

DE RECLAME

Eindeloos genieten
van kalfsvlees



kalfsschnitzels **2⁹⁵**
100 gr.

Kalfsconfetti, 100 gr., **2³⁵**

Duitse Biefstuk, ±150 gr., per stuk **3⁹⁵**

Rundergehakt, 1 kilo. **9⁹⁵**

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 **2.99**
(max 2 kg per klant)

MALSE VARKENSLAPPEN 500 gram **4.95**



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

Speciaalzaak
in groenten en fruit



Kerkstraat 6 Hengelo Gld.
Tel: (0575) 46 10 54

Groente en Fruitreclame:

Grote witte of rode kool,
per stuk **0.98**

Stoofperen, 3 kilo of
Zoete Appels, 3 kilo **5.98**

Rauwkostreclame:

Confetti salade
100 gram **0.98**

Kerrie salade
100 gram **0.98**

geldig van 17 t.e.m. 21 november

BOSMAN
GROENSPECIALIST
Hoveniersbedrijf en kwekerij
tuinadvies
ontwerpen
aanleg
onderhoud
sierbestrating
kwekerij

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

HALFMAN B.V.
boomkwekerij
tuinaanleg
hoveniersbedrijf

Rondweg 2a - Hengelo Gld.
Tel. 0575-461424

Brillen
waarmee je
gezien mag
worden



Köhler-Wissink
JUWELIER-OPTICIËN
Spaistraat 15 Hengelo Gld. Telefoon (0575) 46 13 74

Wij gaan verhuizen en
laten u profiteren !!



10% - 20% - 30%
40% - 50% Korting

Op:

Rohde - Verhulst - JJ - Durabel
Rieker - van Lier - Brakkies
en vele andere merken

Vanaf medio februari op een nieuw adres:
Raadhuisstraat 27 Hengelo Gld.
(t.o.v. gemeentehuis)

Schoenmode Hermans

Past. Thuisstraat 8
Keijenborg
tel: 0575 - 461669



Nog geen kerstgevoel?

Toch ligt de nieuwe Intercard-
collectie nu al bij ons ter inzage, want
uw kerst- en nieuwjaarskaarten
bestelt u nu.

Voor de originaliteit,
kwaliteit en het grote aanbod
zullen u aanspreken.

Nu met unieke kaarten voor
WWF en Amnesty International.

Intercard Kaarten:
Het visitekaartje van uw bedrijf.



DRIUKKERIJ WOLTERS

Regelinkstraat 16 - Hengelo Gld.
tel. 0575-461455 / fax 0575-463521

intercard

**Kerstkaarten +
Nieuwjaarskaarten**

Van uw eigen negatieven.
Verschillende teksten mogelijk.
Minimale afname 10 stuks.

Prijs per stuk incl. envelop **0.69**

Winter films

3 films 24 + 3 opname 200 ASA

voor **14.95**

voor de donkere dagen

3 films 24 + 3 opname 400 ASA

voor **18.95**

Fotostudio Hans Temmink

Spaistraat 10
7255 AC Hengelo Gld
(0575)-462386

Dorpsstraat 20
7251 BB Vorden
(0575)-552812

Voor kwaliteit en service

VRIJDAG Aktie Ruit Repareren/ Kenteken Graveren in Hengelo Gld



Kostenloos Voorruit Repareren en Ruit Inspecteren vanaf WA+

Een van elke drie sterren in voorruit van auto's scheurt door, soms pas na langere tijd. Dat betekent bij vervanging van de voorruit vaak een eigen risico van f 300,- voor de eigenaar. Ook kan bij een verplichte keuring de auto op een ster worden afgekeurd. Daarom is het beter om uw voorruit te laten repareren. De Safe Sight Ruitreparatiemethode zorgt voor een nagenoeg verdwijnen van de ster en verder doorscheuren wordt voorkomen. U rijdt weer veiliger. Indien u WA Plus, Casco of All Risk verzekerd bent, is de sterreparatie voor u zonder kosten: de rekening wordt rechtstreeks bij uw verzekering ingediend. Bent u voor ruitschade verzekerd en wordt u doorverwezen naar een ruitschadespecialist, dan kunt u ook bij Automark terecht. Wilt u voor de benodigde gegevens uw groene kaart meenemen?

Graveren noodzakelijk, auto-alarm aanbevolen!

Vandaag de dag is een startonderbreker alleen niet meer voldoende: uw auto staat zo op een trailer. Met het gegraveerde kenteken in de ramen is uw auto echter onaantrekkelijk geworden, want bij eventuele verkoop met valse papieren moeten alle ramen worden vervangen. Kenteken Graveren is de goedkoopste preventie en de beste aanvulling op andere anti-diefstalmaatregelen. Van de gestolenauto's is 50% een Opel of een Volkswagen. Graveren wordt aanbevolen door Politie, ANWB, Verzekeringen en de Consumentenbond! Voor WA verzekerden heeft Automark een prima werkend auto-alarm: door de doe-het-zelver binnen tien minuten te monteren of op een volgende auto over te plaatsen. Prijs slechts f 219,-. Effectief en supersimpel. Twee draadjes aan de accu vastmaken (+ en -); klaar! Het alarm werkt met afstandsbediening. Vraag een vrijblijvende demonstratie!

AKTIE RUIT REPAREREN/KENTERKEN GRAVEREN GRATIS VOORRUITINSPECTIE

Deze week houdt het snelle kwaliteitsteam van Automark, dat al 12 jaar in Nederland professioneel kentekens graveert, speciaal in Hengelo Gld. een Aktie Ruit Repareren/Graveren. Op uw verzoek wordt uw voorruit ter plekke gratis door Automark geïnspecteerd en krijgt u een geheel vrijblijvend advies m.b.t. eventuele beschadigingen. Door de snelle werkmethode zijn er meestal geen wachttijden en hoeft u geen afspraak te maken. Het aanbrengen van gravures kost slechts enkele minuten, een ruitreparatie duurt een half uurtje en gebeurt vaak tegelijkertijd met het graveren. Meldt u zich voor het Ruit Repareren of de Voorruitinspectie daarom direct bij de reparateur/graveur. Klaar terwijl u winkelt! Reparatie van de voorruit is voor WA Plus en All Risk verzekerd zonder kosten. Het graveren van het kenteken met NL kost f 25,- per auto. Dit is inclusief 2 waarschuwingsstickers op de voorportieren. Voor 10,- extra kunt u een speciale reflectielaag over de gravures laten aanbrengen (ook als deze al is gegraveerd), waardoor deze ook bij regen en 's avonds bij weinig licht goed zichtbaar blijven. U kunt terecht op vrijdag 20 november van 09.00 tot 17.30 uur op de parkeerplaats Sporthal 'De Kamp' aan de Sarinkkamp. Bij regen en/of kou kunt u rustig in de auto blijven zitten.

LET OP DE GELE TENT VAN AUTOMARK

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

20 EEUWEN NEDERLAND EN DE NEDERLANDERS

Op 10 nov. j.l. is bij Waanders Uitgevers in samenwerking met het Rijksmuseum te Amsterdam een nieuw verzamelwerk onder titel 20 eeuwen Nederland en de Nederlanders verschenen.

Unieke thematische opzet

20 eeuwen Nederland en de Nederlanders is een 52-delig verzamelwerk over de historie van ons land en de mensen die er geleefd hebben. Vanaf de verschijning van de eerste aflevering op 10 november zal gedurende twee jaar lang elke 14 dagen een nieuwe aflevering uitkomen. Elke aflevering is volledig gewijd aan één thema. Naast een verhelderende inleiding bevat elk deel een aantal hoofdstukken waarin alle belangrijke aspecten met betrekking tot het thema worden besproken, mede aan de hand van tientallen treffende illustraties. Elk deel besluit met een kroniek, waarin de lezer alle belangrijke data kan terugvinden. Omdat 20 eeuwen Nederland en de Nederlanders wordt uitgegeven als naslagwerk worden er speciaal voor deze serie drie linnen verzamelbanden vervaardigd.

Strijd tegen het water

De eerste aflevering van 20 eeuwen Nederland en de Nederlanders heeft als thema Strijd tegen het water. Hiermee wordt meteen het meest wezenlijke onderwerp uit onze historie besproken. De actuele ontwikkelingen van de laatste weken hebben opnieuw geleerd dat ons land simpelweg niet zou bestaan zonder de voortdurende strijd tegen het zee- en rivierwater. Deze aflevering geeft op heldere en pakkende wijze inzicht in de historische ontwikkelingen van dit gevecht en daarmee staat dit nummer model voor de benaderingswijze van het hele verzamelwerk.

In samenwerking met het Rijksmuseum

De makers van 20 eeuwen Nederland en de Nederlanders hebben grote ervaring in het samenstellen van verzamelwerken. Eerder verschenen bij Waanders Uitgevers onder de titel Ach Lieve Tijd meer dan 35 geschiedenissen van steden en streken in Nederland. Ruim 500.000 lezers denken met veel plezier terug aan de heerlijk uren die deze serie hen bracht. 20 eeuwen Nederland en de Nederlanders wordt uitgebracht in samenwerking met het Rijksmuseum te Amsterdam. de lancering van de serie loopt parallel met de heropening van de afdeling Nederlandse Geschiedenis van het Rijksmuseum door kroonprins Willem Alexander.

Verkrijgbaarheid

De afleveringen van 20 eeuwen Nederland en de Nederlanders zijn elke 14 dagen opnieuw in ca. 6000 boekhandels, kiosken en supermarkten verkrijgbaar voor f 7.95 (aflevering 1 kost ter kennisgeving f 4.95). Het is echter ook mogelijk via Media Expresse een abonnement op de serie te nemen.

Lancering

De eerste weken na de verschijning zal 20 eeuwen Nederland en de Nederlanders op grootscheepse wijze worden gelanceerd. Het publiek zal kennis kunnen nemen van de uitgave door honderden commercials op een groot aantal radiozenders en daarnaast advertenties en brochures in vele publicatiebladen.

5 JAAR VAKGARAGE HANS SLOOT



GRATIS WINTERINSPECTIE

Met medewerking van



GROOT KORMELINK

brillen en contactlenzen

Hengelo G. Spalstraat 27 - Tel. 0575-461771

* gratis oogmeting

* old timer show

* ballonnen wedstrijd
voor de kinderen

vrijdag 20 november

van 9.00 tot 20.00 uur

zaterdag 21 november

van 9.00 tot 17.00 uur

VAKGARAGE®



HANS SLOOT

Ruurloseweg 50 - Hengelo - Tel. 0575-461871

SAMEN OP DE GOEDE WEG

Kortingsweken bij Tacx Schoenmode

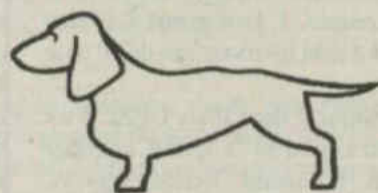
Deze week: dames comfortschoenen

In de week van 17 november tot en met 21 november

25% korting

op dames comfortschoenen van de merken:

Durea - Ortho - Helioform - Verhulst - Jenny - Rieker



Tacx Schoenmode - Raadhuisstraat 27 - Hengelo (Gld.) - ☎ (0575) 462547

Aan het einde van deze pagina zijn de meeste ME-patiënten al doodop.

Help zoeken naar de oorzaak. Giro 373111 t.a.v. *me* fonds te Amsterdam

VAKGARAGE OCCASIONS

Fiat Tipo	1994	blauw	Peugeot 405 station	1990	grijs
VW Golf CL	1993	rood	Ford Sierra LPG	1991	wit
VW Vento CL	1994	do-blauw	Fiat Uno Turbo	1987	zwart
Hyundai H100	1995	wit	Seat Marbella	1998	rood
Fiat Punto 60 S	1995	donkerrood	VW Golf	1982	blauw
Mazarrati	1989	grijs	Volvo 940 GL	1991	do-rood
Alfa Romeo GTV	1981	rood	Alfa Romeo 155 2L TD	1993	groen-met.
Opel Kadett	1990	grijs	Fiat Punto 4 drs	1994	rood
Ford Escort 1.4	1991	wit	Lancia Dedra TD, Airco	1994	groen met.
Fiat Tipo DGT 2.0	1991	met. grijs	Suzuki Alto	1987	wit
Fiat Panda 1000 CL	1989	wit	Nissan Florida	1989	grijs met.
Saab 900 Turbo	1982	blauw	Suzuki Trooper 28 TD	1990	grijs met.
Seat Marbella	1993	grijs met.	Motor Yamaha XV 750	1993	zwart
Opel Kadett	1989	grijs/beige			

VAKGARAGE®

HANS SLOOT

Ruurloseweg 50 - Hengelo - Tel. 0575-461871

samen op de goede weg

DE DIËTISTE INFORMEERT:

Voeding, vet en vaten

Wat is goed en wat kunnen we beter laten?

Gelukkig hoeven we niet machteloos af te wachten of we er mee te maken krijgen. Een gezonde manier van leven en eten helpt de kans op een hartinfarct bijvoorbeeld verkleinen. Die gezonde leef- en eetgewoonten verkleinen ook de kans op bepaalde andere ziekten zoals kanker. Maar, door alle verschillende voedingsadviezen besluiten veel mensen om er gewoon niet meer op te letten. 'Is het voor het ene goed, dan is het voor het andere slecht' en 'je mag tegenwoordig niks meer' zijn veel gehoorde argumenten. Natuurlijk staat het onderzoek niet stil en de ene onderzoeker beweert iets wat de ander weer ontkent, dat hoort er blijkbaar bij. Om het niet moeilijk te maken beperk ik mij tot adviezen waaraan op dit moment geen deskundige twijfelt.

Beperk verzadigd vet

Een overmaat aan verzadigd vet in de voeding verhoogt het cholesterolgehalte in het bloed, het slechte cholesterol wel te verstaan. Maar ja, ziet u aan de buitenkant van een levensmiddel of en hoeveel verzadigd vet erin zit? En hoeveel is te veel? Grofweg kun je stellen dat je een heel eind in de goede richting bent door bij zuivelproducten, dus ook bij kaas en bij vlees en vleeswaren, zoveel mogelijk de magere soorten te kiezen. Kies ook één of twee keer per week vis in plaats van vlees. Vis is meestal niet zo vet. Vis die wel vet is, bevat grotendeels onverzadigd vet en dat is juist goed voor hart- en bloedvaten. Bovendien blijkt dat het vet in vis het ontstaan van bloedstolsels helpt voorkomen. Kies als broodsmeersel een product dat uit de koelkast smeerbaar is. Dat laatste is een teken dat er veel onverzadigd vet in zit.

Gezond gewicht

Overgewicht, vooral als het vet uw middel als verblijfplaats heeft uitgekozen, verhoogt het cholesterolgehalte, maar dat niet alleen. Het heeft ook een ongunstige invloed op uw bloeddruk. Wanneer is uw gewicht te hoog? Officieel bent u te zwaar als het volgende rekensommetje bij u een getal boven de 25 oplevert. Een gezond gewicht levert een getal tussen de 20 en 25 op. De formule is als volgt: uw gewicht in kilo's: (uw lengte in meters x uw lengte in meters). Voorbeeld: u bent 1.73 en weegt 66 kilo. Dan ziet het er als volgt uit: $66: (1.73 \times 1.73) = 22$. Als u een getal boven de 25 krijgt is uw gewicht te hoog (tenzij u erg sportief bent en dus veel kilo's spierweefsel hebt). Voor uw lichamelijke gezondheid zou wat minder wegen beter zijn, maar dat gaat niet bij iedereen op voor de geestelijke gezondheid. Overweeg de voor- en nadelen daarom zorgvuldig voordat u besluit iets aan uw gewicht te doen. Ook een paar kilo minder is al zinvol, laat u dus niet ontmoedigen als u 20 kilo moet afvallen om op het 'officieel' gezonde gewicht te komen. Met vier of vijf kilo's minder bewijst u uzelf ook al een dienst.

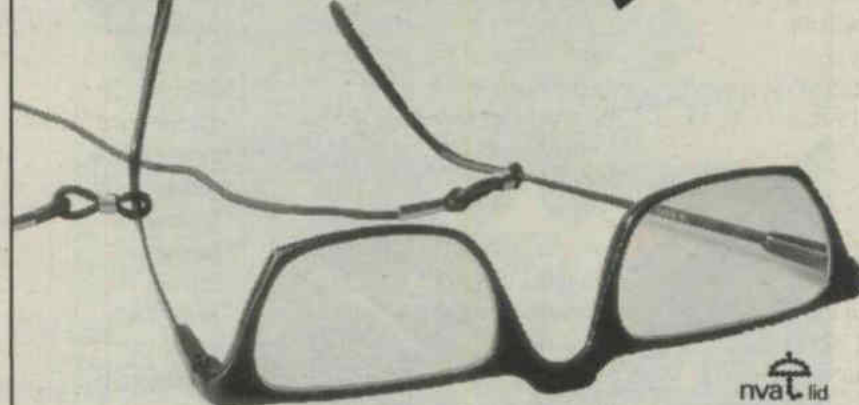
Voldoende groenten en fruit

Er komt steeds meer wetenschappelijk bewijs dat groenten en fruit beschermend werken tegen het ontstaan van kanker en hart- en vaatziekten. Het verlagen van het cholesterolgehalte in het bloed verkleint de kans op een beroerte (herseninfectie) niet. Ruim gebruik van groenten en fruit maakt die kans wel kleiner. Het advies luidt: minimaal 200 gram groenten en twee porties fruit per dag, maar meer mag ook. Het hoeft niet omslachtig te zijn; diepvries groenten, vruchtensap en dergelijke tellen net zo hard mee voor die 200 gram groenten en twee porties fruit.

Vezels ook belangrijk

Vezels haalt u uit groenten en fruit. En door te kiezen voor volkoren brood en pasta, zilvervliesrijst en peulvruchten als bruine bonen en capucijners, krijgt u er nog meer van binnen. Bepaalde vezels helpen het cholesterolgehalte verlagen. Andere zijn weer extra gunstig voor een goede darmwerking, bovendien verkleinen ze het risico op kanker.

OOK ZO'N HEKEL AAN KLEINE LETTERTJES?



De ene polis is de andere niet. Ook al lijkt dat in eerste opslag wel zo. Details en voorwaarden maken het verschil. Als NVA-assurantie-adviseur zorgen we ervoor dat de risico's die u wilt verzekeren door de juiste polis worden gedekt. En mocht u onverhoopt een beroep doen op de polis, dan staan wij aan uw kant bij de afwikkeling van de schade.

Memelink & Bergervoet

Assurantiën en financiële diensten
Spalstraat 11 Hengelo Gld. Tel. (0575) 46 15 21

Hoe gevaarlijk is een ei?

De bekende eidooier en ook het stukje lever bevat vrij veel cholesterol. Om die reden zijn we er misschien te huiverig voor (gemaakt). Uit onderzoeken naar onze Nederlandse eetgewoonten blijkt dat de hoeveelheid cholesterol die we met ons eten binnen krijgen best meevalt. We hoeven dus niet al te krampachtig te doen over een keer een eitje extra. En van een stukje gebakken lever met uitjes hoeft u zich niet ongemakkelijk te voelen. Overdrijven is natuurlijk niet goed, maar waar geldt dat nou niet voor? We kunnen meer winst voor onze gezondheid halen uit het omlaag brengen van de hoeveelheid verzadigd vet in ons eten.

Let op zout

Zout past niet in het rijtje cholesterol verhogende of verlagende voedingsstoffen. Toch mag een stukje daarover niet ontbreken. Zout kan namelijk bloeddrukverhogend werken. En via die weg een belasting voor uw hart- en bloedvaten vormen. Probeer er zuinig mee te zijn, vervang het door kruiden en specerijen. Soep met minder zout flauw? Maak 'm extra pittig met verse rode pepers of lomboks. Het overgrote deel van het zout dat we binnen krijgen, halen we uit kant-en-klaar producten zoals sauzen en soepen. Grijp er daarom niet te vaak naar.

Stoppen met roken?

Dat roken een gewoonte is die veel nare gevolgen kan hebben, hoeft niemand u te vertellen. Soms is angst voor gewichtstoename een reden om er niet mee op te houden. Kijken we alleen naar het effect op de gezondheid, dan is drie of vier kilo meer wegen verreweg te verkiezen boven doorpaffen. Maar er is natuurlijk ook nog de esthetische kant. Want zeg nou zelf, een frisse adem, geen gele nicotine vingers en een frissere uitstraling, dat is esthetisch gezien toch ook wat waard? Mocht het met het gewicht uit de hand lopen, dan kunt u altijd contact opnemen met de diëtist.

Alcohol met mate

Voor een bescheiden alcoholgebruik bestaat meestal geen bezwaar. Voor de dames zijn twee glaasjes en voor de heren drie glaasjes per dag verantwoord. Meer drinken kan zowel negatieve invloed hebben op uw bloeddruk, de hoeveelheid vet rond uw middel en de hoeveelheid triglyceriden (vetten) in uw bloed. Als u al geplaagd wordt door één van deze extra risicofactoren is het verstandig nog minder alcohol te gebruiken.

Tot slot

Waarom zou u zich speklapjes onttrekken, wandelingen gaan maken, de sigaret afzweren als er toch pilletjes zijn om het cholesterolgehalte te verlagen? Gezonde voeding is niet alleen goed voor uw cholesterolgehalte, het pakt ook andere risicofactoren aan zoals bloeddruk en gewicht. Het ondersteunt het effect van de tabletten (als die nog nodig zijn). Bovendien bieden gezonde eet- en leefgewoonten bescherming tegen meer ziekten dan alleen tegen die het gevolg van een hoog cholesterolgehalte kunnen zijn. Tot slot, ze leveren u geen ongewenste bijwerkingen op en maken dat u waarschijnlijk met minder medicijnen toe kunt.

Meer informatie

Mw. E.F.M. Lamers, diëtiste

Iedere donderdagmiddag van 14.00 - 18.00 uur aanwezig in de apotheek te Hengelo(Gld)

Gaarne vooraf een afspraak maken via tel. 0575 - 46 10 10.

Mocht u op donderdagmiddag verhinderd zijn, dan is in overleg een ander tijdstip bespreekbaar

De eerste twee algemene voedingsadviezen zijn gratis

Steentje op voorruit gehad? Auto beveiligen?

VRIJDAG DRIVE-IN STER REPAREREN/ KENTEKEN GRAVEREN IN HENGELO GLD



Kosteloos voorruit repareren en ruit inspecteren vanaf WA+

Een barstje of een sterretje in je voorruit zal in veel gevallen, ook na langere tijd, door gaan scheuren. De winter komt eraan: bevriezende vocht in de ster doet door uitzetting de ruit verder barsten. Plak daarom altijd eventuele sterren af met een stukje cellotape! Doorscheuren betekent vrijwel zeker vervanging van de voorruit en dus ook het betalen van eigen risico aan de verzekeraar. Bij een APK keuring kan de auto op een ster worden afgekeurd. Het is daarom beter om de voorruit te laten repareren. De Safe Sight Ruitreparatiemethode zorgt veelal voor een nagenoeg verdwijnen van de ster en verder doorscheuren wordt voorkomen. Uw zicht is verbeterd: u rijdt weer veiliger. Indien u WA Plus, Casco of All Risk verzekerd bent is sterreparatie voor u vrijwel altijd zonder kosten en zonder eigen risico. De rekening wordt door de reparateur rechtstreeks bij uw verzekering ingediend. Bent u voor ruitschade verzekerd en wordt u doorverwezen naar een ruitschadespecialist, dan kunt u ook bij Automark terecht. U moet voor de juiste verzekeringsgegevens wel uw groene kaart meenemen.

Autodiefstal stijgt schrikbarend:

autoalarm ook voor WA verzekerden aanbevolen

Na een korte periode van teruggang worden er weer meer auto's gestolen, vaak oudere auto's en voor 50% betreft het een Opel of een Volkswagen. Een startonderbreker is niet meer voldoende. Politie, ANWB, verzekeringen en de Consumentenbond bevelen daarom het kenteken graveren aan: zeer goedkoop en effectief. Van een gestolen auto met gravures in alle ruiten moet men alle ramen vervangen om hem door te kunnen verkopen, want op de (valse) papieren staat een verkeerd kentekennummer. Voor WA verzekerden heeft Automark een prima werkend zelfinbouw autoalarm: eenvoudig binnen 10 minuten te monteren of op een volgende auto over te plaatsen. Prijs slechts f 219,—. Effectief en supersimpel. Twee draadjes aan de accu vastmaken (+ en -) klaar!. Het alarm werkt met afstandsbediening. Vraag een vrijblijvende demonstratie.

Aktie op de parkeerplaats van sporthal De Kamp aan de Sarinkkamp. Gratis voorruitinspectie

Dezeweek houdt het snelle kwaliteitsteam van Automark, dat al 12 jaar professioneel kentekens graveert, speciaal in Hengelo Gld een actie ruit repareren/graveren. Op uw verzoek wordt uw voorruit ter plekke gratis door Automark geïnspecteerd en krijgt u een geheel vrijblijvend advies m.b.t. eventuele beschadigingen. Door de snelle werkmethode zijn er meestal geen wachttijden en hoeft u geen afspraak te maken. Het aanbrengen van gravures kost slechts enkele minuten, een ruit reparatie duurt een half uurtje en gebeurt vaak tegelijkertijd met het graveren. Meldt u zich voor het ruit repareren of de voorruitinspectie daarom direct bij de reparateur/graveur. Klaar terwijl u winkelt. Reparatie van de voorruit is voor WA Plus en All Risk verzekerden zonder kosten. Het graveren van het kenteken met NL kost f 25,— per auto. Dit is inclusief 2 waarschuwingsstickertjes op de voorportieren. Voor f 10,— extra kunt u een speciale reflectielaag over de gravures laten aanbrengen (ook al is deze ingegraveerd), waardoor dat ook bij regen en 's avonds bij weinig licht goed zichtbaar blijven. U kunt terecht op vrijdag 20 november van 9.00 tot 17.30 uur op de parkeerplaats bij sporthal de Kamp aan de Sarinkkamp te Hengelo Gld. Bij regen/of kou kunt u rustig in de auto blijven zitten.

HARTVERWARMENDE BREI-AKTIE

Wat kun je restjes wol prachtig omtoveren in lekker warme sjaals, mutsen, wanten en sokken. Wat zijn er al veel mensen druk in de weer geweest. Begin december vertrekt er weer een vrachtwagen naar Roemenië, dus wie nog wil breien voor de allerarmste kinderen, het kan nog. Uiterlijke inleverdatum 28 nov. a.s. 't Lijkt er op dat we weer veel kerstpresentjes kunnen maken. Vooral sokken hebben we nodig. Een financiële bijdrage is ook welkom, we kunnen daarmee zelf aanvullen wat nog ontbreekt. Stichting COEH Hengelo Gld, rek.nr. 3274.52.714 o.v.v. brei-aktie.

Hermien Hiddink,	Vordenseweg 58,	Hengelo,	tel. 462238
Jo Lubbers,	Zuivelweg 18,	Hengelo,	tel. 463150
Rinie Disbergen,	Varsselseweg 25,	Hengelo,	tel. 461425
Dorie Tolkamp,	Pastoriestraat 30,	Keijenborg,	tel. 462923
Marijke Hilderink,	Kerkstraat 11,	Keijenborg,	tel. 461293
Wolwinkel Regelink,	Raadhuisstraat 5,	Hengelo	

ANBO AFD. HENGELO BESTAAT 10 JAAR

In november zal het 10 jaar geleden zijn dat de afd. Hengelo Gld van de ANBO werd opgericht. Tevens is het dan precies een jaar geleden dat de afdelingen Hengelo Gld en Steenderen werden samengevoegd. Dit feit zal worden herdacht op 18 november met een ledenbijeenkomst, voorafgegaan door een (kleine) receptie. Een en ander vindt plaats in Steenderen en wel in zaal De Engel aan de Dorpsstraat, aanvang 14.00 uur.

HANDTEKENINGEN SENIORENTAXI NAAR GEMEENTEBESTUUR

Op 1 oktober 1998 vond in sporthal De Kamp in Hengelo Gld een manifestatie plaats in het kader van de landelijke Dag voor de Ouderen. Bij gelegenheid van die manifestatie hebben de Ouderenbonden ANBO, afd. Hengelo Gld/Steenderen en de KBO Hengelo een snelle handtekeningenactie ondernomen. De handtekeningen dienden ter ondersteuning van de volgende stellingname: De Ouderenbonden ANBO Hengelo/Steenderen en KBO Hengelo betreuren het besluit tot stopzetting van de financiering Senioren taxi in Hengelo. De Ouderenbonden zijn tevens van mening dat onvoldoende aandacht is besteed aan een vergelijkend onderzoek naar de kwaliteit van dienstverlening, zoals die verstrekt wordt door de lokale seniorentaxi (van firma Lammers) en het regionale taxisysteem Mobimax. Het resultaat van de bliksemactie was ruim zeventig handtekeningen. Saillant detail is daarbij dat ongeveer tien handtekeningen naderhand binnenkwamen via het lokale bondsorgaan van de ANBO, de Anbode. Een dergelijke reactie is zelden te verkrijgen, waaruit geconcludeerd mag worden dat de Senioren taxi de ouderen van Hengelo na aan het hart ligt. Het pakket handtekeningen is het gemeentebestuur ter hand gesteld, met het verzoek goede nota te nemen van dit signaal.

De betrokken ouderenbonden zijn verder van mening dat het de gemeente Hengelo tot eer zou strekken dit signaal zo serieus te nemen dat alsnog besloten wordt het vergelijkend onderzoek uit te voeren. Uitgangspunt zou dan kunnen zijn een prijs-kwaliteits vergelijking, waarbij m.b.t. de kwaliteit vooral gelet zou dienen te worden op het serviceniveau van de twee betrokkene uitvoerende ondernemingen.

VAKGARAGE HANS SLOOT BESTAAT 5 JAAR

Vakgarage Hans Sloot aan de Ruurloseweg te Hengelo Gld bestaat 5 jaar en dat is een reden voor een feestelijke aankleding van de jaarlijks gratis uitgevoerde winterinspectie. Wat voor winter het ook wordt, het is toch goed om uw auto te laten inspecteren. Regelmatig onderhoud is een noodzaak voor iedere auto. Een goed afgestelde auto verbruikt minder brandstof, vervuult minder het milieu en rijdt betrouwbaarder en langer. In de winter zijn de omstandigheden een stuk zwaarder door de lage temperaturen, gladheid en pekel. Een winterinspectie is dus geen overbodig luxe. Bij vakgarage Hans Sloot kan men dit gratis laten uitvoeren op vrijdag 20 en zaterdag 21 november. De auto wordt dan op 20 punten gecontroleerd. Ook kan men zelf enkele maatregelen treffen ter voorkoming van problemen.

Enkele tips:

- Sloten en scharnieren met olie inspuiten, olie verspreiden door met de sleutel een aantal keren rond te draaien in het slot.
- Voorkom vastvriezen van afdichtrubbers door ze in te smeren met speciaal rubbervet of talkpoeder.
- Zorg dat uw banden minimaal 4 mm profiel hebben, als u onder winterse omstandigheden gaat rijden.
- Trek de handrem bij langdurig parkeren bij vorst niet aan.
- Blokkeer de auto of zet hem in de versnelling.

Naast de winterinspectie is er nog meer te beleven bij vakgarage Hans Sloot. Opticien Groot Kormelink is aanwezig met apparatuur om een oogmeting te laten uitvoeren. Diverse oldtimers staan tentoongesteld, voor de kinderen een ballonnenwedstrijd en voor iedereen is er koffie met wat erbij, want al 5 jaar is vakgarage Hans Sloot altijd vertrouwd dichtbij.

UITSLAG KNAAK LOTERIJ JANTJE BETON

De Lachen voor 'n Knaak Loterij van Jantje Beton die dit jaar ook in Hengelo Gld werd gehouden, bleek opnieuw een groot succes. Ook P.C. basisschool Ds. J. L. Pierson deed mee aan deze grootscheepse actie. Dankzij alle familie, vrienden en bekenden die loten kochten kan de Piersonschool de spaarpot voor de aanschaf van nieuwe speeltoestellen vullen. Op 29 okt. j.l. is de officiële trekking verricht door een notaris. De winnende lotnummers van de Lachen voor 'n Knaak loterij in Hengelo Gld zijn:

8e prijs no. 2307322, 11e prijs no. 220 5924, 11e prijs no. 2306924, 12e prijs no. 2205382, 13e prijs no. 2205638. Bent u één van de prijswinnaars? Vul dan snel de achterzijde van het lot in en stuur het op in een gefankeeerde envelop naar het Nationaal Jeugdfonds Jantje Beton. U krijgt dan uw prijs zo spoedig mogelijk thuisgestuurd. Alle prijzen blijven opvraagbaar tot 29 okt. 1999.

Er zijn in totaal meer dan 1 miljoen loten verkocht door alle deelnemende basisscholen en jeugdclubs. De helft van de opbrengst hiervan mogen zij zelf houden voor hun eigen activiteiten. De andere helft gaat naar Jantje Beton en wordt besteed aan projecten als trapveldjes, school/buurtspiegelplaatsen, jongeren ontmoetingsplaatsen en andere speelplekken voor kinderen in de buurt.

Namens Jantje Beton en de kinderen van de Ds. J. L. Piersonschool hartelijk dank voor de deelname.

Cadeautjes inpakken met de handen vrij

Voor menigeen is het inpakken van cadeautjes elk jaar weer een haastig karwei. In de drukte van de feestdagen is het tóch al zo moeilijk om voor iedereen het juiste geschenk te vinden, en dan moet het er ook nog perfect uitzien. Wat oogt immers verrassender dan een geschenk in folie of fraai pakpapier, voorzien van linten of een strik?

Voor het maken van zo'n kunstwerkje heb je bij voorkeur wel de handen vrij, want dan lukt het aanzienlijk beter. En dat probleem is nu opgelost. Geen gedoe meer met ongelijke stukjes aan de tafelrand, geen zoek meer naar het begin van het rolletje... Want sinds kort zijn er kant-en-klare Scotch™ Plakband Strips die één voor één uit een hand- of bureaudispenser kunnen worden getrokken. De ene strip is er nog niet uit, of de andere is alweer klaar voor gebruik.

De strips zijn verkrijgbaar in zowel hand- als bureaudispensers. De handdispenser is voorzien van een elastische draagband die u om uw hand of pols doet, en dus ideaal bij het inpakken van cadeaus en tal van andere plakkarweitjes waarbij voortaan altijd één of twee handen vrij zijn.

De stevige bureaudispenser is vooral een uitkomst voor de ontelbare keren dat we even snel een stukje plakband nodig hebben. Ook hier geldt: één plakstripje eruit trekken en de volgende zigzagt er meteen achteraan. De handdispenser past trouwens (mét draagband!) naadloos in de fraai vormgegeven bureaudispenser. Navulverpakkingen bevatten drie pakjes van elk 75 plakbandstrips.



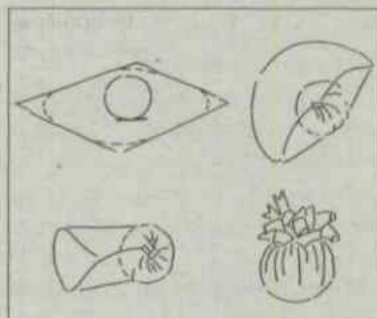
Cadeautip: speciale aanbiedingen met Scotch plakbandstrips en dispensers treft u aan bij alle Bruna, De Boekelier, Bijenkorf en Vroom & Dreesmann filialen, bij de postwinkels in het postkantoor en bij de kantoorvak- en boekhandels. Of kijk op het internet: www.3M.com/nl/tapestrips (per 1 november a.s.)

De feestdagen zijn weer in aantocht en dat betekent dat er vele cadeautjes zullen worden uitgewisseld. Verras je vriend, vriendin, familie of kennis dit jaar extra

met een origineel ingepakt cadeau. Hieronder volgen enkele originele inpaktips

BOL INPAKKEN

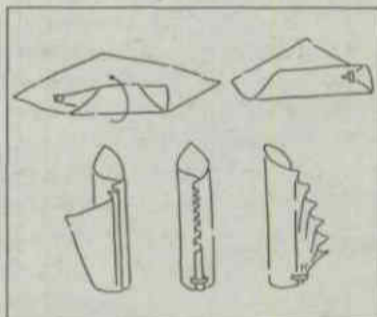
Plaats het cadeau precies in het midden van een vel papier. Zorg ervoor dat de zijken elkaar raken als ze om de ronde vorm worden gevouwen. Knip vervolgens de hoeken van het vel af. Maak daarna het papier aan één kant glad rond het bolvormige cadeau en probeer daarbij de plooiën op ongeveer dezelfde plaats te laten uitkomen.



Tip: Plak elke drie plooiën vast met Scotch Plakband Strips. Deze voorgesneden plakbandstrips in de handige handdispenser maken het mogelijk dat je je handen vrij hebt met inpakken. Trek het papier strak om de bol heen en laat alles netjes op elkaar aansluiten. Maak het kunstwerkje af met wat kleurige linten of papierstroken bovenop.

FLES IN WAAIERVORM

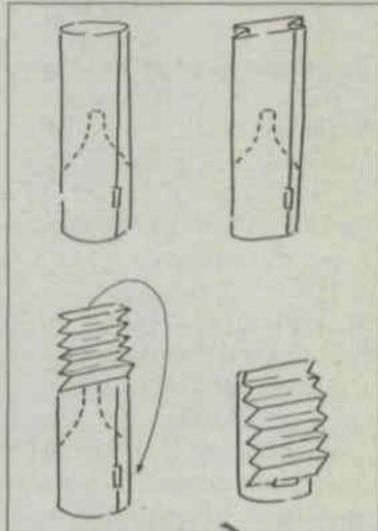
Leg de fles diagonaal op het papier en rol deze tot aan het midden. Sla het papier aan de onderkant om en bevestig haar met Scotch Plakbandstrips. Deze voor-



gesneden plakbandjes kun je pakken en bevestigen zonder een schaar te gebruiken. Vouw het papier dat overblijft lichtjes in de vorm van een muizenrappetje. Plak daarna het begin van de waaier vast.

FLES MET HARMONICAVORM

Pak de handige bureau- of handdispenser met kant-en-klare plakbandstripjes zodat je tijdens het inpakken de handen vrij hebt. Rol de fles in een stuk papier dat twee keer zo lang is als de fles. Vouw het papier aan de onderkant om en bevestig



het met voorgesneden plakbandstrips. Bevestig ook een plakbandstripje aan de zijkant. Maak daarna van het papiergedeelte dat boven de fles uitsteekt een muizenrappetje en plak dit over de hals van de fles heen naar beneden toe vast. Plak eventuele extra versieringen ook met de plakbandstrips vast.

GEZIEN WORDEN IN DONKERE DAGEN

Het najaar betekent: 's morgens later licht en 's avonds vroeger donker. Voor alle 'langzame' verkeersdeelnemers, én zeker voor schoolkinderen, is het van levensbelang dat ze beter zichtbaar zijn in schemer en duister. Want voetgangers, fietsers en bromfietzers zijn en blijven kwetsbaar, vooral onder slechte weersomstandigheden.

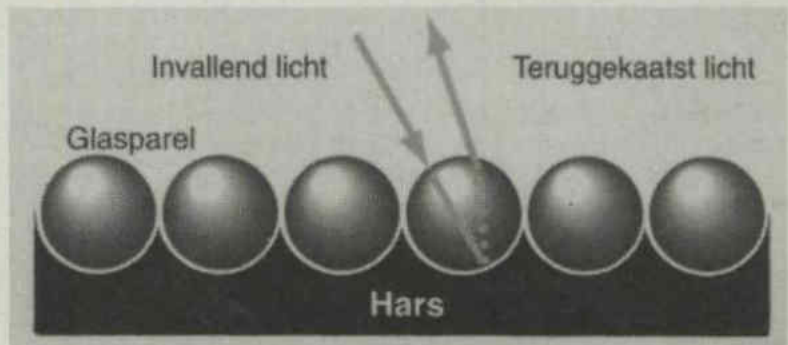
kinderen in het donker tot opvallende verschijningen die door automobilisten moeilijk over het hoofd kunnen worden gezien.

Scotchlite wordt ook toegepast in kleding van wegwerkers, hulpdiensten, in jogging-attributen, op fietsbanden (zijwielreflectie) en op verkeersborden. Het heeft onder slechte en donkere weersomstandigheden een zeer waarschuwend effect. De folie licht helder op zodra het wordt beschenen. Dat komt omdat ontelbare minuscule glaspareltjes het licht naar de bron (bijvoorbeeld de koplampen van een auto) terugkaatsen, zelfs als die zich op grote afstand bevindt.



Vandaar dat kinderkleding steeds vaker is uitgerust met lichtweerkaatsende Scotchlite™ materialen van 3M. Overdag merk je er niets bijzonders aan, behalve dat jacks, regenjasjes, haarbanden, schooltassen en bodywarmers opvallen door grappige logo's en opvallende streepmarkeringen. Maar als de schemering valt, beginnen ze al op veilige afstand licht te weerkaatsen. Dat maakt

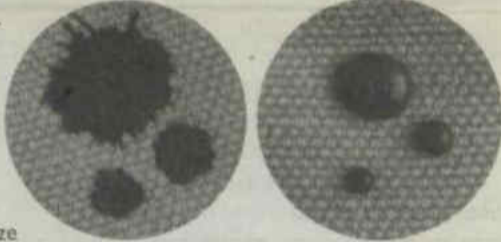
Kinderkleding en accessoires met Scotchlite-materialen zijn herkenbaar aan het label. De nieuwste kleding is o.a. verkrijgbaar bij C&A in heel Europa ('Bodyguard Collection') en de accessoires bij o.a. Perry Sport, Intersport, Sport 2000 en andere sportzaken in Nederland en in België o.a. bij Colruyt, Veritas, Decathlon en Auto 5.



Vlekkenvrij de feestdagen door

Roomboter, speculaaspijs, kalkoen of rode wijn maken lelijke vlekken. Wie heeft er géén vervelende ervaring mee op kleding, tafellaken of woningtextiel? Maar vocht, vlekken en vuil hebben zelden een kans als uw kledingstukken,

gestoffeerde meubels, gordijnen en tafellaken regelmatig worden nabehandeld met Scotchgard™ vezelbeschermer in spuitbussen.



Je ziet het niet, je ruikt het niet, je voelt het niet. Maar deze textielspray creëert wel een bescherming die niet alleen waterafstotend maakt, maar ook voorkomt dat de vezels worden aangetast door vuil en vette substanties. Gewoon meteen wegdeppen met een absorberende doek (niet wrijven!), en het onheil is geweken. Vocht en gemorst vloeistoffen blijven als druppels op het textieloppervlak paret, zodat ze gemakkelijk kunnen worden verwijderd. De spuitbussen zijn voorzien van een



speciale reliefdriehoek voor blinden en slechtzienden, zodat verwisseling met andere spuitbussen kan worden voorkomen. Scotchgard vezelbescherming is ook ideaal voor tuintextiel, regenjacks, skikleding en niet te vergeten die feestelijke stropdassen... U kunt Scotchgard Vezelbeschermer kopen in spuitbussen voor leder en textiel (400 ml) bij veel stomerijen, drogisterijen en woningstofleverij.

WARM BLIJVEN ALS HET KOUD IS

Je altijd behaaglijk warm voelen, ongeacht de gevoelstemperatuur of het weertype. Dat kan met Thinsulate™ warmte-isolatie in de voering van uw jas, handschoenen, winterstappers, sport- en wintersportkleding. Dit materiaal ademt zo goed dat u geen klam gevoel krijgt bij een behoorlijke lichamelijke inspanning, ook bij een lange afdaling of bij de ijzige koude wind die we in Nederland zo goed kennen. Het materiaal is vederlicht, dus is er volop bewegingsvrijheid.

vezels houden voldoende lucht vast om - ook na reiniging van het kledingstuk - een perfecte isolatielaag te vormen tegen kou en wind, net zoals de pelzen of de veren van dieren dat in de natuur doen. Naargelang de toepassing worden door de fabrikanten verschillende typen en samenstellingen gebruikt. Maar ze zijn alle vederlicht en voelen zeer zacht en comfortabel aan, waardoor ze geen enkele lichaamsbeweging afremmen. Een bijkomend voordeel is dat Thinsulate nauwelijks transpiratievocht absorbeert, doordat het maximaal 1% van z'n gewicht in



Warmte-isolerende materialen worden al jarenlang toegepast in vele typen sport- en wintersportkleding, werkkleding, duikerspakken, schoenen, slaapzakken, dekbedden, enzovoort. En sinds kort ook in overjassen, sportieve jacks en (ski)handschoenen. Thinsulate bestaat uit microfibrillen van polyester en polypropyleen die twintig keer dunner zijn dan een haartje. Die

vocht vasthoudt (ter vergelijking: wol 18%, katoen 10%). Het materiaal is niet voor zelf-maakmode verkrijgbaar. U herkent de met Thinsulate uitgevoerde producten aan het bekende zwart-rode label.