

ons

magazine voor senioren

NUMMER 10 | OKTOBER 2021
RAYON 1

— GEZONDHEID —

**Lot van Baaren over
leven met afasie:
'Ik moest alles
opnieuw leren'**

— PORTRETTEN —

**Drie jonge KBO'ers
over de reden van hun
lidmaatschap**

— INTERVIEW —

**Gerard van
Maasakkers treedt op
tijdens een bijzondere
concertreeks voor
ouderen**

Interview

**Hedy d'Ancona: 'We
zijn als leeftijdsgroep
niet volkomen
uitgerangeerd!'**



Ontspanning
**Indoor jeu-de-boules
met Seniorenvereniging
Bladel**

Hoe kan het voor zo'n prijs?

5 dagen eten, drinken, slapen en entertainment. Alles-inclusief!

Hotel	Price (p.p.)
Enjoy Schlosshotel Sophia	€199,95
Sauerland Enjoy Alpin Hotel	€239,95
Enjoyhotel Marleen	€199,95
Enjoyhotel Vitalis Greetsiel	€229,95
Enjoyhotel Zur Krone	€199,95
Enjoyhotel Hutter	€199,95
Enjoy Weinhotel Veldenz	€269,95
Enjoyhotel Bottler	€199,95
Enjoy Eifelhotel Daun	€219,95
Enjoyhotel Heiderhof	€199,95
Enjoyhotel Lanaken	€239,95
Enjoy Berghotel Vue	€279,95
Enjoyhotel Riche	€239,95
Enjoyhotel Hof van Twente	€279,95
Enjoyhotel Ruyghe Venne	€279,95
Enjoyhotel de Kruishoeve	€279,95
Enjoyhotel Spoorzicht & SPA	€279,95
Enjoyhotel Ie-Sicht	€239,95
Enjoyhotel Harz	€199,95
Enjoy Rathaus hotels	€499,95

Inbegrepen bij uw 5-daagse alles-inclusief vakantie:

- ✓ Ontvangst met warme lunch of koffie met gebak
- ✓ 4 x Overnachting met uitgebreid "Enjoy" ontbijtbuffet
- ✓ 4 x Warme lunch of lunchpakket
- ✓ 4 x Driegangenkeuze menu
- ✓ Koffiecorner: koffie en thee gehele dag GRATIS
- ✓ Dagelijks alle drankjes van 17:00 t/m 24:00 GRATIS
- ✓ Bieren, wijnen, fris- en vruchtendranken, jenever en apfelkorn
- ✓ Avondvullende entertainment programma's
- ✓ Hierbij wordt regelmatig een bittergarnituur geserveerd
- ✓ GRATIS div. auto-, fiets- en wandelroutes en een lunchpakket
- ✓ GRATIS uitstapjesboekje t.w.v. €6,95 en gebruik infotheek

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:
 kosteloos omboeken bij
 negatief corona reisadvies!

JAARGANG 11 NR. 10 - 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 15 62 29 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://twitter.com/kbo_brabant)

Woonschaamte?

Kent u het woord *woonschaamte* al? Het duikt de laatste tijd geregeld op in opiniepagina's van landelijke dagbladen en heeft vaak betrekking op senioren, van wie de kinderen uit huis zijn en de woning eigenlijk te groot is geworden. Tegen de achtergrond van een stagnerende woningmarkt waarin starters niet meer aan bod komen, wordt de suggestie gewekt dat het eigenlijk asociaal is om in een te groot huis te blijven zitten terwijl anderen daar om schreeuwen. Woonschaamte doet denken aan vliegschaamte: is het niet beschamend om in een vliegtuig te stappen gelet op de alarmerende cijfers van de klimaatcrisis?

Maar van schaamte kan hooguit sprake zijn als je iets doet (of niet doet) waarvan je eigenlijk weet dat je het beter niet (of juist wel) had kunnen doen. Het suggereert een keuzevrijheid: je kunt wel of niet in een vliegtuig stappen. Soms zul je dat vliegtuig móeten nemen, vaak is er een duurzamer alternatief. De keuzevrijheid om van een grotere woning naar een kleinere over te stappen is echter aanmerkelijk beperkter in een woningmarkt die volkomen op slot zit. Die kleinere woningen, met essentiële voorzieningen op loopafstand en met behoud van je sociale netwerk in wijk of dorp, zijn er gewoon te weinig of ze zijn er helemaal niet. Ministeries, gemeenten, zorgverzekeraars, zorgaanbieders en woningcorporaties hebben recent keihard vastgesteld dat er voor senioren de komende tien jaar tenminste 110.000 nul-treden woningen, 50.000 geclusterde woningen en 50.000 verpleeghuisplaatsen gebouwd moeten worden.

Gaat dat lukken? Alleen maar als we weer een overheid krijgen die bereid is de fouten uit het verleden te herstellen. Die inziet dat het opheffen van het ministerie van volkshuisvesting in 2010 een historische fout was, omdat volkshuisvesting daarmee in handen kwam van marktpartijen, van vraag en aanbod dus. Een overheid ook die in diezelfde periode de slagkracht van woningcorporaties verlamde door ze zware verhuurdersheffingen op te leggen en ze daarmee dwong ook marktpartij te worden ten koste van hun sociale wortels: bouwen voor sociaal kwetsbaren. Een nieuw kabinet heeft de zware plicht deze fouten te herstellen en zijn grondwettelijke verantwoordelijkheid voor goede

huisvesting weer op te pakken en niet over te laten aan het vrije krachtenspel van de markt. Een verantwoordelijkheid die niet kan worden overgelaten aan het schaamtegevoel van de burgers!



Leo Bisschops, voorzitter

WILT U BLIJVEND IETS VOOR DE NATUUR BETEKENEN?

De afgelopen maanden bleek hoe belangrijk even buiten uitwaaien en de gedachten verzetten in de natuur is. Maar natuur is niet vanzelfsprekend in ons volgebouwde land. De bossen, heide en landschappen die we nog hebben moeten we koesteren. Niet alleen nu, maar ook later. Wilt u ons helpen? Dat kan tijdens uw leven, maar ook als u er zelf niet meer bent. Zo kunt u een gift aan Natuurmonumenten opnemen in uw testament. Met uw steun kunnen wij de natuur blijven beschermen, ook voor de volgende generaties.



Natuurmonumenten



☐ Ik ontvang graag de brochure 'Blijvend iets voor de natuur betekenen?'

☐ Ik heb Natuurmonumenten al opgenomen in mijn testament.
U mag mij uitnodigen voor relevante bijeenkomsten.

Naam m/v

Straat Huisnummer

Postcode Woonplaats

☐ Ik denk er over om Natuurmonumenten op te nemen in mijn testament.
Neemt u contact met mij op voor een (telefonische) afspraak. Mijn telefoonnummer is:

Stuur dit formulier in een gesloten envelop zonder postzegel naar:
Natuurmonumenten
Ellen van Gerven
Antwoordnummer 6010
3828 ZV Hoogland

Heeft u vragen, dan kunt u contact opnemen met Ledenservice
T (033) 479 71 11
Wij helpen u graag.

Natuurmonumenten verwerkt uw persoonsgegevens conform de Algemene Verordening Gegevensbescherming (de AVG) ten behoeve van deze aanvraag. Voor meer informatie lees het privacy statement op nm.nl/uw-privacy



26

MENSEN

10/ *Hedy d'Ancona: 'Ik ben echt niet voor een wereld waarin alleen senioren het voor het zeggen hebben, maar laat ze meedoen'*

26/ *Hoe is het om oud te zijn in Afrika? Een portret van Beshatu Shagulie*

36/ *Drie jonge KBO'ers over hun lidmaatschap: 'Ik hou van gezelligheid en die vind ik hier'*

LEVEN

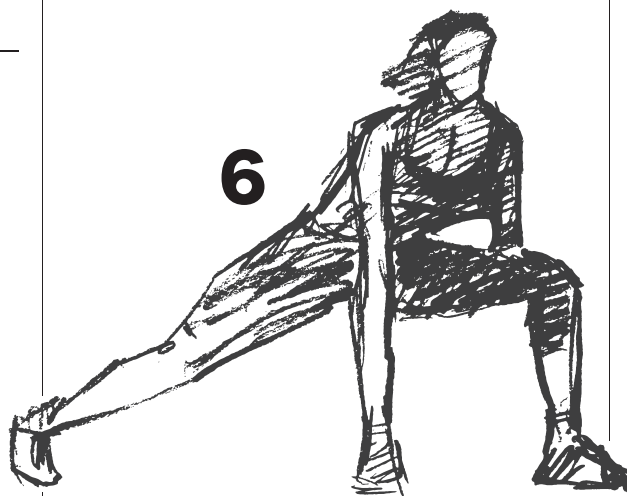
20/ *Lot van Baaren over leven met afasie: 'Ik moest alles opnieuw leren'*

44/ *Gerard van Maasakkers treedt met Kamerata Zuid op voor ouderen: 'Ik hoop dat iedereen meezingt'*

ONS BELANG

16/ *Dialogbijeenkomsten Voltooid leven: in gesprek met senioren over hun wensen, zorgen en ervaringen*

49/ *Wekelijks apothekersspreekuur: voor al uw vragen over medicijnen*



6

36



20



44

ELKE MAAND

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

Verhalen, brieven en berichten
die ons bezighouden

SYMPOSIUM HET GOEDE LEVEN

Tijdens het symposium *Het goede leven* gaan we op zoek naar het geheim van een goed leven.

Sprekers op deze dag zijn Govert Buijs (hoogleraar aan de VU Amsterdam), Rita Buijs-Ballast (predikant) en Loek Bosch (gardiaan van het Franciscaner klooster in Megen). In 2020 hielpen studenten

Art & Performance van het Koning Willem 1 College in 's-Hertogenbosch ons antwoord te krijgen op de vraag: 'Wat maakt het leven voor u tot een goed leven?' Zij vroegen er familieleden en mensen op straat naar. Wat de antwoorden waren, hoort u tijdens het symposium.

Het symposium vindt plaats op woensdag 10 november van 10.00 tot 16.30 uur en is toegankelijk voor leden en niet-leden. Kosten: € 20,- (incl. lunch en koffie/thee gedurende de dag). Tijdens het symposium worden de richtlijnen van het RIVM opgevolgd. Het aantal bezoekers is beperkt. U wordt ingeschreven op volgorde van aanmelding. Aanmelden kan via www.kbo-brabant.nl. Na het invullen van het formulier ontvangt u in de weken voor het symposium een betaallink in uw mailbox. Moeite met digitaal aanmelden en/of betalen? Bel dan ons kantoor: (073) 644 40 66.

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?

**Da gaot as
un flutje van
ne cent**

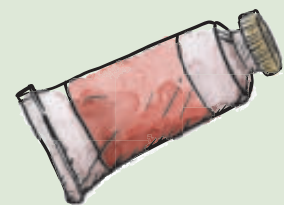
Dat gaat gemakkelij

Papieren coronabewijs

De 1,5-meter-regel is verdwenen, maar het mondkapje in het openbaar vervoer blijft en in de horeca en culturele sector zijn coronatoegangsbewijzen nu verplicht voor iedereen vanaf 13 jaar. U kunt een coronabewijs maken als u bent gevaccineerd, als uit een test blijkt dat u geen corona hebt of als u corona hebt gehad en bent hersteld.

Het bekendste coronabewijs is de digitale versie op de smartphone of tablet. U kunt het bewijs ook op papier laten afdrukken. Via de website

www.coronacheck.nl/nl/print kunt u een bewijs maken van een vaccinatie, een herstel en/of een testuitslag. Van uw type bewijs wordt een QR-code aangemaakt. Deze code kunt u printen. De QR-code wordt gecheckt bij de grens of op een andere locatie waar een bewijs verplicht is. U kunt eventueel ook telefonisch een papieren coronabewijs aanvragen bij het informatienummer 0800-1351 van de rijksoverheid, dagelijks bereikbaar tussen 0800 en 20.00 uur. Houd daarbij uw postcode en BSN-nummer gereed!



Schilderij

*Mijn lichaam is een schilderij.
Rembrandt kan er wel wat mee.
Al wordt hij misschien niet blij
van het craquelé.*

- Toine Rommers -

Informatiebijeenkomsten over gezond leven

KBO-Brabant organiseert in de komende periode drie digitale informatiebijeenkomsten (webinars) over gezondheid.

Donderdag 14 oktober (19.00-20.00 uur)

Voeding, met onder andere aandacht voor ondergewicht, vitamines en alcohol.

Donderdag 4 november (19.00-20.00 uur)

Bewegen. U krijgt niet alleen informatie, maar gaat ook zelf aan de slag met bewegen.

Donderdag 25 november (19.00-20.00 uur)

Zingeving en goed voor jezelf zorgen.

De onderwerpen Voeding en Zingeving zijn omgewisseld. In de vorige Ons stonden ze andersom. Houd onze website www.kbo-brabant.nl in de gaten voor eventuele wijzigingen in het programma. U kunt u gratis aanmelden voor de webinars via www.ggdwb.nl/webinar



107

jaar oud werd
zuster Marcelliana
van den Boomen
uit Schijndel.

Daarmee was zij
de oudste inwoner
van Brabant én
het oudste KBO-
lid. Zij overleed
op donderdag
2 september
jongstleden in het
klooster van de
Zusters van Liefde
in Schijndel, waar ze
86 jaar woonde

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: de telvinger.



De telvinger voor het omslaan van bladzijden, een tip van ergotherapeut Monique Goossens

Voor sommige mensen is het niet meer zo eenvoudig om de bladzijden van een boek of magazine om te slaan. Ergotherapeut Monique Goossens tipt hen de ouderwetse telvinger. Dit is een rubberen vingerhoedje. Deze werd vroeger bij banken gebruikt om het geld te tellen. Doordat het vingerhoedje stroef is, plakt de pagina aan het hoedje en neemt het de pagina op. Zo is het heel makkelijk een bladzijde om te slaan. De telvinger is nog te verkrijgen bij de betere kantoor- en boekwinkels. Ze zijn in verschillende maten verkrijgbaar en kosten vier à vijf euro.

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 27_09_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*



1989: korenmanifestatie in de Grote Kerk Breda

'Naast dirigent en organist, was ik ook twintig jaar secretaris van de koorkring Gilze van de Nederlandse Sint-Gregoriusvereniging. In 1989 stopte ik met die werkzaamheden. Mijn collega's vroegen: "Jan, wat wil je als afscheid? Een fles wijn? Een onderscheiding?" Maar ik wilde niets liever dan alle aangesloten koren van onze kring eens flink in de spotlights zetten. Dat verdienden ze. Dus ik zei: "Ik wil dat we met alle tien koren samen optreden!" Mijn collega's zeiden: "Als jij het voor elkaar krijgt om al die koren en hun dirigenten op één lijn te krijgen, dan

'Ik wilde niets liever dan alle koren van onze kring eens in de spotlights zetten'

gaan we dat doen." Dat is me gelukt. Want de koorkring was een grote vriendenclub en er was totaal geen rivaliteit tussen de koren. Op 24 september 1989 was het zover: maar liefst 320 koorleden deden mee aan de korenmanifestatie in de Grote Kerk

in Breda. Vijf organisten van de koorkring gaven hun medewerking om op het prachtige orgel van de Grote Kerk te spelen. En ik... ik mocht dirigeren! We zongen de mooiste psalmen: *Ave Verum Corpus*, *Herr, deine Güte* en *Domine Salvam*. We sloten af met het *Wilhelmus*, vierstemmig.

Indrukwekkend! Tijdens de twee optredens en de generale repetitie zat de kerk barstensvol. Het was onvergetelijk! ■



JAN MONDEN (1936)

is geboren en getogen in Bavel. Jan volgde diverse verpleegkundige opleidingen en werd in 1964 anesthesiemedewerker in het Sint-Laurensziekenhuis in Breda. In 1997 ging hij met pensioen. Jan is getrouwd, heeft drie kinderen en acht kleinkinderen. Jan heeft verschillende hobby's: biljarten, fietsen, wandelen, kaarten en tuinieren. Maar muziek blijft zijn grootste hobby: 'Zonder muziek geen leven'. Hij is nog steeds organist en hij is dirigent van het Gregoriaans koor in Bavel en Ulvenhout.

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 —————



HEDY D'ANCONA:

‘We zijn als leeftijdsgroep
niet volkomen uitgerangeerd!’

Senioren krijgen vaak respect vanwege hun leeftijd; dat vindt ze maar niks. 'Dat we geprezen worden, gewoon omdat we zijn blijven in- en uitademen? Bespottelijk.' Liever ziet Hedy d'Ancona dat ouderen gewaardeerd worden om hun betekenis voor de wereld, omdat ze wijsheid combineren met helder denken. Onlangs schreef ze een boek over dit onderwerp: *Vrolijk verval*.

tekst Susanne Mullenders / *beeld* Koos Breukel

Tijdens het interview is ze in Italië, dus we spreken elkaar aan de telefoon: 'Ik hoop dat je het gesprek opneemt, anders kan je het bijna niet bijhouden, dat geratel van mij!' Maar geratel is het allerm minst. Hedy d'Ancona (83) weet haarfijn uit te leggen wat er volgens haar schort aan de beeldvorming rondom ouderen. Ze

heeft er zelfs een boek over geschreven: *Vrolijk verval* - 'een verzameling plaatjes en kleine praatjes', zoals ze het zelf noemt, die gaan over oud worden en de gangbare stereotyperingen daarover. 'Als oud mens maak ik me daar boos over. Het lijkt zo aardig: die compassie, dat respect, die empathie. Maar in wezen drukt het ons in een hoek van deerniswekkende wezens. En dat doet onrecht aan een heel groot deel van de oudere mensen.' Die beeldvorming over ouderen werd nóg eenzijdiger toen corona haar intrede deed, ondervond D'Ancona. 'Toen werden we ook nog kwetsbaar. Alsof we alleen maar in een relaxfauteuil lagen te hunkeren naar een knuffel. Natuurlijk was corona zwaar, maar we zijn als leeftijdsgroep niet volkomen uitgerangeerd.'

Emancipatie

Om dat te onderstrepen verwijst ze naar de cijfers: het CBS voorspelt een groei van 3 naar 4,8 miljoen 65-plussers tussen nu en 2040. 'Ik ben ervan overtuigd dat ik niet alleen sta in mijn verontwaardiging. Als je ziet hoeveel ouderen er zijn... daar zitten zoveel mensen tussen die actief zijn, die midden in het leven staan. Kijk alleen al naar KBO-Brabant: 125.000 leden! Die mensen zijn geïnteresseerd, anders waren ze geen lid.' Als politica heeft D'Ancona zich altijd ingezet voor de emancipatie van vrouwen, nu breekt ze een lans voor senioren. 'Ik wil gelijke behandeling - altijd en voor iedereen. Bijvoorbeeld nu, aan de telefoon: ik wil "jou" zeggen tegen jou. Dat vind ik gezelliger. Maar als jij "u" zou blijven zeggen, dan zou ik ook "u" zeggen. Want ik ben voor gelijkheid.' Haar boek gaat over die gelijkheid; over de emancipatie van ouderen. 'Zelfbeschikking, zelfontplooiing - dat soort zaken moeten er ook zijn voor oudere mensen', vindt ze. 'Maar zolang er sprake is van een zachte uitsluiting, is die emancipatie er nog niet.' In haar boek »



HEDY D'ANCONA (1937)

Hedy d'Ancona (1937) is een belangrijk feministe en was PvdA-politica. Ze startte haar carrière als tv-producer bij de VARA en werkte vervolgens tien jaar als docent sociale geografie aan de Universiteit van Amsterdam. Ze was mede-oprichtster van de actiegroep Man-Vrouw-Maatschappij en het feministische maandblad *Opzij*. Ze was staatssecretaris van Emancipatie, minister van Volksgezondheid, Welzijn en Cultuur. Ook was ze Eerste Kamerlid en tien jaar lang lid van het Europees Parlement.

Op 19 september jongstleden heeft Hedy d'Ancona de Van Praagprijs 2021 in ontvangst genomen: de oeverprijs van het Humanistisch Verbond voor haar 'compromisloze hang naar menselijke waardigheid en tomeloze nieuwsgierigheid.'

omschrijft ze die uitsluiting zo: *Compassie en respect zijn de sleutelwoorden voor de gepaste omgang met oude mensen. Maar hoe fijn dat soms ook kan zijn, ik heb daar nooit om gevraagd: ik vind het veel prettiger om op voet van gelijkheid met anderen om te gaan. Ik ervaar die aparte, leeftijdgebonden aanpak eerder als een zachte uitsluiting.*

Weldenkende mensen

Die uitsluiting van ouderen is iets Nederlands, vervolgt ze. In andere Europese landen en in Amerika nemen ze hun ouderen serieuzer. 'Hier in Italië bijvoorbeeld, zijn ervaren, oudere politieke commentatoren wekelijks op tv. En in Amerika hebben ze Joe Biden en Ruth Bader Ginsburg, de rechter die tot haar dood lid was van het Hooggerechtshof.

In Nederland zien we dat soort oudere rolmodellen nauwelijks, terwijl ze er natuurlijk gewoon zijn - Van Agt, Terlouw, Tjeenk Willink... Maar hier zijn oudere rolmodellen vooral op tv als ze doodgaan. Dat is toch gek? Zeker als je bedenkt dat tv het voor een groot deel van ouderen moet hebben. En dat we dan met zo'n omvangrijke groep zitten te kijken naar jonge mensen die we vaak niet eens kennen. Je hoeft echt niet alle zendtijd vol te proppen met oudjes, maar we zouden wel wat vaker te zien mogen zijn als weldenkende mensen met wie je ook kunt lachen.' Oudere rolmodellen zijn niet alleen prettig voor de ouderen zelf, ook voor jongere generaties zijn ze van waarde. 'Om maar het modewoord van dit moment in de mond te nemen: laten we een inclusieve samenleving creëren. Een samenleving waarin mannen en vrouwen, gekleurde en blanke mensen,

ouderen en jongeren het evenveel voor het zeggen hebben. Ieder mens heeft een eigen zienswijze: laten we accepteren dat dat een verrijking is.'

Blijf verontwaardigd

D'Ancona vindt Stéphane Hessel een mooi voorbeeld: een joodse Fransman die in 2010 - hij was toen 93 - een vlammend pamflet schreef met de titel *Neem het niet!*. 'Hessel uitte daarin zijn verontwaardiging over de toenemende ongelijkheid en over de onderdrukking van de Palestijnen door Israël. Ik vind het zo goed, als mensen verontwaardigd blijven. Kwaad blijven. En niet denken: het zal mijn tijd wel duren. Als je dát denkt, verandert er niks. Wij ouderen vormen een belangrijke, grote groep. En als de toenemende ongelijkheid ons niet

aanstaat, dan moeten we ons daarover opwinden. Ongelijkheid op het gebied van wonen bijvoorbeeld: dat jonge mensen geen huis meer kunnen krijgen. Of ongelijkheid in het onderwijs: dat kinderen uit gegoede milieus betere perspectieven hebben doordat hun ouders bijles kunnen betalen. Ik geloof dat het goed is verontwaardiging te voelen. Goed voor je

geest én de maatschappij. Ik weet heus dat wij ouderen de wereld niet kunnen veranderen, maar met niks doen of niks zeggen, bereik je sowieso niks. Ik geniet ervan als oude mensen zich blijven opwinden.'

Nieuwsgierigheid

Verontwaardiging is een douche voor de geest, geeft ze aan. 'Maar om verontwaardigd te zijn, moet je eerst nieuwsgierig zijn. Weten wat er gebeurt

**'Laten we een
inclusieve
samenleving
creëren, waarin
mannen en
vrouwen, gekleurde
en blanke mensen,
ouderen en
jongeren het
evenveel voor het
zeggen hebben'**



Rimpelgezicht

Hoe vindt ze het zelf om ouder te worden? Ze aarzelt niet: 'Een voorrecht. De fysieke mankementen accepteer ik, en ik heb het geluk dat die in mijn geval niet erg zijn. Als ik nu naar mijn benen kijk in de zon, zie ik dat ze niet meer egaal bruin worden. En ik heb rimpels. Maar echt, dat kan me niet schelen. Zolang ik op die benen kan staan en kan lachen met m'n rimpelgezicht hoor je mij niet klagen. Ik vind het leuk om oud te worden.' Wat brengt het haar dan, ouder worden? 'Er zijn mensen van mijn leeftijd die zeggen: "Ik voel me nog steeds 28." Ik niet hoor, fysiek niet en in m'n kop niet. Ik voel me 83. Daar hoort bij dat ik me minder aantrek van wat anderen van me vinden. Met het ouder worden kan me dat steeds minder schelen. Dat voelt als een bevrijding. En een ander voordeel van ouder worden, vind ik dat mijn onderscheidingsvermogen is aangescherpt. Sinds ik niet meer in de politiek zit, kan ik uitgesprokener zijn. In de politiek moet je samenwerken, onderhandelen. "Voor wat hoort wat" en

"Rome is niet in één dag gebouwd" - dat zijn principes die de politiek beheersen. Ik kon dat ook, hoor: we denken nu eenmaal allemaal anders en je moet een manier vinden om samen door één deur te kunnen. Maar nu ik oud ben, ben ik daar niet meer door gebonden.

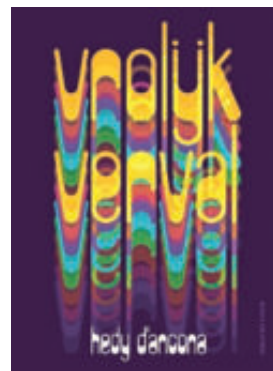
Onomwonden kan ik mijn droom, mijn visie, mijn ideaal neerzetten. Heerlijk is dat.' ■

'In Nederland zijn oudere rolmodellen vooral op tv als ze doodgaan. Dat is toch gek?'

in de wereld. Blijf dus lezen zolang je kan, of kies voor luisterboeken. Neem kennis van iets wat je niet wist. Blijf midden in de maatschappij staan. Ik ben echt niet voor een wereld waarin alleen senioren het voor het zeggen hebben, maar laat ze meedoen. Maak gebruik van hun ervaringen. Ik wil meer ouderen zien, omdat ik me met hen kan identificeren en we allemaal van hen kunnen leren.' D'Ancona benadrukt: 'Met verontwaardiging bedoel ik overigens niet de verongelijkheid die ook wel eens met ouderen wordt geassocieerd. Verongelijkheid om "ons pensioen", "onze dit, onze dat" - dat bedoel ik niet. De focus daarop doet lijken alsof ons als leeftijdsgroep geen blik op de wereld meer is gegund. Ook dat is uitsluiting...'

VROLIJK VERVAL

Onlangs schreef Hedy d'Ancona het boek *Vrolijk verval*, waarin ze de zachte uitsluiting van ouderen bekritiseert. Het bestaat uit korte, column-achtige teksten, gecombineerd met illustraties van onder meer Rembrandt van Rijn, Fiep Westendorp en D'Ancona's overleden geliefde, Aat Veldhoen. *Vrolijk verval*, Hedy d'Ancona, Nijgh & Van Ditmar, € 12,50, te koop via alle (online) boekhandels





Beweeg je fit! met Groenhuysen

Speciaal voor 55-plussers biedt Groenhuysen verschillende bewegingsactiviteiten aan. Onder gespecialiseerde begeleiding wordt in groepen van ongeveer zes personen gewerkt aan kracht, mobiliteit, coördinatie en balans. Plezier in sporten en gezelligheid staan voorop.

Meld u aan voor een gratis proefles via:

www.groenhuysen.nl/beweegjefit

Hier vindt u ook het volledige programma en de locaties.

Vragen? Stel ze via:

088 - 55 740 00

of klantbureau@groenhuysen.nl



Groenhuysen



EEN HOORTOESTEL OP AFSTAND, HOE DAN?

VOORDEEL

- U hoeft alleen voor de eerste afspraak naar de winkel te komen
- Geen rechtstreeks contact in deze coronacrisis
- Geen reistijd
- U heeft gegarandeerd de nieuwste hoortechneek

NADEEL

- Er is een smartphone of tablet nodig

Het is belangrijk dat slechthorende goed horen. Communicatie verloopt vaak moeizamer.

Tot voor kort moest u voor een hoortoestel altijd naar een audicien voor advies en controle-afspraken. Er is nu de mogelijkheid om alle nodige stappen geheel op afstand uit te voeren. Enkel d.m.v. een tablet of smartphone en de bijbehorende app.



We maken vervolgens een afspraak voor een intake in de winkel.

De vervolgaafspraken regelt uw audicien via smartphone of tablet met u op afstand. U hoeft niet naar de winkel te komen.

Hoe werkt het?

Wanneer u denkt dat u een (nieuw) hoortoestel nodig heeft kunt u hiervoor contact opnemen.

Deze hoortoestellen zijn ook leverbaar binnen de vergoedingen van de zorgverzekeraars.



KOOIJMAN HOORTOESTELLEN

Brabantplein 4, Breda

076-5204264

www.kooijmanhoortoestellen.nl



EEN SPOEDIG HERSTEL IN EEN COMFORTABELE STUDIO

St. Elisabeth is een thuis met karakter. Dagelijks bieden we, vanuit onze mooie en historische locatie aan de Wouwseweg in Roosendaal, uitstekende zorg en dienstverlening. Daarbij is er volop ruimte voor ontmoeting en activiteiten, maar ook voor rust en bezinning.

**VOOR MEER
INFORMATIE
KIJK OP:
[WWW.ELISABETH
ROOSEDAAL.NL](http://WWW.ELISABETHROOSEDAAL.NL)**

Herstelzorg

Bent u aan het herstellen na een operatie of een ziekenhuisopname en is dat thuis niet goed mogelijk?

U kunt tijdelijk bij ons komen wonen voor uw herstel voor zo lang als dat nodig is. We hebben alles in huis voor de noodzakelijke zorg en/of fysiotherapie.

Zo weet u zeker dat u en uw gezondheid in goede handen zijn. Zeker als u geen of weinig mantelzorg heeft, is deze vorm van zorg een uitkomst. U heeft een comfortabele studio in ons huis ter beschikking.



Ontmoeten en ontspannen

U bent welkom bij de verschillende activiteiten die bij ons georganiseerd worden. In ons restaurant 't Trefpunt kunt u terecht voor een kop koffie of een lekkere maaltijd. Ook kunt u genieten van onze tuinen of leent een boek in onze bibliotheek.

Hoe kom ik hiervoor in aanmerking?

Voor een kortdurend verblijf van enkele dagen of weken heeft u een indicatie nodig. Loket Nazorg van het ziekenhuis of uw huisarts helpt u hierbij. Onze zorg- en woonbemiddelaars informeren u graag verder.



Elisabeth
Roosendaal

Wouwseweg 21

4703 BL Roosendaal

T. 0165 - 592 400

E. info@stelisabeth.nl

www.elisabethroosendaal.nl



Pijn door slijtage aan
heup of knie?

Samen vinden we een behandeling die bij u past.



Orthopedisch chirurgen Michiel Siebelt en Rintje Agricola

Veel mensen denken dat bij slijtageklachten (artrose) een operatie noodzakelijk is om de pijnklachten te verminderen of weg te nemen. Dit is zeker niet altijd het geval. Binnen het vernieuwde artrosesprekeuur van het Anna Ziekenhuis is nadrukkelijk aandacht voor alle mogelijke behandelwijzen: operatief en niet-operatief. Ook fysiotherapie, injecties of aanpassing van leefstijl worden als behandelingen ingezet.

Mocht een operatie nodig zijn, dan kunt u terecht in ons orthopedisch centrum bij een team van ervaren specialisten. Wij vinden het belangrijk om uw verhaal te horen, zodat u een behandeling krijgt die past bij uw klachten, situatie en uw wensen.

Michiel Siebelt en Rintje Agricola zijn 'nieuw' in het team en beiden expert op het gebied van heupafwijkingen en artrose aan de heup, veelal bij senioren. Michiel is daarnaast ook

gespecialiseerd in knie artrose.

Michiel en Rintje plaatsen een 'nieuwe heup' zowel via de zogenaamde 'voorste benadering' als de 'achterste benadering'. Samen met de patiënt bekijken we welke behandeling het beste past. Na uitvoerig onderzoek is de revalidatie na een heupoperatie in het Anna Ziekenhuis aangepast. Wat bleek; patiënten die direct na de operatie starten met het oppakken van dagelijkse activiteiten

binnen hun mogelijkheden herstelden sneller, dan patiënten die 6 weken rust hielden. De nabehandeling is korter, de revalidatie verloopt gemakkelijker en mensen kunnen sneller weer normaal functioneren. Rintje Agricola: "In de eerste weken na de operatie streven we er naar om iedereen zo snel mogelijk hun normale eigen leven te laten leiden." Michiel Siebelt: "Voor mij is het de grootste beloning om te horen dat mensen weer volop

kunnen genieten van het leven. Precies op die manier zoals zij graag willen, zonder restricties of beperkingen."

Met een verwijzing van uw huisarts kunt u snel terecht bij onze polikliniek. **Kijk voor meer informatie en contactgegevens op www.st-anna.nl/orthopedie**



Ruim 900 mensen gebruiken onze app actief

Via de Patiënt Journey App ontvangen patiënten op het juiste moment informatie die van belang is.

Dezelfde arts tijdens het hele behandeltraject

van intake tot behandeling en nazorg



Hoge patiënt- tevredenheid & waardering



Korte wachtijden

1 week
Afspraak polikliniek
4-6 weken
Operatie prothese
2-4 weken
Overige operaties



- Niet r
is vol
- Hulp
- Leefti
leeft
- Wach

WETSVOORSTEL VOLTOOID LEVEN

In gesprek met senioren

• Leo Bisschops: 'Elke mening is goed'

• Vera van den Berg licht de onderzoeksresultaten toe



Moeten 75-plussers die hun leven voltooid achten, dat zelf kunnen beëindigen – op een zelfgekozen moment met hulp? Als het aan het wetsvoorstel van D66 ligt wel. Maar Artsenfederatie KNMG vindt juist dat we moeten onderzoeken hoe we het gevoel van zinloosheid dat deze ouderen hebben, kunnen oplossen. Om te kijken wat senioren écht nodig hebben, gaat KNMG in gesprek met leden van KBO-Brabant.

In De Meerpaal in Eindhoven vindt een van de vier dialoog-bijeenkomsten plaats die KBO-Brabant samen met de Artsenfederatie organiseert. 'Het is belangrijk dat er niet over, maar met senioren gesproken wordt: wat zijn hun wensen, zorgen en ervaringen?', vindt Leo Bisschops, voorzitter van KBO-Brabant. Hij nodigt de deelnemers uit om zich vooral uit te spreken. 'Elke mening is goed en de moeite waard om gehoord te worden. Er wordt na afloop dan ook niet gestemd; we zijn vooral op zoek naar verdieping.'

Geen euthanasie

Binnen de huidige wetgeving zijn er diverse medische mogelijkheden om het leven te beëindigen: afzien van behandeling, palliatieve zorg/sedatie, hulp bij zelfdoding

en euthanasie. Judith Wilmer, klinisch geriater van het Catherinaziekenhuis in Eindhoven, raadt de deelnemers aan om de eigen wensen rondom het levenseinde te bespreken met hun naasten. 'Alleen een levenstestament of wilsverklaring is niet toereikend. Maak je wensen zo concreet mogelijk kenbaar. Want wat menswaardig is, betekent voor iedereen wat anders.' Ze drukt de deelnemers op het hart om ook tijdig het gesprek met hun (huis)arts aan te gaan. 'Medische beslissingen kunnen alleen worden gemaakt als je nog wilsbekwaam bent, en een hersenbloeding of ongeluk kondigt zich niet aan...' Daarnaast mag een arts een verzoek tot euthanasie of hulp bij zelfdoding altijd weigeren. Wilmer: 'Het is geen recht, maar een hulpvraag. Daarnaast zijn de afspraken die je met je arts maakt persoonsgebonden. Als je zorgverlener met pensioen gaat of vertrekt, dan zal je met een andere arts om tafel moeten.'

Halve pil van Drion

In 2020 is in opdracht van het kabinet een groot onderzoek* gedaan. Doel hiervan is bijdragen aan een wetenschappelijke basis voor zorgvuldig overheidsbeleid. 'Indirect gaat het onderzoek over vragen als: welk lijden accepteren we als samenleving, welke plek moet een zelfgekozen levenseinde hebben, en welke complexe rol speelt eenzaamheid hierin?', aldus onderzoekster Vera van den Berg. Opvallend aan de uitkomst vindt Van den Berg dat een wens tot levensbeëindiging zelden zwart-wit en »

VOLTUOID LEVEN

Uit onderzoek blijkt dat zo'n 10.000 Nederlanders van 55 jaar en ouder hun leven willen beëindigen, met of zonder hulp. Nederland kent al euthanasiewetgeving die zich richt op mensen die uitzichtloos en ondraaglijk lijden. D66 heeft een nieuw wetsvoorstel ingediend, dat tijdens de lopende kabinetsformatie een belangrijke rol zal spelen. In het voorstel staat dat mensen vanaf 75 jaar die hun leven voltooid achten, in aanmerking kunnen komen voor hulp bij zelfdoding door een speciaal daarvoor opgeleide hulpverlener. Het voorstel gaat daarmee verder dan de euthanasiewetgeving. De Artsenfederatie KNMG is bepaald niet gelukkig met dit wetsontwerp vanwege principiële en praktische bezwaren. Zij pleit ervoor om de problematiek van ervaren zinloosheid onder senioren met andere middelen te lijf te gaan, kijkend naar wat deze senioren echt nodig hebben. Om te horen hoe senioren zelf denken over het wetsvoorstel Voltooid Leven hebben de Artsenfederatie en KBO-Brabant afgelopen zomer samen een viertal dialoogbijeenkomsten georganiseerd in Gilze, Eindhoven, Veghel en Bergen op Zoom.

** Perspectieven op ouderen met een doodswens zonder dat zij ernstig ziek zijn: de mensen en de cijfers, 2020 (ZonMw)*





Samen iets blijvends achterlaten

Wilde Ganzen steunt aanpakkers: mensen die op eigen kracht hun toekomst en die van anderen verbeteren. Met kleine, slimme projecten zorgen zij op korte termijn voor zichtbaar resultaat in buurten en dorpen.

Door **Wilde Ganzen** op te nemen in uw testament geeft u, ook als u er niet meer bent, deze mensen de kans om armoede van onderop te doorbreken.



Meer informatie over onze projecten
of de brochure over nalaten ontvangen?

Bel of mail met Emmy Janssen: 033 - 204 5522,
emmy@wildeganzen.nl. wildeganzen.nl/nalaten

WILDE 
GANZEN 
Klein project Groot verschil

onveranderlijk is: 'De wens verandert nogal eens met de omstandigheden mee. Zo zei een man: "Geef mij in de winter maar een halve pil van Drion". Maar in de zomermaanden, als hij geniet van de zon en het buitenleven, dan ziet hij het leven weer zitten.'

Eigen regie

Veel KBO-leden geven aan de eigen regie over het leven belangrijk te vinden. Iemand zegt: 'Ik vind dat ik het recht heb om eruit te stappen wanneer ik wil.' Hij krijgt bijval van een andere deelnemster: 'Ik begrijp het als een arts mij niet wil helpen, maar als ik het iemand vraag die geen arts is, dan is het strafbaar.' Haar buurman vult aan: 'Als ik voor de trein zou springen, zou ik anderen tot last zijn. Maar als ik op een humane manier wil sterven, dan komt daar heel wat bij kijken.' Het gros van de deelnemers ziet een levensbeëindigingspil in het nachtkastje wel zitten. 'Het geeft me een geruststellend gevoel. Ik wil niet zoals mijn broer in het verpleeghuis eindigen', reageert een deelnemster. Dat hoeft volgens Wilmer binnen de huidige wetgeving ook niet: 'Als senioren lijden door meerdere ziekten of medische kwalen die horen bij ouder zijn, kan euthanasie volgens de wet soms wel. Dit heet ook wel een "stapeling van ouderdomsklachten".'

Risico's

René Héman, voorzitter van de KNMG, vindt dat er risico's kleven aan een zelfmoordpil. 'De gevoelens van "voltooid leven" zijn doorgaans heel ambivalent en gaan vaak gepaard met mentale, fysieke en/of sociaal-economische problemen. En wanneer mag je zo'n pil innemen? Na dertig dagen, drie maanden, een jaar?' Het begrip voltooid leven heeft volgens Gert van Dijk, adviseur ethiek van de KNMG, een te positieve lading. 'In de praktijk gaat het vooral om kwetsbare mensen die verlies van zingeving ervaren. Moeten wij als



Vera van den Berg



Gert van Dijk



Judith Wilmer



René Héman

samenleving dan niet eerst kritisch kijken naar hoe we deze mensen zich waardevol kunnen laten voelen, voordat we ze een pil verstrekken? Daar is het merendeel van de aanwezigen het mee eens. Een deelnemer reageert: 'Als cliëntondersteuner zie ik dat schulden en eenzaamheid sombere gevoelens kunnen veroorzaken. Door mensen aandacht te geven kunnen zij weer opbloeien.'

Leeftijdscriminatie

De KNMG vreest dat het nieuwe wetsvoorstel ouderen het gevoel kan geven dat ze overbodig zijn. Bisschops is benieuwd of de deelnemers dit zo ervaren. Er wordt driftig ja geknikt. 'Ik vind het leeftijdsdiscriminatie: waarom zou een 75-plusser wel mogen sterven en iemand van 50 jaar met hetzelfde probleem niet?', vraagt een deelnemer zich af. Ook uit het onderzoek blijkt dat de wens tot levensbeëindiging niet samenhangt met leeftijd. Van den Berg: 'Er is slechts een lichte stijging met het klimmen van de jaren. Bovendien blijken de achtergronden van de doodswens bij 55-plussers en 75-plussers vergelijkbaar.'

Open brief

Een deelnemer is benieuwd of senioren nog invloed kunnen uitoefenen op de nieuwe regelgeving. Héman meent van wel: 'Bundel jullie krachten en schrijf een open brief naar de Tweede Kamer. Maak jullie aanbevelingen en wensen kenbaar.' Bisschops vraagt zich af of het wetsvoorstel van D66 eigenlijk niet te vroeg komt. 'Over het onderwerp wensen rondom het levenseinde valt nog veel te discussiëren. Zouden we als samenleving dit onderwerp niet eerst verder moeten uitdiepen, voordat we tot wetgeving overgaan?' KBO-Brabant heeft het laatste woord over het maatschappelijke vraagstuk in elk geval nog niet gezegd... ■



Lot van Baaren heeft afasie

**'IK WEET WAT IK WIL
ZEGGEN, HET KOMT ER
ALLEEN NIET ALTIJD
GOED UIT'**

Het gebeurde vier jaar geleden op vakantie, op een camping in de Franse Pyreneeën. Lot van Baaren (nu 63) kreeg een hersenbloeding. Ternauwernood overleefde ze het, maar ze bleef achter met een halfzijdige verlamming, verminderd zicht en afasie. Lot: 'Dan heb ik in mijn hoofd iets te pakken, maar voordat ik het kan zeggen, raak ik het alweer kwijt.'

Om tien uur 's avonds stortte Lot in elkaar, tijdens de vakantie in Frankrijk met haar partner Ger Geldhof (65). Hij zag direct dat het mis was, zette haar in de auto en reed in een halfuur over een bochtige bergweg van de camping naar een streekziekenhuis waarvan ze het bestaan toevallig een paar dagen eerder hadden opgemerkt. De arts concludeerde al snel dat Lot een hersenbloeding had. Ger: "Vannacht overlijdt ze", werd tegen me gezegd. De bloeding in haar hoofd was heftig en in dat streekziekenhuis konden ze haar niet opereren.' Er was een helicopter onderweg vanuit een groot ziekenhuis in Toulouse, 150 kilometer verderop. Er zouden artsen klaarstaan om Lot direct bij aankomst te opereren, maar de reis zou ze volgens de arts niet overleven. Ger: "Wat doen we dan?!", riep ik uit.' De arts vertelde hem dat er één draconische oplossing was: haar in een hele diepe coma brengen, zodat haar bloeddruk zou dalen. Daarmee zou de bloeding een beetje stoppen en zou ze het misschien net redden tot Toulouse. Ger kon niet anders dan toestemming geven en in de auto op weg gaan naar Toulouse, want voor hem was in de helicopter geen plaats. Ger: 'Die kunstmatige coma is haar redding geweest. De arts in Toulouse zei dat als de bloeding nog een halfuur langer had geduurd, ze er niet meer was geweest. Ja, en dan zit ze me hier aan te grijnzen en dan ben ik dolblij dat het uiteindelijk zo is gegaan. Maar ja, ons leven is wel compleet veranderd...'

Praten gaat moeizaam

Lot vertelt over die periode. Het praten gaat moeizaam. Halverwege een zin, vergeet ze ineens wat ze wilde vertellen. Of ze komt niet op het juiste woord, of spreekt het woord anders uit dan ze eigenlijk bedoelt. Het frustreert haar zichtbaar, al blijft ze altijd vriendelijk, verontschuldigend en lacht ze ook veel. Van alle dingen die ze heeft overgehouden aan de hersenbloeding, is het de afasie die haar het meest stoort. Lot: 'Normaal gaat het beter hoor! Vandaag is een slechte dag. Zo slecht is het lang niet geweest.' Ze laat in haar telefoon een lijst zien, met data en getallen tussen de 1 en de 5. Ze geeft zichzelf al tijden een cijfer. Met een 1 lig je op bed en zeg je helemaal niets, met een 5 gaat het behoorlijk goed. Dat checkt ze dan wel bij Ger, of hij dat ook vindt. De laatste weken schommelen tussen de 4,5 en de 5. 'Maar vandaag is een 3,' zegt ze hoofdschuddend. Toch ziet Lot nog steeds een stijgende lijn. Ze moet zelfs een nieuw puntensysteem beginnen, bedenkt ze, waarbij ze tot de 10 kan gaan.

Alles opnieuw leren

Lot heeft na die heftige bergrit en reis per helicopter nog een paar dagen in coma gelegen. Toen ze stukje bij beetje wakker werd, was haar eerste woord: 'Kut!' Ze vindt het achteraf een beetje beschamend: 'Zoiets ergs, ik zeg dat normaal nooit.' Maar het omschrijft de situatie ook wel weer treffend. Drie weken bracht ze door in dat ziekenhuis in Toulouse, daarna nog een tijd in Rotterdam en aansluitend heeft ze maanden gerevalideerd in Amsterdam. 'Ik moest alles opnieuw leren,' vertelt ze. 'Echt woordjes leren van het begin af aan. En eigenlijk had ik direct al daarmee moeten beginnen, maar toen was ik nog in Frankrijk. Ze hebben wel iets geprobeerd, maar dan in het Frans of Engels en dat ging helemaal niet...' Nog steeds heeft »

Lot van Baaren is beschikbaar om als ervaringsdeskundige over afasie en éénhandigheid te praten op scholen en bij opleiders. Dit deed zij eerder al met succes bij een opleiding voor revalidatie-artsen en een logopedie-opleiding van de Hogeschool Groningen.

Contact:
vanbaarenlot@gmail.com

'Ik word er blij van als de mensen die ik spreek, geduld met me hebben. Maar behandel me niet als een kleuter, dat is echt vervelend'

Lot logopedie, omdat ze voelt dat ze nog vooruitgaat, dat er méér in zit. Lot: 'Als je het wilt en probeert, dan komt het wel, langzaam, maar het komt.' Ze zit nu ook op Engelse les, want die taal is ze kwijtgeraakt. Lot: 'Ik las boeken in het Engels, maar ik kan nu niet eens meer een boek lezen in het Nederlands. Toch komt het Engels langzaam terug, merk ik.'

Workaholics

Lot en Ger waren twee workaholics. Lot was hoofd van de facilitaire dienst van een psychiatrisch ziekenhuis. Daarnaast zat ze in het hoofdbestuur van de FNV, waar al haar vrije tijd naartoe ging. Ook Ger zat naast zijn werk in het bestuur van de FNV. Met veel plezier hoor, ze hebben er geen spijt van, maar alles draaide om werk. Ger: 'Meestal ging hier niet voor twee uur 's nachts het licht uit, vaak ook wel later. Om tien over half zeven ging de wekker weer. Altijd werken, zij nog meer dan ik. Zulke stapels papieren lezen, vergaderingen bijwonen, dingen regelen en praten, praten, praten...' Had al dat werken iets te maken met de hersenbloeding? Volgens Ger niet: 'De artsen zeggen dat het ook had kunnen gebeuren als ze een heel rustig leven had geleid. Het is gewoon domme pech.' Al snel werd duidelijk dat Lot haar werk niet meer zou kunnen oppakken. Lot: 'Ik had veel verantwoordelijkheid, ook over geld, maar ik kan nu niets meer met cijfers. Lezen en schrijven gaat bijna niet. Ik kan niet meer autorijden. Ik heb wel veel weer geleerd, maar ik haal nog zoveel door elkaar. "Hij" en "zij" op de juiste manier gebruiken is bijvoorbeeld al lastig. Werken ging echt niet meer, dat had ik al snel door.' Haar leidinggevende kwam er na haar uitval pas achter hóéveel werk zij eigenlijk verzette. Ger: 'Vlak voordat dit gebeurde, kreeg ze nog een opmerking van die leidinggevende dat ze haar werk

tekortdeed door haar drukke bezigheden bij de FNV. Daar kwam zij later van terug. Ze vertelde dat ze drie fulltime managers had moeten aanstellen om Lot te vervangen; ze had geen idee gehad hoeveel ze deed...'

Geduld hebben

Natuurlijk heeft Lot mindere dagen gehad, dat het haar aanvloog, dat ze hilde om alles wat er in haar leven is veranderd en wat ze niet meer kan. Maar over het algemeen is ze een positief mens, niet depressief aangelegd. Lot: 'Ik kijk niet achteruit. Dat heeft geen zin. Dat beseft ik al snel.' Ze moet verder, en dat doet ze ook. Maar hoe vult iemand die zo gewend is om druk bezig te zijn, nu haar dagen? Lot: 'Ik had helemaal geen hobby's, daar had ik nooit tijd voor. Dus dat was lastig. Maar ik heb nu twee kleinkinderen, die zie ik vaak. Dat was anders waarschijnlijk niet zo geweest. En ik doe creatieve dingen. Ik maak dingen van klei, doe die Engelse les en heb logopedie. En ik maak filmpjes, voor LinkedIn. Daarin laat ik zien hoe ik nu dingen doe, met maar één arm, zoals nagels knippen, mijn haar opsteken of een knoop aanzetten. Dat zijn lastige dingen, die ik nu toch voor elkaar krijg. En ik geef uitleg over afasie. Ik vind het fijn als ik dingen duidelijk kan maken en over mijn ervaringen kan vertellen. Dan kunnen andere mensen er misschien ook beter mee omgaan.' Ook voor mensen die omgaan met iemand die afasie heeft, heeft ze tips: 'Ik word er blij van als mensen met wie ik spreek, geduld met me hebben. En ik wil nog weleens vragen of mensen iets willen herhalen, gewoon omdat het niet meteen goed tot me doordringt. Ook dan is geduld van de ander erg fijn. Maar behandel me niet als een kleuter, dat is echt vervelend. Ik begrijp alles wat je zegt en ik weet ook heel goed wat ik wil zeggen. Het komt er alleen niet altijd goed uit...' ■

Wat is afasie?

Marlijn Alewijns is logopedist en werkt bij Archipel Afasiecentrum Eindhoven. Daar werkt zij op verschillende afdelingen met mensen met afasie in revalidatie en in de chronische fase.

'Afasie kan ontstaan na niet-aangeboren hersenletsel, bijvoorbeeld door een herseninfarct of hersenbloeding, een ongeluk of een hersentumor. Verreweg de meeste mensen met afasie hebben letsel in de linker hersenhelft. Afasie is een taalstoornis. Taal bestaat uit verschillende componenten: lezen, begrijpen van gesproken taal, schrijven en spreken. De problemen in deze componenten en de ernst ervan verschillen per persoon. De ene persoon met afasie kan bijvoorbeeld goed taal begrijpen, maar heeft veel moeite met spreken. Een ander kan weer vrij goed spreken, maar heeft moeite met schrijven of met het vinden van de juiste woorden. Soms zie je versprekingen. Dan halen mensen woorden door elkaar die qua betekenis dicht bij elkaar liggen. Bijvoorbeeld 'peer', terwijl ze 'appel' bedoelen. Of ze verwisselen de letters binnen een woord. Het kan ook zo zijn dat iemand vrij vloeiend spreekt, maar dat de betekenisvolle woorden wegvallen.'

Eén ding tegelijk

'De logopedist doet onderzoek aan de hand van tests en observaties. Daarmee brengen we in kaart in welke componenten problemen voorkomen en in welke mate. Maar we kijken ook naar welke vaardigheden bewaard zijn gebleven. In de eerste drie tot zes maanden verwachten we het grootste herstel. Met logopedie proberen we dat herstel te bevorderen. Hoe groot de mate van herstel is, wisselt per persoon en per situatie. Soms leggen de hersenen nieuwe routes aan. Als de afasie na de revalidatiefase in een meer chronische fase komt, focussen we meer op het trainen van de totale communicatie en compensatietechnieken. Belangrijk is dat iemand,



hoe lastig het ook is, blijft communiceren. Ook voor de omgeving is het belangrijk om te begrijpen wat afasie inhoudt. Het heeft bijvoorbeeld niets te maken met intelligentie; het is puur een taalprobleem. Adviezen in de communicatie zijn per persoon verschillend, maar kunnen bijvoorbeeld zijn: ga iemand niet kinderachtig behandelen, maar spreek wel rustig en in korte zinnen. En ga na wat iemand begrepen heeft van wat jij zegt, en ook of jij begrijpt wat de ander zegt. Dat kan onder andere door het te herhalen. Probeer ook prikkels te beperken: zet bijvoorbeeld de tv uit als je een gesprek aangaat. Wees geduldig en zorg dat je pen en papier bij de hand hebt. Soms kan iemand het beter opschrijven, in steekwoorden, of zelfs tekenen. Kijk ook goed naar de gezichtsuitdrukking en lichaamstaal. En vraag één ding tegelijk. Soms vinden mensen met afasie het prettig dat de ander hun zin afmaakt als ze ergens niet uitkomen. Anderen vinden dat vreselijk. Vraag gewoon of iemand dat prettig vindt of juist niet. En probeer, zeker als partner, de relatie gelijkwaardig te houden. Maak niet van elk gesprek een therapiemoment. Als de boodschap duidelijk is, ook zonder de juiste woorden, dan is het goed...'

Er zijn verschillende afasiecentra verspreid over het hele land. Kijk op www.afasiecentrum.nl voor meer informatie.

Otolift, dé meest gekochte traplift van Nederland

- ✓ Uw trapleuning 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 31-10-21

+ Gratis
5 jaar
garantie

Ontvang gratis
onze brochure!

Stuur mij een gratis brochure

Naam

Adres

Postcode/plaats

Telefoon

015MAG021

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

Stuur deze bon in een ongefrankeerde envelop naar: Otolift Trapliften, Antwoordnummer 17014, 2810 VK Bergambacht

Voorkom vallen met valpreventie



Hoge drempels, een losliggend kleed of bijwerkingen van medicijnen: een valongeluk zit in een klein hoekje. Vooral onder 65-plussers is het risico om te vallen hoog. Uit onderzoek van het onafhankelijke expertisecentrum VeiligheidNL blijkt namelijk dat 34% van de senioren minimaal één keer per jaar valt. Op de Spoedeisende Hulp (SEH) wordt maar liefst elke 4 minuten een 65-plusser behandeld die gevallen is.

De meeste valongelukken vinden in en om het huis plaats. Vooral de badkamer (14%), de slaapkamer (13%) en de vaste trap (11%) zijn risicovolle plekken. Een belangrijke oorzaak is het ouder worden: door verlies van spierkracht en een verminderde stabiliteit is de kans op vallen nu eenmaal hoger. Maar een val kan ook veroorzaakt worden door chronische aandoeningen en bijwerkingen van medicijnen. En de omgeving kan een risico zijn. Losliggende kleedjes, (te hoge) drempels en slechte verlichting zorgen voor struikelgevaar.

Valrisico verkleinen

Om het risico op vallen te verkleinen is het belangrijk om mogelijke oorzaken weg te halen. Zo bestaan er verschillende cursussen die gericht zijn op het verkleinen van het valrisico. Bij zo'n cursus werken de deelnemers vaak aan het versterken van de spieren en het verbeteren van de stabiliteit. De cursus Vallen Verleden Tijd richt zich juist op het aanleren van de juiste valtechnieken, zodat er minder kans is op letsel. Ook is het belangrijk om het valrisico in en om huis te verkleinen door bijvoorbeeld losse kleedjes weg te halen en drempels te verwijderen.

Het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) geeft aan dat het ook belangrijk is om indirecte oorzaken aan te pakken, zoals de voeding. Voldoende vitamine D zorgt voor sterke spieren en calcium zorgt voor sterke botten. Omdat

de redenen van een valongeluk per persoon verschillen, ontwikkelde het Rode Kruis een checklist met de belangrijkste valpreventiemaatregelen. De checklist is samen met een gids met informatie, tips en oefeningen gratis te downloaden via www.valpreventiegids.nl.

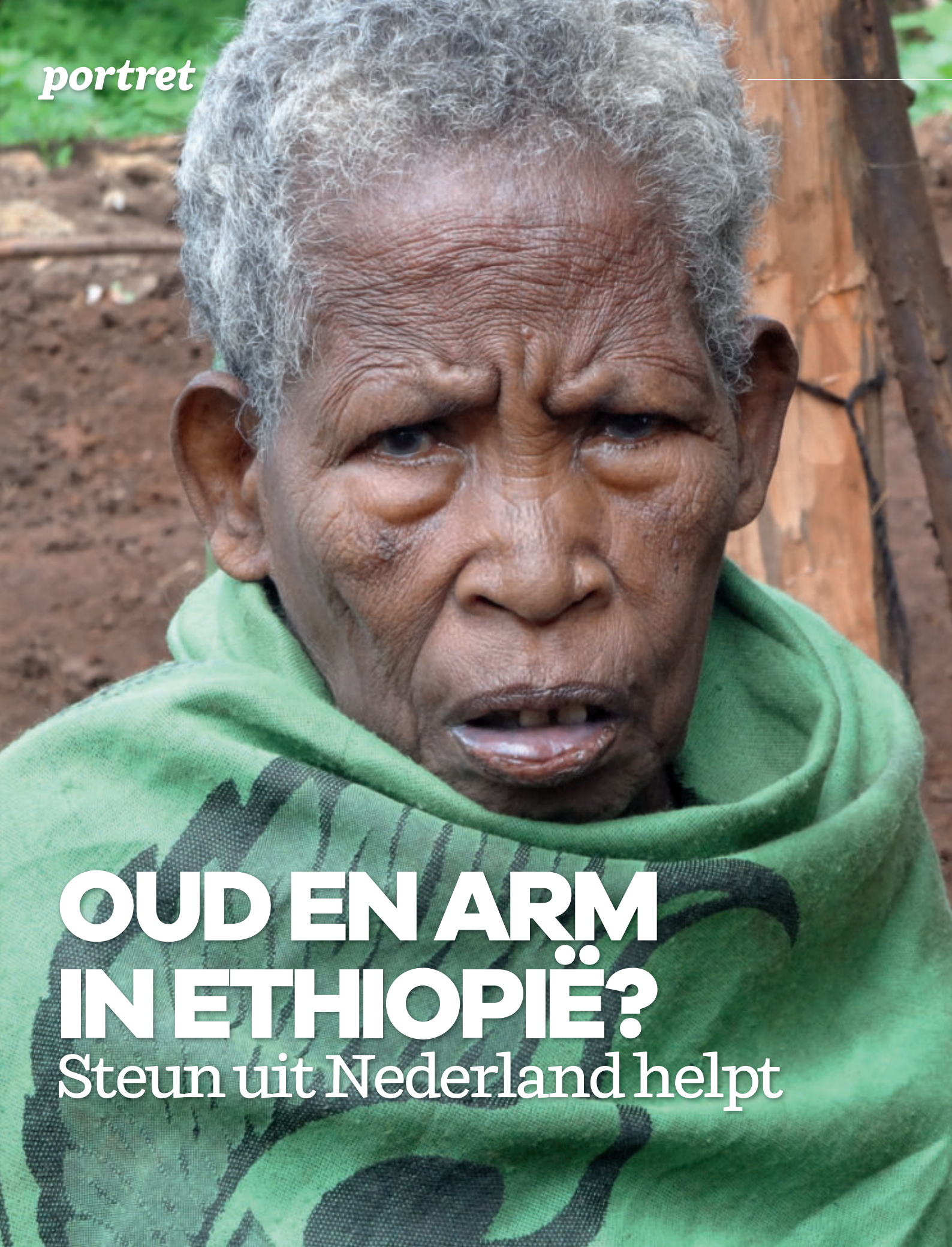
Hulpmiddelen

Het kan ook nodig zijn om hulpmiddelen aan te schaffen. Zo voorkomt een antislipmat bijvoorbeeld uitglijden in de badkamer. En geven wandbeugels extra steun bij een opstapje of bij het opstaan. In huis vormt vooral de trap een groot risico, omdat de kans op letsel door een val hoger ligt. Daarom is het belangrijk om ervoor te zorgen dat de trap veilig en goed begaanbaar is. Dat kan door het aanbrengen van antislipstrips of vloerbedekking, en het vrijhouden van de trap. Als de trap door bijvoorbeeld lichamelijke klachten niet veilig te gebruiken is, kan het verstandig zijn om een traplift aan te schaffen.

Is uw trap een obstakel?

Een traplift maakt uw trap weer toegankelijk. Zo kunt u thuis blijven wonen. Vraag gratis een brochure aan voor meer informatie. Of maak een vrijblijvende afspraak voor een thuisadvies. U weet dan direct wat er mogelijk is.

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

A close-up portrait of an elderly woman with weathered skin and grey hair, looking directly at the camera with a serious expression. She is wearing a green shawl with a black pattern. The background is a blurred outdoor setting with a tree trunk and green foliage.

portret

oud en arm in ethiopië?

Steun uit Nederland helpt

De Ethiopische weduwe Beshatu Shagulie heeft haar hele leven hard gewerkt. Nu is ze op en zorgt haar zoon voor haar. Als ouderdom in Ethiopië een last wordt, helpt een beetje Nederlandse hulp. Het hart van de nonnen breekt omdat ze niet méér kunnen doen.

Voor het huis zit ze op een stoel in de zon, de ogen gesloten. Daar heeft haar zoon haar vanochtend neergezet, om de kou uit haar botten te verdrijven. Hij weet hoe graag ze zich koestert in warmte en licht. Hij weet ook dat het regenseizoen is en dat het water straks weer met bakken uit de hemel valt. Beshatu Shagulie is een jaar of tachtig. Haar precieze leeftijd kent ze niet. Het lopen is ze ontwend sinds ze steeds weer valt. De groet van het bezoek ontgaat haar. Haar wereld wordt steeds kleiner sinds ze zo slecht hoort. Zuster Alganesh Assefa begroet haar nog eens, nu luider. Ze opent haar ogen. Ze opent ook haar mond, maar zegt aanvankelijk niks. Pas na een lange stilte spreekt ze, haar woorden komen van ver.

Keihard gewerkt

Zuster Assefa, moederoverste van de Dochters van Liefdadigheid in de Ethiopische plaats Dembi-Dollo kent deze vrouw al heel lang. Ze noemt haar 'een doodgoeie vrouw die haar hele leven keihard heeft gewerkt'. Jong weduwe geworden. In haar eentje twee dochters en twee zonen grootgebracht. Nooit willen hertrouwen uit angst dat dit ten koste van de kinderen zou gaan. Ook nog eens jaren voor haar alleenstaande zieke buurvrouw

gezorgd. En nu is ze aan het einde van haar krachten. Beshatu is een van de zestig ouderen in deze buitenwijk van Dembi-Dollo die van de zusters elke maand een piepkleine uitkering krijgen, met geld van de Nederlandse stichting Oud in Afrika. Zuster Assefa kent ze stuk voor stuk.

Elke stap voelt als een dolksteek

Het zijn de armsten van de armsten, die zelf niet meer aan de kost kunnen komen. Meestal wonen ze in huis bij het gezin van een kind of kleinkind dat zelf vaak met een lege maag naar bed gaat. Een buurtcomité van ouderen heeft hen aangewezen als degenen die het hardste hulp nodig hebben. 'Maar er verkeren hier zo veel meer oudere mensen in vergelijkbare situaties', zegt zuster Assefa. 'Mijn hart breekt omdat we niets voor hen kunnen doen.' Die maandelijkse uitkering is toch al minimaal: krap drie euro, 140 birr in de plaatselijke munt. 'Dat is bijna niks', zegt zuster Assefa. 'Door de inflatie kunnen ze daar steeds minder voor kopen. Misschien genoeg eten voor drie dagen. Maar ze hebben toch ook zeep nodig, een deken, één keer in het jaar een nieuwe *natala*.' Zo heet het katoenen kleed waarmee een vrouw haar bovenlijf bedekt. En dan heeft ze het nog niet eens over schoenen. Terwijl schoenen in dit deel van Ethiopië van levensbelang zijn. Want de kleverige klei zit hier op veel plaatsen vol met het halfmetaal silicium. En wie daar jarenlang blootsvoets op loopt, krijgt podoconosis, een verwaarloosde tropische ziekte die arme mensen hier het leven zuur maakt. Voeten verworden tot misvormde klompen. Door opeenhoping van vocht zwellen de benen op tot olifantspoten. Elke stap voelt als een dolksteek. Lopen wordt langzaam maar zeker onmogelijk.

Vier Nederlandse bisschoppen

In de gezondheidspost vlakbij wassen nonnen podoconosis-patiënten regelmatig »



Buren komen elke ochtend een praatje maken



Op een stoel voor haar huis. Voor Beshatu het beste moment van de dag

Dick Wittenberg is schrijver/journalist en bestuurslid van de stichting Oud in Afrika

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

met gekookt water en wrijven ze benen en voeten met helende olie in. Zo verzachten ze de pijn en verminderen op den duur de klachten die met het dragen van schoenen hadden kunnen worden voorkomen. Schoenen zijn voor veel mensen hier nog altijd onbetaalbaar. De missiezusters en de paters Lazaristen proberen de armoede in dit verwaarloosde deel van Ethiopië te bestrijden, met een scala aan projecten op het gebied van onderwijs, gezondheidszorg en voedselzekerheid. Voor een belangrijk deel zijn de projecten gefinancierd met geld uit Nederland. Dat heeft een historische reden. Een halve eeuw lang hadden Nederlanders in deze streek de kerkelijke leiding: bisschop Frans Janssen (1919-1972), bisschop Henricus Bomers (1977-1983), bisschop Leonardus Dobbelaar (1994-2008) en bisschop Theodorus van Ruijven (2009-2013). Nederlanders wisten dat hulpgeld hier goed besteed werd. In totaal kregen 2.350 Ethiopische ouderen in 31 projectgebieden, zoals deze buitenwijk van Dembi-Dollo, vorig jaar een steuntje in de rug.

Met acht in één huis

Beshatu Shagulie zit nog altijd onbeweeglijk op haar stoel. Schoondochter Marta verjaagt de vliegen op haar grijze haar. Marta komt uit het oosten van het land, meer dan duizend kilometer verderop. Daar ontmoette ze een zoon van Beshatu. Ze trouwden, kregen vier kinderen en hadden daar een lapje grond. Drie jaar geleden verhuisden ze omdat Beshatu zich niet meer in haar eentje kon redden. Ook Beshatu's andere kinderen woonden ver weg. Iemand moest toch voor haar zorgen. Marta stemde in met die verhuizing. Kinderen hebben nu eenmaal plichten tegenover hun ouders. Eén voorwaarde stelde ze: dat haar vader van 76 ook meeging. Ze wilde hem niet alleen achterlaten. Nu wonen ze hier met zijn achten in één



De 76-jarige Bulcha Fassya.
Zijn dochter liet hem niet
alleen



Met opgezwollen voeten
van de podoconosis blijft
het ook op reuzenslippers
moeilijk lopen

huis: zijn moeder, haar vader, zij, haar man en hun vier kinderen. Zij heeft een schoonmaakbaantje in een hotel. Ze verdient 500 birr, ruim tien euro, per maand. Hij loopt elke ochtend vroeg naar het stadscentrum in de hoop op los werk. Het is voor het huishouden maar goed dat ook haar vader die maandelijkse uitkering krijgt van krap drie euro, 140 birr.

Als je zelf niks meer kunt doen

'Het gaat zo regenen', zegt Beshatu met een blik op de lucht. 'Breng me maar naar binnen.' Straks is onze ontmoeting ten einde voordat ze begon. Ik aarzel omdat ik bang ben dat het ongepast is. Toch vraag ik: 'Vindt u ouderdom een zegen of een last?' Voor het eerst kijkt ze me aan. 'Mijn kleinkinderen zien opgroeien is een zegen. Maar verder? Als je met alles geholpen moet worden. Als je zelf niks meer kunt. Als je niet eens meer op bezoek kunt gaan. Als je altijd maar moet wachten tot iemand jou bezoekt. Als je zoon en zijn vrouw hun handen vol aan je hebben, terwijl ze het al zo zwaar hebben. Dan heb je het punt wel bereikt waarop de ouderdom geen zegen meer is. Ik voeg me naar de wil van God, hoe ondoorgroendelijk die ook is.' ■

GUN EEN ARME LEEFTIJDGENOOT EEN MENSWAARDIGE OUDE DAG

Stichting Oud in Afrika helpt 2.350 Ethiopische arme ouderen aan een maandelijkse uitkering van bijna drie euro. Het is een schijntje dat net het verschil maakt, maar dringend verhoogd moet worden, zodra daar geld voor is. Oud in Afrika werkt sinds 2014 samen met KBO-Brabant. Gun een leeftijdsgenoot een menswaardige oude dag door maandelijks een bedrag over te maken via een automatische overschrijving naar bankrekeningnummer NL05RABO0116716185 van Oud in Afrika. U kunt ook eenmalig een bedrag storten.

Kijk voor meer informatie op www.oudinafrika.org

ons kloppend hart



INDOOR JEU DE BOULES



Weer of geen weer, in Bladel wordt het jaar rond jeu de boules gespeeld. Voor het najaar en de winter is er een speciale indoorbaan gemaakt. De ballen kunnen de komende maanden dus lekker blijven rollen!

Het gymlokaal van de voormalige Petruschool in Bladel is omgetoverd tot jeu-de-boulesparadijs. Twee demontabele banen van kunstgras matten passen precies in de lengte van het zaaltje. De ballen rollen daar wel iets anders dan buiten, maar dat is een kwestie van wennen, vinden de deelnemers. De gemeente vroeg Seniorenvereniging Bladel of er interesse was om zo'n baan aan te schaffen. Dat was niet tegen dovemansoren, want indoor jeu de boules is een mooie aanvulling op het biljartcentrum dat de leden ook al hebben in twee lokalen van de oude school.

1. Cor van den Heuvel (74) 'In het najaar en de winter spelen we hier op woensdag en vrijdag. Er moet heel wat gebeuren wil ik een potje jeu de boules afzeggen. Ik vind het spelletje leuk en onderling is het gezellig. Ontmoeten en verbinden, daar gaat het om.'

2. Ben Intven (71) 'Wie met wie speelt, bepalen we vooraf door loting. Iedereen krijgt een nummertje. Zo heb je nooit een vaste partner in het spel of een team dat altijd veel sterker is dan een ander.'

3. Jan Tenbült (80) 'Ik biljart veel in de lokalen hiernaast, maar doe ook regelmatig mee met jeu de boules. Het zijn allebei spelletjes die je met gevoel moet doen.'

4. Toon Daniëls (81) 'Hoe gezellig we het onderling ook hebben, op de baan zijn we allemaal nog fel en fanatiek. Dat moet ook, vind ik. Een spelletje moet je willen winnen, anders moet je er niet aan beginnen.'

De oude gymzaal van de school is sinds de komst van de jeu-de-boulesbanen omgedoopt tot *Ut Buutje*, vernoemd naar het kleine balletje. De spelers in Bladel hebben daarnaast wel meer eigen jargon en uitspraken in het spel. Zoals: 'Met meten wordt de meeste tijd versleten!' Of: 'Ik lig', waarbij een ander dan steevast zegt: 'Ja, aan mij ligt het niet.'

ACTIVITEIT

Indoor jeu de boules

DEELNEMERS

Buiten 17 spelers.

Binnen nog onbekend

BIJZONDERHEID

De twee banen zijn aangeschaft door de afdeling Welzijn van de gemeente Bladel

AFDELING

Seniorenvereniging Bladel

LEDEN

1.250

LOCATIE

Voormalige Petruschool Bladel

OP DEZE LOCATIE

Biljarten in D'n Opstoot, twee voormalige leslokalen. In de overige lokalen is het Praktijkhuis Bladel gevestigd

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

Naam _____ m /v

Adres _____

Postcode _____ Telefoon _____

Woonplaats _____ 21-09

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.

www.maaltijdenexpres.nl

GEZONDE KEUZE



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

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

EIWIT
VERRIJKT

SPATOILET.COM



Al 15 jr. de allerbeste toiletzitting met onderdouche
Ga voor hygiëne en wellness!

Klant
beoordeling
9,7

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: € 195,- inclusief btw, materialen en voorrijden.

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



Waar wacht u nog op?

072 5629 269 / 020 6141 232 • spatoilet.com

SCOOT₂BE

Feel free with scoot2be

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

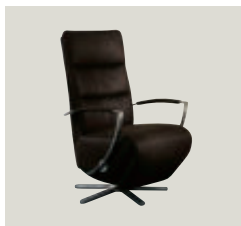
Al meer dan 10 jaar het vertrouwde adres voor uw veilige en betaalbare mobiliteit



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.



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Promenade



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Borgo



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Nangis



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Nice



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Marseille



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Maxim



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Pradet



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Santes

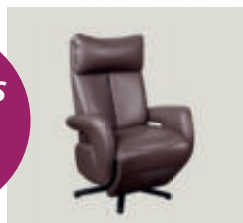
TOT WEL €1000 INRUILKORTING!*

1000 KLEUREN IN STOF EN LEER



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Taylor

**AL
FAUTEUILS
VANAF
€ 695,-**



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Zonza



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Lyon



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Lecci



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Brignoles



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Fameux



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Magnifique



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Sublime

ONEINDIG AANTAL OPTIES

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



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Triomphe



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Grenada



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!
Jolie

✓ Garantie tot 10 jaar ✓ Direct leverbaar ✓ Laagste prijsgarantie ✓ Hoge kwaliteit ✓ Uitstekende service ✓ Gratis proefzitten bij u thuis ✓ 1000 kleuren in stof en leer

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

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

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

Hoogland
Kraailandhof 11 en 13
3828 JN Hoogland
Ma t/m za: 09:00-17:00
Zo: gesloten

**Demonstratie
aan huis?**

Bel nu: 085-065-5292

Stroom en gas blijvend voordelig én groen

U herkent het ongetwijfeld. De talloze energieleveranciers die u met tijdelijke kortingen, welkomstcadeaus of andere lokkertjes verleiden om klant te blijven of over te stappen. Samen met onze vaste partner Energiebesteding hebben we enkele jaren geleden de regie in eigen hand genomen en houden we het voor onze leden blijvend voordelig én met succes. Al duizenden leden hebben geen omkijken meer naar hun energiezaken en profiteren van Ons Energievoordeel.



Ja, ik wil weten wat ik kan besparen...

Bel KBO-klantenservice (085) 486 33 63. Of ga naar www.onsledenvoordeel.nl/energie

Veilig thuis!

Tijdens de donkere wintermaanden brengt u meer tijd door binnenshuis. Met deze producten zorgt u voor meer veiligheid in en om uw woonomgeving. Ze zijn uitgebreid getest en voorzien van alle nodige normeringen en keurmerken. Alle producten worden thuis geleverd (€ 4,95 verzendkosten) met twee jaar fabrieksgarantie!



(vanaf 2022 verplicht op iedere verdieping)

2x rookmelder 10 jaar + 2x magneetbevestiging

ALECTO SA-110 + MK-2

- Rookmelders met levensduur 10 jaar
- Ingebouwde lithiumbatterij
- Test- en resetknop. Time-out toets.
- Eenvoudig bevestigen zonder boren
- Set met 2 rookmelders + 2 magneetbevestigingen



Van € 59,95 voor **€ 39,95**



4x LED oriëntatielampje + 2x afstandsbediening

FYSIC FC-04

- Draadloze oriëntatieverlichting
- Voor in de gang, garage, caravan, camping, kast
- Energiezuinige LED verlichting
- Compact formaat, overal te plaatsen
- Helder wit licht
- Licht aan via knop of afstandsbediening

Van € 59,95 voor **€ 29,95**

Video deurbel met camera + binnenbel

ALECTO DVC600IP

- Draadloze wifi video deurbel en ontvanger
- Eenvoudige installatie, geen kabels
- Uitstekende HD beeld- en geluidskwaliteit (1080P)
- Helder kleurenbeeld in het donker
- Kijkhoek 120 graden
- Binnenbel overal in huis te plaatsen, binnen bereik van 150 meter
- Direct ook een melding op uw smartphone en/of tablet
- Spreek met de persoon voor de deur via de app
- Deurbel stofvrij en spatwaterdicht



Van € 149,95 voor **€ 99,95**

VOOR UITGEBREIDE INFORMATIE & BESTELLEN GA NAAR WWW.ONSLEDENVOORDEEL.NL

of bel (085) 486 33 63. In de webshop van Ons Ledenvoordeel vindt u nog veel meer aantrekkelijke ledenvoordelen van KBO-Brabant.

**Constance Barend Franzani
(77) uit Eindhoven:**

‘Mozaïek hield mij op de been’

De coronapandemie was een moeilijke tijd voor Constance Barend Franzani. Ze was angstig en depressief, totdat ze bedacht mozaïeken te maken als eerbetoon voor de zorgverleners in de ziekenhuizen. Dat gaf haar weer positieve energie.

‘Corona maakte mij echt bang. Mijn lichaam is niet heel gezond, ik mankeer van alles, dus ik vreesde het ergste. Een jaar lang heb ik niemand gezien en voelde ik me eenzaam. Ik zag het leven zelfs niet meer zitten, terwijl ik toch een positief mens ben. Ik zag ook hoe moeilijk en zwaar de zorgverleners het hadden en wilde iets doen om ze een hart onder de riem te steken. Ik ben mozaïeken gaan maken en heb ze aan een aantal ziekenhuizen geschonken. Het zijn fijne, kleurrijke en ook wel vrolijke werken geworden met de zorgverleners als middelpunt. Mijn laatste serie heet *Frontline Heroes*, een eerbetoon aan de ambulancemedewerkers, want ook zij doen heel knap en dapper werk. De mozaïeken hebben mij geholpen mijn angst opzij te zetten en geven me het gevoel iets goeds voor anderen te doen.’ ■





portretten

JONGE KBO'ERS

'Ben je daar niet wat te jong voor?' Die vraag wordt regelmatig gesteld aan vijftigers die lid zijn van KBO-Brabant. Ina, Han en Sylvia zijn het erover eens: ook voor jonge senioren zijn er genoeg goede redenen voor het lidmaatschap. Deze drie jonge KBO'ers vertellen waarom zij zich hebben aangesloten.

‘Ik vind het fijn om mensen te helpen en als Wmo-cliëntondersteuner kan ik dat doen’

KBO Sint Willebrord was begin dit jaar op zoek naar Wmo-cliëntondersteuners. Dat leek Ina Jansen (57) mooi werk en dus werd ze lid. ‘Ik maak deel uit van een fijn team!’

‘Inmiddels heb ik de opleiding tot cliëntondersteuner met succes afgerond. Die was best pittig, zeker omdat we online les kregen. Maar het was heel interessant en ik ben blij dat ik nu dit werk mag doen.

Ik vind het fijn om mensen bij te staan en dat kan ik als cliëntondersteuner doen. Van collega-cliëntondersteuners met meer ervaring hoor ik dat ze soms te maken krijgen met mensen in schrijnende situaties. En voor die mensen wil ik echt wat betekenen door hen te helpen bij Wmo-gerelateerde zaken. Bijvoorbeeld tijdens keukentafelgesprekken of bij de aanvraag van huishoudelijke hulp.

Begin dit jaar kwam dit vrijwilligerswerk op mijn pad via mijn vriendin Rikie. Zij was net gestopt met werken en werd gevraagd als cliëntondersteuner. Zij tipte mij, samen hebben we ons aangemeld en zijn we aan de opleiding begonnen. We maken nu deel uit van een fijn team van zeven cliëntondersteuners. Met z’n zevenen zijn we actief in de vijf kerkdorpen van KBO Sint Willebrord.

Ik werk weliswaar nog, maar ik ben van plan om ook mee te doen aan activiteiten van de Afdeling. Ik wil de mensen leren kennen, én ik wil graag dat ze mij leren kennen. En misschien kan ik af en toe een helpende hand bieden bij het organiseren van een activiteit. Bij een kerstdiner of bij de bingo bijvoorbeeld. Ik heb er echt zin in... Tja, als ik ergens voor ga, dan ga ik er ook voor.’





Toen Han Koks (55) twee jaar geleden tijdens het Knarrenbal las over Seniorenvereniging Sint Jozef besloot hij lid te worden. 'Nu ben ik vooral nog lid ter ondersteuning.'

'We vieren hier in Ammerzoden altijd flink carnaval. Onder meer met het Knarrenbal, dat de plaatselijke KBO-Afdeling, Seniorenvereniging Sint Jozef, mede organiseert. Twee jaar geleden was ik op het Knarrenbal, en daar zag ik promotiemateriaal liggen van de Afdeling. Ik heb dat doorgelezen en vond het een mooi initiatief. Ik ben toen lid geworden, net als mijn vrouw.

We zeggen altijd dat we voorlopig alleen steunend lid zijn, met het oog op de toekomst. We hopen dat de vereniging nog steeds bestaat als wij stoppen met werken en in de gelegenheid zijn mee te doen aan activiteiten en dergelijke. Op dit moment werken we allebei nog volop.

Toch profiteer ik ook nu al wel een beetje van het lidmaatschap. Ik maak de puzzels, zowel in de *Ons* als in het ledenblaadje van de lokale vereniging. Ik heb zelfs al eens gewonnen: dat is toch leuk? Verder hoop ik later mee te kunnen doen met bijvoorbeeld biljarten, kaarten, de bingo. Dan heb ik meer vrije tijd en het lijkt me fijn om op die manier contact te houden met het dorp. Misschien kan ik tegen die tijd ook meehelpen bij het organiseren van activiteiten. Ik heb nog niks specifiek voor ogen; ik vind het gewoon belangrijk om algemeen dienstbaar te zijn.

Vrijwilligers worden steeds belangrijker. Ze zorgen ervoor dat bepaalde dingen voor iedereen mogelijk blijven. Dat vind ik mooi en daar werk ik graag aan mee.

In ons dorp zijn er meer jonge senioren steunend lid van de KBO. Bij een carnavalsgroep is het zelfs zo dat iedereen die vijftig wordt, het lidmaatschap cadeau krijgt, haha. Dat is natuurlijk begonnen als een geintje, maar de gedachte erachter vind ik goed: zo houden we de vereniging gezamenlijk overeind!

'Als steunend lid hoop ik dat de Afdeling nog steeds mooie dingen organiseert als ik niet meer werk'



Vlak na haar vijftigste verjaardag werd Sylvia van de Logt (50) lid van Senioren KBO Grave. De voornaamste reden? 'Ik hou van gezelligheid en die vind ik hier.'

'Begin dit jaar hebben mijn man en ik ons aangesloten bij de KBO. Zelf was ik net 50 geworden, mijn man is 56. Mijn moeder heeft het me aangeraden. Zij is al jaren lid van Senioren KBO Grave. Ze is belastinginvuller en heeft in het bestuur gezeten. En ze is zelf ook op haar vijftigste lid geworden.

Door corona en het zomerreces heb ik nog niet veel activiteiten meegemaakt. Wel geniet ik al van de blaadjes van de Afdeling en van het magazine *Ons*. Ik spit ze allemaal door en vind ze erg leuk. En ik kijk uit naar de uitstapjes. Ik heb weleens gezien dat de Afdeling naar Kinderdijk ging. Gezellig met een etentje erbij en fijn met de bus. Dan hoeft je zelf niet te rijden en kun je rustig genieten.

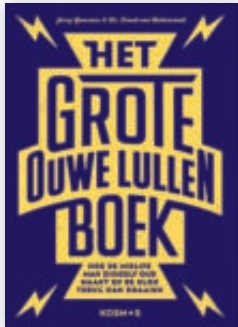
In september zijn de bingoavonden gestart: heerlijk! Ze vinden plaats in de gezellige verenigingsruimte van de Afdeling in de Catharinahof te Grave. Ik heb echt uitgekeken naar de bingo. Dat het 's avonds is, is gunstig voor mij. Ik werk voltijds en kan daardoor niet meedoen aan middagactiviteiten. Voor een daguitstap ben ik van plan gewoon een dag vrij te nemen.

Ofer meer "jonge senioren" zijn in Grave? Ach, daar let ik eigenlijk niet op. Het maakt me ook niet uit - jong of oud: gezelligheid moet je toch zelf maken. Ik heb wel mijn vriendin verteld dat ik lid ben geworden, maar zij wil dat nu nog niet. Maar ja, ze is ook nog geen vijftig. Eind dit jaar wordt ze het... dus wie weet, haha.

Ik ben voorsnog niet van plan zelf een actieve rol te spelen in de vereniging. Daar heb ik domweg geen tijd voor. Ik werk 40 uur per week en zorg voor een dochter met een "rugzakje". Ik heb mijn handen vol. Voor mij betekent het lidmaatschap van KBO een welkome ontspanning.' ■

'Het lidmaatschap biedt gezelligheid en ontspanning in mijn drukke leven'

Boeken, films, uitstapjes en andere interessante dingen



DE (ON)ZIN VAN 'OUWE LULLEN'

Hoe zit het met haaruitval, een beginnend buikje, minder uithoudingsvermogen en impotentie? Komen we allemaal in een midlifecrisis terecht of worden we alleen maar knapper ondanks de nodige haaruitval? In *Het grote ouwe lullenboek* komen feiten en fabels aan bod, met wetenschappelijke onderbouwing, interviews met experts en herkenbare ervaringsverhalen. Want al blijft de man in zijn hoofd een rockende kwajongen, ook bij hem verandert er veel op een zekere leeftijd, weten 'mede-ouwelullen' Jerry Goossens en Frank van Hellemond.

Het grote ouwe lullenboek, Jerry Goossens en Frank van Hellemond, Kosmos Uitgevers, € 20,99, te koop bij alle (online) boekwinkels. Ook verkrijgbaar als e-book en luisterboek.

OPROEP

Heeft u een mooi boek gelezen, een indrukwekkende tentoonstelling bezocht of een andere leuke uitstap gemaakt? Wij zijn benieuwd! Stuur uw tips naar de redactie van *Ons*: ons@kbo-brabant.nl



WIJSHEID

'Nu ik eindelijk geld heb om een dure jurk te kopen, kan ik er niet meer in'

ANNIE M.G. SCHMIDT (1911-1995)

Nederlands schrijfster

300 x vrolijke quotes over pensioen

Wat hebben John F. Kennedy, Brigitte Bardot en Woody Allen met elkaar gemeen, behalve dat ze wereldberoemd zijn? Allemaal zeiden ze ooit iets over het pensioen. In het boekje *Welverdiend* verzamelde Gerd de Ley de driehonderd vrolijkste uitspraken over het leven na uw pensioen. Naast Vlaams acteur, toneelschrijver en dichter is De Ley ook bekend als verzamelaar van aforismen, gezegden en citaten. Een ideaal cadeautje, zeker als u het bestelt op Boekalscadeau.nl. Hier kunt u het boekje personaliseren met een eigen coverfoto, boodschap en de naam van de ontvanger en afzender.

Welverdiend, Vrolijke uitspraken over pensioen, Gerd de Ley, € 14,95 (+ € 1,- voor een gepersonaliseerde coverfoto), te koop bij www.boekalscadeau.nl



Brabant in etappes

In de podcast *Sanders wandeling* gaat presentator/journalist Sander de Kramer op pad met bekende en minder bekende Nederlanders. Onderweg praten ze over - soms ingrijpende - gebeurtenissen in hun leven. In de eerste serie wandelt Sander 'Ons kloosterpad', een route langs Brabantse kloosters, samen met onder meer Lenny Kuhr, Shirma Rouse, broeder Thomas Quartier en kloosterpad-ontwikkelaar Jasper van Deurzen. De mooie omgeving raakt de wandelaars in de ziel en verleidt hen tot mooie gesprekken. De moeite waard!

Sanders wandeling, een podcast van KRO-NCRV en NPO Radio 5, te beluisteren via uw podcast app en de website van NPO Radio 5.



Dubbele moord in Mill

‘Dit boek leest makkelijk. Het is een beetje waargebeurd en een beetje verzonnen. Wat mij betreft een aanrader!’ KBO-lid Mientje

Megens is erg te spreken over de thriller *De tweede opslag*. Politieagent Sjors verhuist vanuit de provincie Zeeland naar Brabant en krijgt de mogelijkheid een nieuw team op te bouwen in Uden. Het rustige Mill wordt zijn woonplaats. Nou ja, rustig? Een dubbele moord in het dorp biedt Sjors de gelegenheid zijn collega's te leren kennen. En andersom: waarom wilde Sjors weg uit Zierikzee en wat denkt hij in Uden te vinden?

De tweede opslag, Erik Gabriëls, Uitgeverij Boekscout, € 20,50, te koop via alle (online) boekwinkels.

Moed van de liefde

De pas gescheiden Joy Candellaro ziet op tegen Kerstmis en boekt een ticket naar de Pacific Coast. Daar ontmoet ze de zesjarige Bobby en zijn vader Daniel, die rouwen om het verlies van hun moeder en echtgenote. Joy voelt zich direct verbonden. Maar om weer in de liefde te kunnen geloven, blijkt aardig wat moed nodig. Dit boek tipte KBO'er Tini Schrama, een groot fan van de populaire Amerikaanse schrijfster Kristin Hannah. ‘Regelmatig moest ik door mijn tranen stoppen met lezen. Je gaat je eigen leven na en begrijpt ook beter waarom je iets wel of juist niet hebt gedaan.’

Midden in de winternacht, Kristin Hannah, Uitgeverij Boekerij, € 18,99, te koop bij alle (online) boekwinkels. Ook verkrijgbaar als e-book en luisterboek.



‘Zie je ons daar samen lopen? Naast elkaar – zo diep bedaard. Jij, een lieve, oude taart. Ik, nog kras – dat is te hopen...’

Uit: het gedicht *Later* (1956) van Simon Carmiggelt. Wist u dat... Herman Veen en Harry Sacksioni hier in 1982 een prachtig lied van hebben gemaakt?



De werkplaats van Lucas Gassel

Lucas Gassel (1488-1568): dé meester van het landschap van de zestiende eeuw. Vorig jaar presenteerde Museum Helmond al een grote overzichtstentoonstelling van deze schilder. Dit jaar kunt u tot en met zondag 17 oktober in Kasteel Helmond de tentoonstelling *De werkplaats van Lucas Gassel* bezoeken, waarvoor Gassels werkplaats is opgebouwd. Hier kunt u zien hoe schilders in de zestiende eeuw te werk gingen en met welke materialen zij werkten. Natuurlijk kunt u er werken van Gassel bewonderen én komt u van alles te weten over zijn leven. Leuk en leerzaam voor iedereen vanaf acht jaar.

Adres: Kasteel Helmond, Kasteelplein 1, 5701 PP Helmond. **Data:** tot en met zondag 17 oktober, dinsdag tot en met zondag van 10.00 tot 17.00 uur. **Entree:** volwassenen € 12,-; kinderen van 4 tot en met 17 jaar € 6,-.

Meer informatie: www.museumhelmond.nl

BEKEND VAN TV

NIEUW in Nederland

U kunt langer thuis blijven wonen!

HET NIEUWSTE TYPE **SENIOREN** BOXSPRING!

Voor het eerst een **hoog-laag bed** en **boxspring in -1**. Wie wil er nu een 'ziekenhuisachtig' bed in huis?

Ervaar het heerlijke comfort van een echte boxspring en het gemak van een zorgbed thuis en dat dan ook nog in een huiselijke sfeer! Keuze uit div. kleuren en 17 verschillende maten, want alles is maatwerk! Wegens overweldigend succes nu een tijdelijke actie; maak vrijblijvend een afspraak bij u thuis!

Maak gebruik van de actie: lever uw oude bed in en ontvang tot max. € 500,- retour bij aanschaf van een hoog-laag boxspring.

Vraag naar de voorwaarden.

Alleen voor lezer van dit blad. Advies en opmeten aan huis volledig kosteloos.



WINNAAR BESTE IDEE 2020!

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



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



- ✓ 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

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

Tillift alsmede zijrekken geschikt!

De grootste en goedkoopste van hoog laag boxsprings

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!

- ☐ MARKTLEIDER BENELUX
- ☐ OUDE MATRASSEN KOSTELOOS RETOUR
- ☐ INCL. GRATIS IN- EN UITSTAP VERLICHTING

€ 895,-

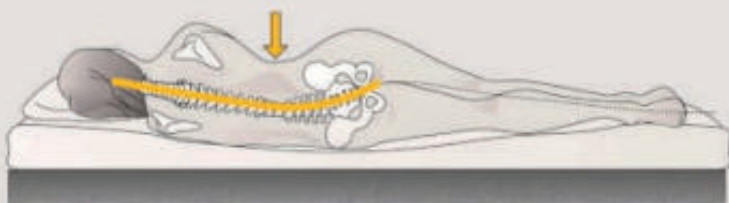
*Prijs o.b.v. 80x200cm
(17 maten beschikbaar)

**ZIE VIDEO
OP ONZE
WEBSITE**

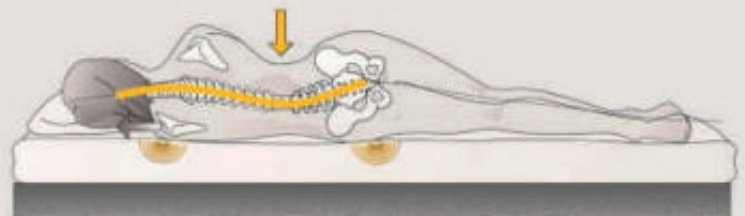
Gemiddeld beoordeeld
met een cijfer 8.9



**2^e MATRAS
CADEAU**



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

interview

Al in 1978 bracht hij zijn eerste elpee uit. Toch denkt de 72-jarige zanger Gerard van Maasakkers beslist nog niet aan zijn pensioen. Hij is nog veel te nieuwsgierig naar wat er op zijn pad komt. En die nieuwsgierigheid is een van de redenen dat hij direct 'ja' zei toen hij gevraagd werd om in december op te treden tijdens *Grijs gedraaid*; tien concerten voor ouderen.

tekst Pauline Mulder | beeld Freekje Groenemans

Gerard van Maasakkers treedt op met Kamerata Zuid:
'IK HOOP DAT ER IETS MOOIS ONTSTAAT'

Ik moet met de billen bloot.’
Aan het woord is zanger
Gerard van Maasakkers.
Samen met kamerorkest
Kamerata Zuid en danser

Andrew Greenwood staat hij in december negen keer op verschillende Brabantse podia om voor (alleenstaande) ouderen op te treden. Na afloop kunnen bezoekers een kunstworkshop volgen. ‘Tijdens deze sociale concerten treed ik op met een klassiek orkest, zonder mijn gitaar en zonder mijn vaste begeleidingsband. Dus dat is echt anders dan ik gewend ben. Maar ik vind het spannend om dingen te doen die geen gesneden koek zijn. Dus ik heb er vooral enorm veel zin in!’

‘Schreuwe’

Van Maasakkers is geboren in Nuenen en schrijft en zingt vooral liedjes in zijn eigen dialect. ‘Ik heb in al die jaren dat ik optreed weleens een uitstapje gemaakt naar het Nederlands of het Engels. Maar het Brabants past me het best om onder woorden te brengen wat ik wil zeggen in mijn liedjes. Alhoewel er voor echte gevoelszaken vaak geen woorden zijn in

het dialect. Daarom vermijd ik woorden die ik niet mooi vind zoveel mogelijk. “Huilen” bijvoorbeeld: dat omzeil ik. Want in het dialect is dat “schreuwe” en dat vind ik een hard en lelijk woord. Maar het mooie van muziek is dat je een gevoel tóch over kunt brengen zonder expliciet bepaalde woorden te gebruiken. Een gevoel bestaat juist door de combinatie van muziek en taal.’

Liedje van altijd

Van Maasakkers laat zich bij het schrijven van zijn liedjes vooral inspireren door basale dingen zoals liefde en familie. ‘Zo zing ik in december ook een liedje over mijn moeder: *Liedje van altijd*. Het gaat erover dat ik vroeger naast mijn moeder in de kerk zat en dat zij meezong. Daar was ik als jongetje zo ontroerd door dat zingen mij niet meer lukte. De liefde voor de muziek heb ik van haar meegekregen. Het liedje stikt van de weemoed... maar dat vind ik iets geweldigs: weemoed. Dat je dat met muziek over kan brengen. Prachtig. Dit zijn ook liedjes van alle tijden en waar iedereen iets in kan herkennen.’

Schaalvergroting

Behalve over de basale dingen maakt Van Maasakkers ook liedjes over de dingen die hij om zich heen ziet gebeuren. ‘Zo heb ik een liedje geschreven over een boerenzoon die het familiebedrijf moet verkopen omdat het financieel niet meer gaat: *Achter de schuur*. De band Normaal heeft het jaren terug in zijn eigen dialect uitgebracht en in de Achterhoek heeft het nummer nu een soort cultstatus. Het liedje gaat over de schaalvergroting in de landbouw. Dit gebeurt in Brabant, maar ook op andere plekken in ons land. Het onderwerp is dus nog steeds hartstikke actueel. Ik maak me daar zorgen over en dan schrijf ik er dus een liedje over; met een menselijke insteek.’

CONCERTAGENDA GRIJS GEDRAAI

• 07 december 2021

De Kring Roosendaal
14.00 uur, € 19,80

• 12 december 2021

Theaters Tilburg
14.30 uur, € 24,50

• 14 december 2021

De Leest Waalwijk
15.00 uur, € 24,50

• 18 december 2021

Theater aan de Parade
Den Bosch
15.00 uur, € 24,50

• 19 december 2021

Het Speelhuis Helmond
15.00 uur, € 24,50

• 20 december 2021

Chassé Theater Breda
11.00 uur, € 25,-

• 21 december 2021

De Lievekamp Oss
11.00 uur, € 19,50

• 23 december 2021

Schouwburg Cuijk
15.00 uur, € 24,50

• 26 december 2021

Markant Uden
15.00 uur, € 24,50

Kaarten zijn verkrijgbaar
via www.kbo-brabant.nl/grijsgedraaid

»



Ingebakken in families

Tegenwoordig woont Van Maasakkers in Gent, België. Even wennen voor een jongen uit een dorp: 'Het viel me op dat veel mensen hier elkaar nauwelijks goedendagzeggen op straat. Dat vind ik jammer want ik kan een basis-hartelijkheid enorm waarderen. Over dat onderwerp heb ik ook een nummer gemaakt: een rap. Het komt in het voorjaar uit. Ik koos voor een rap omdat dat genre past bij het onderwerp. En ik mag graag aan alle genres ruiken... Je kunt mij niet in een specifiek genre stoppen. Ik ben vooral een jongen met een gitaar. Mijn publiek is ook heel gemêleerd. In de zaal zitten soms drie generaties uit één familie. Vaak zitten mijn liedjes ingebakken in die families en worden ze generatie op generatie doorgegeven. Prachtig dat het zo werkt!'

Nederlandstalige medley

Het is dan ook even wennen dat Van Maasakkers vooral voor ouderen optreedt tijdens de concertreeks die hij met Kamerata Zuid verzorgt. 'Voor één doelgroep optreden is nieuw voor me. Dat is een uitdaging. Maar hoe spannender hoe beter, hoor! En daarom ga ik ook wat liedjes in het Nederlands brengen. Ook dat is nieuw voor me. Samen met de dirigent

van Kamerata Zuid, Frank Adams, heb ik wat gebrainstormd over hoe onze concerten eruit gaan zien. En zo kwamen we ook op een Nederlandstalige medley van oude liedjes als *Ritme van de regen*, *Ach Margrietje* en *24 Rozen*. Die kent iedereen. En ik hoop dat iedereen meezingt, dat hoeft niet eens hoorbaar. Maar ik vind het heel belangrijk dat het bij de mensen binnenkomt. Want wat ik ook doe, ik doe het altijd samen met het publiek. Dat zeg ik ook altijd tegen de zaal: 'Ik kan hier wel gaan staan, maar als jullie er niet zijn, is er niks aan. En als ik hier niet sta, is er voor jullie ook niks aan. We hebben elkaar nodig.' Ik voel of dingen binnenkomen. En als dat zo is, dan wordt de zaal één en ontstaat er iets moois. Ik hoop dat dat tijdens de concerten in december ook gaat gebeuren.' ■

CONCERTREEKS IN DECEMBER

Kamerata Zuid, KBO-Brabant en Stichting Vier het Leven hebben de handen ineengeslagen en organiseren in december *Grijs gedraaid*, een concertreeks speciaal voor ouderen. Samen met Kamerata Zuid, zal Gerard van Maasakkers zijn liedjes ten gehore brengen. Danser Andrew Greenwood breekt het ijs en brengt de zaal in beweging. Jessica Donders van de Stichting Stoute Schoenen faciliteert na afloop een ontmoeting, waar de concertbezoekers kunnen napraten en deelnemen aan een kunstworkshop. Ook kunnen ze zich aanmelden voor een vervolgmiddag, waarmee de organisatie hoopt de eenzaamheid van ouderen te doorbreken. Gerard van Maasakkers: 'Ik hoop natuurlijk dat er ook veel KBO-leden naar de concerten komen, en ik hoop vooral dat ze allemaal iemand meebrengen die niet vaak uitgaat en niet uit zichzelf gekomen was.'



Een bed voor het leven?

Heerlijk uitgerust wakker worden en ook nog makkelijk uw bed op- en schoonmaken? Ontdek het comfort en gemak van een levensloopbestendig bed voor nu en later.



Bel voor onze gratis brochure 0341-277010 of kijk op www.well-fair.nl

Al ruim 45 jaar hèt adres voor comfort en kwaliteit

Teun Arts

Waarom wachten op (de volgende) vakantie..?



Al ruim 45 jaar staan wij garant voor de beste fauteuils en de mooiste banken. Welkom bij zitcomfortspeciaalzaak Teun Arts.

Lekker zitten? Teun Arts!



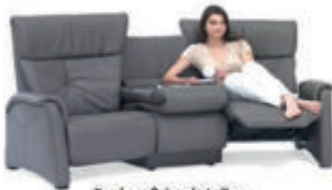
Relaxfauteuils op draaivoet
Meer dan 230 modellen



kamerfauteuils
meer dan 40 modellen



Klassieke relaxfauteuils
meer dan 50 modellen



Banken & bankstellen
Meer dan 45 modellen



Handmatige relaxfauteuils
meer dan 280 modellen



Relaxfauteuils met Sta- op hulp
meer dan 90 modellen
(Veelal uit voorraad leverbaar)

welke stijl of welke type zitmeubel u ook zoekt, Teun Arts heeft alles!

Assortiment	Inruil	Levertijd	Bezorging	Garantie	Mogelijkheden	Advies
In onze 2000m² showroom vindt u de grootste collectie relaxfauteuils van Nederland	Nu tot wel € 300,- retour voor uw oude meubel*	Onze meubelen zijn veelal uit voorraad leverbaar dus binnen 1 week	Gratis levering door heel Nederland	Enkel West Europees topfabrikaat met minimaal 5 jaar fabrieksgarantie	Naar wens aanpassingen mogelijk in onze stoffeerderijafdeling	Door ruim 45 jaar ervaring met zitmeubelen krijgt u bij ons het beste advies

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.

* nvt op aktiemodellen, niet icm overige akties & aanbiedingen

Nieuw: APOTHEKERS- SPREEKUUR



Is er iets te doen tegen de bijwerkingen van mijn nieuwe medicijn? Is deze combinatie van medicijnen wel verantwoord? Met deze en alle andere vragen over medicijnen kunt u vanaf oktober terecht bij het telefonisch apothekersspreekuur van KBO-Brabant. Aan de andere kant van de lijn zit Roel van Waes, apotheker in Sint-Michielsgestel.

TELEFONISCHE SPREEKUREN

Het telefonisch spreekuur van apotheker Roel van Waes vindt vanaf oktober iedere woensdagmiddag plaats van 15.00 tot 16.00 uur.

U kunt met al uw vragen over medicijnen bellen naar: (073) 30 36 445.

Op diezelfde dagen is van 13.30 tot 14.30 uur het telefonisch spreekuur van KBO-ouderentandarts Peter de Goede, voor advies over uw mondgezondheid en mondzorg. Hij is bereikbaar via: (073) 30 36 444.

Roel van Waes was meteen enthousiast toen KBO-Brabant hem vroeg om het telefonisch apothekersspreekuur te bemannen, vertelt hij. 'Ik heb tot eind 2019 in mijn eigen apotheek gewerkt. Toen was ik 68, dus ik heb heel lang door mogen werken. Op een begrijpelijke manier uitleggen wat medicijnen doen, heb ik al die jaren ontzettend leuk gevonden. Op internet staat veel informatie, maar niet iedereen weet dat te vinden. Bovendien is het soms lastig om te zien of die informatie betrouwbaar is. Daarom is zo'n spreekuur een heel goed idee: als mensen informatie krijgen via hun eigen ouderenvereniging, weten ze zeker dat dat betrouwbaar is.'

Woensdagmiddag

Het telefonisch apothekersspreekuur zal iedere woensdagmiddag plaatsvinden, ná het tandartsspreekuur (zie kader). Van Waes verwacht dezelfde soort vragen als die hij vaak aan de balie van de

apotheek beantwoordde, bijvoorbeeld over bijwerkingen. 'Artsen schrijven soms een tweede medicijn voor om bijwerkingen tegen te gaan. Dat kan een oplossing zijn, maar nog beter is om een alternatief te zoeken voor het eerste medicijn, zodat je het tweede niet nodig hebt. Soms zijn bijwerkingen niet te vermijden, als er geen alternatief is voor een bepaald medicijn. Andere keren is de oplossing eenvoudig, bijvoorbeeld het advies om een medicijn dat versuffend werkt in te nemen voor het slapen gaan in plaats van eerder op de dag.'

Overleg

Bepaalde vragen kan Van Waes telefonisch afdoende beantwoorden, zoals: 'Wat doet dit medicijn eigenlijk?' Bij andere vragen kan dat lastiger zijn. 'Als mensen veel last hebben van bijwerkingen en ik ken hun apotheker, dan kan ik wellicht - met hun toestemming - overleggen met hun eigen apotheker. In andere gevallen zal ik hen informatie geven en adviseren contact op te nemen met hun eigen apotheker.' ■

Kleinschalig wonen met zorg voor mensen met dementie



kloek

wonen met zorg

De Eglantier, Roosendaal
T: (0165) 201 064

I: www.kloek.nu
E: info@kloek.nu



Bravis in de regio

De ontwikkelingen in de zorg gaan snel. Daarom bouwt Bravis aan de zorg van de toekomst. Met locaties dichtbij huis zorgt Bravis dat u altijd de best mogelijke zorg binnen handbereik heeft. Nu en later!



- Ziekenhuislocaties
- Polikliniek
- Bravispunt
- Toekomstige nieuwe hoofdlocatie
- Toekomstig Zorgplein

Het nieuwe Bravis brengt de zorg samen

A. VAN DER LINDEN

CENTRUM VOOR VOETKLACHTEN



Orthopedische schoentechniek
60 jaar vakmanschap

Uw voetspecialist in de regio



Intensieve samenwerkingsverbanden
met de regionale ziekenhuizen

Zoals Amphia, Revant, Bravis, Admiraal de Ruyter
en Reumazorg Zuid West Nederland.



Wij bieden oplossingen
voor elke voet

Gratis en vrijblijvend voetonderzoek



SPREKUREN UITSLUITEND OP AFSpraak

Bel naar onze hoofdlocatie voor een afspraak: **0165 53 61 24**

Of kijk op onze website: **WWW.AVANDERLINDEN.NL** voor locaties bij u in de buurt.

BREDA | ETTEN-LEUR | ROOSENDAAL | BERGEN OP ZOOM | GOES | VLISSINGEN

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

Ook
normale
verkoop is
mogelijk



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

T. 076 561 59 55

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

Deze keer: wat betekent uw AOW-keuze voor uw eigen bijdrage aan langdurige zorg?

Uw eigen situatie kan anders zijn dan dit voorbeeld. Leg uw vragen voor aan een van de vrijwilligers van ons Wlz-team.

Oproep!

Heeft u een financiële of notariële kwestie die u aan de *juridische helpdesk* wilt voorleggen? E-mail uw vraag en telefoonnummer 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 of bel ons kantoor: (073) 644 40 66.

Nieuw: de notarissen van onze juridische helpdesk houden elke 2e en 4e dinsdag van de maand van 10.00-12.00 uur een (gratis) telefonisch spreekuur. Bel met uw vragen voor de notaris naar: (073) 30 36 446.

AOW-keuze kan grote gevolgen hebben voor eigen zorgbijdrage



Als u gehuwd bent of samenwoont, kunt u bij een opname van een van uw beiden in een zorginstelling kiezen voor een AOW-uitkering voor gehuwden óf twee keer de alleenstaanden-AOW. De keuze die u maakt, kan grote gevolgen hebben voor de eigen zorgbijdrage die u betaalt aan het CAK, legt Theo van Hamond van de juridische helpdesk uit.

Meneer en mevrouw Brugmans (84 en 82) ontvangen beiden de alleenstaanden-AOW.

Daar hebben ze voor gekozen toen meneer Brugmans kortgeleden verhuisde naar een verpleeghuis. Nu blijkt hij daar, vanwege zijn pensioeninkomen, een hoge eigen bijdrage te moeten betalen. Mevrouw Brugmans moet nu rondkomen van veel minder geld. Hoe kan dat?

Deze situatie komt vaker voor, schetst Theo van Hamond, lid van de juridische helpdesk van KBO-Brabant. 'Voor gehuwden of samenwonenden is het soms voordeliger om, na opname van een van beiden in een verpleeghuis, ieder een alleenstaanden-AOW te ontvangen. Maar dat kan zeer nadelig uitpakken als degene met het hoogste inkomen verhuist naar een zorginstelling en daarvoor een hoge eigen bijdrage moet betalen. Dat is krom, maar dat zijn de regels. Het is dus belangrijk om tijdig uit te zoeken wat voordeliger is: óf de AOW voor gehuwden óf tweemaal de AOW voor alleenstaanden. Deze laatste levert voor beiden ruim 5.000 euro bruto meer op per jaar, maar

in samenhang met huur- en zorgtoeslag, inkomensbelasting en zeker met de eigen bijdrage voor langdurige zorg kunnen twee alleenstaanden-uitkeringen per saldo netto toch nadelig zijn. Tot voor kort was de eenmaal gemaakte keuze onomkeerbaar. AOW-gerechtigden mogen hun keuze nu één keer veranderen.'

Verkeerde berekening

Het CAK bepaalt hoe hoog uw eigen bijdrage voor langdurige zorg is. Het CAK baseert zich op gegevens van de Belastingdienst. 'De Belastingdienst geeft echter alleen het verzamelinkomen door en het CAK kan niet zien wat daaronder zit.' De afgelopen tijd is gebleken dat het CAK daardoor bij zo'n 3.000 Nederlanders een te hoge of juist te lage eigen bijdrage voor langdurige zorg in rekening heeft gebracht. 'Dat wordt nu rechtgezet', vertelt Van Hamond. 'Wie te veel heeft betaald, krijgt dat terug, met terugwerkende kracht tot maximaal 36 maanden. Wie te weinig heeft betaald, hoeft niet terug te betalen, maar betaalt wel een hogere eigen bijdrage vanaf 1 juli 2021.' Van Hamond adviseert: 'Twijfelt u of u de juiste eigen bijdrage betaalt, neem dan contact op met het CAK.' ■



60⁺beurs TILBURG

Za. 2 oktober
Pathé-Euroscop
10 - 16 uur
Gratis entree
 Olympiaplein 2, Tilburg
 Stadsbus 1 - Elisabeth ZKH
 halte Stappegoor

www.60plusbeurstilburg.nl  **contourdetwern**

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.

Het Relatiebureau/
Stichting Date
Duurzame relaties

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



Het Relatiebureau/
Stichting Date

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

Erkend door BVSK / Singleskeurmerk / Geschillencommissie

Eloflex model F elektrische rolstoel



- Opklapbaar in 2 sec. • Laag gewicht
- Meenemen in de auto • Proefrit op locatie
- Nu ook nieuwe scootmobielen

Anny Willemsen
medische specialzaak

Gemertseweg 2 | 5427 ET Boekel | Telefoon: 0492 321976 | www.annywillemsen.nl



Thuiszorg Matilda
Zorg zoals u die wenst

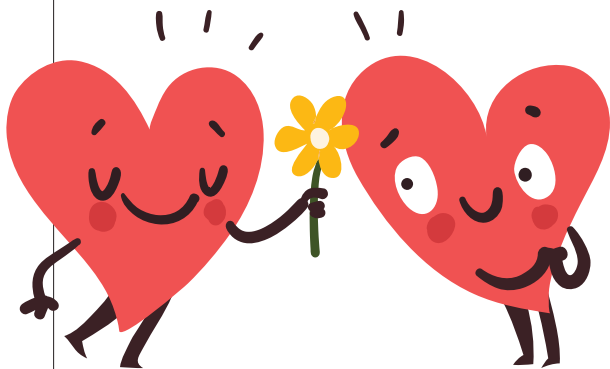
ZORGELOOS DE HERFST DOOR

Kijk voor meer informatie op: thuiszorg-matilda.com

HUISHOUDING | BEGELEIDING | WIJKVERPLEGING



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



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. 10.001/21

Ik ben een gezellige, alleenstaande man van 85 jaar. Ik houd van muziek, voetballen, puzzelen en spelletjes, vakanties en gezellig samenzijn. Ik zoek een lieve vrouw om nog te genieten van het leven zo lang het nog kan. U krijgt altijd antwoord terug.

BR.O.NR. 10.002/21

Ik ben een vrouw van 73 jaar en zou graag een maatje, vrouw of man, leren kennen om leuke dingen mee te doen zoals fietsen, wandelen of zomaar kletsen, terrasje, vakantie, dagtrip maken en vooral om te kunnen lachen. Liefst in Den Bosch of omstreken. Ben in het bezit van een auto. Graag tot ziens!

BR.O.NR. 10.003/21

Ik ben op zoek naar een gezellig Brabants vrouwtje, zo rond de 75 jaar. Ik woon in Best en ben goed gezond. Ik hou van fietsen en op z'n

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!

tijd een lekker terrasje pikken. Als jij het bent die ik zoek en je woont niet zo ver weg, dan zou ik je graag willen ontmoeten en wie weet zou er zomaar een klik tussen ons kunnen zijn. Ik kan altijd op afspraak naar je toe komen want ik heb een elektrische fiets, een scooter en een auto, dus vervoer zat.

BR.O.NR. 10.004/21

Graag zou ik een fijne vriend ontmoeten om er samen nog een mooie tijd van te maken. Ik ben een vrouw van 68 jaar, hou van tuinieren, terrasje pikken, fietsen, handwerken, weekendje weg. Reacties liefst uit omgeving 040.

BR.O.NR. 10.005/21

Man, 83 jaar zoekt een leuke dame van ongeveer 80 jaar om samen nog een mooi leven op te bouwen. Ik ben nog kerngezond en hou van wandelen en fietsen. Verder ga ik graag op vakantie naar Spanje, Griekenland en Italië. Ik hou van operetmuziek en musicals en ga graag naar het theater. Ik ben in het bezit van een auto en kan me gemakkelijk verplaatsen. Ik zie je reactie met belangstelling tegemoet.

BR.O.NR. 10.006/21

Actieve weduwnaar van 82 is het alleen-zijn beu en zoekt een leuke dame, woonachtig in Tilburg of omgeving, om samen dingen mee te ondernemen en gezellig te kletsen. Hobby's: fietsen, wandelen, terrasje pikken. Interesse? Reageer dan!

BR.O.NR. 10.007/21

Graag zou ik een fijne vriend ontmoeten om er samen nog een mooie tijd van te maken. Ik ben een alleenstaande vrouw van 77 jaar en hou van de natuur, schilderen, dansen, fotografie, tuinieren en gezelligheid. Ik kijk uit naar een leuke, spontane reactie, liefst uit de omgeving Zuidoost-Brabant.

Kerstman in slee
"vliegt" om de verlichte
boomtop heen!

Met muziek
en beweging op
vier niveaus



12 verlichte huizen
en meer dan 30
figuren – alles met
kunstenaarshand
vervaardigd



©2021 Thomas
Kinkade, The
Thomas Kinkade
Company, Morgan
Hill, CA., all
rights reserved.



VAN BINNEN
VERLICHT

Wonderland-express

De eerste kerstboomsculptuur van
Thomas Kinkade met drie rijdende
treinen, verlichting en muziek

De Kerstman in zijn rendierslee
vliegt vrolijk in de nacht erop uit,
en de dromerige wonderland-ex-
press kronkelt zich door de met
sneeuw bedekte takken van de
romantische kerstboom omhoog.
In zijn takken vlijt zich een nostal-
gisch dorpje met schitterend ver-
lichte huizen. Zo ziet winterbetovering er puur
uit, en u kunt deze nu in huis halen met "Tho-
mas Kinkades wonderland express kerstboom"



Thomas Kinkade,
met prijzen
bekroonde "schild-
der van het
licht™"

Muziek, rijdende treinen, warm licht

Een heel dorp – in elk detail kunstzinnig met
de hand gekleurd – koestert zich in de kostbaar
vormgegeven boom. Meer dan twee dozijn
figuren beleven deze in kerstsfeer besneeuwde
scène, en feestelijk licht straalt uit de ramen
van de romantische huizen. Het hoogwaardige
muziekwerk speelt een medley van bekende
kerstmelodieën, die u tot dromen en voor-
vreugde uitnodigen. Zo'n kunstwerk was er
nog niet: geniet u van dit onvergelijkbaar kerst-
sprookje, dat naar de motieven van de wereld-
beroemde "schilder van het licht™", Thomas
Kinkade, werd vervaardigd!

Dit fantastische meesterwerk is uitsluitend
bij The Bradford Exchange te verkrijgen –
reserveert u daarom het beste nog vandaag
en geniet u van "Thomas Kinkades wonder-
land-express kerstboom"!

Het aanbod is gelimiteerd –
reserveert u daarom vandaag nog!



PERSOONLIJK REFERENTIE-NUMMER: 23002
Met 1-HEEL-JAAR-teruggeef-garantie

Tijdelijk beperkte aanbieding:
Antwoord uiterlijk voor **8 november 2021**

☐ **Ja**, ik reserveer de Thomas-Kinkade-boomsculptuur
"Wonderland-express kerstboom"

A.u.b. gewenste betalingsmethode aankruisen (x):

- ☐ Ik betaal het totaal bedrag na ontvangst van de rekening
☐ Ik betaal in vier gemakkelijke maandtermijnen

Naam/voornaam A.u.b. in blokletters invullen

Straat/huisnummer

Postcode/woonplaats

Telefoon (alleen voor nadere informatie)

Geboortedatum E-mail (alleen voor afwikkeling bestelling)

X Handtekening

Gegevensbescherming: Gedetailleerde informatie over gegevensbe-
scherming is te vinden op www.bradfordexchange.nl/gegevensbe-
scherming. Wij sturen u geen aanbiedingen van The Bradford Exchange
per e-mail, telefoon of sms. U kunt uw contactvoorkeuren te allen tijde
wijzigen, door via nevenstaand adres of telefoonnummer contact met ons
op te nemen. Deel het ons a.u.b. via telefoon, e-mail of schriftelijk mee,
als u geen aanbiedingen per brief wenst te ontvangen.

Productnr.: 14-00328-001G
Productprijs: € 199,80
(betaalbaar ook in 4 maandtermijnen
à € 49,95), plus € 9,95 verzendkosten

Originele grootte: ca. 40,6 cm hoog
Diameter socket: ca. 25 cm

Inclusief stroomadapter Verlichting ook met drie "AAA"-
batterijen mogelijk (niet in de levering inbegrepen)

www.bradfordexchange.nl

Voor online bestelling
referentie-no: **23002**

S.v.p. opsturen naar: The Bradford Exchange Ltd.
Antwoordnummer 282 • 8200 VB Lelystad • klantenservice@bradfordexchange.nl
Telefoon: 010 80 80 97 8

M K T N A Y O B M A L F
 O N E G E W R E V O K M
 A E D I I H E T E K A R
 R E E E G R S T R A M S
 M K R R T R H A Z L H B
 O S R T B C E R C F A E
 E T U O I E O N B S G U
 E G T N N O J H E L E R
 Z X G H H K I A R A D S
 L N P E C U E D G P I T
 A T G E Z A G L N J S E
 A S R P R S R D I E I R
 R I A O E I A D M G U M
 O L S Q B M M T F U H O
 K A R U M P O E Z A D O
 K I A E A E R G N I N R
 E C N E T L A E R T A K
 G O D S G A R V E E L O
 A S S A M N L E G K I P

Puzzel mee en win! Een van de tien cadeauboekjes van Toon Hermans



Toon Hermans heeft vijf verschillende cadeauboekjes geschreven. Ze bevatten verzen over geluk, liefde, troost, wijsheid en humor, die het hart van ieder mens raken. Een jaar voor zijn dood werd Toon Hermans door *Telegraaf*-lezers verkozen tot 'artiest van de eeuw'. Hij heeft hele generaties onbedaarlijk doen lachen en diep ontroerd. Hij wist het dagelijkse bestaan spits en vrolijk te relativiseren, met pretentieloze grapjes, versjes en liedjes. Puzzel mee en win een cadeauboekje.

Cadeauboekje Toon Hermans, Uitgeverij Lannoo

In elke editie van *Ons* maakt u kans op een leuke prijs. Los de puzzel op, stuur uw oplossing naar de redactie en maak kans op een *cadeauboekje van Toon Hermans*.

De woorden zitten horizontaal, verticaal en diagonaal in alle richtingen in de puzzel verstopt. Ze kunnen elkaar ook overlappen. Zoek ze op en streep ze af. De overblijvende letters vormen achter elkaar gelezen de oplossing.

AFDRACHT	GEHOORZAAM	MAAGZUUR
AMBER	GEKKO	MASSA
ARMOE	GEZAG	MOORKOP
BERGNIMF	GIERTON	NICHT
BEURSTERM	GRASRAND	OVERWEGEN
CASHEN	HELER	PREEK
DAMMEN	IERSE	RAKET
DEUCE	KALFSLAPJE	SIMPEL
EERBEJAG	KAMHAGEDIS	SOCIALIST
ENERGIEK	KORAALZEE	STRAM
EPOQUE	KRONKELIG	TEDER
EXPERIMENT	LANDHUIS	TOETS
FLAMBOYANT	LATER	TREEM
GARVE	LEGKIP	ZEGGE

Stuur de oplossing van de puzzel, uw naam, adres en telefoonnummer vóór 22 oktober 2021 naar: Redactie *Ons*, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch. Of mail naar: puzzelpagina@kbo-brabant.nl en vermeld als onderwerp 'puzzel Ons 10'.

Winnaars puzzel Ons 8

De oplossing van de puzzel was: **reisverhalen**. De winnaars van het boek *een reisgids van REISREPORT* zijn:

C. Deneer,
M. van Dijk,
L. Geelkerken,
A. Gijlstra,
N. van Hoften en
J. van Trier.
Hartelijk gefeliciteerd!

atelier
goldner
schnitt

MODE MET EEN PERFECTE PASVORM

De kostbaarste wol ter wereld

kasjmier

Pullover in 2 modellen

- 100% kasjmier
- Fantastisch draagcomfort

Nu met
gratis
verzending!

Pullover van 100% kasjmier met ronde hals

4713-136 hemelsblauw **4714-335** zand
4715-636 koraalrood **4719-634** grijs
6933-330 sering **8242-024** aqua

N-Maten 38, 40, 42, 44, 46, 48, 50, 52, 54

K-Maten 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25

(Bent u kleiner dan 1,65 m? Bestel dan onze K-Maten.)

€ 119.95 € **79.95**

Pullover van 100% kasjmier met V-hals

4720-735 hemelsblauw **4725-435** zand
4727-535 koraalrood **4728-728** grijs
6931-529 sering **8240-924** aqua

N-Maten 38, 40, 42, 44, 46, 48, 50, 52, 54

K-Maten 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25

(Bent u kleiner dan 1,65 m? Bestel dan onze K-Maten.)

€ 129.95 € **89.95**

Kasjmier-
kam
cadeau



GRATIS!

Kasjmierkam: het praktische alternatief voor het pluizenscheerapparaat. Deze kam verwijdt pluïesjes en knoepjes, waardoor uw wollen kleding mooi blijft. Wordt geleverd in een chic zakje.



aqua

hemelsblauw

Exclusieve
aanbieding

v.a. **79.95**

Zolang de voorraad strekt

U BESPAART € 40.-



koraalrood

zand

sering

grijs



Profiteer nu van deze kennismakingsaanbieding – nu met **gratis verzending!**

Klantnummer (indien voorhanden)

Voorletters en achternaam

Telefoonnummer

Straat en huisnummer

Postcode en woonplaats

E-mailadres

AANTAL	BESTELNUMMER	MAAT	ARTIKELOMSCHRIJVING	PRIJS
			Pullover van 100% kasjmier met V-hals	
			Pullover van 100% kasjmier met ronde hals	

☐ **Ja**, ik betaal nu **geen portokosten à € 6.95***. Actiecode **H21-1358-01** (Graag aankruisen indien gewenst.)

Ik bestel **op rekening** en betaal binnen 14 dagen met behulp van de meegeleverde acceptgiro.

U bestelt volgens de algemene leverings- en betalingsvoorwaarden zoals vermeld op www.atelierng.nl.

Informatie over de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) en de bescherming van uw persoonsgegevens vindt u op www.atelierng.nl.

Geboortedatum (DD-MM-JJ)

Datum

Handtekening

U kunt op 4 manieren bestellen:

Telefoon:

030 – 65 92 500

E-mail:

info@atelierng.nl

Internet:

www.atelierng.nl

Schriftelijk:

Atelier Goldner Schnitt
Antwoordnr. 4200
3970 PC Bunnik

*Geef de actiecode telefonisch of online door. De actie is eenmalig, niet te cumuleren met andere acties, niet geldig op lopende bestellingen, persoonsgebonden en kan niet worden omgezet in contanten.

**thuiswinkel
waarborg**

Graag telefonisch
of online de actiecode
H21-1358-01
doorgeven



Lekker in uw vel

Een goede gezondheid zorgt ervoor dat u lekkerder in uw vel zit. VGZ helpt u gezonder te leven. Bijvoorbeeld met een leefstijlprogramma of een cursus voor mentale gezondheid.

Heeft u de aanvullende verzekering VGZ Zorgt via KBO Brabant? Dan heeft u extra vergoedingen in uw preventiebudget. Dit budget kunt u gebruiken voor:

- ✓ Leefstijltest
- ✓ Leefstijlprogramma
- ✓ Cursus leren omgaan met een aandoening
- ✓ Slaaptraining
- ✓ Valtraining of balanstraining

Samen voor een gezonder Nederland. Elke dag weer.

Door goed voor uzelf te zorgen, voelt u zich gezonder. Dat is goed voor u én de mensen om u heen. Zo zorgen we samen voor een gezonder Nederland. En houden we de zorg toegankelijk en betaalbaar.

Lees meer op
vgz.nl/preventie

Phonak Audéo™ Paradise

Niets klinkt als het geluid van Paradise

Wilt u de nieuwste digitale hoortechniek? De zeer complete Phonak Paradise hoortoestellen laten u het wonder van geluid herontdekken. Deze nieuwste generatie is het summum van hoortechniek door de uitmuntende geluidsprestaties, groot gebruiksgemak en unieke samenwerking met smartphone, tablet en TV.

Directe verbinding
alle merken
smartphones,
TV en meer.

Gepersonaliseerde
ruisonderdrukking

Briljant spraakverstaan

Oplaadbaar

Helder natuurlijk geluid



Maak kennis met Phonak Paradise voor een ongeëvenaarde hooroplossing. Bestel de gratis uitgebreide brochure op www.phonakparadise.nl. Daarbij ontvangt u ook een lijst van verkooppunten in uw omgeving.