



Kempen creëert
lokale verbinding

 kempen

#kempencreëert

20
01
WK03 \ 2022

HALLO

Horst aan de Maas



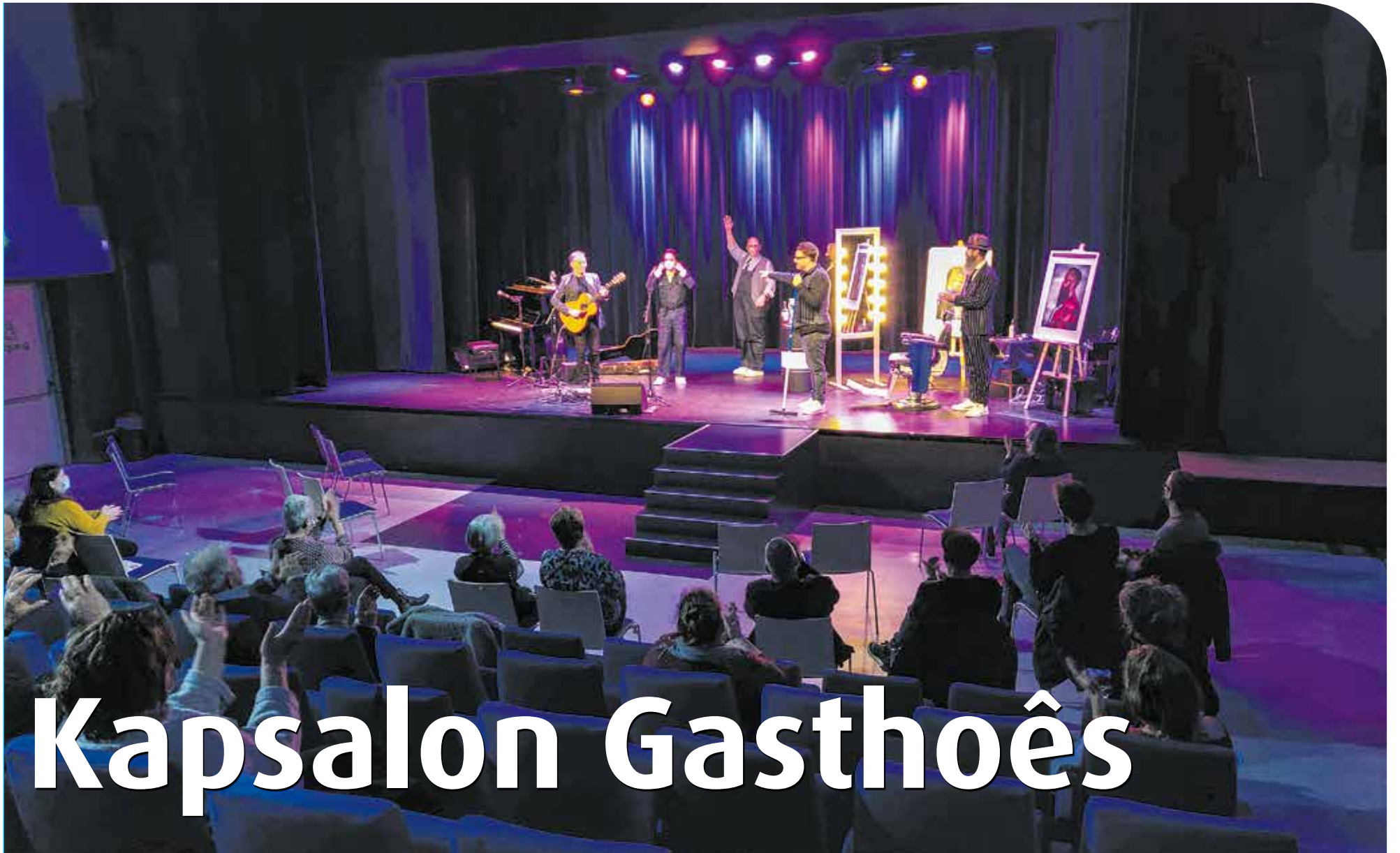
**Gezond-
heid**

03 Wijnhoven:
'Jeroen Rietbergen heeft
mij betast'

07 Drie nieuw-
bouwplannen bij
De Weisterbeek

08 Het Roer Moet
Om wil gemeenteraads-
verkiezingen beïnvloeden

11 Gemeentenieuws
Horst aan de Maas



Kapsalon Gasthoës

Kukeleku sluit zich aan bij de landelijke actie 'Kapsalon Theater' en was op woensdagmiddag 19 januari éénmalig een kapsalon in plaats van een theater. De kapsalon ging open in 't Gasthoës in Horst.

Na het maken van een afspraak konden de deelnemers met mondkapje en geldige QR-code in het theater terecht voor een nieuwe kapsel bij barber Cay Kleeven die voor één keer aan het werk was op het podium in 't Gasthoës. Ondertussen waren er optredens van Bart Jan Baartmans, Op Sterk Water (met Bart Storcken op piano) en Stephanie Struijk. "Ik ben nog een klein beetje zenuwachtig", opende Storcken de voorstelling. "We mogen weer optreden en ik heb er heel veel zin in. Ik wil jullie allemaal bedanken voor het langskomen in 't Gasthoës."

Kapsalon Theater

Kukeleku veranderde de theaterzaal om tot culturele kapsalon van 14.00 tot 17.00 uur. Er vonden drie rondes plaats van ieder van 60 minuten waar de aanwezigen konden genieten van de knipbeurten van Kleeven én van

korte voorstellingen van alle drie de artiesten.

Kapsalon Theater is een initiatief van Sanne Wallis de Vries en Diederik Ebbinge. Na twee jaar coronabeleid trekken zij de conclusie dat de culturele sector, samen met de horeca en het nachtleven, steeds het kind van de rekening is. "De cultuursector heeft zich altijd flexibel, zorgvuldig en met inlevingsvermogen tot het coronabeleid opgesteld. Het gebrek aan perspectief en korte termijn communicatie is voor de culturele sector onwerkbaar. Voor het openstellen van theaters is voorbereiding benodigd en kan niet op stel en sprong na een 'weegmoment', zeggen zij. Voor meer informatie, kijk dan op www.kapsalontheater.nl, www.gasthoes.nl of www.kukeleku.com

Nieuw horecaprotest in Horst aan de Maas aangekondigd

De deuren van de horeca gingen op zaterdag 15 januari voor één dag open. In Horst aan de Maas deed de horeca mee met de protestactie. Ook is er een nieuwe actie gepland, de gemeente gaat donderdag 20 januari met de ondernemers hierover in gesprek.

In een brief laat ondernemend horeca Horst aan de Maas nogmaals weten dat ze zich niet gehoord voelt. Daarom komen de ondernemers met een tweede actie. Als zij donderdag 20 januari nog niets van de gemeente hebben vernomen, opent horeca Horst aan de Maas zaterdag 22 januari weer haar deuren van 11.00 tot 21.00 uur. Een woordvoerder van de gemeente zegt dat het protestidee donderdag wordt besproken in een overleg met de horecaondernemers. De gemeente wil nog niet vooruitlopen op de zaken.

Eenmalig

De protestdag zaterdag 15 januari werd 'gedoogd' door de gemeente Horst aan de Maas. "Het is belangrijk dat het een eenmalige actie is", zegt burgemeester Ryan Palmen. "Ik vind dat het kabinet best wat ruimte mag geven. De horeca heeft al eerder laten zien dat ze zich kan aanpassen door te plaatsen en mondkapjes te dragen. Aan de andere kant snap ik dat niet alles tegelijk open kan." Volgens Palmen verliep deze dag zonder gekke incidenten. "98 procent ging goed", zegt hij. "Er is altijd wel weer een horecazaak die dan

om 22.45 uur sluit in plaats van 22.00 uur, maar over het algemeen heeft iedereen goed aan de regels gehouden." Woensdag 19 januari werd er ook een protestactie georganiseerd door de theaterindustrie. "Eenmalig moet dit kunnen", zegt Palmen. "Ik ben wel bang dat ook andere sectoren dit soort acties gaan uitvoeren. Het is goed dat iedereen een punt wil maken, maar het heeft wel grenzen. Tegelijkertijd zijn wij de overheid en moeten wij ons ook aan de regels houden."

[Lees verder op pagina 08](#)

Tekst en beeld: Niels van Rens



gezondheid

'Ik hoop dat ouders de emoties van hun kinderen beter leren begrijpen'

De Horsterse Susan van Asten (46) heeft het kwartetspel 'Het 1ste hulp bij emoties kwartet' uitgebracht. Hiermee wil ze bereiken dat kinderen spelenderwijs leren wat de boodschap is van emoties en hoe deze op een gezonde manier te uiten en ontladen. Voor ouders dient het kwartetspel als een bruggetje om het gedrag en de emoties van kinderen te leren (h)erkennen en om dit bespreekbaar te maken.

Kinderen uiten vaak een bepaalde emotie zoals boosheid, terwijl er eigenlijk een hele andere emotie achter verschuilt, zegt Susan van Asten, emotiecoach. "Een kind dat na een dag kinderopvang thuis loopt te stieren en druk is, krijgt vaak een boze 'en nu is het afgelopen' te horen van de ouders. Het gedrag wordt als vervelend ervaren, terwijl het kind eigenlijk gewoon zijn behoefte wil aangeven. Het kind kan

bijvoorbeeld zo overprikkeld zijn door alles wat hij heeft meegemaakt op de kinderopvang, dat hij het liefste een rustmomentje met één van de ouders op de bank wil met een kopje thee en een dekentje, maar dit niet kan uiten." Emoties leiden volgens de coach tot ongewenst gedrag als je er niet weet mee om te gaan. Volgens haar geldt dit voor vele ouders en hun kinderen. "Als je een puppy koopt, ga je ermee op

puppycursus. Als je een baby krijgt, leer je wat te doen tijdens een bevalling en hoe je een luier verwisselt. Maar niemand leert je hoe je omgaat met de emoties van je kind. Zeker nu in de coronatijd zijn gezondheid en emoties een belangrijk thema en verdient het aandacht. Daarbij kan dit kwartetspel helpen."



St. Jansstraat 5
5964 AA Meterik
Tel. 077 230 00 15
www.de3vrouwen.nl

Openingstijden:
di t/m vr 10.00-17.00 uur
za 10.00-16.00 uur

DE 3VROUWEN is een unieke winkel voor de gezondheid

U vindt er een uitgebreid assortiment edelstenen, bloesemremedies, celzouten, essentiële oliën, biologische cosmetica, natuurlijke shampoo, cbd olie, water vitalisators, boeken, diverse thee soorten en nog veel meer.

Kijk voor meer informatie op:
www.primaverallife.nl (informatie oliën)
www.bloesemremedies.com (bloesemremedies)
www.celzouten.com (Schüssler celzouten)

Het kwartetspel

Het idee van het kwartetspel kwam oorspronkelijk van een moeder en dochter, die jarenlang met hulpverlening te maken hebben gehad. De moeder zag dat het voeren van gesprekken tussen haar dochter en hulpverleners blokkerend werkte. Zij liet nauwelijks informatie los. Samen bedachten ze een eenvoudige versie van het spel en werkten dit op de computer uit. Susan kwam met hen in contact via haar onderneming en was meteen enthousiast. “Ik ben voorstander van spelenderwijs het gesprek aangaan met kinderen. Naar mijn mening staat het kinderbrein dan meer open om informatie te ontvangen en weg te geven. Meer dan wanneer er alleen gesprekken worden gevoerd.” De dochter van de vrouw is inmiddels 19 jaar en volgt een grafische studie. Zij verzorgde de vormgeving van het spel. Susan breidde vanuit haar professionele kennis de informatie op de spelkaarten uit.

Op de kaartjes van het kwartetspel staan verschillende emoties zoals boos, teleurgesteld, bang, dankbaar, geschrokken en schaamte, die uitgebeeld worden door cartoon-kinderen. Van elke emotie moet je er vier verzamelen om een setje te sparen en op elke kaart staat een uitleg van de emotie. Zo staat erop de teleurgesteld-kaart: iets gaat niet zoals je wilde, hoopte of verwacht had. Vervolgens staan er vier punten op de kaart met uitleg hoe je deze emotie op een gezonde manier kunt uiten of ontladen. Op de teleurgesteld-kaart

staat: zeg met een diepe zucht ‘jammer’, praat erover met iemand, teken over de gebeurtenis of ga iets anders doen. Susan: “Het zijn eenvoudige, maar effectieve stappen om met emoties om te gaan. Kinderen kunnen leren hun emoties te herkennen en hoe ze deze kunnen uiten. Ouders en hulpverleners kunnen gemakkelijk dieper op de emoties van de kinderen ingaan. Ze kunnen het kind aansturen en bijvoorbeeld zeggen: ‘zucht nu eens écht heel diep en vertel eens wat er is’. Het moet de band en communicatie tussen hen versterken.” Sinds begin december is het kwartetspel te koop. Susan heeft veel positieve feedback gekregen van ouders. “Ze zijn blij met deze eenvoudige stappen die ze zelf goed kunnen toepassen.” Het spel heeft niet alleen animo van ouders, maar ook van hulpverleners. “Hulpverleners zoals gezinscoaches geven aan het spel heel uitgebreid te vinden met veel emoties en goede tips. Ze kunnen hiermee gemakkelijk het ijs breken bij kinderen en het gesprek aangaan.”

Masker

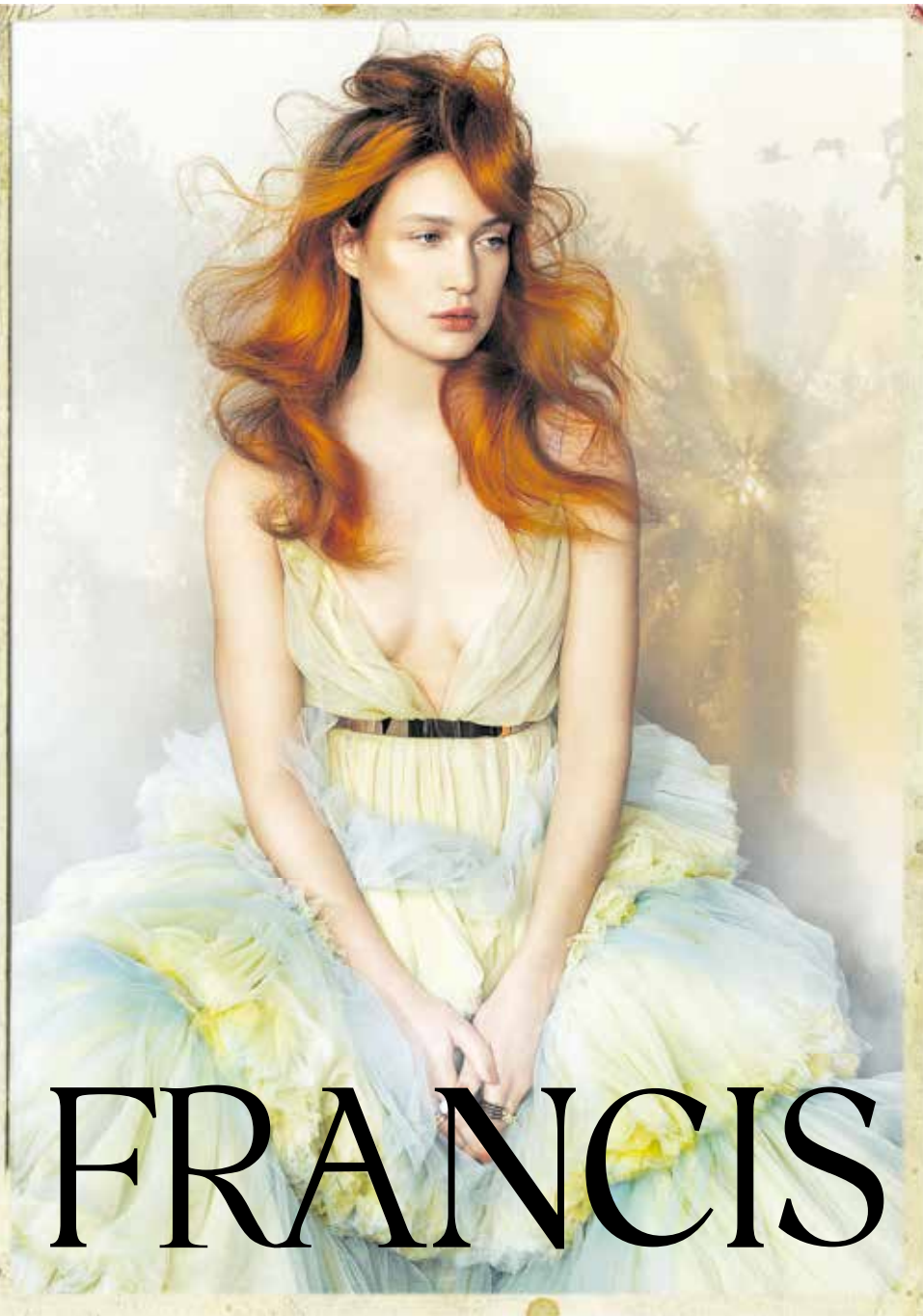
Sinds 2012 heeft Susan een eigen onderneming, waar ze samen met een team trainingen ontwikkelt en verzorgt voor professionals rondom het thema emoties. Sinds kort verzorgt ze ook een persoonlijke ontwikkeltraject voor volwassenen rondom het thema ‘gezond omgaan met emoties’. Volgens haar hebben niet alleen kinderen, maar ook volwassenen behoefte



aan het leren omgaan met emoties. “Vroeger was er nog heel weinig aandacht voor emoties, waardoor veel volwassenen daar nu op vastlopen. Je leert jezelf dan overlevingsstrategieën aan in het omgaan met lastige situaties. Bijvoorbeeld bij een netwerkborrel, waar je niet echt aansluiting vindt met aanwezigen en je je onprettig voelt. Dan zet je bijvoorbeeld een masker op, doe je je groter voor dan je bent en ga je het gesprek aan met anderen, tegen je zin in. Dat kan leiden tot onprettige gevoelens met alle gevolgen van dien. Waarbij ik niet wil zeggen dat je onprettige situaties uit de weg moet gaan. Juist niet. Kijk daarvoor bij de emotie ‘bang’ in het kwartetspel wat je zou kunnen doen”, zegt Susan lachend.

Volgens de Horsterse is het erg belangrijk om kinderen jong al bewust te maken van verschillende emoties en hoe je daar op een gezonde manier mee om kunt gaan. “Ik geloof dat wanneer je van kleins af aan wordt geleerd hoe met emoties om moet gaan, je er later profijt van hebt. Want als je spanning in je lichaam houdt, dan kan dit niet alleen emotionele schade toebrengen, maar je kunt ook lichamelijke klachten krijgen. Gezond gedrag en lichamelijke gezondheid van jong en oud verbeteren op deze manier, is waaraan ik wil bijdragen met dit kwartetspel.”

Beeld: Anouk van Helmond, Zuiverfotografie
Tekst: Roosje Delsing



Wij bieden als salon veel diversiteit en specialisaties zoals de Calligraphy cut methode, stoomwasmassages, care specialist voor het beste haar en hoofdhuid advies, diversiteit in haarverlenging en volume behandelingen met wefts of extensions. “Onze kleuringen zijn kenmerkend. Wij zoeken samen met jou naar het perfecte kleurpallet dat jouw haar mooier maakt, meer volume geeft en je gezicht laat spreken”, aldus Francis Schroembges, Ambassadeur Wella Professional BNL (Instagram: @francisschroembges)

FRANCIS HAARWERK

Deze specialisatie wordt door gerenommeerde haarwerkspecialisten uitgevoerd. Wij ontvangen jou met alle liefde voor een vrijblijvend adviesgesprek in onze privésalon. Onze salon is gespecialiseerd in medisch en cosmetisch haarwerk. Het haarwerk wordt voor jou gepersonaliseerd en is in diverse prijsklassen verkrijgbaar. Wij werken met alle mogelijke haarwerken in echt en synthetisch haar.

SEMH & HSBN gecertificeerde haarwerksalon.



OPENINGSTIJDEN

Dinsdag 08.30 - 21.00 uur
Woensdag 08.30 - 21.00 uur
Donderdag 08.30 - 21.00 uur
Vrijdag 08.30 - 21.00 uur
Zaterdag 08.00 - 15.30 uur



FRANCIS

Jacob Merlostraat 6
5961 AB Horst aan de Maas
077 398 47 02
Instagram: @hair_francis_
@haarwerk_francis_
www.byfrancis.nl