

DE RECLAME



Ribkarbonade (zonder splinters) 500 gram **6.95**

Pampaschijven 100 gram **1.95**

Varkens filetlapjes 500 gram **7.95**

Varkens filettrollade (met de hand geknoopt) 500 gram **8.95**

Onze dagreklames:

maandag, dinsdag en woensdag:

VERSE WORST (fijn of grof) 500 gram **4.95**

GEHAKT (half-om-half + kruiden) 500 gram **4.95**

donderdag, vrijdag en zaterdag:

SCHOUDERKARBONADE 500 gram **4.95**

MALSE VARKENSLAPPEN 500 gram **4.95**



Keurslager
P. VAN BURK
Raadhuisstraat 7 - Hengelo Gld.
Tel. 0575-461269

Tapijt vuil?

Haal dan de **TAPINETTE** diepte reiniger

Huur slechts f 10,00 per dag, verbluffend resultaat



Uw sleutel-specialist



HARMSEN
IJZERWAREN - GEREEDSCHAPPEN - MACHINES
Barrinkstraat 4 - 7255 AN Hengelo (Gld.) - Tel. 0575-461220

ZATERDAG 7 JUNI



organiseert de Chr. muziekver. "Crescendo" voor de 25e keer haar jaarlijkse

ROMMELMARKT

Kom **KIJKEN**, **KEUREN** en **KOPEN** nabij de Welkoop-winkel in de Spalstraat te Hengelo Gld.

Aanvang verkoop 10.30 uur.

Voor **AUTORIJLES**

AAD LOONEN

Rozenhoflaan 29 - Hengelo Gld
telefoon 0575-461845

Wij lessen in Peugeot 306 turbo diesel.

SCHOORSTEENVEEGBEDRIJF

„ZELHEM”

GERARD BRANDENBARG

Blekweg 11 - tel. 0314-622267
7021 JW Zelhem

Bakkerij Bruggink

RAADHUISSTRAAT 19 - TEL. 461358



Fruitige Tulp (bladerdeeg, frisse yoghurt met verschillende vruchten) van 1.50 voor **1.25**

met slagroom van 1.75 voor **1.50**

eigengebakken Roggebrood van 1.95 voor **1.45**

(klein pakje roggebrood van 1.00 voor 0.75)

Appeltjesbrood van 4.95 voor **4.25**

Braadsaucijzen

500 gram **5.85**

Hamburgers per stuk **1.00**

Nagelhout 100 gram **3.75**

14 dagen geldig

P.S. complete barbecue-service

Slagerij Jan Stapelbroek

van eigen slacht naar toonbank
Hummeloseweg 3 - Hengelo Gld - Tel. 461258

A. GROOT KORMELINK

5 juni 1962

35 jaar

5 juni 1997

in beide zaken



JUBILEUM-AKTIE ALTIJD PRIJS

Door met 3 dobbelstenen 1 x te gooien, bepaalt U Uw korting tot wel 18%.

Dit geldt voor de hele maand juni.

Optiek - Brillen - Contactlenzen en Briletuis
Oogmeting met de allernieuwste meetapparatuur door één van de 3 gediplomeerde opticiens en

Uurwerken - Gouden + Zilveren Sieraden bij de Juwelier T. v.d. Hul

Spalstraat 27 - Hengelo Gld.

Optiek 0575-461771 Juwelier 0575-464036

**De beste kwaliteit,
zeer goede service,
messcherpe prijzen**

Beleefd aanbevolen

V.O.F. Klompenfabriek

Sueters®

Annex Museum

**Uilenesterstraat 10-a, Keyenburg
Tel 0575-463030 b.g.g. 0575-462548**

Iedere vrijdag tot 14:30 uur gesloten

Verder alle dagen open en ook 's avonds uw leverancier voor ALLE SOORTEN en MERKEN

- Klompschoenen
- Laarzen
- Werkschoenen
- Werkkleding

Kom, kijk en overtuig uzelf
Goede koop, en niet duur

Voor reparatie van uw
wasautomaat, koelkast of diepvries

BEL UIT DE WEERD

Zonnestraat 13, Hengelo (Gld.)
Tel. 0575-461806

Erkend rayonmonteur Candy Ned.
Candy voor Wassen Koelen Koken



JEUGD VOOR JEUGD
SPEELGOEDAKTIE
In aansluiting op de actie voor Roemenië organiseert de Jeugdraad een speelgoedactie. Dit alles onder het motto "Help de jeugd van Ocna Mures". Gebruikt en compleet speelgoed kan men op zaterdag 7 juni inleveren bij Margreet Rouwenhorst aan de Vordenseweg 56 en bij Herbert Hekkelman aan de Raadhuisstraat 35. Alle speelgoed is welkom, zeker ook voor de jeugd van twaalf tot zestien jaar. Voor meer informatie kan men bellen met Everdien Bobbink, tel. 463643.

OMROEPBIJDRAGE VOOR REGIONALE TELEVISIE DEFINITIEF f 6,90;

Publieke Gelderse regionale TV een feit.

Provinciale Staten van Gelderland zijn akkoord gegaan met het voorstel van Gedeputeerde Staten om met ingang van 1998 de omroepbijdrage met f 6,90 te verhogen. Voor 1997 geldt een extra bijdrage van f 4,03. Het voorstel van Gedeputeerde Staten werd met een meerderheid (CDA, PvdA en D'66) aanvaard. Tegen stemden de fracties van VVD (met uitzondering van de gedeputeerden Boxem en De Bondt), RPF/GPV, SGP, AOV/Unie 55+, Groen Links, Socialistische Partij en Partij Nieuw Gelderland. Een amendement van Groen Links om de lasten te halveren kreeg slechts steun van de Socialistische Partij.

Met de verhoging van f 6,90 blijven de lasten voor de Gelderse burger beneden de gemiddelde bijdrage die door de andere provincies voor louter publieke TV wordt geheven. Omdat Omroep Gelderland dit jaar alleen via de kabel is te ontvangen zal, overeenkomstig de Mediawet, de per 1 juni a.s. te heffen opslag van f 4,03 alleen gelden voor huishoudens die op de kabel zijn aangesloten (in Gelderland 85%). Volgend jaar zal TV Gelderland, door plaatsing van extra zendmasten in de buurt van Apeldoorn, Doetinchem en Tiel, in de hele provincie via de ether zijn te ontvangen. Vanaf 1 januari a.s. zal daarom tot en met het jaar 2001 de opslag van f 6,90 worden geheven.

De opbrengst uit de omroepbijdrage, naar schatting ruim f 4,8 miljoen, is geheel bestemd voor het maken van publieke regionale televisie door Omroep Gelderland. Dit bedrag wordt door de staatssecretaris van Onderwijs, Cultuur en Wetenschappen nog verdubbeld (zogenoemd 'matching'). In haar programma's gaat Omroep Gelderland aandacht besteden aan speciale (sociaal-culturele) publieksgroepen en aandachtsgedebieden als kunst, sport, historie en cultuur. Tevens zullen alle delen van de provincie gelijkwaardig aan bod komen. Tot 1 oktober a.s. worden de uitzendingen van Omroep Gelderland echter op de huidige voet voortgezet, dat wil zeggen een dagelijks nieuwsprogramma van een kwartier, mogelijk aangevuld met achtergrondreportages.

BEGIN JUNI EUROPESE BANDENVEILIGHEIDSWEEK

Van 2 tot en met 7 juni a.s. kunnen automobilisten in Europa gedurende de gehele week gratis inspectie van hun autobanden laten verrichten door de erkende bandenspecialisten. De gespecialiseerde bandenservicebedrijven zullen de autobanden onafhankelijk en deskundig controleren onder meer op profiel diepte, spanning, beschadiging en slijtage. De georganiseerde bandenbranche in Europa, verenigd in de Europese brancheorganisatie Bipaver, levert met deze collectieve consumptienactie een bijdrage aan de bewustwording van het belang van goede banden en deskundig bandenonderhoud. De voordelen hebben betrekking op het brandstofverbruik (en dus goed voor het milieu), op de verkeersveiligheid en op het rijgedrag. De banden zijn immers met enkele vierkante decimeters het enige contact tussen voertuig en wegdek. De campagne is ingegeven door streekproefonderzoeken naar bandenspanning in Nederland, Duitsland en Engeland. De onderzoeken leveren op dat bij de juiste bandenspanning van alle personenauto's in Nederland een totale energiebesparing van maar liefst 100 miljoen liter brandstof per jaar mogelijk is. Aan deze actie zullen in Nederland circa 200 bedrijfsvestigingen van VACO-erkende bandenservicebedrijven deelnemen. Zij zijn herkenbaar aan de blauw gekleurde vlaggen van de Europese Bandenveiligheidsweek bij hun bedrijven.

Kerk- en andere diensten

ZONDAG 1 JUNI 1997

Remigiuskerk

10.00 uur ds. G. H. Verhaere, Lochem Kinderevendienst

Goede Herder Kapel

10.15 uur ds. E. Noltus Heilig Avondmaal

R.K. Kerk Hengelo Gld.

Zaterdag 31 mei 19.00 uur Eucharistieviering
Zondag 1 juni 10.00 uur Woord en Communiedienst

m.m.v. gemengd koor

Dinsdag 3 juni 19.00 uur Eucharistieviering in de Bleijke

R.K. Kerk Keijenborg

R.K. Kerk Keijenborg: zaterdags om 17.00 uur Weekendviering; zondags om 10.00 uur Hoogmis; woensdagsavonds 19.30 uur Rozenhoedje bidden; vrijdagavonds 19.30 uur Eucharistieviering. Huize Maria Postel: dinsdagmorgens om 9.30 uur H. Mis; dagelijks Rozenhoedje bidden om 18.30 uur.

Weekenddienst doktoren

De weekenddiensten lopen van vrijdagmiddag 14.00 uur tot maandagochtend 08.00 uur en is uitsluitend bedoeld voor spoedgevallen.

Op zaterdag- en zondagochtend wordt om 11.00 uur een vrij spreekuur gehouden; U hoeft hiervoor dus niet te bellen!

Buiten het weekend spreekuur is het sterk aan te bevelen voor U komt, eerst te bellen; de arts kan dan rekening houden met Uw komst.

VRIJDAG 30 MEI - ZONDAG 1 JUNI

Dr. Klein Horsman (praktijk dr. Eyck), tel. 464550

Avond- en nachtdienst

De avonddienst loopt van 17.00 uur 's avonds tot de volgende morgen 08.00 uur en is uitsluitend bedoeld voor spoedgevallen.

Maandag: dr. Eijkelkamp, Koldeweiweg 2, Keijenborg, tel. 462262

Dinsdag: dr. Koning, Kastanjelaan 1, Hengelo Gld, tel. 461266

Woensdag: dr. Klein Horsman, tel. 464550

Donderdag: dr. Eyck, Kastanjelaan 7, Hengelo Gld, tel. 461277

Apotheek Hengelo Gld, Spalstraat 28, tel. 0575-461010

Openingstijden: maandag t.e.m. vrijdag 8.00-12.30 uur en 13.30-18.00 uur, za., zo., feestdagen 11.00-12.00 uur.

Spoed- en specialistenrecepten kunt u in het weekend, buiten de openingstijden om 17.30 uur inleveren.

Diëtiste: iedere donderdag van 14.00-16.00 uur.

DIERENKLINIEK HENGELO-KEIENBORG

A. R. J. van Ingen - H. J. Ormel - H. G. Salomons

Kampstraat 2 - 7255 XC Hengelo Gld. - tel. 0575-461420

Spoedgevallen: tel. 0575-461420

u wordt altijd doorverbonden naar de dienstdoende dierenarts.

Spreekuren gezelschapsdieren:

maandag t/m vrijdag 13.30-14.00 uur

maandag en donderdag 19.00-19.30 uur en op afspraak

Paardenspreekuur:

maandag 19.00-20.00 uur en op afspraak

Dierenapotheek:

maandag t/m vrijdag 08.30-17.00 uur

zaterdag 08.30-12.00 uur

Openstelling Politiebureau Hengelo Gld

Maandag t.e.m. vrijdag van 9.00 tot 12.00 uur.

Dag en nacht bereikbaar, tel. 0575-461230.

Alarmnummer brandweer, ambulance, politie

Telefoon 1-1-2

Hulpdienst

mevr. Rijkema, tel. 462439 en mevr. Lubbers, tel. 462766. In Keijenborg mevr. Hakvoort, tel. 462317 en mevr. van Aken, tel. 462627.

**het gaat geweldig met
de zeehond**



Het aantal zeehonden neemt langzaam weer toe. Toch worden er bij de Zeehondencrèche elk jaar nog tenminste 100 zieke of verzwakte dieren binnengebracht. Ziek van vervuiling of verstrikt geraakt in een net. Wij blijven helpen. En u kunt ons daarbij steunen. Vul de bon in en word donateur.

Maak mij donateur en stuur een acceptgiro i.v.m. f

Naam
Adres
Postcode
Plaats
Stuur deze bon in een envelop zonder postzegel naar: Stichting Zeehondencrèche, Antwoordnummer 959, 9950 WL Pieterburen. Giro 8020.

zeehondencrèche pieterburen

BEZOEK- EN OPPAS SERVICE VOOR OUDEREN (B.O.S.O.)

Hengelo: mevr. R. Rijkema, tel. 462439

Keijenborg: mevr. A. Hakvoort, tel. 462317

Informatie- en adviespunt voor Ouderen

Kastanjelaan 11, Hengelo Gld. Spreekuur elke maandag van 11.00 tot 13.00 uur. Telefoon tijdens deze uren: (0575) 462345.

Netwerk Thuiszorg Nederland

24 uur per dag bereikbaar, (lieft bellen tussen 09.00 en 12.00 uur). Zr. J. A. van den Heuvel - regio Midden-IJssel - tel. 0575-516463.

ZorgGroep Oost-Gelderland

Kraamzorg, kruiswerk en gezinsverzorging, 24 uur per dag bereikbaar via telefoonnummer 06-8806 (20 ct/min)

Uitleen van verpleegartikelen en hulpmiddelen: Thuiszorgwinkel Doetinchem, Rozengaardseweg 19, Doetinchem Thuiszorgwinkel Zutphen, Laarstraat 15, Zutphen

Telefoon 06-8806 (20 ct/min)

- Maatschappelijk Werk voor de gemeente Hengelo (Gld):

Zuthenseweg 1c, Vorden, tel. 0575-552129

spreekuur maandag t/m vrijdag 08.30-09.30 uur

- Maatschappelijk Werk voor de gemeente Steenderen:

J. F. Oltmansstraat 7, Steenderen, tel. 0575-451659

spreekuur maandag t/m vrijdag 08.30-09.30 uur

- Maatschappelijk Werk Zelhem:

Stationsplein 12, Zelhem, tel. 0314-622151

spreekuur maandag t/m vrijdag 08.30-09.30 uur

Ned. Patiëntenver. (afd. Oude IJsselstreek)

Vereniging op chr. grondslag voor algemene belangenbehartiging in de gezondheidszorg. Voor vragen, hulp of bemiddeling bij problemen, bel (dagelijks van 19.00-20.00 uur) tel. 0313-421025, 0314-341275 of (maandag t.e.m. vrijdag) 0314-326796.

Vrijwillige Thuiszorg, tel. 0314-335000, dagelijks van 9.00-10.00 uur en van 18.30-19.30 uur en 24 uur per dag bereikbaar op nr. 06-52957677

Verloskundige:

R. Haggeman-Withaar, tel. 0575-441351

Pedicure

Y. Willemsen-Abbink, Toldijk, tel. 0575-451386

L. Evers-Jansen, tel. 0575-462515

H. Offenbergh-Rosegaar, Keijenborg, tel. 0575-463435

M. Lukassen, tel. 0575-461457 (maandagmorgen)

Ina Wuestman, Vierakker, tel. 0575-527246

Diëtiste

H. Zweerink-Stege, Bakermarksedijk 15, 7223 KJ Baak, tel. 0575-441809. Voor afspraken tussen 13.00 en 14.00 uur.

Diabetes Vereniging Nederland

Telefonische hulpdienst: 033-4725083

Kinder- en jeugdtelefoon Achterhoek

Tel. 0314-665000, dagelijks bereikbaar van 16.00-19.00 uur.

Openingstijden Bibliotheek Hengelo Gld.

dinsdag 15.00-17.00 uur en 18.30-20.30 uur

woensdag 10.00-12.00 uur en 15.00-17.00 uur

vrijdag 15.00-20.30 uur

Openingstijden VVV Hengelo Gld.

maandag t/m zaterdag 10.00-16.00 uur

Openingstijden Wereldwinkel, Raadhuisstraat 4

woensdag, donderdag, vrijdag 13.30-17.00 uur

zaterdag 10.00-12.30 uur

Woningstichting "Thuis Best"

Spalstraat 41, Hengelo Gld., tel. 0575-461460

Geopend voor algemene zaken maandag t/m donderdag van 8.30 tot 12.00 uur. Voor klachten tel. 0575-461400, telefonisch 's morgens tussen 8.00-10.00 uur.



DRUKKERIJ WOLTERS

Regelinkstraat 16 - 7255 CC Hengelo Gld.
Tel. 0575-461455 - Fax 0575-463521

.....
Agentschap voor Steenderen en omgeving:

J. B. EPPINK

DORPSSTRAAT 37
7221 BN STEENDEREN
TEL. 0575-451862

FAMILIEDRUKWERK

- ☛ *geboorte- en huwelijkskaarten*
 - ☛ *jubileum- en gelegenheidskaarten*
- Op aanvraag kunt U de boeken van geboorte, huwelijk, jubileum of gelegenheid meenemen om thuis uw kaart uit te zoeken.
- ☛ *visitekaarten*
 - ☛ *rouwcirculaires, bidprentjes*

HANDELSDRUKWERK

- ☛ *rekeningen, briefpapier*
- ☛ *circulaires, folders, prijslijsten*
- ☛ *enveloppen, briefkaarten, sets*
- ☛ *kettingformulieren enz. enz.*

Advertenties voor het weekblad "DE RECLAME" kunt u hier ook opgeven.

ATTENTIE ATTENTIE ATTENTIE

Voor DE RECLAME
dienen de advertentie's
donderdags vóór
11.00 uur in ons
bezit te zijn!!

(P.S. soms kan het voorkomen dat de
krant al voor 11.00 uur vol is, dan is
plaatsing onder voorbehoud!!!!!!)

Gelieve hiermee de nodige
rekening te houden!!!!!!



DRUKKERIJ WOLTERS

**Gisteren
lachte
de wereld
me
nog toe.**



'Altijd gedacht dat reuma alleen ouderen treft? Ik weet nu wel beter. Je hele wereld wordt anders. Skiën, m'n sportclub en de disco kan ik definitief vergeten. Ook dat doet pijn. Ik ben niet zielig, want ik sla me er doorheen. Maar met geld kunt u mij en 400.000 andere reumapatiënten fantastisch helpen. Geld voor wetenschappelijk onderzoek en individuele hulp. Voor aangepaste vakanties en goede voorlichting.
Geef!

Reuma raakt je.

Nationaal Reumafonds 
Statenlaan 128, 2582 GW Den Haag.
Telefoon 070-350 32 31. Fax 070-354 95 19.
Bank 70 70 70 848.

Giro 324

Lente Tuin



Voorjaars snoei

Snoeien vraagt goed gereedschap, het moet bovendien scherp zijn. Alleen gladde snoeiwonden overgroeien snel. Naast een snoeischaar en een takkenschaar op een lange stok, zal een boomzaagje nodig zijn. Een beetje tak - bijvoorbeeld van een vlinderstruik - is met een snoeischaar niet terug te knippen. Terugsnoeien van vlinderstruik is belangrijk om de struik krachtige scheuten te laten maken met grote bloemen. Dat geldt ook voor andere zomerbloeiende struiken zoals herfststering (Ceanothus) en pluimhortensia (Hydrangea paniculata). Andere struiken die baat hebben bij kort terugsnoeien, maar dan na de bloei, zijn een tweefal stamboompjes: amandelboompje (Prunus triloba) en de mooie katwilg (Salix caprea 'Kilmarnock').

TIP Snoeien is vakwerk

De hovenier heeft de kennis en het gereedschap om de klus snel en vakkundig voor u over te nemen.

Natuurlijk beschut

Een zithoekje vraagt om beslotenheid en beschutting tegen wind. Een haag is mooi, maar heeft een paar jaar nodig om uit te groeien. Wilt u een natuurlijke en 'snelle' oplossing? Dan is een afscheiding van natuurmatten iets voor u. Deze moderne variant op de aloude rietmat is aanzienlijk duurzamer. De matten zijn van riet, bamboe, dop-



heide en gevlochten wilgentenen. De hoogtematen variëren.

Vindt u het prettig om uw zithoekje niet geheel af te sluiten maar wilt u toch enigszins 'vrij' zitten? Denkt u dan eens aan een scherm van gaas. Het gaas kunt u natuurlijk laten begroeien met aantrekkelijke en geurende klimplanten. Klim- of leirozen zijn hiervoor uitstekend geschikt, in combinatie met een Clematis bijvoorbeeld kunt u maanden lang genieten van geur en kleur.

Vijverplezier!

Water is een levendig onderdeel van een tuin en vijverdecoraties zijn in spuitfiguren, borrelstenen en watervalletjes; er is van alles mogelijk.

Een vijver met natuurlijk begroeide oevers is prachtig. Moerasplanten zijn ideaal om vijverranden te camoufleren. De vroegbloeiende dotterbloem (Caltha palustris) bloeit in het voorjaar met gele bloemen. Elk jaar weer een lust voor het oog! Of een decoratieve bladplant langs de vijverrand zoals bijvoorbeeld de kalmoes (Acorus calamus) of de bonte variëteit (Acorus calamus 'Variegatus').



Geen mooier seizoen dan de lente. In de tuin ontwaken de planten uit hun winterslaap. We genieten van frisgroen blad en de eerste, vroege bloemen. Ook het dierenleven komt weer op gang. Overwinterde aardhommels en vlinders warmen zich in de zon.

Wie houdt van zachte kleuren kan zo'n mooie slanke sterkers Prunus serrulata 'Amanogawa' planten. Vanaf eind april is het één roze bloemenzee. Ook zo'n leuke dieproze amandelkers op stam (Prunus triloba) is een lust voor het oog. Prachtige bloemen in mei, kleurige vruchten vanaf de nazomer en soms nog een mooie herfstkleur tot besluit: bij sierappels kan het niet op! Voor een kleine tuin zal de keuze kunnen vallen op een sierappel die niet te groot wordt, Malus floribunda bijvoorbeeld. Deze sierappel bloeit zeer rijk met lichtroze bloemen

Kikkers en salamanders bevolken de vijver. De tuin lukt. Hebt u er ook zo'n zin in? Lekker tuinieren kan zelfs op het balkon. En na gedane arbeid is het zoet rusten. Daarvoor is een luw hoekje geschikt, met een comfortabele tuinstoel!

vanaf half mei. Een aparte sierappel met overhangende takken, een preelevorm, is Malus 'Gracilis'. De bloemen zijn wit, iets roze aangelopen. Malus 'John Downie' wordt een flinke boom, met vrij grote appeltjes (tot 3 cm) die een fraaie orangerode kleur hebben. Een roodbladige sierappel is Malus 'Liset', met rode bloesem en purperen vruchten.

TIP Als sierappels gelijktijdig bloeien met vruchtbomen, kunnen ze die bestuiven.



Samen met de hovenier de tuin in

Steeds meer mensen 'ontdekken' de hovenier. Bepaalde klusjes in de tuin zijn nu eenmaal minder leuk of moeilijk of lukken gewoon niet en dan is het handig om een vakman te raadplegen.

Heeft u nog nooit een hovenier ingeschakeld, begin dan gewoon eens met het vragen van advies over het bewerken van de grond, snoeien of het aanleggen van een terras. Wanneer u de hovenier

inschakelt kunt u altijd vragen naar een zogenaamde werkschrijvende offerte, zodat u precies weet wat hij doet en wat de kosten daarvan zijn. Bent u zelf een verwoed tuinier, laat de hovenier dan

de zware taken van u overnemen. Heeft u een druk leven en de tuin is een rustpunt vraag dan naar een mooie onderhoudsarme tuin en laat de hovenier deze twee of drie keer per jaar onderhouden.

Geef uw tuin een opkikkertje

Zo na de winter heeft de tuin weer een opkikkertje nodig. Dit geldt zowel voor de borders als voor het gazon. Hoofdelementen in de tuin zijn kali, fosfor en stikstof. Stikstof stimuleert de groei. Vóór het toedienen van het één en ander is het milieuvriendelijk en verstandig de grond te laten onderzoeken. In het tuincentrum zijn eenvoudige testen te koop. U kunt natuurlijk ook de hovenier raadplegen. Dat geldt ook voor het gazon. Heeft uw gazon kale plekken en veel onkruid dan is het in slechte conditie. Verticureren, beluchten en mesten

doen wonderen. De graswortels krijgen extra lucht en dat bevordert hergroei. Mest zorgt voor een frisse kleur. Het bestrijden van onkruid kan beter iets later in het voorjaar gebeuren als de groei er flink inzet.

Is uw gazon 'op' dan is het advies; opnieuw aanleggen. Nog deze zomer ziet het er weer prachtig uit, zowel bij inzaaien als bij het gebruik van graszoden. Koop graszoden van goede kwaliteit, die speciaal zijn geteeld van geselecteerde gazonzaden.

TIP Stel de maaimachine voor de eerste maalbeurt na de winter hoog af en zorg dat de messen scherp zijn want wintergras is taai.



TIP Snippers

Hebt u een flinke tuin met veel heesters en bomen? Dan lukt het om een versnipperaar aan te schaffen. Afgesneden takken leveren dan uitstekende compost. Hoe dikker de takken die het apparaat aankom, hoe beter.

TIP Ijsheiligen

Half mei vieren de Ijsheiligen laat naamdag en dat betekent: nachtvorstgevaar! Kuip- en terrasplanten en eenjarige zomerbloeiers moeten worden afgedekt met een lap vitrage, jute of noppenfolie. Of: vorstvrij wegzetten.

Het 'eigen smaak' terras

Ziet u zich al heerlijk zitten op het terras, genietend in het ochtendzonnetje met een kopje koffie of bij de vallende avond met een sprankelend wijntje en de geur opsnuivend van een vleugje kamperfoelie dat voorbij zweeft? Het terras dat uw smaak weerspiegelt; de tegels, de potten en planten, het meubilair. Er zijn tegenwoordig prachtige betonnen tegels in allerlei (niet verkleurende!) kleuren te koop die u bijvoorbeeld kunt laten aansluiten bij uw huiskamer vloer. Ook in de keuze van potten kunt u zich uitleven. Kiest u voor een lange rij potten van hetzelfde materiaal, dezelfde maat en kleur met dezelfde beplanting, bijvoorbeeld kleine bloeiende heesters zoals Pieris, Japanse Azalea's of lage Rhododendrons.

Of kiest u voor speelse groepjes potten van verschillende maten en verschillende vormen waarin u bijvoorbeeld geurende klimmers plant. Van metaal en hout zijn aantrekkelijke klimornamenten te koop in de vorm van bogen en obelisks. Sommige kamperfoelies (Lonicera periclymenum 'Belgica') en blauwe regen (Wisteria sinensis) hebben welriekende bloemen. Minder bekend is de Akebia quinata; de bruinrode bloemtrosjes verschijnen al in april tussen het elegante blad.



En dan de tuinmeubelen in vele soorten en maten: koloniale stijl, moderne stijl, romantisch, van hout, metaal en kunststof of een combinatie van materialen!

Het aanleggen van een terras is vakwerk. Waarom vraagt u niet eens vrijblijvend advies bij een hovenier. Hij kan u adviseren over de ruimtelijke indeling, het waterpas aanleggen, de afvoer van het water en de plantenkeuze.

De hovenier doet het basiswerk en u hoeft zich alleen maar bezig te houden met de inrichting. En u kunt alvast fantaseren hoe u straks het meest zult genieten op uw terras!



TIP Kruiden zaaien

Veel kruiden zijn als plant te koop, maar de meeste laten zich eenvoudig zaaien. Gebruik daarvoor een minikasje in de vensterbank of gewoon terracotta potjes. Sommige zaden nemen tijd voor het ontkiemen. Zo is bij peterselie en selderij 3 à 4 weken heel gewoon.

Jennifer And Edwin Noordijk/Boright
Are Happy To Announce The Birth
Of Their Son

Zachary Pieter Franklin

Born In Toronto, Canada
On May 10, 1997

125 Ald Wych Ave
Toronto Ont. M7J 1X8

Wij willen u hartelijk dank zeggen voor al uw
belangstelling en medeleven na het overlijden van
mijn man, onze vader, schoonvader en opa

BERTUS WENTINK

Uw steun en troost heeft ons diep getroffen.

W. Wentink-Oostendorp
kinderen en kleinkind

7255 BC Hengelo Gld, mei 1997
Zonnestraat 17

DE RECLAME

UITGAVE:
DRUKKERIJ WOLTERS

Regelinkstraat 16
Postbus 63, 7255 ZH Hengelo Gld
Telefoon 0575-461455, b.g.g. 462771
Telefax 0575-463521

Verschijnt dinsdags in:
Hengelo, Keijenborg, Velswijk (Zelhem),
Steenderen, Baak, Bronkhorst, Olburgen,
Rha, Toldijk, Wichmond-Vierakker
en omstreken

Wij zijn dolgelukkig met de geboorte van onze
dochter en mijn zusje

DEMI

Zij is geboren op 15 mei 1997.

Ad, Caroline en Jesse
van den Vlekkert-Klein Gotink

Plataanweg 36
7255 AZ Hengelo Gld.

Jeugd voor Jeugd

inzameling speelgoed voor
jeugd van Ocna Mures

zaterdag 7 juni

lokatie: Vordenseweg 56 en
Raadhuisstraat 35

Uitslag trekking verloting
van 17 mei.



De hoofdprijs
een half varken
is gevallen op
lotnr. 272

De overige prijzen zijn gevallen op de lot-
nummers: 51 - 57 - 67 - 69 - 71 - 77 - 80 - 118
- 122 - 183 - 202 - 253 - 313 - 368 - 369 - 381
- 395 - 407 - 471 - 517 - 520 - 582 - 632 - 747
- 780 - 868 - 888 - 961 - 1046 - 1095 - 1111 -
1113 - 1331 - 1334 - 1345 - 1367 - 1459

Prijzen kunnen opgehaald worden bij mev. N.
Hendrix, Snethlageweg 16, tel. 0575-463908.

Alle lotenkopers en sponsoren heel
hartelijk dank!

1972 25 jaar 1997

Op 29 mei a.s. is het 25 jaar geleden dat wij in het huwelijk zijn getreden.
Het is tevens de datum waarop wij samen zijn begonnen
met Café "De Kruisberg".

Wij willen dit heuglijke feit samen met u vieren op **zondag 1 juni**.
U bent van harte welkom op onze receptie die gehouden wordt
van 13.30 tot 15.30 uur.

Eric en Mieke Jansen
Michiel en Mark

Partycentrum "De Kruisberg"
Kruisbergseweg 172, 7009 BT Doetinchem

Voor de 25e keer weer de
Rommelmart van de chr.
muziekver. Crescendo!!!!
Heeft u nog **materiaal** voor
de Rommelmart op
zaterdag 7 juni
van Crescendo
bel dan tel. **0575-461782**.
P.S. het materiaal wordt t/m
zaterdag 31 mei opgehaald!!

HALFMAN B.V.
boomkwekerij
tuinaanleg
hoveniersbedrijf
Rondweg 2a - Hengelo Gld.
Tel. 0575-461424

HULP GEZOCHT.
Welke (boeren)jongen wil er-
varing opdoen in het boeren-
leven van Canada en wat van
de wereld zien?
Wij zoeken iemand die voor
± 2 maand wil helpen op een
boerderij. Veel traktorwerk,
maar ook tussen de koeien.
Voor meer informatie, tel.
0575-462996.

Te koop
diepvrieskist, Erres, 400 ltr.
Tel. 0575-451675.



Samen-werken aan 'Veilig Wonen'

Hoe beveiligt u optimaal

Haal de beveiligingsfolder en vraag om deskundig advies.
Montage mogelijk.



HARMSEN

IJZERWAREN - GEREEDSCHAPPEN - MACHINES
Banninkstraat 4 - 7255 AW Hengelo (Gld.) - Tel. 0575-461220

**TEGELHANDEL
SIMON DE BRUIN**

Wand- &
Vloertegels
Sanitair



Lankhorsterstraat 12,
7255 LC Hengelo (Gld.)
Tel. 0575 - 464064

**KWEKERIJ
DE WITTE BRINK**

Keijenborgseweg 2 - Zelhem
(tussen Hummelo en Zelhem)
Tel. 0314-641647

Geopend maandag t/m vrijdag van
9.00 tot 18.00 uur.
Donderdag koopavond tot 20.00 uur.
Zaterdag van 9.00 tot 17.00 uur.

Deze week (van 26 t/m 31 mei):

* van eigen kwekerij

10 Hanggeraniums
17.⁵⁰

(per stuk 2.50)

* **echte bemeste
kwekerspotgrond**
3 halen 2 betalen

* **10 Vaste Planten**
17.⁵⁰

(keuze uit ruim 200 soorten,
per stuk 2.00)

en verder een uitgebreid assortiment
geraniums, perkplanten, kuip-
planten, vaste planten enz. enz.

DIABETES FONDS NEDERLAND

Het Diabetes Fonds Nederland start 27 mei een landelijke
voorlichtingscampagne waarin aandacht wordt gevraagd
voor de symptomen van diabetes (suikerziekte) en de ge-
volgen van deze aandoening.

Niet-behandelde diabetes leidt tot allerlei complicaties,
zoals nieraandoeningen, hart- en vaatziekten en oog-
aandoeningen. Het is onvoldoende bekend dat diabetes
deze complicaties tot gevolg kan hebben.

In Nederland zijn 200.000 mensen die zelf niet weten dat
ze diabetes hebben. De klachten zijn vaag, waardoor men
niet naar de huisarts gaat voor nader onderzoek. Vage
klachten als altijd dorst en voortdurend moe kunnen
wijzen op diabetes.

Risicogroepen voor het krijgen van diabetes als mensen
met overgewicht, mensen met diabetes in de familie of
vrouwen die zwangerschapsdiabetes hebben gehad wordt
geadviseerd bij herkenning van de klachten naar de huis-
arts te gaan.

Folders worden verspreid onder bibliotheken, apotheken,
wachtkamers van huisartsen, poli's en patiënten service
afdelingen van ziekenhuizen, thuiszorginstellingen en
bejaardentehuizen. Geïnteresseerden kunnen bij het
Diabetes Fonds Nederland een gratis informatiebrochure
over diabetes aanvragen.

Momenteel hebben 450.000 Nederlanders diabetes. Over
10 jaar schat men dat dit aantal is opgelopen tot 750.000
mensen.

"CRESCENDO" ORGANISEERT WEER EEN ROMMELMARKT

Net zoals voorgaande jaren zal de chr. Muziekvereniging
"Crescendo" uit Hengelo Gld. ook dit jaar weer een
Rommelmart organiseren.

Dit jaar al voor de 25e keer en wel op zaterdag 7 juni a.s.
De Rommelmart zal weer plaats vinden in de nabijheid
van de Welkoop winkel aan de Spalstraat te Hengelo Gld.
De aanvang van de verkoop is gepland om 10.30 uur.
Bij eventueel slecht weer zal de Rommelmart worden
gehouden op zaterdag 14 juni.

De supporters van "Crescendo" zullen ook weer aanwezig
zijn met o.a. de bekende wafels.

P.V. "STEEDS SNELLER" - HENGELO GLD.

Wedvlucht vanaf Reims, d.d. 17-5-1997, afstand 350 km.
Gelost om 07.00 uur, aankomsttijd 1e duif 12.02.55 uur,
laatste 13.00 uur.

1. L. te Stroet
2. G. Kempers
3. G. J. Oldenhove
4. A. Kamperman
5. Chr. te Stroet
6. W. Jansen
7. G. Duitshof
8. G. Braakhekke
9. J. Bruggeman en Zn.
10. A. C. Jansen

Rib- en Haaskarbonade
500 gram **5.75**
Gegrilde ham 100 gram **2.50**
Ontbijtspek 100 gram **1.50**



SLAGERIJ
NIEUWENHUIS

Past. Thuisstraat 9
KEIJENBORG
Tel. 0575-461320

Brand-
blussers!

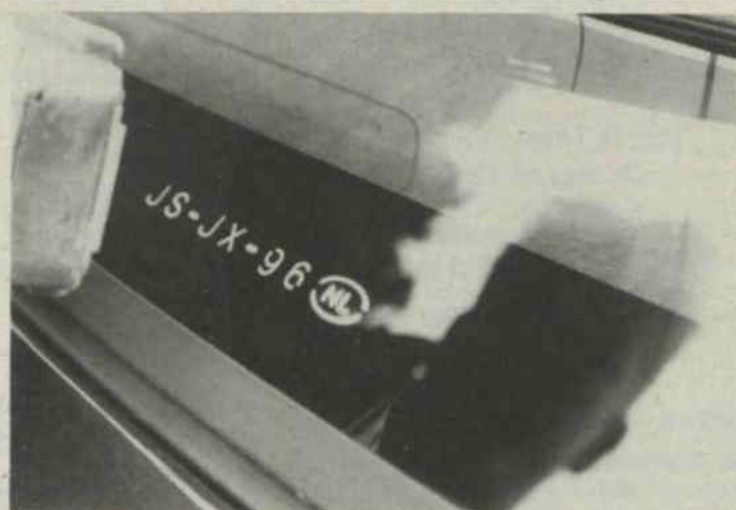


Hoveniersbedrijf en kwekerij

tuinadvies
ontwerpen
aanleg
onderhoud
sierbestrating
kwekerij

Kervelseweg 23
7255 BE Hengelo Gld
Telefoon (0575) 46 26 19

**DONDERDAG Aktie Ruit Repareren/
Kenteken Graveren in Hengelo Gld.**



Kostenloos Voorruit Repareren vanaf WA+

Een barstje of sterretje in je voorruit kan, ook na langere tijd, door gaan scheuren. Dat betekent bij vervanging van de voorruit een eigen risico van vaak f 300.-- voor de eigenaar. Ook kan bij een verplichte keuring je auto op een ster worden afgekeurd. Een groot gevolg van een klein steentje op je ruit. Daarom is het beter om je voorruit te laten repareren. De Safe Sight Ruitreparatiemethode zorgt voor een nagenoeg verdwijnen van de ster: verder doorscheuren wordt voorkomen. Het ontbreken van een aandacht-trekkende ster maakt uw rijden ook veiliger. Indien u WA Plus, Casco of All Risk verzekerd bent, is sterreparatie voor u zonder kosten: de rekening wordt rechtstreeks bij uw verzekering ingediend. Wel graag uw groene kaart meenemen!

Kenteken Graveren: aanbevolen tegen diefstal

Kenteken Graveren is veruit de goedkoopste preventie en de beste aanvulling op andere anti-diefstalmaatregelen. Alle ruiten van de auto worden gegraveerd. Dus moeten van een gegraveerde auto alle ruiten worden vervangen om de auto weer met valse papieren te kunnen verkopen. Vandaar dat professionele dieven gegraveerde auto's meestal laten staan. Voor een klein bedrag is de kans dat u volgende week nog in dezelfde auto rijdt een stuk groter! Aanbevolen door Politie, ANWB, Verzekeringen en de Consumentenbond!

AKTIE RUIT REPAREREN/KENTEKEN GRAVEREN

Deze week houdt het snelle kwaliteitsteams van Automark, dat al tien jaar in Nederland professioneel kentekens graveert, speciaal in Hengelo Gld een Aktie Ruit Repareren/Graveren. Door de snelle werkmethode zijn er doorgaans geen wachttijden en hoeft u geen afspraak te maken. Het aanbrengen van de gravures kost slechts enkele minuten, een ruitreparatie duurt een half uurtje en gebeurt vaak gelijktijdig met het graveren. **Klaar terwijl u winkelt!** Meldt u zich daarom voor het ruitrepareren direct bij de reparateur/graveur. Het is voor WA Plus en All Risk zonder kosten. Het graveren van het kenteken met NL kost f 25.-- per auto. Dit is inclusief 2 waarschuwingsstickers op de voorportieren. Voor f 10.-- extra kunt u een speciale reflectielaag over de gravures laten aanbrengen, waardoor deze ook bij regen en 's avonds bij weinig licht **goed zichtbaar** blijven. Deze vinding van Automark verkleint de kans op diefstal juist op de momenten dat de kans hierop het grootst is. U kunt terecht op **donderdag 29 mei** van 09.00 tot 17.30 uur op de parkeerplaats **Sporthal De Kamp aan de Sarinkkamp**.

LET OP DE GELE TENT VAN AUTOMARK

"Reflectielaag", "Automark", het "stop"logo, de kleur "geel" en de "vorm tent" zijn gedeponeerde merken van Automark-Röst



HENGELO GLD
tel. 461054

KERKSTRAAT 6

Groente en fruit reclame:

harde TOMATEN kilo **2.50**
nieuwe oogst
Nieuw Zeelandse KIWI
10 stuks **4.98**

Rauwkost reclame:

HAWAII SALADE
100 gram **0.98**
OOSTERSE SALADE
100 gram **0.98**

Tot ziens

Trouwringen
volgens jouw
eigen smaak



Höhler-Nissink

JUWELIER - OPTICIEN
Sporenstraat 10 Hengelo Gld. Telefoon (0575) 46 13 74

**RUNDER
RIBSTUK**

500 gram **7.95**

SURFBURGERS
elke 5e gratis

LEVERKAAS
100 gram **1.19**



**SLAGERIJ
RATERINK**

Raadhuisstraat 10
Hengelo (Gld.)
Tel. 0575-461301



Je hoeft niet naar
de noordpool om
je trouwkaarten uit
te kiezen!



DE NIEUWE INTERCARD COLLECTIE
ligt nu reeds ter inzage bij:



DRUKKERIJ WOLTERS



WIJNBERGEN
BLOEMEN
VERKOOPKAS

4 Fuchsia's
voor **10.00**
Perkbegonia's
24 stuks **8.95**



Kerkstraat 6a - Hengelo Gld - Tel. 0575-461473
Ingang Kerkstraat en Raadhuisstraat



DRUKKERIJ WOLTERS

**Barstjes in voorruit scheuren soms door
DONDERDAG DRIVE-IN STER REPAREREN/KENTEKEN GRAVEREN IN HENGELO GLD.**



Kostenloos Voorruit Repareren vanaf WA+

Een barstje of sterretje in je voorruit kan, ook na langere tijd, door gaan scheuren, soms van links naar rechts over de hele voorruit. De oorzaak hiervan kan sterke uitzetting door de zomerzon zijn, soms in combinatie met sterke plaatselijke afkoeling en inkrimping door bijvoorbeeld een onweersbui. Een dergelijke grote scheur zal vrijwel zeker vervanging van de voorruit inhouden en dit betekent voor de eigenaar dus minimaal het betalen van een eigen risico. Ook kan bij een APK Keuring je auto op een sterretje worden afgekeurd. Het zicht van de bestuurder mag nu eenmaal niet gehinderd worden. Daarom is het beter om je voorruit te laten repareren. De Safe Sight Ruitreparatiemethode zorgt voor een nagenoeg verdwijnen van de ster: verder doorscheuren wordt voorkomen. Bovendien rijdt u veiliger en kan de keuring van de voorruit geen problemen opleveren. Een meevaller is, dat indien u WA Plus, Casco of All Risk verzekerd bent, sterreparatie voor u zonder kosten is: de rekening wordt rechtstreeks bij uw verzekering ingediend. Wel graag uw groene kaart meenemen!

Kenteken Graveren aanbevolen tegen diefstal

Politie, ANWB, Verzekeringen en de Consumentenbond bevelen niet voor niets het Kenteken Graveren aan: het is de goedkoopste anti-diefstalmethode voor auto's en zeer effectief: aangezien het dievengilde niet graag werkt, zal men niet gauw alle ramen van een auto willen vervangen. Wil men echter een gestolen auto met gravures in alle ruiten doorverkopen, dan zal dat toch moeten, want op de (valse) papieren staat een ander kentekennummer en geen koper wil de auto dan nog hebben. Dus steelt men liever twee straten verderop eenzelfde auto, maar dan zonder gravures. Dankzij het gegraveerde kenteken is uw auto voor het dievengilde dus veel minder interessant.

Aktie op de parkeerplaats Sporthal "De Kamp" aan de Sarinkkamp

Deze week houdt het snelle kwaliteitsteam van Automark, dat al tien jaar in Nederland professioneel kentekens graveert, een speciale actie Ruit Repareren/Kenteken Graveren in Hengelo Gld. Door de snelle werkmethode zijn er doorgaans geen wachttijden en hoeft u geen afspraak te maken. Het aanbrengen van de gravures kost slechts enkele minuten, het repareren van de voorruit een half uurtje. Dit gebeurt vaak gelijktijdig met het graveren. Daarom kunt u zich voor het ruitrepareren direct melden bij de reparateur/graveur. Reparatie van de voorruit is zonder kosten voor WA Plus verzekerden en voor mensen met een All Risk verzekering. Het graveren van het kenteken met NL kost f 25,- per auto. Dit is inclusief 2 waarschuwingsstickers op de voorportieren. Voor f 10,- extra kunt u een speciale reflectielaag over de gravures laten aanbrengen, waardoor deze ook bij regen en 's avonds bij weinig licht goed zichtbaar blijven. Dat verhoogt de preventiewaarde. U kunt terecht op donderdag 29 mei van 09.00 tot 17.30 uur op de parkeerplaats Sporthal "De Kamp" aan de Sarinkkamp.

U herkent Automark aan de gele outfit.

BOSO - Bezoek en Oppas Service Ouderen Hengelo-Keijenborg is goed aangeslagen

De werkgroep uit de in de gemeente Hengelo bestaande vrijwilligersorganisatie voor ouderenzorg heeft recentelijk een evaluatie gehouden omtrent het bestaan en het functioneren van de BOSO na de start per 23 februari 1996. Met voldoening is geconcludeerd dat deze evaluatie de kwalificatie 'positief' moet worden gegeven. De doelstelling om de mantelzorg voor dementerende personen te ondersteunen door de inzet van deskundige vrijwilligers is praktisch haalbaar.

De hulpverlening is ook opengesteld voor thuiswonende ouderen, chronisch zieken en gehandicapte personen, die op hulp van mantelzorg zijn aangewezen. De vrijwilligers komen periodiek bij elkaar om over en weer ervaringen uit te wisselen in aanwezigheid van de coördinatoren.

De landelijke en regionale bijeenkomsten, betrekking hebbende op ouderenzorg en het welzijn voor ouderen, zijn zoveel mogelijk bijgewoond, en daarmee de BOSO zo goed mogelijk te laten functioneren.

Aanvragen om hulp en nadere informatie is te verkrijgen bij mevr. R. Rijpkema in Hengelo, tel. 462439 en mevr. A. Hakvoort in Keijenborg, tel. 462317.

NATIONALE COLLECTE AVO INTEGRATIE GEHANDICAPTEN 2 T/M 7 JUNI 1997

AVO helpt mensen met een handicap

Onder dit motto organiseert de vereniging AVO Integratie Gehandicapten de nationale collecte van 2 t/m 7 juni 1997. AVO is een landelijke organisatie en streeft naar gelijke behandeling en gelijke kansen voor gehandicapten.

Dezelfde rechten

Gehandicapte mensen hebben weliswaar dezelfde rechten als niet-gehandicapten, maar ze ondervinden op veel fronten onbegrip en worden achtergesteld. Ook wordt er te weinig rekening gehouden met deze anderhalf miljoen landgenoten. We bouwen een infrastructuur van winkelcentra, banken, zwembaden, wegen, restaurants, cafés etc., waar een niet-gehandicapte zich in thuis voelt, maar waar gehandicapten zich voor talloze drempels geplaatst zien. Gelukkig bestaan er instanties zoals AVO die meer begrip tonen. Niet om deze mensen te betuttelen. Maar om gehandicapten dezelfde maatschappelijke kansen te geven als waar ieder ander recht op heeft.

Anton Geesink maakt zich sterk voor AVO

Het werk van AVO Integratie Gehandicapten is een goede zaak, waar Anton Geesink graag zijn naam aan verbindt: "Ik heb gemerkt dat AVO hart voor de zaak heeft, dat AVO met grote betrokkenheid zijn werk doet. Dat spreekt me aan. Daar ga ik graag achter staan." Ook is Anton Geesink, net als AVO van mening dat gehandicapte mensen erbij horen. Dat ze onze aandacht verdienen. Door waardering en steun, doordat we onze tijd ter beschikking stellen en door giften. Die hulp, die steun is hard nodig. Sterker nog: mensen met een handicap hebben er recht op.

Projecten

Naast de individuele financiële hulpverlening biedt AVO gehandicapte mensen de mogelijkheid hun vakantie door te brengen in aangepaste stacaravans en bungalows. Het project AVO-Stoel maakt het voor veel mensen die slecht ter been zijn mogelijk dierentuinen, themaparken, natuurtuinen van Staatsbosbeheer en winkelcentra te bezoeken. Deze blauwe duwrolstoel wordt gratis ter beschikking gesteld en staat inmiddels op ruim 60 verschillende locaties in Nederland.

AVO-collecte

Om ervoor te zorgen dat gehandicapten dezelfde kansen krijgen als niet-gehandicapten, is veel geld nodig. Dat is dan ook de reden dat AVO collecteert. Menig gehandicapte heeft een fikse materiële achterstand. En daarbij gaat het niet om luxe zaken, maar om gewone voorzieningen die niet gemist kunnen worden in bepaalde persoonlijke situaties. Van 2 t/m 7 juni kan de collectant bij u aan de deur komen. Laat hem/haar niet voor niets aanbellen!

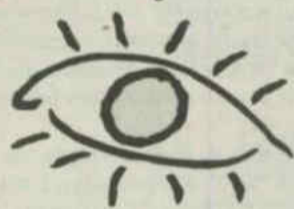
Uitbreiding metaalbewerkingsbedrijf Goma mag gezien worden

OPEN DEUREN BIJ GOMA OP ZATERDAG 7 JUNI
Onlangs heeft Goma te Hengelo Gld een nieuwe productiehul in gebruik genomen. "So What?" is wellicht uw reactie. Op alle industrieterreinen in Nederland rijzen immers momenteel nieuwe productieruimtes als paddestoelen uit de grond. Bij Goma is echter meer aan de hand. Het hart van het nieuwe pand is een automatisch werkend plaatmagazijn met daaraan gekoppeld een flexibele productiecel die is voorzien van een twaalfstal plaatverwerkende machines.

Niet het achtste wereldwonder, maar wel de eerste plaatwerkerij in Nederland die op deze manier werkt. Een van de aan het automatisch magazijn gekoppelde machines, een lasersnijmachine, is voorzien van een automatisch be- en ontladingsrichting en met deze machine lukt het de mensen van Goma zelfs om onbemand orders te draaien.

Dat Goma deze nieuwe op volle toeren draaiende productiehul met gepaste trots aan u wil tonen zult u vast begrijpen. Daarvoor wordt een ieder dan ook van harte uitgenodigd om een kijkje te komen nemen op de open dag die plaatsvindt op zaterdag 7 juni a.s. van 10.00-16.00 uur.

**Geef 's voor diabetes,
met het oog op
de toekomst**



Diabetes (suikerziekte) is geen onschuldige ziekte. Het kan leiden tot complicaties als oogaandoeningen, hart- en vaatziekten of problemen met de nieren. Wist u dat diabetes de belangrijkste oorzaak is van blindheid en slechtziendheid tussen 20ste en 74ste levensjaar in de westerse wereld?

Dankzij onderzoek komen we steeds meer te weten over diabetes. Onderzoek moet een oplossing brengen voor diabetes en bijkomende complicaties. Het Diabetes Fonds Nederland subsidieert veel diabetes-onderzoek. Geef het onderzoek dat extra zetje in de rug.



Giro 5766 - Bank 70.70.70.805

Diabetes Fonds Nederland, Amersfoort, Tel. 033 - 46 22 055

Help kinderen als Tvan.



Bestel wenskaarten en
cadeaus van UNICEF.
Bel voor de nieuwe catalogus
070 - 333 93 00
unicef

2-7 juni 1997



DE DIËTISTE GEEFT RAAD! VOEDINGSADVIES BIJ DARMKLACHTEN Hoe ontstaan darmklachten?

Als mensen last hebben van hun darmen, dan wordt dit wel het Prikkelbare Darmsyndroom (P.D.S.), Irritable Bowel Syndrome (I.B.S.) of spastisch colon genoemd. Bij deze darmaandoening kunnen verschillende klachten voorkomen, bijvoorbeeld buikpijn, afwisselend obstipatie (verstopping) en diarree, slijmvorming bij de ontlasting, een opgeblazen gevoel, winderigheid of gasvorming. Soms zijn de bewegingen die de dikke darm maakt in reactie op voedsel heviger en onregelmatiger (= spastisch) dan normaal. Echter, de oorzaak hiervan is niet bekend.

De werking van de darmen wordt beïnvloed door:

- voeding, met name de regelmaat van de maaltijden, het gebruik van voedingsmiddelen met veel voedingsvezel, prikkelende of gasvormende voedingsmiddelen en de hoeveelheid drinkvocht
- stress en hevige emoties
- uitstellen van het toiletbezoek
- roken
- beweging

Het is niet mogelijk om bij darmklachten een éénduidig advies te geven, juist omdat de klachten van tijd tot tijd kunnen wisselen. U zou kunnen denken dat u bepaalde voedingsmiddelen niet goed verdraagt, maar meestal blijkt het om een toevallige, éénmalige reactie te gaan. Het is belangrijk om te weten dat u een voedingsmiddel de ene keer beter kunt verdragen dan een andere keer. Blijf daarom regelmatig uitproberen of u voedingsmiddelen waar u eerst niet tegenkon, na verloop van tijd wel kunt verdragen.

Leefadviezen

- Een glas water, thee, sap of ander drinken op de nuchtere maag, brengt de darmen op gang.
- Begin de dag vervolgens met een stevig ontbijt. Een ontbijt is noodzakelijk voor een goede darmwerking. Een kop koffie of een bakje yoghurt is niet voldoende.
- Sla geen maaltijd over. Verstoring van de regelmaat (bijvoorbeeld in het weekend) kan de klachten verergeren.
- Neem voldoende de tijd om rustig te eten en goed te kauwen.
- Zorg voor veel lichaamsbeweging. Dit kan verstopping (= obstipatie) voorkomen of verhelpen. Probeer dagelijks een half uur te wandelen, te fietsen of een andere vorm van lichaamsbeweging te beoefenen.
- Neem de tijd om naar het toilet te gaan. Stel het toiletbezoek niet uit als u aandrang heeft. Wanneer u niet reageert op de aandrang heeft u kans dat deze helemaal verdwijnt, waardoor obstipatie kan ontstaan.
- Krampen, gasvorming of winderigheid kunnen ontstaan doordat u veel lucht inslikt, bijvoorbeeld door het kauwen van kauwgum, drinken met een rietje en roken. Het is belangrijk niet tegelijk te eten en te drinken. Door het eten met drinken 'weg te spoelen', kan veel lucht worden ingeslikt. Ook bij het tegelijkertijd eten en praten slikt u lucht in.
- Wees consequent in het toepassen van de adviezen. Tijdelijke aanpassing van uw voedings- en leefgewoonten geeft ook slechts tijdelijk verbetering van de klachten. Verstoring van de regelmaat zult u meteen merken in uw ontlastingspatroon.
- Gebruik geen laxeremiddelen of stoppende middelen op eigen initiatief. De darmwerking kan hierdoor nog meer verstoord worden. Overleg over het gebruik hiervan met uw huisarts.

Voedingsadviezen

Drink veel, minimaal 2 liter per dag

Voor een goede darmwerking is het noodzakelijk om veel te drinken (minimaal 2 liter per dag). Dit zijn minstens 15 kopjes op een dag. Vooral wanneer u meer voedingsvezel gaat gebruiken dan u gewend was, moet u veel drinken anders leiden de extra vezels juist tot verstopping.

Gebruik een vezelrijke voeding

Voedingsvezel zit in plantaardige producten en wordt niet verteerd door het lichaam. Voedingsvezel komt voor in het buitenste vliesje van de graankorrel, in fruit, in groente en in peulvruchten. Er zijn twee soorten voedingsvezel te onderscheiden: de oplosbare en de onoplosbare voedingsvezel.

- Oplosbare voedingsvezel zit vooral in fruit, groente en peulvruchten. Deze vezel bindt vocht in de darm zonder dat de hoeveelheid ontlasting veel groter wordt. Dit kan verbetering van diarree of dunne ontlasting geven.

- Onoplosbare voedingsvezel zit vooral in graanproducten. Deze vezel neemt in de darm vocht op waardoor de ontlasting zacht en soepel wordt. Ook neemt het volume van de ontlasting toe en wordt de druk in de dikke darm lager. Obstipatie en darmkrampen kunnen hierdoor minder worden. Het is belangrijk dat beide soorten vezel ruim en goed verdeeld over de dag in uw voeding voorkomen. Wanneer u meer voedingsvezel gaat gebruiken kunnen de eerste weken de klachten verergeren. Dit heeft te maken met gewenning van de darmen aan de grotere hoeveelheid. Dit gaat vrijwel altijd weer over na 1 tot 2 weken en laat dan juist een verbetering zien. Darmkrampen worden minder. U kunt deze klachten voorkomen door geleidelijk aan meer vezel te gaan gebruiken. Vezelrijke voedingsmiddelen zijn:

- groente, rauw en/of gekookt
- fruit
- peulvruchten zoals witte en bruine bonen, kapucijners en linzen
- gedroogde, geweekte vruchten zoals pruimen, rozijnen, krenten, vijgen en abrikozen
- brood, bij voorkeur volkoren- of roggebrood, muesli- of krentebrood, volkoren crackers, volkoren knäckebröd, knäckebröd met sesam- of maanzaad
- aardappelen, zilvervliesrijst, volkorenmacaroni en -spaghetti
- haverhout, grutten, muesli, volkorenmeel
- noten, pinda's, sesamzaad, lijnzaad
- volkorenkoeken, volkorenbiscuit, ontbijtkoek met rozijnen en/of noten

Soms lukt het niet om met gewone voedingsmiddelen voldoende vezel op te nemen. In die situatie kan de diëtist u aanraden een vezelproduct te gebruiken, zoals zemelen of een vezelrijk preparaat. Deze producten nemen in de darmen veel vocht op en maken de ontlasting soepel. Drink daarom nog meer wanneer u deze producten gebruikt. Als richtlijn kunt u aanhouden: 1 glas water extra wanneer u 1 eetlepel zemelen of een ander vezelproduct neemt. Wanneer u grote hoeveelheden zemelen gebruikt kan de opname van mineralen, zoals kalk en ijzer, in het lichaam moeilijker plaatsvinden. De diëtist adviseert u wat u het beste kunt gebruiken.

Beperk of vermijd gasvormende producten of gerechten
Darmkrampen, maar ook andere darmklachten kunnen verergeren door het eten van gasvormende voedingsmiddelen. De volgende voedingsmiddelen kunnen klachten geven:

- koolzuurhoudende dranken en bier
- kauwgum
- onrijpe banaan en meloen
- nieuwe aardappelen, komkommer en koolsoorten
- paprika
- peulvruchten
- prei en uien

Ook grote hoeveelheden vruchtensap, suiker en suikerbevattende producten kunnen last veroorzaken, evenals producten die gezoet zijn met sorbitol. U kunt de producten die u niet goed verdraagt - tijdelijk - weglaten.

Laxerende of stoppende voedingsmiddelen

Het is niet mogelijk aan te geven welke voedingsmiddelen laxerend of stoppend werken: het effect van voedingsmiddelen kan van persoon tot persoon verschillen. Alleen wanneer u merkt dat uw klachten toenemen door bepaalde voedingsmiddelen is het zinvol deze tijdelijk te beperken.

Meer informatie:

Voor meer informatie (ook andere vragen op voedingsgebied) kunt u terecht bij de diëtiste mev. Lamers. Iedere donderdagmiddag van 14.00 tot 16.00 uur is zij aanwezig in de apotheek te Hengelo Gld. Gaarne vooraf een afspraak maken (tel. 0575-461010). Indien u op dit tijdstip verhinderd bent, is in overleg een andere tijd bespreekbaar.

De eerste twee algemene voedingsadviezen zijn gratis.



U.V.V. OUDERENMIDDAG MET DHR. R. KREUNEN

Hengelo Gld. omstreeks 1900

De straten waren nog maar gedeeltelijk verhard. Auto's waren er zeer weinig, een ieder

gevoelde eerbiedig aan de kant wanneer er een auto opkwam. Het rijbewijs halen was een zaak van durf, je ging maar proberen, met een snelle vaart de poort door bij het autobedrijf en in de buurt van het gemeentehuis had je hem in bedwang! Autorijlessen bestonden nog niet en van verkeersregels had men ook nog geen weet. Wanneer je dit ziet, denk je onwillekeurig aan de beelden op T.V. van de ontwikkelingslanden, zo is het dus ook bij ons geweest. Nu zitten we midden in een zeer jachtig, drukke tijd. Kijk alleen maar naar het verkeer. Zoveel auto's, zoveel regels, hoe verder naar het westen van het land, hoe meer drukte! Het is daarom erg leuk om een middag terug te gaan in de tijd. Ook toen gebeurde er toch van alles. De kwajongens streken, de sterke verhalen, zoals dhr. R. Kreunen het zo smakelijk kan vertellen. En dan die oude namen, bij velen nog bekend. Ook nu vind je dezelfde namen nog terug, al kun je met de voornamen tegenwoordig dikwijls geen herkenningpunten herleiden. Maar goed dat de achternamen door de jaren heen hetzelfde blijven.

Verhalen hoor je b.v. van de mensen van het "Kervel", de fam. van Twickel, welke veel voor de bevolking van Hengelo Gld gedaan heeft. Ook de tram heeft een grote rol gespeeld in die jaren, evenals de markten. De paardenmarkt nu nog steeds aanwezig, de biggenmarkt met in 1927 een aanvoer van 12.248 stuks, bijna niet te geloven. De biggenmarkt bestaat niet meer, evenals de vele café's in die dagen. Een combinatie van café met een middenstandsbedrijf, zoals café met bakkerij, café met kapper of café met slagerij was in die dagen heel gewoon. Allemaal voorbij en gespecialiseerd tegenwoordig. Het waren moeilijke, maar ook heel gezellige, gemoedelijke tijden. Logement plus stalhouderij hoorde ook in die jaren!

Dan nog een indruk van oude panden, nu allemaal weer opgeknapt of ze moesten wijken voor nieuwe bouwwerken of nieuwe straten. Sommige dingen worden weer in ere hersteld, zoals het "meistersbankje" bij de kerk en de gebeurtenissen rondom de "Muldersfluite", nog altijd een grote attractie en traditie op Hemelvaartsdag.

Er is veel veranderd door de jaren heen, zeker ook in Hengelo Gld. Af en toe terugblikken is zeer de moeite waard! Fijn dat deze laatste middag in het seizoen ook goed bezet was.

Nederlandse Grand Prix Motocross 500 cc 8 juni in Halle WORDT SHAYNE KING DE KONING VAN DE KAPPENBULTEN?

Regerend wereldkampioen de Nieuw-Zeelandse Shayne King heeft het dit seizoen al meer malen laten weten: hij hunkert naar een technisch circuit. Op het altijd lastige circuit "de Kappenbulten" in het Gelderse Halle hoopt King, tijdens de Nederlandse Grand Prix Motocross, met zijn technische rij-capaciteiten in het voordeel te zijn ten opzichte van zijn concurrenten. Op het zandcircuit in het Belgische Lommel en in de modder van Payerne (Zwitserland) moest hij de concurrentie voor laten gaan. Deze concurrentie wordt aangevoerd door de huidige leider in de WK-tussenstand de Belg Joël Smets. Ook Smets, een zandspecialist bij uitstek, hoopt in Halle hoge ogen te gooien. Naast King en Smets moet ook met Andrea Bartolini (Italië) op een 4-takt Yamaha en Kurt Nicoll (GB) ter dege rekening gehouden worden. In hoeverre de Amerikaanse ex-wereldkampioen (klasse 125 en 250 cc) Trampas Parker op zijn experimentele Vertimati 4-takt motor zich in de strijd kan mengen zal in de eerste plaats afhangen of zijn motor geen kuren zal vertonen. Parker weet wat hem op "de Kappenbulten" te wachten staat. In maart van dit jaar won hij er met speels gemak nog een internationale cross.

Nederlandse deelname

De Nederlandse inbreng wordt aangevoerd door de met een Duitse licentie rijdende Gert Jan van Doorn. Van Doorn, vijfde in de actuele WK-tussenstand laat iedere Grand Prix weer zien dat hij dit seizoen in grootse vorm verkeerd. Podiumplaatsen in België en Zwitserland waren al zijn deel. De overige Nederlandse deelnemers zijn: Erik Davids, Marc Vorstenbosch, Erik Schut en Marcel Flore. Als rijders uit het Oost Gelderse staat Willie van Wessel (Doetinchem), Peter Bergsma (Hummelo), Gert Jan Boekhorst (Baberich) en Jef Jansen (Eibergen) op de deelnemerslijst. Van Willie van Wessel wordt verwacht dat hij de nodige punten bijeen zal rijden. Om zich echter in de strijd om de voorste plaatsen te kunnen mengen zal hij op zijn favoriete circuit alles uit de kast moeten halen.

Wedstrijdindeling

Op zaterdag 7 juni worden de kwalificatie trainingen gehouden. De veertig snelste rijders van de kwalificaties mogen op zondag (8 juni) achter het startheek plaats nemen voor een strijd in twee manches om de fel begeerde WK-punten. De start van de 1e manche is om 13.30 uur en die van de 2e manche om 16.00 uur.

OPEN MORGENS

KRUIDENTUIN 't ZUNNEHOFKEN

De kruidentuin 't Zunnehofken is een openbare tuin, gelegen aan de Piersonstraat (nabij de Rabobank). Het ontstaan van deze tuin is een initiatief van een werkgroep van de Nederlandse Bond van Plattelandsvrouwen, afdeling Zelhem. Het doel is om het gebruik van kruiden uit lang vervlogen tijden te stimuleren en te promoten.

De vrijwilligsters die het beheer en onderhoud van de tuin verzorgen, nodigen een ieder uit om de tuin te bezoeken. Dit kan dagelijks omdat de tuin vrij toegankelijk is. Tussen de perken bevinden zich verharde paden, die ook toegankelijk zijn voor rolstoelgebruikers. Bij elke plant staat een bordje met zowel de Nederlandse als de Latijnse naam. Daarnaast worden er tijdens de zomermaanden open morgens gehouden, om informatie te verstrekken over de verschillende kruiden en een smakelijk kruidenhapje te presenteren. Het recept van deze hapjes kan gratis meegenomen worden. De open morgens worden gehouden op de donderdagochtenden 29 mei, 12 en 26 juni, 10 en 24 juli, 7 en 21 aug. en 4 sept. telkens van 10.00 tot 11.30 uur.

MAAG
LEVER
DARM
STICHTING

