

Politici, let op uw (volks-) gezondheid!



Column door Linsie Meijer.
Een baan als politicus is topsport. Al denkt de gemiddelde burger dat er alleen maar gepraat wordt bij het koffieapparaat, de politicus werkt niet van 9 tot 5 maar van 7 tot 23 en vaak nog 6 dagen per week ook! Maar waar halen ze die energie vandaan? Simpel, energie haal je uit je voeding. En dan kan die maar beter gezond zijn. Maar hardop zeggen is makkelijker dan het daadwerkelijk doen, en dit geldt ook voor politici. Tips als: neem de trap, matig met alcohol, eet voldoende groente, zijn algemeen bekend. Al jaren worden deze boodschappen verspreid via de media en gezondheidsvoorlichters. Een hoop Nederlanders weten dit, maar helaas zijn zij veelal niet in staat om hun gedrag te veranderen. Waar ligt dit aan? Mensen met een drukke levensstijl, zoals politici, eten gemiddeld vaker onderweg. Een logische gedachte is daarom dat het aanbod op de verkooppunten bij trein- en tankstations meer gezondere keuzes moet bevatten. Grondige assortimentsherzieningen zijn al zichtbaar. En nog holt men niet massaal van de Smullers naar de AH-to-go om daar hun verse smoothie met een zakje 'snack-groente' te halen. De perceptie heerst dat dit duurder is, maar dit is echt een vertekend beeld. Reken maar uit: blikje cola en een patatje met mayonaise en vergelijk dit met een smoothie en een zakje wortels. Vervanging van relatief ongezonde producten voor een gezondere variant is één van de makkelijkste strategieën om jezelf een gezondere levensstijl aan te meten. Maar laten we eerlijk wezen, dit geldt natuurlijk niet alleen als je onderweg bent of als je een drukke levensstijl hebt. De politicus heeft een voorbeeldfunctie, gewenst of ongewenst. Als het hem of haar al niet lukt om gezondere keuzes in het voedingspatroon te maken, hoe kan dan worden verwacht dat de rest van Nederland dit wel kan? Geachte politicus, kies daarom voor een breed en actief gezondheidsbeleid en geef het goede voorbeeld, dan kies ik u voor onze gemeenteraad! Dus zie ik u binnenkort met een smoothie in de hand?

Linsie Meijer doet de pr voor Vitesse '22 en is voedingskundige en adviseur voeding en gezonde leefstijl bij Schutelaar & Partners.

Vers van het Bakkerspleintje

Metamorfose van winkelpand



CASTRICUM - Het was zaterdag een drukte van belang bij de Xenos. Inwoners die op zoek waren naar een kroonluchter of spiegel, konden deze met flink wat korting aanschaffen. De winkel sluit voorlopig haar deuren om de vervolmaking van het Bakkerspleintje mogelijk te maken.

In het pand worden vier a vijf winkels gemaakt die allemaal hun entree naar het nieuwe plein hebben. Als voorbeeld voor het straatbeeld dient het pand van Mull, dat vorig jaar al een succesvolle metamorfose kreeg. Nu de balkons van het Xenos-pand ingepakt zijn, vraagt menigeen zich af wat er te voorschijn zal komen bij het demasqué. Het pand heeft al een heel ander uiterlijk gekregen doordat de zware houten balkonhekken het beeld niet meer domineren. Vanaf medio februari zullen lichte, glazen omheiningen de balkons sieren. Hierdoor zal de gevel al een veel luchtiger gezicht krijgen.

Wit gestuukt

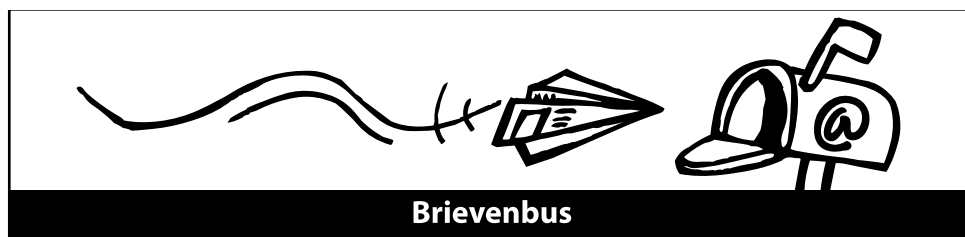
Op straatniveau gaat de metamorfose verder. Net zoals bij het Mull-pand aan de andere zijde van het Bakkerspleintje, worden de gevels van de win-

kels wit gestuukt. Doordat dit boven een natuurstenen plint komt, krijgt het geheel een chique aanzicht. Grote winkelpuien trekken het pand open, zodat het straks aange-naam winkelen wordt. Doordat de winkelunits allemaal hun deuren aan het Bakkerspleintje krijgen, krijgt het plein een levendig beeld. Voor het winkelend publiek is er straks aan alle kanten van het plein iets te zien of te beleven. De bouwvergunning voor het Xenos-pand is onlangs verleend. Aannemingsbedrijf Akerbouw begint een dezer dagen met de verbouwing. Volgens directeur Henk Beentjes is het de bedoeling dat de winkels gelijk open gaan met die in de nieuwbouw aan de andere kant van het plein.

Modernste Aldi

Makelaar Adri Hopman beaamt dit: "We zijn blij dat er

straks in één keer aan drie zijden winkels aan het plein komen. Dat spreekt publiek én ondernemers aan." Hopman is inmiddels begonnen met de verhuur van de units. Hij meldt in gesprek te zijn met een zogenaamde gemakswinkel (rook- en lees-waren) en twee modezaken. Hij hoopt verder op enkele verplaatsingen binnen het dorp van goede winkels die nu op een locatie zonder voldoende passanten zitten. "De Aldi die hier komt, wordt de mooiste en modernste die er is," weet Hopman te vertellen. "Men verwacht meer dan 6000 bezoekers per week. Ook de nieuwe Xenos wordt natuurlijk een enorme trekker. In de slipstream van dit soort zaken is het goed scoren voor allerlei ondernemers." Zo heeft hij net een overeenkomst gesloten met een bakker die tot de top van Noord-Holland behoort met zijn broodproducten. "Zo'n bedrijf komt alleen als men overtuigd is van het succes van dit nieuwe winkelhart. Trouwens, het is logisch dat op het Bakkerspleintje natuurlijk een bakker niet mocht ontbreken!"



Brievenbus

Maakt u zich ergens druk over? Wilt u iets delen met plaatsgenoten? Of wilt u reageren op een artikel uit deze krant? Maak dan gebruik van onze brievenbus! Inzendingen kunnen gestuurd worden naar het: **Nieuwsblad voor Castricum**, Spoorringel 26c, 1941 JM Beverwijk. E-mailen naar redactie@nieuwsbladcastricum.nl of faxen 0251-207683

CKenG wil uitspraak Rijdende Rechter

CKenG vindt het ronduit laf dat het College, bestaande uit de Burgemeester en wethouders van VVD, GDB en mevrouw Beens (onafhankelijk wethouder, redactie) niet de confrontatie wil aangaan met mr. Frank Visser van het programma de Rijdende Rechter. Het College geeft als argument dat alles al voldoende is onderzocht en besproken en dat zij wel belangrijker dingen hebben te doen. Het College heeft dus geen tijd om naar burgers te luisteren. Wij vinden dat een kwalijke zaak. Enkele maanden geleden hebben bewoners van de Professor v.d. Scheerlaan aange-

geven dat er in hun woningen nauwelijks daglicht valt door hoge bomen en struiken. De gemeente heeft er naar gekeken en heeft geconcludeerd dat het allemaal wel meevalt. CKenG heeft vervolgens vragen gesteld en heeft zich hard gemaakt om samen met hen een oplossing te zoeken. Mevrouw Borsboom van CKenG heeft vervolgens ook nog in een carrousel vergadering krachtig gepleit om tot een gezamenlijke oplossing te komen. Het College wilde niets en de situatie is blijven bestaan. De bewoners zijn vervolgens naar de Rijdende Rechter gestapt. Omdat twee partijen hun fiat moeten geven en de gemeente niet mee wil doen wordt de kwestie niet aan de Rijdende Rechter

voorgelegd. Wij begrijpen niet waarom het College niet mee wil doen. Als het College zo overtuigd is van haar standpunt waarom mag de Rijdende Rechter dan niet worden ingeschakeld. Omdat in de ogen van veel mensen de Rijdende Rechter een onafhankelijke instantie is kan de behandeling door de Rijdende Rechter er toe leiden dat mensen meer begrip opbrengen en zich kunnen neerleggen met het genomen besluit. Wij zijn van mening dat mr. Frank Visser van de Rijdende Rechter als onafhankelijk rechter een uitspraak moet doen die bindend is voor alle partijen. Bert Meijer fractievoorzitter CKenG

Castricum uit de kunst

CASTRICUM - De tweejaarlijkse Culturele Manifestatie 'Castricum uit de Kunst' wordt op zaterdag 20 en zondag 21 maart gehouden. Het evenement wordt alweer voor de negende maal georganiseerd door de stichting Culturele Manifestaties Castricum (CMC).

Alle verenigingen en groepen, die zich bezig houden met dans, muziek, zang, toneel, beeldende vorming en poëzie binnen de woonkernen Castricum, Akersloot en Limmen - voor zover bij de organisatie bekend - zijn hiervoor inmiddels uitgenodigd. De plek waar de manifestatie plaatsvindt, is Sporthal De Bloemen in Castricum. Twee dagen lang wordt de hal omgetoverd tot een cultureel centrum met doorlopende optredens op meerdere podia en een grote expositie van beeldende kunst. De openingsact wordt groots aangepakt, en daarvoor zijn veel kinderen nodig; zij zullen in januari via de basis-

scholen worden benaderd. Tijdens deze manifestatie is er een fotowedstrijd: ter plekke kunnen digitale foto's worden ingeleverd die van de optredende artiesten zijn gemaakt. Voor de winnaars zijn er aantrekkelijke prijzen.

Aanmelden

Er zijn al veel aanmeldingen binnen bij de organisatie. Groepen en verenigingen die mee willen doen hebben nog tot uiterlijk 15 december de gelegenheid om te reageren. Dat kan via de website www.culturelemanifestatiecastricum.nl of bij de secretaris Gerda van Buren, telefoon 0251 655360.

D66 presenteert kandidatenlijst

CASTRICUM - Bij de gemeenteraadsverkiezingen van maart 2010 valt er bij D66 echt wat te kiezen.

Tijdens een druk bezochte ledenvergadering presenteerde de verkiezingscommissie een kandidatenlijst met 15 personen. "Het is een lijst waar we trots op mogen zijn, ervaring, gedrevenheid en betrokkenheid zijn gebundeld", aldus Marcel Steeman die de lijst aanvoert.



De eerste vijf op de lijst. Vlnr: Gerard Bles (4); Marcel Steeman (1); Mariska El Ouni (2); Hilbrand Klijnstra (3) en Ivor Balke (5)

De leden wezen Mariska El Ouni aan als zijn 'running mate'. El Ouni heeft o.a. raadservaring opgedaan in Heemskerk, was in de periode 2002-2006 actief lid van diverse raadscommissies en raadsarousels in Castricum en is sedert enkele jaren één van de twee bepalende gezichten van de Dorpsraad in Akersloot. Hilbrand Klijnstra staat op de derde plaats. Vanuit zijn actieve betrokkenheid bij de Ondernemersfederatie CAL is Klijnstra op de hoogte wat ondernemend Castricum bezig houdt. De kandidatenlijst wordt afgesloten door lijstduwer Hans van Schoor: oud raadslid en lid van het CROS voor de gemeente Castricum. Marcel Steeman is optimis-

tisch over de komende raadsverkiezingen. "Niet alleen omdat we er in de landelijke peilingen er zo goed voorstaan, maar ook omdat ik zie dat het huidige college, ondanks veel woorden en daadkracht, er in de praktijk niet veel van terecht heeft gebracht. Met deze nieuwe sterke ploeg mensen willen wij de inwoners van Castricum ervan overtuigen dat er dit keer echt wat kan veranderen in zowel raad als in de gemeente". Binnenkort wordt de nieuwe website www.d66castricum.nl in gebruik genomen. Wie een leuk idee of suggestie heeft of mee wil doen met de campagne, kan zich aanmelden bij de voorzitter van de afdeling, Mariska El Ouni, via secretariaatd66castricum@hotmail.com of tel. 0251-317655/06-57134712.

Le Moulin

RESTAURANT

Woensdag en zondag in december:

**Gebakken zeetong
in z'n geheel geserveerd
met salade en vlaamse patatten**

€ 27,50

* 3-gangen keuzemenu v.a. € 35,00 *

Fam. Glas - Dorpsstraat 96 - Castricum - Telefoon 0251 651500
maandag en dinsdag gesloten