

ons

**magazine
voor
senioren**

NUMMER 6/7 | JUNI/JULI 2021

— ACHTERGROND —

**Silver Starters leert
vijftigplussers een
idee om te zetten in
een eigen bedrijf**

— WONEN —

**Op bezoek bij
Kloosterkwartier
Veghel: samen wonen
met aandacht
voor elkaar**

— DOSSIER —

**Onderzoek toont
aan: een opgewekte
stemming leidt
tot een betere
gezondheid**

Interview

**Vrouwkje Tuinman:
'Ik wil een echt Brabants
verhaal vertellen'**



Reportage

**Frans van Beerendonk,
voorzitter Populieren-
vereniging: 'Mijn
fascinatie voor deze
loofboom is altijd
gebleven'**

Wilt u ook zo graag weer weg?

Boek nu voor de zomer! Juni, juli, augustus... etc.

NIEUW
Enjoyhotel in
Nederland

Enjoyhotel Ie-Sicht  5 DAGEN VANAF Oudega - Smallingerland - Friesland € 319,95 p.p.	Enjoyhotel Riche  5 DAGEN VANAF Valkenburg Limburg € 319,95 p.p.	Enjoyhotel Hof van Twente  5 DAGEN VANAF Hengevelde Twente € 319,95 p.p.	Enjoy Berghotel Vue  5 DAGEN VANAF Valkenburg Limburg € 299,95 p.p.
Enjoyhotel Ruyghe Venne  5 DAGEN VANAF Westerbork Drenthe € 319,95 p.p.	Enjoyhotel de Kruishoeve  5 DAGEN VANAF Vught Noord-Brabant € 319,95 p.p.	Enjoyhotel Spoorzicht & SPA  5 DAGEN VANAF Loppersum Groningen € 319,95 p.p.	Enjoyhotel Vitalis Greetsiel  5 DAGEN VANAF ****HOTEL Duitse kust / Ost-Friesland € 309,95 p.p.
Enjoyhotel Heiderhof  5 DAGEN VANAF Westerwald / Tussen Moezel & Eifel / Obersteinebach € 269,95 p.p.	Enjoyhotel Bottler  5 DAGEN VANAF Moezelstreek - Veldenz Moezel € 269,95 p.p.	Enjoyhotel Marleen  5 DAGEN VANAF Sauerland - Siedlinghausen - Winterberg € 269,95 p.p.	Enjoy Alpin Hotel  5 DAGEN VANAF Sauerland - Schmalleberg - Winterberg € 279,95 p.p.
Enjoy Schlosshotel Sophia  5 DAGEN VANAF Sauerland - Teutoburgerwald - Bad Wünnenberg-Bleiwasche € 269,95 p.p.	Enjoy Eifelhotel Daun  5 DAGEN VANAF Eifel - Moezel - Daun Vulkaneifel € 269,95 p.p.	Enjoyhotel Hutter  5 DAGEN VANAF Direct aan de Moezel Bremm / Moezel € 269,95 p.p.	Enjoyhotel Zur Krone  5 DAGEN VANAF Direct aan de Moezel - Oberfell - Cochem - Koblenz € 269,95 p.p.
Enjoy Rathaushotel  8 DAGEN VANAF Saksen - Erzgebirge Nabij Tsjechië € 499,95 p.p.	Enjoy Weinhotel Veldenz  5 DAGEN VANAF Moezelstreek - Veldenz Moezel € 269,95 p.p.	Enjoyhotel Lanaken  5 DAGEN VANAF Lanaken - Maastricht - Belgisch Limburg € 329,95 p.p.	Bij de prijs inbegrepen: ✓ 4 x overnachting ✓ 4 x ontbijt ✓ 4 x lunch ✓ 4 x diner ✓ Elke avond drankjes inclusief ✓ Elke dag entertainment

Kijk voor actuele aankomstdata en prijzen op

www.enjoyhotels.nl/ons of bel **020 - 225 48 84**

Alle fouten voorbehouden en exclusief eventuele toeristenbijdrage.

Enjoy garantie:
kostenloos omboeken bij
negatief corona reisadvies!

JAARGANG 11 NR. 6/7 - 2021

Ons is een uitgave van KBO-Brabant en wordt 11 keer per jaar bezorgd bij de 125.000 leden.

Op www.kbo-brabant.nl kunt u de *Ons* laten voorlezen.
ISSN 2211-5277

REDACTIE KBO-BRABANT

Jacqueline Cuppers, Truus Noij, Wilma Schrover

REDACTIEADRES

Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch
(073) 644 40 66, ons@kbo-brabant.nl

CONCEPT EN REALISATIE

www.mooimag.com, Pauline Mulder (mooi mag.),
Susanne Mullenders (mooi mag.), Marika Ooms

VORMGEVING

Grafisch bureau Brust, Remco Brust,
Michelle Uit de Weerd - Leemkuil, Ilse Vesters

ADVERTENTIES

SGNM, Richard Onnes,
06 21 33 77 53, richard@sgnm.nl

KBO-Brabant draagt op geen enkele wijze
verantwoordelijkheid voor advertenties/bijsluiters in *Ons*.

DRUK EN AFWERKING

Habo DaCosta

LIDMAATSCHAP

Indien u een lidmaatschap bij de KBO in Brabant wilt aangaan of opzeggen, dan kunt u terecht bij het secretariaat van uw lokale KBO-Afdeling. U vindt de adresgegevens op www.kbo-brabant.nl
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvuldigd en/of openbaar gemaakt zonder KBO-Brabant daar vooraf van in kennis te stellen. Het toesturen van foto's en teksten impliceert toestemming tot publicatie in *Ons*. Toegestuurde foto's en teksten worden niet automatisch geplaatst.

www.kbo-brabant.nl

www.facebook.com/kbobrabant

[@kbo_brabant](https://www.instagram.com/kbo_brabant)

Over verschillen en overeenkomsten

Het was geen fraai gezicht, senioren die op het toneel van de landelijke politiek over elkaar heen buitelden en meningsverschillen opkrikten tot bijna persoonlijke vetes. Het lijkt de laatste tijd een beetje een synoniem te worden: senioren en ruzie. Natuurlijk, meningsverschillen bestaan en hangen samen met het gegeven dat we nu eenmaal niet hetzelfde zijn, van elkaar verschillen in karakter, opvoeding en voorkeuren. Met het bieden van een podium aan die verschillen, zowel in persoonlijke gesprekken als in groepsverband, is niks mis. Sterker nog, ik betrap me er op dat ik graag praat met mensen bij wie de buiten- en binnenkant dicht bij elkaar liggen, bij wie ik niet steeds hoeft te denken wat ze nu eigenlijk precies bedoelen en waar niet 'met meel in de mond' gepraat wordt.

Ik prijs me gelukkig dat ik in de vele bijeenkomsten waaraan ik bij KBO-Brabant de afgelopen jaren heb deelgenomen, dergelijke verhitte discussies niet heb meegemaakt. Niet dat we geen verschillen kennen. We zijn bepaald geen klonen van elkaar! Ook schuiven we onze meningsverschillen niet subtiel onder het tapijt omwille van de lieve vrede. Maar we hebben gelukkig vooral oog voor overeenkomsten, het gemeenschappelijke. En dat is vaak een verademing, een keerpunt in een gesprek.

Zo heb ik de laatste weken, kort achter elkaar, kennismakings-gesprekken gevoerd met de nieuwe directeuren van KBO-PCOB en ANBO en de nieuwe voorzitter van de Koepel Gepensioneerden. Niet onze verschillen - zoals grootte, werkgebied, zichtbaarheid in de media - waren de rode draad in die gesprekken. Integendeel, we deelden onze zorgen over een dalend ledenaantal, de moeite die we hebben om jonge senioren te bereiken, de beschikbaarheid van zorg voor onze steeds ouder wordende senioren, het tekort aan verpleeghuiscapaciteit en de maatschappelijke beeldvorming over ouderen. Ik vond het erg plezierig te constateren dat het besef groeide dat wij, seniorenverenigingen, geen doel op zich zijn, maar een verantwoordelijkheid dragen om onze verschillen ondergeschikt

te maken aan het gedeelde belang van de Nederlandse senioren.

Zou dit een van de lessen van het coronatijdperk kunnen zijn? Ik hoop het!

Leo Bisschops, voorzitter



De kracht van zacht



Niet voor niets de meest verkochte waterontharder van Nederland

Nederland houdt van zacht. En dus van Aquacell.

Niet voor niets de meest verkochte waterontharder van Nederland. AquaCell is de enige waterontharder met twee samenwerkende cellen, waardoor u gegarandeerd bent van 24 uur per dag, 100% kalkvrij water.

Dat betekent een kalkvrije badkamer, goed werkende apparaten en extra smaakvol drinkwater. Hij werkt autonoom, zonder stroom. En ook zo slim; door zijn kleine en compacte vormgeving past hij overal. Ontdek alle krachtige voordelen van AquaCell op AquaCell.nl.

100% kalkvrij water

AQUACELL
de kracht van zacht

Zelf de kracht van zacht ervaren? Vraag een proefplaatsing aan op aquacell.nl



33

MENSEN

10/ *Vrouwkeje Tuinman schrijft het Brabants Boek Present 2021: 'Nu ik op mijn wortels word aangesproken, wil ik die ook een rol geven'*

16/ *Onderwijsprogramma Silver Starters leert vijftigplussers een idee om te zetten in een eigen bedrijf*

LEVEN

20/ *Wandelen door populierenlandschap met Frans van Beerendonk: 'Mijn fascinatie voor deze loofboom is altijd gebleven'*

26/ *Rondleiding door het Kloosterkwartier: een gebied waar mensen wonen, werken, elkaar ondersteunen en zorg kunnen krijgen*

38/ *Maria Schenk onderzoekt invloed stemming op gezondheid: 'Hoe meer positieve emoties, hoe minder somatische klachten'*

ONS BELANG

34/ *Fietsen is gezond en leuk: zó kunt u het zo lang mogelijk blijven doen!*

46/ *Lokale Allianties Veilig Financieel Ouder Worden: financiële experts en zorgverleners werken samen in de strijd tegen financieel misbruik van senioren*

50/ *Gemeenten zetten Wmo-cliënten onder druk*



20



34



16

ELKE MAAND

- 06/** Schrijf ons!
- 09/** Fotoalbum
- 14/** Ledenvoordeel
- 30/** Ons kloppend hart
- 33/** Onsje geluk
- 42/** Ontspanning
- 53/** Juridische helpdesk
- 55/** Op zoek
- 57/** Puzzel

Verhalen, brieven en berichten
die ons bezighouden

Basisregels gelden ook ná inenting

Bent u al ingeënt tegen corona? Ook dan moet u zich houden aan de algemene regels. Want vaccinatie beschermt u tegen corona, maar het is nog onbekend of iemand die gevaccineerd is toch het virus kan verspreiden. Bovendien: één tot twee weken na inenting is 60 tot 90 procent van de mensen beschermd tegen corona. Dat is dus lang niet iedereen. De kans op ziek worden is weliswaar klein, maar niet nul. Houd dus ook als u ingeënt bent anderhalve meter afstand, blijf thuis bij klachten, draag een mondkapje en was vaak en goed uw handen.

ONS ZOMERFAIR

Aanmelden voor de *Ons Zomerfair* op 22 juli in Veldhoven kan nog steeds! Graag vóór 15 juni. Ga naar www.kbo-brabant.nl/aanmelden-zomerfair. Vergeet niet uw ledenpas mee te nemen, een vaccinatiebewijs, mondkapje en contant geld.

Mocht het vanwege coronamaatregelen toch niet mogelijk zijn om de *Zomerfair* te houden, dan krijgt iedereen die een aanmeldbevestiging van ons heeft gehad, bericht via de mail of post.



doe mee!

Reageren op artikelen in *Ons*? Stuur uw reactie naar KBO-Brabant, t.a.v. redactie *Ons*, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch. Mailen kan ook: ons@kbo-brabant.nl. Vergeet niet uw naam, adres en woonplaats te vermelden.

BRABANTS VOOR GEVORDERDEN!

Hoe goed bent u thuis in het Brabantse dialect? Weet u bijvoorbeeld wat onderstaande zin betekent?

't is nu of
tenooi

Het is nu of nooit

Verlengen rijbewijs van 75-plussers

Door corona is in heel Europa een achterstand ontstaan bij het verlengen van rijbewijzen. Daarom kunnen mensen onder voorwaarden met een verlopen rijbewijs doorrijden. Er zijn twee regelingen, de Nederlandse (CBR) en de Europese.

De regeling van het CBR geldt als:

- U 75 jaar of ouder bent op het moment dat uw rijbewijs verloopt.
- U een Gezondheidsverklaring heeft ingediend voordat uw rijbewijs is verlopen.
- Uw rijbewijs minimaal vijf jaar geldig is.
- U een brief van het CBR heeft ontvangen waarin staat dat u een jaar met uw verlopen rijbewijs mag blijven rijden.

Regeling Europese Commissie geldt als uw rijbewijs:

- Verliep tussen 1 februari en 1 juni 2020. Het is dan nog geldig tot 1 juli 2021.
- Verliep tussen 1 juni en 1 september 2020. Het is dan nog dertien maanden na de verloopdatum geldig.
- Verliep of verloopt tussen 1 september 2020 en 1 juli 2021. Het is dan nog tien maanden na de verloopdatum geldig.

Het Europese besluit geldt voor iedereen met een Europees rijbewijs B (auto) die binnen de EU wil rijden, dus ook voor de rijbewijzen die korter geldig waren.

Uitzonderingen:

Rijbewijzen die zijn ingevorderd, geschorst of ongeldig verklaard. Ziet u door de bomen het bos niet meer? Begrijpelijk. U kunt altijd contact opnemen met KBO-Brabant; wij leggen het graag uit.



Oefenen met computer en internet

Op de website **www.oefenen.nl** kunt u oefenen met taal, rekenen, computervaardigheden en internet. Thuis oefenen op deze website is gratis. Ons favoriete thema is *Klik & Tik. De basis*. Binnen dit thema vindt u een serie uitlegvideo's die u stapsgewijs wegwijs maken op de computer en het internet. U begint bij het begin en kunt uw kennis gaandeweg verdiepen en verbreden. U dient zich wel even te registreren voor u de programma's kunt volgen. Dat doet u door op de homepage op de groene knop 'inloggen' te klikken.

Informatiebijeenkomsten Gezond Ouder Worden

GGD West-Brabant en Avans Hogeschool organiseren samen met KBO- Brabant webinars/online informatiebijeenkomsten over Gezond Ouder Worden. Reserveer alvast deze data in uw agenda.

- **Woensdag 2 juni van 19.00 tot 20.00 uur.**
Thema: slapen en fit wakker worden.
- **Woensdag 16 juni van 19.00 tot 20.00 uur.**
Thema: toekomstig wonen.

De bijeenkomsten zijn gratis bij te wonen. Voor informatie over hoe u zich kunt aanmelden kijkt u op onze website www.kbo-brabant.nl/aanmelden-activiteiten-kbo-brabant/

29.480

kilometer reed rayonbezorger Jan Thomassen voor ons. In mei 2013 reed hij zijn eerste rit en nu stopt hij ermee. Niet het rijden maar het tillen van de 300 pakketten heeft hem hiertoe doen besluiten. Namens iedereen: bedankt voor je hulp, Jan!



handig!

Op deze plek zetten we elke maand een bijzondere oplossing voor een alledaags probleem in de schijnwerpers. Kleine of grotere uitvindingen voor net even wat extra gemak in en om het huis! Dit keer: Voetenwashandje.

Voetenwashandje gemaakt door ergotherapeut Monique Goossens

Als u niet meer zo goed kunt bukken, is het lastig om uw voeten te wassen. Vervelend, in de zomer dragen we vaker open schoenen en zo worden onze voeten sneller vies. Ergotherapeut Monique Goossens van Ergo Den Bosch heeft hiervoor een eenvoudige maar erg effectieve oplossing. Van een gastendoekje maakt zij een voetenwashandje met teugels. Door aan de teugels te trekken, beweegt het washandje onder de voet heen en weer. U kunt het gastendoekje ook tussen uw tenen heen en weer bewegen, maar dit vergt wel even wat oefening. Tip van Monique: trek niet te hard!

Hoe maakt u dit praktische hulpmiddel? Knip een gastendoekje over de lange zijde doormidden. Vouw het gastendoekje over de lengte dubbel. Leg aan beide uiteinden een stuk keperband net een stukje tussen het dubbelgevouwen gastendoekje. Stik daarna de randen dicht, zodat de keperband aan het doekje vastzit. De lengte van de keperband moet ongeveer 70 centimeter zijn; probeer zelf even uit wat voor u een handige lengte is.



advertentie

ONTVANG NU
tot 750,-
korting op
uw badkamer



Eigen productie
en montageteam



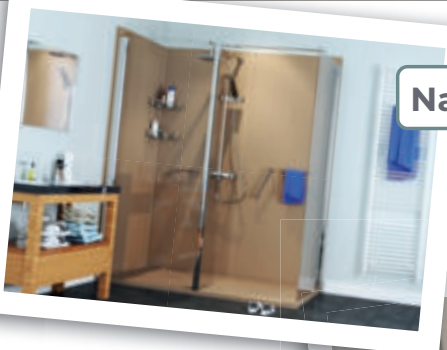
Ruim 10.000
douches geplaatst



Geplaatst binnen
1 dag



Goedkoopste
van de Benelux



Nature Line

Pure instapbad

NIEUW



 **Zwaluw**
COMFORTSANITAIR



GRATIS BROCHURE ONTVANGEN?
WWW.VEILIGDOUCHEN.NL
BEL GRATIS **0800 0200 962**

**Ja, ik ontvang graag het gratis
informatiemagazine**

Naam

Straat + nr

Postcode

Plaats

Telefoon

ONS 25_05_21



Stuur deze bon in een envelop zonder postzegel naar:
Zwaluw comfortsanitair
Antwoordnummer 3035 - 3860VZ Zeewolde, Nederland

* Bekijk de algemene actievoorraarde
op onze website.

Lezers delen een foto van een memorabel moment met *Ons*



1991: schildertalent op leeftijd

‘Mijn vader Piet Joosen begon op zijn 65^e met schilderen. En wat had hij een talent! Aan de hand van foto's maakte hij - vaak in opdracht - portretten, schilderde boerderijen na en maakte misschien wel honderd versies van het schilderij *Schoenen* van Van Gogh. Een portret dat hij maakte van een honderdjarige dorpsgenoot heeft jaren in het gemeentehuis gehangen. In een ander leven had hij misschien wel naar de kunstacademie gekund. Mijn vader heeft geen gemakkelijke start gehad. Al op zijn zesde verloor hij zijn moeder en belandde hij in een weeshuis. Op zijn twaalfde kon hij bij familie in Gilze gaan werken op de

‘Toen mijn moeder overleed, lukte het schilderen niet meer’

boerderij. Uiteindelijk belandde hij bij zijn tante in Chaam en ging daar naar de landbouwschool. En daar ontmoette hij mijn moeder, want haar broers gingen ook naar deze school. Dat hij haar ontmoette was zijn geluk! Samen kochten ze een boerderij en ze kregen twee zoons en tien dochters, waarvan ik er dus een ben. Mijn vader was een echt buitenmens. Hij was

altijd bezig. Ook toen hij op z'n 65^e de boerderij verkocht en in het dorp ging wonen. Hij schilderde toen vanuit een kamer die grensde aan de tuin, zodat hij tussendoor naar buiten kon. Toen

mijn moeder in 1987 overleed, lukte het schilderen niet meer. In 1991 werd er nog een tentoonstelling georganiseerd met al zijn werk. In 1992 overleed hij op 81-jarige leeftijd. ■



JO BOL-JOSEN (1938)

werd geboren in Chaam en is de dochter van Piet Joosen en Mien van Ginneken. Ze trouwde in 1965 met Dré Bol. Samen kregen ze drie kinderen en drie kleinkinderen. Jo en Dré startten een boerenbedrijf in Oosterhout. Na vier jaar verhuisden ze naar Vredepeel in Noord-Limburg, waar ze 25 jaar een boerenbedrijf runden. Vanwege ziekte van Dré moesten ze stoppen met werken en verhuisden ze terug naar het Brabantse Overloon, waar Jo nu nog woont. Dré overleed in 2014 op 75-jarige leeftijd.

Uw foto?

Heeft u een bijzondere foto die u met *Ons* wilt delen? Stuur uw foto met toelichting per e-mail naar ons@kbo-brabant.nl of per post naar Postbus 3240 5203 DE 's-Hertogenbosch. *Ons* behoudt zich het recht voor uw reactie te bewerken en/of in te korten. De foto die u instuurt, ontvangt u uiteraard retour.



interview

VROUWKJE TUINMAN:

‘Voor mijzelf is dit
boek ook een geschenk’

Schrijven in de breedste zin: dat is wat ze doet. Ze dicht, schrijft romans, maar ze is ook journalist, recensent en columnist. Dit jaar schrijft de uit 's-Hertogenbosch afkomstige Vrouwkje Tuinman (46) het derde Brabants Boek Present: *Tijdelijk verblijf*. 'Het is een echt Brabants verhaal. Nu ik op mijn wortels word aangesproken, wil ik die ook een rol geven.'

tekst Susanne Mullenders | *beeld* Luuk Huiskes

'Gisteren liep ik rond in Philipsdorp, de Eindhovense wijk waar mijn boek zich deels afspeelt. Die naam alleen al zegt voldoende, hè: in de vorige eeuw heeft Philips een eigen dorp binnen Eindhoven gebouwd. Het bedrijf wilde op die manier goed voor zijn werknemers zorgen en alles voor hen regelen. Zo was er in die buurt een Philips-bakker, een Philips-slager, een Philips-drogisterij. Er waren Philips-scholen, van waaruit de jongens doorstroonden naar een vakschool - van Philips. En de meisjes naar een administratieve opleiding - óók van Philips. Er was sprake van een enorme toekomstgerichtheid in die naoorlogse jaren.' Gedreven steekt Vrouwkje Tuinman van wal over de achtergrond waartegen haar novelle *Tijdelijk verblijf* zich afspeelt. Het boek verschijnt in september en is het derde Brabants Boek Present (zie kader op pagina 13).

Alles willen weten

Het boek van Tuinman is geïnspireerd op een waargebeurd drama dat in de jaren vijftig van de twintigste eeuw heeft plaatsgevonden in het snel groeiende Eindhoven. Een jonge weduwe probeert met haar kinderen te overleven door een smoezelig pension uit te bouwen tot een gerespecteerd verblijf. Al werkt ze keihard, toch kan ze niet voorkomen dat haar gezin iets vreselijks overkomt. Tuinman is geboren en getogen in Den Bosch, maar woont al jaren in Utrecht. 'Eindhoven kende ik al best goed, maar niet het Eindhoven van de naoorlogse jaren. Ik ben me daar in gaan verdiepen. Want als ik schrijf over iets wat echt gebeurd is, wil ik er alles over weten. Vervolgens gebruik ik lang niet alle details in mijn boeken, maar ik wil gewoon zeker weten dat het klopt wat ik in mijn hoofd heb.' Corona heeft haar research bemoeilijkt: het was veel lastiger om onderzoek ter plekke te doen. 'Sommige archieven zijn al meer dan een jaar gewoonweg dicht. En gisteren bijvoorbeeld, in Eindhoven, stond ik voor het pand waar mijn boek zich afspeelt. Normaal gesproken had ik dan wel gevraagd of ik misschien binnen mocht rondkijken, maar nu vind ik dat ik dat niet kan maken: ik wil niemand lastigvallen in coronatijd.' Toch is ze genoeg te weten gekomen om haar verhaal te kunnen schrijven. Zo heeft ze een jeugdvriendinnetje van de hoofdpersoon gesproken. 'Dat soort gesprekken maakt het verhaal voor mij nog levendiger. Zij heeft me allerlei alledaagse dingen verteld. Zo vertelde ze over een eng brandgangetje ergens in de wijk, waar ze als kinderen vaak speelden. Daar ben ik zelf ook een kijkje gaan nemen. En toen zag ik dat het nog steeds een best eng brandgangetje is. Dat soort dingen helpen me enorm bij het schrijven. Ik puzzel graag dat soort sfeerelementen bij elkaar.'

»



VROUWKJE TUINMAN

(Den Bosch 1974)

studeerde algemene letteren en muzikwetenschap. Ze publiceerde vier romans en zes dichtbundels. In 2016 verscheen haar meest recente roman *Afscheidstournee*. In september 2019 kwam haar bundel *Lijfrente* uit, die bekroond werd met De Grote Poëzieprijs 2020. Tuinman schrijft regelmatig teksten en libretti voor muziektheater. Daarnaast schrijft ze artikelen, columns en recensies voor onder meer *Trouw*, *de Volkskrant* en *Opzij*.

Meer informatie:

www.vrouwkje.com

Groot drama op kleine schaal

'*Tijdelijk verblijf* gaat over overleven in de breedste zin van het woord', vervolgt ze. 'De weduwe probeert een leven voor haar kinderen op te bouwen, midden in die toekomstgerichte stad Eindhoven. Ze doet alles om hun toekomst veilig te stellen en werkt zich uit de naad. Die jaren vijftig zijn een periode van "niet zeuren maar hard werken en doorgaan". De mensen over wie het verhaal gaat... nu zouden we over hen zeggen: "Mijn god, wat hebben zij een hoop drama meegemaakt." Naar de maatstaven van nu zou je van de weduwe zeggen dat ze een posttraumatische stresstoornis heeft. Maar toen werkte ze gewoon zestien uur per dag. Het was allemaal heel erg, maar het was ook gewoon zoals het was. Ze ging door en dat moest ook: ze had geen keuze. Dat verschilt zo sterk van de manier waarop we nu met dit soort dingen omgaan.' Tuinman is gefascineerd door de paradox die het verhaal over de weduwe kenschetst: 'Deze vrouw ploetert en probeert een leven neer te zetten tegen de achtergrond van die stad die zo gericht is op groei en mogelijkheden. En op kleine schaal gebeurt er dan dat grote drama. Al die mogelijkheden die de wederopbouw biedt, kunnen niet uitsluiten dat op persoonlijk vlak de hele wereld instort.'

Sjacheren met woorden

Op de vraag hoe ze op het idee gekomen is haar novelle op deze gebeurtenis te baseren, antwoordt ze: 'Toen ik werd gevraagd voor het Brabants Boek Present, wist ik meteen dat ik het wilde doen. Maar ik wilde dan wel een echt Brabants verhaal vertellen. Nu ik op mijn wortels werd aangesproken, wilde ik die ook een rol geven. Dus ik ben gaan lezen: wat zijn

interessante dingen? Zo kwam ik terecht bij een aantal onopgeloste Brabantse zaken die veel teweeg hebben gebracht. Dit was er een van en deze greep mij het meest. Vooral vanwege de combinatie van het drama en die ontzettend toekomstgerichte omgeving.' Het Brabants Boek Present mag maximaal 20.000 woorden bevatten.

Tuinman had nog niet eerder een novelle geschreven, dus dat was best een uitdaging. 'Je kunt niet alles uitdiepen en tegelijkertijd moet je toch uitdiepen. Dat is moeilijk, maar ook leuk. Op dit moment zit ik in de eindfase. En ik zit werkelijk te sjacheren met woorden: ik loop het manuscript door

op stopwoorden. Deze manier van werken vergt een soort concentratie die ik normaal ook wel heb, maar die nu een hogere versnelling nodig heeft. Het mooie is: het werk wordt er beter van.'

Een geschenk

Net als in *Tijdelijk verblijf* houdt Tuinman zich ook in eerdere romans en poëziebundels vaak bezig met thema's als dood en rouw. Waar komt die fascinatie vandaan? 'Dood en rouw zijn al heel lang in mijn leven. Mijn beste vriend is in 2008 verongelukt met zijn partner. Ik heb er veel over geschreven. En ik ontdekte dat iedereen anders omgaat met de dood. In de ogen van sommige mensen moet je een bepaald stappenplan doorlopen als je rouwt, maar het werkt voor iedereen anders. Ik vind dat een interessant gegeven en daarom ben ik gaan onderzoeken hoe mensen door de geschiedenis heen zijn omgegaan met dood en rouw. Hoe de kerk daarmee omging; hoe dat in andere culturen ging. En ik heb een serie non-fictie essays geschreven over onze drang tot eeuwig willen leven. Want daar gaat

het om, hè, ook bij rouw: we willen iemand die er niet meer is laten voortleven en we willen het leven dat we hadden en niet meer hebben laten voortleven... Ik vind dat interessant.' In 2018 is Tuinmans partner, de dichter F. Starik, overleden. Het schrijven van *Tijdelijk verblijf* is een markant punt in haar eigen rouwproces, vertelt ze. 'Voor het eerst bleek ik weer een verhaal van zekere omvang te kunnen maken dat niet over Frank gaat en zijn dood. Ik bleek mijn schrijverschap gewoon nog te hebben. Dat was fijn. Een jaar eerder had ik dit boek niet kunnen schrijven. Ik deed toen wel journalistiek werk: dat gaat om dingen die buiten mezelf staan en is in die zin niet moeilijk. En ik wist ook dat ik mijn dichterschap nog had: na Franks dood heb ik veel gedichten geschreven, maar eigenlijk waren die allemaal autobiografisch. Tot het moment waarop ik aan deze novelle begon, wist ik dus niet zeker of ik nog boeken kon schrijven die niet over hem gingen. Dat weet ik nu wel. Voor mij is dit boek dus eigenlijk ook een geschenk.'

Geforceerde tweedeling

Ze schrijft dan wel het Brabants Boek Present, maar hoe Brabants is Tuinman eigenlijk nog? Die vraag heeft haar wel zorgen gebaard, vertelt ze: 'Ik heb me afgevraagd of ik wel Brabants genoeg ben voor deze opdracht. Ik woon en werk toch al meer dan de helft van mijn leven in de Randstad. Gelukkig twijfelde verder niemand daar aan.' Ze vraagt zich hardop af wat dat dan precies inhoudt: echt Brabants zijn. 'Ik ben vaak in Amsterdam en daar vinden veel mensen het onvoorstelbaar dat er nog een wereld buiten de A10 bestaat. Maar zelf vind ik het vanzelfsprekend dat de wereld groter is dan de Randstad. Het is allemaal niet zo ver. Er wordt een soort tegenstelling gecreëerd die er niet is. Ik merk dat er toenemende wrevel ontstaat

over die geforceerde tweedeling tussen de Randstad en de rest van Nederland. En ik kan me dat voorstellen. Want oorspronkelijk kom ik zelf ook uit dat verschrikkelijk verre, donkere zuiden, haha.'

Een soort wedstrijd

Of er dan wel zoiets bestaat als een Brabantse cultuur? Ze aarzelt: 'Ik weet het niet zo goed. Wij Brabanders roemen onszelf graag om onze gemoedelijkheid. Maar ik vind het vaak ook heel gemoedelijk op andere plekken. En andersom kan ik Brabant soms ook hard vinden. Het zijn net mensen eigenlijk, Brabanders. Het is menselijk om te willen dat jouw thuisbasis de beste, fijnste en mooiste thuisbasis is die er bestaat. We hebben het nodig om trots te zijn op onze wortels; dat maakt ook dat we voor onze omgeving zorgen. En daar hoort bij: uitvergroting van de eigen positieve eigenschappen en van de negatieve eigenschappen van anderen. Dat doen we niet alleen op provincieniveau, maar ook op grotere én kleinere schaal. Brabantse steden vinden hun eigen carnaval het beste; katholieken en protestanten vinden hun eigen geloof nummer 1. We vinden allemaal ons eigen huis vaak het mooiste van de straat. En Den Bosch is natuurlijk een betere geboortestad dan Roosendaal. We maken er een soort wedstrijd van, maar het slaat natuurlijk allemaal nergens op. We zijn geen uitersten op een schaal van positief en negatief. Het is sentiment. We zijn geneigd onze eigen positieve punten van meer waarde te schatten dan die van de andere kant.' Ze valt even stil en besluit: 'Chauvinisme is een interessant gegeven eigenlijk... Misschien moet ik daar ook eens over schrijven.' ■

HET BRABANTS BOEK PRESENT

is een initiatief van het Prins Bernhard Cultuurfonds Noord-Brabant en het literair productiehuis Tilt. Zij bouwen met dit geschenk aan een literaire traditie in onze provincie. Vrouwke Tuinman schrijft met *Tijdelijk verblijf* het derde Brabants Boek Present en treedt daarmee in de voetsporen van Jeroen Thijsen en Henk van Straten. In september krijgt iedereen die voor € 12,50 aan boeken koopt in een deelnemende boekhandel, het cadeau.

Meer informatie:
www.tilt.nu/podium/brabants-boek-present/

ZOMERHITTE BUITEN? LEKKER KOEL BINNEN!

Het aantal tropisch warme zomerdagen neemt jaarlijks toe. Op die dagen is het fijn om het binnenshuis aangenaam te verkoelen of te ventileren. Dat kan heel eenvoudig met een aircooler (luchtkoeler) of airco. Beide zijn compact, mobiel en eenvoudig te bedienen.

Een aircooler en airco hebben beide als doel een ruimte te verkoelen, maar ze werken niet hetzelfde. Een aircooler koelt de ruimte met behulp van water of ijs. Het apparaat werkt zonder een afvoerslang en is goedkoper en energiezuiniger dan een airco. Een airco blaast koele lucht in de ruimte totdat die exact de temperatuur heeft die u heeft ingesteld. De warme lucht gaat via een afvoerslang naar buiten. Een airco is nauwkeuriger en krachtiger dan een aircooler, maar energieverbruik en aanschafprijs zijn ook hoger. Uitgebreidere informatie vindt u op

WWW.ONSLEDENVOORDEEL.NL

MOBIELE AIRCOOLER HomeTech FL-1701R

- Ventileren, koelen en bevochtigen
- 3 standen/snelheden om lucht te blazen
- Een swing-stand om de lamellen naar links en rechts te laten bewegen
- 3 selecteerbare modi: normaal, natuurlijk en slaap
- Geluidsarm (55 dB)
- Vermogensopname maximaal 65 watt
- Digitaal display
- Soft touch bediening
- Timerfunctie
- Handige zwenkwielen
- Snoer van 1.90 meter
- Inhoud watertank 3 liter
- Gewicht 5,2 kg
- Afmetingen 26 x 25 x 54 cm (lxbxh)
- Inclusief 2 koelelementen
- Inclusief afstandsbediening (met batterij)
- Nederlandstalige handleiding
- 2 jaar fabrieksgarantie

Met
afstands-
bediening



Van € 129,95 voor **€ 69,95**

MOBIELE AIRCO TechnoLife TL-7002

- Ventileren, koelen en ontvochtigen
- Koelvermogen: 7.000 BTU
- Geschikt voor ruimtes van zo'n 20-35 m² (75 m³)
- Verkoelingsfunctie & ontvochtigingsfunctie
- 2 ventilatorstanden met slaapfunctie
- Lamellen zijn handmatig in elke stand te draaien
- 24-uurs timerfunctie
- Led-bedieningsdisplay met touch-knoppen
- Verrijdbaar: ja (360 graden zwenkwielen)
- Inclusief afstandsbediening (excl. 2x AA batterijen)
- Inclusief raamafdichtingskit
- Inclusief afvoerslang (lengte afvoerslang: 1,5 meter)
- Snoerlengte: 1,5 meter
- Vermogen: 780 Watt (Energie label: A)
- Geluidsniveau: 65 dB
- Gewicht: 21 kg
- Afmetingen: 33 x 34 x 69 cm (lxbxh)
- Nederlandstalige handleiding
- 2 jaar fabrieksgarantie

Met
afstands-
bediening



Van € 599,95 voor **€ 299,95**

Wilt u een grotere ruimte koelen? Koop dan de mobiele airco **TechnoLife TL-9001**. Geschikt voor ruimtes van 35 tot 50 m² (100 M³). Van € 699,95 voor **€ 349,95**.

MEER INFO & BESTELLEN? GA NAAR WWW.ONSLEDENVOORDEEL.NL of bel (085) 486 33 63

Gratis omboekgarantie!

advertentie



Boek nú dit complete en voordelige arrangement bij het charmante Hotel 't Kruisselt en ontdek Twente!

Twente, een regio vol natuurgebieden, landgoederen en boerderijen. Een groen en glooiend landschap, met bossen, rivieren, stuwwallen en hier en daar een zandverstuiving of heidevlakte. En te midden van deze natuurweelde, gelegen in het Nationaal Landschap Noordoost-Twente, nabij het gezellige plaatsje De Lutte, vindt u het charmante Hotel 't Kruisselt. Een 3-sterren Superior hotel, omgeven door een eigen 9-holes par 3 golfbaan.

De professionele medewerkers van 't Kruisselt bieden uitstekende service, vanzelfsprekend geheel conform de richtlijnen van de huidige tijd. Het hotel is winnaar van een Gouden Zoover Award met een gemiddelde beoordeling van een 9,2!

Bij incheck ontvangt u van ons een selectie van de mooiste fiets- en wandelroutes, alle startend vanaf het hotel. Fietsen zijn inbegrepen; tijdens het gehele verblijf heeft u de beschikking over uw 'eigen' hotelfiets. U kunt onderweg picknicken met ons smakelijke lunchpakket of u luncht bij een van de gezellige restaurantjes en cafeetjes die u tijdens uw fietstocht tegenkomt.

Elke ochtend serveren we een kakelvers ontbijt en 's avonds geniet u in de Eetkamer of op het Dinerterras van een uitstekend diner, bereid door onze ambachtelijk geschoolde koks. Op het zonnig gelegen tuinterras geniet u heerlijk van een hapje en drankje, een mooi boek, of u droomt gewoon weg bij het mooie, rustgevende uitzicht.

Wees welkom bij 't Kruisselt!
Natuurlijk gastvrij



4-daagse Zomerspecial 'Speciaal voor u, de lezer van dit magazine!' van € 269,- nú vanaf € 229,- p.p.

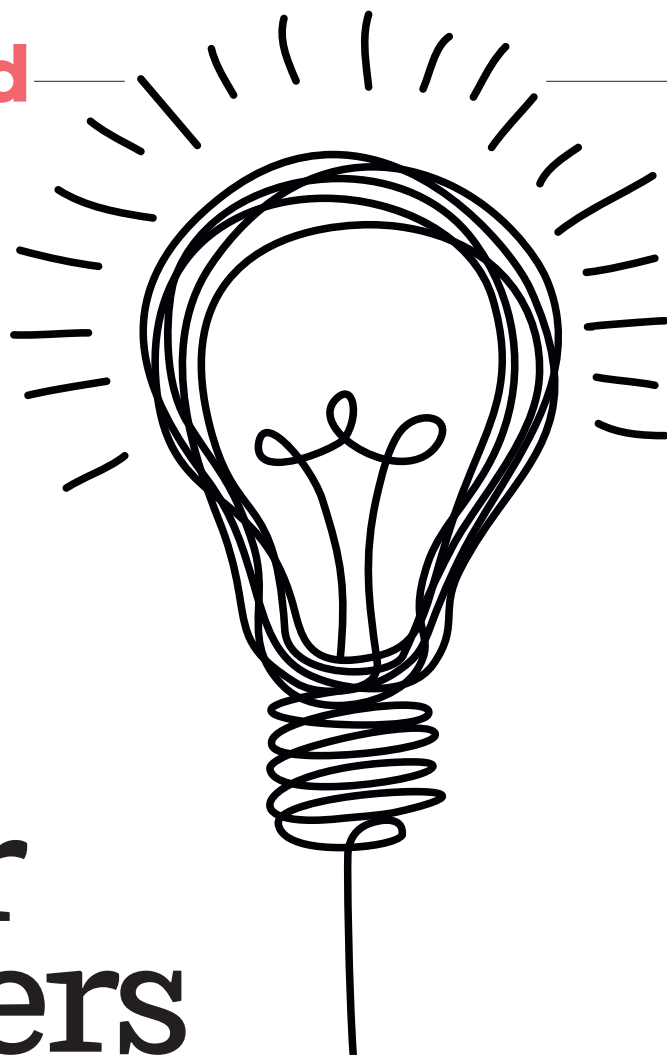
- ◆ Ontvangst met welkomstdrankje
- ◆ 3 nachten logeren in een fraaie kamer
- ◆ Elke ochtend een kakelvers ontbijt
- ◆ 3 uitstekende driegangendiners
- ◆ Gratis gebruik hotelfietsen, fiets- en wandelroutes en jeu-de-boulesbaan
- ◆ Gratis privégebruik binnenzwembad (na reservering)
- ◆ Gratis parkeren (ook voor uw privéfiets) en overal gratis wifi

- Exclusief verblijfsbijdrage à 1,90 p.p.p.n.
- Verlengingsnacht v.a. 55,- p.p. incl. alles!
- De prijs is o.b.v. twee personen per kamer.

Zomerspecials geldig vanaf 18 juni tot 17 september

- Aankomst op vrijdag of zaterdag v.a. 229,- p.p.
- Aankomst op zondag t/m donderdag v.a. 249,- p.p.

Boek nu en ontdek Hotel 't Kruisselt! Bel 0541-551567 of kijk op www.kruisselt.nl



Silver Starters

EEN TWEEDE CARRIÈRE ALS ONDERNEMER?

Een onderwijsprogramma voor vijftigplussers die dromen van een eigen bedrijf – dat is Silver Starters. Dr. Jolanda Lindenberg van de Leyden Academy on Vitality and Ageing coördineert de opleiding en vertelt erover: ‘Start-ups... in het algemeen wordt gedacht dat ouderen daar niet geschikt voor zijn. Maar dat klopt niet: ouderen hebben innovatiekracht en ondernemersmentaliteit.’

Een kennisinstituut dat wetenschappelijk onderzoek doet naar onderwerpen die te maken hebben met vitaliteit en veroudering – dat is de Leyden Academy. Sociaal-cultureel antropoloog dr. Jolanda Lindenberg is er senior stafid en senior onderzoeker. Ze focust zich op de sociaal-maatschappelijke positie van ouderen, waarbij de beeldvorming rondom ouderen haar persoonlijke

expertise is. De Leyden Academy stelt onder meer onderwijsprogramma's voor senioren samen. Silver Starters is daar een voorbeeld van: een programma waarbij vijftigplussers leren hun idee om te zetten in een eigen bedrijf - in acht modules van online leren en persoonlijke coaching. In hun eigen tempo verkennen de deelnemers de markt en ontdekken ze óf en zo ja hóe ze hun bedrijf willen starten.

Internationale samenwerking

Lindenberg coördineert Silver Starters. Het idee voor dit leerprogramma is ontstaan na een onderzoek uit 2014 van de Leyden Academy naar de wensen en ambities van ouderen. De vraag die centraal stond, was: hoe willen senioren hun leven in de toekomst invulling geven? 'Daar kwam uit dat bijna 20 procent van de 649 ondervraagde 55-plussers zeker zou doorwerken na het pensioen als ze de kans zouden krijgen. En bijna 40 procent zou het overwegen. Zo'n 8 à 10 procent voelt iets voor zelfstandig ondernemerschap op latere leeftijd', vertelt Lindenberg. 'Met die resultaten in ons achterhoofd zijn we gaan kijken wat er aan programma's was voor vijftigplussers met ambities om een onderneming te starten. We kwamen tot de ontdekking dat er niks was. Toen zijn we een internationale samenwerking aangegaan en samen met Aegon hebben we deze start-up-cursus ontwikkeld voor mensen op latere leeftijd. De eerste editie van Silver Starters was in 2019, en het programma loopt niet alleen in Nederland maar ook in Polen, Italië en Portugal.'

Innovatiekracht

Het doel van Silver Starters is tweeledig, vertelt Lindenberg. 'Ten eerste willen we mensen helpen bij het overwegen van hun ondernemerschap. Ze onderzoeken onder meer of hun idee levensvatbaar is en hoe ze het in de markt kunnen zetten

op een manier die bij hen past. En ten tweede willen we hun een ondernemende mentaliteit en houding bijbrengen. Maar daarnaast vinden we het ook belangrijk om de beeldvorming rondom ouderen te veranderen. Start-ups en innovaties... in het algemeen wordt gedacht dat ouderen daar niet geschikt voor zijn. Maar dat klopt niet: ouderen hebben innovatiekracht en ondernemersmentaliteit. Ook dat willen we laten zien met Silver Starters. Sterker nog: als ouderen een bedrijf starten, zijn ze daarbij twee tot drie keer succesvoller dan dertigers!'

Ervaring en reflectievermogen

Dat succes komt niet alleen door hun levenservaring, maar ook doordat ouderen over het algemeen reflectiever zijn dan jongeren, legt Lindenberg uit. 'Ouderen denken meer na. Waarom maak ik deze keuze? En hoe kan ik dit het beste aanpakken? Terwijl jongeren onbevangener zijn en de neiging hebben gewoon te gáán. Vaak moeten zij later weer een aantal stappen terug in het proces. Bijvoorbeeld om hun doelgroep preciezer te formuleren, of om iets anders bij te stellen wat ze van tevoren niet helemaal uitgedacht hebben.' Dat ouderen meer overwegend zijn, is ook wel logisch: op latere leeftijd staat er meer op het spel. Dan moet je stilstaan bij vragen als: wat doet dit met mijn vaste baan, welke invloed heeft het op mijn inkomen? Lindenberg: 'Ook daar besteden we aandacht aan in de cursus: wat betekent een eigen onderneming voor mijn pensioen? Waar moet ik rekening mee houden?'

Intensief

Er is veel animo voor Silver Starters. Om mee te kunnen doen, moeten deelnemers zelf al een idee hebben voor een onderneming. Lindenberg: 'Ze moeten hun idee en hun motivatie goed kunnen >>



DR. JOLANDA LINDENBERG

is sociaal-cultureel antropologe en als stafid verbonden aan de Leyden Academy

SILVER STARTERS

Wilt u meer weten over Silver Starters? Kijk op www.leydenacademy.nl/silver-starters/ of bel (071) 524 09 60.

omschrijven bij de intake. Als ze niet met een idee aan de cursus beginnen, staan ze al snel met 2-0 achter: zo hard gaat het. Het programma is behoorlijk intensief, het kost minimaal zestien uur per week, twaalf weken lang. Mensen moeten er dus echt tijd voor willen en kunnen maken.'

Waardevolle uitkomst

In Silver Starters zit veel kennis van start-ups én ouderen gebundeld: het is samengesteld door verschillende business schools en kenniscentra voor ouderen. Bovendien heeft de doelgroep zelf ook meegedacht: 'Gedurende de ontwikkeling van het programma hebben we het voorgelegd aan ouderen zelf. Zij hebben meegedacht. En samen met hen hebben we ook het leerplatform uitgekozen. Op die manier hebben we ervoor gezorgd dat het programma goed aansluit bij de behoeften van de cursisten', aldus Lindenberg. Onderwerpen die aan de orde komen bij Silver Starters zijn bijvoorbeeld: klantbehoeften, aannames, verdienmodellen, (online) marketing, pitchen, en nog veel meer. Maar deelnemers werken niet alleen aan hun idee; ze kijken ook naar wie ze zijn, waar ze goed in zijn, of ze risico's durven te nemen. Lindenberg licht toe: 'Ons doel is niet primair de deelnemers daadwerkelijk een onderneming te laten starten. Ontdekken dat je toch geen bedrijf wil beginnen, kan ook een zeer waardevolle uitkomst zijn. Ongeveer een kwart van de deelnemers begint na Silver Starters een onderneming. De deelnemers die dat niet doen, zijn zich door het programma bewuster geworden van hun kwaliteiten en weten beter wat ze in de toekomst wél willen doen. Ook dat is een belangrijk maatschappelijk resultaat.' «

'Silver Starters zit uitzonderlijk goed in elkaar: alles is prachtig gestructureerd en je kan het in je eigen tempo doen'

Han van Doorn (83) won de eerste prijs bij Silver Starters 2019 met zijn app *Are you okay*.



'Toen ik alleen kwam te wonen, belde mijn zoon me regelmatig met een smoesje. Dan vroeg hij hoe het met de kippen was, of met

de moestuin... terwijl ik wist dat hem dat geen moer interesseerde: hij was gewoon bezorgd om zijn oude vader. Dat zette me aan het denken: wat gebeurt er als ik van de trap val? Hoe lang duurt het dan voordat iemand mij vindt? Maar een alarmknop om mijn nek of sensors en camera's in mijn huis – daar voelde ik niks voor.

Samen met mijn zoon ontwikkelde ik de app *Are you okay*. De app is gekoppeld aan een apparaatje in de meterkast dat elke 10 seconden mijn elektriciteitsverbruik naar de cloud zendt. Het is een zelflerend systeem: na drie weken weet het wat mijn normale verbruik is. Als het vervolgens een afwijking vaststelt, belt de app mij. En pas als ik niet opneem, belt hij mijn zoon. Mijn privacy is dus gegarandeerd. Ik hoef alleen maar een apparaatje van 30 euro voor in de meterkast aan te schaffen; verder is dit systeem gratis.

Toen ik met Silver Starters begon, had ik mijn productidee al. Maar ik heb er heel veel geleerd, vooral over het vermarkten ervan. Zo heb ik ontdekt dat ik verliefd ben geworden... op het verkeerde, namelijk op mijn zelflerende systeem. Maar om de app goed in de markt te zetten, moet ik me in plaats daarvan focussen op het probleem van de gebruiker. Verder heb ik bijvoorbeeld een missie en visie leren maken. En ik heb een business model samengesteld: één A4'tje met alle aspecten van mijn business. Dat

heeft heel wat denkwerk gevergd, maar nu biedt het veel overzicht. Sinds 2019 heb ik de app verder ontwikkeld. Ik ben nu aan het testen: hij werkt hartstikke goed en is bijna klaar. Maar ik kan nog niet live gaan, want dan kom ik om in het werk. Dat wil ik niet, want zelf wil ik blijven innoveren. Daarom ben ik op zoek naar iemand die het product in de markt wil zetten. Ik voer op dit moment gesprekken en hoop op korte termijn live te gaan. Ik heb in mijn leven heel wat opleidingen, cursussen en trainingen gevolgd, maar Silver Starters zit uitzonderlijk goed in elkaar. Alles is prachtig gestructureerd en je kan het in je eigen tempo doen. Het belangrijkste wat ik heb geleerd? Dat het makkelijker is om vitaal ouder te worden als je een doel hebt in het leven! Ik heb gemerkt dat het enorme voldoening geeft: iets tot stand brengen. Dan weet je waar je 's morgens je bed voor uit komt.'

Marian Wezenbeek (61) volgt Silver Starters 2021. Ten tijde van dit interview is ze halverwege.



'Ik ben twee jaar geleden gestopt met werken. Een tijdje "freewheelen" is best leuk, maar ik wil toch wat meer om handen

hebben; een doel hebben en van waarde zijn voor de maatschappij. Tegelijkertijd wil ik graag een zekere mate van vrijheid en zelfstandigheid behouden. Deze combinatie leek mij met een eigen bedrijf misschien mogelijk. Ik heb een idee over een bepaalde

'Mocht ik toch besluiten een andere richting in te slaan, dan blijft de cursus nuttig'

dienstverlening in mijn hoofd en wil in de cursus onderzoeken of ik dat kan omzetten in een bedrijf.

Mijn idee is ouderen te helpen met het splitsen van hun woning die te groot geworden is. Op de begane grond ontstaat dan een woning waar mensen nog lang zelfstandig kunnen blijven wonen. En op de verdieping kan – bijvoorbeeld via een trap buitenom – een woning voor een starter worden gerealiseerd. Dit concept heeft vele voordelen. Het zorgt voor extra starterswoningen, ouderen kunnen in hun huis blijven wonen, en het is een aanvulling op AOW en eventueel pensioen. Voor dit idee zocht ik op internet naar informatie over woonwensen van senioren en daarbij kwam ik min of meer toevallig de aankondiging van Silver Starters tegen.

Op dit moment ben ik net over de helft van de cursus. Wat ik tot nu toe vooral heb geleerd is dat een goede voorbereiding belangrijk is: je moet niet zomaar een bedrijf beginnen. En dat je je moet focussen op het probleem van je potentiële klant en niet op jouw oplossing. Ook is het raadzaam eerst een prototype uit te proberen of mensen te interviewen over wat ze willen, en dus niet met een kant-en-klaar product of dienst de markt op te gaan. Een deel van de cursus gaat ook over de eigenschappen die je als ondernemer zou moeten hebben. En dat is voor mij nog wel een vraagteken: ben ik wel zo ondernemend? Maar als dat niet zo is, kan ik daar beter nu achter komen dan achteraf, na de nodige investeringen. Ik weet op dit moment nog niet of ik mijn idee verder ga uitwerken. Eerst ga ik de cursus afmaken. En mocht ik toch besluiten een andere richting in te slaan, dan blijft de cursus nuttig. ■

'DE POPULIER IS KARAKTERISTIEK VOOR ONS BRABANTSE LANDSCHAP'

• De belangstelling voor populierenhout neemt toe

• Populieren hebben lange, rechte stammen



Onze voorouders plantten massaal populieren om er lucifers, klompen en zelfs boerderijen van te maken. Maar de economische waarde van de bomen is flink gedaald; daarom zien we ze steeds minder. De Brabantse Populierenvereniging wil daar verandering in brengen. 'De populier kleurde het landschap en het leven van de mensen in Brabant', aldus voorzitter Frans van Beerendonk.

Als jongen lag Frans al graag in het gras onder de populieren. 'Met mijn ogen dicht luisterde ik naar het aangename geruis van de bladeren. Mijn fascinatie voor deze loofboom is altijd gebleven', vertelt hij enthousiast. Frans is voorzitter van de Brabantse Populierenvereniging; velen kennen hem ongetwijfeld als voormalig vicevoorzitter van KBO-Brabant en als oud-voorzitter van KBO Best. Paul Gondrie, de huidige voorzitter van KBO Best, ondersteunt de Brabantse Populierenvereniging bij het behoud van de boomsoort. 'Het prachtige Brabantse populierenlandschap is uniek in Nederland; door de zeer geschikte grond was de boom hier in ruime mate beschikbaar.' Volgens Frans leverde de populier vroeger een

belangrijk neveninkomen voor de boeren op. 'Dankzij het voorpootrecht* verkochten zij "de peppel" aan de Brabantse lucifer- en klompenindustrie. Ook bij de geboorte van een kind werd vaak een populier geplant', zo weet hij te vertellen. 'Deze werd als bruidsschat meegegeven. In zijn hoogtijdagen bracht de populier zelfs meer op dan de jaarlijkse aardappeloogst!'

Iconische populierenlaan

Tijdens een wandeling door natuur- en recreatiepark De Scheeken bij de Vleut in Best licht René Westerlaken, secretaris van de Brabantse Populierenvereniging, de verschillende projecten toe, waarbij de vereniging betrokken is. Het gezelschap start bij de Natuurpoort. 'Hier vandaan kijk je uit over de A2, waar twee jaar geleden nog 2.200 metershoge populieren stonden. Veel automobilisten zagen de iconische populierenlaan als een van de mooiste stukjes snelweg van Nederland.' Maar de dertig jaar oude bomen bleken een gevaar te zijn voor het verkeer; bij een storm kwam er een aantal op de weg terecht. Uit inspecties bleek dat de conditie van de bomen achteruitging, waarna Rijkswaterstaat besloot ze te kappen. René licht toe: 'Onze vereniging heeft gezocht naar manieren om het unieke populierenlandschap en de daarbij behorende cultuurhistorie in stand te houden en de populieren weer te gebruiken voor andere doeleinden. We spreken dan ook liever over oogsten dan kappen.'

DE BRABANTSE POPULIERENVERENIGING

De Brabantse Populierenvereniging, gevestigd in Best, zet zich in voor behoud van het Brabantse populierenlandschap. Sinds 1965 is zij kennispartner van gemeenten en overheden. De afgelopen decennia is het aantal populieren in Brabant sterk afgenomen, omdat er steeds minder klompenmakers zijn en er geen bomen meer gebruikt worden voor de productie van lucifers. De vereniging wil de aanplant van nieuwe populieren blijven bevorderen. Dit doet zij onder meer door het opzetten van een eigen merk voor populierenhout. Samen met ontwerpers heeft de vereniging een lijn van binnen- en buitenproducten van populierenhout ontwikkeld. Door de economische waarde van de populier te verbeteren wordt het bijzondere Brabantse coulisselandschap met populierenbomen in stand gehouden. Daarnaast richt de vereniging zich op educatieprojecten, zodat ook toekomstige generaties de populier in hun hart sluiten.

»



*Het voorpootrecht, ook wel pootrecht en recht van voorpoting genoemd, houdt in dat grondbezitters het recht hebben om in eigen bezit bomen te planten en te rooien op een stuk grond vóór het eigen perceel. Doorgaans betreft dit de berm van een weg die langs het perceel loopt.





Tot
€ 750,-
inruil*

*Vraag naar de voorwaarden

7 Unieke beloftes:

1. Hoog-laag functie
2. Rug-, been- en nekverstelling
3. Met 1 voetdruk volledig verrijdbaar
4. Met 1 voetdruk volledig stabiel op poten
5. Geen kabels zichtbaar
6. Geen motoren zichtbaar
7. 6 maanden slaapgarantie



**GRATIS
BROCHURE?**

0341-277010
www.well-fair.nl



Onze klanten-
beoordeling:



EEN HEERLIJK BED VOOR NU EN LATER

Mede dankzij de actie *WeHoudenJullieHier* van de Populierenvereniging, heeft dit initiatief geleid tot de verwaarding van het A2-hout en zijn er onlangs opnieuw 2.200 jonge populieren aangeplant langs de snelweg. Volgens Paul moeten we nog wel even geduld hebben voordat de populieren weer in volle glorie te bewonderen zijn: 'Het duurt zo'n dertig jaar voordat ze volgroeid zijn; ze groeien ongeveer een meter per jaar. Maar ook toekomstige generaties zijn verzekerd van een bosrijk ritje over de A2.'

Van kaasplank tot tiny house

In overleg met de gemeenten Best en Boxtel, die eigenaar waren van de populieren, heeft Populierenland de geoogste bomen gekocht. Populierenland is de werkmaatschappij van de Brabantse Populierenvereniging. 'Als we geen actie hadden ondernomen, is de kans groot dat het hout was geëxporteerd. Maar deze tijd vraagt om opwaardering en regionale verwerking van het hout', meent René. Samen met ketenpartners ontwikkelde de vereniging verschillende toepassingen van het hout voor lokale projecten: van kaasplankje tot boomhut en van vloerdeel tot tiny house. Volgens de secretaris heeft populierenhout veel positieve eigenschappen: 'Populieren groeien snel. In tegenstelling tot beuken en eiken zijn de bomen al na dertig jaar kaprijp. Daarnaast hebben de bomen lange, rechte stammen en is het hout lichter en buigzamer dan eiken. Zo kunnen de bomen concurreren met andere gelijkwaardige naaldhoutsoorten die vaak uit Scandinavië worden gehaald.'

Circulair model

Terwijl we door de natte natuurparel lopen, vertelt Paul meer over de verschillende objecten die van populierenhout zijn gemaakt. 'De buitenkant van het entreegebouw is bekleed met het hout van de gekapte bomen, evenals de nabijgelegen



uitkijkpost.' Via het populierenhouten 'Van Gogh-achtige' bruggetje lopen we naar de Vlaamse schuur van dierentuin BestZOO. 'De buitenzijde is gemaakt van het tophout van de populier. Dit materiaal wordt vaak gebruikt voor de pallet-industrie.' Op diverse andere plekken in de vernieuwde dierentuin wordt het hout van de geoogste populieren gebruikt: van entreegebouw tot giraffeverblijf. 'Samen met diverse ondernemers uit Best willen we lokaal het verschil maken met onze populier; we willen een circulair model dat generaties overstijgt.' Bijzonder is ook de samenwerking met Campus WesterWind, dat mensen met een arbeidsbeperking inschakelt om ambachtelijke producten te maken. René licht toe: 'De grote kunstwerken in het landschap vertellen kinderen op speelse manier meer over het gebied. Ze zijn gemaakt van mozaïek dat is ingelegd in populierenhout; in elk werk zijn wel zo'n 10.000 steentjes verwerkt!'

Toenemende belangstelling

Tot Frans' genoegen neemt de belangstelling voor populierenhout tegenwoordig weer toe. 'Steeds meer architecten, meubelmakers en ontwerpers gebruiken het als duurzaam bouw materiaal. De lichte kleur en mooie structuur maken de populier geliefd.' Deze ontwikkeling draagt volgens de voorzitter bij aan het behoud van het populierenlandschap. 'Een duurzaam behoud is het beste gewaarborgd als de kosten en opbrengsten in een acceptabele verhouding liggen, waardoor het voor eigenaren interessant blijft om populieren aan te planten.' Frans werpt nog even een trotse blik over 'zijn' populierenweide. 'De populieren houden volop CO2 vast. Geen uitstoot door export, maar duurzame opslag. Deze rustige omgeving kent geen gejaagdheid, je hoort hier enkel de peppel ruisen. In dit gebied voel, zie én hoor je de meerwaarde van de populier!' ■

Ruim twee derde van alle woningen is aanpasbaar met een traplift



Een groot deel van de Nederlandse huizen is met een traplift geschikt te maken om langer thuis te blijven wonen. Dat blijkt uit cijfers van de Nederlandse Organisatie voor Toegepast-natuurwetenschappelijk onderzoek (TNO). Het aantal huizen dat met een traplift óf andere hulpmiddelen levensloopbestendig is ligt nog hoger. Van de ruim 8 miljoen woningen zijn er zeker 5,8 miljoen aan te passen voor bewoners met ouderdomsklachten en chronische ziekten.

De meest voorkomende woningsoort in Nederland is het rijtjeshuis, gevolgd door portiekwoningen met een buitentrap. De trap is echter een van de eerste obstakels voor mensen die slechter ter been worden, waardoor de woning al snel niet meer goed toegankelijk is. Voor één op de drie ouderen is traplopen een probleem. Door een traplift te laten plaatsen, zijn deze woningen toch geschikt om zo lang mogelijk thuis te blijven wonen.

Langer thuis wonen

Thuis blijven wonen is een wens van veel ouderen. Maar liefst 21% van de 75-plussers wil zelfs nooit of te nimmer verhuizen. Ook niet als gezondheidsproblemen ervoor zorgen dat thuis wonen niet meer vanzelfsprekend is. Hechting aan de omgeving en de woning spelen hierin een belangrijke rol. Net als het behoud van zelfstandigheid. Daarnaast is het overheidsbeleid erop gericht om ouderen zo lang mogelijk thuis te laten wonen. Dan is het belangrijk dat de woning geschikt

is om levensloopbestendig te maken. Welke woningaanpassingen nodig zijn, is afhankelijk van de wensen en beperkingen van de bewoner.

De ideale traplift

Van alle woningen in Nederland is ruim 65% een eengezinswoning, het grootste gedeelte daarvan heeft minimaal één trap. En omdat er verschillende soorten eengezinswoningen bestaan, zijn er dus ook diverse soorten trapliften. Trapliftfabrikant Koninklijke Otolift ontwikkelde daarom een traplift die gemakkelijk op maat gemaakt kan worden voor vrijwel alle soorten trappen. Binnen 48 uur kan de traplift op uiteenlopende trapsoorten geplaatst worden. De gebruiker kan ook kiezen tussen plaatsing aan de binnenzijde of de buitenzijde van de trap. Een traplift aan de binnenzijde houdt de brede kant van de treden goed beloopbaar. En de trappleuning kan in veel gevallen gewoon blijven zitten.

Moeite met traplopen?

Heeft u ook moeite met traplopen en bent u benieuwd of een traplift ook de oplossing is voor u? Vraag dan een gratis brochure aan of maak een geheel vrijblijvende afspraak om de mogelijkheden te bespreken.

Kijk op **www.otolift.nl** of bel gratis naar **0800 444 777 5**.

Otolift, dé meest gekochte traplift van Nederland

- ✓ Uw trapeuning blijft zitten
- ✓ Brede kant van de trap blijft vrij
- ✓ Niet goed = geld terug
- ✓ Huren, nieuw en tweedehands
- ✓ Slechts 48 uur levertijd

Dunste enkele
rail ter wereld!

**€750,-
Korting**

t/m 30-06-21

+ Gratis
5 jaar
garantie

Stuur mij een gratis brochure

Naam

Adres

Postcode/plaats

Telefoon

ONSMAG2021

Bel gratis **0800 - 444 777 5** of ga naar **www.otolift.nl**

Het Kloosterkwartier in Veghel: **EEN PLEK VOOR IEDEREEN**

• De Zusters Franciscanessen



• In de wooncomplexen vind je een mix van jongeren en ouderen



Ruim 175 jaar woonden de Zusters Franciscanessen er. Nu krijgt hun klooster in Veghel een nieuwe bestemming. Het wordt een plek waar mensen wonen, werken, elkaar ondersteunen en zorg krijgen als dat nodig is. Helemaal passend in het gedachtegoed van de zusters.

Het is een bijzondere plek, het gebied rond het klooster van de Zusters Franciscanessen in Veghel. Sinds 1844 wonen hier de Zusters Franciscanessen van de Onbevleete Ontvangenis van de Heilige Moeder Gods. De zusters waren van oudsher zeer betrokken bij de opvoeding, zorg en scholing van de inwoners van Veghel. Ze richtten scholen en ziekenhuizen op, hielpen zwervers en bedelaars bij het zoeken naar werk en verzorgden zieken en ouderen. Maar zoals bij alle kloosters in Nederland is er bij de Zusters Franciscanessen te weinig nieuwe aanwas. Over een tijdje zal de gemeenschap ophouden te bestaan.

Verbinding, zorg en aandacht voor elkaar

Het werd tijd voor een andere bestemming van het rijksmonument, vertellen Michiel Wijnen en Coen Hendriks van Zenzo Maatschappelijk Vastgoed. Vier jaar geleden kwamen zij in contact met de zusters. 'Tijdens ons gesprek met moeder-overste vertelde ze dat ze het complex wilde teruggeven aan de maatschappij. Daarbij wilde ze wel de waarden van de zusters doorgeven: verbinding, zorg en aandacht voor elkaar.' Samen met de zusters maakte Zenzo plannen voor de ontwikkeling van het Kloosterkwartier: het terrein van het klooster en het voormalig ziekenhuis Bernhoven, dat - al jaren leeg - ook op het

oorspronkelijke kloosterterrein stond. Zo ontstond het plan om van het 8 hectare grote Kloosterkwartier een gebied te maken waar mensen wonen, werken, elkaar ondersteunen en zorg kunnen krijgen als dat nodig is. Een plek waar iedereen zich prettig voelt en welkom is. Waar een combinatie te vinden is van woningen, zorgfaciliteiten en onderwijs. En waar de mogelijkheid bestaat om samen te ontspannen in de kloostertuin. Daarbij staat niet het aanbod vanuit (welzijns) organisaties, maar de vraag van de bewoners centraal. Het concept kreeg de naam Leefgoed Veghel.

Ontmoeting

Op een middag in april vertellen Michiel Wijnen en Coen Hendriks alles over dit project aan een aantal geïnteresseerde KBO'ers: voorzitters van KBO-Kringen, het bestuur van KBO Goirle, leden van de expertgroep Wonen van KBO-Brabant en beleidsmedewerkers van de projectgroep *Ons Wonen* van KBO-Brabant. Want hoe pak je zo'n project aan? En is er nog plek voor nieuwe bewoners? Wijnen legt uit dat er bij het ontwikkelen van de plannen een projectgroep meedenkt, die bestaat uit omwonenden, een stuurgroep van de gemeente, de rijksbouwmeester, zorginstellingen, verenigingen en bedrijven. Het kloosterterrein bestaat uit twee rijksmonumenten, een park, een gracht, scholen, een internaat en een 'zaagtandgebouw'. Het moederhuis en de kloosterkapel worden intern verbouwd. Het zaagtandgebouw en de voormalige school worden vervangen door nieuwe wooncomplexen en appartementen. Alles met aandacht voor duurzaamheid. In de wooncomplexen is plek voor een mix aan mensen: gezinnen, alleenstaanden, kwetsbare mensen met een extra zorgbehoefte, scholieren en ondernemers - jong en oud, grote en kleine portemonnee. »

MEER OVER ZENZO

Zenzo, ontwikkelaar van maatschappelijk vastgoed in de wereld van zorg, leren en (begeleid) wonen, bouwt graag mee aan een samenleving waar plek is voor iedereen en waar talenten worden benut. 'In onze projecten staat het creëren van ontmoeting centraal, en wel op zo'n manier dat bewoners en gebruikers als vanzelf met elkaar in contact komen', aldus Michiel Wijnen van Zenzo Maatschappelijk Vastgoed.

Meer weten?

www.zenzo-mv.nl
of bel (033) 453 59 54.

Het autoverkeer wordt beperkt. Er zijn plannen voor een buurtmoestuin en een plek waar buurtbewoners samen eten of sporten. Dankzij zo'n ontmoetingsplek wordt ook eventuele eenzaamheid tegengegaan.

Vetorecht

'De kracht van het Kloostergebied moet worden dat mensen aandacht hebben voor elkaar, net zoals de zusters altijd aandacht hadden voor mensen naar wie de maatschappij niet omkeek', zegt Hendriks. 'De zusters zelf - hun gemiddelde leeftijd is 89 jaar - zijn nauw betrokken bij de ontwikkeling van het complex. Alle stappen worden met hen besproken. Moeder-overste heeft een vetorecht: als zij niet akkoord is, gaat het niet door. De zusters blijven wonen op het terrein en gebruiken nog steeds een deel van het klooster.'

Meer reuring

Tijdens een rondwandeling over het terrein legt Wijnen uit wat al klaar is en wat nog moet gebeuren. 'Kijk, fase 2 is sinds kort klaar en bewoond. Dat was de herinrichting van het terrein waar ziekenhuis Bernhoven stond.' Hier zijn normale en zorg-gerelateerde woningen gebouwd. Er zijn 49 grondgebonden woningen, 62 appartementen met zorgarrangementen en 36 huurappartementen voor ouderen met een zwaardere zorgbehoefte, met zorg vanuit BrabantZorg. 'Er is steeds meer besef dat zorgwoningen nodig zijn. Maar het moet hier ook geen zorgeland worden. Juist de mengelmoeis van activiteiten is zo waardevol, dat zorgt voor meer reuring en daardoor kom je elkaar makkelijk tegen. Zo zit elders op het terrein kinderdagverblijf Unik, voor kinderen die extra aandacht nodig hebben. Ook is er een basisschool in het voormalige Pabo-gebouw op het kloosterterrein. Er worden yogalessen gegeven, je kunt er biljarten en jeu-de-



KLOOSTERKWARTIER
Interesse in een woning in het
Kloosterkwartier?
Kijk voor meer informatie op:
www.kloosterkwartiervegheh.nl/contact
of bel naar (033) 453 59 54.

boulen. De oude eetzaal is omgetoverd tot overdekte jeu-de-boulesbaan. Dat gebeurde in fase 1: het tijdelijk herbestemmen van de leegstaande gebouwen.' De groep loopt door de fraaie 40.000 vierkante meter grote kloostertuin. 'Deze gaan we herinrichten en openbaar maken als een plaats voor rust en bezinning', zegt Wijnen. 'Ook gaan we de brug in ere herstellen die vroeger over de gracht in het Kloosterpark lag. De zusters liepen hierover van het ziekenhuis naar het klooster. Binnenkort plaatsen we op ongeveer dezelfde plek een brug terug die voorheen in 's-Hertogenbosch lag. Zo herstellen we de verbinding tussen het oude ziekenhuisterrein en het Kloosterpark.'

Huiskamer van Veghel

De KBO'ers passeren het nieuwe restaurant voor de zusters in de kloostertuin. Dit moet de 'huiskamer van Veghel' worden: een plek waar iedereen terecht kan, aldus Wijnen. 'Van kantine van het Leefgoedplein en leestafel overdag tot restaurant in de avonden. Met een maaltijdservice waar ouderen eten kunnen afhalen of ter plekke kunnen opeten, én een plek waar je in de weekenden 's avonds terecht kunt voor een heerlijk diner.' In de verte doemt de kapel op. De plannen hiervoor zijn nog niet definitief. 'We denken aan een gezondheidscentrum, waarbij uiteraard alle historische elementen behouden blijven. Maar het kan nog alle kanten op. We zijn hier nog wel een jaar of zeven bezig. Fase 3 begint nu. Er komen 350 woningen, vooral appartementen met de mogelijkheid zorg te ontvangen. In het sociale, middeldure en hogere huurprijssegment. Ook willen we op de begane grond van het klooster een mooie plek maken voor startende ondernemers en maatschappelijke organisaties.' Fijn dat vanmiddag blijkt dat KBO-Brabant en Zenzo dezelfde visie hebben, vindt Hendriks. 'We gaan kijken hoe we kunnen samenwerken.' ■



MEUBELZORG

met hart voor u en uw meubels!

advertentie

AL
FAUTEUILS
VANAF
€ 695,-

WIJ ZIJN GEOPEND!
TOT WEL €1000 INRUILKORTING!*
1000 KLEUREN IN STOF EN LEER



- ✓ Mogelijk met massage
- ✓ Elektrische lendesteun
- ✓ Verwarming
- ✓ USB
- ✓ Tiptoets
- ✓ Tot wel 5 motoren
- ✓ Maatwerk

*Actie alleen geldig op elektrische maatstoelen



✓ GARANTIE TOT 10 JAAR

✓ DIRECT LEVERBAAR

✓ LAAGSTE PRIJSGARANTIE

✓ HOGE KWALITEIT

✓ GRATIS PROEFZITTEN BIJ U THUIS



Heerhugowaard
W.M. Dudokweg 32
1703 DB Heerhugowaard
ma t/m vrij: 09:00-17:00
za: 10:00-17:00
Zo: gesloten



Barendrecht
Dorpsstraat 74
2992 BE Barendrecht
Ma: 12:00-17:00
Di t/m za: 09:00-17:00
Zo: gesloten



Udenhout
Kreitenmolenstraat 43A
5071 BA Udenhout
Ma: 12:00-17:00
Di t/m za: 09:00-17:00
Zo: gesloten



**Demonstratie
aan huis?**
Bel 085-065-5292

Bel nu voor een vrijblijvende afspraak



Bel 085-065-5292

ons kloppend hart



**ACHTER
DE GERANIUMS**

**KBO De Rips zet de bloemetjes buiten. Samen met vele dorps-
genoten, want de geranium-
actie heeft weer plaats-
gevonden. In het dorp is dat
elk jaar een leuk moment om
de lente in te luiden en wat
kleur in de tuin te brengen.
Laat de zon maar schijnen!**

Voor de prijs hoef je het niet te laten, want voor slechts een paar euro ben je een mooie gevulde bloembak rijker. De penningmeester van KBO De Rips is er bovendien blij mee. De jaarlijkse geraniumactie vrolijkt de boel op én spekt de clubkas. Goed om de prijzen laag te houden of wat extra's te kunnen doen bij activiteiten gedurende het jaar. Winst voor alle leden dus!

1. Harrie Beckers (75) 'De geraniumactie is al zeker tien jaar een traditie van onze Afdeling. Alleen vorig jaar hebben we overgeslagen. We hebben dit jaar huis aan huis geflyerd, waarna mensen coronaproof konden bestellen en betalen op afstand.'

2. Els van den Heuvel (75) 'We hebben rode, witte, roze en zalmroze geraniums. Ze zijn heel mooi dit jaar. En al in de bloem, dat maakt het selecteren makkelijk.'

3. Jo van den Akker (77) 'In voorgaande jaren gingen we zelf langs de huizen om de planten te verkopen. Met een persoonlijk praatje verkoop je vaak toch wat meer. Zowel leden als niet-leden bestellen onze geraniums. Ook jongeren uit het dorp.'

4. Harrie van den Akker (76) 'Vele handen maken licht werk. We zijn met een paar auto's en aanhangers langs ruim honderd adressen gereden om alle planten af te leveren. We zetten de planten voor de deur, bellen aan en zwaaien vriendelijk; op veilige afstand.'

Waar komt de uitdrukking 'achter de geraniums zitten' vandaan? Niemand die het echt weet. Het staat vaak synoniem voor een rustig en inactief leven, vaak in combinatie met ouderdom. KBO De Rips geeft aan die betekenis een eigen draai: juist door actief te zijn brengen de leden een hoop kleur in hun dorp.

AFDELING

KBO De Rips

AANTAL LEDEN

200

ACTIVITEIT

Geraniumactie

DEELNEMERS

120 huishoudens
kochten ruim
1.000 planten voor
€1,50 per stuk

OPBRENGST

De actie spekt de
clubkas met € 800,-.
Dit geld zetten
ze onder meer in
voor een nieuwe
koersbalset en
prijzen voor de
superkienavond.

ACCOMMODATIE

KBO De Rips
heeft geen eigen
accommodatie. Het
multifunctioneel
centrum in het dorp
is voor de meeste
activiteiten de
thuisbasis.



HUIS DIRECT VERKOPEN? VERKOOP UW HUIS SNEL EN KOSTELOOS

Bij Huis Direct Verkopen kunt u vandaag nog uw huis verkopen. Bel voor meer informatie en/of een vrijblijvende bieding naar 085 018 63 51.

- Directe aanbetaling mogelijk
- Verkopen en terug huren bespreekbaar
- Altijd een oplossing op maat

Verkocht!

www.huisdirectverkopen.com, Wilhelminastraat 9a, 4818 SB, Breda
T. 085 018 63 51, M. 06 57 93 69 14

huisdirectverkopen.com

Matras met een ingebouwde (drukverlagende)topper

NIEUW!

- ✓ De drukverlagende matras topping is vooral geschikt voor mensen met rugproblemen. Omdat het zich aanpast aan de lichaamscontouren. Dit vermindert de drukpunten. Ook werkt dit type matras goed bij verminderen nek/schouder en heup klachten.
- ✓ Goed voor doorbloeding.
- ✓ Druk verlagende Matras en Luxe bedtopper-in-1.
- ✓ Topper kan ook niet meer verschuiven.
- ✓ Omkeerbaar en licht hanteerbaar.
- ✓ Met luxe ventilerende matrastijk.
- ✓ Bezorging alsmede afvoer oude matrassen kosteloos!
- ✓ NU In-uitstap verlichting t.w.v. €59,- met bewegingsmelder erbij kado!

2^e MATRAS
CADEAU

Gemiddeld beoordeeld
met een cijfer 8.9



€ 895,-

*Prijs o.b.v. 80x200cm (17 maten beschikbaar)



Hangmateffect bij te zachte bedbodems



Touwbruggeffect bij te harde bedbodems

De gildeslapen

010 333 04 60

info@degildeslapen.nl - www.degildeslapen.nl

Disclaimer: aanbiedingen kunnen niet worden gecombineerd / zo lang voorraad strekt / alleen voor leden



Tien van Tienen (84) uit Mill:

‘In de ogen lees je iemands karakter’

Goede portretten tekenen is een gave, vindt Tien van Tienen. Tot zijn grote geluk heeft hij die begaafdheid waarmee hij zichzelf het ambacht aanleerde. Gezichten werkt hij tot in het kleinste detail uit. Met potlood of krijt.

‘Ik ben eigenlijk een meester in krijttekeningen. Daar begon ik mee toen ik door een ernstige longaandoening de lucht van terpentijn- en olie verf niet meer kon verdragen. Portretten met wit krijt op zwart papier zijn mijn specialiteit. Nu ik vaker op bed lig, is werken met een schetsboek en potlood makkelijker; de verfijndheid blijft hetzelfde. Ik heb altijd veel aandacht voor de ogen. Door goed te observeren lees je er iemands karakter uit. Ik kan in ogen zelfs zien of iemand links- of rechtshandig is; de werkkant is de vriendelijkste kant. Als het kan, ga ik straks weer lesgeven. Voor de pandemie deed ik dat twee keer per week in de plaatselijke hobbyclub en in een verzorgingshuis. Het afgelopen jaar was stil. Ik kom de deur bijna niet uit. Tekenend is dan een fantastische hobby. Met mijn portretten heb ik veel mensen een plezier gedaan.’ ■



Veilig op pad LEKKER BLIJVEN FIETSEN!

Mobiel én in beweging blijven is belangrijk, helemaal als we een dagje ouder worden. Als 'gewoon' fietsen niet meer zo goed lukt, zijn er gelukkig alternatieven: van een loopfiets, een lage-instapfiets, een duofiets tot een rolstoelfiets. Zo kunt u toch op de fiets naar familie en vrienden. En u werkt meteen aan uw conditie! Ook kunt u via diverse KBO-Afdelingen meedoen met begeleid fietsen.

Kent u dat? Dat het lastig wordt om op te stappen op uw fiets? Dat achteromkijken wat moeizaam gaat? Of misschien heeft u evenwichtsproblemen of kunt u uw heup of knie niet helemaal goed buigen. Gelukkig zijn het lang niet altijd redenen om te stoppen met fietsen. Soms kunt u met een kleine aanpassing

van uw fiets gewoon veilig blijven fietsen, bijvoorbeeld door een speciale achteruitkijkspiegel te monteren op uw stuur. Kunt u niet meer zo goed lopen, maar wilt u zich wel goed en zelfstandig kunnen verplaatsen buitenshuis? Dan kan een loopfiets uitkomst bieden.

Alleen of samen

Het kan ook zijn dat u meer baat heeft bij een aangepaste fiets, bijvoorbeeld een tweewiel fiets of driewiel fiets met een lage instap en zonder stang. En als het voor u om welke reden dan ook te onveilig wordt om alleen op de fiets te stappen, dan zijn er nog de traditionele tandem, duofiets of rolstoelfiets. Aan deze fietsen hangt een aanzienlijk prijskaartje, maar gelukkig zijn er ook mogelijkheden om ze te leasen of per dag of per week te huren. Ook kunt u bij de gemeente een aanvraag indienen

voor een (gedeeltelijke) vergoeding van aanpassingen of aanschaf. Hiervoor heeft u een medische verklaring van de huisarts nodig. Soms kunt u ook in aanmerking komen voor een vergoeding vanuit uw (aanvullende) zorgverzekering. Informeer eens bij uw zorgverzekeraar naar de mogelijkheden.

Begeleid fietsen

Verder organiseren verschillende KBO-Afdelingen begeleid-fietsenprojecten, waarbij u als deelnemer wordt gekoppeld aan een vrijwilliger. Dan kunt u samen gaan fietsen. De duo-fiets kan zo worden ingesteld dat u bijvoorbeeld zelf kunt meetrappen, of juist niet. Hoe dan ook, het is belangrijk om zo lang mogelijk mobiel en in beweging te blijven. Zorg daarom

dat u in vorm blijft. Merkt u dat het op- en afstappen moeilijker gaat of juist het achteromkijken? Maak dan eens een afspraak met een ergotherapeut. Die leert u oefeningen die u helpen makkelijker en veiliger te blijven fietsen. Ook kan een ergotherapeut u adviseren over aanpassingen aan uw fiets.

Op de websites www.doortrappen.nl en www.vvn.nl (onder de knoppen 'Thuis', 'Senioren in het verkeer', 'Blijf veilig mobiel') vindt u ook nog heel veel tips en informatie, zodat u nog door kunt fietsen tot uw honderdste! ■

Met medewerking van Marnix Kwant, Van Raam Fietsen, www.vanraam.com en Medipoint, leverancier van Van Raam fietsen, www.medipoint.nl

Begeleid fietsen in Heesch en Berlicum

Diverse KBO-Afdelingen bieden de activiteit *Begeleid fietsen* gratis aan KBO-leden aan. Dit kan onder meer bij KBO Heesch en Seniorenvereniging BRES in Berlicum. Samen met een vrijwilliger gaat u op pad met een duo-fiets of een rolstoelfiets. KBO Heesch heeft al jaren ervaring met het coördineren van deze succesvolle activiteit. Hoe het werkt, legt Bert van Sonsbeek van KBO Heesch uit: 'Wij hebben vijf duo-fietsen en een rolstoelfiets tot onze beschikking en zeventig vrijwilligers. Iedere deelnemer wordt gekoppeld aan een vrijwilliger, waardoor er vaste duo's ontstaan. Het is voor beide partijen prettig om telkens met dezelfde persoon op stap te gaan: dan ontstaat er een band en vertrouwen. Bij de fietstochten staan ontspanning en gezelligheid voorop. De duo's bepalen zelf waar ze heen fietsen en hoe lang. Ze kunnen genieten van de natuur, maar ook even naar het centrum gaan voor een boodschap. Deze activiteit bieden wij gratis aan KBO-leden aan. Wel wordt het zeer op prijs gesteld als de deelnemer de vrijwilliger onderweg of na afloop van de fietstocht een kopje koffie aanbiedt.' In Heesch is het begeleid fietsen erg populair. Op mooie dagen worden de fietsen minimaal twee en soms drie keer per dag gebruikt door verschillende duo's. Gemiddeld is een koppel twee uur met de fiets op pad. Seniorenvereniging BRES beschikt over 25 vrijwilligers en drie duo-fietsen. De Afdeling rekent erop dit jaar nog een vierde duo-fiets te kunnen aanschaffen.

Wilt u ook begeleid fietsen? Neem dan contact op met Adriaan van Nistelrooij, coördinator Begeleid fietsen Heesch: **06 409 44 930** of met Herman Schunselaar, coördinator Begeleid fietsen Berlicum: **06 533 19 158**. Of kijk op: www.seniorenverenigingbres.nl of www.kbo-brabant.nl/kbo-heesch/



Loopfiets



Fun2Go duo-fiets



Rolstoelfietsen
VeloPlus en OPair

Blijf in beweging

 **medipoint** maakt het mogelijk



Advies aan huis

Bel onze klantenservice voor een afspraak en onze adviseurs komen bij u langs voor advies en een demonstratie.

Incl. track & trace:
Weet waar uw fiets is

Verstelbare & comfortabele zitting

Ruime instap

Verbeterde wegligging

Verkrijgbaar met elektrische ondersteuning achterop

tot
15% korting
op alle fietsen

Adviesdagen Mobiliteit

Op onze adviesdagen kunt u op afspraak met een expert vrijblijvend al onze mobiliteitsproducten testen. Bezoek onze website voor meer informatie en om u aan te melden. Kijk op www.medipoint.nl/adviesdagen of bel met onze Klantenservice.

Adviesdagen in uw regio

Breda, vrijdag 9 juli • Waalwijk, dinsdag 13 juli • Oosterhout, woensdag 14 juli • Roosendaal, donderdag 15 juli • Tilburg, vrijdag 16 juli



Bel voor meer informatie of een afspraak naar

088 - 10 20 100
(optie 3)

Van Raam Easy Rider 3 driewielers

Met verstelbare rugsteun, stuitontlasting, geweldig zitcomfort en zijdelingse steun

- + 50% korting op een tweejarig onderhoudscontract
- + Gratis veiligheidsslot t.w.v. 49,95 bij aankoop van een fiets of scooter tijdens adviesdag
- + Gratis rijles bij aflevering

AL VANAF

2.464,-

Genoemde acties zijn ledenaanbiedingen. Geldig t/m 15-8-2021. Niet geldig i.c.m. andere acties, kortingen of waardebonnen. Vraag overige voorwaarden in de winkel. Assortiment kan per locatie verschillen.

Wat heb jij geregeld als je een noodsituatie hebt?



Je wilt zo lang mogelijk zelfstandig wonen maar ook snel hulp kunnen oproepen als er iets gebeurt. De meeste ouderen vertrouwen dan op hun mobiele telefoon, maar wie zegt dat we die nog kunnen gebruiken als je bent gevallen of plotseling onwel wordt? Is de telefoon nog binnen handbereik? Neemt de persoon wel op die je belt? Weet je je exacte locatie als je onderweg bent? Een persoonsalarm neemt deze zorgen allemaal weg. Met één druk op de knop verstuur je meteen een alarmoproep aan je contactpersonen of de meldkamer en is hulp altijd gegarandeerd.

Slechts €5,95 per maand

PerSafe biedt een betrouwbaar persoonsalarm voor €5,95 per maand waarbij 3 contactpersonen je oproep ontvangen. Als niemand reageert wordt je oproep automatisch doorgeschakeld naar de meldkamer die het dan verder overneemt. Je koopt bij Persafe een losse noodknop voor €35,-



"Dankzij PERSAFE maken wij ons veel minder zorgen en ma vindt de knop simpel te bedienen."



Persafe noodknop.
Discreet en comfortabel.

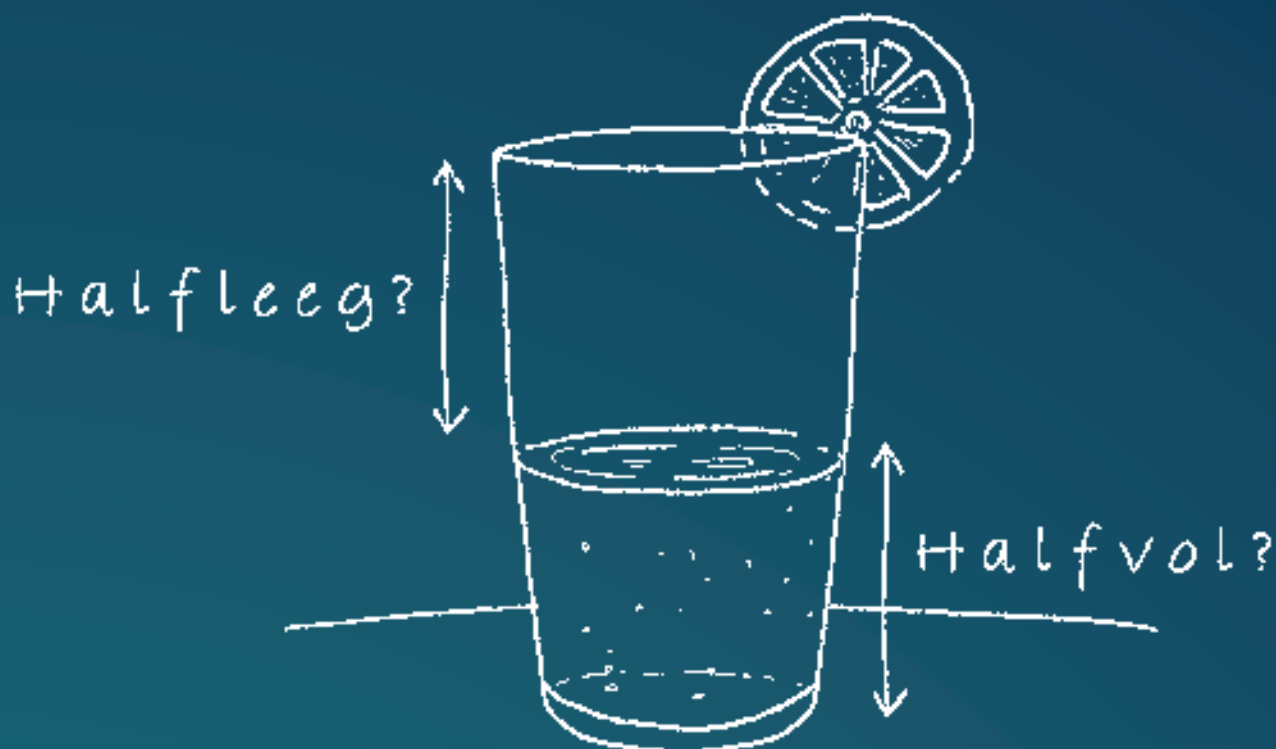
De voordelen van PerSafe alarmknop:

- Werkt thuis & onderweg
- Alarmoproep wordt gegarandeerd beantwoord
- Comfortabele en discrete noodknop
- Spreek/luister via telefoon luidspreker
- Valdetectie
- Slechts €5,95 per maand

 **PERSAFE**
Senioren alarm

Hoe kan ik bestellen of meer informatie krijgen?

Bel 085-071 7308 of ga naar
www.persafe.eu/senioren



POSITIVITEIT GOED VOOR GEZONDHEID

Welke invloed heeft positiviteit op onze mentale én fysieke gezondheid?

Maria Schenk deed er promotieonderzoek naar binnen de afdeling psychiatrie in het Universitair Medisch Centrum Groningen. Ze ontdekte dat mensen die positief gestemd zijn, minder lichamelijke klachten ervaren én gezonder zijn. 'Positieve emoties hebben meer invloed dan negatieve.'

KBO-Brabant
BELANGENVERENIGING VAN SENIOREN



Met hart voor zinnige zorg

Zeg eens eerlijk: is het glas bij u halfvol of halfleeg? Wist u dat de manier waarop u naar de wereld kijkt invloed heeft op uw gezondheid? Maria Schenk constateerde het op basis van onderzoek. Ze is afgestudeerd in de geneeskunde en werkt inmiddels als arts in opleiding tot medisch specialist in het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG). Over drie jaar hoopt ze als internist aan de slag te kunnen. 'Ik heb altijd een grote interesse gehad in de link tussen mentale en fysieke factoren. Dus toen ik na het afronden van mijn studie geneeskunde de kans kreeg promotieonderzoek te doen naar dit onderwerp, greep ik die kans.'

Gedragmatig

Schenk kwam terecht bij de afdeling psychiatrie van het UMCG. Daar onderzocht ze gedurende drieënhalf jaar de vraag: wat doet je mentale gestel met je fysieke gezondheid? 'Dat was best een bijzondere onderzoeksvraag', vertelt ze, 'want in het verleden is vooral onderzoek gedaan naar de impact van negatieve emoties op het fysieke gestel van mensen. Zo werd eerder al duidelijk dat mensen met een depressie of psychiatrische aandoeningen als schizofrenie of

borderline ook vaker somatische aandoeningen hebben. Daarbij kun je denken aan diabetes of hart- en vaatziekte. Een deel van deze klachten kan te maken hebben met het gedrag van de patiënt. Psychiatrische patiënten leven namelijk vaak ongezonder. Dat kan invloed hebben op het gestel. Maar ook langdurige stress of negativiteit blijken negatieve invloed te hebben op de gezondheid.'

Positiviteit belangrijker

Minder werd onderzoek gedaan naar de vraag of er ook een effect de andere kant op was: heeft positiviteit invloed op je fysieke gestel? En ja! Dat bleek ook het geval, vertelt Schenk enthousiast. Ze legt uit hoe ze tot deze conclusie kwam: 'Gezonde vrijwilligers hielden hiervoor een maand lang een dagboek bij. Daarin gaven ze aan hoe ze zich voelden: opgewekt, zenuwachtig, angstig, boos of anders. Daarnaast gaven ze aan hoe ze zich fysiek voelden en of ze lichamelijke klachten hadden zoals buik- of hoofdpijn of pijn in de spieren of ledematen. De gegevens kwamen van deelnemers aan HoeGekIsNL, een initiatief van de Rijksuniversiteit Groningen. Op dit onderzoeksplatform wordt door zelfmeting de geestelijke gezondheid voor de hele Nederlandse bevolking getoetst. Wat bleek uit alle resultaten was dat - als mensen zowel negatieve als positieve emoties hadden - positieve emoties meer invloed hadden: hoe meer positieve emoties, hoe minder somatische klachten.'

Begin klein

Onderschat het effect van positieve emoties dus niet, zegt Schenk. 'Dat zie je ook nu, in corona-tijd: we maken met elkaar veel minder leuke dingen mee. Dat is niet te vermijden. Het leven is nou eenmaal niet altijd leuk, daar hoeft je niet >>



MARIA SCHENK

'Het is belangrijk om leuke dingen tegenover de minder leuke dingen in het leven te zetten'

voor weg te lopen. Wat belangrijk is, is om daar leuke dingen tegenover te zetten: een spelletje spelen, een wandelingetje maken, de natuur in trekken of een sociale activiteit doen. Wat als leuk ervaren wordt, is per individu natuurlijk verschillend', aldus Schenk. 'En natuurlijk moet je altijd naar iemands omstandigheden kijken. Sommige mensen moeten van ver komen. Ik spreek veel patiënten tijdens mijn spreekuur. Ik adviseer hen: "Begin klein". Kijk naar de mogelijkheden die er wél zijn. Begin bijvoorbeeld eens met elke dag even naar buiten te gaan, en ga zo elke dag een stukje verder. Word vooral niet boos op jezelf als het niet lukt."

Positieve psychologie

Schenk doet op basis van de uitkomsten van haar onderzoek een oproep aan de medische wereld. 'Ik denk dat een benadering vanuit de positieve psychologie de zorg kan helpen. Bij deze stroming wordt minder naar het probleem gekeken, maar veel meer naar de manier waarop onze mentale kracht verder ontwikkeld kan worden. Ons welzijn wordt dus bevorderd in plaats van dat er alleen naar de klacht gekeken wordt. De laatste jaren is er in de zorg steeds meer aandacht voor de positieve psychologie: er zijn tal van boeken, artikelen en podcasts over te vinden. Dat onderstreept het belang ervan, denk ik. Het zou goed zijn als we de rol van positieve psychologie in de zorg vergroten en als er meer ruimte komt voor mogelijke oplossingen zoals zelfcompassie, mindfulness en ontspanning.'

Ontstekingswaarden

Naast de resultaten van het dagboekonderzoek analyseerde Schenk ook de resultaten van een

NU AAN DE SLAG MET UW LEEFSTIJL

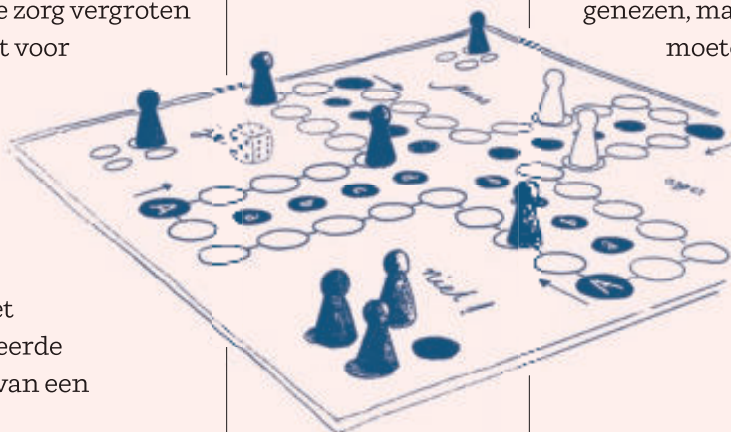
Fit zijn én lekker in uw vel zitten: het begint allemaal bij een goede leefstijl. Kunt u daar wel een beetje hulp bij gebruiken? VGZ helpt u gezonder te leven. Heeft u bij VGZ een aanvullende verzekering? Dan heeft u een preventiebudget. Dit kunt u onder andere gebruiken voor een:

- leefstijlcheck;
- leefstijlprogramma van huisarts Tamara de Weijer;
- cursus leren omgaan met een aandoening;
- online slaapprogramma;
- cursus valpreventie in uw buurt.

Kijk voor meer informatie op www.vgz.nl/preventie

Niet verzekerd bij VGZ?

VGZ helpt u ook met gratis tips, workshops en apps voor voldoende rust, balans en beweging. Kijk op www.vgz.nl/gezondleven en ga aan de slag!



gezondheidsonderzoek dat in de provincie Groningen gehouden werd onder 45.000 deelnemers. Daarbij werden onder andere bloeddruk, hartslag en cholesterol gemeten van de deelnemers in combinatie met hun emoties. 'Daaruit bleek ook dat er een associatie was tussen positiviteit en de metingen: bij meer positieve emoties had iemand een gezonder profiel', vertelt Schenk. 'En dat effect bleek sterker voor vrouwen dan voor mannen te gelden', vertelt ze. Waar dit door komt, is niet nader onderzocht.

Ook is er nog een derde onderdeel van het onderzoek: bij tien mensen werd urine verzameld en daarbij werd onderzocht wat de ontstekingswaarden in het lichaam zijn. Ook de deelnemers van dit onderzoek moesten dagelijks hun stemming aangeven: boos, blij, ontspannen, et cetera. 'Uit de eerste resultaten blijkt dat een opgewekte stemming positieve gevolgen heeft voor de ontstekingswaarden in het lichaam. Mensen voelen zich dus niet alleen gezonder, ze zijn het ook!', vertelt Schenk.

Preventief effect

Heeft een positieve mindset ook een preventief effect op de gezondheid, vragen we Schenk. 'Dat durf ik nog niet te zeggen. Op basis van onze onderzoeksresultaten is het wel verleidelijk om dat te denken, voorkomen is natuurlijk altijd beter dan genezen, maar dat zouden we verder moeten onderzoeken. Wat het

allerbelangrijkste is: spreek uit waar je behoefte aan hebt, wat jou positieve energie geeft.' ■

Zo zorgt u zelf voor een beetje positivi-tijd!

Wie positief gestemd is, voelt zich niet alleen lekkerder maar is ook daadwerkelijk gezonder! Onderstaande vier tips kunnen u een handje helpen bij een positieve en gezonde leefstijl.

1 Tien levenslessen om positief te blijven

Hoe zorgt u ervoor dat u ook in deze tijd positief blijft? Daar helpen VGZ en KBO-Brabant u graag een handje bij. We hebben tien eenvoudige levenslessen voor meer positiviteit voor u verzameld.

1. Stel uzelf vragen
2. Verzin oplossingen
3. Wees weerbaar
4. Kijk naar wat goed gaat
5. Gebruik humor
6. Zorg voor regelmaat
7. Blijf gezond
8. Leef mindful
9. Zoek naar zingeving
10. Hou contact met anderen

Benieuwd naar de uitleg bij deze levenslessen? Lees er meer over op www.vgz.nl/positiviteitstips

Tip: Download via bovenstaande link de poster waarop alle tien de levenslessen staan. Hang 'm op voor uw dagelijkse portie inspiratie!

2 Groen? Doen!

Lukt het niet om dagelijks uw portie 'groen' buiten de deur te halen? Zorg dan voor voldoende groen in huis. Want ook planten in huis hebben positieve effecten op uw leven. Zo zorgen ze voor extra zuurstof. Daarnaast kunnen bepaalde planten de lucht in de ruimte zuiveren: wel zo gezond! Bovendien blijkt uit verschillende onderzoeken dat mensen de helft minder stress ervaren als ze in een plantenrijke omgeving werken. Nog een belangrijk voordeel: de natuur blijkt goed te zijn voor uw geheugen.

Dat positieve effect bereikt u al door alleen maar naar afbeeldingen van de natuur te kijken. Meer lezen over het positieve effect van groen op uw leven? Kijk op www.vgz.nl/meergroen

3 De paden op, de lanen in...!

Dat wandelen gezond is voor uw lichaam, wist u vast al. Maar wist u dat wandelen nog veel meer voordelen biedt? Zo leidt wandelen tot verbetering van uw leervermogen en langetermijngeheugen, én het heeft een positief effect op uw humeur. En ten slotte zorgt wandelen ervoor dat uw stressniveau daalt... Tijdens het lopen komen er namelijk stofjes vrij die u een goed gevoel geven. Reden genoeg om de veters te strikken en eropuit te gaan! Inspiratie nodig voor een mooie wandeling in uw omgeving? VGZ, KBO-Brabant en IVN bieden de mooiste wandelroutes bij u in de buurt. www.ivn.nl/routes

4 Nieuw: Gezond Leven Platform

Gezond leven doet u natuurlijk vooral voor uzelf. Want door goed voor uzelf te zorgen voelt u zich beter en fitter. En bovendien kunt u sommige ziektes buiten de deur houden. Maar als u lekker in uw vel zit, profiteren uw gezin, familie en vrienden mee. Zo kunnen we er samen voor zorgen dat Nederland een stukje gezonder wordt. En dat zorgt ook voor minder druk op bijvoorbeeld onze huisartsen en ziekenhuizen. Daarom heeft VGZ een platform ontwikkeld waarin we praktische tips delen om gezonder te leven. U kunt er 24 uur per dag, zeven dagen per week terecht voor inspiratie of deskundig advies. Wel zo handig. Kijk gauw op het Gezond Leven Platform: www.vgz.nl/gezond-leven

Boeken, films, uitstapjes en andere interessante dingen



BRABANTSE KUNSTVERZAMELING

Jan Geerts is voormalig wis- en natuurkunde docent, maar vooral kunstverzamelaar. Zijn collectie kunt u bewonderen in museum Jan Heestershuis. Geerts' verzameldrift begon al in zijn jeugd, vertelde hij vorig jaar aan het *Brabants Dagblad*. 'Ik ging vaak naar musea en galleries, en door de grote expositie van Van Gogh in het Kröller-Müller ging alles in een stroomversnelling. De laatste twintig jaar ben ik gaan verzamelen.' De gevarieerde collectie geeft een beeld van de Brabantse schilderkunst van de twintigste eeuw, waaronder werken van Jan en Antoon Kruysen, Henriëtte Pessers en Kees Bol. Ook vindt u er schilderijen van niet-Brabantse schilders.

Data: tot en met zondag 15 augustus.

Openingstijden: woensdag tot en met zondag van 13.00 tot 17.00 uur. Entree:

€ 3,-. **Adres:** Museum Jan Heestershuis, Pompstraat 17 in Schijndel. **Meer informatie:** www.museumjanheestershuis.nl

OPROEP

Heeft u een mooi boek gelezen, een spannende film gezien of een andere ontspanningstip voor de lezers van *Ons*? Wij zijn benieuwd! Stuur uw tip o.v.v. 'Ontspanning' naar KBO-Brabant, t.a.v. redactie *Ons*, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch. Mailen kan ook: ons@kbo-brabant.nl Vergeet niet uw naam, adres en woonplaats te vermelden. **ons@kbo-brabant.nl**



WIJSHEID

**'Vriendschap
verdubbelt
vreugde en
halveert
smart'**

**FRANCIS BACON
(1561-1626)**

Engelse filosoof
en staatsman

Voorlezen op verzoek

Weet u nog toen u klein was, hoe ontspannend het voelde als iemand u voorlas? BedtimeStories gunt kwetsbare groepen juist dit. In bijvoorbeeld ziekenhuizen, wijkcentra en verpleeghuizen lezen professionele voorleesacteurs voor aan jong en oud. Het idee komt van theatermaakster Guusje Eijbers. 'Als theatermaker ben ik altijd op zoek naar verhalen waarmee ik het publiek emotioneel kan raken. BedtimeStories zijn vanuit het bed te beluisteren en bieden verlichting en inzicht.' U kunt een live programma boeken, maar ook elke dag (behalve zondag) YouTube bezoeken. Hier verzorgen de acteurs online shows, gevuld met verhalen, poëzie en muziek. Meer informatie over alle mogelijkheden en de dagelijkse YouTube-shows vindt u op www.bedtimestories.nl

Online klaverjassen

Misschien mist u het ook wel: uw vaste klaverjasavondje. U bent niet de enige. Daar moet nu maar eens verandering in komen, dacht programmeur Peter Koning, die tijdens de lockdown vorig jaar al dolgraag met zijn studievrienden om tafel wilde. 'We spreken al ruim twintig jaar af om bij te praten, te ontspannen en natuurlijk te klaverjassen.' Daarom ontwikkelde hij Klaver.Live, een gratis online klaverjastafel. Beginnen is simpel: voer de namen van de andere spelers in en geef de tafelpin door. Ook een competitie met meerdere spellen is mogelijk. Inmiddels schuiven al dik duizend klaverjassers online aan. Zijn u en uw kaartmaatjes de volgende spelers? Op www.klaver.live kunt u direct spelen en vindt u alle informatie. Meedoen is gratis, ook hoeft u zich niet te registreren.



Ertoe doen na uw pensioen

Is pensioen wel de mooiste fase van uw leven? Ja, dat kan, maar dat gaat niet

altijd vanzelf, weet Martin Reekers, die lange tijd loopbaanadviseur is geweest. Zijn boek inspireert tot een mooie invulling en biedt u praktische handreikingen voor een mooie fase. Over de waarde van uw afscheid en de verschillende manieren waarop u uw pensioen kunt beleven. Ook vertellen gepensioneerden hoe zij het hebben aangepakt. De cartoons, van Martin Reekers zelf, zorgen voor wat luchtigheid. *Een sleutel naar het walhalla. Openingen voor een mooie pensioenbeleving*, Martin Reekers, € 24,50. Uitgeverij Kloosterhof Neer.

Maak vrienden met 'De gelukstafel'

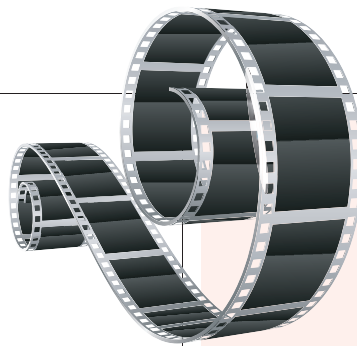
Op het platform *Vraagelkaar* vindt u nieuwe vriendschappen in uw wijk, buurt of stad. Niet als buddy's of redders, maar vanuit het idee om echt vrienden te worden. Het initiatief komt van Janet Turkstra, die ook het nieuwe boekje *De gelukstafel* schreef. Tien korte verhalen over contact maken, uzelf laten zien en vriendschap sluiten, met theorie en handige tips. Fred Beekers, kwartiermaker van de Nationale Coalitie Eén tegen Eenzaamheid, nam eerder dit jaar het eerste exemplaar in ontvangst. 'Dit boek met herkenbare verhalen en bruikbare tips zou echt iedereen moeten lezen. Alleen is maar alleen. We hebben elkaar nodig. Altijd, maar zeker ook in deze tijd.'

De gelukstafel, Janet Turkstra – € 17,95. Uitgeverij: Vraagelkaar. Te bestellen op www.vraagelkaar.nl



'Als je me maar niet ziet als de jongen met de rozen. Want dan stort die hele droomwereld in'

Uit: *Ben ik te min* (1967) van de Eindhovense Armand, die eigenlijk Herman van Loenhout heet. Wist u dat... dit protestlied waarschijnlijk gaat over ene Marijke uit Roosendaal, die hij vanwege het klassenverschil niet mocht zien?



5x films die raken

KBO'er Marlies Filippo tipte *Ons* vijf topfilms die onder uw huid kruipen.

- 1. Amour:** Tachtigers Georges en Anne zijn gepensioneerd muzikdocenten, maar dan krijgt Anne een beroerte. Wat doet dit met hun leven? Indringend verhaal over loslaten. Regie: Michael Haneke.
- 2. London River:** Het is 2005, na de terroristische aanslagen in Londen gaan de Franse moslim Ousmane en Elisabeth Sommers, een 55-jarige Engelse, op zoek naar hun kinderen van wie elk spoor ontbreekt. Dan volgt er een indrukwekkende ontmoeting tussen de twee. Regie: Rachid Bouchareb.
- 3. Tous les Soleils:** De Italiaanse alleenstaande vader Alessandro woont al tijden in Frankrijk. Wanneer zijn dochter voor het eerst verliefd wordt, komt zijn leven op zijn kop te staan. Prachtige rolprent over afscheid nemen, omlijst met heerlijke muziek. Regie: Philippe Claudel.
- 4. Departures:** Cellist Daigo Kobayashi raakt zijn baan in een orkest kwijt en gaat aan de slag bij een begrafenisondernemer. Bijzondere Japanse film over respect voor de doden en levenden. Regie: Yojiro Takita.
- 5. As it is in Heaven:** Na een hartaanval keert de wereldberoemde dirigent Daniël Daréus terug naar zijn geboortedorp. Ontroerende Zweedse film over de kracht van saamhorigheid. Regie: Kay Pollak.

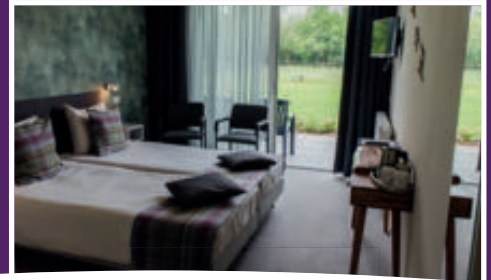
De films zijn verkrijgbaar op dvd bij de bekende online winkels.



Hotel-Restaurant Villa Nova

Fietsarrangement Drenthe

3 dagen vanaf € 130,- p.p. inclusief ontbijt en diner! Ontdek de natuur van het Drents Friese Wold. Geniet van onze vernieuwde kamers!



Familie Krans

Dorpsstraat 38
Zorgvlied

www.villa-nova.nl

Telefoon: 0521 387 212

Email: info@villa-nova.nl



Stadshotel Ootmarsum

Een uniek hotel in het stadje dat zo enig en anders is

Faciliteiten:

- * Lounge met open haard
- * Liftinstallatie
- * Groot buitenterras
- * Zonbank
- * Ruime badkamers
- * Fiets- en wandelroutes
- * Fietsenstalling (afsluitbaar)
- * Alle kamers gelijkvloers



RESERVEREN? Bel 0541-291728
of mail naar info@stadshotelootmarsum.nl



- * Groepsreizen per luxe touringcar.
- * Geheel verzorgde arrangementen op basis van V.P., inclusief excursies en avondprogramma (2021)
- * Vraag ook naar onze particuliere arrangementen



Fam Bults | Westwal 1 | Website: www.stadshotelootmarsum.nl



Thuiszorg Matilda
Zorg zoals u die wenst

AL MEER DAN
15 betrokken,
behulpzaam
JAAR en bekwaam.

Kijk voor meer informatie op: thuiszorg-matilda.c om

HUISHOUDING | BEGELEIDING | WIJKVERPLEGING



Cannaertserf 69-A, 4824 GB, Breda | E-mail: info@thuiszorg-matilda.c om | Tel: 076-888 28 42

Kennismakingsbox

€19,95

4 vriesvers maaltijden

Nu met
6 bavaroise
gratis!

Maaltijdbox
heerlijk

€29,95

6 vriesvers maaltijden

Waarom TopMaaltijden?

Gratis thuisbezorgd | Wekelijkse bezorging | Ambachtelijk bereid
| Persoonlijke aandacht | Vriesvers de lekkerste



Kennismakingsbox

4 vriesverse maaltijden

Kipfilet met broccoli en aardappelpuree
500 gram

Gebakken vis met wortel en gebakken
aardappelen 450 gram

Hollandse hachee met rode kool en gekookte
aardappelen 500 gram

Rundergehaktbal met spinazie en aardappelen
525 gram



Maaltijdbox heerlijk

6 vriesverse maaltijden

Kipsaté met nasi 500 gram

Lasagne bolognese 400 gram

Gegrilde kippenbout met gemengde groenten
en aardappelpuree 525 gram

Rundergehaktbal met spinazie en
gekookte aardappelen 525 gram

Speklap met bietjes en gekookte
aardappelen 500 gram

Schouderkarbonade met sperziebonen en
gekookte aardappelen 500 gram

Naam:

Achternaam:

Adres:

Postcode + plaats:

Telefoonnummer:

E-mail:

☐ Kennismakingsbox (4392)

☐ Maaltijdbox heerlijk (4502)

'REGEL FINANCIËN OP TIJD'

Ouderen zijn relatief vaak de dupe van financieel misbruik door een naaste die iemand langzaam maar zeker kaalplukt. Dat kan lange tijd onopgemerkt blijven. De notaris krijgt niet meteen argwaan bij aanpassing van het testament en de wijkverpleegkundige vraagt in de regel niet naar geldzaken. Het kan enorm helpen als beide beroepsgroepen elkaar weten te vinden. Vanuit die gedachte namen Oscar Balkenende en Nickey Smelt het initiatief voor Lokale Allianties Veilig Financieel Ouder Worden. Hun belangrijkste advies: regel uw financiën als u lichamelijk en geestelijk nog kwiek bent.

Allebei kunnen ze het ene na het andere schrijvende verhaal vertellen. Oscar Balkenende helpt mensen bij het afwikkelen van nalatenschappen. Nickey Smelt is executeur en fiscalist. 'Al in 2010 viel het me op dat ik regelmatig te maken had met een nalatenschap waar geen van de erfgenamen meer iets mee wilde', vertelt Balkenende. 'Geen wonder, want er wás vaak ook niets meer, behalve een onverwacht hoge hypotheek op het huis. Ik zag dat een kind, een neef of een huishoudster meneer of mevrouw had "geholpen" met de financiën in de laatste jaren van hun leven en dat er daardoor niets meer over was.' Ook Nickey Smelt ziet als executeur regelmatig verdachte handelingen in de administratie van iemand die overleden is. 'Bijvoorbeeld dat iemand die de financiën beheerde een halfjaar voor het overlijden vier dagen achtereen 10.000 euro naar zichzelf

overboekte, onder het mom van "aflossing lening", terwijl over die lening verder niets te vinden is. Als iemand al is overleden en de overschrijvingen zijn gedaan door iemand die de volmacht had om de financiën van meneer of mevrouw te doen, dan is het bijzonder lastig daar iets tegen te ondernemen. Er wordt heel weinig aangifte gedaan van financieel misbruik door naasten en als dat al gebeurt, vindt er bijna nooit vervolging plaats, omdat Justitie er geen prioriteit aan geeft of vindt dat er onvoldoende bewijs is om tot vervolging over te gaan.'

Tonnen

Uit onderzoeken van de laatste jaren blijkt dat maar liefst één op de twintig ouderen te maken heeft met ouderenmishandeling, waarbij het in veruit de meeste gevallen gaat om financieel misbruik. Soms gaat het om enkele honderden euro's, bijvoorbeeld als de hulp diverse keren haar eigen boodschappen heeft betaald met de pinpas

die ze van een oudere heeft meegekregen. Maar Balkenende en Smelt hebben ook genoeg voorbeelden van schade die in de tonnen loopt.

Afhankelijk

Mensen die een oudere financieel misbruiken, zijn zich daar soms niet eens van bewust, ziet Balkenende. 'Als je een-op-een voor iemand zorgt, kun je gaandeweg het gevoel krijgen dat je de baas bent over zo iemand, dat je dus van alles kunt regelen en dat je ook récht hebt op een vergoeding voor je inspanningen. Mensen die in een afhankelijke positie komen - geestelijk of lichamelijk - hoeven maar één verkeerde persoon tegen te komen.' Smelt somt het vaste stramien van zo'n kwaadwillende persoon op: 'Paaieren, indoctrineren, isoleren, kaalplukken.' Balkenende: 'Ze beginnen met persoonlijke aandacht: "Zullen we je fotoboek eens bekijken?". Even later gaat het over de nicht die in het testament staat, maar nooit meer komt. "Wil je écht dat je geld daarnaartoe gaat?" Voor je het weet zit iemand bij de notaris om het testament aan te passen en worden naaste familieleden buiten de deur gehouden.'

Hulp van zorgverleners

Financieel misbruik is lastig te voorkomen, omdat het meestal uit het zicht blijft. Smelt en Balkenende realiseerden zich: willen we financieel misbruik effectief tegengaan, dan hebben we de hulp nodig van zorgverleners die regelmatig bij de oudere thuiskomen: de huisarts, praktijkondersteuner of wijkverpleegkundige. Smelt: 'Huisartsen hebben het natuurlijk reuze druk en zitten niet te wachten op extra taken, maar als ze signalen nu eens zouden kunnen doorgeven aan iemand anders? Dan hoeft het hen zelf niet veel tijd te kosten. Zo zijn we in 2016 begonnen met het opzetten van

Lokale Allianties Veilig Financieel Ouder Worden: regelmatig overleg tussen mensen uit de zorg en mensen uit de zakelijke dienstverlening, waarbij concrete situaties worden besproken. Zo leren we van elkaars kennis en ervaringen en kunnen we ouderen helpen om preventieve maatregelen te nemen.'

Elkaar kennen

Inmiddels zijn in ruim zestig plaatsen Lokale Allianties actief. In Brabant is dat onder meer in 's-Hertogenbosch, Rucphen en Tilburg. Zakelijke dienstverleners als notarissen, accountants, banken en financieel adviseurs spreken een heel andere taal dan bijvoorbeeld wijkverpleegkundigen en praktijkondersteuners. Door te overleggen weten zij elkaar te vinden. In sommige plaatsen schuift ook de wijkagent aan. 'Iedereen heeft zijn eigen vakgebied en weet aanvankelijk weinig van het vak van de anderen, maar juist door elkaar regelmatig te zien, verandert dat', zegt Balkenende. 'Professionals krijgen oog voor het vakgebied van iemand anders en kunnen in individuele situaties ingrijpen omdat ze elkaar kennen via de Lokale Alliantie. Bijvoorbeeld: een praktijkondersteuner die hoort dat mevrouw met een vage kennis een afspraak heeft bij de notaris en het niet helemaal vertrouwt, belt de notaris die ze kent uit de Lokale Alliantie om haar zorgen te delen - uiteraard met inachtneming van de privacy.'

Effectief

Op deze manier hebben de Lokale Allianties in de afgelopen jaren honderden gevallen van financieel misbruik weten te voorkomen of vroegtijdig opgespoord. De Lokale Alliantie van Zoetermeer is het toonbeeld van hoe effectief een alliantie kan werken. Daar hebben



**OSCAR
BALKENENDE**

is directeur van het Nationaal Registratie Instituut (NRI) en Obelisk Boedelbeheer B.V., en inspecteert en documenteert al 25 jaar (in)boedels en nalatenschappen.



NICKEY SMELT

is toezichthouder, fiscalist, executeur, mediator en deskundige op gebied van financieel misbruik van ouderen.

**'Tijdig regelen
en toezicht
- dat zijn de
belangrijkste
uitgangspunten om
financieel
misbruik te
voorkomen'**

»

advertentie

NIEUW in Nederland

U kunt langer thuis blijven wonen!

HET NIEUWSTE TYPE **SENIOREN** BOXSPRING!

- Gewone elektrische boxsprings of bedden zijn niet levensloop bestendig, boxsprings met hoog laag functie wel, vraag naar de hoog-laag boxspring!
- Grootste en goedkoopste van BeNelux.
- Makkelijk stofzuigen onder bed, eenvoudig opmaken lakens, verrijdbaar, indien nodig zorgbed voor later en dat allemaal icm een mooie boxspring!



50% KORTING! ALLEEN VOOR LEZERS VAN DIT BLAD*

Nu een hoog-laag-boxspring ter introductie al voor

€ 1995,-* i.p.v. ~~€ 3995,-~~

*Prijs o.b.v. 1 pers. Excl. matras. Maat o.b.v. 80x200cm



- ✓ Rug-/ benen elektrisch verstelbaar + hoog laag functie
- ✓ Verrijdbaar middels onopvallende wieltjes met rem
- ✓ Geen motoren zichtbaar
- ✓ Geen kabels zichtbaar
- ✓ 1 jaar slaap garantie
- ✓ In- uitstap verlichting (optioneel)
- ✓ Ergonomisch maatwerk per individu



BED VOOR NU ÉN MORGEN! VRAAG NAAR DE HOOG-LAAG FUNCTIE

Levensloop bestendig bed conform vereisten "Langer thuis wonen, voor nu en later!"

Tillift alsmede zijrekken geschikt!

De gildeslapen

BEOORDEELD MET EEN

8,7

010 333 04 60
info@degildeslapen.nl - www.degildeslapen.nl

één wijkverpleegkundige en een praktijkondersteuner in nog geen jaar tijd een kleine dertig situaties van (dreigend) financieel misbruik opgespoord en via de Lokale Alliantie weten te stoppen of te voorkomen.

Weinig ondersteuning

Balkenende ging al voor 2016 in overleg met het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport voor ondersteuning. 'VWS heeft de afgelopen jaren wel diverse campagnes gevoerd om financieel misbruik te voorkomen en ouderen daarop alert te maken, maar helaas krijgen de Lokale Allianties vanuit het ministerie maar weinig status en ondersteuning, omdat we een burgerinitiatief zijn. Het valt of staat dus met lokale partijen die hier vrijwillig tijd in willen steken. Dat is ontzettend jammer. Als we meer ondersteuning zouden krijgen, wellicht ook financieel, zouden op veel meer plekken allianties kunnen worden opgericht en kunnen we veel meer zaken voorkomen. Dat is zó belangrijk, want mensen die aan het einde van hun leven ontdekken dat ze zijn opgelicht, voelen zich zó ellendig en kwetsbaar.

Regel het op tijd

Wat kunnen we zelf doen om te voorkomen dat we worden kaalgeplukt? Op die vraag geven Balkenende en Smelt precies hetzelfde antwoord: regel uw financiën op tijd. 'Als je nog kwiek en fit bent', zegt Balkenende. 'De meeste mensen willen dan nog helemaal niet nadenken over hoe afhankelijk ze later kunnen worden, laat staan over hun overlijden. Maar dat is dus precies het goede moment om het wél te doen.' Smelt: 'Een levenstestament moet je maken als je dat nog kunt. Het maakt niet uit hoe oud je bent; als ik een leeftijd zou moeten noemen, dan uiterlijk wel zo rond je zeventigste. Daarin kun je vastleggen

hoe je financiën beheerd moeten worden en wie dat mag doen als je het zelf niet meer kunt. Belangrijk is ervoor te zorgen dat er toezicht is, bijvoorbeeld met een jaarlijkse verantwoording aan broers en zussen of een jonger familielid, of aan een professional zoals een notaris. Dat voorkomt namelijk ook dat iemand onterecht wordt beschuldigd van misbruik, want ook dat komt voor. Tijdig regelen én toezicht - dat zijn de belangrijkste uitgangspunten om financieel misbruik te voorkomen.' ■

Zo voorkomt u financieel misbruik

- Laat tijdig een levenstestament opstellen bij de notaris. Zoek een notaris uit die aandacht heeft voor uw verhaal en uw persoonlijke wensen. Het levenstestament moet op uw situatie aangepast worden; niet andersom. Wees dus gerust kritisch met wie u in zee gaat.
- Zorg ervoor dat degene die uw financiën beheert, altijd wordt gecontroleerd: het 'vier-ogen-principe'. Dat kan bijvoorbeeld met een tweede gevolmachtigde, met een (half)jaarlijkse verantwoording (toezicht) naar andere naasten of met controle door een professional zoals een notaris of externe boekhouder.
- Laat het uw bank weten als u uw financiën overdraagt aan iemand anders.
- U kunt ervoor kiezen uw toezichthouder te ontzorgen door tegen betaling uw financiën automatisch te laten controleren door IBAC BV (Internet Bank Account Check) www.ibac.nl. Desgewenst kunt u het gehele toezicht bij IBAC onderbrengen. Dit is een initiatief van onder meer Nickey Smelt. De mensen achter IBAC krijgen melding van ongebruikelijke transacties en nemen dan contact op met de gevolmachtigde. In extreme gevallen kan de rekening worden geblokkeerd..

Tip

In het tv-programma *Zembla* van 25 februari 2021 (*Azen op de erfenis*) ziet u hoe geraffineerd financieel misbruik kan plaatsvinden en wat de Lokale Allianties Veilig Financieel Ouder Worden daartegen doen. De uitzending, met daarin Oscar Balkenende en Nickey Smelt, is terug te zien via www.npostart.nl

'GEMEENTEN ZETTEN WMO-CLIËNTEN ONDER DRUK'

Gemeenten voeren steeds meer druk uit op mensen om zélf mee te betalen aan hun Wmo-voorzieningen, of weigeren die voorzieningen zelfs ronduit. Dat merkt Bert van 't Laar, lid van de juridische helpdesk van KBO-Brabant. Hij steekt veel tijd in bezwaarschriften en adviezen omtrent Wmo-besluiten namens leden van KBO-Brabant. 'Gemeenten hebben geldgebrek en lappen daarom welbewust de wet aan hun laars.'

'Gemeenten hebben al sinds de invoering van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) in 2015 te weinig geld om de wet goed uit te voeren. Via de Wmo vergoeden gemeenten onder meer huishoudelijke hulp, voorzieningen om langer thuis te kunnen blijven wonen, vervoersvoorzieningen en dagbesteding voor mensen met dementie. Ze vinden echter al jaren dat ze daarvoor te weinig geld van het Rijk krijgen. Die ruzie is hoog opgelopen, vertelt Bert van 't Laar en wordt

inmiddels afgewenteld op de burger die een beroep doet op de Wmo. Van 't Laar is gepensioneerd bestuursrechter en heeft er een fulltimebaan aan om KBO-leden bij te staan bij Wmo-besluiten van gemeenten in heel Brabant.

Abonnement

De problemen zijn verergerd toen de rijksoverheid in 2019 besloot over te gaan naar een vast abonnementsstarief voor Wmo-voorzieningen. Iedereen die gebruikmaakt van de Wmo betaalt daarvoor nu maandelijks een vast bedrag

van 19 euro. Voorheen was die bijdrage afhankelijk van het inkomen. Van 't Laar: 'Die verandering heeft er mede voor gezorgd dat meer mensen gebruik zijn gaan maken van de Wmo, ook de iets rijkere ouderen. Dat mensen steeds langer thuis moeten blijven wonen, speelt ook een rol in de toename van Wmo-aanvragen.'

In een fuik

Meer mensen die Wmo-voorzieningen willen en gemeenten die kampen met geldgebrek – een slechte combinatie. Mogelijk besluit het komende kabinet gemeenten royaler te vergoeden voor de Wmo, maar nu al ziet Van 't Laar dat gemeenten de grenzen van de wet opzoeken en soms overschrijden om hun Wmo-uitgaven binnen de perken te houden. Ze zetten daarbij mensen onder druk. 'Bij een keukentafelgesprek mag de Wmo-consulent wel vragen of iemand zelf financieel kan bijdragen aan bijvoorbeeld huishoudelijke hulp of aanpassingen in de badkamer, maar de consulent mag niet vragen naar iemands inkomen of eigen vermogen. In de praktijk zeggen mensen dat vaak toch, uit zichzelf. Gemeenten mogen een Wmo-voorziening ook niet keihard weigeren, maar ze vinden omwegen om dat toch te doen. Ze zetten iemand bijvoorbeeld op een wachtlijst voor huishoudelijke hulp of dagbesteding, of de consulent vertrekt met de mededeling: "Denk er maar eens over na of u de voorziening zelf wilt betalen" – en laat vervolgens niets meer van zich horen. Mensen worden als het ware in een fuik gedreven die ervoor zorgt dat ze toch zelf gaan betalen. Of gemeenten overwegen huishoudelijke hulp of de wasverzorging simpelweg uit te sluiten van de Wmo. Dat mogen ze niet doen, maar door het geldgebrek en de ruzie met het Rijk, zijn sommige gemeenten zo ver dat ze de wet welbewust aan hun laars lappen.'

Hulp van de cliëntondersteuner

Wie een Wmo-voorziening aanvraagt bij de gemeente en nul op het rekest krijgt, doet er goed aan contact op te nemen met de plaatselijke cliëntondersteuner van de KBO-Afdeling of met KBO-Brabant, adviseert Van 't Laar. 'De cliëntondersteuners zijn op de hoogte van de regelgeving en kunnen de gemeente vaak beter weerwoord geven dan een zoon of dochter die zoiets voor het eerst doet – hoewel het natuurlijk prima is als die er ook bij is. Betrek de cliëntondersteuner erbij om ervoor te zorgen dat de gemeente haar wettelijke plichten nakomt.' ■



BERT VAN 'T LAAR is oud-bestuursrechter en lid van de juridische helpdesk van KBO-Brabant. Hij is gespecialiseerd in de Wmo en behandelt samen met zijn dochter mr. Fleur van der Meer jaarlijks tientallen Wmo-zaken van leden van KBO-Brabant.

KBO-Brabant vraagt minister De Jonge om aandacht voor Wmo-problemen

KBO-Brabant heeft medio april een brief gestuurd naar minister Hugo de Jonge (Volksgezondheid, Welzijn en Sport) en naar de Tweede Kamer over de problemen rond de Wmo. 'We merken aan de signalen van onze leden dat het zes jaar na de invoering van de Wmo nog steeds niet goed gaat', zegt voorzitter Leo Bisschops. 'Sterker nog: de problemen nemen gaandeweg toe. De Vereniging Nederlandse Gemeenten en de Rijksoverheid bakkeleien met elkaar en de burger zit klem daartussenin.'

Geldtekort van gemeenten

In de huidige formatietijd komt het geldtekort van gemeenten ongetwijfeld aan de orde én zal nagedacht worden over nieuwe wetgeving die het komende kabinet wil invoeren. 'Die gesprekken willen wij met deze brieven voeden', zegt Bisschops. 'Maar we krijgen wellicht pas in het najaar een nieuw kabinet en deze problemen kunnen niet nog de hele zomer blijven liggen. Daarom vragen we het huidige, demissionaire kabinet om nú in te grijpen.' Gaat een demissionair kabinet in coronatijd aan die oproep gehoor geven? Bisschops: 'Daarover ben ik niet ongebreideld optimistisch, maar gezien de enorme problemen is zwijgen voor KBO-Brabant geen optie. Daarnaast proberen we media-aandacht te krijgen voor de problemen rond de Wmo. Daarmee komt het onderwerp mogelijk wat hoger op de agenda.'

WILT U EXTRA FINANCIËLE ARMSLAG?

Ontvang maandelijks een belastingvrije aanvulling op uw pensioen uit de overwaarde van uw woning!

- U blijft eigenaar van uw woning
- U blijft wonen zolang u zelf wilt
- FVZ ontzorgt volledig



FVZ Vastgoed

In- en verkoop van onroerend goed

Bezoek onze website: www.fvzvastgoed.nl
Of bel vrijblijvend naar:
T. 085 018 44 98, M. 06 27 08 26 65

Het Landhuis
Hotel • Café • Restaurant

Onze speciale senioren Weekarrangementen

- Halen & brengen vanaf de opstapplaats
- Volpension, thuiszorg, lift aanwezig
- Dag- & middagtochten, incl boottocht
- Avondentertainment & Wellness
- Toeslag eenpersoonskamer v.a. € 55,00

v.a. **€575,-** p.p.

3 Daags Senior-Junior Arrangement

Samen met uw kinderen, burens/vrienden zelf de Twentse omgeving verkennen met de auto of elektrische fiets. (te huur)

- Twee overnachtingen incl ontbijt & lunchpakket
- Koffie/thee met lekkers bij aankomst
- Iedere avond driegang diner met afsluitend koffie/thee
- Gratis parkeren & Wellness
- Leuke routes om uw dag te vullen
- O.b.v. eenpersoonskamer
- Tweepersoonskamer € 25,00 korting pp

€157,50 p.p.

Hotel Het Landhuis
Bentheimerstraat 118 7573 EC Oldenzaal Tel.nr: 0541-512496
info@hotelhetlandhuis.nl www.hotelhetlandhuis.nl

Kijk ook eens op de site voor onze wandel en fietsarrangementen

SPATOILET.COM



**Gun U zelf comfort en gemak
Stop nu met vegen.
Ga voor hygiëne en wellness!**

**Kies een verwarmde toiletzitting
met onderdouche:**

- Prijs: € 745,- incl. btw en 3 jaar garantie.
- Spatoilet past op vrijwel iedere wc-pot
- Installatie door ons zonder hakken en breken:
€ 150,- alles inclusief.

Als je wacht tot je "er aan toe bent",
dan ben je te laat.
Doe het **NU** en profiteer meteen
van pure wellness.

Klant
beoordeling
9,1

Eenvoudige installatie – gebruiksvriendelijk –
met geurvreter – verwarmde zitting – afstandsbediening
gratis proberen – betalen achteraf

*Wij leveren ook wc-liften, verhogers, handgrepen, e.d.
*Informeel of uw gemeente de aanschaf via de WMO vergoedt.

Waar wacht u nog op?

072 5629 269 / 020 6141 232 • info@spatoilet.com

Deze rubriek gaat over onze rechten en plichten en over notariële zaken, beschreven aan de hand van een concreet voorbeeld.

Deze keer: wat te doen als u uw hypotheek hebt afgelost?

Hypotheek afgelost – en dan?



Veel mensen lossen hun hypotheek af als ze in de vijftig of zestig zijn. Soms is dat een lening bij de bank, maar het kan ook een hypothecaire lening bij een particulier zijn, bijvoorbeeld een familielid. Wat moet er precies gebeuren als u de hypotheek helemaal hebt afgelost? Oud-notaris Peter van Dongen legt het uit.

Het echtpaar Bruggenkamp heeft vorige maand het laatste stukje van de hypotheek afgelost. Daar zijn ze reuzeblij mee. Ze vragen zich wel af of met het laatste stukje aflossing alles is geregeld.

Doorhaling

Eén belangrijke stap moet nog worden genomen voor de hypotheek écht 'weg' is, vertelt Peter van Dongen, oud-notaris en lid van de juridische helpdesk van KBO-Brabant: de hypotheek moet nog worden uitgeschreven bij het Kadaster. 'Als iemand een huis verkoopt of een nieuwe hypotheek afsluit, zorgt de notaris ervoor dat de bestaande hypotheek wordt uitgeschreven bij het Kadaster. Als je de hypotheek helemaal aflost en in het huis blijft wonen, vindt die uitschrijving niet automatisch plaats.'

Van Dongens advies is daarom: 'Als je bij de bank een hypotheek hebt afgelost en niet van plan bent in de toekomst bij diezelfde bank weer een lening af te sluiten, dan is het verstandig naar de notaris te gaan om de hypotheek bij het

Kadaster te laten uitschrijven. Dat heet een "vervallenverklaring". Die stap wordt soms vergeten, is de ervaring van Van Dongen. 'Dat kan problemen geven bij de latere verkoop van het pand. De notaris moet dan naar de bank voor een volmacht tot vervallenverklaring, maar soms bestaat de bank niet meer of gaat de administratie niet zover terug.'

Hypotheek bij familie

Nog vervelender is het wanneer de hypothecaire lening niet bij een bank is afgesloten, maar bij een particulier, bijvoorbeeld een familielid. Van Dongen: 'De notaris moet de volmacht tot vervallenverklaring dan door dat familielid laten tekenen, maar vaak leeft diegene niet meer en moet de notaris op zoek naar de erfgenamen, die onenigheid kunnen krijgen over de vraag of de lening wel echt is afbetaald. Vandaar mijn advies: als de hypotheek is afgelost, zorg dan dat de hypothecaire inschrijving in het Kadaster zo snel mogelijk wordt doorgehaald door de notaris, met behulp van een volmacht van degene die de lening heeft verstrekt.' ■

Oproep!

Heeft u een financiële of notariële kwestie die u aan de *juridische helpdesk* wilt voorleggen? E-mail uw vraag o.v.v. Juridische helpdesk naar ons@kbo-brabant.nl of per post naar KBO-Brabant, t.a.v. Juridische helpdesk, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch

Uw eigen situatie kan anders zijn dan dit voorbeeld. Leg uw vragen voor aan een notaris of juridisch adviseur.



ZOJUIST VERSCHENEN

Een boekje met gedachten, gedichten, anecdoten, liedjes en inzichten over ouder worden en oud zijn.

Ontroerend, grappig, ironisch en poëtisch, verpakt in een stijlvolle vormgeving.

**HENK WITTENBERG
HANNE BUIJNEN**



Harde kaft, 16 x 24 cm., 80 pagina's in kleur. Winkelprijs € 14,95
Verkrijgbaar bij boekhandel en online.
ISBN: 978-90-812814-8-5

Alleen ... of liever een arm om je heen?

Samen oud worden was de bedoeling, maar het leven besliste anders. Het Relatiebureau kan u helpen zoeken naar een nieuwe partner, discreet en vertrouwd.

- Persoonlijke begeleiding en voorstellen
- Onbeperkte kennismaking en hoge slagingskansen
- Wij werken landelijk, altijd een consulente in de buurt

**Het Relatiebureau/
Stichting Date
Duurzame relaties**



**Het Relatiebureau/
Stichting Date**

Bel
0413 21 6152
Of mail
info@hetrelatiebureau.nl
www.stichtingdate.nl

Erkend door BVSK / Singleskeurmerk / Geschillencommissie

☐ Stuur mij gratis de nieuwe brochure toe, met **KBO-Korting!**

Naam _____ m /v

Adres _____

Postcode _____ Telefoon _____

Woonplaats _____ 21-06

Stuur deze bon in een envelop –frankeren is niet nodig- naar:
MAALTIJDENEXPRES, Antwoordnummer 60779, 5000WB Tilburg



maaltijdenexpres

013-5442513
SINDS 1972

Als ANBI-stichting, welzijnszorgorganisatie werken wij binnen de kaders van het WMO-beleid. Vaste bezorgers in herkenbare bedrijfskleding. Bekend bij thuiszorgorganisaties en gemeenten.

GEZONDE KEUZE



- ✓ **Geén bezorgkosten**
- ✓ **150 Hoofdgerechten**
- ✓ **Indien nodig ook boodschappen-service!**



www.maaltijdenexpres.nl

Ook zoutarm, vegetarisch, gemalen of glutenvrij. Bel voor uitgebreide informatie of vul de bon in!





Oproep plaatsen?

Bent u op zoek naar een maatje? U kunt uw oproep sturen naar KBO-Brabant o.v.v. 'Contactoproep Ons'. Vermeld uw adres, telefoonnummer en e-mailadres. Een oproep plaatsen kost €15,-. Als er meer oproepen zijn dan ruimte in dit blad, dan leggen we een wachtlijst aan.

BR.O.NR. 6.001/21 Alleenstaande, rustige man, 75 jaar, houdt van fietsen, winkelen, dagje uit, kaarten, terrasje, rookt en drinkt niet, in het bezit van een auto, zoekt een rustige vrouw van rond dezelfde leeftijd om samen nog iets van het leven te maken. Wil je reageren? Graag uit de omgeving van Steenberg, West Brabant.

BR.O.NR. 6.002/21 Alleenstaande vrouw, 71 jaar, zoekt alleenstaande man tussen de 70 en 75 voor wandelen, fietsen, terrasje pikken of gewoon een gezellig weekeinde. Liefst omgeving Zuidoost Brabant.

BR.O.NR. 6.003/21 Vlotte, volslanke vrouw van 72 zoekt een maatje voor leuke dingen. Waar zijn de mannen die houden van roken, biertje en gillende gitaren van de blues en

Reageren?

Stuur uw bericht in een gesloten envelop naar KBO-Brabant en zet linksboven op de envelop: 'Reactie Contactoproep Ons' en het nummer van de oproep waarop u reageert. Wij sturen uw envelop ongeopend door. Vermeld uw naam, adres of e-mailadres in uw reactie, zodat de ontvanger contact met u kan opnemen.

Adres

KBO-Brabant,
Postbus 3240, 5203 DE
's-Hertogenbosch of
contactadvertentie@kbo-brabant.nl

Groet & Ontmoet

Mocht u uw oproep liever online plaatsen, dan kunt u dat doen op Groet & Ontmoet op www.kbo-brabant.nl Groet & Ontmoet staat garant voor veel gezellige contacten!

Is uw oproep geplaatst?

Vergeet u niet om altijd een reactie te sturen, óók aan de mensen met reacties waar u verder niet op in wenst te gaan? Het is maar een kleine moeite en het wordt heel erg op prijs gesteld!

rock? Ben op zoek naar iemand vanaf 60 jaar. Als het klikt eventueel een latrelatie. Omgeving 0164.

BR.O.NR. 6.004/21 Ik ben een alleenstaande, nette vrouw van 76 jaar en op zoek naar een vriendin. Leeftijd maakt niets uit. Ik zit in een rolstoel maar kan kleine stukjes lopen met een rollator. Ik woon op 7-hoog in een verzorgingsflat en kijk uit op de Maas. Soms voel ik me alleen en ik zou heel blij zijn met een lieve vriendin om samen leuke dingen mee te doen, zoals winkelen en wandelen. Ik heb geen auto maar je kunt ook best zonder. Reacties liefst uit de buurt van Cuijk.

BR.O.NR. 6.005/21 Graag zou ik een fijne vriend ontmoeten om er samen nog een mooie tijd van te maken. Ik ben een vrouw van 86, gezond, vitaal en kan mezelf nog goed verplaatsen met de auto. Ik houd van muziek, natuur, kunst en heb een brede interesse. Ik vind het ook belangrijk om het thuis gezellig te maken. Ik kijk uit naar een leuke reactie! Liefst uit omgeving 040/0497.

BR.O.NR. 6.006/21 Ben een gezonde, slanke weduwe van 80 jaar, geestelijk wat jonger, en zou dan ook langs deze weg een lieve man/maatje/vriend tussen de 73 en 82 jaar willen ontmoeten, die net als ik kan genieten van de geneugten van het leven. Ik ga er graag op uit, fietsen, wandelen, lekker in de natuur in het gezellige Brabantse landje. Weekendje weg in overleg, wie weet komt er een betere tijd en kunnen we binnenkort corona-proof een gezellig bakske koffie drinken. Liefst uit de regio 073/0412, graag met telefoonnummer. Je krijgt altijd een belletje terug. Ik zie je reactie met belangstelling tegemoet.

Teun Arts

www.teunarts.nl

Al ruim 45 jaar het adres voor comfort en kwaliteit

In deze omgebouwde boerderij in het buitengebied van Sint Hubert vindt u, in 2000m² showroom, al ruim 45 jaar, de grootste collectie relaxfauteuils van Nederland.



Sta- op fauteuill opruiming! Nu ruim 90 modellen sta- op fauteuils tegen weg = weg prijzen en veelal direct leverbaar.

Ruim 45 jaar speciaalzaak in zitcomfort - Eerlijk advies - Scherpe prijzen - De grootste keuze in relaxfauteuils van Nederland



Relaxfauteuils met sta- op hulp
Meer dan 90 modellen (veelal uit voorraad leverbaar)



Banken en bankstellen
Naar wens verstelbaar
Ruim 40 modellen



Relaxfauteuils op draaiwiel
Ruim 230 modellen



Relaxfauteuils compleet op maat
Ruim 40 modellen



Lekker zitten? Teun Arts!

Nu: meer dan 250 weg = weg aanbiedingen. Enkele voorbeelden:



Geparo 120
14x uit voorraad
vanaf € 1075,-



Geparo 29
v.a. € 1195,-



Vetego uit voorraad
vanaf € 1295,-



Cameba
in stof vanaf € 1475,-



Meer dan
350
Modellen
relaxfauteuils

Nu: Showroom opruiming
Ruim 250 aanbiedingen!

U kunt onze showroom bezoeken zonder afspraak, maar ook met afspraak is mogelijk. Maak een afspraak via 0485 - 45 29 86 of info@teunarts.nl.

Onze openingstijden: Di, Wo & Do 10:00 - 17:30, Vrijdag 10:00 - 21:00, Zaterdag 10:00 - 17:00 tel.: 0485 - 45 29 86 www.teunarts.nl info@teunarts.nl
Boersestraat 11, 5454NG, Sint Hubert. In St. Hubert op de rotonde richting Wanroij, dan 3e weg links, 1e rechts (buiten de bebouwde kom!).

In elke editie van **Ons** maakt u kans op een leuke prijs. Los de puzzel op, stuur uw oplossing naar de redactie en win een **LifeWatcher Senior GPS-horloge**.

Stuur de oplossing van de puzzel, uw naam, adres en telefoonnummer vóór 23 juli 2021 naar: Redactie Ons, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch. Of mail naar: **puzzelpagina@kbo-brabant.nl** Vermeld als onderwerp: 'puzzel Ons 6.

Winnaar puzzel Ons 4

Gefeliciteerd! De oplossing van de puzzel was: **maatregelen**.

De winnaar van het vaar-arrangement voor zes personen in en rond de Biesbosch is:

J. van der Poel

Hartelijk gefeliciteerd!

deel v.e. viool	▼	aasvogel	▼	loopvogel	▼ 8	naar mens	▼	hoogste punt	▼ 1
tegen		psychisch letsel	▼					buitenste strook	
5				ondergrondse	▶				
vlakte-maat	▶			Europees land		vlug	▶ 10		
dralen	▶		3			vrouw v. Jakob	▼		
onbeschoft									toneel-speler
	▶		opdracht		beeld-puzzel		domina	▶	
							droog (van wijn)		
prijs		drasland	▶				6		grote dure auto
		jeugd-puistjes	▼						
7						Euro-peaan	▶		
						zangstem	▼		
stom-meling		fiasco	▶	9					
		schapen-geluid	▼						
							Europese Unie	▶	
glorie	▶ 2			sterren-beeld	▶				4

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Puzzel mee en win! Een LifeWatcher Senior GPS-horloge

Het LifeWatcher Senior GPS-horloge is een horloge met een alarmfunctie. Als u de alarmknop drie seconden indrukt, slaat het horloge alarm en belt het direct naar de mensen die u kunnen helpen. Het design van de LifeWatcher Senior is eenvoudig en functioneel. Hierdoor is het horloge bij uitstek geschikt voor wie beperkte ervaring heeft met mobiele elektronica. Het horloge is spatwaterdicht en kan dus gewoon

worden gedragen tijdens het afwassen, schoonmaken en douchen.



Meer informatie? Kijk op www.lifewatcher.nl



VOLLEDIG VERZORGDE VAKANTIE WEKEN VOOR SENIOREN

HEERLIJK TEMIDDEN VAN BOSSEN EN VENNEN IN
"DE PAREL VAN BRABANT" OISTERWIJK!

- U VERBLIJFT IN RUIME ALLE OP BEGANE GROND GELEGEN KAMERS MET EIGEN TERRAS.
- IN HUISELIJKE SFEER KUNT U GENIETEN VAN ONZE UITMUNTENDE KEUKEN.
- WIJ BIEDEN EEN VOLLEDIG DAG- EN AVOND PROGRAMMA MET 4 HALVE DAGTOCHTEN.

AL RUIM 30 JAAR EEN SUCCESVOL FAMILIEBEDRIJF
MET PERSOONLIJKE AANDACHT!

VRAAG NAAR ONZE FOLDER EN ZOMERARRANGEMENT

Vraag naar de mogelijkheden



Scheibaan 5, 5062 TM Oisterwijk
Tel. 013 528 2555

info@hoteldepaddestoel.nl
www.hoteldepaddestoel.nl

SCOOT2BE

Feel free with scoot2be

Meerheide 100 S
5521DX Eersel
0497 - 518805
www.scoot2be.nl
Info@scoot2be.nl

Al meer dan 10 jaar het vertrouwde adres
voor uw veilige en betaalbare mobiliteit



Wij zijn gewoon open!



Bel 0497-518805 voor een afspraak

Voor KBO leden nu extra voordeel bij aankoop:
op hand rolstoelen, trippelstoelen en rollators 10% korting
op fietsen en scootmobielen 2 jaar gratis onderhoud.

WAAIJENBERG

MOBILITEIT



Brommobiel | Cante
rijbewijs AM | rijbewijs vr

Inruil van uw
auto mogelijk!

Taxatie,
demonstratie
en service/
reparatie bij u
aan huis!

Wiltonstraat 26
3905 KW Veenendaal
Tel: 0318 - 51 12 51

Keienbergweg 48
1101 GC Amsterdam Z.O.
Tel: 020 - 691 76 49

De Savornin Lohmanplein 3a
2566 AA Den Haag
Tel: 070 - 325 65 05

Rijden ZONDER (auto)rijbewijs vanaf € 199,- per maand*

waaijenberg.com

* Private lease bedrag excl. verzekering

Well-Fair

Zelfstandig en comfortabel ouder worden...

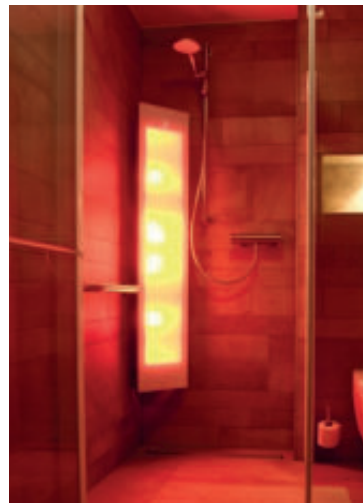


Infrarood én vitamine D?

Wilt u graag afname van spier- en gewrichtspijn en rug- en nekklachten? En verdubbeling van uw vitamine D niveau? Met de Well-Sun combineert u infrarood met de vitamine D functie. Ontdek de mogelijkheden en vraag meer informatie aan.

Snelle installatie?

Wilt u graag weten of de Well-Sun bij u thuis geïnstalleerd kan worden zonder hak- en breekwerk in uw bad- of slaapkamer? Maak een afspraak voor een gratis en vrijblijvend thuisadvies.



**MEER
INFORMATIE?**

0341-277010
www.well-fair.nl



Onze klanten-
beoordeling:



DE WELL-SUN IS EEN GENOT VOOR THUIS.



*In tijden als deze zien we
hoe fijn en veilig het is als
je autonoom thuis kunt
blijven wonen.*

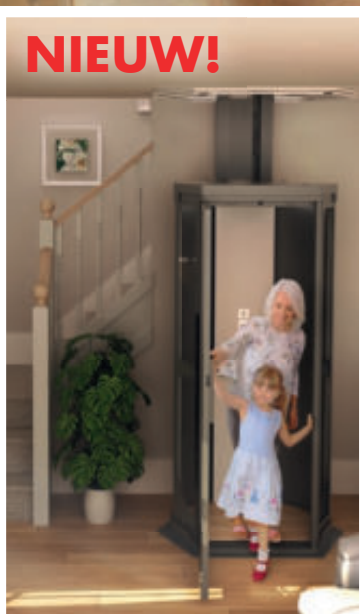
Stannah

**Mag ik nu op
de traplift?**

PROFITEER
NU VAN
€500,-
KORTING

BEL GRATIS
0800-5066

NIEUW!



Compacte huisliften, zonder schacht in ieder huis te plaatsen. Ook beschikbaar voor rolstoelgebruikers.

- ✓ Stannah is dé wereldmarktleider in trapliften
- ✓ Voor iedere trap een betaalbare oplossing, ook buitenshuis
- ✓ Ruimtebesparende rail en stoel
- ✓ Groot aanbod aan jonge tweedehands liften met natrekbare historie

Naast bellen kunt u ook documentatie aanvragen via **www.stannah.nl**
of per e-mail via **info@stannah.nl**