coachen, dat doe ik met de vaardigheden die in mijn bagage zitten. Een stukje psychologie, groei en loslaten. Mensen vergeten door corona soms aan zichzelf te denken. Veel vrouwen doen van alles voor iedereen, behalve voor zichzelf. Tot ze daar klachten van krijgen, zoals hoofdpijn, angst-, paniekaanvallen en hyperventilatie. Jouw lichaam spreekt tegen je, maar je mag er als eigenaar wel naar luisteren. Zo kun je voorkomen dat je langdurig uitvalt.”

PARAGLIDING

Sonja kampt met MS en moet daardoor kijken naar wat er wél kan. Twee jaar geleden reisde Sonja voor haar verjaardag naar Zuid-Afrika en heeft daar een tandemparagliding vlucht gemaakt vanaf de Tafelberg. “Geweldig om mee te maken!” Volgend jaar gaat ze naar Nieuw-Zeeland. Haar man Theo loopt daar een halve marathon. “Ik loop dan de laatste paar stappen met hem over de finish.”

GELUKSROUTE

Ze geeft daarmee het goede voorbeeld. Kies je voor de geluksroute of de ongeluksroute? Als je op hetzelfde pad blijft lopen, kan je geen andere uitkomst verwachten. Je hebt dus een keus: ik voel mij beter of ik voel mij slechter. Soms moet ik iemand een spiegel voorhouden. Dan reageren ze met: ‘Dat ga ik proberen’. Maar proberen is erg twijfelachtig. Ik wil, ik kan, ik doe. Dat is beslissend. Stel niet uit tot morgen wat je vandaag nog kunt doen.”

COACHING

Indien je geen training wilt volgen bestaat er ook de mogelijkheid voor een coaching traject. “Tijdens het eerste gesprek bepalen wij samen aan welk doel je wilt werken en hoeveel sessies er waarschijnlijk nodig zijn. Je leert jezelf op een andere manier kennen, want het antwoord ligt echt in jezelf. Het enige wat je kan doen is dit vaker schudden. Wij gaan ook gebruikmaken van diverse vaardigheden, zoals mediteren.” De kosten zijn slechts 30 euro per sessie. “Ik hoor weleens dat iemand zegt dat ze aan mij meer hebben dan aan hun psycholoog of psychiater. Dat vind ik een groot compliment. Maar zij doen het zelf. Zij bewandelen het pad, ik geef alleen de richting aan.”

Loosduinenstraat 6
2729 CZ Zoetermeer
06 - 23 98 52 43
info@mindfulnessriseandshine.nl
www.mindfulnessriseandshine.nl

Door corona wandelen velen vaker dan voorheen. Zodoende krijgt Pascal Govaars van Schoenmakerij De Uitkomst met regelmaat de vraag of hij kapotte wandelschoenen kan repareren. Met zijn speciale pers kan hij dat zeker!

KAPOTTE WANDEL-SCHOENEN WEGGOOIEN?

Pascal Govaars

ZONDE! PASCAL MAAKT ZE ZO GOED ALS NIEUW

Kapotte wandelschoen.

Nieuwe dempings-laag en loopzool.

Wandelschoen zo goed als nieuw!

Bezitters van de bekende Dubarry laarzen, bergschoenen en wandelschoenen kennen het probleem inmiddels wel: de dempingslaag tussen de schoen en de loopzool gaat kapot. Die laag is gemaakt van PU-materiaal (PolyUrethaan) dat ervoor zorgt dat je zacht en comfortabel loopt. De dempingslaag vergaat echter na een tijdje, waardoor het onderwerk eronder uit valt. Het wordt dan een laag van rubberen zandkorrels, zodat vastlijmen aan de schoen niet meer mogelijk is. "Als de zool los is van de dempingslaag kun je zandkorrels niet aan de schoen lijmen. Dat is hetzelfde als je een A4'tje insmeert met lijm en dat op een zandbak legt. De bovenste laag zand blijft aan het papiertje plakken, maar dat papiertje nooit aan de zandbak", legt Pascal uit.

PERSEN MAAR

"Wij beschikken over de originele onderwerken én een ballonpers, waarmee we de onderkant terug kunnen zetten op de houten leest. In de pers wordt alles rondom vastgepersd. Dat kunnen we ook bij sneakers met een kuiponderwerk. Dubarry laarzen worden zelfs gestikt."

Waarom zou je ingelopen wandelschoenen weggooien als Pascal ze met de originele materialen kan repareren? Hij maakt de schoenen zo goed als nieuw, maar dan alvast ingelopen!

Samanthagang 66
2719 CK Zoetermeer
079 - 362 81 47
info@schoenmakerijdeuitkomstzoetermeer.nl
www.schoenmakerijdeuitkomstzoetermeer.nl

Meester Schoenmaker de Uitkomst schoenmakerij & sleutelservice

Pollen in de lucht! Vervelend als je last van hooikoorts hebt. Yvonne Schouten is al bijna 25 jaar gediplomeerd en gecertificeerd natuurgeneeskundig specialist. Met YouYou, heel jezelf (gecertificeerd door Stichting GezondZorg en BATC) helpt ze mensen zichzelf te helen van klachten als stress, vermoeidheid en angsten. Ze kan ook allergieën, hoofdpijn en migraine verminderen of volledig doen verdwijnen.

Yvonne Schouten (l)

VERVELEND HÈ DIE HOOIKOORTS? YVONNE VAN YOUYOU HEEFT DE OPLOSSING!

Heb jij ook zo'n last van hooikoorts? Yvonne, tevens gediplomeerd voedingsdeskundige, kan je hierbij helpen. "Ik spoor met behulp van spiertesten van de Touch for Health op voor welke producten jouw lichaam overgevoelig is. Ik test allerlei producten om erachter te komen waar iemand allergisch voor is. Ik heb 600 buisjes om te testen op welke producten het lichaam reageert. Vervolgens kan ik het lichaam weer in balans brengen met behulp van drukpunten uit de NAET-methode, zodat de allergie vermindert of zelfs verdwijnt. Het is wel belangrijk dat het preventief gebeurt, want als ik iemand in balans heb gebracht moet diegene 24 uur uit de buurt van pollen blijven. Dat gaat lastig als we midden in de pollentijd zitten. Nu zitten we nog ervoor, dus dit is het juiste moment! Ook kan ik mensen helpen bij bijvoorbeeld een tarwe-allergie of zonneblaasjes." Fijn om te weten: de consulten worden door diverse zorgverzekeraars vergoed!
Zit je ook wel eens met 'vage' klachten, waarmee je niet echt goed terecht kunt bij de reguliere gezondheidszorg? Breng dan even een bezoekje aan Yvonne. Haar manier van werken is gebaseerd op het feit dat geestelijk en lichamelijk welzijn nauw met elkaar samenhangen. Ze brengt de energiebanen in je lichaam in balans door de blokkades op te heffen, zodat het lichaam weer optimaal kan functioneren.

079 - 342 7309
info@youyouheeljezelf.nl
www.youyouheeljezelf.nl

YOU YOU Heel jezelf

Hippocrates, de grondlegger van de westerse geneeskunde, vermeldde al vier eeuwen voor Christus dat gezondheidsklachten kunnen ontstaan uit aandoeningen van de wervelkolom. Rond 1895 werd D.D. Palmer uit de Amerikaanse plaats Davenport bekend als de ontdekker van een krachtige nieuwe methode om mensen te genezen van allerlei kwalen zonder toepassing van medicijnen en/of operaties.

Pilar Sánchez Alba en Tom Uitslag

VOOR DE MEEST UITEENLOPENDE KLACHTEN BIEDT CHIROPRACTIE ZOETERMEER STRUCTURELE OPLOSSINGEN!

Eén van zijn patiënten was een minister die Grieks gestudeerd had. Hij voegde de Griekse woorden voor "hand": cheiros en "gedaan door": practos samen en zo ontstond het woord chiropractie: dat dus letterlijk vertaald "gedaan-door-de hand" betekent. Maar wat is de essentie van chiropractie nou eigenlijk?

"Chiropractie is een wetenschappelijk onderbouwde aanpak om verstoringen in het zenuwstelsel te verwijderen, zodat het lichaam beter functioneert. Het lichaam bezit een aangeboren intelligentie om zichzelf te genezen, maar door verstoringen in het zenuwstelsel verloopt dit proces minder goed," vertelt chiropractor Tom Uitslag van Chiropractie Zoetermeer, de praktijk die al 30 jaar dé plek is voor een gezonder leven. Na een universitaire studie bewegingswetenschappen in Amsterdam vertrok hij samen met zijn partner Pilar Sánchez naar South Wales voor een 5-jarige voltijd studie tot chiropractor op universitair niveau. Zij heeft zich inmiddels gespecialiseerd in chiropractie voor kinderen. Naast Tom en Pilar is ook chiropractor Charlotte Cailliau werkzaam in de praktijk. "Veel mensen associëren chiropractie met rug-, schouder-, nek- en hoofdpijnklachten. Dat zijn natuurlijk ook veel voorkomende klachten, maar ook bij andere klachten kunnen we een rol van betekenis spelen."

FOCUS OP HERSTEL

"We zien in onze praktijk mensen uit alle leeftijdscategorieën met de meest uiteenlopende klachten zoals huilbaby's met buikkrampjes en/of een voorkeurshouding, kinderen met gedrag- en/of concentratieproblemen, kinderen met chronische oorontstekingen, bedplassers, vrouwen met lage rugpijn tijdens de zwangerschap, volwassenen die beter willen slapen, sporters met blessures of die beter willen presteren tot en met ouderen die vitaal willen blijven. Daarnaast komen ook migraine, aangezichtspijn, tintelingen in de armen en benen, gewrichtspijn en vage klachten als duizeligheid en vermoeidheid veel voor. De intake start met een vraaggesprek over de klachten en gezondheidsdoelen.

Met een specifiek behandelplan waarbij de focus op een beter functionerend zenuwstelsel en dus lichaam ligt, is de weg naar herstel gestart."

MISVERSTAND OVER KRAKEN

"Wij zijn gespecialiseerd in verschillende behandeltechnieken. Over het "kraken" bestaan helaas veel misverstanden. Je kunt tijdens de behandeling één of meerdere knakjes horen die ontstaan door verandering van druk in de gewrichten. Vervolgens kan er een gasbelletje knappen. "Kraken" is dus eigenlijk een bijeffect van het corrigeren en is volkomen ongevaarlijk. Uiteraard kunnen we behandeltechnieken zonder kraken toepassen. Als je nog geen lichamelijke klachten hebt, ben je hier ook welkom. Een kwestie van welzijn. Tevens zijn we lid van de beroepsverenigingen DFC en SNRC. Een garantie voor kwaliteit die veelal vergoed wordt vanuit het aanvullende pakket."

Houd de Facebook pagina in de gaten voor speciale inloopdagen en/of evenementen.

Broekwegkade 199
2725 HH Zoetermeer
079 - 342 05 06
info@chiropractiezoetermeer.nl
www.chiropractiezoetermeer.nl

Chiropractie Zoetermeer
079 - 342 05 06

"Hoe gaat het met jou? Druk, druk, druk! Een herkenbaar antwoord op een simpele vraag. Je leven wordt beheerst door je agenda. Je energie verdwijnt langzaam uit je lichaam en je lontje wordt steeds korter. Tijd voor geluksmoment! In Thailand, het land van de glimlach, introduceerden Boeddhistische monniken 2.500 jaar geleden de Thaise massage. Het is net als acupunctuur een methode om de balans tussen lichaam en geest te herstellen. Gelukkig hoef je niet helemaal naar Thailand om je energiebanen weer een boost te geven," vertelt Noy van Well-Chaisri van Sunantha Beauty & Wellness.

WANNEER CREËER JIJ EEN GELUKSMOMENT VOOR JEZELF?

Oorspronkelijk komt Noy uit een dorpje dat vlakbij bij de hoofdstad Bangkok ligt. Je kunt dus gerust stellen dat de passie voor de eeuwenoude Thaise medische en spirituele traditie in haar bloed zit. In 1980 kwam zij naar Nederland en vond zij de liefde van haar leven in Zoetermeer. Jarenlang werkte zij met veel voldoening in het verzorgingstehuis Seghwaert. In 1995 gooide zij echter het roer om en volgde zij bij het College de Paris in Den Haag de opleiding schoonheids-specialiste. Vervolgens verdiepte zij zich in diverse Thaise, Hawaïaanse en westerse massages. Sinds 2017 creëert gediplomeerd schoonheidsspecialiste Noy heerlijke geluksmomenten in haar gloednieuwe, oosters ingerichte schoonheidssalon.

TOE AAN COMPLETE ONTSPANNING?

"De Thaise massage zorgt voor complete ontspanning en verlicht fysieke en geestelijke spanning. Pijnklachten als nek-, rug- en hoofdpijn kunnen na enkele sessies als sneeuw voor de zon verdwijnen. Er zijn zelfs speciale technieken om vrouwen van buik- en menstruatiepijnen af te helpen. Kortom, de Thaise massage resulteert in een optimale bloedcirculatie en vertraagt ook het verouderingsproces. Eigenlijk is het een mix van normale massage, acupressuur, yogatechnieken en stretchen. Na de massage voel je je als herboren en bruis je weer van de energie. Veel mensen beginnen met een Thaise voetmassage als kennismaking. Naast de oosterse massages beheers ik ook diverse westerse massages zoals de zwangerschapsmassage en de Hotstone massage. Voor iedere klacht bestaat er een specifieke massagetechniek."

GEZICHT- EN LICHAAMSBEHANDELINGEN

"Echte schoonheid komt van binnen, maar je uiterlijk is natuurlijk wel de eerste indruk. Een goed verzorgd uiterlijk is immers jouw visitekaartje. Als schoonheidsspecialiste verzorg ik diverse gezicht- en lichaamsbehandelingen. Een standaard gezichtsbehandeling bestaat uit reiniging en peeling. Na de huidanalyse verwijder ik onzuiverheden zoals mee-eters en epileer ik de wenkbrauwen. Vervolgens breng ik een masker aan na een ontspannende gezichtsmassage. Een huidverzorgende crème is de finishing touch. Last van rimpels, kraaienpootjes of littekens? Dan is een bindweefsel massagekuur dé oplossing. Tot slot kun je ook voor pedicure, manicure en harsen bij mij terecht. Wanneer kies jij een geluksmoment voor jezelf?" besluit Noy.

ZOMERACTIE VAN 5% KORTING

Tegen inlevering van deze bon ontvang je 5% KORTING op alle beauty- en wellness behandelingen van Sunanthawellness in 2021

Boekweitakker 21
2723 VW Zoetermeer
079 - 346 02 06
06 - 402 76 210
noy@sunanthawellness.nl
www.sunanthawellness.nl

In de wondere wereld van de hoortoestellen staat de techniek niet stil. Het baanbrekende hoortoestel Oticon More bewijst dat. MAX Hoortechniek in Zoetermeer is een van de eersten in Nederland die dit hoortoestel in huis heeft en is daar terecht trots op. Zoals met al je zintuigen vindt de beleving ervan plaats in de hersenen. Bijvoorbeeld, kijken doe je met je ogen, maar je ziet met je hersenen en zo ook...

...LUISTEREN DOE MET JE OREN, MAAR HOREN DOE JE MET JE HERSENEN.

In ons dagelijks leven blaast de wind door de straten, klinken er voetstappen, horen we spelende kinderen en op de achtergrond klinkt soms een sirene, maar bij het gebruik van een standaard hoortoestel is die ruimtelijke beleving en zijn die omgevingsgeluiden niet zoals normaal. Het gewone hoortoestel richt zich uitsluitend op spraak die van voren komt. Dat maakt de luisterwereld kleiner. Echter met de Oticon More ontstaat er een 360° geluidsbeeld; wat de multifocale bril voor de ogen is, is de Oticon More voor de luisterbeleving. Om de volledige geluidsscène op natuurlijke wijze te kunnen verstaan hebben de hersenen meer nodig dan alleen het geluid van voren. De oren vangen de geluiden op, zodat de hersenen ze kunnen identificeren, lokaliseren en bepalen naar welke geluiden je luistert. Dat kan alleen als je ook daadwerkelijk het volledige ruimtelijke geluidspectrum ervaart.

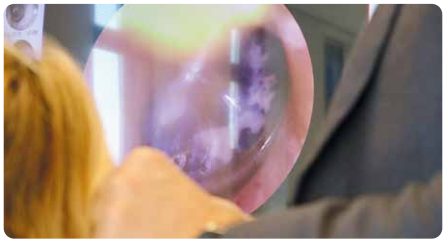
Hoe heeft Oticon dat bereikt? Door heel de wereld over te reizen met een 360° microfoon, werd de omgeving gescand en zijn er 12 miljoen verschillende akoestische situaties in kaart gebracht. De More herkent die geluiden in fracties van milliseconden. Al deze gegevens zijn verwerkt in een intelligente microchip in dit baanbrekende hoortoestel. Dit zogeheten Deep Neural Network (DNN) bootst de hersenen na en herkent geluiden tot in de kleinste details. Hierdoor weet het precies hoe geluiden moeten klinken in jouw hoofd.

JE HAALT MEER UIT ELKE LUISTERPOSITIE

"In welke ruimte je bent, hoeveel mensen er zijn en welke omgevingsgeluiden er zijn. Daar speelt het apparaat allemaal op in", vertelt audicien Gordon Piper van MAX Hoortechniek.

"Je haalt meer uit elke luisterpositie. Nog niet eerder was er zo'n goed verstaan van spraak in complexe situaties. Slechthorenden gaan hun omgeving veel beter verstaan en ervaren een veel mooiere geluidskwaliteit." Dat is niet slechts een fysieke verbetering, het sociale leven gaat er daarmee ook vooruit.

Uit recent onderzoek bij Nederlandse 50-plussers, zowel hoortoesteldragers als niet-hoortoesteldragers, blijkt juist dat geluidskwaliteit, een-op-eengesprekken, groepsgesprekken, toegang tot alle geluiden en minder luisterinspanning de belangrijkste kenmerken zijn bij de keuze voor een hoortoestel. Deze audiologische kenmerken zijn vanzelfsprekendheid voor hoortoesteldragers. De nieuwe Oticon More daarentegen is het eerste hoortoestel ter wereld dat is ontworpen om de hersenen volledig toegang te bieden tot alle relevante geluiden. Het toestel maakt geluiden tot 60 procent helderder en daardoor kun je geluiden om je heen veel gemakkelijker horen. Een echte ruimtelijke hoorbeleving.



De Oticon More is te verbinden met iPhone, iPad en Android-apparaten. Er kan draadloos muziek beluisterd worden of handsfree bellen en het geluid van de televisie op het gehoorapparaat ontvangen. Met de speciale app kun je alle geluiden zo afstellen zoals jij dat wil. De oplaadbare batterij gaat niet snel op. Na een oplaadtijd van drie uur gaat de Oticon More de rest van de dag en avond mee!

Willem Dreeslaan 436B
2729 NK Zoetermeer
06 - 270 535 90
info@maxhoortechniek.nl
www.maxhoortechniek.nl

MAX HOORTECHNIEK

Kinderen in armoede, kunnen we het er eens samen over hebben? Dat is de vraag die voorzitter Marleen Teunissen van Stichting Leergeld Zoetermeer stelt aan het Zoetermeerse bedrijfsleven.

Marleen Teunissen

‘ALLEEN SAMEN KUNNEN WE KINDEREN GELIJKE KANSEN OP EEN GOEDE TOEKOMST BIEDEN’

Voor duizenden Zoetermeerse kinderen zijn schoolspullen als een laptop, fiets of sportkleding geen vanzelfsprekendheid. Zij leven namelijk in gezinnen waar armoede heerst. “Daarmee lopen zij ook het risico om sociaal buitengesloten te worden”, zegt Marleen. “Ook deze kinderen moeten zich kunnen ontwikkelen en dezelfde kansen krijgen als hun leeftijdsgenootjes.”

MEEDOEN

Stichting Leergeld bevordert dat kinderen tussen de 4 en 17 jaar volwaardig mee kunnen doen op school door hen bovengenoemde voorzieningen te bieden. Dat doet de stichting in 13 gemeenten. “Afgelopen jaar zorgde corona voor een enorme toename in aanvragen. We hebben toen 12.239 kinderen geholpen in Zuid-Holland en in Zoetermeer 2799 kinderen. Dat lijkt een groot aantal, maar toch bereiken we pas 70 procent van de doelgroep. Met name bij werkende ouders met een laag inkomen of hoge schulden kunnen we nog iets betekenen voor de kinderen.”

SAMEN DOEN

Stichting Leergeld doet een beroep op het Zoetermeerse bedrijfsleven. “De gemeentelijke bezuinigingen dwingen ons tot verdergaande samenwerkingen en inventiviteit. Het helpt om vanuit ondernemerszin met ons mee te denken over duurzame oplossingen. Daarnaast benutten we graag hulp om onze doelgroep goed te bereiken, dus ken jij of ben jij zelf iemand die hulp voor de kinderen nodig heeft? En misschien ben je bereid ons te steunen met spullen voor de kinderen of een financieel sponsorship? Alleen samen kunnen we kinderen gelijke kansen op een goede toekomst bieden.”

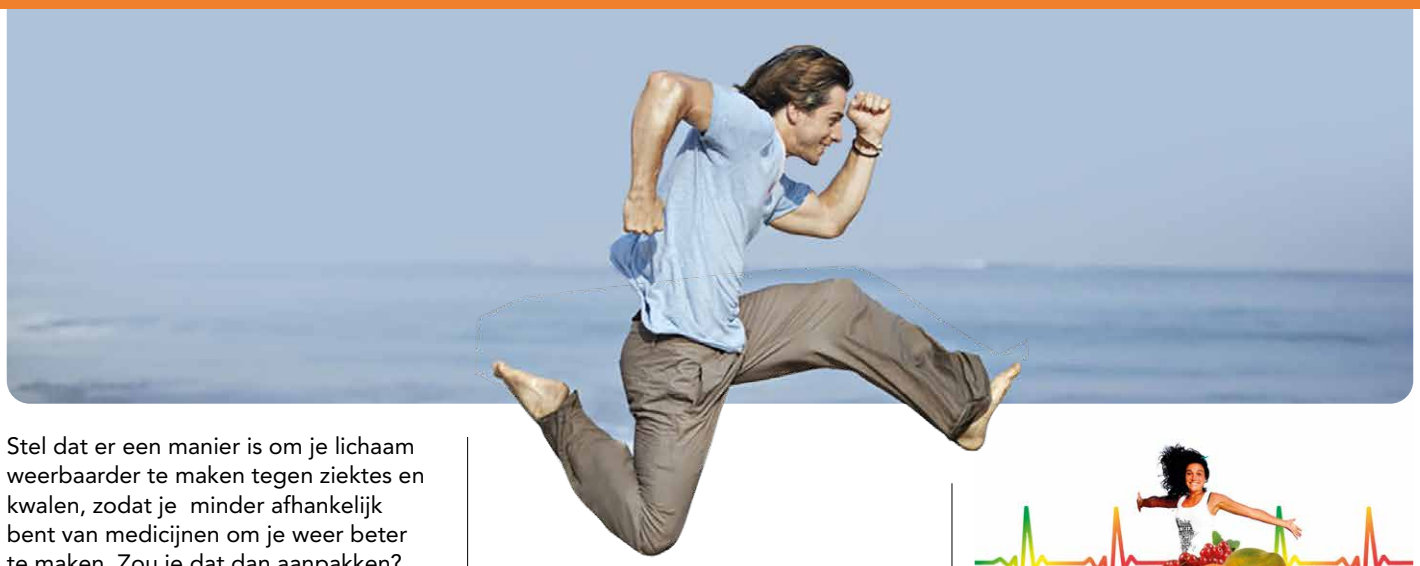
079 - 316 23 84
info@elkkinddoetmee.nl
www.elkkinddoetmee.nl

Leergeld

Stel: Je weet dat je over vijf jaar ziek wordt, ben je dan bereid om er nu wat aan te doen? Een plan maken om iets te krijgen wat je graag wil hebben, dat kunnen we prima. Zet nu wat geld opzij, koop minder kleding en ga korter op vakantie zodat je over zes maanden een nieuwe auto kunt kopen. Waarschijnlijk ben je daarvoor bereid om jezelf allerlei dingen te ontzeggen. Maar zijn we ook in staat om dit toe te passen op onze gezondheid?

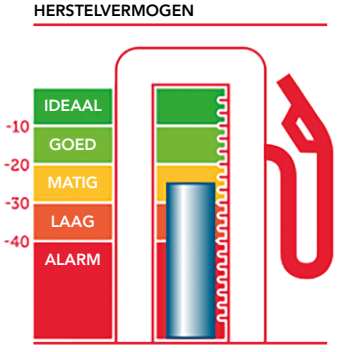
Martin Winkel en Marleen van Schaik.

IEDEREEN WIL OUD WORDEN, MAAR NIEMAND WIL OUD ZIJN



Stel dat er een manier is om je lichaam weerbaarder te maken tegen ziektes en kwalen, zodat je minder afhankelijk bent van medicijnen om je weer beter te maken. Zou je dat dan aanpakken? Wat zou je ervoor over hebben? Niet verkouden raken als mensen om je heen dat wel zijn. Minder kilo's aankomen dan je vrienden. Positief in het leven staan, 's ochtends uitgerust wakker worden. Klinkt goed, toch?

Ons lichaam is eigenlijk een gigantische chemische fabriek die bestaat uit zo'n 75 biljoen cellen. In elke cel vinden duizenden processen per seconde plaats. Maar die processen kunnen alleen plaatsvinden als de juiste voedingsstoffen aanwezig zijn. Zie die voedingsstoffen als de brandstof voor deze processen, zoals de benzine voor je nieuwe auto. Als die voedingsstoffen er niet zijn, gaat het lichaam allerlei omwegen bedenken om toch de homeostase te bewaren (het in evenwicht houden van lichamelijke processen). Ons lichaam kan jaren lang reserves gebruiken zodat wij ons goed blijven voelen totdat er een moment komt waarop de rek eruit is en er ziekte ontstaat.



Is het dan te laat? Vaak niet, alleen moeten we dan wel een plan maken voor de toekomst. We zullen het een en ander moeten veranderen om in de toekomst nog van gezondheid te kunnen genieten. Vaak zijn het patronen die we aangeleerd hebben en soms heb je het in je genen meegekregen. Maar ben je bereid om te veranderen en je gezondheid voorop te zetten?

Laten we eerlijk zijn, **iedereen wil oud worden maar niemand wil oud zijn**. Naarmate we ouder worden, gaat ons lichaam anders reageren en als we daar niets mee doen, ontstaan er gebreken. We zien ze steeds vaker, de actieve tachtigers, die goed voor zichzelf zorgen maar ook de uitgebluste

dertigers die aan het begin van hun carrière op omvallen staan. Je staat zelf aan de lat.

Preventief werken aan gezondheid, dat is wat PentaPro met name doet (vanuit een orthomoleculaire achtergrond); door middel van metingen laten zien hoe je lichaam reageert op stress en of je cellen genoeg voedingsstoffen hebben zodat de kans op ziekten afneemt. Als je weet wat je prestatie en herstelvermogen is, maken we een plan voor je en kun je gericht actie ondernemen om het te verbeteren.

We nodigen je graag uit voor een vrijblijvende kennismaking door te mailen naar info@pentapro.nl

Absrechtstraat 63
2729 AW Zoetermeer
079 - 341 75 68
info@PentaPro.nl
www.PentaPro.nl

PentaPro
voor optimaal presteren

“Ik zie mensen regelmatig worstelen met de vraag hoe hun partner of ouder hun afscheid zou hebben gewild. Tijdens het leven hebben ze veel met elkaar besproken, alleen over de uitvaart is amper een woord gerept.” Een gemiste kans vindt Karen Paternotte van Paternotte Uitvaartzorg. Immers, door heel eenvoudig een wilsbeschikking in te vullen ben je de regisseur van je eigen afscheid. “En daarmee laat je je dierbaren niet met lastige vragen achter.”

Karen Paternotte

‘MET EEN WILSBESCHIKKING BEN JE DE REGISSEUR VAN JE EIGEN AFSCHEID’

Toegegeven, we denken liever niet aan de dood en praten er nog minder graag over. Toch is het verstandig om eens over je eigen uitvaart na te denken. “Met een wilsbeschikking leg je je wensen exact vast en creëer je vooral rust en tijd voor de nabestaanden om te rouwen”, vertelt Karen. “Want niets is voor hen vervelender dan als de periode tussen overlijden en de uitvaartplechtigheid overschaduwd wordt door de vraag ‘wat zou hij of zij hebben gewild?’”
In de wilsbeschikking kun je de meest essentiële gegevens voor de nabestaanden op een rijtje zetten. Waar wil je begraven of gecremeerd worden? Kies je een massief houten kist of ga je voor een ecologisch verantwoord alternatief zoals riet, wilgentenen of bamboe? Hoe moet de samenkomst eruit zien, en waar wordt die gehouden? Koffie met cake of een borrel met heerlijke hapjes? Welke muziek moet er klinken en wie moeten er gaan spreken? Naast alle persoonlijke wensen is er ook ruimte voor het noteren van zakelijke gegevens en wachtwoorden van bijvoorbeeld banken, telefoon en social media.
Als uitvaartverzorger weet Karen dat een waardig afscheid de pijn verzacht en helpt bij de verwerking van het verlies. “En zeker als het afscheid door de overledene min of meer zelf is geregisseerd.”

GRATIS

Een wilsbeschikking is bij Paternotte Uitvaartzorg gratis op te vragen. “En je kan de wilsbeschikking zo vaak aanpassen als je wilt”, aldus Karen Paternotte.

079 - 303 22 03
info@paternotteuitvaart.nl
www.paternotteuitvaart.nl

Vrijwel alles om ons heen wordt steeds digitaler, zo ook de wereld van gebitsprotheses. Tandprothetische Praktijk Stoop is al meer dan 30 jaar gevestigd in Zoetermeer. Hans zit al vele jaren in het vak en door de innovatieve technieken en het volgen van vakgerichte opleidingen blijft hij volledig up-to-date met de laatste ontwikkelingen. Tevens is hij één dag per week docent techniek bij de opleiding tandprotheticus op de Hogeschool van Utrecht.

Raymond Stoop

3D printer

Hans Stoop

‘IK PROBEER EEN GEBIT TE MAKEN, GEEN KUNSTGEBIT’

Hans maakt, samen met zijn team, volledige gebitsprotheses, zonder verwijzing van een tandarts. Een volledige gebitsprothese van Hans is door het toepassen van de nieuwste technieken niet van een echt gebit te onderscheiden. “Wij kunnen tegenwoordig zelfs protheses en tanden printen”, zegt Hans en laat enkele voorbeelden zien. “Met een afdruklepel maken we een afdruk van de mond. Aan die afdruk kunnen wij zien wat nodig is om een kunstgebit te maken die perfect past. Op de computer ontwerpen wij de afdruklepel en beetplaat precies in de vorm van de kaak en printen deze vervolgens. Als het helemaal klopt, maken we vanuit de mal een kunststof gebit, maar zelfs die kunnen al geprint worden bij ons.” Ook voor reparaties en rebasingen kun je bij de praktijk terecht!

STERKER, LICHTER, BETER

Hans: “Steeds meer mensen kiezen voor een implantaatprothese die vastgeklikt wordt op kunstwortels. Er moet dan wel voldoende kaakbeen aanwezig zijn. Dit doen wij in samenwerking met de tandarts. Tegenwoordig worden er bijna geen porseleinen tanden meer gebruikt. De kunststof tanden en kiezen zijn nu van betere kwaliteit, mooier, sterker en natuurlijker, daarom kunnen wij nu een gebit maken en geen kunstgebit.”

Rokkeveenseweg 32A
2712 XZ Zoetermeer
079 - 361 45 76
tppstoop@xs4all.nl
www.stooptandprotheticus.nl

Gewoon gelukkig zijn, lijkt voor veel mensen de normaalste zaak van de wereld. Toch lopen anderen steeds tegen dezelfde blokkades aan. Voel jij je bijvoorbeeld machteloos in stressvolle situaties? Wil je wel, maar lukt het je maar niet om anders te reageren? Word je snel angstig, boos of verdrietig? Grenzen stellen is lastig, omdat je niet afgewezen wil worden. Uiteindelijk loop je op je tandvlees, zit je niet lekker in je vel en/of ligt er een burn-out op de loer. Je dagelijkse leven is in een neerwaartse spiraal gekomen en het lukt je maar niet om die te doorbreken.

Dolf van Craanenburgh

BEN JIJ OP ZOEK NAAR MÉÉR VRIJHEID, VERBINDING, VEERKRACHT EN VOLDOENING?

Het overkwam Dolf van Craanenburgh die zijn burn-out uiteindelijk overwon dankzij Emotieve Therapie. Met Emotieve Life Coaching wijst hij mensen de weg naar een authentiek en gelukkig leven! "Tijdens mijn burn-out leefde ik als een schaduw van mezelf. Ik kon gewoon de kern van mijn problematiek niet oplossen en zat dan ook constant in de survival-modus," vertelt Dolf. "Emotieve Therapie bracht mij bij de oorzaken van mijn burn-out, waarna ik de negatieve vicieuze cirkel kon doorbreken. Zo waren onbegrensde prestatiedrang en perfectionisme voor mij de grote boosdoeners. Eigenlijk waren dat compensaties voor "mezelf niet goed genoeg voelen". Natuurlijk werken dat soort blokkades ook door in persoonlijke relaties die uiteindelijk knappen, omdat de perfecte versie van jezelf nu eenmaal niet bestaat."

WERELDWIJD UNIEKE AANPAK

"Als emotieve life coach begeleid ik dus mensen therapeutisch, in een helend proces dat Emotieve Life Coaching heet. Het is een compleet traject waarin talentontwikkeling, traumaverwerking en het opbouwen van een constructieve mindset elkaar aanvullen en versterken. Emotief is een samentrekking van emotie en motief en staat voor "de zich steeds herhalende beweging" en die het gevolg is van onverwerkte ervaringen. Wereldwijd is Emotieve Life Coaching zelfs uniek. Het is een logische, concrete 7-stappen-strategie om jezelf en je leven zo efficiënt en effectief mogelijk in evenwicht te brengen. Zo krijg je uiteindelijk zélf de regie over de mate van vrijheid, verbinding, veerkracht en voldoening in jouw leven!"

ONLINE LEZING BIJWONEN?

"Wil je vrijblijvend kennismaken met Emotieve Life Coaching? Dan kun je je kosteloos aanmelden voor mijn online lezing, waarin ik bepaalde thema's behandel, die om de twee weken op maandagavond van 19.30 - 21.30 uur plaatsvindt. Mijn lezingen gaan over (het oplossen van) verbindingsproblematiek, zoals uit verbinding met jezelf zijn, het niet kunnen krijgen en/of behouden van een partner of in pijnlijke relaties blijven zitten. Zo laat ik mensen met de visie en werkwijze van Emotieve Life Coaching kennismaken. Uiteraard kun je tijdens de lezing direct reageren en vragen stellen. Als je vervolgens een probleem zou willen aanpakken, bied ik je ook een oplossing aan. De dag erna ontvang je een opname van de lezing, zodat je delen kunt terugkijken voor een betere verwerking. Nieuwsgierig? Op Facebook en Instagram vind je informatie over de komende lezing. Wanneer kies jij voor weer jezelf en een gelukkig leven?"

DOLF VAN CRAANENBURGH
EMOTIEVE LIFE COACHING

Bredewater 16, 2715 CA Zoetermeer
06 - 150 77 821
dolf@emotievetherapie.pro
www.emotievetherapie.pro
emotievelifecoaching
emotievelifecoaching

Nu boodschappen doen niet meer zo vanzelfsprekend is bezorgt Wytze, samen met zijn vaste bezorgers, op een veilige manier en in overleg met u de koelverse maaltijden van Eten met gemak. Bezorgen tot aan de voordeur of indien nodig gewoon tot in de koelkast, vertelt Wytze. Dit alles natuurlijk volgens de regels van het RIVM.

Het team bezorgers van Eten met Gemak.

JUIST NU WAARDEREN STEEDS MEER MENSEN DE VERSE, GEZONDE ÉN LEKKERE MAALTIJDEN VAN ETEN MET GEMAK!

UITGEBREID AANBOD VOOR EEN BREED PUBLIEK

Het assortiment van Eten met gemak bestaat uit een divers aanbod met meer dan 35 verse- en verschillende maaltijden per week. De weekmenu's worden elke week ververst waardoor je eenvoudig voor een langere periode een gevarieerd weekmenu kunt samenstellen. De maaltijden van Eten met gemak zijn allang niet meer alleen voor ouderen. Het huidige assortiment sluit goed aan bij de wensen van studenten, alleenstaanden, eigenlijk iedereen die van lekker eten en gemak houdt.

MAKKELIJK BESTELLEN

Iedere week kan men online, via een persoonlijke digitale bestellijst, een keuze maken uit voor-, hoofd- en nagerechten, welke per seizoen veranderen. Voor de mensen die niet zo handig zijn met de computer is er vanzelfsprekend nog de papieren menulijst die indien nodig samen met de vaste bezorger

BEZORGEN TOT IN UW KOELKAST!

ingevuld kan worden. Ook dieet-, vegetarische- en multiculturele maaltijden worden dagelijks vers bereid. De maaltijden kunnen worden samengesteld uit losse componenten waardoor er nog meer combinaties van gerechten en smaken mogelijk zijn. Naast deze uitgebreide keuze is het zelfs mogelijk om te kiezen voor een aangepaste consistentie. Denk aan alleen gemalen of gesneden

vlees bij de maaltijd. Dit laatste draagt bij aan de verbetering van de zelfredzaamheid van mensen met een eenzijdige verlamming. Alleen opwarmen en lekker eten met alleen een vorkje.

Wytze Sloot

WEKELIJKS IN ZOETERMEER EN OMGEVING

Wekelijks op maandag of donderdag bezorgt uw vaste bezorger de maaltijden. Inmiddels worden de diensten van Wytze zelfs aangeraden door huisartsen en diëtisten uit de eerstelijnszorg. De maaltijden zijn minimaal zeven dagen houdbaar in de koelkast.

UITPROBEREN?

Eten met gemak heeft de proefbox voor € 15.-. De box bevat 3 hoofdmaaltijden. We helpen u graag deze naar eigen wens samen te stellen. Liever een box, uitgebreid met drie voor- en nagerechten? Deze kost € 18.-. O ja, Eten met gemak heeft geen minimale afname* en geen abonnement, lekker en gemakkelijk.

079 - 820 03 99
wytze@etenmetgemak.nl
www.etenmetgemak.nl/wytze

Lekker eten met gemak!

* *bij minder dan vier maaltijden per week wordt € 2,99 bezorgkosten in rekening gebracht.*

Ook een pagina in het magazine of de krant Mijn Zaak Zoetermeer? Neem dan contact op met Koren Marketing Communicatie, Dick Koren **T** 06 - 537 932 27 • **E** info@mijnzaakzoetermeer.nl • MijnZaakZoetermeer
Fotografie: Odynsocialmedia.com Tekst: Adrie Urgert, Silvester van der Hansz, Angela Puggioni • Oplage 20.000 ex. • 8e jaargang • 2021
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm, of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever. De uitgever sluit ieder aansprakelijkheid van schade als gevolg van druk- en zetfouten uit.

"Als je haar maar goed zit", dan kun je de hele wereld aan. Ons haar is misschien nog meer dan onze kleding een directe weerspiegeling van onze identiteit. Maar wat nu als je last hebt van haarverlies door chemotherapie, frontale alopecia of een andere haaraandoening?

Esmeralda, Janinne, Sander en Petra

WANNEER KIES JIJ NA HAARVERLIES VOOR EEN VOLLE BOS HAAR DIE NIET VAN ECHT TE ONDERSCHEIDEN IS?

"Haarverlies heeft niet alleen een enorme impact op het uiterlijk, maar ook op het zelfvertrouwen," vertelt Sander van Tongeren. "Gelukkig hebben wij voor ieder haarverliesprobleem een oplossing. Veel klanten hebben dan ook spijt dat ze niet eerder gekomen zijn."
"Al ruim 55 jaar hebben we ervaring met haarwerken voor vrouwen én mannen. Dat is heel bijzonder, want er bestaat geen specifieke haarwerkopleiding. Het duurt dan ook minimaal zes jaar, voordat iemand volledig zelfstandig aan de slag kan. We hebben dus alle expertise in huis voor het aanbieden, plaatsen en verzorgen van haarwerken," vervolgt Sander die de derde generatie van het familiebedrijf vertegenwoordigt. "Kennis, ervaring én goed luisteren naar de wensen van de klant zijn essentieel. De zoektocht naar het ideale haarwerk is een individueel en emotioneel proces. Daar nemen we uitgebreid de tijd voor.

Is er nog activiteit in de haarfollikel en kun je nog iets aan het haarverlies doen? Na het eerste kosteloze gesprek inclusief een hoofd- en haaranalyse zit je nergens aan vast. We informeren je over de verschillende haarsoorten, de systemen en de kosten: van Europees en Aziatisch echt haar tot synthetisch haar. Welk haarwerk past het best bij jouw persoonlijkheid en levenswijze?"

WELK HAARWERK PAST BIJ JOU?

"Zowel mannen als vrouwen ervaren haarverlies en/of het dunner worden van de haarbos als een klein drama. Sommigen worden er zelfs zielsongelukkig van. Dat is echt niet nodig. Verder bestaan er over haarwerken hardnekkige misverstanden. Zo is het beeld van afwaaiende pruik een associatie die we graag uit de wereld willen helpen. Het is soms een drempel waar mensen overheen moeten. Bij ons ontdekken ze vervolgens diverse opties. Ieder haarwerk op maat is namelijk uniek. Wil je alleen een minimale aanvulling op de kalende kruin of is een volledig haarwerk de beste oplossing? Wil je een permanent systeem waarmee je kunt slapen, sporten, douchen, fietsen of juist niet? Onze kracht? Het juiste haarwerk

moet bij je persoonlijkheid passen en mag niet van echt te onderscheiden zijn. Als je het haarwerk ziet dan is het niet goed."

PUUR NATUUR, SYNTHETISCH OF EEN COMBINATIE?

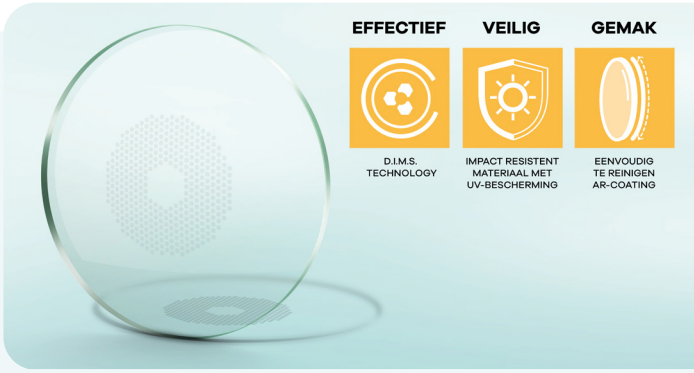
"Veel klanten kiezen voor de hoogste kwaliteit Europees echt, natuurlijk haar dat optimaal draagcomfort garandeert. Het is puur natuur. Het beweegt, mag nat worden en past het best bij jouw persoonlijkheid. Uiteraard zijn er ook andere oplossingen zoals Aziatisch echt haar, synthetische confectie haarwerken of een combinatie van haarsoorten die je ook kunt stylen en föhnen. Je moet dus goed nadenken over wat je precies wilt. Maatwerk gaat dus veel verder dan het aanmeten van een standaard haarwerk. Verder brengen we ook haarextensions aan waarmee we meer lengte en volume creëren. Tot slot hebben we als groothandel voor kappers én particulieren professionele kappersbenodigdheden, en verzorgingsproducten in huis. Wanneer kies jij voor verzorgd haar en een beter gevoel?"

Dijkmanschans 198
2728 GK Zoetermeer
(wijk 28 Noordhove)
079 - 331 29 93
zoetermeer@haarhuisvantongeren.nl
www.haarhuisvantongeren.nl

HAARHUIS VAN TONGEREN

MiYOSMART: de slimme behandeling van toenemende bijziendheid bij kinderen

Hoe eerder bijziendheid ontstaat, hoe groter het risico op hoge bijziendheid op latere leeftijd. Wanneer de bijziendheid van je kind vroegtijdig wordt vastgesteld, kan niet alleen het gezichtsvermogen worden gecorrigeerd, maar kan ook de toename van bijziendheid worden afgeremd. Wetenschappelijk onderzoek onderschrijft dat de toename van bijziendheid kan worden afgeremd met speciale MiYOSMART brillenglazen.* Het is een kindvriendelijke, veilige en gemakkelijke behandeling, omdat deze vergelijkbaar is met het dragen van gewone brillenglazen.



Vraag ons naar de mogelijkheden

* Lam CSY, Tang WC, Tse DY, Lee RPK, Chun RKM, Hasegawa K, Qi H, Hatanaka T, To CH. Defocus Incorporated Multiple Segments (DIMS) spectacle lenses slow myopia progression: a 2-year randomised clinical trial. British Journal of Ophthalmology. Published Online First: 29 May 2019. doi: 10.1136/halmol-2018-313739.

Optique René

BRILLEN · CONTACTLENZEN · OPTOMETRIE

KIJK GOED! nuvo KEURMERK 2016 ERKEND OPTIEKBEDRIJF

Dorpsstraat 93, Zoetermeer • T 079 316 45 75 • www.optiquerene.nl

INDOFOODS

TRADITIONEEL INDONESISCHE AFHAALRESTAURANT • BEZORGING • CATERING • INDODRIVE

BESTEL ONLINE

CONTACTLOOS BETALEN · iDEAL · INDODRIVE

DI T/M ZO
14.00 - 20.00 UUR

ZEG KEN JIJ DE INDOPAN

STEL UW EIGEN RIJSTTAFEL SAMEN
IDEAAL VOOR KLEINE GEZELSCHAPPEN

***** INDOPAN *****
BASIS MET 3 GERECHTEN & PIKANT EI
V.A. € 10,00 PP
EXCLUSIEF BORG € 25,00 & BEZORGKOSTEN V.A. € 1,50

***** IN EEN WARMHOUDPAN AFGELEVERD VANAF 4 PERSONEN *****

MOEDERDAGMENU

Pangsit Goreng

MOMMY LOVES INDOFOODS MENU
Spekkoek & Spekkoekijs

€ 22,50 P.P.

Bir Bintang € 2,50 en Cava € 3,00 p. st.
Minimaal 2 personen · warm of koelvers

KIJK VOOR ONZE RIJSTTAFELS (v.a. € 15,50 p.p.) OP WWW.INDOFOODS.NL/MENU

BESTEL NU ONLINE VIA BESTELLEN.INDOFOODS.NL

Indofoods • Wattstraat 48a • 2723 RC Zoetermeer • 079 - 200 20 70 • www.indofoods.nl • info@indofoods.nl

"Sinds Covid-19 is er aanzienlijk meer vraag naar testamenten en vooral levenstestamenten," vertelt algemeen directeur Camillus Overmeire van JUST Notarissen. "De cijfers liegen er niet om. In 2020 was er een oversterfte van 15.000 en door corona ontstaat er veel meer besef over de kwetsbaarheid van het leven. Er zijn mensen opgenomen die na besmetting binnen drie dagen overleden. Dan word je wel even met je neus op de feiten gedrukt."

ANGST IS EEN GOEDE RAADGEVER ALS JE DENKT AAN EEN LEVENSTESTAMENT!

Maar wat is nu het verschil tussen een testament en een levenstestament? "In een testament leg je vast hoe de zaken na je dood geregeld moeten worden zoals het verdelen van de boedel en/of het vermogen. Verder kunnen er aanwijzingen staan over de voogdij van de kinderen en uitvaartwensen. Een levenstestament is er juist voor als je er nog wel bent, maar niet meer in staat bent om voor je eigen belangen op te komen. Wie neemt dan de regie over? Uit onderzoek blijkt dat het merendeel van de mensen die een levenstestament laat opmaken ouder dan 60 jaar is. Ruim 95 % van deze groep kiest voor een levenstestament, omdat ze vrezen voor Alzheimer, Parkinson, hersenletsel of een ongeluk. Als gevolg van corona kun je bijvoorbeeld in coma raken. Na verloop van tijd worden mensen wilsonbekwaam. Wie maakt dan je medische wensen kenbaar aan de behandelend arts?"

DAT OVERKOMT ONS NIET!

"Door corona hebben mensen meer tijd om na te denken over mogelijke gevolgen van een ziekte, maar ze worden pas echt wakker als er iemand in hun directe omgeving getroffen is. Al blijft er altijd een groep mensen de kop in het zand steken. We horen vaak met name van jonge stelletjes: "Dat overkomt ons niet! We zijn pas dertig." Helaas wijzen de cijfers soms anders uit. Morgen kan voor iedereen van belang zijn. Of je nu jong of oud bent. Een ongeluk of ernstige ziekte kan iedereen overkomen. "Pluk de dag" begint vandaag! Het besef dat je leven plotseling een andere wending kan krijgen, dringt steeds meer door. Wie mag er besluiten over leven en dood als je zelf die vraag niet meer kunt beantwoorden? Zelf de controle houden blijft natuurlijk een prettige gedachte."

AUTONOMIE BEHOUDEN

"Niets doen is dus geen optie. Uit onderzoek blijkt dat ongeveer 50% van de mensen voornamelijk financiële zaken regelt in hun levenstestament. Wie neemt de leiding van het bedrijf over en wie beheert het vermogen? De andere helft legt niet alleen de financiën, maar ook persoonlijke en medische zaken vast. Wie regelt het gewenste verzorgingstehuis of particuliere zorg? Wie zegt de huur op of regelt de verkoop van het huis? Wat gebeurt er met de opbrengst?

Camillus Overmeire

Wie gaat de huisdieren verzorgen? In een levenstestament wijs je één of meerdere gevolmachtigden aan die je onvoorwaardelijk vertrouwt. Dat kan een partner, kind, familielid en/of vriend zijn. Met een levenstestament schep je duidelijkheid voor je dierbaren en dat geeft een goed gevoel. Waarom zou je langer wachten met een levenstestament?"

Einsteinlaan 50
2719 ER Zoetermeer
079 - 323 97 61
zoetermeer@justnotarissen.nl
www.justnotarissen.nl

JUST Notarissen