

WINKELNIEUWS

zond afvallen

kelijkse les in groepsverband. Binnen Bonfita wordt gewerkt met een circuittraining, waarbij in 30 minuten alle spiergroepen worden geactiveerd.

Alle cursisten blijven na afloop van deze cursus gedurende zes maanden onder begeleiding bij Bonfita werken aan hun streefgewicht. Een keer in de maand vindt een terugkomavond plaats. Voor leden van Bonfita bedraagt het cursusgeld bij aanvang 66 euro voor de eerste zes weken, inclusief theorie, lesmateriaal en elke week een groepsles. De vervolgbegleiding kan op verschillende manieren ingevuld worden. Sommige verzekeraars vergoeden deze cursus.

Voor meer informatie en opvang: Linda van Butselaar, Bonfita, Reaalhof 31d, tel. 214932 of mail naar info@bonfita.nl.

opt zeer goed



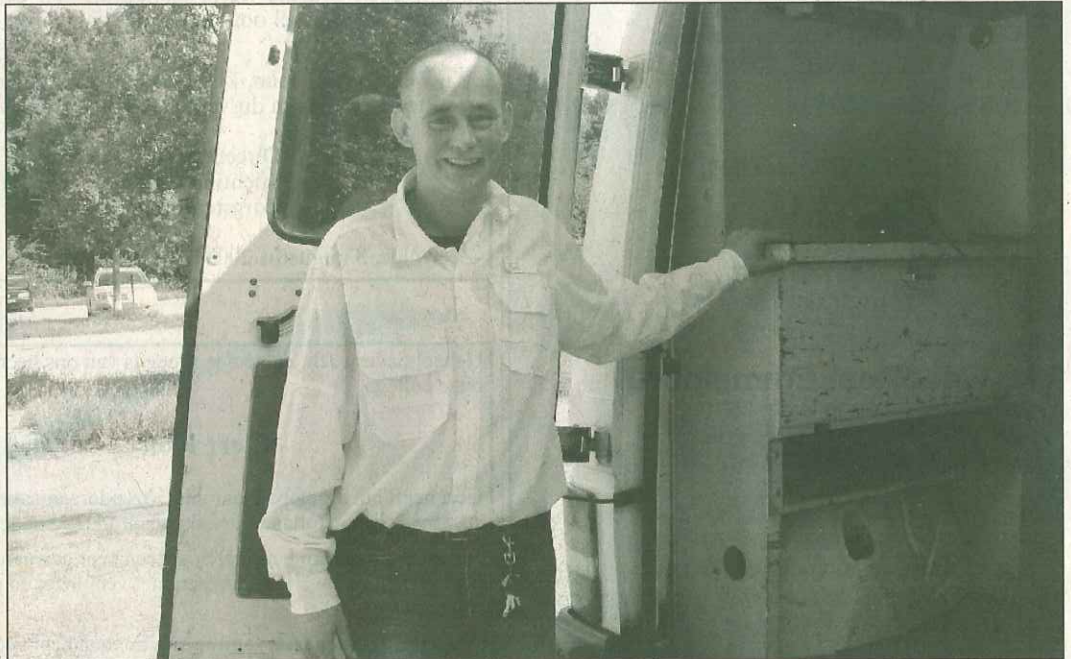
chen. De verkoop van de Daihatsu

bijzonder trots te zijn op het tot nu toe behaalde resultaat. 'Vooral de modellen Cuore en Sirion komen we steeds vaker tegen in Lelystad en omgeving.' Metz heeft extra auto's ingekocht, waardoor veel modellen uit voorraad en dus snel afgeleverd kunnen worden.

Als voordeel van Daihatsu noemt Voshol de lage prijzen. De nieuwe Cuore is al leverbaar vanaf 8.199 euro en de Sirion vanaf 9.999 euro. Verder is Daihatsu zeer bekend om zijn zuinig motoren.

Hulp bij pech onderweg in Lelystad

Marco start bandenplakservice



Marco Lantinga. (Foto: J. Kanis)

LELYSTAD – Het plakken van een band, het verwisselen van een kabeltje, benzine halen voor iemand die zonder staat, iemand naar het werk brengen. Dit zijn zo wat van de werkzaamheden van Marco Lantinga (36), die onlangs zijn mobiele bandenplakservice startte. Marco: 'De klanten die ik tot nu toe heb gehad, zijn zeer tevreden.' En hij vervolgt: 'En ik geef ook eerlijk advies, over bijvoorbeeld een versleten band.'

Marco was werkzaam als chauffeur bij Scarlet, tot zijn contract afliep en niet meer verlengd werd. Hij wilde graag weer aan de slag, maar dit werd door tal van zaken bemoeilijkt, onder meer door het ontbreken van een diploma. In 2006 kreeg hij het idee voor een eigen zaak en liet hij zich inschrijven bij de Kamer van Koophandel. 'Eigenlijk ben ik op het idee gekomen door de fietsenmaker. Ik had een lekke band die hij niet wilde plakken. Hij wilde hem alleen vervangen. En dat wilde ik niet.' Bovendien zijn fietsen en brommers al heel lang een hobby van Marco. 'Ik

ben altijd nieuwsgierig als een fiets of brommer het niet meer doet. Ik heb dit mijzelf aangeleerd. En ik leer ook nog elke dag dingen bij, die ik dan een volgende keer weer gebruiken kan,' aldus de reparateur.

Voorlopig werkt Marco alleen binnen Lelystad. Het idee is als volgt: wanneer je met de fiets of brommer op weg bent naar je werk en je krijgt plotseling een lekke band, dan staat Marco voor je klaar. Indien nodig brengt hij je met zijn bus naar je werk en plakt ter plekke je band, zodat je later op de dag op de fiets of bromfiets weer terug kunt naar huis.

Re-integratiebureau

Marco kwam via de uitkerende instantie UWV terecht bij USG Restart. En omdat Marco er wat langer over doet voordat hij dingen begrijpt, is hij door dit re-integratiebureau geholpen met het schrijven van een ondernemingsplan. USG Restart helpt iedereen op weg die om welke reden dan ook vastloopt in zijn of haar carrière. Denk hierbij aan iemand die geen baan meer heeft, iemand die ziek

is geweest en niet terug kan in zijn oude baan of bijvoorbeeld iemand die vanuit een uitkeringssituatie zelfstandig ondernemer wil worden. Maar ook iemand met bijvoorbeeld autisme, ADHD of iemand die in een rolstoel zit kan terecht bij USG Restart.

Marco heeft eenmaal in de twee weken contact met USG Restart. Hij kan dan zaken bespreken die hij moeilijk of lastig vindt, vragen stellen of bijvoorbeeld hulp vragen bij het organiseren van zaken. Astrid Wessels van USG Restart zegt over Marco: 'Marco heeft sinds ik hem leerde kennen zo'n ontwikkeling doorgemaakt, niet alleen wat betreft werk, maar ook qua zelfvertrouwen. Dat is leuk om te zien.'

U kunt de bandenplakservice bereiken op 06-43259796. Zie voor informatie ook www.bandenplakservice.nl. Binnen Lelystad zijn de prijzen inclusief voorrijkosten. Marco werkt van maandag tot en met zaterdag van 8.00 tot 18.00 uur (eventueel met uitloop).

USG Restart bereikt men op 285190.