

# ons

## magazine voor senioren

MEI-EDITIE 2022  
RAYON 1

— INTERVIEW —

**Patricia Dashorst  
over impact  
Oekraïense oorlog  
op Nederlandse  
senioren: 'Deze oorlog  
roept angst op'**

— GEZONDHEID —

**Plasproblemen:  
vrijwel altijd is er  
iets aan te doen**

— DOSSIER —

**Ouderenzorg nodig?  
Kennisluket VGZ  
wijst u de weg**



*Interview*  
**Maya Lee over  
haar moeders  
oorlogsverleden in  
Auschwitz**



*Interview*  
**Balletdanser Andrew  
Greenwood: 'Dans zorgt  
voor zingeving'**

advertentie

## Deze stretchbroek is perfect te combineren

### Stretchbroek LOUISA

67% katoen, 28% polyamide, 5% Elastan;  
Wasbaar

|                             |                            |
|-----------------------------|----------------------------|
| <b>3516-983</b> wit         | <b>3518-360</b> zand       |
| <b>3519-985</b> zwart       | <b>3960-888</b> lichtblauw |
| <b>3962-882</b> erwtengroen | <b>8081-480</b> steengrijs |
| <b>8348-845</b> papaja      | <b>8936-129</b> marine     |
| <b>8937-265</b> rood        | <b>8938-527</b> roze       |

|          |                                             |
|----------|---------------------------------------------|
| N-Maten  | 38, 40, 42, 44, 46, 48, 50, 52, 54          |
| K-Maten  | 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27          |
| EK-Maten | 195, 205, 215, 225, 235, 245, 255, 265, 275 |
| Lengte   | 104 cm 98 cm 94 cm                          |

(Bent u kleiner dan 1,65 m? Bestel dan onze K-Maten.  
Bent u kleiner dan 1,57 m? Bestel dan onze EK-Maten)

€ 79.95 € 39.95

Nu met  
gratis  
verzending!

- met een aangesneden tailleband
- twee schuine zakken met ritssluiting
- elastische tailleband

atelier  
**GOLDNER**

www.goldner-fashion.com

zand

wit

steengrijs

erwtengroen

papaja

lichtblauw

roze

rood

marine

zwart

### KENNISMAKINGSPRIJS

Stretchbroek

79.95

**39.95**

Zolang de voorraad strekt

**U bespaart € 40**

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

Klantnummer (indien voorhanden)

Straat en huisnummer

Voorletters en achternaam

Postcode en woonplaats

Telefoonnummer

E-mailadres

| AANTAL | BESTELNUMMER | MAAT | ARTIKELOMSCHRIJVING | PRIJS |
|--------|--------------|------|---------------------|-------|
|        |              |      | Stretchbroek LOUISA |       |
|        |              |      |                     |       |
|        |              |      |                     |       |
|        |              |      |                     |       |
|        |              |      |                     |       |

☐ **JA**, ik bestel en betaal nu **geen portokosten. Actiecode F22-4837-48.** (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.goldner-fashion.com](http://www.goldner-fashion.com).

Informatie over de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) en de bescherming van uw persoonsgegevens vindt u op [www.goldner-fashion.com](http://www.goldner-fashion.com).

Geboortedatum (DD-MM-JJ)

Datum

Handtekening

### Zo kunt u bestellen:

Telefoon:

**030 – 65 92 500**

E-mail:

**info@goldner.nl**

Internet:

**www.goldner-fashion.com**

Schriftelijk:

**atelier GOLDNER**  
**Antwoordnummer 4200**  
**3970 PC Bunnik**

\*Geef de actiecode telefonisch of online door.  
Niet geldig op lopende bestellingen. De actie is  
niet te combineren met andere acties en kan  
niet worden omgezet in contanten. Per klant  
kan slechts één actiecode ingediend worden.  
Levering zolang de voorraad strekt.

 **thuiswinkel  
waarborg**

Graag telefonisch  
of online de actiecode

**F22-4837-48**

doorgeven

JAARGANG 12 - MEI - 2022

*Ons* is een uitgave van KBO-Brabant en wordt  
10 keer per jaar bezorgd bij de 120.000 leden.

Op [www.kbo-brabant.nl](http://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](mailto:ons@kbo-brabant.nl)

CONCEPT EN REALISATIE

[www.mooimag.com](http://www.mooimag.com), Pauline Mulder (mooi mag.),  
Susanne Mullenders (mooi mag.), Marike Ooms

VORMGEVING

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

ADVERTENTIES

SGNM, Richard Onnes, [richard@sgnm.nl](mailto:richard@sgnm.nl),  
Marsha Martens, [marsha@sgnm.nl](mailto:marsha@sgnm.nl), (085) 003 04 47

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](http://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](http://www.kbo-brabant.nl)

[www.facebook.com/kbobrabant](https://www.facebook.com/kbobrabant)

[@kbo\\_brabant](https://twitter.com/kbo_brabant)

## Het eindspel

Recent heeft de regering het wetsvoorstel voor een nieuw pensioenstelsel bij de Tweede Kamer ingediend, vergezeld van het (teleurstellende) commentaar van de Raad van State, een adviesorgaan dat moet toezien op de kwaliteit en uitvoerbaarheid van nieuwe wetten. Deze Raad benadrukt wel dat het bij de invoering van een nieuw pensioenstelsel van groot belang is dat er draagvlak voor bestaat en dat heldere communicatie vereist is, maar ik merk steeds meer dat dat draagvlak flink aan het afbrokkelen is.

Waarom moet het bijna beste pensioenstelsel ter wereld op de schop? Wat zijn de risico's van zo'n enorme stelselverandering? Want we zijn in Nederland toch al niet zo handig in grote stelselveranderingen. Denk aan het invoeren van de marktwerking in de zorg in 2006, de decentralisatie van de jeugdzorg in 2015, de invoering van het leenstelsel voor studenten, of de rampzalige uitvoering van toeslagen bij de kinderopvang. En waarom weigeren we toch hardnekkig te leren van de ervaringen van andere landen die ons zijn voorgegaan? Het Verenigd Koninkrijk bijvoorbeeld heeft al een tiental jaren eerder een vergelijkbare herziening van het pensioenstelsel doorgevoerd. Nu wordt duidelijk dat de beoogde resultaten bar tegenvallen. Zo sterk zelfs dat daar weer vurige pleidooien worden gehouden om het pensioenstelsel maar weer aan te passen.

Draagvlak brokkelt bij ons ook af omdat er in het nieuwe stelsel geen enkele zekerheid is dat nu eindelijk, na dertien jaar, indexatie van de uitgeholde aanvullende pensioenen dichterbij komt. Dat is onverkoopt, zeker in een tijd waarin de inflatie gierend oploopt. KBO-Brabant blijft bij zijn standpunt dat het bestaande stelsel in grote lijnen overeind kan blijven en dat noodzakelijke aanpassingen, onder andere als gevolg van veranderingen in de arbeidsmarkt, vrij gemakkelijk in te passen zijn. En als De Nederlandsche Bank nu eens ophoudt steeds het vrekigste jongetje van de (Europese) klas te willen zijn, komt de mogelijkheid van indexatie weer binnen handbereik.



Op 21 april diende het hoger beroep in onze aangespannen bodemprocedure tegen de Nederlandse Staat bij het Gerechtshof in Den Haag. De kaarten worden geschud, de eindfase nadert.

**Leo Bisschops**, voorzitter

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](http://WWW.VEILIGDOUCHEN.NL)  
BEL GRATIS **0800 0200 962**

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

|             |              |
|-------------|--------------|
| Naam        |              |
| Straat + nr |              |
| Postcode    | Plaats       |
| Telefoon    | ONS 25_04_22 |



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

\* Bekijk de algemene actievoorraarde  
op onze website.



# 10

## MENSEN

**10/** Balletdanser Andrew Greenwood: 'Dans zorgt voor zingeving en helpt ons weer in contact te komen met onszelf'

**24/** Psychiater Patricia Dashorst over de impact van de Oekraïense oorlog op Nederlandse senioren: 'Oorlogsbeelden brengen angstgevoelens naar boven'

## LEVEN

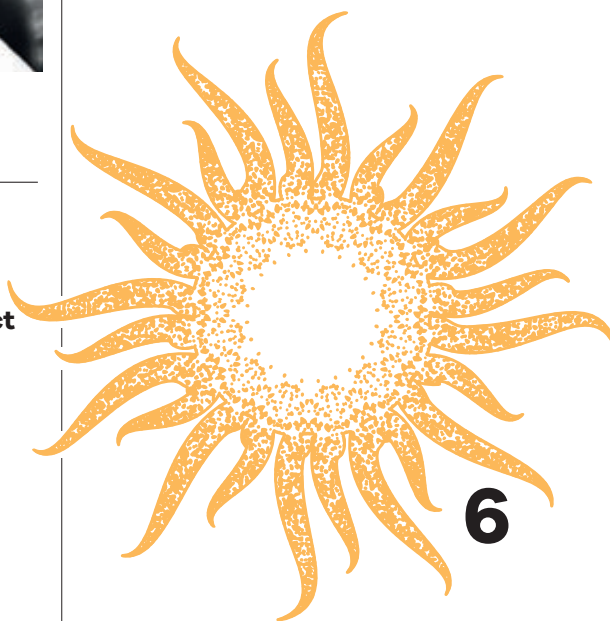
**34/** Maya Lee schreef boek over haar moeder die Auschwitz overleefde en er mensenlevens redde

**40/** Plasproblemen op latere leeftijd? Loop er niet mee door, er is vaak een oplossing!

## ONS BELANG

**16/** Dorps- en gemeenschaps-huizen lijden verlies: KBO Heesch verzet zich tegen afschuiven daarvan op verenigingsleven

**46/** Kennisloket VGZ: voor alle informatie over ouderenzorg en hoe u die kunt regelen



# 6

# 28



# 16



# 24

## ELKE MAAND

- 06/** Schrijf ons!
- 08/** Ledenvoordeel
- 09/** Fotoalbum
- 21/** Juridische helpdesk
- 28/** Ons kloppend hart
- 32/** Ontspanning
- 43/** Onsje geluk
- 51/** Op zoek
- 53/** Puzzel

## OPROEP!



### PROBLEMEN MET DIGITAAL BANKIEREN?

We willen graag weten hoeveel (partners van onze) leden niet digitaal, via internet, kunnen bankieren. Banken gaan er tegenwoordig wel erg gemakkelijk van uit dat kantoren gesloten kunnen worden in dit digitale tijdperk, omdat mensen online hun bankzaken regelen. Wij weten wel beter, maar we zouden het graag zo precies mogelijk willen weten. Belangrijk voor onze inbreng in het Maatschappelijk Overleg Betalingsverkeer.

Heeft u (of uw partner) problemen met digitaal bankieren? Vul dan op onze website [www.kbo-brabant.nl/digitaal-bankieren](http://www.kbo-brabant.nl/digitaal-bankieren) een korte vragenlijst in. Alvast onze hartelijke dank!

## 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](mailto:ons@kbo-brabant.nl)**

Vergeet niet uw naam, adres en woonplaats te vermelden.

### OP ONZE WEBSITE

KBO-Brabant is bijzonder alert op alle ontwikkelingen rondom pensioenen. Op onze website houden wij u op de hoogte van onze activiteiten. Ook treft u een lijst aan van geselecteerde informatie.

Scan onderstaande QR-code en lees wat wij doen.



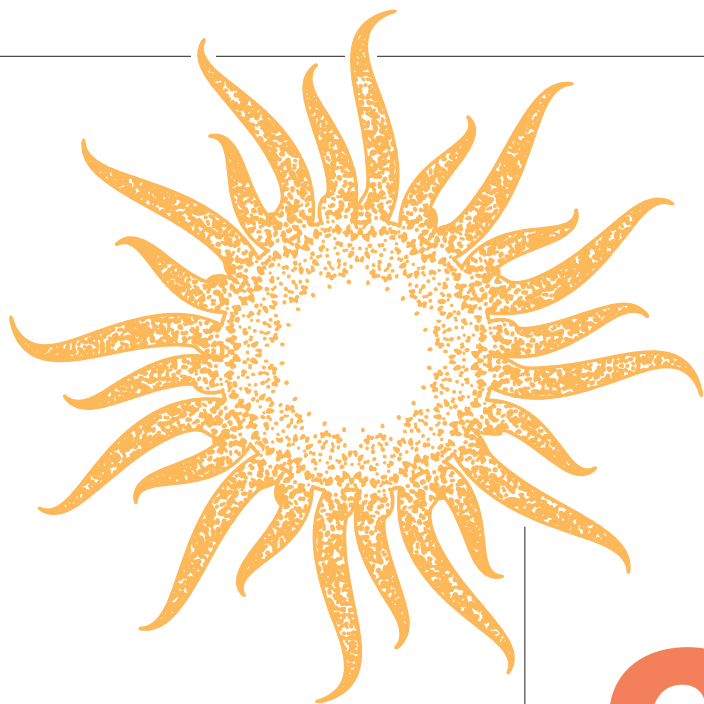
## Hoe zit het met de woonzorgvisies in Maasdriel en West Maas en Waal?

In de maart-editie van *Ons* stond een uitgebreid artikel over het gebrek aan concrete doelstellingen op het terrein van wonen en zorg bij veel gemeenten in Noord-Brabant. Enkele Afdelingen in de provincie Gelderland zijn echter óók aangesloten bij KBO-Brabant: Ammerzoden en Maasdriel (beide in de gemeente Maasdriel) en Beneden-Leeuwen (gemeente West Maas en Waal). Deze gemeenten zijn niet opgenomen in het overzicht bij het artikel, omdat ze niet op de provinciekaart van Noord-Brabant voorkomen. Maar voor deze Gelderse gemeenten is de noodzaak van een goede visie op wonen en zorg voor senioren net zo belangrijk, evenals de betrokkenheid van onze lokale KBO's daarbij. Navraag bij de regiomonitor van de zorgverzekeraars leert helaas dat ook deze gemeenten in Gelderland in 2021 geen concrete doelstellingen hadden voor samenwerking bij wonen en zorg.



## Bij welk pensioenfonds bent u aangesloten?

Het is lang geleden dat we zoveel post bij KBO-Brabant ontvingen. Velen van u hebben gehoor gegeven aan onze oproep om ons te laten weten bij welke pensioenfondsen u bent aangesloten. De ingevulde formulieren stroomden binnen per gewone post en ook online. Dank daarvoor! Hebt u het nog niet gedaan? Het kan nog steeds via [www.kbo-brabant.nl/inventarisatie-leden-pensioenfondsen/](http://www.kbo-brabant.nl/inventarisatie-leden-pensioenfondsen/)



## Verwondering

*Als 's morgens vroeg  
het bos nog helemaal van mij is  
het overal nog 'n beetje grijs is  
de zon z'n best doet door te breken  
raak ik van verwondering  
niet uitgekeken*

*Loes Westgeest*

## Open dag woongemeenschappen

Op zaterdag 21 mei openen woon- gemeenschappen in heel Nederland (en daarbuiten) hun deuren voor publiek. Ze willen graag bekendheid geven aan het fenomeen gemeenschappelijk wonen in brede zin en aan de eigen woongemeenschap in het bijzonder. Ook in Brabant doen diverse woon- gemeenschappen mee aan de open dag. Op de website van LVGO, medeorganisator van deze dag, kunt u de exacte locaties en contactgegevens vinden.  
[www.lvgo.nl/open-dag-gemeenschappelijk-wonen-doe-mee](http://www.lvgo.nl/open-dag-gemeenschappelijk-wonen-doe-mee)

# 2

**juli aanstaande  
vindt het  
jaarcongres van  
KBO-Brabant  
plaats in het  
Provinciehuis van  
's-Hertogenbosch.**

**Het thema is  
Wonen en Zorg. Een  
van de sprekers is  
Conny Helder,  
minister voor  
Langdurige Zorg  
en Sport**

**Meer informatie over  
het congres vindt u in de  
volgende Ons**



## handig!

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

### Pot met schroefdeksel openen

Op de Altijd handig-tip in de *Ons* van maart kregen we verschillende reacties binnen. Hieronder vindt u een paar alternatieve tips om een schroefdeksel van een pot te openen.

#### Tip van Simon Mommers

Tik met een houten keukenlepel langs de rand aan de bovenkant van het deksel om het vacuüm te verbreken. Hoe zwaarder de lepel, hoe beter. Daarna kunt u het deksel gemakkelijk van de pot draaien.



#### Tip van Ria Princeé

Zet de pot in de gootsteen en giet er kokend water overheen. Door de hitte zet het deksel uit en zo krijgt u dat er na een paar tellen heel gemakkelijk af. Gebruik wel een doekje, want door het kokende water zijn de pot en het deksel natuurlijk heet geworden.

#### Tip van Leon Elshof

Wij gebruiken een potopener. Hiermee til je het deksel een klein beetje op, zodat er lucht in de pot komt en het vacuüm wordt opgeheven. Daardoor is er minder externe luchtdruk op het deksel en kan de pot makkelijk worden geopend. De potopener is voor een paar euro te koop.

## De beste voorjaarsdeals

Er heerlijk op uit dit voorjaar met deze comfortabele e-bike. Of gewoon thuis naar uw favoriete muziek luisteren terwijl u bijpraat met familie of vrienden. Deze ledenaanbiedingen maken het mogelijk. De telefoon-set en muziekkapparaat worden thuis geleverd met €6,95 verzendkosten. De fiets zelfs zonder verzendkosten en volledig afgemonteerd. U betaalt veilig via iDEAL of bankoverschrijving.



### Retrolook compleet muziek-apparaat Lenco TCD-2570

- Platen-, CD- cassettespeler
- Radio DAB+
- Bluetooth om muziek te streamen
- USB aansluiting om uw vinyl platen en CD's te coderen
- Hoofdtelefoonaansluiting
- 3 snelheden platenspeler: 33/45/78
- 2 ingebouwde speakers
- Uitgangsvermogen: 2 x 4.5 Watts (RMS)
- MDF houten behuizing
- Inclusief afstandsbediening

Van € 299,95 voor **€ 189,95**

### Senioren DECT telefoon duo-set

#### Fysic FX-9000 DUO

- Draadloze DECT telefoon met 2 handsets en een basisstation
- Werkt via uw vaste telefoonaansluiting
- Kraakheldere DECT geluidskwaliteit
- Lange stand-bytijd (tot 245 uur) en spreektijd (tot 18 uur)
- Kamerbewaking. Geluid op de kamer? De handset belt je automatisch!
- Alarmeringsfunctie: bel met alle knoppen 1 nummer
- Extra luid gespreksvolume voor slechthorenden (+8dB)
- Geschikt voor hoorapparaten
- Groot verlicht display, grote verlichte toetsen

Van € 169,95 voor **€ 99,95**



### Elektrische transportfiets met voorwielmotor VIJOLI Nexus-3

- LED DISPLAY met 3 standen, snelheidsindicatie en walk assist
- Accu 36V -11,6Ah - 420Wh
- Actieradius tot 75km
- Shimano Nexus-3 achternaaf
- ART goedgekeurd Veiligheidsslot
- 28" zwarte velgen met bruine banden
- Bruin zadel, handvatten en snelbinders
- Voorvork met stuurlock
- Parkeerstandaard met dubbele poot
- Geschikt voor dames en heren

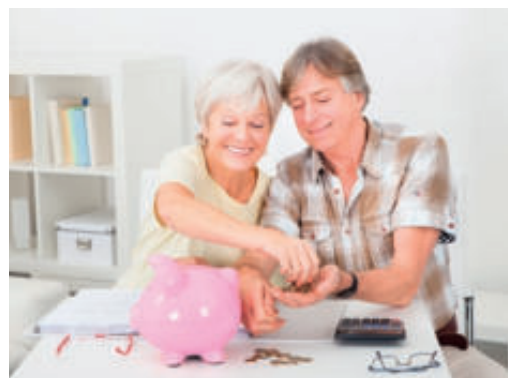
Van € 1.495,00 voor **€ 949,00**

**VOOR UITGEBREIDE INFORMATIE & BESTELLEN GA NAAR [WWW.ONSLEDENVOORDEEL.NL](http://WWW.ONSLEDENVOORDEEL.NL)**

of bel (085) 486 33 63. In de webshop van Ons Leden Voordeel vindt u nog veel meer aantrekkelijke leden voordelen van KBO-Brabant.

## Stroom en gas via Ons

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 ontzorgen we onze leden blijvend met hun energie zaken én met succes. Al duizenden leden hebben geen omkijken meer naar hun energie zaken en profiteren van Ons Energie voordeel.



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

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

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



## 2021: Parachutesprong

**‘H**et gekste moment is als je op 4 kilometer hoogte in het vliegtuig je benen over de rand van de opening doet. Even later spring je in het diepe. Er volgt een enorme herrie als je met 200 kilometer per uur valt, en dan, als de parachute uitgaat... is het ineens doodstil. Dit jaar hoop ik mijn vijfde parachutesprong te maken. De eerste heb ik gemaakt nadat mijn vrouw overleed, vierenhalf jaar geleden. Als zij nog had geleefd, had ze doodsangsten uitgestaan. Ik had gehoord van parachutespringen en het leek me wel interessant. Ik dacht: ik probeer het gewoon.

**‘Vanuit de lucht zie je de halve wereld’**

De eerste sprong was een enorme sensatie. Vooraf bouw je spanning op en achteraf – wát een ontlasting. Ik was helemaal hoteldebotel, helemaal emotioneel. De spanning vooraf is inmiddels wat minder, maar het blijft zo’n prachtige beleving. Sinds een paar jaar spring ik met mijn beide kleindochters. Ik spring eerst en even later zie ik die twee uit de hemel vallen. Zo prachtig. Ik spring eens per jaar, in de zomer bij helder weer. Dat blijf ik doen zolang het kan. De laatste keer wees de sprongmaster me op een donkere vlek in de verte. De haven van Rotterdam, terwijl we in de buurt van Breda sprongen. Niet te geloven. Vanuit de lucht zie je de halve wereld.’ ■



**TON VOGELS (1935)**

stuurde deze foto naar *Ons*. Hij vindt zichzelf niet zo’n waaghals, maar heeft vroeger wel eens op de nok van het dak gezeten om een ontsnapt kanariepietje te vangen. ‘Ik heb ‘m achter m’n bloes gestopt en ben weer van het dak afgeklommen.’

### 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*

A portrait of a middle-aged man with a bald head and light skin, looking directly at the camera with a neutral expression. He is wearing a dark blue zip-up jacket with white piping along the seams and a black t-shirt underneath. The jacket has the word 'SHIMANO' printed in white on the left chest. The background is a blurred, light-colored wall.

**ANDREW  
GREENWOOD:**  
'Dans is een  
fantastisch medicijn'

**Een ziekte kun je er niet mee genezen, maar een volwaardig mens word je er wel van: dans. Dat is de diepe overtuiging en ervaring van Andrew Greenwood. Als voormalig danser en balletmeester ziet hij wat dansen doet met mensen die een chronische ziekte hebben of op hoge leeftijd zijn. 'Dans zorgt voor zingeving, helpt ons om ons te uiten en weer in contact te komen met onszelf.'**

*tekst Berber Bijma | beeld Sem Henneman*

**D**ansen. Dat klinkt alsof het beter moet zijn dan 'gewoon' bewegen of gymmen. Maar het gaat niet om de techniek, zegt Andrew Greenwood op een maandagochtend, als hij een van zijn dansgroepen net een uurtje heeft lesgegeven. Greenwood is geboren en getogen in Londen, woont in Tilburg en geeft elke week zo'n tien danslessen in Brabant en Amsterdam.

### **Beauties**

In de les van vanochtend, met zo'n twintig parkinsonpatiënten in de zaal en nog eens vijf via een onlineverbinding, heeft hij laten zien wat hij bedoelt. Hij

verleidt de groep tot de ene na de andere zwierige beweging. 'Oké dansers!' klinkt het tussendoor steeds. In een mengelmoes van Engels en Nederlands spoort hij de groep aan. 'Oké beauties! Hup, alles beweegt!' Wie geen Engels verstaat, heeft geen probleem, want Greenwood doet alles voor. Soms zijn de bewegingen eenvoudig, dan weer complexer, bijvoorbeeld als hij een ritmische beweging met de benen combineert met een langzame beweging van de armen. De les duurt een uur en is voor het grootste deel zittend. Wie kan staan, staat aan het einde nog een kwartiertje achter de stoel en gaat - al dan niet met een hand aan die stoel - zelfs nog even op één been staan.

### **Batterij opladen**

De leeftijd van de deelnemers loopt ver uiteen, evenals de mate waarin de ziekte van Parkinson hun lichamen heeft aangetast. Die verscheidenheid is mooi, zal Greenwood achteraf zeggen. 'Het maakt niet uit of je bijna niet beweegt of juist heel veel. Iedereen heeft iets aan deze les. Je beweegt, je hersenen worden uitgedaagd, je bent samen. We oordelen niet over elkaar. Het maakt niet uit hoe het eruit ziet. Het gaat niet om de techniek. Iedereen voelt zich hier thuis.' Voor hemzelf is techniek overigens wél van belang. 'Dat is voor mij de basis van waaruit ik werk. Als ik dans met mensen met een chronische ziekte moet het medisch en technisch goed onderbouwd zijn. Zelf sta ik ook nog altijd met één been in de wereld van de professionele dans. Dat is de wereld die ik ken, waar ik mijn eigen batterij oplaad.'

### **Uit het hokje**

Greenwood geeft ook dansles aan mensen met dementie en MS, en aan oudere mensen met of zonder beperkingen. 'In Nederland, en in Engeland net zo goed, zijn we geneigd mensen in een hokje te »



## WIE IS ANDREW GREENWOOD?

Andrew Greenwood (Londen, 1962) is voormalig balletmeester en klassiek danser. Hij volgde zijn balletopleiding in Londen en danste daarna bij gezelschappen over de hele wereld. Sinds 2012 legt hij zich vanuit zijn woonplaats Tilburg toe op danslessen voor senioren en voor mensen met chronische ziektes als Parkinson, dementie en MS. Daarvoor richtte hij de stichting Switch2Move op. Meer informatie over de danslessen vindt u op [www.switch2move.nl](http://www.switch2move.nl)

stoppen als ze oud zijn of een chronische ziekte hebben. Je hebt dit, dus je mag niet dat. In mijn lessen verkennen de dansers hun eigen grenzen en doet iedereen mee op zijn of haar eigen manier.' Tien jaar is Greenwood nu bezig zijn eigen passie over te dragen op niet-professionele dansers, die hij stevast tóch 'dansers' noemt. 'Het begon met een vriend die op vrij jonge leeftijd de ziekte van Parkinson kreeg. Hij was directeur van een danshuis en vroeg mij om een danssessie met hem te doen. Na afloop huilde hij. "Je noemde me danser", zei hij. Hij voelde zich weer Marc, niet meneer Parkinson. Zijn lichaam dat steeds beperkter leek te worden, vond ineens een wereld om zich te kunnen uitdrukken. Nu ik tien jaar dansles geef aan mensen met de ziekte van Parkinson, MS, dementie en ouderen, zie ik dat dát het grote verschil is. Als professionele danser dans je voor de buitenwereld, voor het applaus van het publiek. Als niet-professional dans je van binnenuit, om je uit te drukken, het contact met jezelf opnieuw te leggen.'

## Op reis

'Ik weet dat "dans" best een gevaarlijk woord is. We denken dat het aan een hoge standaard moet voldoen: de tango ziet er anders uit dan de wals. Maar wat ik met mijn groepen doe, is bewegen op muziek. Dansers gaan op reis in hun hoofd. Als je danst op *Tulpen uit Amsterdam* reis je naar vroeger. Flamencomuziek neemt je mee op vakantie. Rock-'n-roll geeft je energie. Muziek is een enorme emotionele rollercoaster. Door te dansen activeren we onszelf fysiek, mentaal en sociaal. Natuurlijk, een boswandeling maken en onderweg genieten van het spel van licht en schaduw, is óók een hele fijne beleving. Maar er is eigenlijk geen andere

**'Dansen geeft ons onze zelfstandigheid en onze waardigheid terug'**

manier van bewegen waarin zoveel delen van onszelf samenkomen als in dans.' Greenwood wijst achter zich, naar de zaal waar de dansles zojuist was: 'Nu, na de les, komt het echte effect van het dansen. Mensen voelen zich bevrijd. Ze zijn dānser, geen parkinsonpatiënt. Nu drinken ze samen koffie en hebben ze onderling contact als volwaardige mensen.' In die volwaardigheid zit voor hem het belangrijkste effect van dansen: 'Dansen geeft ons onze zelfstandigheid en onze waardigheid terug. Het fysieke effect is er ook, maar het mentale effect is vele malen groter.'

## Bewezen effect

Greenwood richtte de stichting Switch2Move op om zijn ideeën breder en grondig gestalte te kunnen geven. De stichting leunt op vier pijlers, vertelt hij: het stimuleren van wetenschappelijk onderzoek naar de effecten van dans, het opleiden van dansdocenten, ondersteuning voor mantelzorgers en zorgverleners, en last but not least: kunst. 'Dans is kunst en ik vind het belangrijk dat het dat blijft. Het moet niet belanden in de medische sfeer van behandelingen en doktersvoorschriften. Dat maakt

het overigens financieel wel ingewikkeld, want je wilt dat mensen met een diagnose MS, dementie of Parkinson naar je doorverwezen kunnen worden. Het positieve effect van dans is namelijk wel absoluut bewezen.

Dansen geeft mentale

kracht en remt gevoelens van angst, zorg en depressie. Daar is genoeg onderzoek naar gedaan, al werken we er nog steeds hard aan om dat goed te documenteren. Dansen stopt de ontwikkeling van een chronische ziekte niet, maar de vreugde,

waardigheid en zelfstandigheid die dansen ons schenkt, vertraagt de effecten van de ziekte of beperking. Er is geen dokter die twijfelt aan het nut van dansen. De medische wereld heeft het dansen ook wel omarmd. En tegelijk: dansen is geen medische behandeling en moet dat ook niet worden. Daarom zoeken we de financiële mogelijkheden meer op het vlak van welzijn. Dat geeft ruimte aan de kunstzinnige kant ervan.'

### Ongelooflijke stoffen

'Dansen is niet de nieuwe pil, maar is een goede aanvulling op medische zorg. Dat heb ik met eigen ogen gezien. In Sint-Petersburg heb ik bijvoorbeeld 45 minuten achtereen gedanst met kinderen met autisme. De dokters wisten niet wat ze zagen. Dansen is een fantastisch medicijn. Wij mensen zijn een cocktail van de meest ongelooflijke stoffen die we kunnen aanwakkeren door te dansen - endorfine, dopamine, serotonine, noem maar op. Ik heb meerdere keren samengewerkt met Erik Scherder, hoogleraar neurowetenschappen en een autoriteit op dit gebied. Ook hij benadrukt de waarde van dansen.'

### Dans voor iedereen

In de toekomst zou Greenwood liefst willen dat er door het hele land danslessen zijn voor senioren en mensen met een chronische ziekte. 'We zijn nu 35 dansdocenten aan het opleiden. We willen écht goede docenten, die lessen geven op basis van een wetenschappelijk onderbouwde methode. Het moet kwaliteit hebben, we gaan niet zomaar even bewegen op muziek. Daarnaast zien ook wij de groeiende druk op mantelzorgers. Mantelzorgen is geen makkelijke taak. Uit onderzoek blijkt dat samen dansen stress vermindert en plezier geeft. Er ontstaat een andere vorm van verbinding met partner, familielid of



**'Dansen is niet een nieuwe pil, maar is een goede aanvulling op medische zorg'**

cliënt. Daarom hebben we een e-learner ontwikkeld die mantelzorgers eenvoudig en duidelijk op weg helpt om samen te dansen op muziek. Gewoon in de huiskamer op het moment dat het uitkomt. De e-learner is binnenkort te koop via onze website.' Ondertussen werkt Greenwood ook aan een film met Ernst Daniël Smid. Greenwood heeft grote bewondering voor de professionele zanger die de ziekte van Parkinson heeft: 'Ernst Daniel durft het aan om zijn populariteit te gebruiken om aandacht te vragen voor zijn ziekte.' Smid vertelt in de film over zijn leven en zijn ziekte. En hij danst. De film heet Smelt en komt eind september uit. 'We werken met een groot blok ijs dat gaandeweg smelt. Het verdwijnt niet, het krijgt alleen een andere vorm.' ■

# NIEUW KUNSTGEBIT ...OF PROBLEMEN?

*Bel voor een GRATIS  
ADVIESGESPREK*

**076 - 565 71 01**



- REPARATIE
- IMPLANTATEN
- GEBITSPROTHESE



**TANDPROTHETISCHE PRAKTIJK BAAK**

Mathenessestraat 59 A1, Breda • 076 - 565 71 01 [WWW.TPPBAAK.NL](http://WWW.TPPBAAK.NL)

**Kleinschalig wonen met zorg  
voor mensen met dementie**



**kloek**  
**wonen met zorg**

**De Eglantier, Roosendaal**

**T: (0165) 201 064**

**I: [www.kloek.nu](http://www.kloek.nu)**

**E: [info@kloek.nu](mailto:info@kloek.nu)**



UW HUIS  
BLIJFT  
UW THUIS



reddot winner 2021



**Voorjaarskorting €1000,-**

## Met een S200 traplift

Uw huis is niet zomaar een huis. Het is een vat vol herinneringen. Het groeide met u, uw gezin en de steeds veranderende omstandigheden mee en kan dat ook in de toekomst blijven doen. De trapliften van TKE, eerder bekend als thyssenkrupp, werden namelijk ontwikkeld om u maximale onafhankelijkheid te bieden in uw dagelijkse routine. Zo kan uw huis nog heel lang uw thuis zijn.

**Meer informatie over product of actie? Bel 0800-5003 of ga naar [www.trapliften.nl](http://www.trapliften.nl)**

\* Op een nieuwe S200 traplift. Actie onder voorwaarden, zie [trapliften.nl](http://trapliften.nl)



## DORPSHUIZEN EN KBO-AFDELINGEN IN DE KNEL

**Veel KBO-Afdelingen organiseren hun activiteiten in dorpshuizen en wijkcentra. Maar deze zitten in zwaar weer door de coronacrisis en de hoge energieprijzen. KBO Heesch kwam in botsing met het gemeenschapshuis in Heesch, en komt nu bijeen in andere ruimtes.**

**D**orpshuizen en andere gemeenschapshuizen hebben het moeilijk. Klaske Piebenga, bestuurssecretaris van de Landelijke Vereniging van Kleine Kernen (LVVK) legt uit dat corona een gat heeft geslagen in de begrotingen. De regels van de gemeenten voor subsidie helpen ook niet. In Heesch is nog meer aan de hand. Al ruim twintig jaar is Cultureel Centrum De Pas het onderkomen van KBO Heesch. In elk geval, tot begin dit jaar. Toen liep het spaak. Het belangrijkste struikelblok

is geld. De spanningen liepen zo hoog op dat De Pas geen ruimtes meer aan KBO Heesch wil verhuren tegen de reeds lang bestaande voorwaarden. Zo worden onder meer de consumptieprijsen verdubbeld. KBO Heesch organiseerde daarop een demonstratie door het dorp, compleet met spandoeken. Voorzitter van KBO Heesch, Piet Ceelen, betreurt het conflict. KBO Kring Bernheze fungeert als klankbord voor KBO Heesch en geeft advies. Voorzitter Ad Donkers geeft Ceelen gelijk. Er zit maar één ding op: weer om tafel met alle betrokkenen.

**Klaske Piebenga, bestuurs-  
secretaris van de Landelijke  
Vereniging van Kleine Kernen:  
'Dorpshuizen vervullen een  
sociale functie en houden dorpen  
leefbaar'**



'De LVVK hoorde van haar provinciale afdelingen dat dorpshuizen grote financiële problemen hebben. Dat vroeg om nader

onderzoek, vond het bestuur. Daarom hield het afgelopen december en januari een enquête onder haar leden. Van de ruim 2.000 aangesloten dorpshuizen deden er ruim 800 aan mee. De meeste dorpshuizen meldden dat ze inderdaad flink in de rode cijfers zitten. 'Je moet wel bedenken dat de enquête werd gehouden toen er nog coronamaatregelen golden', zegt Klaske Piebenga. 'Dat de gasprijzen zo hoog zouden worden, is dus niet meegenomen. Daar doen we nu apart onderzoek naar.'

**'Er is nooit  
veel aandacht  
geweest  
voor de  
dorpshuizen  
tijdens de  
pandemie'**

Dorpshuizen zijn heel belangrijk voor de samenleving, vindt ze. Ze vervullen een sociale functie en houden de dorpen en kleine kernen leefbaar. Vaak is een dorpshuis nog de enige plek waar bewoners elkaar kunnen ontmoeten, en waar activiteiten kunnen plaatsvinden.

### **Soorten en maten**

Er zijn dorpshuizen in soorten en maten. In sommige zit daar de kantine van de plaatselijke sportclub, andere hebben er bijvoorbeeld ook een gymlokaal bij. Of er zit een zorginstelling in, zoals een consultatiebureau of een huisarts. In dorpshuizen wordt veel werk door vrijwilligers gedaan, van koffieschenken tot onderhoud. Lang niet elk dorpshuis weet hoe het nu verdergaat. Dat komt omdat de dorpshuizen op verschillende manieren gefinancierd worden. Soms krijgen ze van de gemeente alleen maar subsidie voor groot onderhoud, soms krijgen ze meer. Dorpshuizen doen altijd hun best om niet in de rode cijfers te komen. Gemeentelijke subsidies zijn er namelijk niet om exploitatietekorten weg te werken.

### **Lobby**

De dorpshuizen hebben veel van hun reserves verloren in coronatijd, weet Piebenga. Ze vindt daarom dat dorpshuizen meer moeten kunnen profiteren van de coronagelden van de overheid. 'Er is nooit veel aandacht geweest voor de dorpshuizen tijdens de pandemie. Eerst zouden ze dan ook helemaal niets krijgen. Maar we hebben gelobbyd en nog extra laten weten dat gemeenschapshuizen belangrijk zijn voor dorpen en wijken - via onze contacten met het Ministerie van Binnenlandse Zaken. De provinciale afdelingen hebben dat gedaan bij de provincies en gemeentes.'



De lobby had succes, maar niet elk dorpshuis profiteert ervan. Om coronageld te krijgen, moet het dorpshuis minstens een bepaald bedrag aan vaste lasten hebben. Dat heet een drempelbedrag. Maar juist omdat er zoveel werk wordt gedaan door vrijwilligers, halen veel dorpshuizen die drempel niet.'

### Verduurzamen

Ook dorpshuizen willen hun gebouwen graag verduurzamen, om de kosten omlaag te brengen en het milieu te sparen. Met zonnepanelen, isolatie, HR+++-glas en zo meer. Maar ook daarbij lopen ze vaak tegen financiële problemen aan. 'Voor veel subsidies moet je ook eigen geld investeren. Maar omdat de dorpshuizen al zo veel geld zijn kwijtgeraakt, is dat moeilijk.' Veel dorpshuizen gaan bovendien pas verduurzamen als ze meteen andere klussen kunnen aanpakken, zoals schilderwerk of een nieuwe keuken. Ook dat moeten sommige dorpshuizen zelf betalen, en daar hebben ze geen geld meer voor. Piebenga hoopt dat de dorpshuizen het hoofd boven water kunnen houden. Als ze eenmaal zijn gesloten, is het een heel karwei ze weer open te krijgen. Vrijwilligers die eerst in het dorpshuis werkten, hebben dan al wat anders gevonden om te doen.

### Piet Ceelen, voorzitter van KBO Heesch: 'Niemand wil dit conflict, niemand heeft er belang bij'



'We hebben best begrip voor de lastige financiële situatie waarin het bestuur van De Pas zit, maar willen niet dat de bezuinigingen op

De Pas op de KBO en andere verenigingen

**'Iedereen wil een oplossing, maar we komen nog niet bij elkaar'**

worden afgewenteld. We hebben veel aandacht met onze demonstratie gekregen. Ik hoop dat de nieuwe gemeenteraad zo de ogen geopend wordt. Het gaat hier teveel om geld, het sociale aspect is ondergesneeuwd. Het begon ermee dat het nieuwe bestuur van De Pas van de gemeenteraad de opdracht kreeg om de begroting sluitend te maken. Wij hebben in alle openheid onze wensen en verbeterpunten op tafel gelegd. Maar het bestuur van De Pas eiste al tijdens het eerste overleg dat wij onze eigen bar moesten opgeven. Maar onze bar is een sociaal gebeuren, en onze begroting moet ook kloppen. Dat KBO Heesch geen eigen bar meer mag gebruiken druist in tegen reeds lang bestaande afspraken. En wat je kwijtraakt, krijg je niet meer terug. Wij moeten van de gemeente nu onze volledige huisvestingssubsidie in De Pas besteden: gedwongen winkelnering, zeg maar. Ondertussen worden wij van het kastje naar de muur gestuurd. De gemeente vindt dat KBO Heesch maar met het bestuur van De Pas moet praten. Het bestuur van De Pas vindt dat de gemeente niet moet toegeven aan KBO. Doet de gemeente dat wel, dan dreigt het bestuur af te treden. En De Pas is ook nog eens zelf activiteiten voor ouderen gaan organiseren, als concurrent van KBO. We besloten druk op de ketel te zetten. Tot maart zouden we geen activiteiten meer organiseren in De Pas. Maar nu is KBO Heesch daar niet meer welkom, wij moesten al onze spullen weghalen. Voorlopig zijn alle activiteiten daarom elders ondergebracht. We willen het liefst dat een Commissie van Goede Diensten zich op korte termijn over de ontstane situatie buigt. Niemand wil dit conflict, iedereen wil een oplossing. Voor de langere termijn geldt dat een projectgroep van de gemeente gaat kijken hoe het gemeenschapshuis, de bibliotheek en het gemeentehuis efficiënter gebruikt

kunnen worden. Daarnaast wordt de Nota Gemeenschapshuizen herzien. Ik hoop dat de activiteiten straks weer gewoon in De Pas gehouden kunnen worden. De Pas is goed bereikbaar voor onze leden.'

### Ad Donkers, voorzitter van KBO Kring Bernheze: 'KBO-Kringen zijn een klankbord en geven advies'



'De situatie in Heesch heeft niet zoveel te maken met de moeilijke positie van dorpshuizen in het algemeen. Het conflict tussen

KBO Heesch en De Pas had ook gespeeld zonder corona. De Pas verkeert al jaren in zwaar weer. Een jaar of zes geleden waren er daarom plannen om De Pas samen te laten gaan met de bibliotheek en een ander cultureel centrum: de Eijnderic. Maar die plannen bleken veel te duur. De Pas kreeg een nieuw bestuur. Dat moest van de gemeenteraad eerst het exploitatietekort opheffen. Maar dat heeft het nieuwe bestuur niet goed aangepakt. Het bestuur heeft vooral gekeken naar de exploitatie, terwijl het had moeten bedenken wat nou eigenlijk de bedoeling is van De Pas, in feite de huiskamer van Heesch. Want nu KBO Heesch geen eigen bar meer mag hebben, loopt de Afdeling 8.000 euro mis. Door de winst van de bar kon KBO Heesch de contributie laag houden. KBO Heesch had ook de zeggenschap over de grote zaal. Nu moet KBO zich inschrijven voor die zaal. Dat wringt. Het had allemaal niet zo hoeven lopen als De Pas moeite had gedaan de clubs die ruimtes bij hen huren, binnen te houden. KBO Heesch is de grootste huurder, maar De Pas heeft ook onenigheid met de Soos zonder Naam, een vereniging die activiteiten voor gehandicapten

organiseert, en de carnavalsclub. KBO Kring Bernheze ging in december al om tafel met de besturen van de zes KBO-Afdelingen in de gemeente. We hebben de situatie eerst in kaart gebracht en gekeken hoe het precies zit met al die voorwaarden en subsidies. Want dat ligt altijd ingewikkeld. Ook met voorzitter Piet Ceelen van KBO Heesch heb ik regelmatig contact. Verder is er een gezamenlijk overleg geweest met bestuur en directie van KBO-Brabant, Leo Bisschops, Noud van Vught en Wilma Schrover. Maar de oplossing zal uiteindelijk moeten komen van de besturen van De Pas en KBO Heesch, én de gemeente. Hopelijk komt die snel, in elk geval na de herziening van de Nota Gemeenschapshuizen. ■



Slechts 7,95  
per maand



advertentie

# PERSAFE

Wat heb jij geregeld als je een  
noodsituatie hebt?

Met PERSAFE maak je een  
alarmoproep met één knopdruk



## PERSAFE NOODKNOP

Werkt thuis, maar ook onderweg met  
nauwkeurige locatiebepaling

Keuze uit 2 abonnementen. Voor €7,95 p/m  
(alarmeren naar contactpersonen) of €11,95  
p/m (24/7 meldkamer)

Keuze uit alarmknop of polsband

Verzekerd van hulp met één druk op  
de knop. Persafe maakt slim gebruik  
van je mobiele telefoon. De alarmknop  
of polsband wordt draadloos met jouw  
smartphone verbonden.



ALARMKNOP €55,-  
POLS BAND €90,-



## PERSAFE

085-0717308

Persafe.eu

Deze rubriek gaat over onze rechten en plichten en over notariële zaken, beschreven aan de hand van een concreet voorbeeld. **Deze keer: als u geen kinderen hebt, is een testament dan wel nodig?**

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

## 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](mailto: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.

De notarissen van onze juridische helpdesk houden elke 2<sup>e</sup> en 4<sup>e</sup> 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.

# Geen kinderen, toch een testament?



**Als u geen kinderen heeft, is een testament dan eigenlijk wel nodig? Dat is zeker nuttig, zegt oud-notaris en lid van de juridische helpdesk van KBO-Brabant Dré Teeuwen. Al was het maar om ervoor te zorgen dat uw nalatenschap te zijner tijd wordt afgewikkeld door iemand die u dat toevertrouwt.**

**M**eneer en mevrouw Van Someren (62 en 60 jaar) hebben geen kinderen. Een testament hebben ze nooit laten maken, dat leek hen niet nodig. Nu ze ouder worden vragen ze zich af of een testament toch niet verstandig zou zijn.

## Familie van de langstlevende

Als een echtpaar geen kinderen heeft en geen testament heeft laten opstellen, geldt de wettelijke regeling: alles gaat dan naar de familie van de langstlevende. Dat kan vreemde situaties opleveren, vertelt Dré Teeuwen, oud-notaris en lid van de juridische helpdesk van KBO-Brabant. 'In de verdrietige situatie dat een echtpaar samen een auto-ongeluk heeft en de vrouw een uur ná de man overlijdt, gaat de gehele erfenis naar de familie van de vrouw. In een testament kun je aangeven dat in dat geval ook de familie van de man erft. Overigens: ook als er meer tijd zit tussen het overlijden van de beide echtgenoten, kan een evenredige verdeling tussen beide

families een prettig idee zijn. Het kan ook zijn dat een van de echtelieden niet wil dat een broer of zus erft, of dat niemand van de familie mag erven en alles naar goede doelen moet.'

## Executeur benoemen

Er zijn nog meer redenen waarom het verstandig kan zijn om een testament te laten opstellen als je geen kinderen hebt, zegt Teeuwen. 'Je kunt in een testament een executeur benoemen die de erfenis afwikkelt. Het is goed om tijdig te bedenken wie je als executeur wilt benoemen: een familielid, een naaste, een notaris? Het is een geruststellend idee dat de nalatenschap wordt afgewikkeld door iemand die je vertrouwt. Als je dat op tijd vastlegt, is er ook nog tijd om met diegene te bespreken hoe je het wilt. Bovendien is het belangrijk dat deze persoon weet waar hij of zij bepaalde dingen kan vinden als het zo ver is. Degenen die achterblijven, moeten geen zoekenden in de woestijn zijn.' ■

advertentie



# Otolift, dé meest gekochte traplift van Nederland

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

*Dunste enkele  
rail ter wereld!*

**€750,-  
Korting**

t/m 30-04-22

+ Gratis  
**5 jaar**  
garantie

## Ontvang onze gratis brochure

Open de camera of Google  
Lens op uw telefoon en scan  
de QR-code.



*Ontvang gratis  
onze brochure!*



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

# Innovatie maakt traplift duurzaam en herbruikbaar

**Otolift Modul-Air** - Eén traplift die ingezet kan worden voor vrijwel iedere trap. Dat is de gedachte achter de innovatieve Modul-Air: een modulaire traplift die opgebouwd wordt uit verschillende, perfect aansluitende, modules. Deze modulaire opbouw en het gebruik van slijtvaste materialen maken de revolutionaire traplift niet alleen volledig herbruikbaar, maar ook zeer duurzaam.

Omdat iedere situatie anders is, blijft het plaatsen van een traplift altijd maatwerk. Dankzij het modulaire karakter van de Otolift Modul-Air is de definitie van maatwerk echter doeltreffend veranderd. De rail bestaat niet langer uit grote stukken, maar juist uit uitwisselbare delen die op voorraad gemaakt worden in de fabriek. Daarom is de traplift makkelijk op maat te maken voor vrijwel elke trap. Rechte trappen, trappen met één of meerdere bochten en zelfs wentel- en spiltrappen. De Otolift Modul-Air kan zelfs al in 48 uur geleverd worden.

## 100% herbruikbaar

Om een zo lang mogelijke levensduur te garanderen, bestaat de Otolift Modul-Air uit duurzame en slijtvaste materialen. Samen met de modulariteit zorgt dit ervoor dat de traplift 100% herbruikbaar is. Ingenomen trapliften worden, na een inspectie en een grondige schoonmaakronde, volledig gereconditioneerd. Zo ontvangt de klant altijd een veilige traplift die niet te onderscheiden is van een nieuw exemplaar. En omdat deze door de fabrikant geplaatst wordt, voldoet de traplift altijd aan de strenge kwaliteits- en veiligheidsnormen.

## Veiligheid

Tijdens het ontwerpproces van de Otolift Modul-Air is er ook veel rekening gehouden met de veiligheid van de gebruiker. Zo komt de traplift automatisch tot stilstand wanneer er een obstakel op de trap ligt. Ook kan de stoel zich zijwaarts of achterwaarts naar boven en beneden bewegen, waardoor plaatsing al mogelijk is op trappen van minimaal zestig centimeter breedte. Het ingebouwde noodprogramma en de slimme accu-aandrijving zorgen ervoor dat de traplift ook bij stroomuitval gebruikt kan worden. Deze zuinige accu heeft een langere levensduur dan oudere accu's, waardoor de Modul-Air ook in het gebruik zeer duurzaam is.



“Dankzij het modulaire karakter van de Otolift Modul-Air is de definitie van maatwerk echter doeltreffend veranderd.”

## Duurzame beslissingen

Duurzaamheid is een belangrijk thema voor Koninklijke Otolift Trapliften; het weegt daarom al meer dan 25 jaar zwaar mee bij alle beslissingen die genomen worden. Zo rijden de ruim honderd monteurs uit het hele land in zuinige auto's en wordt de productiehal van de fabriek verwarmd met de restwarmte van de oven.

## Koninklijke Otolift

Wilt u meer weten over de Otolift Modul-Air? Maak dan een afspraak voor een vrijblijvend thuisadvies. Een adviseur van Otolift bespreekt dan samen met u de mogelijkheden. En u krijgt direct een exacte en vrijblijvende offerte. Of vraag gratis een brochure aan voor meer informatie.

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

*interview*

# ‘Oekraïne brengt eigen oorlogsherinneringen boven’

*Patricia Dashorst bij het Vredesteken Osdorp in Amsterdam, waar jaarlijks op 4 mei de oorlogsslachtoffers van de Tweede Wereldoorlog worden herdacht.*

**De oorlog in Oekraïne kan bij Nederlandse senioren pijnlijke herinneringen aan de Tweede Wereldoorlog oproepen. Psychiater Patricia Dashorst, werkzaam bij ARQ Centrum '45, merkt dat senioren de laatste maanden meer last hebben van verdrietige herinneringen en angstgevoelens. Haar belangrijkste advies: volg niet ál het nieuws en zoek afleiding.**

**D**e meimaand is voor veel senioren in Nederland vaak toch al een maand die veel herinneringen aan de oorlogsjaren oproept. In Nederland leven nog zo'n 1,5 miljoen mensen die de Tweede Wereldoorlog als baby, kind of jongere hebben meegemaakt. 'Je ziet altijd wel in de aanloop naar mei, dat mensen terugdenken aan hun jeugd in oorlogstijd', zegt Patricia Dashorst. Ze is als psychiater verbonden aan ARQ Centrum '45 (zie kader op pagina 27). Dit jaar zijn de herinneringen aan de Tweede Wereldoorlog bij veel Nederlandse ouderen heftiger dan in andere jaren. 'Door de beelden uit Oekraïne komt het gevoel van angst, dat sommige ouderen uit de oorlogsjaren kennen, sterker naar boven. Ze hebben meer nachtmerries, herinneren zich ineens meer details en zijn soms meer in zichzelf teruggetrokken.'

**Geen waarheidsvinding**

Dashorst ontmoette dit voorjaar, kort na het uitbreken van de oorlog in Oekraïne,

een mevrouw van 83 jaar die als baby bombardementen heeft meegemaakt in de Tweede Wereldoorlog. 'Nooit eerder had ze daarvan gedroomd, maar door de oorlogsbeelden uit Oekraïne kreeg ze ineens nachtmerries over de bombardementen die ze zelf had meegemaakt. Of die dromen een weerslag zijn van wat ze daadwerkelijk heeft meegemaakt of dat de nachtmerries ontstaan uit een combinatie van verhalen die ze als kind heeft meegekregen en beelden die ze nu ziet, is niet zo relevant. Als behandelaar hoef ik niet aan waarheidsvinding te doen, maar probeer ik met mensen ervoor te zorgen dat ze hun emoties, bijvoorbeeld angst en verdriet, weer beter kunnen hanteren.'

**Nieuwe oorlogen**

De oorlog in Oekraïne is niet de eerste oorlog die Nederlandse ouderen meemaken sinds de Tweede Wereldoorlog. Dashorst: 'Ook bij de oorlogen in Vietnam, Israël en Joegoslavië en recenter in het Midden-Oosten, kwamen herinneringen aan de eigen oorlogstijd weer boven. Het verschil is wel het soort herinneringen dat mensen aan de Tweede Wereldoorlog hebben: was je baby, kind, puber of volwassene? Ook de leeftijd tijdens een latere oorlog maakt verschil. Was je bijvoorbeeld tijdens de Joegoslavië-oorlog ongeveer vijftig of zestig jaar? Dat is een leeftijd waarop je nog veel afleiding hebt van werk of gezin. Op een leeftijd van tachtig of negentig worden mensen veel minder gedwongen om aan iets anders te denken.'

**Opnieuw angstgevoel**

Senioren realiseren zich maar al te goed dat de Oekraïne-oorlog - voor Nederlanders nu - niet goed te vergelijken is met de Tweede Wereldoorlog, zegt Dashorst. 'Maar toch kan van alles ervoor zorgen »

**'Door de beelden uit Oekraïne komt het gevoel van angst, dat sommige ouderen uit de oorlogsjaren kennen, sterker naar boven'**



# MEUBELZORG

advertentie

met hart voor u en uw meubels!



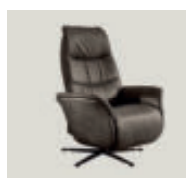
Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Lorient**



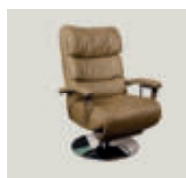
Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Zonza**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Triomphe**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Jolie**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Brignoles**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Santes**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Promenade**



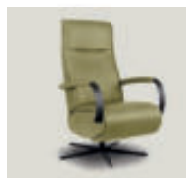
Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Lyon**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Lecci**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Nice**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Clifton**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Calvi**

## TOT WEL €1000 INRUILKORTING!\*

1000 KLEUREN IN STOF EN LEER

### Bij Meubelzorg altijd een relaxfauteuil of sta-op-stoel die bij u past!



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Sublime**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Toulouse**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Fameux**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Borgo**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Magnifique**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Cannes**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Nangis**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Blaize**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Marseille**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Maxim**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Pradet**

**RELAX-FAUTEUILS  
VANAF  
€ 695,-**

### Vraag nu de brochure en prijslijst aan!

Via [meubelzorg.nl](http://meubelzorg.nl)



\*actie alleen geldig op elektrische modellen

### Maatwerk

*Elke fauteuil is geheel  
op maat te leveren.*

**ONEINDIG AANTAL OPTIES**

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

- ✓ 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**  
Kreitenmolenstraat 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

**Amersfoort**  
Kraailandhof 11  
3828 JN Amersfoort (Hoogland)  
Ma t/m za: 09:00- 17:00  
Zo: gesloten

**Geleen**  
Egelantier 11  
6163 RB Geleen  
Ma t/m za: 09:00- 17:00  
Zo: gesloten

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

**WWW.MEUBELZORG.NL**

**BEL 085-0655292**

dat we die link leggen en zoveel jaar later het angstgevoel van toen opnieuw ervaren. Dat kan opgeroepen worden door beelden op tv of foto's die een link hebben met vroeger, maar ook door bepaalde geluiden of gebeurtenissen.'

Voor mensen met dementie kunnen jeugdherinneringen aan de oorlog extra indringend en verontrustend zijn, omdat zij zichzelf soms niet meer 'terug' kunnen brengen naar het heden. Dat staat los van de oorlog in Oekraïne, die vaak al snel uit het kortetermijngeheugen verdwijnt. 'Het langetermijngeheugen blijft het langst intact. Daardoor kunnen oorlogsherinneringen erg opspelen bij mensen met dementie. Het belangrijkste wat de omgeving kan doen, is iemand terugbrengen naar het heden, bijvoorbeeld met foto's van de kinderen en kleinkinderen. Bij nachtmerries kan het helpen om een lamp aan te doen voor de oriëntatie: kijk maar, je ligt in je eigen bed, niet in een schuilkelder.'

### Kijk niet te veel tv

Senioren gaan heel verschillend om met het nieuws over de oorlog in Oekraïne, ziet Dashorst. Terwijl de een goed geïnformeerd wil zijn, keert de ander zich af van het nieuws omdat dat te veel nare gevoelens oproept. 'Je kunt heel goed verdrietig worden van alle herinneringen die de actuele beelden naar boven brengen. De herinneringen aan de mensen of de spullen die je bent kwijtgeraakt of de herinnering aan het angstgevoel. Met de ervaring van nu krijg je als het ware het gevoel van toen terug. Bovendien ervaren sommige mensen de gebeurtenissen in Oekraïne ook als een dreiging voor ons nu in Nederland. Daar kun je heel somber en bezorgd van worden.'

Dashorst raadt aan: 'Kijk niet te veel tv. Als de beelden te zeer aangrijpen, is de radio of de krant een goed alternatief. En heel

belangrijk is om ontspanning te zoeken. Een wandeling in het mooie voorjaarsweer of een gesprek. Het is goed om anderen te vertellen dat je bang bent. Tot in detail over je eigen herinneringen vertellen, maakt je misschien van streek. Je kunt ook alleen iets over je gevoel vertellen. Daarmee geef je erkenning aan jezelf: die bezorgdheid en angst mogen er zijn.'

### De balans opmaken

Dashorst merkt de laatste weken dat senioren met hun opkomende jeugdherinneringen soms professionele hulp zoeken. 'Dat kan zeker helpen. Ik heb eerder mensen tussen de 80 en 85 succesvol behandeld voor een trauma. Daar ben je nooit te oud voor. Juist op hoge leeftijd kijken we terug op ons leven en maken we de balans op. Als verdriet of bezorgdheid de overhand dreigen te nemen, kan een behandeling nieuw evenwicht brengen: je bent verdrietig over wat je hebt verloren, maar ziet ook wat je wél hebt - bijvoorbeeld goed contact met kinderen en kleinkinderen.'

Ook naasten kunnen als niet-professionele hulpverleners een rol spelen als pijnlijke herinneringen bovenkomen, zegt Dashorst. 'Als iemand bedrukt of kortaf is en je vermoedt dat dat door pijnlijke herinneringen komt, vraag er dan gewoon naar: "Hoe gaat het? Heeft je stemming misschien te maken met wat er in Oekraïne gebeurt?" Luister naar wat mensen willen vertellen en wees gewoon even bij ze. Soms willen mensen hun héle verhaal kwijt en dat kan een uitputtingsslag zijn. De luisteraar kan helpen om te doseren: knip het verhaal in stukjes en zoek tussendoor afleiding in bijvoorbeeld een wandelingetje samen. Een luisterend oor kan enorm helpen.' ■



### WIE IS PATRICIA DASHORST?

Patricia Dashorst (1960) is sinds 1995 als psychiater verbonden aan ARQ Centrum '45, voorheen Stichting Centrum '45. Deze organisatie is onderdeel van ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum, gevestigd in Oegstgeest en Diemen. ARQ Centrum '45 behandelt mensen die psychische problemen hebben als gevolg van een schokkende gebeurtenis, zoals een aanslag, oorlog of een ramp. Naast traumatherapeut en relatie- en gezinstherapeut is Dashorst ook opleider voor artsen in opleiding tot psychiater en supervisor systeemtherapie en traumatherapie. Ze doet daarnaast onderzoek naar de gevolgen van de Tweede Wereldoorlog bij kinderen van overlevenden.

ons kloppend hart



# MANNEN VAN METAAL

## In Maarheeze halen de Mannen van Metaal elke dinsdagmiddag afgedankte apparaten uit elkaar om zoveel mogelijk onderdelen te recyclen.

**H**et is een echte mannen-activiteit, vinden ze. Lekker sleutelen, soms de botte bijl erin en ondertussen een beetje ouwehoeren. Ze halen defecte apparaten uit de milieustraat, krijgen onverkoopbare spullen uit de kringloopwinkel en soms staan er ineens een paar oude naaimachines voor de deur. Alleen handzame apparaten worden aangenomen en alles wordt gedemonteerd en gesorteerd. Bij een metaalgroothandel ruilen ze hun waren tegen marktprijzen. Van die opbrengst betalen ze de consumpties die ze gebruiken tijdens het slopen, kopen ze gereedschap en soms schenken ze aan een goed doel.

**1. André Tirion (78)** 'Eens in de zes weken als onze sorteerbakken vol raken, laad ik alles in mijn auto en rij ik naar de groothandel in Veldhoven. Na het wegen krijg ik een bon mee met de opbrengst van onze arbeid.'

**2. Jo van der Heijden (73)** 'Mensen vragen regelmatig of we ook apparaten repareren. Maar nee, wij maken dingen alleen hartstikke kapot. Er zijn ondertussen wel ideeën voor een repair café, dus wie weet, in de toekomst...?'

**3. Rob Felius (83)** 'Het is gezellig, nuttig en heel duurzaam. In elk apparaat zitten nog zoveel herbruikbare materialen. Ik vind het bovendien interessant om te ontdekken hoe machines in elkaar zitten.'

**4. Pim van der Werf (71)** 'Een beetje sleutelen trekt me wel. Thuis zit ik ook altijd te prutsen en soms repareer ik iets wat hier binnenkomt. Mijn kleindochter speelt nu met een zelf-gerepareerde laptop. Dat doet me een groot plezier.'

### WEETJE

Door de grote schaarste in grondstoffen doen de Mannen van Metaal momenteel goede zaken. Prijzen van onder meer ijzer en koper zijn het afgelopen jaar verdubbeld. Ook geheugenkaarten zijn gewild. Daar is – zij het in kleine hoeveelheden – goud in verwerkt

### ACTIVITEIT

Mannen van Metaal

### AFDELING

Seniorenvereniging Maarheeze

### AANTAL LEDEN

600

### DEELNEMERS

10

### LOCATIE

Ontmoetings-centrum Onze School

### OPBRENGST

Gemiddeld 75 euro per maand

### OOK OP DEZE LOCATIE

Onze School is de thuisbasis van Seniorenvereniging Maarheeze met veel activiteiten als biljarten, kaarten, darten, haken/breien, sjoelen, bloemschikken, jeu de boules, een fotoclub en ouderengym.

# Wilt u meer financiële armslag?

## Er kan veel meer dan u denkt!



Ook voor  
aan- en verkoop  
begeleiding



### Als u ouder wordt, ontstaan er uiteraard nieuwe financiële woonvragen:

- Hoe kan ik mijn overwaarde verzilveren?
- Hoe regel ik het financieel goed voor mezelf en mijn (klein)kinderen?
- Hoe kan ik profiteren van de lage hypotheekrente?
- Hoe zit het met mijn hypotheek en mijn pensioen?



### Profiteer nu van de mogelijkheden die u als senior op de woningmarkt hebt.

Het wordt tijd voor helderheid en antwoord op uw financiële woonvragen.



FVZ Vastgoed biedt helderheid en brengt uw financiële situatie in kaart. Wij komen bij u langs voor een vrijblijvend en kosteloos intakegesprek.



U kunt uw advies afspraak telefonisch of via de website inplannen.



## FVZ Vastgoed

antwoord op uw financiële woonvragen

# VERMAAK JE BIJ VAN TILBURG

*Mooi van Van Tilburg*

*vanTilburg*

elke  
**ZONDAG**  
GEOPEND  
12.00 - 17.00 UUR

NISTELRODE | 15.000M<sup>2</sup> MODE/SCHOENEN/SPORT | RUIM 600 MERKEN | GRATIS VERMAAKSERVICE | PERSONAL SHOPPING

VERMAAK JE IN DE GROOTSTE MODEWINKEL VAN NEDERLAND OF OP [VANTILBURGONLINE.NL](http://VANTILBURGONLINE.NL)

## Slechts € 15,-

### ☒ **KIES 3 MAALTIJDEN**

- ☐ Hollandse hachee, rode bietjes, puree
- ☐ Kalkoenbiefstukjes, tuinbonen, aardappeltjes
- ☐ Kibbeling, Mexicaanse groenten en krieltjes
- ☐ Runderstooflapje, rode kool appel en puree
- ☐ Halskarbonade, witlof met spek en krieltjes
- ☐ Babi pangang, groenten ananas, bami goreng
- ☐ Kip saté, nasi goreng met Indische groenten
- ☐ Gebakken zalmfilet, bladspinazie en puree

Stuur de bon (frankeren is niet nodig!) in een envelop naar:

**Stichting Maaltijdenexpres (ANBI)**

Antwoordnummer 60779, 5000WB Tilburg

Naam \_\_\_\_\_ m / v

Adres \_\_\_\_\_

Postcode \_\_\_\_\_ Telefoon \_\_\_\_\_

Woonplaats \_\_\_\_\_

Wij nemen contact met u op in verband met de bezorging.

ONS-2022-05



**knip uit stuur op!**

  
**maaltijdenexpres**

**013-5442513**

[www.maaltijdenexpres.nl](http://www.maaltijdenexpres.nl)

**GEZONDE KEUZE**



- Géén bezorgkosten
- 150 hoofdgerechten
- Zoutarm e.a. diëten
- Eiwit verrijkt eten

**50jaar** sinds 1972 de maaltijddienst!

**SOCIAAL BETROKKEN ORGANISATIE** (ANBI: Algemeen Nut Beogende Instelling)

Door uw bijdrage kunnen wij een grote groep mensen met afstand tot de arbeidsmarkt mee laten doen. Hierdoor leveren zij een zinvolle bijdrage aan de maatschappij. Vaste, vriendelijke bezorgers in herkenbare bedrijfskleding.

Aanbieding éénmalig alleen voor nieuwe klanten.

Boeken, films, uitstapjes en andere interessante dingen

## WANDELEN ALS VAN GOGH

Hoe zag Vincent van Gogh de natuur? U kunt het zelf beleven met de eerste wandelroute van het Van Gogh Nationaal Park. De route van 10 kilometer verbindt het erfgoed van Van Gogh in Nuenen direct met het landschap van Van Gogh Nationaal Park, een breed samenwerkingsverband van overheden, bedrijven en organisaties die landschap en natuur in Noord-Brabant willen versterken. Tegen de zomer worden nog vier andere routes gerealiseerd rondom Etten-Leur, Helvoirt, Tilburg en Zundert. Bent u benieuwd, kijk dan op onderstaande websites.

*Van Gogh wandelroute Nuenen.*

**Startpunt:** Vincentre, Berg 29 te Nuenen.

**Lengte:** 10 kilometer. **Meer informatie:**

[www.visitbrabant.com](http://www.visitbrabant.com) en

[www.vangoghnationalpark.com](http://www.vangoghnationalpark.com)



## 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

**'Oorlog is een  
laffe vlucht uit de  
problemen van  
de vrede'**

**THOMAS MANN  
(1875-1955)**

Duits auteur en winnaar  
van de Nobelprijs voor  
de literatuur

## Verhalenwandeling

Casper Hoenderdos zit vol verhalen, vooral uit de omgeving van Heeswijk-Dinther. Hij neemt de bezoekers van zijn Inspiratiemuseum in Heeswijk graag mee voor een verhalenwandeling. Onderweg door het beekdal van de rivier de Aa vertelt Casper waargebeurde verhalen die zich in het gebied hebben afgespeeld. Over de boer, de kasteelheer, de pater en de molenaar. Na de verhalen kijkt u voor altijd anders naar dit landschap, belooft Casper.

*Verhalenwandeling*, voor iedereen vanaf 12 jaar. **Plaats:** rond het Inspiratiemuseum of op een andere locatie in de buurt van Heeswijk-Dinther. **Adres Inspiratiemuseum:** Zandkant 7b, Heeswijk. **Duur:** 1,5 uur. **Tijden:** op afspraak. **Prijs:** een bedrag naar keuze. **Meer informatie** via 06 539 413 67.

## Levenskeuzes

*Ons*-lezer Gerard Goosens tipt het boek *Keerzijde van Oranje* van Ruud van der Linde. Met pseudoniemen beschrijft Van der Linde een waargebeurde familiegeschiedenis. De nu 86-jarige molenaarszoon Jan Vermeulen blikt terug op zijn leven, dat getekend werd door het vroege NSB-lidmaatschap van zijn vader. In het boek staan de karakterschetsen en drijfveren van de personages centraal, zonder te oordelen. Hoe maken we de belangrijke keuzes in ons leven en in hoeverre overzien we de consequenties daarvan? Schijnbaar kleine keuzes kunnen onuitwisbare gevolgen hebben.

*Keerzijde van Oranje*, Ruud van der Linde.

Uitgeverij Aspekt, ISBN 9789464240146,

€ 17,95 te koop via de (online) boekhandel.





## Zeven generaties onderwijs

In de loop van zeven generaties is het basisonderwijs enorm veranderd. Het Kempenmuseum De Acht Zaligheden in Eersel geeft in de tentoonstelling *De tijd zal het leren* een doorkijk in die 120 jaar, van de griffel tot de iPad. Een prachtige aanleiding om met uw (klein)kind in gesprek te gaan over het onderwijs van vroeger en nu!

*De tijd zal het leren.* Kempenmuseum De Achtzaligheden, Kapelweg 2 te Eersel.

**Openingstijden:** dinsdag tot en met vrijdag van 10.00 tot 17.00 uur; zaterdag en zondag van 13.00 tot 17.00 uur. De tentoonstelling is tot 30 mei 2022 te bezoeken. **Entree:** tot 12 jaar gratis; 13 tot 18 jaar € 2,50; volwassenen € 6,50.

## Gek van geld

Vanaf eind mei kunt u in het boek *Gek van geld* van Eef van Opdorp lezen hoe 'de weg naar financiële vrijheid' eruitziet. Eef van Opdorp is bekend van het tv-programma *Uitstel van Executie* (RTL4) en is voorstander van een positieve relatie met geld. Geen kille rekensommetjes, maar goed luisteren naar je gevoel – dat houdt ze haar lezers voor. Wellicht een

leuk cadeau voor uw kinderen of kleinkinderen? *Gek van geld*, Eef van Opdorp, uitgeverij Unieboek Het Spectrum, ISBN 9789000378821, € 21,99. Verschijnt eind mei.



**'We bouwen huizen om orkanen te weerstaan en maken schepen om in elke storm te varen. Er wordt gesleuteld aan een lamp die nooit kapot zal gaan. Het wil alleen nog niet zo lukken om de vrede te bewaren.'**

Uit: *Vrede* van Ruth Jacott. Met dit lied vertegenwoordigde ze Nederland op het Eurovisiesongfestival van 1993 in Ierland. Ze eindigde op de zesde plek.



**WIN!**

## Bijzondere grensgevallen

Het leven is goed in Brabant. Zeker in het groene gebied De Baronie, dat tussen Breda, Tilburg en de Belgische grens ligt. Stap op de fiets en verwonder u over al het moois dat deze regio zo groots maakt. Nieuw is de bundel *7 Bijzondere Grensgevallen* met zeven themafietsroutes langs de Nederlands-Belgische grens. Elke route heeft een eigen verhaal en laat u kennismaken met de culinaire, culturele en groene pareltjes. Tip: boek een camping, hotel of B&B en fiets een week lang door deze unieke regio. De fietsbundel kost € 8,95 en is verkrijgbaar bij de toeristische infopunten.

Wilt u kans maken op de fietsbundel? Like en volg **Toerisme de Baronie** op Facebook en laat via [info@toerismedebaronie.nl](mailto:info@toerismedebaronie.nl) weten waarom u de bundel wilt winnen. Op woensdag 25 mei worden de 25 winnaars via de Facebook-pagina bekend gemaakt. Voor meer informatie: [www.toerismedebaronie.nl](http://www.toerismedebaronie.nl)

*interview*

**MAYA LEE SCHREEF  
BOEK OVER HET  
OORLOGSVERLEDEN  
VAN HAAR MOEDER**

**De Slowaakse kleuterjuf Magda Hellinger werd op 25-jarige leeftijd gedeporteerd naar Auschwitz. In het boek *De nazi's kenden me bij naam* vertelt dochter Maya Lee (76) het ongelooflijke verhaal van haar moeder.**

**M**aya Lee zat midden in het schrijfproces van het boek over haar moeder toen ze in een winkel in haar woonplaats Melbourne aan de praat raakte met een vrouw. Ze kwamen erachter dat hun moeders allebei uit Slowakije kwamen. De vrouw vertelde dat haar moeder ook in Auschwitz had gezeten. Daar had iemand ervoor gezorgd dat ze niet met een dodenmars mee hoefde aan het einde van de oorlog, maar in een fabriek

kon werken. Dat redde haar leven. Maya Lee: 'Ik vroeg haar of ze zich de naam nog kon herinneren. "Magda Hellinger", zei ze. Toen ik zei dat dat mijn moeder was, vielen we elkaar in de armen.'

**Blokoudste**

In *De nazi's kenden me bij naam* lezen we dat dit niet het enige leven is dat Magda Hellinger redde. Als blokoudste redde de eigenzinnige en daadkrachtige jonge vrouw in Auschwitz honderden levens. 'Ze kiezen steeds een paar mensen uit onze groep, willekeurig, zonder aanleiding of reden, om toezicht te houden, als schakel tussen de moordenaars en slachtoffers. (...) Wij zijn verantwoordelijk voor alles waar de SS geen zin in heeft. Geloof me, dat is heel zwaar', zeg Magda in het boek. Lee: 'Mijn moeder was een sterke vrouw met leiderschapskwaliteiten. Ze was zich sterk bewust van het verschil tussen goed en kwaad. Ze had *chutzpah*, zoals we dat in het Hebreeuws zeggen: durf. Die eigenschappen zette ze continu in.' Magda was onder meer een tijdlang blokoudste van het beruchte *Block 10*, waar vrouwen verschrikkelijke medische experimenten ondergingen. Daar zorgde ze er op de eerste dag voor dat er in elk geval lakens en zeep beschikbaar waren voor de vrouwen. Later voorkwam ze met haar durf dat zij en driehonderd andere Slowaakse vrouwen naar de gaskamer werden gestuurd. Ook lukte het haar om zo'n honderd Hongaarse meisjes die voor de gaskamer stonden te wachten weg te loodsen. Ze bouwde een groot netwerk op in het kamp. Toen ze eens een weeklang de nachten in een sta-cel moest doorbrengen, een cel waarin ze met enkele anderen alleen maar kon staan, werd het haar bijna te veel. Dankzij haar netwerk hoefde ze overdag niet in de buitenlucht te werken, maar mocht ze de barakken schoonmaken. Daar hielpen anderen haar weer, zodat zij kon slapen. »

**'Mijn moeder had *chutzpah*, zoals we dat in het Hebreeuws zeggen: durf'**



## VOLLEDIG VERZORGDE VAKANTIE WEKEN VOOR SENIOREN

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

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

AL RUIM 30 JAAR EEN SUCCESVOL FAMILIEBEDRIJF  
MET PERSOONLIJKE AANDACHT!

VRAAG NAAR ONZE FOLDER EN ZOMERARRANGEMENT

Vraag naar de mogelijkheden



Scheibaan 5, 5062 TM Oisterwijk  
Tel. 013 528 2555

info@hoteldepaddestoel.nl  
www.hoteldepaddestoel.nl

## 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 speciaalzaak

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

## Matras met een ingebouwde (drukverlagende)topper

NIEUW!

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

€ 895,-

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

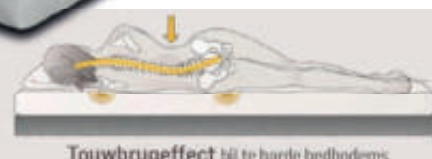


2<sup>e</sup> MATRAS  
CADEAU

Gemiddeld beoordeeld  
met een cijfer 8.9



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

## Memoires

Het boek staat vol met dit soort anekdotes. Magda zelf schreef ze op in haar memoires die ze in 2006, op 87-jarige leeftijd, in eigen beheer uitgaf. 'Mijn moeder had haar verhaal vaak verteld: aan Yad Vashem, aan het Washington Holocaust Museum, aan het Holocaust Museum hier in Melbourne. Ze schreef talloze brieven aan historici die haar om hulp vroegen bij hun boeken, maar ze zag haar verhaal daarin eigenlijk nooit terugkomen. Daarom is ze het zelf gaan opschrijven.' Na de oorlog trouwde Magda met Béla Blau, een man die ze had ontmoet in Auschwitz. Via Tsjechië en Israël kwamen ze uiteindelijk terecht in Australië, waar veel Hellingers na de oorlog naartoe waren gegaan. Maya Lee was toen negen. Als kinderen hadden zij en haar zus bijzonder weinig interesse gehad voor de verhalen van hun moeder. "Ja mam", zeiden we als ze weer aan een verhaal begon, "dat weten we al."

## Ongelooflijke vrouw

Pas later begreep Lee wat haar ouders hadden moeten doorstaan tijdens de oorlog. Een wonderlijke speling van het lot zorgde ervoor dat Maya Lee met het verhaal van haar moeder aan de slag ging. In 2016 kreeg ze een telefoontje van iemand uit Perth die haar vroeg naar meer informatie over een brief in een Hongaarse krant, waar Magda in haar memoires over vertelt. Het is een getuigenis van een vrouw, een arts, die Magda ontmoette in Auschwitz. 'Ik heb die brief toen laten vertalen en dat was het begin van een zoektocht naar nog meer getuigenissen en meer bronnen. Ik wilde het verhaal van mijn moeder verder uitwerken.' Lee las en herlas alle brieven die haar moeder aan onderzoekers had geschreven, ze luisterde naar haar getuigenissen. Een nicht van haar had veel mensen gesproken die door Magda waren geholpen: dankzij deze

bronnen kon Lee het verhaal van haar moeder verder verdiepen. Samen met een schrijver zette ze het op papier. 'Mijn doel was om zoveel mogelijk informatie over mijn moeder te verzamelen. Daardoor was het ook geen emotioneel proces: ik was vooral hard aan het werk. Pas later, toen ik het luisterboek voor het eerst hoorde, werd ik geraakt door het verhaal. Toen besepte ik eens te meer wat voor ongelooflijke vrouw mijn moeder was, hoe ze drieënhal jaar lang wist te doorgronden hoe de nazi's te werk gingen en hoe ze hen kon bespelen.'

## Geen slachtoffer

In haar verhalen zette Magda zichzelf nooit als slachtoffer neer. Zelfs niet toen na de oorlog verschillende vrouwen haar beschuldigden van samenwerking met de nazi's. Verschillende rechters in Tsjechië en Tel Aviv maakten gehakt van die beschuldigingen. Lee: 'Mijn moeder had in Auschwitz een nicht van haar een keer in het gezicht geslagen, om te voorkomen dat die nicht mee zou gaan naar het sanatorium. Daar zou ze vrijwel zeker naar de gaskamer worden afgevoerd. Met die klap in het gezicht redde mijn moeder haar leven, maar die vrouw verspreidde na de oorlog vervelende verhalen over mijn moeder. Toen ze een baby kreeg, stuurde mijn moeder mij en m'n zusje naar haar toe om haar te helpen. Dat had ik natuurlijk niet gedaan als ik had geweten wat die vrouw over mijn moeder zei. Maar mijn moeder raakte het niet. Zij wist dat ze zich nergens voor hoefde te schamen.' ■

### BOEK

*De nazi's kenden me bij naam, Magda Hellinger & Maya Lee, Uitgeverij Mozaïek, ISBN: 9789023960799, € 21,99, verkrijgbaar via (online) boekwinkels*



Al ruim 45 jaar het adres voor comfort en kwaliteit

# Teun Arts



Wij betalen  
uw  
brandstof!\*

Kijk op onze  
website voor  
de open  
zondagen!



**Levertijd?**

Ruim 250 relaxfauteuils direct uit voorraad leverbaar.



## 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 2000m <sup>2</sup> 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.

\*Bij aankoop vergoeden wij uw reiskosten van thuis naar Teun Arts en uiteraard weer terug. \*\* nvt op aktiemodellen, niet icm overige akties & aanbiedingen

## Ergonomisch Zitcomfort

Voorkom klachten door juiste zithouding



Zit u niet goed in uw bank of fauteuil?  
Heeft u regelmatig last van uw rug?  
Zit u met een kussentje hier en een kussentje daar?  
Heeft u steeds meer moeite met opstaan?  
Laat u dan eens adviseren voor een écht goede stoel.

Maak een afspraak met zitspecialist Miranda van Wijk voor advies en passing in onze showroom of bij u thuis!  
T: 013 - 521 22 23

De 5 basis voorwaarden voor verantwoord zitten




fitFORM

**VAN WIJK**  
ZITSPECIALIST

Kerkstraat 91A Oisterwijk Tel: 013 - 521 22 23  
www.vanwijkzitspecialist.nl  
Open: wo. t/m za. van 10.00 tot 17.00 u. of op afspraak.

## A.VAN DER LINDEN

CENTRUM VOOR VOETKLACHTEN

**WORDT JIJ ONZE NIEUWE COLLEGA?**  
KIJK OP [WWW.AVANDERLINDEN.NL](http://WWW.AVANDERLINDEN.NL) EN OP ONZE LINKEDIN PAGINA VOOR DE VACATURES

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 elk voetprobleem

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](http://WWW.AVANDERLINDEN.NL) voor locaties bij u in de buurt.

60 JAAR VAKMANSCHAP  
TIJD VOOR KWALITEIT  
VOETZORG OPZAT SINCE 1954

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



## Thuis aan Huis

ZORGWONINGEN

Thuis aan Huis is gespecialiseerd in het ontwerpen en bouwen van semi permanente huisvesting voor zorg en wonen door heel Nederland.

Wij helpen u graag in uw zoektocht naar een nieuwe woning.

Onze experts kunnen u meer vertellen over:

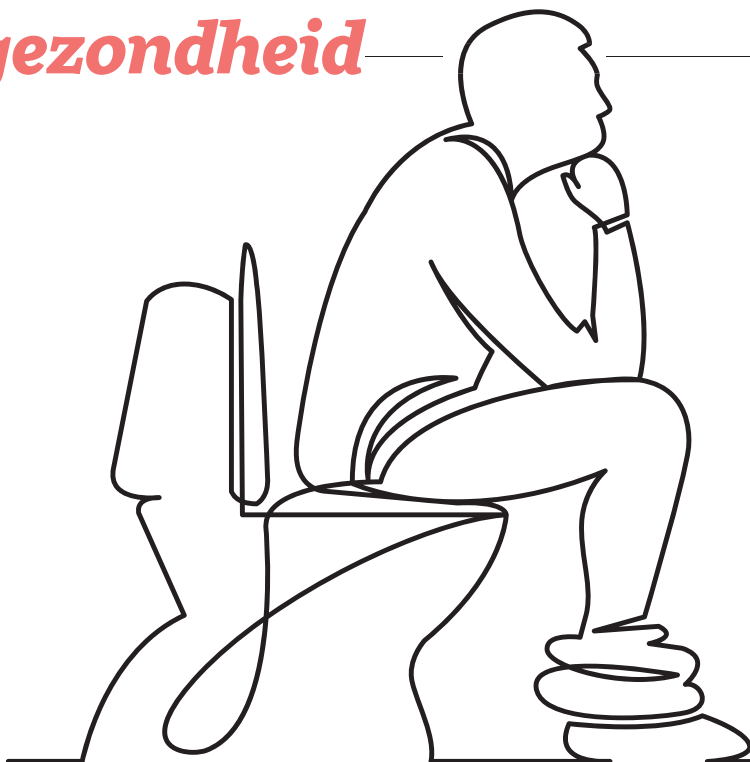
- ✓ Keuze van een woning
- ✓ Kosten van een woning
- ✓ Plaatsingsmogelijkheden
- ✓ Levertijden
- ✓ Vergunningen




Wat wij u kunnen bieden:

- ✓ Eigen productie
- ✓ Woning volledig op maat, voor elk budget
- ✓ Wij luisteren naar uw wensen en behoeften
- ✓ Begeleiding van startaanvraag tot oplevering

U kunt vrijblijvend contact met ons opnemen via 085 - 888 42 00 of per mail [info@thuisaanhuis.com](mailto:info@thuisaanhuis.com)



## PLASPROBLEMEN: HET TABOE MOET ERAF

**Een zwakke straal, lang nadruppelen, één keer niezen en een natte onderbroek: plasproblemen bij senioren komen veel voor, bij zowel mannen als vrouwen. Loop er niet mee door, want er is veel aan te doen zegt uroloog Saskia Weltings van het Zaans Medisch Centrum.**

### *Wat voor plasproblemen kunnen mannen krijgen als ze ouder worden?*

‘Problemen als moeilijk plassen, vaak moeten plassen, lang nadruppelen, het toilet niet halen en urine verliezen. De klachten ontstaan meestal doordat de prostaat in de loop der jaren groter wordt. Dit geeft niet altijd klachten, maar wel als de plasbuis daardoor in de verdrukking komt. Mannen zijn soms bang voor prostaatkanker, merk ik. Goed dus om te weten dat een prostaatvergroting vaak goedaardig is.’

### *En vrouwen?*

‘Zij hebben moeite met hun plas ophouden, voelen pijn bij het plassen of plassen steeds kleine beetjes. De oorzaken zijn bijvoorbeeld een overactieve blaas of een blaasontsteking. Ook urineverlies door stressincontinentie komt veel voor. Dan verlies je kleine beetjes urine bij onder andere tillen, niezen of springen. De oorzaak is een verslapping van de bekkenbodemspieren. De bekkenbodem is een soort hangmat van spieren en bindweefsel die de organen in het bekken draagt.’

## Hoe merk je dat je een plasprobleem hebt?

‘Moet je vaker naar de wc dan anderen, verlies je urine als je bijvoorbeeld lacht, voel je pijn bij het plassen of ben je overdag niet uitgerust omdat je vijf keer per nacht naar de wc gaat? Dan is er echt iets aan de hand en raad ik aan om naar de huisarts te gaan. Bij mannen is twee keer per nacht een wc-bezoek trouwens acceptabel.’

## Hebben mensen er veel last van?

‘We horen vaak dat mensen zich opgelaten voelen, omdat ze denken dat iemand hun urineverlies ruikt of ziet. Of ze doen minder dingen buitenshuis uit angst dat er onderweg geen toilet te vinden is. Soms zijn ze bang dat het opvalt dat ze steeds moeten plassen als ze op visite zijn. Bovendien raken mensen soms oververmoeid als ze 's nachts steeds uit bed moeten vanwege plasdrang. Wat ook niet leuk is: een boete krijgen voor wildplassen als er geen wc in de buurt is en je het niet kunt ophouden.’

## Welke oplossingen bestaan er voor plasproblemen bij vrouwen?

‘Blaasontstekingen komen minder vaak voor als je veel drinkt en de ontlasting soepel en regelmatig houdt. Dat doe je door veel vezels te eten: zowel onoplosbare als oplosbare. Onoplosbare vezels zitten bijvoorbeeld in asperges, koolsoorten, wortels, paprika's, bonen, noten en quinoa. Ze nemen vocht op, waardoor de ontlasting dikker en soepeler wordt. Oplosbare vezels zijn goed voor een gezonde darmflora en zitten onder meer in zoete aardappel, pompoen, banaan, ui en haver. Drink daarnaast minimaal anderhalve liter per dag, probeer stress te vermijden en veel te bewegen. In geval van stressincontinentie kan een bekkenfysiotherapeut helpen bij het trainen en ontspannen van de spieren rondom het bekken. Soms is een operatie

mogelijk om de plasbuis te ondersteunen. Bij hinderlijke aandrangklachten kunnen medicijnen helpen.’

## En voor plasproblemen bij mannen?

‘De huisarts kan medicatie voorschrijven. Ook kan een huisarts of bekkenfysiotherapeut mannen leren om beter uit te plassen en nadruppelen te verminderen. Daarnaast kan de prostaat met een operatie worden uitgehold als medicijnen niet voldoende werken. Via de plasbuis halen we een gedeelte van de prostaat weg zodat de plasbuis meer ruimte krijgt. Urolift is een vrij nieuwe en minimaal invasieve behandeling: hierbij worden veel kleinere sneetjes gemaakt dan bij een ‘klassieke’ ingreep. Dan hangen we de prostaat op met een soort nietjes, zodat er meer ruimte ontstaat om te plassen.’

## Wat kunnen we zelf doen?

‘Probeer 's avonds na 20.00 uur niet veel meer te drinken. Laat koffie, alcohol en frisdranken zoveel mogelijk staan, want die prikkelen de blaas. Plas rechtop zittend, laat de plas vanzelf op gang komen, neem er de tijd voor en onderbreek de straal niet. Oefeningen voor de bekkenbodem versterken de spieren rond de blaas en trainen de sluitspier van de blaas. Dat kan plasklachten verminderen. Verder is het voor een gezonde blaas verstandig om niet te roken. Verlies je regelmatig urine? Bij de drogist is incontinentiemateriaal te koop in verschillende diktes. Heb je het regelmatig nodig, dan kan de huisarts of uroloog soms een vergoeding regelen.’

## Wat raad je senioren met plasproblemen verder aan?

‘Schaam je vooral niet. Je bent echt de enige niet en het taboe moet eraf. Ga je niet meer de deur uit omdat je bang bent dat er geen wc in de buurt is? Praat erover met je huisarts. Er is vaak een oplossing.’ ■

## 2 handige apps

- Met spoed wc gezocht! Met de gratis **HogeNood app** op uw smartphone vindt u direct het dichtstbijzijnde toegankelijke toilet.
- Aandrang- of inspanningsincontinentie? Met de gratis app **URinControl** van onderzoekers van het UMCG kunt u zelf aan de slag met een trainingsprogramma op maat. Met oefeningen om de aandrang te verleggen en de bekkenbodemspieren sterker te maken.

Beide apps kunt u vinden in Google Play (Android) of in de App Store (iPhone).



# De Scootmobiel Winkel

SPECIALIST IN MOBILITEIT



## ACTIE:

1 jaar GRATIS  
verzekering en pechhulp  
(op nieuwe scootmobielen)

€ 100,- korting  
op vertoon van de  
advertentie

### Showroom:

Kade 40, 4703 GH Roosendaal,

0165-820983

[info@descootmobielwinkel.nl](mailto:info@descootmobielwinkel.nl)

[www.descootmobielwinkel.nl](http://www.descootmobielwinkel.nl)

**Wout van Reijen (84) uit Halsteren:**

## ‘Die prachtige schuiten zijn mijn grote hobby’

**De zolder van modelbouwer Wout van Reijen is een klein scheepvaart-museum. Houten schaalmodellen van roemruchte zeilschepen uit de geschiedenis bouwt hij er. Met materialen die hij zelf zoekt, verfijnt en met veel technisch inzicht in elkaar zet.**

‘Ik ben geboren aan de dijk en heb mijn hele leven al iets met water en zeilschepen. Vooral houten zeilschepen, voortgetrokken door de wind, met stalen schippers en bemanning. Reken maar dat het leven van zeelui hard was aan boord. Van die prachtige schuiten heb ik mijn grootste liefde gemaakt. Ik bouw ze eigenhandig op schaal tot in het kleinste detail, met hout dat ik overal opscharrel. Afval-latjes zijn mijn bouwmaterialen voor de vroegere oorlogs- en vrachtschepen uit binnen- en buitenland, zoals de schepen van de VOC en de WIC. Zelfs de kanonnen maak ik zelf in mijn draaibank. In de loop van de tijd heb ik veertien schepen verkocht, maar er staan er hier nog wel dertig in volle zeilen. En ik ben nog niet klaar. Een mens hoeft zich niet te vervelen. Start een hobby!’ ■

Tot  
**€750,-**  
inruil!\*



\*Vraag naar de voorwaarden

advertentie



*Well-Fair*

Zelfstandig en comfortabel ouder worden...

### 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.

Gratis brochure?

**0341 277 010**

[www.well-fair.nl](http://www.well-fair.nl)





# GOED VOORBEREID UW TOEKOMSTIGE ZORG REGELEN

Vroeg of laat gebeurt het: er is extra zorg nodig voor uzelf of uw partner, of een van uw ouders heeft behoefte aan meer hulp dan naasten kunnen bieden. Wat nu? Welke zorg is nodig, wat kan er allemaal en hoe regelt u dat?



**N**icole Faassen werkt als zorgadviseur bij het Kennisloket Thuis in Blijvende Zorg, een initiatief van VGZ. Zij vertelt over wat ze allemaal kan doen voor mensen die wel wat hulp kunnen gebruiken. 'Het Kennisloket geeft advies over ouderenzorg. En dat is heel fijn, want het Nederlandse zorgstelsel zit best ingewikkeld in elkaar.'

### Vraag achter de vraag

Alle inwoners van Brabant met vragen over ouderenzorg kunnen het Kennisloket Thuis in Blijvende Zorg bellen: mensen die zelf zorg nodig hebben, maar ook mantelzorgers, kinderen of de partner. De beller hoeft niet te vertellen over wie het gaat. Faassen: 'We vragen eerst

wat er precies aan de hand is, waar de beller tegenaan loopt. Het kan zijn dat de zorg steeds zwaarder wordt en dat de mantelzorger het niet meer goed aankan. Dan vraag ik wat de beller zelf al doet, of er thuiszorg is, en waar het spaak loopt. Het gaat eigenlijk om de vraag achter de vraag. Daarna bespreken we de verschillende mogelijkheden die er zijn: dit past goed bij de situatie en dat niet. Vaak blijkt dat klanten vooral thuis meer hulp nodig hebben. Dan kijken we samen bij welke instantie ze het beste terecht kunnen: bij de gemeente, de zorgverzekeraar of het Zorgkantoor.'

### Samen met gemeenten

Het Kennisloket heeft goede afspraken en werkt nauw samen met gemeenten. De zorgadviseur van het Kennisloket kan bijvoorbeeld - alvast zonder namen te noemen - contact opnemen met de gemeente om te zien wat de mogelijkheden zijn in een bepaalde situatie. 'Zo voorkomen we dat mensen steeds weer naar een ander loket worden verwezen en elke keer weer opnieuw hun verhaal moeten doen. Na elk gesprek sturen we een mail met een samenvatting van het gesprek en met linkjes naar de informatie. Zo kan de hulpvrager alles nog even rustig teruglezen. We vragen altijd of de beller het prettig vindt om na een week of twee gebeld te worden om te vragen of het allemaal is gelukt en of er nog meer vragen zijn. Het gebeurt wel eens dat er nieuwe hulpvragen komen als alles even is bezonken.'

### Eenzaamheid en financiën

En dat is niet het enige. Het Kennisloket Thuis in Blijvende Zorg werkt ook samen met KBO-Brabant. Soms is de vraag achter de vraag geen zorgvraag, maar een ethische, een maatschappelijke of een financiële >>

### KENNISLOKET THUIS IN BLIJVENDE ZORG

Heeft u zorg nodig maar weet u niet waar u moet zijn? Het Kennisloket Thuis in Blijvende Zorg helpt u de zorg te vinden die u nodig heeft en weet waar u daarvoor moet zijn. Soms is dat bij de gemeente via de Wmo, andere keren bij de zorgverzekering of het Zorgkantoor (Wet langdurige zorg). De zorgadviseurs van het Kennisloket staan voor u klaar, ook als u niet bij VGZ verzekerd bent. Samen met u bekijken ze welke zorg u nodig heeft en hoe u dat kunt regelen. U kunt gratis bellen naar (088) 131 16 57; of kijk op [www.vgz-zorgkantoren.nl/kennisloket](http://www.vgz-zorgkantoren.nl/kennisloket)



**NICOLE FAASSEN**  
Zorgadviseur bij het Kennisloket Thuis in Blijvende Zorg, een initiatief van VGZ

vraag. Over eenzaamheid of hoe het allemaal betaald moet worden. 'Dan komen de adviseurs van KBO-Brabant in beeld, deskundige vrijwilligers die zijn opgeleid om verder te helpen. Die samenwerking is heel mooi, we vullen elkaar prachtig aan.'

## Wet langdurige zorg (Wlz)

De meeste vragen gaan over langdurige zorg, vertelt Faassen. 'Vaak bellen er mensen die van hun zorgprofessional of iemand anders in hun omgeving hebben gehoord dat ze moeten gaan nadenken over langdurige zorg. Zij willen dan weten hoe je die aanvraagt en waar. En wat de voor- en nadelen zijn. Veel mensen denken dat langdurige zorg betekent dat je in een verpleeghuis wordt opgenomen, maar dat hoeft niet zo te zijn. We kunnen ook thuiszorg of begeleiding aanraden en

**'Het is belangrijk om tijdig een en ander uit te zoeken en het er niet op aan te laten komen'**

## Samen sterk in hulp

Het Kennisloket Thuis in Blijvende Zorg werkt nauw samen met KBO-Brabant. De vrijwillige adviseurs van KBO-Brabant komen bij mensen thuis en ontdekken dat de zorgvraag eigenlijk te groot wordt. Het valt op dat er meer zorg nodig is. De adviseurs van KBO-Brabant kunnen dan het Kennisloket bellen voor extra advies. Ook kan het Kennisloket een adviseur van KBO-Brabant inschakelen als het om maatschappelijke vragen gaat, zoals eenzaamheid.

De adviseurs van KBO-Brabant weten waarvoor ze het Kennisloket kunnen inschakelen. In november 2021 zijn er vier voorlichtingssessies geweest. Ook zorgadviseurs van het Kennisloket weten dat ze voor hulpvragers de adviseurs van KBO-Brabant kunnen inschakelen.

leggen dan uit hoe je dat kunt aanpakken. Het gaat er vooral om dat mensen weten welke mogelijkheden er zijn. En misschien zijn er wel oplossingen waar ze nog niet aan hebben gedacht. Vaak bellen partners of kinderen ons, omdat ze tegen hun grenzen aanlopen. Hun hulpvraag luidt dan vooral: wat nu?'

## Gerustgesteld

Onlangs belden twee zussen het Kennisloket. Hun vader had een beroerte gehad en zij vroegen zich af hoe zij de zorg het beste konden regelen. Faassen: 'Een indicatie voor de Wet langdurige zorg leek nog niet aan de orde, maar we hebben de zussen wel op weg kunnen helpen door te vertellen over de mogelijkheden van persoonsalarmering en dagbesteding. Het gesprek - online vanwege corona - duurde wel anderhalf uur, zoveel vragen hadden ze. In het begin van het gesprek waren ze bijna in paniek. Aan het eind waren ze gerustgesteld. Dat was heel mooi om te zien.'

## Tijdig uitzoeken

'Het is belangrijk om tijdig een en ander uit te zoeken en het er niet op aan te laten komen', benadrukt Faassen. 'Als er eenmaal een echte crisis is ontstaan, worden mensen erdoor overrompeld. De mogelijkheden zijn in zo'n situatie vaak beperkt en dat is zonde. Wie zich eerder laat informeren kan zijn wensen op een rijtje zetten en is beter voorbereid op wat mogelijk komen gaat.' ■

# Samenwerking met zorginstanties en gemeenten

**VGZ werkt samen met verschillende zorgorganisaties en gemeenten in Brabant, ook met de gemeente Tilburg. Esther Hendriks (strategisch manager regio bij Coöperatie VGZ) en Rolph Dols (wethouder Zorg en Welzijn gemeente Tilburg) vertellen over een paar initiatieven in de regio die tekenend zijn voor hoe de samenwerking ook in andere regio's verloopt.**

**Esther:** 'De samenwerking tussen VGZ en de gemeenten in Brabant is ontstaan omdat we mensen willen helpen. Senioren denken niet in systemen, terwijl de zorg vaak wel zo geregeld is. Laatst belde een vriendin op. Haar moeder was van de trap gevallen. Ze belde mij en vroeg: "Mama ligt in het ziekenhuis, wat nu?" Toen moest ik zelf ook even nadenken. Ik heb haar doorverwezen naar het Kennisloket en zij hebben haar uitgelegd waar en hoe ze de zorg kan regelen.'

**Rolph:** 'De burger die hulp zoekt, krijgt nog te vaak te maken met allerlei loketten en partijen. Dat kunnen we oplossen door over onze muurtjes heen te kijken. Dat doen we niet alleen lokaal maar ook landelijk. Vooral bij preventie, GGZ en ouderenzorg. Gemeente Tilburg is in 2019 begonnen met zogenaamde Fijn-thuis-gesprekken, preventieve gesprekken na een ingrijpende gebeurtenis, zoals het overlijden van een partner. Daarbij gaan we bij de mensen thuis langs om te vragen hoe het gaat. Als je voor de deur staat, begint het vaak met: "Wa komde doen?" en vervolgens kom je er niet meer weg, haha. De gemeente besteedt ook geld aan dementievriendelijke wijken en winkelcentra. Ik geloof in meer aandacht aan de voorkant, en investeren in goede voorbereiding op wat komen gaat.'

**Esther:** 'Het is niet leuk om op je zestigste al te bedenken wat je nodig hebt om zelfstandig te kunnen blijven wonen. Maar het is wel verstandig. Het gesprek over "wat als een van ons dementie zou krijgen" zouden we allemaal eerder moeten voeren. Of over vragen als: hoe kan ik zo lang mogelijk verantwoord thuis blijven wonen, en wat als mijn partner geen mantelzorg (meer) kan verlenen? KBO-Brabant, AlzheimerNL, maar ook zorgorganisaties De Wever, Mijzo en Thebe kunnen mantelzorgers helpen. Ook zijn er in verschillende wijken en dorpen inloopcafés of Alzheimercafés waar mensen terecht kunnen. En ze kunnen natuurlijk ook het Kennisloket Thuis in Blijvende Zorg bellen.'

**Rolph:** 'Het belangrijkste is nabijheid. Gemeenten, Coöperatie VGZ en KBO-Brabant willen en moeten het samen zo organiseren dat de individuele oudere voelt: daar kan ik terecht. De oplossing daarvoor ligt niet in beleidsnota's maar in de wijken zelf.'



**ESTHER HENDRIKS**  
Strategisch manager regio  
bij Coöperatie VGZ



**ROLPH DOLS**  
Wethouder Zorg en Welzijn  
gemeente Tilburg





## MIDWEEK LENTE KRIEBELS

v.a.  
**€ 380,=**  
P.P

- ✓ Midweek van 2 April tot 6 Mei
- ✓ Ontvangst met koffie/thee en lekkers
- ✓ Halfpension & lunchpakket
- ✓ Wandel en fietsroutes
- ✓ Modeshow & Dagtocht Dinerreise Harderwijk
- ✓ Met z'n tweeën? 2-persoons kamer €25,00 korting p.p.
- ✓ Meer luxe? 2-persoons kamer de luxe €10,50 korting p.p.

Liever een hele week vakantie met ophaal- & wegbreng service van & naar de opstapplaats? Bekijk onze weekarrangementen (v.a. €595,00), boekbaar van 16 april tot 1 oktober. (M.u.v. 30-6 mei)

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

Scan hier het volledige programma  
Kijk ook eens op ons 3-daags  
junior-senior arrangement  
& andere arrangementen!



[www.hotelhetlandhuis.nl](http://www.hotelhetlandhuis.nl)



## Geef liefde een nieuwe kans!

Samen oud worden was de bedoeling, maar het leven besliste anders. Het Relatiebureau (v/h Stichting Date) kan u helpen zoeken naar een nieuwe partner, discreet en vertrouwd.

**Het Relatiebureau**  
Duurzame relaties

- Persoonlijke begeleiding en voorstellen
- Onbeperkte kennismaking en hoge slagingskansen
- Wij werken landelijk, een consulente bezoekt u altijd thuis



**Het Relatiebureau**  
Bel 085 - 0765 365  
of mail  
[info@hetrelatiebureau.nl](mailto:info@hetrelatiebureau.nl)  
[www.hetrelatiebureau.nl](http://www.hetrelatiebureau.nl)

Erkend door BVSK / Singleskeurmerk / Geschillencommissie

# Het vakantiegevoel...

zodra u de deur uitstapt




**Schiphol Travel Taxi**

- Geen gesleep met koffers;
- Vanaf uw deur tot aan de vertrekhal en retour;
- 24 uur per dag, 7 dagen per week;
- Door heel Nederland;
- Gegarandeerde beschikbaarheid;

**Schiphol Business Taxi**

- Snel met een luxe taxi van en naar de luchthaven voor een zakelijke trip;
- Op tijd en vóór de vertrekhal uitstappen zodat u direct kunt inchecken;
- Last minute reserveren mogelijk, géén wachttijden;
- Additionele services, zoals begeleiding van en naar de gate mogelijk.

Met Schiphol Travel Taxi begint uw vliegreis op de drempel van uw eigen deur. Waar u ook woont, wanneer u wilt. Geen gesjouw met koffers of afhankelijk zijn van wegbrengers en afhalers. Op de avond voor vertrek wordt uw ophaaltijd bevestigd.



**Reserveren:**  
Via uw ANVR reisbureau, Schiphol.nl  
of bel met 0900-8876 (€ 0,10 p/min.)  
[schiphol.nl/traveltaxi](http://schiphol.nl/traveltaxi)

**Schiphol**  
Welcome to Amsterdam Airport



## 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. 5.001/22

Ik ben op zoek naar een maatje. Ben een alleenstaande man van 75 jaar jong en houd van fietsen, wandelen met de hond en vooral vakantie met het vliegtuig naar de zon of een trektocht met de caravan. Ik zoek contact met een vlotte, ruimdenkende vrouw rond de 75 jaar die nog wil genieten van 't leven samen, bij voorkeur uit Zuidoost-Brabant of Noord-Limburg. Reacties liefst met foto. U krijgt altijd een berichtje terug.

### BR.O.NR. 5.002/22

Ik ben weduwe en zoek een maatje dat houdt van dansen en gezellig samen uitgaan. Het liefst van ± 1.80 m en ± 70 jaar oud, met normaal postuur en niet-kalend. Graag bericht met foto, omgeving 0411. Ik stuur een bericht terug.

## 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](mailto: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](http://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!

### BR.O.NR. 5.003/22

Ik ben een alleenstaande vrouw, 77 jaar en sinds vierenhalf jaar weduwe. Ben het thuiszitten beu. Ik ben geen type om alleen met vakantie te gaan; dat zou ik graag willen doen met een maatje. Ik ga graag op pad, leuke dingen doen, bijvoorbeeld bioscoop, toneel, horeca (terrasje, eten), wandelen, fietsen enzovoort. Mijn voorkeur gaat uit naar een vrouw van mijn leeftijd (iets jonger of ouder is geen probleem) om samen deze leuke dingen te doen. Voor de duidelijkheid: géén relatie, alleen vriendschap.

### BR.O.NR. 5.004/22

Stevige vrouw, derde jeugd, francofiel, zoekt fijne maat, volgeling van Ilja Gort, voor gezelligheid. Trefwoorden: naturel en eerlijk. ± 75 jaar. Wie durft?

### BR.O.NR. 5.005/22

Ik heb lang samengewoond maar mijn partner is overleden. Ik ben een man van 69 jaar en kom graag in contact met een eenvoudige vrouw, liefst niet-rokend, in de regio Veghel. Ik rijd auto en ga graag fietsen. Fijn om een reactie van je te ontvangen.

### BR.O.NR. 5.006/22

Ik ben een man van 60+ en ben op zoek naar een leuke, slanke man van tussen de 70 en 85 jaar om samen leuke dingen te gaan doen. Ik ben erg graag in de natuur om te genieten van de vogels en dieren die daar leven. Bij mooi weer ga ik graag fietsen, een dagje ergens naartoe of gezellig bij elkaar op de koffie en wat buurten over alles en nog wat. Graag werk ik in mijn mooie tuin en geniet ik van de vogels en de bloemen. Graag bied ik een helpende hand aan mensen die het wat moeilijker hebben, bijvoorbeeld met een klusje of in de tuin werken. Ik heb een auto en afstand is geen bezwaar. Beste mannen, als je reageert krijg je altijd een bericht terug.

# NIEUW in Nederland

Zo lang mogelijk Zelfstandig Thuiswonen!

## HET NIEUWSTE TYPE **SENIOREN** BOXSPRING!

Voor het eerst een **hoog-laag bed** en **boxspring in -1**. Wie wil er nu een 'ziekenhuis-achtig' 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!

### Dus wilt u ook:

- Zo Lang mogelijk **zelfstandig** thuis wonen?
- Gemakkelijk rechtopstaand onder uw bed kunnen stofzuigen?
- Bed (uit elkaar) kunnen verrijden?
- Eenvoudig uw bedden kunnen verschonen? en indien nodig een goedgekeurde zorgbed voor later?

Dan is onze nieuwste type senioren Boxspring zeker iets voor u!

543 mensen gingen u voor!

### WINNAAR BESTE IDEE 2021!

#### De Goedkoopste van de BeNelux!

Oude bed? Dat voeren wij kosteloos voor u af. Lever uw oude bed in en u ontvangt max. € 500,- retour.

### 50% KORTING! ALLEEN VOOR LEZERS VAN DIT BLAD\*

NU elektrisch verstelbaar rug en benen + **HOOG/LAAG!**

**€ 1995,-\*** i.p.v. ~~€ 3995,-~~

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

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

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

**Tillift alsmede zijrekken geschikt!**

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

543  
mensen  
gingen u voor  
beoordeeld met  
**8,9**

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

## Puzzel mee en win! 2 x 2 entreetickets voor Kasteeltuinen Arcen.

In Kasteeltuinen Arcen vindt u een veelzijdige bloemen- en plantenpracht, verdeeld over vijftien unieke kasteeltuinen. Deze tuinen bevinden zich rondom het zeventiende-eeuwse kasteel van Arcen met buitenplaats. Voor oud en jong is hier van alles te zien en beleven: er zijn een minigolfbaan, een dierenweide en een strandje, en regelmatig worden er exposities en activiteiten georganiseerd. Meer informatie vindt u op [www.kasteeltuinen.nl](http://www.kasteeltuinen.nl)



In elke editie van **Ons** maakt u kans op een leuke prijs. Los de puzzel op, stuur uw oplossing naar de redactie en win entreetickets voor **Kasteeltuinen Arcen**.

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.

|            |            |            |
|------------|------------|------------|
| ACTIEPLAN  | KOSMOS     | MOORS      |
| AMPEL      | KRABBELAAR | OMTOVEREN  |
| ANJER      | KRUIDEN    | OPSCHIK    |
| APERT      | LAMEL      | PALEISMUUR |
| ARENA      | LEEMTE     | PUTJE      |
| BREUK      | LEVEN      | RECHTSHULP |
| CHIQUE     | LOIPE      | SENATOR    |
| DAGTEKENEN | LUNCH      | SPARTA     |
| FIKSEN     | MARIHUANA  | TOEVAL     |
| IMMIGRANT  | MEEST      | TREFZEKER  |
| INERTIE    | MELODIEUS  | TUKJE      |
| INSELBAAR  | METRO      | UITSTOOT   |
| JUMPER     | MEUTE      | ZENIT      |
| KAKETOE    | MOMENT     | ZOMERJAPON |

Stuur de oplossing van de puzzel, uw naam, adres en telefoonnummer vóór 20 mei 2022 naar: Redactie *Ons*, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch. Of mail naar: [puzzelpagina@kbo-brabant.nl](mailto:puzzelpagina@kbo-brabant.nl) en vermeld als onderwerp 'puzzel Ons 5'.

### Winnaars puzzel Ons 3

De oplossing van de puzzel was: **Literatuur**. De winnaars van het boek *De eenzame schaatser* zijn:  
 G. van der Coer-Vollenberg,  
 J. van der Putten,  
 M. Schulen,  
 T. van Velthoven en  
 C. Verstegen  
 Hartelijk gefeliciteerd!

**SCOOT<sub>2</sub>BE**

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**



**Let op! langere levertijden = op tijd bestellen**



**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.



**Thuiszorg Matilda**  
Zorg zoals u die wenst



**Zorgeloos de lente door**

Huishoudelijke hulp, Begeleiding en Wijkverpleging

AL MEER DAN **16 JAAR** betrokken, behulpzaam en bekwaam.

076 - 886 28 42  
info@thuiszorg-matilda.com

Kijk voor meer informatie op: [thuiszorg-matilda.com](http://thuiszorg-matilda.com)

## FIETS ARRANGEMENT DRENTHE



Geniet op de fiets van de  
natuur van het Drents  
Friese Wold.

3 Dagen vanaf € 139,50 p.p.  
inclusief ontbijt en diner!



Dorpsstraat 38  
Zorgvlied

Telefoon 0521 387 212  
Email [info@villa-nova.nl](mailto:info@villa-nova.nl)

[WWW.VILLA-NOVA.NL](http://WWW.VILLA-NOVA.NL)



**GRATIS** met  
een naam gegraveerd

(advertentie)



- Een echte roos – geconserveerd voor de eeuwigheid in meer dan 128 stappen
- Glazen vaas met ontroerende gravure (in het Engels) “Degenen van wie we houden, zijn nooit weg, ze begeleiden ons iedere dag”



Inclusief hoogwaardige  
cadeaubox met echtheids-  
certificaat

Hoogte: ca. 30,5 cm hoog

Artikelnummer: 01-31753-001P

Artikelprijs: € 129,90

(ook betaalbaar in 3 maandtermijnen à  
€ 43,30), plus € 7,95 verzendkosten\*



# Onze liefde duurt eeuwig

## Echte roos met goudplattering

Of nu een geliefde is overleden of dat vrienden en familie ver weg wonen: Als we ze in ons hart dragen, zijn ze altijd bij ons – elke dag. Denk aan een geliefde of geef een onvergetelijk cadeau – met deze roos voor de eeuwigheid!

De echte witte roos, vers geplukt op het hoogtepunt van haar schoonheid, wordt in meer dan 128 precieze stappen speciaal voor de eeuwigheid geconserveerd. De gekartelde randen van de bladeren en de hele steel zijn voorzien van een kostbare goudplattering. Aan de steel hangt een goudgeplaatte hartje, dat wij **GRATIS** voor u graveren met een naam naar keuze. Vul de naam in op het bestelformulier (max. 10 tekens, inclusief spaties en koppeltekens). U ontvangt de op maat gemaakte bloem in een edele facetgeslepen glazen vaas met een ontroerende gravure.

### Exclusief bij The Bradford Exchange

De roos verschijnt exclusief bij The Bradford Exchange en is niet in de handel verkrijgbaar. Het meegezonden echtheidscertificaat garandeert de hoge kwaliteit en de authenticiteit. **Decoreer uw woning met een onvergetelijke herinnering en bestel de roos “Onze liefde duurt eeuwig” beter nog vandaag!**



Het aanbod is beperkt – reserveer daarom nog vandaag!

**PERSOONLIJK REFERENTIE-NR.: 23782**

**Tijdelijk beperkte aanbieding:** Antwoord voor **13 juni 2022**

☐ **Ja**, ik reserveer de roos “Onze liefde duurt eeuwig”  
Artikelnummer: 01-31753-001P

**Graveer de volgende naam:**

(max. 10 tekens, incl. spaties en koppeltekens)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

\* Dit product wordt vervaardigd aan de hand van uw klantspecificaties en kan daarom niet worden geruild! Levertijd ca. 4 weken

**Gewenste betalingswijze a.u.b. aankruisen (x):**

- ☐ Ik betaal het totaalbedrag na ontvangst van de rekening  
☐ Ik betaal in drie 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)



Handtekening

**Gegevensbescherming:** Gedetailleerde informatie over gegevensbescherming is te vinden op [www.bradfordexchange.nl/gegevensbescherming](http://www.bradfordexchange.nl/gegevensbescherming). 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.

**www.bradfordexchange.nl**

Voor online-bestelling  
referentie-no: **23782**

**S.v.p. opsturen naar: The Bradford Exchange Ltd.**

Antwoordnummer 282 • 8200 VB Lelystad • [klantenservice@bradfordexchange.nl](mailto:klantenservice@bradfordexchange.nl)

Telefoon: **010 80 80 97 8**

# U wast uw handen toch ook met water?

Steeds meer mensen raken enthousiast over de wc's waarbij u met warm water wordt gereinigd en met een lichaamswarme föhn wordt gedroogd. **Niets reinigt beter en zachter dan water.** Ontdek hoe de Geberit AquaClean douchewc ook uw gezondheid en welzijn kan bevorderen.

Voor de montage van een douchewc is **een grote verbouwing niet nodig!** Door de kennis en het vakmanschap van de monteurs van Velunova, kunt u in slechts een halve dag genieten van een douchewc in uw eigen huis!

- Zowel wandhangend als vloerstaand verkrijgbaar

2

1
- Gratis en vrijblijvend advies aan huis om uw wensen en onze mogelijkheden te bespreken

4

3
- 5

Geschied voor elke ruimte
- Comfortabel, gemakkelijk en hygiënischer dan toiletpapier

3
- Installatie in slechts een halve dag, zonder hakken en breken

5

Gratis brochure ontvangen?

Bezoek onze website [www.velunova.nl](http://www.velunova.nl).

advertentie

■ GEBERIT



**Unieke installatieactie!**

Bestel in de maand mei een Geberit AquaClean douchewc en ontvang

**Tot €200,- korting**

**op de installatiekosten!**



**velunova**  
— maakt het u gemakkelijk —

Marconiweg 12a | 8071 RA Nunspeet | 0341 - 23 45 00 | [info@velunova.nl](mailto:info@velunova.nl) | [www.velunova.nl](http://www.velunova.nl)