

Van de redactie

Op het moment dat wij dit stukje zitten te schrijven is de zomer van 2007 begonnen! Normaal is dit dan het laatste nummer voor de zomervakanties en kunnen wij gaan genieten van vakantie. Hoe vreemd dat het nu pas half april is en na dit nummer nog een editie van de Boeselijns zal gaan verschijnen.

Om toch alvast in de sfeer van laatste schooldagen en vakantie te komen, allereerst een oproep om de namen van de geslaagden aan ons door te geven. Weet u iemand die binnenkort examen moet doen en daarna zijn of haar diploma behaalt stuur ons even een bericht, zodat we in de Boeselijns van eind juni alle geslaagden kunnen vermelden.

Verder leest u deze keer, in plaats van een stukje geschiedenis van de Haarlemmermeer, een leuke verrassende fietstocht. Deze start in Lijnden en is ongeveer 28 km lang. Met de avonden die langer worden is dat een leuke tocht om eens te gaan fietsen. Graag vernemen wij uw reactie op de tocht. Wellicht kunnen we in komende nummers weer een fietstocht vermelden. Heeft u zelf een suggestie of weet u een leuke wandel- of fietstocht waarvan u alle Boeselijnders wilt laten meegenieten laat het ons weten en wellicht kunnen wij dat plaatsen. Ideeën zijn altijd welkom.

Wie de laatste weken bij de Vluchthaven is geweest heeft vast en zeker de nieuwe overdekte Jeu de Boulebaan gezien. Met heel veel enthousiasme is er door een grote groep vrijwilligers gewerkt om deze wens van Petanque Lijnden te verwezenlijken. Nog steeds zijn er dagelijks vrijwilligers bezig om ook het buitenterrein rondom de banen een fraai aanzien te geven. Het heeft heel veel uren gekost om dit te realiseren, maar Lijnden kan trots zijn op deze actieve vereniging. Dat ze maar heel veel boule plezier mogen beleven in hun nieuwe hal.

Op de laatste jaarvergadering van de Dorpsraad kwam het al naar voren, maar nu wordt er eindelijk iets gedaan aan de Veldweg richting Badhoevedorp. Dit is zeker geen overbodige luxe. Met de straatverlichting die geplaatst wordt, zal het vooral in de donkere wintermaanden een veilige route worden om naar Badhoevedorp te fietsen. In de bijdrage van de Dorpsraad kunt u uiteraard weer veel nieuws lezen wat van belang is voor onze dorpsbewoners.

In deze Boeselijns moet u helaas de bijdrage van de sportvereniging VOS en een verslag van de laatste uitvoeringen van Toneelvereniging Genesis missen. Bij de volgende uitgaven hopen wij weer een artikel van deze verenigingen te kunnen plaatsen, want met al het nieuws van de verenigingen proberen wij elke keer weer een leuk lezenswaardig buurtblad te maken.

Tot slot nog een paar opvallende zaken in ons dorp.

Heeft u gelet op het narcissenveld in de berm van de Hoofdvaart bij de firma Kool? Ook dit jaar zijn alle bollen weer prachtig op gekomen en kunt u 'Kool Lijnden' lezen.

Ondanks eerdere berichten is het hotel op Lijnden Oost nog steeds niet geopend. Het staat nu te wachten op een nieuwe koper.

5 mei komt er weer aan. In het hart van ons dorp hebben wij een bevrijdingsboom staan. De vlag zal vast weer gehesen worden op bevrijdingsdag.

Wij wensen u veel leesplezier in uw Boeselijns.
De redactie



Tijdens de fietstocht kunnen ook de eendjes gevoerd worden.....

clubkanjer 2006

Het is alweer even geleden, maar we vonden het toch wel heel leuk om het onderstaande te melden.

Lijndenaar Siep de Wilde gehuldigd als clubkanjer 2006.

Alle deelnemende (sport)clubs aan de grote clubactie 2006 kregen de mogelijkheid om hun clubkanjer op te geven.

Sjitske van de korfbalvereniging Badhoevedorp vertelt hierover:

“Dit jaar bestaat onze vereniging maar liefst 55 jaar en daarvan heeft Siep lang deel uitgemaakt. In mijn hart, en zeker ook voor veel van onze leden, leeft Corrie de Wilde nog steeds voort. Wij weten allen wat Siep en Corrie in al die jaren voor onze vereniging hebben betekend. “

We schreven aan de Grote Clubactie:

Zijn vrouw Corrie de Wilde is helaas 3 jaar geleden overleden, maar zij hebben samen de vereniging opgebouwd. Siep betekent op zijn 70 jarige leeftijd nog heel veel voor onze vereniging.

Hij geeft de jeugd nog volop trainingen, zit in de kantine/bouwcommissie en verricht nog vele hand- en spandiensten.

Zijn dochter Mirjam, schoonzoon Ewout (senioren 1 coach/trainer) en kleinkinderen betekenen eveneens veel voor de vereniging. Het is hen dan ook met de paplepel ingegoten. Siep is voor hen een grote steun en toeverlaat.

Ons pleintje bij de kantine/veld draagt de naam Corrie de Wildeplein sinds zij is overleden

Half januari werd na een gedegen selectie een winnende kanjer uit gekozen.

Zo kwam het dat eind januari Siep voor een speciale training naar de sporthal werd “gelokt”, waar fotografen van het Witte Weekblad en van het jaarboek Badhoevedorp aanwezig waren.

En, na een beetje oponthoud, ook de filmploeg van [z@pp_sport](#), die van de uitreiking opnames voor een uitzending maakten.

Siep kreeg veel verrassingen overhandigd door kinderen:

- een oorkonde
- een schitterende beker
- een vakantiecheque ter waarde van 250 euro
- een overheerlijke taart.

Het kon niet op, dit alles kreeg hij aangeboden door de Grote Clubactie, omdat juist hij, Siep de Wilde de Clubkanjer van 2006 is geworden.

Siep was zo trots als een pauw. Zo bescheiden Siep altijd is, zo straalde hij die avond. Na afloop werd de taart aangesneden en iedereen heeft er letterlijk en figuurlijk van genoten.

Met dank aan Sjitske Richardson



*_*_*_*

Wij als redactie vinden het leuk om bijzondere mensen en gebeurtenissen van en uit het dorp een plaatsje te geven in ons en uw buurtblad. Daarvoor hebben we echter wel uw hulp, informatie en/of aanwijzingen nodig. We zijn er tenslotte voor en door u als lezers.

Tips en ideeën kunt u doorgeven aan Ernst van Woerkom (555 1622) of Els Dikkes (555 1426)

*_*_*_*

Zaterdag 28 april is de laatste keer dat de **rommelmarkt** in de schuur op Schipholweg 645 wordt gehouden van 09.00 uur tot 15.00 uur.

De opbrengst is ook voor de Boeselij, dus bevelen wij dit uitje van harte bij u aan!

Nieuws van de dorpsraad



Opening Het Vluchthonk

Op 9 maart hebben we Het Vluchthonk officieel geopend. Financieel is de bouw mogelijk gemaakt door de gelden uit het Fonds Wijken en Kernen, maar het geld was niet toereikend genoeg voor wat het geworden is. Dat we er zo'n mooie locatie van hebben kunnen maken is te danken geweest aan de fantastische inzet van een grote groep vrijwilligers. Die groep hebben we op vrijdag 9 maart in het zonnetje gezet. Het begon officieel:

De voorzitter, Jos Weel, begon met een welkomstwoord en gaf daarbij een opsomming van de bij de bouw ondervonden problemen. Maar dankzij de inzet van de vrijwilligersgroep is alles er toch gekomen.

Daarna opende raadslid H. Heimerickx van het Fonds Wijken en Kernen Het Vluchthonk officieel met een rookexplosie uit een replica van het gemaal Lijnden. Witte rook als brenger van goed nieuws.

Tenslotte "legde" raadslid Ronny Soehawan een tegel tegen zinloos geweld.

Na het officiële gedeelte konden de gasten, onder het genot van live muziek, genieten van de hapjes en drankjes en de verhalen van elkaar.

Open bedrijvendag

Een vijftal bedrijven uit Lijnden en Boesingheliede vindt het leuk en is daar ook toe in staat ons (dus alle mensen uit Lijnden en Boesingheliede) een rondleiding te geven. Zij hopen ons dan in een klein uurtje hun activiteiten te kunnen tonen. Omdat het hotel in Lijnden daar ook graag aan mee wil doen, zullen we die open bedrijvendag pas organiseren in september, want het hotel gaat in de maand mei open. In de volgende Boeselijns kunt u lezen hoe u zich kunt aanmelden en hoe het geregeld wordt. Zo raakt u nog bekender met de Lijndense bedrijvigheid.

De volgende vijf bedrijven hebben hun medewerking toegezegd en het lijkt me, dat we graag hun gast willen zijn:

Tex-ArCo, verwerker van gebruikte kleding en schoeisel

Baars-CIPRO, onderzoek en advies op en onder de waterlijn

P.A.S. Autoschade herstelbedrijf

Van Zandbergen, metaalbewerkingbedrijf

Hotel Holiday Inn Amsterdam Schiphol

Jaarvergadering

Op dinsdag 5 juni houden we onze algemene ledenvergadering. We hebben de heer Peter de Graaf, gebiedsmanager, gevraagd om die avond het een en ander te komen vertellen over zijn werkzaamheden in dit gebied en wat er voor ons de komende jaren te verwachten zal zijn.

Misschien kan hij ons ook al iets vertellen over de ontsluitingsweg van het bedrijventerrein Raasdorperweg.

Ook zal het bestuur van de SBOH (Stichting Belangenbehartiging Opstalhouders Haarlemmermeer) aanwezig zijn. Zij willen zich aan u voorstellen en ook mededelingen doen rond de huidige stand van zaken. Dus dijkbewoners, laat u up-to-date informeren rond uw problemen met het Waterschap. Makkelijker en dichterbij kan het niet.

Om 19.30 uur is de zaal open en kunt u, als u dat wenst, het verslag van de vorige jaarvergadering (23 mei 2006) doornemen. Ook ligt er een financieel verslag ter inzage. De notulen kunt u trouwens ook lezen op de website van de dorpsraad.

Om 20.00 uur openen we dan en de agenda ziet er als volgt uit:

1. Opening en mededelingen
2. Notulen vergadering van 23 mei 2006
3. Financieel verslag 2006 en begroting 2008
4. Verslag kascontrole commissie
5. Benoeming kascontrole commissie
6. Jaarverslag 2006
7. Mededelingen van het bestuur van de SBOH
8. Gastspreker Peter de Graaf, gebiedsmanager
9. Rondvraag en sluiting

We proberen ons dorp zo prettig en leuk mogelijk te maken, misschien heeft u nog een wens of een goed idee, we horen het graag. Door uw aanwezigheid laat u ons merken dat het welzijn van ons dorp u na aan het hart ligt.

Welkom!

Wijkbudgetten en Fonds Wijken en Kernen

Tot 1 april konden we verzoeken doen voor een financiële bijdrage. Activiteiten of middelen die voor alle inwoners iets kunnen betekenen.

De toneelvereniging Genesius heeft nieuwe decors aangevraagd, Jeu de Boules banken en een hekwerk en het "geitenweitje" een bijdrage om alles draaiende te kunnen houden.

De dorpsraad heeft bijdragen gevraagd om het terrein rond De Vluchthaven en Het Vluchthonk te verbeteren, waardoor het toegankelijker wordt. Ook hebben we aangegeven dat de vloeren in de biljartzaal en Het Vluchthonk wel aan een nieuwe linoleum-laag toe zijn. Voor de Open Bedrijvendag hebben we ook een bijdrage gevraagd. We zijn allemaal benieuwd of onze aanvragen ingewilligd worden. Voor 1 juli wordt er een beslissing genomen.

Contributie 2007/2008

De vorige keer hebben we u een contributie gevraagd voor 2 kalenderjaren tegelijk en dat is goed bevallen. Maar die twee jaren zijn nu voorbij, vandaar weer een nieuw verzoek. We komen niet bij u langs, sturen u ook geen acceptgirokaart, maar vragen u langs deze weg om uw contributie van € 10,- (€5,- per jaar) over te maken op rekeningnummer 324545312 t.n.v. dorpsraad Lijnden onder vermelding van: contributie 2007/2008.

Meteen doen heeft als voordeel dat het niet wordt vergeten. Alvast bedankt.

Voor verdere informatie kunt u altijd terecht op onze website:
www.dorpsraadlijnden.nl

*_*_*_*

Wij feliciteren

Samantha Gebhardt
woont op Lijnderdijk 220 en
is op 30 maart

18 jaar geworden en dat
hebben alle omwonenden op
een speciale manier kunnen
zien (zie foto).

Samantha is 2e jaars aan de
Kappersopleiding in
Hoofddorp bij het Nova
College. Mocht U een keer
als model mee willen -
zowel man als vrouw - dan
kunt u contact met haar
opnemen 023 5551641.



Tevens danst ze al vele jaren in allerlei wedstrijdteams mee van Dansschool Ponne uit Badhoevedorp.

*_*_*_*

Luca DeJalle

Is de nieuwe
Assistant General Manager

op Akerdijk 73 sinds 7 april 2007

Wij wensen Alex, Hennie en Joey veel geluk met deze nieuwe wereldburger.

wij feliciteren

Op 22 mei zijn

Jan en Meep Dekker

50 jaar getrouwd.

Deze mijlpaal gaan ze gezellig vieren
met familie en vrienden.

Wij wensende familie Dekker, Akerdijk 107, nog
veel gelukkige jaren in goede gezondheid samen.



Fietstocht rond Lijnden en Boesingheliede

We beginnen onze tocht van 28 km aan de Hoofdweg oostzijde tussen de huisnummers 60A- 64. Volg het fietspad R. en meteen L., onder viaduct L. omhoog over ophaalbrug en vanaf daar, na 20 meter scherp naar R. Vóór de Ringvaart R. onder de brug door en fietspad volgen tot het eind. Daar vindt u een rustplaats met bankjes om te genieten van het uitzicht over de Ringvaart. Aan de rechterkant ligt een klein huisje met er voor een rek voor 3 melkbussen en ernaast ligt een klein gemaal met een gedenksteen uit 1920. Vanaf hier voert de Raasdorperweg naar beneden de Osdorperbovenpolder in. U rijdt nu tussen de tuinderijen met veel sla, kruiden en andere bladgroenten.

Einde weg R, Osdorperweg. Na ca 1 km slaat u L af de Joris van den Berghweg in. Over de brug slaat u meteen R het fietspad in. Links bevinden zich volkstuinen en rechts ziet u de achterkant van de bebouwing aan de Osdorperweg. Bij de T-splitsing L tot het volgende gemaal, waar u weer L afslaat. Steek de Bok de Korverweg over en vervolg het fietspad. Waar het fietspad naar rechts buigt, steekt u min of meer recht over. De grijze klinkers gaan al snel over in een tegelpad. Rijdt dit pad geheel uit. Als u tijd en zin hebt adviseer ik u even af te stappen om te voet een kijkje te nemen in dit prachtig aangelegde volkstuinencomplex. Vervolg het pad vanwaar u gekomen bent om bij het bord 50km R af te slaan. Het tegelpad gaat hier over in een geasfalteerde weg.

Einde weg gaat u L richting Halfweg. Bij de Osdorperweg R, vervolgens 2^e straat L Julianastraat. Bij verkeerslichten L voorsorteren, om na het oversteken meteen L het fietspad in te rijden. Over de ophaalbrug rijdt u rechtdoor de Dennenlaan in tot Lidl. Tussen de apotheek en Lidl pad R en onmiddellijk daarna L, over bruggetje R. Helemaal uitrijden langs de kinderboerderij, waar u in feite niet mag fietsen. Helemaal niet erg, want er is veel te zien. Aan het einde van het park L naar de Troelstralaan. Dan R en bij de rotonde L de Domineeslaan op.

De Domineeslaan gaat bij de Riphoeve (een boerderij uit de 19^e eeuw) over in een fietspad, het zogenaamde Bottelierspad. Een aantal jaren geleden zijn hier aan beide kanten van het pad veldbloemen gezaaid, waardoor het met name in de zomermaanden een feest is om hier te fietsen. Aan het einde van het pad bij de boerderij met huisnummer 74 slaat u L af en fietst door tot het fietspad van de Schipholweg. Hier gaat u L. Volg het pad en later de ventweg langs Boesingheliede tot de IJweg. Hier slaat u L en steekt over voor het viaduct van de A-9. Oppassen want de IJweg kan een drukke weg zijn. Fiets over het bruggetje R en volg dit fietspad van ca 4 km tot de Hoofdweg westzijde. Hier gaat u R tot de Vijfhuizerweg. L de brug over en weer L over het fietspad langs de Hoofdweg oostzijde.

Bij de Schipholweg steekt u recht over en blijft aan de kant van de Hoofdweg oostzijde. Wat u aan de kant van de kerk niet ziet is, dat de firma Kool haar naam en dorp in gele narcissen heeft geplant aan de binnenzijde van de Hoofdvaart. Als u onder het viaduct van de A-9 nog zo'n 500 meter doorrijdt bent u weer terug op het startpunt.

R = rechts af L = links af.

Helaas zijn de horeca gelegenheden dun bezaaid langs deze route. U wordt aangeraden zelf voor eten en drinken te zorgen. Er zijn wel een aantal zitbanken onderweg, de laatste aan het Bottelierspad. Wij wensen u een mooie fietstocht.



Even voorstellen

Mijn naam is Fred Landzaat, brigadier van politie. Sinds 1975 werk ik bij de politie. Binnen dit bedrijf heb ik diverse onderdelen doorlopen met veel plezier. Ben getrouwd en heb twee kinderen en twee kleinkinderen. Mijn grootste hobby.



Per 4 september 2006 ben ik als wijkagent te werk gesteld in het bureau van politie te Badhoevedorp. Met name Lijnden is mijn werkgebied geworden.

Ik vind dit een enorme uitdaging en heb er veel zin in. Enige tijd geleden heb ik de opening van het Dorpshuis te Lijnden mogen meemaken. De publieke belangstelling vond ik enorm. Lijnden vind ik een gemeenschap waar mensen dicht bij elkaar staan en dat is erg belangrijk. Ik zal U zeker in de nabije toekomst ontmoeten in de goede zin des woords.

Voor vragen kunt U altijd bellen, tel. 0900-8844 de telefoniste zal mij dan een mail sturen en ik zal daarop reageren.
Een e-mail sturen kan ook: fred.landzaat@kennemerland.politie.nl.

Bezoek aan het bureau van politie te Badhoevedorp kan natuurlijk ook. Spreekuren zijn op de dinsdagen van 18.00 uur tot 20.00 uur en op de donderdagen van 10.00 uur tot 11.00 uur.

Vriendelijk groeten,
Fred Landzaat, wijkagent Lijnden / Badhoevedorp



OUD DOET WIJS

De laatste nieuwtjes van de ouderensoos.

Na de eerste ronde van onze competitie is er weer veel gekaart. De standen op het bord worden met grote belangstelling gevolgd.

Jaap Marcus was een poosje afwezig maar het gaat nu weer goed met hem.

Alie Lücke is gelukkig weer uit het ziekenhuis en ook Henk Poelgeest. We hopen ze beiden weer spoedig op de soosmiddagen te zien.

22 maart was er een kleine vergadering vooraf aan de kaartmiddag. De voorzitter vertelde over de plannen om het 30- jarig bestaan te vieren en dat we met elkaar op dezelfde wijze verder gaan.

Helaas bij de 2e ronde werd Dien Marcus niet goed en zij is met de ambulance naar het ziekenhuis gebracht. Gelukkig was ze zaterdag weer thuis en op de volgende club aanwezig.

Op de donderdag voor Pasen waren er 4 prijzen per tafel waaronder een flesje jenever, flesje advocaat, flesje rosé en paasbrood. Dus wie het beste was per tafel mocht het eerste kiezen.

De jokertafel speelt helaas zonder An Riesenbosch. Zij ligt in het ziekenhuis. An van allemaal beterschap.

We feliciteren alle jarigen en in het bijzonder Wim Hofmeester met zijn 80e verjaardag.

Zoals altijd kaarten we tot eind april maar we gaan nu als proef door in mei. U bent van harte welkom!

Wil Blauwhoff



Pétanque Lijnden

Als u het parkeerterrein achter de Vluchthaven opkomt ziet u de grote groene hal staan: De Bouledrôme, onze droom om overdekt te kunnen spelen.

De vorderingen en de afwerking lopen voorspoedig. De verlichting is aangebracht en deze geeft ruim voldoende licht om in de avonden zomer en winter te kunnen spelen. En natuurlijk staan we droog als het regent.

Nog een aantal kleine dingen moeten worden uitgevoerd, waarna de Hal volledig beschikbaar is voor ons geliefde jeu de boules spel.

We zijn verheugd dat er zich in de laatste maanden weer acht nieuwe leden hebben aangemeld. Ik hoop dat ze zich spoedig bij ons thuis zullen voelen.

Het Grote Lijnden doublette toernooi wat zaterdag 31 maart werd gespeeld was weer een groot succes. Bij mooi weer hebben 28 teams, welke uit de gehele omgeving kwamen, om de prijzen gestreden. Het was een toernooi om met veel plezier en een goed gevoel op terug te kijken en nu weer op naar het grote KOOLTOERNOOI op 1 september a.s.

Zij die belangstelling hebben in het Jeu de Boule spel zijn van harte welkom om eens te komen kijken op dinsdag / donderdag avond en zaterdagmiddag op het speelterrein achter Dorpshuis "de VLUCHTHAVEN".

Ton Kaneman
Voorzitter



Over voeding

SUIKER IN DE VOEDING

Graag wil ik u iets meer vertellen over een stof die door de industrie veel aan onze voeding wordt toegevoegd, namelijk suiker. Zo op het eerste gezicht geen gevaarlijke stof zou je denken, je krijgt er energie van zoals gezegd wordt en het prikkelt onze smaak.

Suiker behoort in de voeding onder de noemer koolhydraten, een onmisbare stof omdat het de brandstof is voor onze hersenen, deze kunnen namelijk geen andere stoffen gebruiken zoals vet en eiwit. Koolhydraten die we nodig hebben halen we uit fruit, aardappels, groente, brood en pasta,'s. Witte suiker zoals toegevoegd aan koffie, koek ijs, vruchtendrank, snoep enzovoort hebben we voor ons lichaam geheel niet nodig.

Om te weten of er suiker aan een voedingsmiddel is toegevoegd kunt u kijken op de verpakking bij ingrediënten, de stof die als eerste genoemd wordt komt er het meest in voor. Ontbijtkoek is een goed voorbeeld, u zult ontdekken dat deze lekkernij voornamelijk uit suiker bestaat, terwijl de reclameteksten toch beweren dat het zo gezond is.

Maar wat doet suiker eigenlijk met ons?

Als suiker ons lichaam binnenkomt zorgt de alvleesklier ervoor dat er insuline afgegeven wordt om de bloedsuikerspiegel in ons bloed op een normaal peil te houden. Bij een normaal voedingspatroon, waarin er ontbijt, lunch en avondeten gegeten wordt is er niks aan de hand, het lichaam is hierop ingesteld en zal het suiker verbranden en omzetten in energie, om te bewegen en te denken. Maar wat gebeurt er bij overmatig suikergebruik met ons lichaam?

Er kunnen klachten optreden als vermoeidheid, rusteloosheid, slapeloosheid, agressief gedrag.

Belangrijke vitamines en kalk worden aan het lichaam onttrokken, omdat deze nodig zijn bij de omzetting van suiker. Als het lichaam het overmatige suiker niet in de vorm van energie nodig heeft, wordt het omgezet in vet wat zwaarlijvigheid met zich meebrengt met alle gevolgen van dien

Bij langdurige uitputting van de alvleesklier door te hoge aanvoer van suiker is er een vergrote kans tot het ontwikkelen van suikerziekte.

Suiker werkt verslavend, het kan ervoor zorgen dat de zoetbehoefte steeds sterker wordt.

De smaakpapillen gaan bij overmatig suikergebruik vervlakken, je hebt dus steeds meer suiker nodig om iets lekker te vinden.

Waar we ons zorgen om moeten maken is dat dit verhaal vooral opgaat voor kinderen, suiker belemmert bij kinderen een gezonde groei, en zorgt steeds meer voor gedragsstoornissen.

De industrie speelt op deze kennis in door met light-producten te komen, mijn advies is om deze zo min mogelijk te gebruiken, omdat ze u sterk voor de gek houden, de behoefte aan suiker wordt in stand gehouden en de alvleesklier raakt ook van deze stoffen in de war.

Maar hoe gaan we nu de strijd aan met suiker?

Lees goed de verpakking, beperk voeding waar suiker als eerste of tweede ingrediënt genoemd wordt. Wees alert op teksten als "geen suiker toegevoegd", deze bevatten vaak zoetstoffen.

Eet drie keer per dag een goede maaltijd zodat het lichaam niet uitgeput hoeft te raken. Koop eerlijke producten zoals zuivere yoghurt en maak deze zelf zoet door fruit toe te voegen.

Neem de tijd voor uw voeding het is tenslotte de basis voor een gezond lichaam. Voor persoonlijk advies, kunt u mij altijd bellen.

Lizette den Dekker

Hoofdweg 84 B, Lijnden 023-5551545

Heeft u het al in uw agenda gezet ??

Jaarvergadering Dorpsraad

Dinsdag **5 juni** om 20.00 uur in de Vluchthaven

Er wordt op u gerekend !!