

# ons

**magazine  
voor  
senioren**

SEPTEMBER-2022

— INTERVIEW —

**Frans de Laat over  
grensoverschrijdend  
gedrag: 'Onze  
generatie hangt de  
vuile was liefst  
op zolder'**

— REPORTAGE —

**Jaarcongres in  
teken van langer  
thuis wonen:  
aan de slag met  
samenredzaamheid**

— GEZONDHEID —

**Stichting  
WensAmbulance  
Brabant vervult  
laatste wensen:  
'Dankbaar dat we  
dit hebben mogen  
meemaken'**

Interview

**Schrijfster Margaretha  
Magnusson: 'Doe  
vrijwilligerswerk zo  
lang je kunt'**



Gezondheid

**KBO Schijf test  
maaltijden van Vers  
aan Tafel: 'Zo kunnen  
we recepturen blijven  
verbeteren'**

# DE MOTION MIRAGE, MOBILITEIT ZONDER RIJBEWIJS

De Motion Mirage is een makkelijk te bedienen, elektrisch invalidervoertuig, bedoeld voor mensen met verminderde mobiliteit door bijvoorbeeld oplopende leeftijd, ziekte of beperking, waarmee u zich niet alleen op wegen binnen en buiten de bebouwde kom kunt begeven, maar ook op fietspaden. Een invalidervoertuig mag overal geparkeerd worden; ook op de stoep.

Het voertuig is volledig aan te passen aan uw wensen en behoeften. Wij zetten ons in om u mobiliteit op maat te bieden.

U heeft geen rijbewijs nodig. Met een opgeladen accu heeft het standaard batterij pakket 50 km bereik en het Lithium pakket een bereik tot wel 75 km.

Met de Motion Mirage rijdt u comfortabel overal naar toe. Standaard uitgerust met verwarming en radio. Compact, wendbaar, betaalbaar en volledig elektrisch, dat is de Motion Mirage.

Komt u gerust langs voor een proefrit of maak een afspraak bij een van onze vele dealers.



**Green World Mobility Retail B.V.**

Harsweg 20, 2461 EZ Ter Aar

Telefoon 0172 - 60 09 90

Info@greenworldmobility.nl

<https://greenworldmobility.nl>



JAARGANG 12 - SEPTEMBER - 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.), Marika 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)

## Huisarts in de tang

Laat ik positief beginnen: de Nederlandse gezondheidszorg staat internationaal hoog in aanzien. Vergelijkend onderzoek geeft al jaren aan dat de prestaties van ons zorgstelsel op topniveau liggen als het gaat om gebruiksvriendelijkheid, toegankelijkheid, patiëntenrecht, behandelingsresultaten en medicatie. En met name onze huisartsenzorg ontvangt in het buitenland jaloerse blikken!

Toch zal dit mooie stelsel de komende jaren flink op de proef worden gesteld. De behoefte aan goede zorg zal immers fors groeien. Niet alleen door de toename van het aantal senioren die met name de laatste drie jaar van hun leven nu eenmaal meer zorg nodig hebben, maar ook door toename van schulden en armoede, drugsgebruik, stijging van het gemiddelde lichaamsgewicht, eenzaamheid, slechte luchtkwaliteit of door dieren overgebrachte epidemieën.

Mijn punt is dat de gevolgen van deze groei van twee kanten de spreekkamer van de huisarts binnenstromen. Aan de ene kant zien we dat veel vragen zoals eenzaamheid, armoede, huisvestingsproblemen of zingevingsvragen steeds minder door sociale instanties zoals welzijnsorganisaties opgepakt kunnen worden en vervolgens aan de dokter voorgelegd worden; sociale vragen veranderen in medische vragen bij de huisarts. Aan de andere kant zien we dat steeds meer mensen thuis zorg ontvangen. De meesten van ons willen dat ook. In een ziekenhuis verblijven we liefst zo kort mogelijk en plekken in verpleeghuizen worden schaars. Thuis geholpen worden is leidend, met de huisarts als spin in het web.

Opmerkelijk is nu dat de budgetten voor huisartsen en gezondheidscentra al jaren niet zijn meegegroei. Waar ziekenhuizen de laatste tien jaar gemiddeld bijna 18 procent ruimer in hun financiële jasje zijn komen te zitten, is dat voor huisartsen maar een schamele 2,6 procent. Tegen die achtergrond vind ik het

volkomen begrijpelijk dat de huisartsen laatst met dit probleem onder de arm naar Den Haag opstoomden. Binnenkort zal blijken of het geholpen heeft. Mijn steun hebben ze!



**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 22_08_22 |



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

\* Bekijk de algemene actievoorraarde  
op onze website.





# 30

## MENSEN

**10/** Schrijfster Margaretha Magnusson: 'Oud worden is niet grappig, maar je kunt er best grappen over maken'

**22/** Frans de Laat over grensoverschrijdend gedrag: 'In de MeToo-discussie gaat het nauwelijks over ouderen: dat is onterecht'

## ONS BELANG

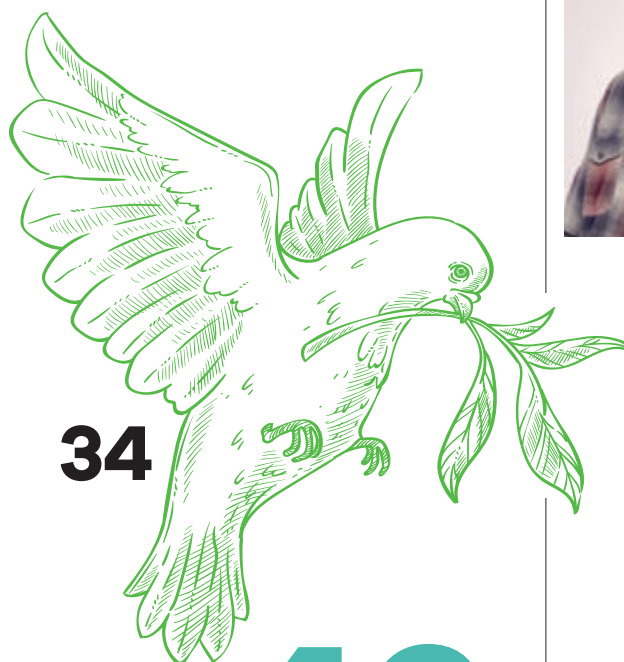
**16/** Jaarcongres KBO-Brabant in teken van langer thuis wonen: 'Probeer zo lang mogelijk de eigen regie te houden'

**46/** KBO Schijf test maaltijden van Vers aan Tafel: 'Met deze informatie kunnen wij onze recepturen verbeteren'

## LEVEN

**30/** Win-Win-project van KBO-Kring Eindhoven: oud en jong organiseren samen een bijzondere modeshow

**38/** Stichting WensAmbulance Brabant: 'Met het beetje moeite dat wij doen, bezorgen we mensen een fantastische dag'



# 34

# 46



# 16



# 22

## ELKE MAAND

- 06/** Schrijf ons!
- 09/** Fotoalbum
- 12/** Ledenvoordeel
- 21/** Onsje geluk
- 28/** Ons kloppend hart
- 34/** Ontspanning
- 37/** Cliënt-ondersteuning
- 43/** Juridische helpdesk
- 51/** Op zoek
- 53/** Puzzel

**15%  
KORTING!**



## ACTIE VEILIG FIETSEN

KBO Hoeven vindt het belangrijk dat mensen veilig kunnen fietsen. De Afdeling heeft daarom met de plaatselijke fietsenmaker een overeenkomst afgesloten: KBO-leden krijgen er 15 procent korting op de aanschaf van een fietshelm. Van KBO Hoeven krijgen ze ook nog eens 10 euro beloning. Deze actie ging van start tijdens de 49<sup>e</sup> Fietsvierdaagse van Hoeven, op 26 mei jongstleden. Sindsdien kochten al meer dan 70 leden (meer dan 10 procent van het totale ledenaantal) een helm. De voorzitter van KBO Hoeven hoopt dat andere KBO-verenigingen ook de mogelijkheid van een soortgelijke actie bekijken.

## doe mee!

Reageren op artikelen in *Ons*? Stuur uw reactie naar KBO-Brabant, t.a.v. redactie *Ons*, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch.

Mailen kan ook:

**ons@kbo-brabant.nl**

Vergeet niet uw naam, adres en woonplaats te vermelden.

## ORDE OP ZAKEN

Wist u dat u op onze website hulp kunt aanvragen als u moeite heeft met het bijhouden van uw administratie, met het ordenen van uw post of met budgetteren?

Een vrijwillige thuisadministrateur van een KBO-Afdeling bij u in de buurt komt u thuis helpen.



## Oproep

Mevrouw Bosmans uit Kaatsheuvel stuurde *Ons* een oproepje omdat zij een oplossing zoekt voor haar pijn.

'Ik heb 's zomers veel last van blaasjes en open wondjes op de benen en hier veel pijn van. Als het gezwachteld wordt ben ik hele nachten wakker. Medicijnen en zalfjes heb ik geprobeerd, maar de pijn blijft. Ik zou heel graag met mensen in contact komen die hetzelfde ervaren en samen met hen naar oplossingen zoeken. Reacties zou ik graag per brief ontvangen.'

Wilt u reageren op deze oproep? Stuur dan een brief o.v.v. Oproep *Ons* september naar Redactie *Ons*, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch

## Dankjewel!

*Ons* ontving van mevrouw C. van Heijst-Hermans een bedankje voor de vrijwilligers van onze juridische helpdesk:

Ruim anderhalf jaar geleden ben ik ernstig gewond geraakt door een omgewaaide boom. Die boom stond op het landgoed van een verzekeringsmaatschappij. Nadat we de juridische helpdesk van KBO-Brabant om raad vroegen, heeft de heer Swagemakers, gepensioneerd advocaat en gespecialiseerd in letselschade, de zaak in gang gezet. Uiteindelijk zijn we overeen kunnen komen dat de verzekeringsmaatschappij voor 50 procent verantwoordelijk was voor het ongeval. De heer Swagemakers heeft talloze mailtjes, verzoeken en aanmaningen verstuurd, die uiteindelijk tot de uitbetaling hebben geleid. Wij willen hem daarom hartelijk bedanken voor alle hulp!





## **Samen beslissen** **Dialogobijeenkomsten in oktober**

KBO-Brabant vindt het belangrijk dat ondersteuning, zorg en behandeling voor 70-plussers beter aansluit bij wat zij en hun naasten zelf belangrijk vinden. Hiervoor is een goed gesprek met de zorgverlener noodzakelijk. Begin oktober organiseert KBO-Brabant daarom in de vier regio's zogenaamde dialogobijeenkomsten over 'Samen beslissen'. In het oktobernummer van *Ons* volgt meer hierover, maar u kunt zich nu alvast inschrijven.

Data en locaties: 10 oktober Oudenbosch, 13 oktober Eindhoven, 18 oktober Rijen, 20 oktober Cuijk. Op onze website staat meer informatie. Ga naar: [kbo-brabant.nl/samen-beslissen-najaar-2022/](http://kbo-brabant.nl/samen-beslissen-najaar-2022/)

## **Pensioenen, cassatieadvies gevraagd**

Op 21 juni wees het Gerechtshof in Den Haag de eis van KBO-Brabant en Stichting PensioenBehoud af dat de grote buffers in onze pensioenfondsen in strijd zijn met Europese richtlijnen. Omdat de redenering van het Hof volgens ons onjuist en in elk geval onbegrijpelijk is, onderzoeken we de mogelijkheid van cassatie bij de Hoge Raad.

## **Dag van de Witte Stok**

Zaterdag 15 oktober is de internationale Dag van de Witte Stok. Dit jaar staat in Nederland de toegankelijkheid van NS-stations en vooral van de publieke ruimte er omheen centraal. Vanuit heel



Nederland reizen mensen naar de manifestatie in Utrecht. Tijdens een deel van de reis ervaren ze, geblindeerd en voorzien van een witte stok, wat een visuele beperking betekent. KBO-Brabant en zijn vrijwilligers ondersteunen deze manifestatie van de Nederlandse Oogvereniging.

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!



## **De slab van Renée Lodders**

De man van Renée Lodders gaat naar dagopvang De Molenschut in Leende. Zij maakte voor hem een bijzondere slab, omdat ze deze net iets vriendelijker vindt staan, zo zegt ze zelf. Ze maakte de slab met oude overhemden van haar man. Dit doet ze door de mouwen en de achterkant eerst van het overhemd af te tornen. Vervolgens naait ze de achterzijde van het overhemd aan de voorkant vast. De voorkant is nu zo lang, dat deze als slab én placemat gebruikt kan worden. Niet alleen vriendelijker om te zien, maar ook nog eens heel mooi hergebruik van materialen!

# INKOMSTEN UIT UW EIGEN WONING!

Plan  
een gratis  
en vrijblijvend  
intakegesprek

**Uw huis verkopen?  
Er blijven wonen?  
Geen huur betalen?  
Maandelijks geld ontvangen?  
Dat kan!**

**Profiteer nu van de mogelijkheden op de woningmarkt**

Graag komen wij bij u langs voor een vrijblijvend en kosteloos intakegesprek

U kunt uw adviesafpraak telefonisch of via de website inplannen

**Bel of App:**

☎ Telefoon: 076 561 59 55

📞 📱 Mobiel/WhatsApp: 06 27 08 26 65

**Online:**

🌐 Website: [www.fvzvastgoed.nl](http://www.fvzvastgoed.nl)

✉ Mail: [info@fvzvastgoed.nl](mailto:info@fvzvastgoed.nl)



**FVZ Vastgoed**

antwoord op uw financiële woonvragen

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



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



## 1956: 5 Mei Bevrijdingsdag in café de Vier Linden

**‘E**lk jaar vieren we op 5 mei Bevrijdingsdag. In Den Hout, waar ik ben opgegroeid, vierden we het destijds

op een speciale manier. Men verkleedde zich, en wie het origineelst voor de dag kwam werd door de jury beloond met een wisselbeker. Op de foto zie je rechts mijn zus Jo, links sta ik. Ik was hier een jaar of veertien, Jo is drie jaar ouder. Wij mochten die dag de jury koffie en een krentenbol brengen. We droegen Brabantse klederdracht en

hadden een oude koffiepot en een mandje mee. Waarom juist wij dit mochten doen? Onze ouders hadden een café in Den Hout: café de Vier Linden. Zij hadden het erg druk en Jo en ik, als oudste twee van acht

kinderen, kregen vaak een taakje. En dit was wel een heel bijzonder taakje, wat waren we trots! Het café bestaat nog steeds. Het is overgenomen door de zoon van Jo. Deze foto's, die ik in een fotoalbum bewaar, zijn erg bijzonder voor mij.

Het geeft me altijd een nostalgisch gevoel als ik ernaar kijk. Het is een prachtige herinnering aan de mooie oude tijd. ■

**‘Wie het  
origineelst  
voor de dag  
kwam, werd  
beloond met een  
wisselbeker’**



**MIEN MARTENS  
VAN DONGEN (1941)**

woont nog steeds in Den Hout. Ze schreef een boek over haar leven: *80 jaar. Ik sleep ze niet mee. Maar ik draag ze op handen*. In 2019 begon ze met schrijven, in februari van dit jaar is het boek gepresenteerd. Wilt u het bestellen? Neem dan contact met haar op via: [mikoma@ziggo.nl](mailto:mikoma@ziggo.nl)

### 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](mailto: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.

A close-up portrait of Margareta Magnusson, an elderly woman with long, straight, grey hair and bangs. She is looking slightly upwards and to the right with a thoughtful expression. She is wearing a blue and white horizontally striped shirt. The background is dark and out of focus, with a hint of a pink flower in the top right corner.

**interview**

# MARGARETA MAGNUSSON:

‘Het is juist naar om  
niet over de dood te praten’

De Zweedse Margareta Magnusson is na haar tachtigste een internationale bekendheid geworden. Na haar eerste boek *De edele Zweedse kunst van het opruimen* verscheen dit voorjaar haar tweede: *Levenslessen van iemand die (waarschijnlijk) eerder doodgaat dan jij*. Aan de telefoon vanuit haar appartement in Stockholm vertelt ze over haar onverwachte succes op late leeftijd. ‘Ik verbaas me er nog steeds over.’



**H**aar eerste boek was zo'n succes, dat haar uitgever wel brood zag in een tweede. En toen kwam ook nog de coronatijd. 'Ik had toch niets anders te doen. Schrijven was een fijne afleiding.' Margareta Magnusson (86) publiceerde dit voorjaar haar tweede boek. Het bevat de wijze levenslessen van iemand die misschien niet een heel opmerkelijk maar wel een lang en vol leven heeft gehad. 'Bij het schrijven was ik zelf best wel onder de indruk: heb ik dit allemaal gedaan? Ik was verbijsterd dat ik tijd heb gehad om zoveel dingen te doen. En ik realiseerde me: als je al een tijdje rondloopt op de wereld, kun je best iets delen van wat je hebt geleerd. Het is net alsof herinneringen sterker worden als je ouder wordt. Tenminste de herinneringen aan vroeger. Wat ik gisteren heb gedaan, herinner ik me veel minder goed, haha!'

### Grappen maken

Humor en zelfrelativering komen terug in vrijwel al haar levenslessen, die ze vertelt aan de hand van verhalen uit haar leven. Maar ze schuwt ook serieuze onderwerpen niet: je man verliezen na een huwelijk van bijna vijftig jaar - daar komt geen humor aan te pas. En vallen op oudere leeftijd met een dubbele bekkenbreuk en een lange revalidatieperiode als gevolg, is ook beslist niet grappig. Maar dat je dan eindelijk accepteert dat een rollator geen aanstellerig ding is, maar gewoon een handig hulpmiddel - dáár kun je natuurlijk wel om lachen. 'Oud worden is niet grappig, maar je kunt er best grappen over maken', zegt Magnusson. 'Met andere ouderen onderling maak ik regelmatig grappen over onze gebreken.' Ze vindt het niet moeilijk om die gebreken en de geleidelijke achteruitgang te accepteren. 'Nee, de achteruitgang zélf is moeilijk. Als ik het ook nog eens niet zou accepteren, zou ik het mezelf nóg moeilijker maken. En waarom zou ik? We hebben toch

maar één zekerheid in het leven, en dat is dat we allemaal een keer doodgaan. Je kunt niet altijd maar doorgaan. Mijn bekken is na de dubbele breuk nog steeds "aan het genezen", zei de dokter onlangs. Of dat betekent dat het beter wordt dan het nu is en ik over een tijdje weer beter kan lopen dan nu? Nou ja, ik kan het altijd hópen. Maar ik ben natuurlijk gewoon oud. Ik ben dus maar gelukkig met het feit dat mijn lijf bíjna goed functioneert en dat ik geen pijn heb. Als je pijn hebt, is oud worden een heel ander verhaal.'

### Opruimen als het nog kan

Magnussons eerste boek ging over het Zweedse begrip *döstädning*: opruimen voor je doodgaat. Ze geeft tips om als oudere - op het moment dat het fysiek en mentaal nog lukt - systematisch door al je spullen heen te gaan: begin bij de rommel op zolder en eindig bij de fotoboeken. Ruim zoveel mogelijk op, deel uit, verkoop, breng naar de kringloop of gooi weg - dat laatste alleen als het echt niet anders kan. Het opruimen is een fijne manier om nog eens terug te kijken op je leven. Minstens zo belangrijk: je helpt je kinderen er enorm mee. Want wie zit erop te wachten om een enorme hoeveelheid spullen op te ruimen van zijn of haar ouders, zonder een idee te hebben van wat vader of moeder daarmee had gewild? Het boek werd een internationale bestseller en kreeg ook in Nederland behoorlijk wat aandacht. 'Ja, bijzonder hè? Ik verbaas me er nog steeds over. Ik weet ook niet goed hoe het kan. Misschien omdat het woordje "dood" in de titel stond. Veel mensen vinden de dood eng, maar het maakt blijkbaar ook nieuwsgierig. Dat ik gewoon over doodgaan durf te praten, vinden mensen misschien wel bijzonder. Terwijl ik het juist raar vind om er níet over te praten. Het overkomt ons tenslotte allemaal.' Ondanks het grote succes werd ze niet bedolven onder de brieven van lezers. 'Als ik het me goed herinner kreeg ik er »



## PROFITEER VAN UW LIDMAATSCHAP!

Heerlijk thuis naar uw favoriete muziek luisteren? De tafelradio van Sangean biedt u alle mogelijkheden. Zonder veel inspanning uw huis stofvrij? De draadloze steelstofzuiger doet het met gemak. In contact blijven met uw dierbaren? De vaste senioren telefoon geeft een heldere verbinding en is bovendien voorzien van een veilige draadloze SOS knop. Alle aanbiedingen worden thuis geleverd met €6,95 verzendkosten. U betaalt veilig via iDEAL of bankoverschrijving.

### Vaste senioren-telefoon met losse SOS knop



#### Fysic FX-3960

- Groot verlicht display
- Bellampje
- Grote toetsen, drie fototoetsen
- Extra luid gespreksvolume (+ 24 dB)
- Handsfree bellen functie
- Nummerherhaling laatst gekozen nummer
- Telefoonboek voor 50 namen en nummers
- Terugbelfunctie van de laatste 20 ontvangen oproepen
- Draadloze panieknop met twee snelkiestoetsen
- Twee jaar fabrieksgarantie

Van € 149,96 voor **€ 99,95**



### Radio met DAB+, FM, Bluetooth, CD & USB

#### Sangean DDR-47

- Retrolook-tafelradio met houten klankkast
- DAB+, FM en bluetooth
- Cd-speler en sd-kaart/usb-ingang
- Digitale opnamefunctie
- Hightech aanraakbediening
- Afstandsbediening en hoofdtelefoonaansluiting
- Kleur natural wood
- Afmetingen 22,4 x 32,6 x 10,8 cm (l x b x h)

Van € 499,00 voor **€ 248,99**



### Draadloze steelstofzuiger + kruimeldief

#### TurboTronic TT-iQ9

- Krachtige cycloontechnologie
- Zakloos stofreservoir
- Voorzien van HEPA-filter
- Draadloos, makkelijk in gebruik
- Eenvoudig opladen, tot 35 minuten gebruik
- Combizuigmond met led-verlichting
- Veel handige accessoires
- Werkt ook als kruimeldief
- Verkrijgbaar in drie kleuren

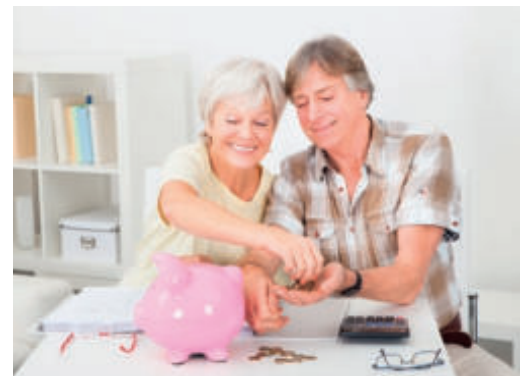
Van € 249,95 voor **€ 119,95**

**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)

slechts één. Ik had in het boek een foto opgenomen van een oude teddybeer die van mijn man was geweest. Een vrouw stuurde me een foto van haar teddybeer, die vrijwel gelijk was. Dat was het enige. Maar er is wel een Facebook-groep over mijn eerste boek. Daar zitten zo'n 2.000 mensen in die allemaal aan het opruimen zijn geslagen naar aanleiding van mijn boek. Ze geven elkaar nu tips en beantwoorden elkaars vragen. Apart hè? Ik lees wel mee, maar reageer niet. Soms heb ik weleens de neiging om dat te doen, maar er is geen beginnen aan.'

### Alles gaat langzaam

Als er één ding is waar ze op haar leeftijd stellig in is: ze wil het niet te druk hebben en ze wil niks 'moeten'. 'Alles gaat zó langzaam als je oud bent. Als ik eten klaarmaak of andere alledaagse dingen doe - dat duurt echt een eeuwigheid. Daarom hebben oude mensen het ook altijd zo druk.' In haar boek beschrijft ze hoe ze vaak 's ochtends om vier uur wakker wordt en vervolgens urenlang bezig is met allerlei 'klusjes'. Reizen om in het buitenland haar boek te promoten, lukt niet meer. 'Voor mijn eerste boek ben ik nog naar de boekenbeurs in Engeland geweest. Het was prachtig, maar ook zó vermoeiend. Bij de signeersessie was ik zo moe dat ik niet weet of ik mijn naam tot het einde toe goed heb gespeld. Sinds ik ben gevallen is reizen echt te vermoeiend voor me. Als je ergens bent om je boek te promoten, moet je natuurlijk wel fit genoeg zijn om een beetje leuk gezelschap te zijn voor anderen. Dat lukt me niet meer.' Ondertussen vermaakt ze zich prima in haar tweekamerappartement in Stockholm. 'Ik probeer gewoon zo gelukkig mogelijk te zijn. Het is hier vandaag prachtig weer, om mijn appartement heen staan mooie bomen, op mijn balkon mooie bloemen. Ik heb mijn computer, de tv en niet te vergeten de telefoon. Ik geniet heel erg van het leven.

Ja, misschien ben ik wel geboren met een aanleg om gelukkig te zijn.'

### Draag streepjeskleding

In haar boek geeft Magnusson relatief eenvoudige tips om van het leven te genieten op je oude dag. Die variëren van frivole zaken als: draag streepjeskleding, eet chocola en zorg goed voor je haar, tot meer diepgaande adviezen: koester vriendschappen, doe vrijwilligerswerk zolang je kunt, omring je met jonge mensen, probeer de aarde een beetje schoner en opgeruimder achter te laten, koester als het enigszins kan de 'lasten' van het dagelijks leven zoals eten koken. En: zorg dat je niet valt. Dat laatste is haar zelf helaas niet gelukt, de meeste andere adviezen lijkt ze behoorlijk goed ter harte te nemen. Zo vindt ze ook op haar leeftijd nog geluk in alledaagse dingen. Op het oog misschien 'kleine' dingen, maar juist in coronatijd realiseerde ze zich dat die het meest waardevol zijn. 'Waar ik het meest naar uitkijk, nu de coronapandemie grotendeels voorbij lijkt te zijn, is het gewone leven. Anderen bezoeken en mensen op bezoek krijgen. Dat heb ik het meest gemist.' Of er nog een derde boek komt? Magnusson houdt ervan de toekomst open te laten, ook op haar leeftijd. En dus is het antwoord: 'Misschien'. Na een paar seconden denkpauze: 'Maar op dit moment denk ik eigenlijk van niet. Nee, de uitgever kan zeggen wat hij wil, het moet uit mezelf komen. Het tweede boek is net uit en met het eerste ben ik een hele tijd druk geweest na verschijning. Als de drukte van dit tweede boek straks ook voorbij is, pak ik mijn oorspronkelijke werk als kunstenares weer op en ga ik weer tekenen en schilderen. Ik heb wel zelf tekeningen voor mijn boek gemaakt, maar al een tijdje niet geschilderd. Ik heb er zin in om daar weer mee te beginnen. De schilderspullen liggen op me te wachten.' ■

### WIE IS MARGARETA MAGNUSSON?

Margareta Magnusson (86) is een Zweedse kunstenares die na haar 80<sup>e</sup> haar eerste boek publiceerde: *Opruimen voor je doodgaat*, in latere drukken verschenen onder de titel *De edele Zweedse kunst van het opruimen*. Haar tweede boek verscheen dit voorjaar: *Levenslessen van iemand die (waarschijnlijk) eerder doodgaat dan jij*. Magnusson woonde met haar inmiddels overleden echtgenoot Lars en hun vijf kinderen onder meer in Amerika, Singapore en Hong Kong. Als beeldend kunstenares had ze tentoonstellingen in verschillende landen. Ze woont nu in de Zweedse hoofdstad Stockholm.

*Levenslessen van iemand die (waarschijnlijk) eerder doodgaat dan jij*, uitgeverij De Bezige Bij, ISBN 9789403170718, € 21,99.





# Op zoek naar een traplift?



- ✓ Uw trapleuning blijft zitten
- ✓ Brede kant van de trap blijft vrij
- ✓ Huren, nieuw en tweedehands
- ✓ Slechts 48 uur levertijd

Gratis brochure?  
Scan de code



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

# Past een traplift op mijn trap?

Als de trap een obstakel wordt, door ouderdomsklachten of chronische ziekten, is een traplift de ideale oplossing om veilig thuis te blijven wonen. Er bestaan verschillende soorten trapliften, zoals speciale modellen voor rechte trappen en modellen voor vrijwel alle soorten trappen. Wat is er mogelijk voor uw situatie?

Voordat een traplift geïnstalleerd kan worden, is het belangrijk dat de trap tot op een millimeter nauwkeurig opgemeten wordt. Hierdoor kan de traplift zo veilig en compact mogelijk geplaatst worden. Koninklijke Otolift ontwikkelde hiervoor een unieke inmeet-app, waarmee de trap in slechts 20 minuten opgemeten wordt. Aan de hand hiervan wordt er gekeken wat de mogelijkheden zijn voor uw situatie.



## Binnen- of buitenzijde

Een traplift voor een trap met bochten kan aan de buitenzijde of de binnenzijde geïnstalleerd worden. De buitenzijde, waar de treden het breedst zijn, is de standaardzijde voor een traplift. De trap is hierdoor alleen minder goed beloopbaar. Als de beloopbaarheid belangrijk is, kan er voor installatie aan de binnenzijde gekozen worden. De brede kant van de treden blijft vrij beloopbaar en de trapleuning kan dan blijven zitten.

## Vrijblijvend thuisadvies

Een traplift is altijd een maatwerkproduct. Omdat elke trap anders is en wensen verschillen, is het goed om deskundig advies te vragen van een trapliftadviseur. Tijdens een vrijblijvend thuisadvies meet de trapliftadviseur de trap gratis in. Deze informatie en de persoonlijke wensen zet hij om in een persoonlijk advies. Aan de hand daarvan berekent de adviseur een exacte prijsopgave, zodat er meteen duidelijk is wat de traplift kost.

## Een traplift voor uw situatie

Bent u benieuwd wat er mogelijk is voor uw situatie? Maak dan een afspraak voor een vrijblijvend thuisadvies. Of vraag gratis een brochure aan voor meer informatie.



## Uitgebreide mogelijkheden

Om de trap zo beloopbaar mogelijk te houden, is het belangrijk dat de stoel zo compact mogelijk is als deze niet wordt gebruikt. Zo zijn de voetensteun, zitting en armleuningen volledig opklapbaar. Ook kan het een optie zijn om de stoel niet op of direct voor de trap te parkeren, maar een stukje ervoor of juist ernaast. De rail kan hiervoor voorzien worden van een uitloop of een parkeerbocht. En door moderne technieken en een compact ontwerp kan een traplift ook gemakkelijk op smalle trappen geïnstalleerd worden. Door de stoel tijdens de hele rit of een deel ervan achteruit naar boven te laten rijden, past de traplift al op trappen vanaf 60 centimeter breedte.

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



Conny Helder  
in gesprek met  
Arjo Kraak

Minister voor Langdurige Zorg en Sport

# JAARCONGRES KBO-BRABANT

Van zorgrobot SARA  
tot omkijken naar elkaar

• 'Hoe kunnen we langer gezond thuis blijven wonen?'

• Erik Ronnes en Conny Helder in gesprek met Leo Bisschops





**Wat zijn oplossingen om senioren langer gezond thuis te laten wonen? Om die vraag draaide het jaarlijkse KBO-congres op zaterdag 2 juli 2022. Verschillende sprekers deden hun zegje, onder wie minister Conny Helder voor Langdurige Zorg en Sport. 'We moeten aan de slag, want dat kunnen we.'**

tekst Annemarie van Dijk / beeld Roy Lazet

**‘W**at fijn dat we voor het eerst sinds corona weer te gast zijn in het mooie

Provinciehuis in 's-Hertogenbosch', opent Leo Bisschops, voorzitter van KBO-Brabant, het congres *Bouwstenen voor de toekomst*. 'We gaan het vandaag hebben over een belangrijk onderwerp: hoe kunnen we langer gezond thuis blijven wonen?' Dat is nodig, legt hij uit, want er is sprake van vergrijzing en een toenemende zorgvraag. De tijd dat senioren bijna vanzelfsprekend naar een verzorgingshuis gingen is echt voorbij. Tegelijkertijd is er te weinig zorgpersoneel en zijn er niet eindeloos veel mantelzorgers. De verpleeghuizen en thuiszorg kunnen dit niet opvangen. Oplossingen moeten dus uit andere richtingen komen. In de vorm van zorg thuis, in een passende woning en

woonomgeving, en met hulp van sociale netwerken.

**Nu al regelen**

Dagvoorzitter Arjo Kraak, bekend van Omroep Brabant, verwelkomt de minister. Mensen willen zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen, dus het gaat vastlopen in de woonzorgsector, erkent Helder. Daar moeten oplossingen voor komen. 'We moeten zuinig zijn op de 130.000 verpleeghuisplekken die we hebben. Als we de zorg in de thuissituatie goed organiseren, hebben we niet meer plekken nodig.' Zo gelooft ze in ondersteunende technologie. 'Ik denk aan hulpmiddelen om steunkousen aan te trekken en aan digitale herinneringen om medicijnen niet te vergeten. Het scheelt als daar geen zorgverlener voor hoeft langs te komen.' Verder moeten senioren zich afvragen: wat heb ik over tien jaar nodig om goed te leven en wat kan ik daar nu al voor regelen? Zoals hun woning aanpassen en met mensen in hun omgeving het gesprek aangaan over toekomstige hulp. Probeer zo lang mogelijk de eigen regie te houden, vindt de minister. 'Dus blijf bewegen, onderhoud je sociale contacten.' Daarnaast kunnen we meer leren van lokale initiatieven, want die zijn er genoeg. Conny Helder put moed uit mooie voorbeelden, zoals het project in West-Brabant voor de ondersteuning van mantelzorgers. En Meierijstad buigt zich over de vraag hoe samen leven eruit moet >>

• Erik Ronnes: 'In 2040 zijn er veel meer ouderen, daar moeten we nu al op anticiperen'





## **(VOOR)- ZORGCIRKELS**

KBO-Brabant denkt al langer na over de oude dag, samen met psycholoog en KBO-vrijwilliger Henk Geene. Geene bedacht de termen 'voorzorgcirkel' en 'zorgcirkel'. Voorzorgcirkels zijn netwerken van zo'n tien tot dertien personen: ouderen, familieleden, vrijwilligers en burens die elkaar hulp en ondersteuning kunnen bieden als een van de leden iets overkomt. Een zorgcirkel is een netwerk van ouderen: gezonde en vitale ouderen helpen ouderen die al zorgafhankelijk zijn. Geene schreef er meerdere boeken over, waaronder *Voorzorgcirkels als antwoord op vergrijzing* en *Handboek wonen en zorg voor thuiswonende ouderen*. 'Als je aan zo'n netwerk deelneemt, doe je een investering en weet je dat je straks zelf ook goed zit als je zorg nodig hebt.'

gaan zien in de toekomst. Helaas duurt het soms jaren om nieuwe initiatieven of woonvormen van de grond te krijgen. 'Ik ontken de problemen niet maar we moeten aan de slag, want dat kunnen we.'

### **Grote boerderij**

Jeanne Maas (78) is een van de 350 bezoekers in de zaal. Ze bezoekt het congres uit persoonlijke belangstelling. 'Mijn man en ik wonen in een grote boerderij. Momenteel staan we voor de vraag: gaan we verhuizen of blijven we op de boerderij? Die beslissing willen we nemen nu we nog met zijn tweeën zijn, we hebben geen kinderen. We voelen wel iets voor een woonvorm waarbij je met senioren van verschillende leeftijden bij elkaar in een hofje woont, zoals de projecten van Stichting Knarrenhof. Daar doe je dingen voor elkaar. Mijn man houdt bijvoorbeeld van tuinieren en wil best voor iemand de tuin doen. Een ander kan dan voor ons boodschappen doen. Dat lijkt me wel wat.' Naast Jeanne zit Willeke Loermans van KBO Galder-Strijbeek. 'Ik kom hier voor inspiratie: hoe kunnen we onze leden motiveren om verbinding te maken met elkaar? We moeten dit probleem breed aanpakken, vind ik, vanaf de basis. Praat erover op scholen, zodat jongeren zich al bewust zijn. Maak er desnoods een leervak van.'

### **Samenredzaamheid**

De sprekers na Conny Helder leggen uit hoe zij bezig zijn met oplossingen voor het woonzorgprobleem. Volgens Pauline Terwijn, voorzitter van de Raad van Bestuur van Pantein Zorggroep, hebben we het te weinig over de vraag 'hoe blijf je als oudere zo vitaal mogelijk en ertoe doen?' Daar moeten we ons volgens haar nu op richten, anders blijft de zorgvraag toenemen. 'Het is goed om verbinding te zoeken met een leefgemeenschap.'

In *De Gelderlander* stond een mooi stuk over voorzorgcirkels (zie ook kader, red.). Als senioren samen zorgen dat ze gezond kunnen leven, kan de zorg daarbij ondersteunen.' Terwijn laat de term 'samenredzaamheid' vallen, waarbij professionals samenwerken met oudere cliënten en hun netwerk, zoals mantelzorgers en familie. Zo houdt de oudere zelf de regie.

### **Mix van mensen**

De pijler *wonen* is heel belangrijk in het woonzorgverhaal, vertelt spreker Karin Linders van woningcorporatie Brabant Wonen. 'Daarom bouwen we 2.000 wooneenheden. Maar we hebben meer nodig dan alleen stenen: ook inzet van technologie is belangrijk. In door ons ingerichte modelwoningen zie je technologische oplossingen die het langer thuis wonen vergemakkelijken.' Linders pleit voor een goede mix in de wijken van mensen die elkaar versterken. In geclusterde woonvormen kunnen burens elkaar ontmoeten en helpen. 'Zoals studenten die met korting in een complex kunnen wonen door hun oudere burens met van alles te helpen.' Rik Compagne, wethouder volkshuisvesting in Meierijstad, vertelt hoe zijn gemeente hard nadenkt over de inrichting van de sociale ruimte. 'Met pilots willen we uitvinden hoe we het beleid moeten aanpassen. Zo loopt er nu een pilot met scootmobielstallingen.'

### **Zorgrobot SARA**

Tussen de sprekers door kijkt het publiek naar filmpjes met eventuele oplossingen. Zoals een item van het *Jeugdjournaal* over zorgrobot SARA. 'Ik vind haar lief', zegt een 95-jarige vrouw in het verpleeghuis waar SARA de medewerkers ondersteunt. 'De zorgrobot moet een aanvulling zijn op de zorg en geen vervanging', reageert



Pauline Terwijn. 'Net zoals je nu de ene keer je arts via het beeldscherm of de telefoon spreekt en de andere keer live in de spreekkamer.' Ook is er een filmpje over een verbouwd boeren erf in Tilburg waar een groep senioren op een prettige manier samen oud hoopt te worden. Dit ziet er geweldig uit, reageert Karin Linders, maar het vraagt jaren van voorbereiding. 'Wij staan ervoor open maar het gebeurt nog niet op grote schaal.' Ook Leo Bisschops ziet bezwaren: 'Het is niet voor iedereen weggelegd, er zijn nog te veel regels om het te laten slagen. Daar moet de overheid iets aan doen.' Het project *Goed voor elkaar* in Asten draait om het creëren van een netwerk, is te zien in een ander filmpje. 'Je moet op tijd beginnen je netwerk samen te stellen, en wel als je nog prima in orde bent', zegt de initiatiefnemer tijdens een wijkbijeenkomst voor bewustwording. 'Dan kun je erop terugvallen als het ooit nodig is.'

### Kringgesprek

Arjo Kraak leidt het kringgesprek, waarbij mensen uit de zaal de sprekers vragen kunnen stellen. 'Kunnen we vrijwilligers niet iets laten verdienen in ruil voor zorgdiensten?', is een suggestie uit de zaal waarop door veel mensen instemmend wordt geknikt. 'Wat als je geen netwerk hebt?', is een volgende vraag. 'Daarom moeten we omkijken naar elkaar', antwoordt Pauline Terwijn. 'Gaan de gordijnen niet open bij de buurvrouw, bel dan de wijkverpleegkundige. Ook moeten zorgverleners uit hun hokjes komen. Bij financiële problemen moet een wijkverpleegkundige niet zeggen: "Dit is mijn pakkie-an niet", maar zorgen dat er iemand van de gemeente betrokken raakt.'

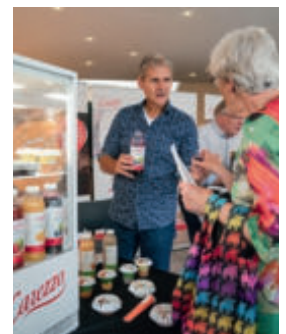
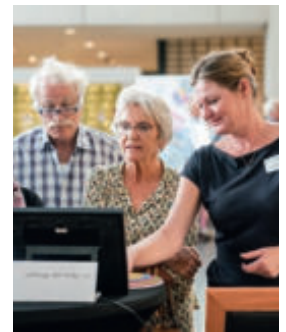
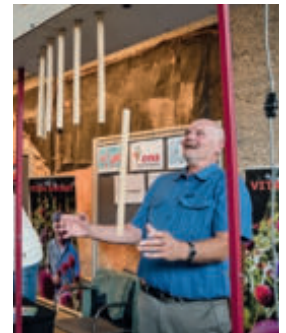
### Stokken vangen

Na de lunch is er nog van alles te doen. Zo treedt cabaretgroep Sijbers & Zo (voorheen

cabaretgroep Blue Stars, red.) op en in verschillende zalen kunnen de aanwezigen workshops volgen, bijvoorbeeld over woongroepen op voormalige boerenerven, voorzorgcirkels en over de vraag hoe je zorg voor elkaar regelt in een bestaande buurt. In de hal van het Provinciehuis is een publieks-informatiemarkt. De bezoekers steken hun licht op bij kraampjes over bouwprojecten, sociale initiatieven, technische snuffjes om langer thuis te blijven wonen en gezonde voeding. Bij een kraam over vitaliteit kunnen ze stokken vangen en zo hun reflex-snelheid testen. Dat valt nog niet mee, zo is te zien aan een man die steeds net te laat is om de stok te pakken, terwijl zijn vrouw er lachend bij staat. Diny (72) loopt met haar man langs de kraampjes. Wat vindt ze van deze dag? "Samenredzaamheid" vind ik een bijzonder woord om over na te denken. Ik vond het interessant om bijzondere vormen van wonen te zien, maar ik weet niet of ik daar geschikt voor ben want ik ben erg gesteld op mijn privacy. Liever zou ik thuis zorg inhuren als dat ooit nodig is. Maar misschien valt er niets meer te kiezen als het zover is.' Lachend: 'Dat is dan maar zo.'

### Krent

Eén ding is duidelijk geworden vandaag: naast de overheid moeten senioren het zelf doen. Aan het einde van het congres pleit Leo Bisschops ervoor de overheids- en particuliere initiatieven sterker te maken en te versnellen. 'Begin bij de mensen zelf, dan krijg je betere oplossingen. Brabant is rijk aan sociale kracht. KBO-Brabant heeft 120.000 leden, wij kunnen onze sociale kracht benutten om het probleem op te lossen. We hebben 10.000 vrijwilligers die willen helpen. Ik zou zeggen: laten we niet op onze krent gaan zitten.' ■



### SIJBERS & ZO

Cabaretgroep Sijbers & Zo verzorgde een leuk optreden na het congres. De groep bestaat uit cabaretier Harrie Sijbers, zangeressen Erica van Dijk en Ellen Sijbers en muzikanten Benjo Plandsoen en Joost Egmond. De groep maakt avondvullende (theater)voorstellingen met hilarische anekdotes, humorvolle bespiegelingen en grappen. Meer informatie over cabaretgroep Sijbers & Zo en hun theaterprogramma vindt u op [www.sijbersenzo.nl](http://www.sijbersenzo.nl)

# Elke dag het gemak van een hoog laag bed ervaren?



## Met een Aldenhuijsen ervaart u alle gemakken van een hoog laag bed!

Een Aldenhuijsen brengt u een onbezorgde dag en nacht. Het bed is gemakkelijk door uzelf te verplaatsen, op de gewenste instaphoogte in te stellen en het bed wordt afgestemd op wat u daadwerkelijk nodig heeft. Kenmerkend voor een Aldenhuijsen bed is dat het bed altijd nog op een later moment aan te passen is. Dit betekent dat u altijd een (slim) bed heeft die bij uw situatie past. Nu en in de toekomst.

In onze slaapadviescentra is er aandacht voor u, uw lichaam en uw behoeftes. Onze slaapadviseurs zijn de enige professionals die een Aldenhuijsen kunnen en mogen aanmeten. Hierdoor heeft u de zekerheid dat u het juiste bed aanschaft met een zeer hoog serviceniveau. U koopt rechtstreeks bij diegene die het maakt, waardoor u altijd de beste kwaliteit voor de scherpste prijs krijgt, in het design waar u van droomt!

**U slaapt slimmer met een bed van Aldenhuijsen.**

### Meer informatie

Bekijk de collectie op [www.aldenhuijsenslaapsystemen.nl](http://www.aldenhuijsenslaapsystemen.nl),  
vraag de **gratis inspiratiebrochure** aan of bel naar **0800 - 400 10 10**

*Bekijk wat anderen over Aldenhuijsen vertellen!*



**Maria van Eijk (74)  
uit Liessel:**

**‘Ik zie vooral  
wat mensen wél  
kunnen’**

**Maria van Eijk is als beweeg-  
coach voor senioren één  
brok positiviteit. Al 51 jaar  
geeft ze wekelijks meerdere  
trainingen sportief wandelen,  
seniorengymnastiek, stoel-  
gymnastiek en nordic walking.  
Haar motto? Leven is bewegen  
en bewegen is leven.**

‘Van bewegen blijf je lichamelijk, sociaal én mentaal fit. Professor Erik Scherder wijst er zo vaak op. Hoe oud je ook bent of wat je ook mankeert, het is nooit te laat om te beginnen. Denk in mogelijkheden. Dat doe ik ook, bij mij zijn er nooit beren op de weg. In mijn lessen zie ik vooral wat mensen wel kunnen en dat is vaak veel meer dan zij zelf vermoeden. Bij mij kan altijd iedereen meedoen. Ook mensen met bijvoorbeeld diabetes, hartklachten of reuma. Ieder op zijn eigen niveau en in zijn eigen tempo. Niemand is beter of slechter, we zijn allemaal gelijk. Leef je leven, zeg ik vaak. En dat begint met bewegen. Als je beweegt, kun je ergens heen gaan. Als je blijft zitten, moeten mensen bij jou komen. In mijn beleving kun je dus beter zelf ergens naartoe gaan.’ ■





# **FRANS DE LAAT:**

**‘Grensoverschrijdend gedrag kent veel vormen’**



**Veel senioren zijn ooit in hun leven slachtoffer geweest van grensoverschrijdend gedrag, op welk gebied dan ook. Als hun verhaal er in een gesprek onverwacht uitkomt, kan het moeilijk zijn om op de juiste manier te reageren. Bied allereerst een luisterend oor en zeg dat emoties er mogen zijn, adviseert psycholoog Frans de Laat.**

**B**ij de term 'grensoverschrijdend gedrag' denken we al snel aan seksueel geweld. Maar onze grenzen kunnen ook op veel andere manieren worden overschreden, zegt Frans de Laat (76). Hij is gepensioneerd klinisch psycholoog en psychotherapeut en betrokken bij Ons Gesprek van KBO-Brabant. Aan het begin van de zomer gaf De Laat zo'n 200 vrijwilligers van KBO-Brabant een cursus in het reageren op verhalen over grensoverschrijdend gedrag. Het valt De Laat op hoe weinig er over senioren en grensoverschrijdende gebeurtenissen wordt gesproken. 'In

de MeToo-discussie ging en gaat het bijvoorbeeld nauwelijks over ouderen. Dat is niet terecht, want hoe ouder je bent, hoe meer je hebt meegemaakt. Alleen al vanwege de leeftijd is de kans groot dat senioren slachtoffer zijn geweest van grensoverschrijdend gedrag.'

### Verschillende vormen

Allereerst: welke soorten van grensoverschrijdend gedrag zijn er eigenlijk? De Laat onderscheidt er vijf. 'Psychologisch grensoverschrijdend gedrag gaat bijvoorbeeld over vernedering, bedreiging of het achterhouden van post. Slaan en schoppen zijn vormen van fysiek grensoverschrijdend gedrag. Ook verwaarlozing, door iemand de toegang tot voeding of zorg te ontfagen, is een vorm van grensoverschrijdend gedrag. Dan is er nog grensoverschrijdend gedrag op financieel gebied - bijvoorbeeld door oplichting of door iemand onder druk het testament te laten aanpassen. En er is grensoverschrijdend gedrag op seksueel gebied. Dat kan gaan om verkrachting, maar ook om zogenaamd grappige opmerkingen.' Er is geen rangorde aan te geven in de soorten van grensoverschrijdend gedrag. 'We zijn geneigd seksueel grensoverschrijdend gedrag het ergste te vinden, maar bijvoorbeeld psychologisch grensoverschrijdend gedrag kan ook heel erg zijn. Er zijn voorbeelden van mensen die uit onmacht en frustratie hun partner hebben gedood, nadat die hen jarenlang psychologisch had misbruikt.'

### Vuile was op zolder

De senioren van nu zijn groot geworden in een tijd dat praten over grensoverschrijdende gebeurtenissen niet gewoon was. 'De oorlog was in letterlijke en figuurlijke zin een zéér grensoverschrijdende gebeurtenis.



### WIE IS FRANS DE LAAT?

Frans de Laat (1946) is klinisch psycholoog en psychotherapeut. Een groot deel van zijn werkzame leven werkte hij met daders en slachtoffers van diverse vormen van grensoverschrijdend gedrag. Ondanks zijn pensionering is De Laat nog steeds aan het werk. Daarnaast is hij betrokken bij Ons Gesprek, het initiatief van KBO-Brabant waarbij ouderen in gesprek kunnen gaan met een vrijwilliger over allerlei levensvragen. In het kader van Ons Gesprek biedt De Laat ouderen regelmatig een luisterend en 'meedenkend' oor.

»

**'De senioren van nu zijn groot geworden in een tijd dat praten over grensoverschrijdende gebeurtenissen niet gewoon was'**

Mensen die toen kind of jongere waren, hebben daar vaak weinig over gepraat. Hun manier om ermee om te gaan, was: hard werken, het land opbouwen, kinderen grootbrengen. Je kunt heel hard je best doen om een moeilijke herinnering niet onder ogen te zien. Onze generatie hangt de vuile was liefst op zolder. Wie het toch aandurfde om over een ingrijpende gebeurtenis te praten, kreeg soms te horen: "Ach, dat viel toch wel mee?" Zo gaat het soms ook met situaties van seksueel grensoverschrijdend gedrag. "Je had het zelf misschien ook wel wat uitgelokt?" Dat soort opmerkingen zorgen er vaak voor dat iemand er nooit weer over durft te beginnen.'

### **Gewetensvol luisteren**

Vrijwilligers van KBO-Brabant kunnen te maken krijgen met een oudere die hun vertelt over een situatie van grensoverschrijdend gedrag, van lang geleden of van nu. Hoe moet je dan reageren? Dat is niet eenvoudig, zegt De Laat. 'Zodra mensen hun verhaal vertellen, is het echt zo. Dat is heel anders dan wanneer zo'n verhaal alleen in hun eigen hoofd zit. Dat schept een verantwoordelijkheid voor degene die ernaar luistert. Het is een hele eer om in vertrouwen te worden genomen, dus met dat vertrouwen moet je vervolgens gewetensvol omgaan.'

De Laat begint met een opsomming van wat de toehoorder níet moet doen. 'Stel geen heel kritische vragen, dan voelt iemand zich ter verantwoording geroepen. Maak er dus geen kruisverhoor van. Bagatelliseer het verhaal ook niet: "Zo erg zal het wel niet zijn geweest". En betuttel iemand ook niet ineens met overdadige zorg. Ouderen zijn hun leven lang zelfstandig geweest en hebben zich een manier aangeleerd om met de gebeurtenis om te gaan. Die zelfstandigheid moet

je niet ondergraven. En doe ook geen toezeggingen die je niet kunt nakomen.'

### **Open wonden**

'Wat je wél moet doen: een luisterend oor is het belangrijkste. Toon begrip en erken de emoties, bijvoorbeeld door te zeggen: "Als je dit veertig jaar lang hebt meegemaakt, moet je wel veel verdriet hebben." Prijs de openheid van de verteller en geef aan dat het verhaal bij jou veilig is. Praat er dus ook niet over met anderen. Daarnaast is het goed om te vragen of je iemand verder kunt helpen, bijvoorbeeld door de huisarts of een andere zorgverlener in te schakelen.'

Soms moet een verteller tegen zichzelf worden beschermd, zegt De Laat. 'Als iemand zich totaal bloot wil geven en het hele verhaal wil vertellen, moet je dat soms wat afremmen. Het beste is om, zoals ik dat noem, toedekkend te luisteren: mensen moeten niet achterblijven met oude wonden die weer helemaal blootliggen. Die wonden moeten een beetje toegedekt blijven. Als toehoorder moet je dus proberen aan te voelen wanneer het beter is om te stoppen met het ophalen van herinneringen.'

### **Hulp inschakelen**

Als een situatie van grensoverschrijdend gedrag op dit moment speelt of als iemand nog altijd veel last heeft van een gebeurtenis uit het verleden, is het goed om met die persoon in gesprek te gaan over het inschakelen van hulp. 'Wellicht zou het helpen als KBO-Brabant een vertrouwenspersoon zou hebben naar wie vrijwilligers kunnen doorverwijzen. Die kan dan kijken of er iets in gang gezet kan worden. Van de vrijwilliger die het verhaal aanhoort vraagt zo'n situatie in elk geval gevoeligheid. Het pleidooi om hulp in te schakelen moet in verhouding staan tot het vertrouwen dat je als toehoorder hebt gekregen.' ■



# Hulp voor uw gewrichtsfunctie

Of u nu klusjes in de tuin doet, naar de winkel loopt of simpelweg een potje jam opendraait: bij elke beweging gebruiken we onze spieren en gewrichten. Door veel gebruik, een leven lang, kunnen de gewrichten misschien wat hulp gebruiken. Movizin Complex is een voedingssupplement met ingrediënten, die goed zijn voor de gewrichtsfunctie.

## Blijf vooral bewegen

Neemt u liever de lift dan de trap? De was opruimen, zich bukken en iets van de grond oppakken of gewoon een kopje koffie halen in de keuken? Misschien herkent u het gevoel uit verschillende alledaagse situaties? Naarmate we ouder worden, kan ons lichaam misschien extra hulp gebruiken. Alle gewrichten hebben baat bij activiteit, een gezond gewicht evenals een gezond voedingspatroon.

En niet alleen uw gewrichten, maar ook

uw botten en spieren zullen ervan profiteren. U kunt het beschouwen als een goede voorbereiding op gezond ouder worden.

## Vangt de schokken op

Kraakbeen is sponsvormig weefsel aan het eind van de botten, dat bestemd is om de schokken, tijdens bijvoorbeeld het lopen, op te vangen. Kraakbeen heeft geen bloedvaten.

Dus om het kraakbeen in stand te houden, krijgt het voedingsstoffen en bouwstoffen via de vloeistof, die zich in het gewricht

bevindt. Daarom is lichaamsbeweging belangrijk voor de gewrichtsfunctie en kunt u beter bewegen, dan stil blijven zitten.

## Natuurlijke hulp

Naast lichamelijk actief zijn, op gewicht blijven en gezond eten kan het ook aan te bevelen zijn om een voedingssupplement te gebruiken, dat ingrediënten bevat voor de gewrichtsfunctie.

Movizin Complex van Wellvita is een zorgvuldig samengestelde formule, bestaande uit hoogwaardige plantenextracten van gember, rozenbottel en boswellia, die elk de gewrichtsfunctie ondersteunen\*. Probeer Movizin Complex en blijf, ook als u ouder wordt, soepel bewegen!



**Alli**

## Ik beveel het geregeld aan

- Ik gebruik de tabletten als hulp om mijn rug soepel te behouden. Ik ben altijd met iets bezig, of binnenshuis of lekker buiten in de tuin. Ik plant graag bloemen met mijn kleindochter.

- Sport en beweging is iets dat we altijd al veel hebben gedaan in onze familie, zoals wandelen in het bos vlak bij ons huis. Beweging en Movizin Complex zijn goede gewoonten geworden waar ik mee doorga.

- Mijn schoondochter had van Movizin Complex gehoord en aangezien ik altijd geïnteresseerd bent geweest in natuurlijke producten, heb ik de klantenservice van Wellvita gebeld en besteld. Met beweging en de gembertabletten heb ik mijn formule gevonden voor mijn gewrichten en een actief seniorleven.



**Mona**

## Ik wil een actieve oma zijn

- Ik gebruik Movizin Complex voor mijn armen en schouders. Ik had vroeger mijn eigen buurtsuper, en ik hield van het contact met de klanten en om eigen baas te zijn. Nu leef ik een actief seniorleven mede dankzij de tabletten van Wellvita.

- Later kwamen mijn prachtige kleinkinderen in beeld. En ik wil graag met mijn kleinkinderen spelen, naar de speeltuin gaan of iets anders leuks samen kunnen doen.

- Ik ben met de tabletten met gember en rozenbottel begonnen na een tip van mijn zus. Als er iets is wat ik heb geleerd, is het dat ik mijn lichaam en mijn gezondheid niet moet vergeten. Vandaag de dag let ik veel beter op mezelf en mijn lichaam. Ik ben zeer tevreden met de hulp van de tabletten.

## Planten voor uw gewrichtsfunctie

Het gezondheidsbedrijf Wellvita heeft Movizin Complex ontwikkeld op basis van plantenextracten. Gember ondersteunt het immuunsysteem en kan zo helpen de gewrichtsfunctie te ondersteunen.\* Rozenbottel is goed voor voor het behoud van soepele gewrichten.\* Boswellia is goed voor de aanmaak van kraakbeen in de gewrichten.\*

Naast extracten van de drie heilzame planten bevat Movizin ook vitamine C en vitamine D. 70% Van het kraakbeen in onze gewrichten bestaat uit collageen. Vitamine C draagt bij tot een normale collageenvorming, voor de normale werking van de botten en het kraakbeen. Vitamine D is goed voor spieren en botten.

\*Gezondheidsclaims in afwachting van Europese toelating.



## Bestel hier

**Bel 020-26 23 600**

Ma t/m Do 8:00-16:00 uur  
Vrijdag 8:00-14:30 uur

**Online [wellvita.nl](https://www.wellvita.nl)**

**Prijs vanaf**

**€17,50\***

+ €4,90 verzendkosten

\*Mogelijk om te kopen als losse bestelling of met herhaalgemak. De getoonde prijs is voor het 1e doosje i.c.m. het herhaalgemak. Geen binding.



**Trustpilot**  
Beoordeeld als **GOED**

**wellvita**

# Wederom beoordeeld als de goedkoopste van Nederland in hoog-laag boxsprings!

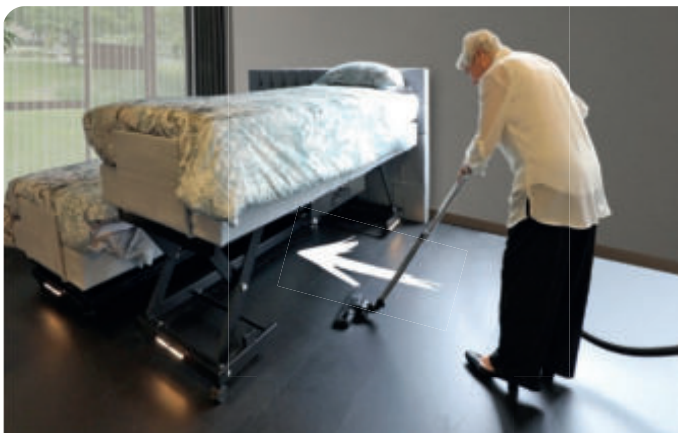
## Vraag naar de hoog-laag functie

Hoog-laag? Ja... hoog-laag, vertikaal verstel-functie (los van de rug-en benen verstelbaar!)

Hoog-laag functie in boxsprings is redelijk nieuw en wordt vrij duur verkocht in Nederland.

Nu bij ons rug+benen+hoog-laag van  
~~€ 3995,-~~ voor **€ 1995,-** (unicum)

Gemakkelijk stofzuigen onder het bed:



Tv kijken of een boek lezen in de relax stand:



Verrijdbaar en indien nodig zorgboxspring voor later met de cruciale hoog-laag functie (vertikale omhoog functie) alles in-1.

 De gildeslapen

010 333 04 60 - [www.degildeslapen.nl](http://www.degildeslapen.nl)

# 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!

**WINNAAR BESTE IDEE 2021!**

**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!

**BEKEND VAN TV**

**ZIE VIDEO  
OP ONZE  
WEBSITE**

**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**

**De gildeslapen**

**BEOORDEELD MET EEN**

**8,9**

**010 333 04 60**

info@degildeslapen.nl - www.degildeslapen.nl



ons kloppend hart



1

2

3

**HEEL  
BOXTEL BAKT!**





**Door het bladerdek van eeuwenoude bomen verlichten zonnestralen de spiegeltent die tijdelijk is neergestreken op landgoed Stapelen. In de verte hoor je geroezemoes. Maar de bistrostoelen op het terras voor de tent zijn leeg. Iedereen heeft zich verzameld in de tent, want daar vindt vandaag de finale plaats van *Heel Boxtel Bakt*.**

**H**et is de derde editie alweer en voor de bakwedstrijd zijn dit jaar maar liefst negentien taarten ingestuurd: meer dan ooit!

Van eenvoudige appeltaarten (maar pas op: schijn bedriegt) tot prachtige kunstwerken. Licht gespannen zetten de deelnemers hun baksels op de tafel vooraan in de tent... klaar voor het oordeel van de jury.

#### **1. Betsie van der Sloot (71) - organisator**

'Ik experimenteer graag bij het bakken. Meestal gaat dat goed. Maar als je écht zeker wil zijn dat een taart lukt, volg dan nauwkeurig het recept. Als ik de taarten van vandaag zo zie: die zullen allemaal echt lekker zijn!'

**2. Frans Sannen (56) - jurylid** 'Het is de eerste keer dat ik taarten jureer. Ik ga vooral letten op smaak. Maar proeven doe je ook op het oog dus het uiterlijk van de taarten speelt zeker mee.'

#### **3. Beppie van de Braak (67) - deelnemer**

'Ik ben gespecialiseerd in appeltaarten en geef er graag een eigen draai aan. En ik gebruik altijd goudrenetten. Die hebben een zuurtje en de partjes blijven mooi.'

**4. Ernst Olthuis (69) - deelnemer** 'Ik ben meer een broodbakker dan een banketbakker. Een taart bakken betekent geklieder met suiker... alles gaat plakken. Maar: voor deze wedstrijd heb ik op basis van een internetrecept een citroenmeringuetaart met blauwe bessen gemaakt.'

#### **WEETJE**

De lunch en taartenbakwedstrijd vindt plaats in spiegeltent Bon Salon. Deze gerestaureerde houten kiosktent met een doorsnede van zo'n 16 meter reisde aan het begin van de twintigste eeuw langs Belgische kermissen en deed toen dienst als danssalon.

#### **ACTIVITEIT**

Lunchbuffet en taartenbakwedstrijd

#### **LOCATIE**

Landgoed Stapelen in Boxtel

#### **DEELNEMERS**

70 lunchgasten, 19 taartenbakkers

#### **AFDELING**

KBO Boxtel

#### **LEDEN**

Bijna 2.000

#### **OPMERKELIJK**

KBO Boxtel viert dit jaar het zeventigjarig bestaan

#### **KOSTEN**

€12,50 voor een complete lunch. Deelnemers van de taartenbakwedstrijd ontvangen een kleine onkostenvergoeding.

#### **ANDERE ACTIVITEITEN**

Gezamenlijk lunchen, filmmiddagen, fietstochten, reizen, taal-, schilder- en tekenlessen. Allemaal te vinden op [www.kboboxtel.nl](http://www.kboboxtel.nl)



# KUNST MET EEN GROTE K

• De ontwerpen zijn geïnspireerd op de natuur

• Achter de schermen





**Bijzondere jurken van zonnebloempitten, zalmleer, zeewier en mandarijnschillen. In het Parktheater in Eindhoven genoten KBO-leden van de bijzondere modeshow *Natuurschoon op de catwalk*. Oud en jong werkten samen om deze middag voor elkaar te krijgen.**

**‘W**at een schitterende jurken van bijzondere materialen’, zegt KBO-lid Lieke

van Hees. ‘Ik ben dol op mooie kleding. Ik kom uit een kunstzinnige familie en mijn overleden broer was modeontwerper.’ Samen met een vriendin zit ze deze woensdagmiddag in juli in het Parktheater in Eindhoven voor de modeshow van modeontwerper Agnes van Dijk. Ze hebben het reuze naar hun zin. ‘Over Agnes had ik al regelmatig gelezen. Ontzettend leuk om haar ontwerpen eens in het echt te zien.’

### Oud en jong

Mode verbindt alle leeftijden. Daarom werkten voor deze modeshow ouderen en jongeren samen. De show is georganiseerd door KBO-Kring Eindhoven en samen

met studenten van beroepsopleidingen Summa College en modeontwerper Agnes van Dijk uitgevoerd. Het is een zogenoemd Win-Win-project met subsidie van de rijksoverheid. De gedachte erachter: ouderen kunnen van jongeren leren en jongeren kunnen van ouderen leren. KBO-Brabant ging al op verschillende manieren met het Win-Win-project aan de slag. De jongeren doen werkervaring op door middel van stages bij activiteiten voor ouderen. En senioren kunnen genieten van vernieuwende activiteiten. Voor de show van vanmiddag werkten vier studenten van de opleidingsrichting social work achter de schermen hard om de modeshow te laten slagen. Hierover straks meer.

### Merklap

De zaal zit vol leden van KBO-Brabant – vooral vrouwen, en een enkele man – en studenten van het Summa College. Ze genieten van een afwisselend showprogramma met mode, muziek, lekkere hapjes en drankjes. Zangeres Ismène verzorgt het muzikale deel met jazz- en soulnummers, zoals *Summertime* van Gershwin en *You make me feel like a natural woman* van Aretha Franklin, begeleid door een pianist, basgitarist en percussionist. Agnes van Dijk laat een merklap zien, waarop haar moeder lang geleden verschillende technieken, kleuren en materialen toepaste. ‘Hierdoor kreeg ik liefde voor handwerken’, zegt ze. ‘Loop gerust in de pauze even langs om ’m te bekijken.’ Rond haar veertigste werd Agnes modeontwerper, met de natuur als inspiratiebron en duurzaamheid als motto. Ze is als modekunstenaar verbonden aan *Manifestations*, het grootste Art Tech Fun festival tijdens de Dutch Design Week in Eindhoven. *Manifestations* wil kunst brengen bij mensen voor wie »

### HET WIN-WIN-PROJECT

KBO-Brabant heeft een catalogus samengesteld met de seniorenverenigingen die zich aanmelden voor deelname aan het Win-Win-project. Mbo-studenten die op zoek zijn naar een stage kunnen die gebruiken om een keuze te maken. De catalogus kunt u bekijken via [www.kbo-brabant.nl](http://www.kbo-brabant.nl) (onder de knop ‘Wat doen we?’ vindt u het Win-Win-project en de link naar de catalogus). Wilt u met uw Afdeling ook een stage/contacturen aanbieden aan een of meerdere mbo-studenten? Dat kan als er een werkruimte (eigen accommodatie of vaste ruimte in een sociaal-cultureel centrum) beschikbaar is en als de vrijwilligers bij uw Afdeling voldoende begeleiding kunnen bieden. Er zijn geen kosten aan verbonden, het project krijgt van de rijksoverheid een ruim budget dat de kosten dekt. Heeft u vragen? Neem dan contact op met projectleiders Thomas van Kuijk en Ellen Willemsen. Dat kan via (073) 644 40 66 of [info@kbo-brabant.nl](mailto:info@kbo-brabant.nl). ‘Win-Win-project’.

het niet vanzelfsprekend is om naar exposities te gaan. Verbinding tussen generaties vindt Agnes belangrijk. 'Daarom zitten er tussen mijn modellen heel jonge en oudere dames. Ook hun maten variëren, van maat 34 tot 46. Zo laat ik zien dat je voor elke maat iets heel moois kunt ontwerpen.'

### Vloeibare latex

Een voor een komen de modellen de trap af. Terwijl ze over de rode loper door de zaal lopen, vertelt Agnes iets over het model zelf en over de gebruikte materialen en technieken van de creatie die ze draagt. De show is ingedeeld in vier blokken: couture, latex, de natuur en Agnes' persoonlijke 'rariteitenkabinet'. Jurken, mantels, ensembles en accessoires, gemaakt van restmaterialen, maar ook van verschillende stoffen uit de natuur, zoals mandarijnschillen, zeewier, mosselschelpen en koolbladeren. De latex collectie bestaat uit gekleurde ingegoten lapjes die Agnes met de hand knipte. Ze maakte ze van vloeibare latex.

### Draaiboek

Al is het tijdens de show zelf nauwelijks te merken, zonder de betrokken studenten van het Summa College was het modefeest niet doorgegaan. Achter de schermen werkten vier studenten van social work samen met Agnes van Dijk. Voor een van hen was dat haar afstudeerstage, de andere drie deden hun tweedejaars stage. Agnes nam deze vier een half jaar lang onder haar hoede, van de voorbereiding tot en met de uitvoering van de modeshow.

Eerst nam ze de studenten mee naar een modeshow in een verzorgingshuis van Vitalis WoonZorg Groep, zodat de studenten konden zien wat zo'n show inhoudt. 'Daarna gingen we brainstormen', vertelt Agnes. 'Ik spoorde hen aan om zich te verplaatsen in ouderen. Hoe vullen



we de show zo in dat deze ook senioren aanspreekt? En wat voor locatie kiezen we, want ook mensen met rolstoelen en rollators moeten er terechtkunnen. Verder moesten de studenten zich verdiepen in alle betrokken organisaties, zoals de KBO en *Manifestations*.'

Onder leiding van Agnes maakten de studenten een plan van aanpak en gingen ze aan de slag met logistiek en begroting. Daarnaast zetten ze het draaiboek van de dag zelf in elkaar: hoe laat moesten de modellen aanwezig zijn, wat was het rooster van de visagist en de kapper, en hoe laat konden de bezoekers binnenkomen? Bovendien regelden ze dat de afdeling Brood & Banket van het Summa College de petitfours verzorgde, die alle bezoekers bij binnenkomst kregen aangeboden. Ten slotte maakten ze de uitnodiging.

### Koeienmaag

In de pauze haalt Ans van Zutphen een drankje bij de bar. Ze noemt haar bezoek aan de modeshow 'een onverwacht cadeautje'. 'Ik was bij mijn zus op visite. Zij nam me mee hiernaartoe. Wat een goede sfeer en mooie muziek. Prachtig ook dat er jonge mensen bij de organisatie zijn betrokken. Ik vind het alleen jammer dat de ontwerpen van Agnes nogal kort worden geshowd. De modellen lopen best snel voorbij, waardoor ik de details niet zo goed kan zien als ik zou willen.' Dit signaal bereikt ook Agnes, die haar modellen na de pauze daarom langer laat lopen.

Naarmate de show vordert, is het publiek steeds meer onder de indruk van de prachtige kleding en de manier waarop natuurlijke afvalmaterialen opnieuw gebruikt zijn in de mode. Zo showden de modellen ontwerpen van zonnepitten, zalmleer, koeienmaag en cactus-skeletten. Kunst met een grote K, zo vat een bezoeker het samen. Lachend: 'Al weet ik niet of ik deze creaties zelf zou dragen.' ■





De maaltijden uit de Hollandse box:



### Ontdek het gemak van Vers aan Tafel Maaltijdservice:

- ✓ **10% ledenkorting**
- ✓ **Gratis** thuisbezorgd door uw vaste bezorger
- ✓ Geen periodieke afnameverplichting
- ✓ Keuze uit meer dan 160 verschillende maaltijden
- ✓ Ook maaltijden voor de kleine eter (350 à 400 gram)
- ✓ Voor slechts € 4,99 heeft u al een vriesverse maaltijd

#### Bestellen?

- ✓ Ga naar [www.versaantafel.nl/kbobrabant](http://www.versaantafel.nl/kbobrabant)
- ✓ Bent u nieuw bij Vers aan Tafel? Maak eerst een account aan via de bovenstaande link om te profiteren van uw ledenkorting
- ✓ Voeg de Maaltijdbox Hollands (artikel 116310) toe aan uw winkelmandje
- ✓ Gebruik bij het afrekenen actiescode **22KBOHBOX** om te profiteren van uw persoonlijke korting

Liever telefonisch uw bestelling doorgeven? Bel dan naar 085 401 64 44 en vergeet niet te vermelden dat u lid bent van KBO-Brabant.

Bestel via [www.versaantafel.nl/kbobrabant](http://www.versaantafel.nl/kbobrabant) of via **085 401 64 44**

# Seniorenwinkel, dé specialist in verantwoord zitten en slapen



#### Relax fauteuils

- op maat gemaakt
- elektrisch verstelbaar
- sta-op hulp
- elke nieuwe Fitform 10 jaar garantie.

Wij komen indien gewenst ook bij u thuis opmeten. Op afspraak 7 dagen per week ook 's avonds en op zondag. Voor meer informatie bel: **073 - 547 52 78**

*Koffie?*



**Seniorenwinkel**  
voor een vitaal leven

**CADEAUCHEQUE**  
**€ 500.-**  
t.w.v.

DEZE CHEQUE IS GELDIG T/M 31 DECEMBER 2022 TEGEN INLEVERING BIJ SENIORENWINKEL. SCHIJNDEL BIJ AANKOOP VAN EEN NIEUWE FITFORM-STOEL. NIET GELDIG I.C.M. ANDERE ACTIES.

Hoofdstraat 127 ~ Schijndel ~ [seniorenwinkel.nl](http://seniorenwinkel.nl)

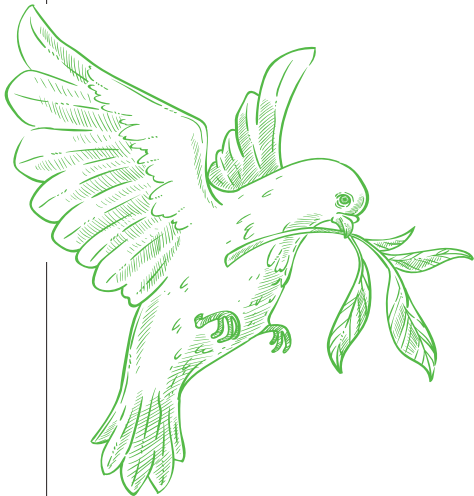
Zitcomfort

Slaapcomfort

Hulpmiddelen

Verhuur

Boeken, films, uitstapjes en andere interessante dingen



## IN DE VOETSPOREN VAN DE BEVRIJDERS

De Liberation Route is een wandelroute van tienduizend kilometer die honderden herdenkingsplekken en verhalen uit heel Europa met elkaar verbindt. De tocht voert ook door Brabant en leidt u langs historische locaties die een belangrijke rol speelden in de laatste fase van de Tweede Wereldoorlog. U beleeft het verhaal van de bevrijding, maar ziet ook wat deze oorlog heeft betekend voor gewone Brabanders. Onderweg kunt u veel tussenstops maken bij musea, monumenten, begraafplaatsen en andere historische locaties die herinneren aan de laatste fase van de Tweede Wereldoorlog.

De Brabantse etappe is 125 kilometer lang en verdeeld over vijf etappes. De speciale wandelkaart is verkrijgbaar bij toeristische informatiepunten, VVV's en Visit Brabant. **Meer informatie:** [www.liberationroute.com](http://www.liberationroute.com)  
Informatie over startpunten, routes en overnachtingsmogelijkheden vindt u op [www.caminobrabant.nl](http://www.caminobrabant.nl)

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



WIJSHEID

**'In je leven ben je voor jezelf een raadsel, maar na je dood weet iedereen opeens heel goed hoe je was - hadden ze je het maar eerder verteld'**

### REMCO CAMPERT

Schrijver en dichter Remco Campert overleed in juli dit jaar op 92-jarige leeftijd.

## Kloosterdag in Helvoirt

Wat hebben ouder worden, zingeving en geloof met elkaar te maken? Dat is niet gemakkelijk onder woorden te brengen. Toch is het, naarmate we ouder worden, belangrijk om stil te staan bij wat er leeft in ons hart. De KBO-werkgroep Identiteit & Zingeving organiseert dit jaar daarom een kloosterdag met het thema *Als senior gelovend in het leven staan*. Met lezingen over zingeving, levensmoed, geloofsontwikkeling en het beleven van geloven in deze tijd. Theoloog Stefan Mangnus begeleidt het programma.

**Locatie:** Beziingscentrum Emmaus in Helvoirt. **Datum:** woensdag 12 oktober 2022. **Tijd:** 10.00 - 16.00 uur. **Entree:** 25 euro (dit is inclusief koffie/thee, lunch en drankje na afloop). **Meer informatie en opgeven via:** [www.kbo-brabant.nl/kloosterdag-2022](http://www.kbo-brabant.nl/kloosterdag-2022)

## Het geheugen van Brabant

Het leven in Brabant van de laatste anderhalve eeuw is vastgelegd op miljoenen foto's en films, van zowel professionele fotografen en filmmakers als amateurs. De website *BrabantinBeelden* verzamelt deze beelden en is daarmee het foto- en filmgeheugen van onze provincie. Er komen geregeld nieuwe beelden online, dus het is zeker de moeite waard om af en toe een kijkje te nemen. Zelf oude foto's of video's insturen? Dat kan natuurlijk ook! *BrabantinBeelden* is een initiatief van het Brabants Historisch Informatie Centrum (BHIC) in Den Bosch. **Contactgegevens:** [info@brabantinbeelden.nl](mailto:info@brabantinbeelden.nl) of (073) 681 85 00. **Meer informatie:** [www.brabantinbeelden.nl](http://www.brabantinbeelden.nl)







## De Maker Faire in Eindhoven

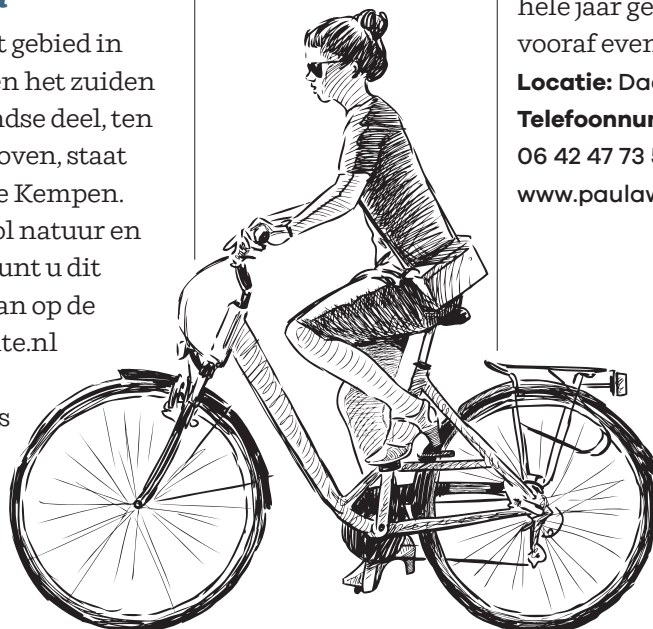
Het centrum van Eindhoven staat twee dagen lang in het teken van de Eindhoven Maker Faire. Ontdek hier de slimste elektronica, bouw een raceauto, leer coderen, energie opwekken, robots bouwen of 3D-printen. Van het Stadhuisplein tot de Bibliotheek en van het Philips Museum tot de Heuvel: door de hele stad zijn activiteiten. Ook trekt er op verschillende momenten een feestelijke optocht van robots, zeepkisten en andere bijzondere voertuigen door het centrum. Genoeg te doen en te zien dus!

**Locatie:** Het Stadhuisplein, het centrum van Eindhoven. **Data:** zaterdag 24 en zondag 25 september. **Entree:** gratis. **Meer info:** <https://eindhoven.makerfaire.com>

## Fietsen door de Brabantse Kempen

De Kempen is een uitgestrekt gebied in het noordoosten van België en het zuiden van Nederland. Het Nederlandse deel, ten zuiden van Tilburg en Eindhoven, staat beter bekend als de Brabantse Kempen. Het is een prachtige streek vol natuur en charmante dorpjes. En hoe kunt u dit gebied nu beter verkennen dan op de fiets? Op de website [www.route.nl](http://www.route.nl) vindt u via De Vrienden van De Kempen negen fietsroutes die u hierbij een handje helpen. U kunt kiezen uit verschillende routes.

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



**'Als ieder mens één ander mens gelukkig zou maken, was de hele wereld gelukkig'**

Wim Kan was een Nederlands cabaretier. Hij wordt samen met Wim Sonneveld en Toon Hermans beschouwd als een van de 'Grote Drie van het Nederlandse cabaret' van na de Tweede Wereldoorlog.



## Beeldentuin in Halsteren

In Halsteren vindt u de beeldentuin van beeldend kunstenares en KBO-lid Paula Withagen. Withagen maakt menselijke figuren, meestal in een sociale context, waarbij verbondenheid vaak een sleutelrol speelt. Bij de eenlingen zoekt ze vooral naar houding en emotie. De beeldentuin is het hele jaar geopend, maar het is verstandig vooraf even te bellen.

**Locatie:** Daansbergen 48, 4661 RG, Halsteren. **Telefoonnummer:** (0164) 68 38 20 of 06 42 47 73 51. **Meer informatie:** [www.paulawithagen.nl](http://www.paulawithagen.nl)



# RABO CLUBSUPPORT STEMCAMPAGNE 2022 IS VAN START:

## Zo brengt u uw stemmen uit

**Leden van Rabobank stemmen van 5 tot en met 27 september weer op maatschappelijke bestedingsdoelen van clubs die meedoen aan de Rabo ClubSupport stemcampagne. Hoe meer stemmen een club ontvangt voor hun bestedingsdoel hoe hoger de bijdrage is die de club van Rabobank krijgt om het doel te realiseren. Zo geeft de coöperatieve Rabobank ieder jaar een deel van de winst terug aan de maatschappij. Dat is goed voor de clubs & geweldig voor de samenleving.**

### Werkwijze stemmen in de Rabo App of Internetbankieren

Bent u lid van Rabobank en regelt u uw bankzaken online of via de Rabo App? Dan stemt u eenvoudig via de app of internetbankieren. Dit werkt als volgt in vier stappen en u heeft géén aparte stemcode nodig:

1. Log tussen 5 en 27 september in op uw online omgeving, of in de app.
2. Klik op de knop 'Service'. In de app vindt u deze knop rechtsonder, in Internetbankieren staat de knop rechtsboven.
3. Scroll nu helemaal naar beneden naar 'Lidmaatschap' en klik hierop.
4. Klik op 'Rabo ClubSupport' en u kunt uw stemmen uitbrengen op drie



**Rabobank**

deelnemende clubs naar keuze. Bent u wel klant, maar nog geen lid van Rabobank? Lid worden is gratis én heel makkelijk. Ga om lid te worden in de Rabo App of via Internetbankieren volgens bovenstaande werkwijze naar 'Lidmaatschap'. Wat het kost? Niets, alleen een paar seconden van uw tijd. Doet u dit uiterlijk 27 september? Dan kunt u ook direct stemmen op de maatschappelijke bestedingsdoelen van de deelnemende clubs aan de Rabo ClubSupport stemcampagne.

### Stemmen met een code

Als u lid bent van Rabobank, maar geen overeenkomst heeft om gebruik te maken van de Rabo App of Internetbankieren, dan kunt u tussen 5 en 27 september op [www.rabobank.nl/clubsupport](http://www.rabobank.nl/clubsupport) uw stemmen met een unieke code uitbrengen. Als u uw e-mailadres bij Rabobank geregistreerd heeft, ontvangt u deze code per mail.

### Over de Rabo ClubSupport stemcampagne

Rabobank is als coöperatie anders dan andere banken. De bank heeft geen aandeelhouders, maar leden. In plaats van dividend te betalen aan aandeelhouders, investeert Rabobank een deel van haar winst terug in de maatschappij. Onder meer door clubs en verenigingen financieel te steunen via de Rabo ClubSupport stemcampagne. De bijdrage kan bijvoorbeeld gebruikt worden voor verduurzaming van het clubhuis, of voor vervoer, waardoor kinderen opgehaald en thuisgebracht kunnen worden. Want we willen graag dat zoveel mogelijk mensen kunnen meedoen en zich ontwikkelen.

Namens alle deelnemende clubs alvast hartelijk dank voor uw stem! ■

*KBO is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de bovenstaande tekst.*



Deze rubriek gaat over het werk van de vrijwilligers van KBO-Brabant die zich bezighouden met de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) en de Wet langdurige zorg (Wlz).

Deze keer: een vervoermiddel aanvragen bij de gemeente.

## Een hulpmiddel via de gemeente



**Als fietsen op een gewone fiets niet meer lukt, kan een driewieler uitkomst geven. De gemeente moet daar op verzoek onderzoek naar doen, maar heeft eindeloos lange procedures, merkt cliëntondersteuner Wim Nouwens. Hij staat een oudere mevrouw en haar dochter bij, die willen dat de gemeente de mogelijkheid van een driewieler onderzoekt.**

**E**ls van Dieren (84) is onlangs gevallen met de fiets en raakte flink gewond. Ze durft nu niet meer te fietsen. Lopen gaat moeizaam. Een elektrische driewieler zou een oplossing zijn, maar die kost al snel 3.000 euro of meer. Haar dochter heeft met een medewerkster van de gemeente gebeld. Die raadde aan om bij de fietsenmaker te vragen of er zijwieltjes op de oude fiets kunnen.

### Onderzoeken is verplicht

‘Na dit telefoontje met de gemeente hebben moeder en dochter contact met mij opgenomen’, vertelt Wim Nouwens. Hij is cliëntondersteuner van KBO-Brabant in de regio Den Bosch en weet zodoende veel over de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). Die wet gaat onder meer over hulpmiddelen die mensen via de gemeente kunnen aanvragen om langer zelfstandig te kunnen blijven. ‘Zijwieltjes zijn geen optie’, zegt Nouwens. ‘Bij fietsen voor volwassenen zie je die nooit. Bovendien geven ze voor mevrouw Van Dieren niet genoeg stabiliteit.’ Nouwens overlegde met oud-rechter Bert van 't Laar, bij KBO-Brabant de specialist op het gebied van Wmo-zaken. ‘Hij

vertelde mij dat een gemeente altijd verplicht is onderzoek te doen als iemand om een hulpmiddel vraagt.’ Moeder en dochter hebben nu met hulp van Nouwens een brief naar de gemeente gestuurd.

### Dankbaar werk

‘Het is dankbaar werk om cliëntondersteuner te zijn’, vertelt Nouwens. ‘Mensen zijn vaak heel blij met mijn hulp. Bovendien houdt het mijzelf scherp. Wmo-zaken kunnen behoorlijk ingewikkeld zijn en ik moet natuurlijk verantwoorde hulp bieden. Naast ingewikkelde vragen zijn trouwens ook eenvoudige vragen op Wmo-gebied van harte welkom. Nog te weinig senioren maken gebruik van onze hulp. In het geval van mevrouw Van Dieren was het echt belangrijk om een schriftelijke aanvraag te doen. Het is jammer dat dat niet eerder is gebeurd, want het duurt al twee weken voordat de gemeente een ontvangstbevestiging stuurt, waarin vervolgens staat dat de wachttijd maar liefst acht weken is. We moeten nu afwachten of de gemeente op papier hetzelfde zegt als telefonisch. Mocht het al lukken om via de gemeente een driewieler te krijgen, dan heeft mevrouw Van Dieren die waarschijnlijk pas in het najaar.’ ■

### Oproep!

Heeft u zelf of als mantelzorger advies nodig op het gebied van Wlz of Wmo? Neem dan contact op met KBO-Brabant via [info@kbo-brabant.nl](mailto:info@kbo-brabant.nl) of (073) 644 40 66. Wij brengen u in contact met een Wmo-cliëntondersteuner in uw regio of met een vrijwilliger van ons Wlz-team.

# IEDEREEN HEEFT EEN LAATSTE WENS

‘Wacht niet te lang,  
het kan zo voorbij zijn’

• De stichting heeft inmiddels vijf ambulances

• In de WensAmbulances zijn extra zitplekken gecreëerd

De laatste wens van  
Leo Kunders was een  
reis naar Lourdes.  
Met hulp van Stichting  
WensAmbulance Brabant  
ging deze in vervulling.





**Stichting WensAmbulance Brabant brengt en begeleidt terminaal zieke mensen een laatste keer naar hun favoriete plek. Van een dagje naar het strand of museum, tot een bezoek aan Lourdes: de speciaal ingerichte ambulance rijdt door binnen- en buitenland. Hoe dien je een wens in? Wat kost het en wat kun je verwachten?**

**S**tichting WensAmbulance Brabant bestaat sinds 2011. Bestuurslid Frans van Gerven is als oprichter vanaf het begin betrokken. 'Mijn mede-initiatiefnemer en ik zijn jarenlang ambulancemedewerkers geweest', vertelt hij. 'Mijn collega's en ik merkten dat veel patiënten overleden, zonder dat ze echt alles hadden afgesloten', vertelt hij. Zo ontstond het idee voor Stichting WensAmbulance Brabant. Wensen kunnen via een aanvraagformulier op de website worden doorgegeven. 'Als wij een wens ontvangen, neemt een van onze coördinatoren contact met de wensvrager op. De coördinator regelt daarna dat er

een wagen gereserveerd wordt, zoekt een chauffeur en de juiste verpleegkundige. We nemen alle aanvragen door. Wanneer we aan het verzoek van de wensvrager kunnen voldoen, spreken we alles telefonisch en per mail met elkaar door.' Helaas kunnen niet alle aanvragen worden ingewilligd. Een reis naar Turkije of Marokko gaat bijvoorbeeld niet, omdat het te ver is. 'Dat zou niet verantwoord zijn. Veiligheid staat bij ons voorop', benadrukt Van Gerven.

**Prachtige herinnering**

De ambulances zijn uitgerust met een comfortabele brancard en privacy-glas. Dat betekent dat de wensvrager goed naar buiten kan kijken en dat er van buiten niet naar binnen gekeken kan worden. Ook zijn er extra zitplekken gecreëerd. Zo kunnen naast de chauffeur, de verpleegkundige en de wensvrager nog twee personen in de ambulance meereizen. Van Gerven: 'We hebben inmiddels vijf ambulances. Of het lastig is om aan vrijwilligers te komen? Nee, integendeel. We hebben ruim 150 vrijwilligers en er is zelfs een wachtlijst.' Het vervoer en de begeleiding zijn gratis. De stichting draait op donaties en sponsoring. Gaat het om een reis naar het buitenland, dan wordt samen met de familie overlegd over de eventuele extra kosten. Wat Van Gerven het mooist aan zijn werk vindt? Daar hoeft hij niet lang over na te denken: 'Met het kleine beetje moeite dat wij doen, bezorgen wij mensen een fantastische dag en geven wij de achterblijvende familie een prachtige herinnering.'

**Lourdes**

Jeanne van de Kerkhof, bestuurslid van KBO Sint Jozef in Deurne en onder meer verantwoordelijk voor het ziekenbezoek, kan dit beamen. Ze maakte van dichtbij mee wat voor impact een reis met

**STICHTING  
WENSAMBULANCE  
BRABANT**

Stichting WensAmbulance Brabant vervoert mensen uit Noord-Brabant en aangrenzende regio's vanuit hospices, zieken- en verpleeghuizen en vanuit huis. Wensvragers worden begeleid door professionele vrijwilligers. Iedereen die terminaal ziek is en nauwelijks of niet kan lopen en staan, kan een beroep doen op de stichting. Kent u iemand die ernstig ziek is of heeft u zelf een laatste wens?

Kijk voor meer informatie op [www.wensambulancebrabant.nl](http://www.wensambulancebrabant.nl)

»



**Marleen van Riet**  
Thuisadvies specialist



## Wij komen bij u thuis! Met medicura thuisadvies

- ▶ Uitgebreide demonstratie van zorgproducten
- ▶ Hulpmiddelen in alle rust thuis uitproberen
- ▶ Mogelijk voor alle productcategorieën
- ▶ Meer informatie op [www.medicura.nl/thuis](http://www.medicura.nl/thuis)

! Maak een afspraak via **088-007 11 00**

## 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



**knip uit stuur op!**

Stuur de bon (franken 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-2022-08

  
**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.



Stichting WensAmbulance Brabant kan hebben (zie kader). 'Begin dit jaar vertelde mijn collega dat KBO-lid Leo Kuunders ongeneeslijk ziek was, en dat hij nog graag eens naar Lourdes zou willen. Ik twijfelde geen moment en nam contact op met Stichting WensAmbulance Brabant. Ik ben ontzettend blij dat ik dit heb kunnen doen', vertelt ze. Niet lang nadat ze de familie en de stichting aan elkaar had gekoppeld, reden ze naar Lourdes. De familie heeft Van de Kerkhof laten weten hoe dankbaar ze zijn dat ze die reis samen hebben kunnen meemaken. Ze stuurden haar als dank een bos bloemen met een kaartje, waarop stond: *Gisteren is een herinnering. Vandaag is een geschenk. Morgen is in Gods handen*. Van de Kerkhof: 'Dat raakte me ontzettend. Ik draag het kaartje elke dag bij me in mijn portemonnee. Ik zou tegen iedereen willen zeggen: als je nog iets wil, doe het dan nú. Wacht niet te lang, het kan zo voorbij zijn.' ■

### Wilt u WensAmbulance Brabant financieel steunen?

U kunt uw gift, donatie of sponsorbijdrage overmaken op rekeningnummer IBAN NL90 RABO 0106 0579 44 ten name van stichting WensAmbulance Brabant. Als u bij uw overboeking uw naam en adres of e-mailadres\* vermeldt, kunnen wij u een bedankje sturen.

*\*Let op: meerdere banken accepteren het @ teken in het e-mailadres niet bij de omschrijving in de overboeking. Gebruik daarom het \* teken in plaats van het @ teken.*



## 'Het heeft ons als gezin heel veel kracht gegeven'

**De vrouw en vijf kinderen van Leo Kuunders reden mee naar Lourdes. Hoe was dat voor hen? Zijn vrouw en twee dochters vertellen.**

'Ons pap wilde nog graag een keer naar Lourdes. Zijn gezondheid liet dit helaas niet meer toe. We besloten daarom met zijn allen naar Banneux te gaan, een klein bedevaartsoord in België. Dat is niet al te ver rijden en daardoor goed te overzien. Totdat Jeanne van de Kerkhof ineens voor onze deur stond. Ons pap en Jeanne kenden elkaar van de KBO. Jeanne vertelde ons over Stichting WensAmbulance en bracht ons met elkaar in contact, waarna het balletje snel ging rollen. In plaats van Banneux werd de bestemming alsnog Lourdes! Maar ons pap durfde het niet aan om alleen met ons mam te gaan. Hij was bang dat er iets met hem zou gebeuren, en dat wij, zijn vijf kinderen, dan niet bij hem zouden zijn. Zijn gezin was alles voor hem. We regelden vrij van ons werk en een paar dagen later konden we vertrekken, met het hele gezin! Een van de kinderen reed samen met ons pap en mam mee in de ambulance, de andere vier volgden in de eigen auto. Bij elke tussenstop wisselden we van plek, zodat ieder kind een stuk kon meerijden in de ambulance. De ambulance is open, zodat je onderweg naar buiten kunt kijken. Na een dag rijden, stopten we voor een overnachting. Ook die was tot in de puntjes geregeld. Iedereen was ontzettend aardig en betrokken. Het voelde echt als een warm bad. We zijn twee dagen in Lourdes gebleven. De vrijwilligers die ons daar begeleidden, voelden direct als onderdeel van het gezin. Wat Lourdes met je doet, is lastig te beschrijven. Dat moet je ervaren: het is een heel intens gevoel. Je voelt saamhorigheid, kracht, warmte en liefde. Ons pap heeft in Lourdes kunnen berusten in zijn lot. Hij heeft ons kunnen loslaten en zei dat het zo goed was. Dit heeft ons als gezin heel veel kracht gegeven; het verlies is hierdoor beter te dragen. We huilen tranen van verdriet, maar ook van geluk en dankbaarheid omdat we dit samen hebben mogen meemaken.'

**MEUBELZORG**

met hart voor u en uw meubels!

advertentie

AL  
RELAXFAUTEUILS  
VANAF  
€ 695,-

ZATERDAG 30 JULI  
**OPENING**  
NIEUWE WINKEL  
**OOSTERWOLDE**

Gebak en koffie staat klaar!

**ALLE WINKELS VIEREN MEE!**

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

**TOT WEL €1000 INRUILKORTING!\***

1000 KLEUREN IN STOF EN LEER



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Sublime**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Lyon**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Borgo**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Luzern**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Engelberg**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Royan**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Lourdes**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Winterthur**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Granada**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Lugano**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Rians**



Verkrijgbaar in 250+ kleurent!  
**Magnifique**

**VRAAG NU**  
DE GRATIS BROCHURE  
EN PRIJSLIJST AAN!

**VIA MEUBELZORG.NL**

**OF KOM LANGS**  
BIJ ÉÉN VAN ONZE  
ZES WINKELS!

**KOM LANGS!****STEL JE EIGEN STOEL SAMEN:**

- ✓ Diverse leuningen
- ✓ Andere rug
- ✓ Meerdere voetsteunen
- ✓ Ander zitcomfort
- ✓ Rug met massage
- ✓ Met lendensteun
- ✓ Handmatig
- ✓ Tot wel 6 motoren
- ✓ Vele modellen

**GEHEEL OP MAAT!**

- ✓ Zitdiepte
- ✓ Zithoogte
- ✓ Zitbreedte

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

**Heerhugowaard**  
W.M. Dudokweg 32  
1703 DB Heerhugowaard

**Udenhout**  
Kreitenmolenstraat 43A  
5071 BA Udenhout

**Barendrecht**  
Dorpsstraat 74  
2992 BE Barendrecht

**Amersfoort**  
Kraailandhof 11  
3828 JN Amersfoort  
(Hoogland)

**Geleen**  
Egelantier 11  
6163 RB Geleen

**Oosterwolde (FR)**  
De veengang 2  
8431 NJ Oosterwolde

**Demonstratie  
aan huis!**

Bel nu: 085-0655292

Al onze winkels zijn geopend van: **Ma t/m za: 09:00-17:00, Zo: gesloten**  
Bij elke Meubelzorg winkel kunt u **Gratis** parkeren voor de deur!

\*actie alleen geldig op elektrische maatstoelen

**30 JULI  
OPENING**

**www.meubelzorg.nl****Bel ons: 085-0655292**



Deze rubriek gaat over onze rechten en plichten en over notariële zaken, beschreven aan de hand van een concreet voorbeeld. Deze keer: wat moet of kunt u regelen als u samenwoont?

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.

# Samenwonen? Regel het goed!



Nogal wat mensen die samenwonen, regelen niets rondom hun erfenis. Dré Teeuwen, lid van de juridische helpdesk van KBO-Brabant, merkt dat dat in de praktijk tot hele vervelende en soms schrijnende situaties leidt. Hij legt uit wat samenwoners moeten of kunnen regelen.

**P**etra (65) is vijftien jaar geleden ingetrokken bij haar vriend Jos (68). Het huis is nog altijd van Jos, die geen kinderen heeft. Petra heeft vier kinderen. Jos en Petra zijn sinds hun samenwonen nooit bij de notaris geweest. Zou dat eigenlijk moeten, vragen ze zich af.

## Schuld

Het advies van oud-notaris Dré Teeuwen is onomwonden: ja, ga zo snel mogelijk naar de notaris om je zaken te regelen. 'Het gebeurt in de praktijk helaas best vaak dat samenwoners helemaal niets regelen. Dat is ontzettend jammer. Als je niets regelt, ben je voor de wet vreemden van elkaar.' Wat zou er gebeuren als Jos overlijdt? 'Zolang ze niets hebben geregeld, erft Petra niets', legt Teeuwen uit. 'De hele erfenis van Jos gaat dan naar zijn broers en zussen of, als die zijn overleden, naar de kinderen daarvan. Zij kunnen Petra uit het huis zetten, omdat het huis onderdeel van hun erfenis is. Als Jos en Petra helemaal niets hebben geregeld, krijgt Petra ook geen partnerpensioen. Jos heeft nota bene zijn hele leven gespaard voor een partnerpensioen; het is zonde als dat na zijn overlijden bij het pensioenfonds blijft.'

## Erfenis naar de achterblijvende partner

Wat kun je regelen? 'Als je gaat samenwonen, ga dan zo snel mogelijk naar de notaris voor een samenlevingscontract en een testament', adviseert Teeuwen. 'In de wet staat voor gehuwden dat alle goederen naar de achterblijvende partner gaan en dat de kinderen hun erfdeel pas kunnen opeisen als die partner is overleden. Als je het als samenwonende partners ook zo wilt, zul je zelf in actie moeten komen.' Om het partnerpensioen veilig te stellen, is een notariële samenlevingsovereenkomst en een bericht aan het pensioenfonds genoeg. Als Jos en Petra een samenlevingsovereenkomst sluiten en een testament laten maken, heeft Petra een grotere vrijstelling voor de erfbelasting en worden de kinderen van Petra voor de erfbelasting gezien als Jos' eigen kinderen. Daardoor hoeven ze minder erfbelasting te betalen dan wanneer ze als 'vreemden' hadden geërfd. 'Wat je in een testament regelt, is een kwestie van eigen voorkeur. Het belangrijkste is: regel hoe je het wilt hebben, om nare verrassingen te voorkomen.' ■

advertentie

Sinds  
1992

# Well-Fair

Zelfstandig en comfortabel ouder worden...



\* vraag naar de voorwaarden

## 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?

Bel **0341 277 010** of kijk op **www.well-fair.nl**



**50plusbeurs**  
silver event

Hal 7 | Stand 07B08



# Een bed voor het leven

## Fris en uitgerust wakker worden

Wakker worden met pijn in de rug, nek of schouders? De halve nacht draaien en onrustig slapen? Heeft u het gevoel dat u niet uitgerust bent na een nacht slapen?

Een degelijke boxspring en een gepersonaliseerd matras, met schouder- taille- en heupzone is de oplossing. Deze vorm van maatwerk geeft u een hoog rendement uit de nachtrust. Dus geen pijnlijke spieren en gewrichten meer, maar fris en uitgerust wakker worden en vol energie aan de nieuwe dag beginnen.

## Makkelijke schoon- en opmaken

Bedden die voorzien zijn van een hoog-laag functie geven veel gemak bij het op- en schoonmaken. Bij het verschonen van het beddengoed kunt u het bed op een prettige werkhoogte instellen. De wieltjes zorgen ervoor dat u de bedden zonder moeite uit elkaar kunt rijden. Ook het stofzuigen onder en tussen de bedden gaat heel eenvoudig. U hoeft hiervoor niet meer door de knieën. Zo kunt u zonder hulp van anderen uw bed en slaapkamer schoonhouden.

## Ontspannen lezen of tv kijken

Een bed voor het leven moet voorzien zijn van uitgebreide en unieke verstelmogelijkheden. Het is namelijk belangrijk om in een gezonde zithouding

te relaxen of een boek te kunnen lezen. Een ontspannen en comfortabele houding, zonder dat u onderuit zakt zit of meerdere kussens nodig heeft om lekker te zitten en tv te kunnen kijken.

## Zorgbed voor later

Een bed voor nu én later: een bed voor het leven dus. Naast alle unieke verstelmogelijkheden is er ook nagedacht over de fase waarin zorg om de hoek kan komen kijken. Het plaatsen van bijvoorbeeld een papagaai en bedhekken moet dan ook mogelijk zijn. Zo zorgt u ervoor dat u altijd in uw eigen vertrouwde bed kunt blijven liggen in plaats van een ziekenhuisbed.

## 30-jarig jubileum

Well-Fair is al sinds 1992 de specialist op het gebied van slapen, zitten en wellness met een duidelijke missie: zelfstandig en comfortabel ouder worden. Wilt u ook meer weten over de uitgebreide collectie bedden?

Via [www.well-fair.nl](http://www.well-fair.nl) kunt u gratis een brochure aanvragen of bel **0341-277010**



# VERS EN GEZOND ETEN, ZONDER ZELF TE KOKEN

• Aan pakjes en zakjes doen ze niet in de keuken

• Gemiddeld krijgen de maaltijden een 7,8





## Niet iedereen houdt van koken of lukt het nog om dagelijks een lekkere en verse maaltijd op tafel te zetten. Een maaltijdservice kan dan uitkomst bieden. Leden van KBO Schijf testen vandaag de maaltijden van maaltijdservice Vers aan Tafel. 'Lekker, rodekool!'

**S**maken verschillen, zo wordt ook vandaag al snel duidelijk. Bij tafel 3 blijkt de ietwat harde rijst niet zo besteed aan meneer Faes. Aan tafel 2 smult mevrouw Van Meriënboer van de rodekool en aan tafel 1 zijn ze het eens: het runderlapje bij de aardappelen en sperziebonen is heerlijk mals. We zijn in Gemeenschapshuis Den Hoge Dries in Schijf, waar aan drie tafels twaalf leden van KBO Schijf de vriesverse maaltijden van maaltijdservice Vers aan Tafel proeven. 'Vers aan Tafel wilde een samenwerking met ons starten, maar wij wilden natuurlijk eerst testen of onze leden de maaltijden wel lekker vinden', legt KBO-Brabant-directeur Wilma Schrover uit. 'Daarom vroegen we aan KBO Schijf om deze proeverij mee te organiseren.'

### Mobiele oven

Terug naar de eetzaal. Daar heeft Roland Jakobs, commercieel directeur van Vers aan Tafel, de maaltijden opgewarmd in zijn mobiele oven. Op elke tafel staan vier verschillende maaltijden, waar de leden allemaal van proeven. Op een

scoreformulier houden ze bij welk cijfer ze geven aan onder meer de smaak, de textuur en de presentatie. Dat is waardevolle informatie, vertelt Jakobs. 'We organiseren drie tot vier proeverijen per week. Op deze manier kunnen we onze recepturen blijven verbeteren. Zo kregen we bijvoorbeeld bij de bami goreng kipsaté regelmatig de opmerking dat de bami wat meer gekruid zou mogen worden. Dit hebben we besproken met onze chef-koks en het kwaliteitsteam, aangepast, meerdere keren getest en uiteindelijk doorgevoerd. De verbeterde receptuur is sinds 1 juni 2022 te bestellen.'

### Zelf koken

De meeste aanwezigen vandaag koken nog zeer regelmatig zelf. 'Ik woon alleen en heb er niet altijd plezier in om alleen voor mezelf te koken', vertelt mevrouw De Laat. 'Maar als mijn zoon komt eten, doe ik extra mijn best.' Haar tafelgenoot: 'Ik woon naast mijn zoon en kook eens in de week ook voor zijn gezin. Dan zitten we met z'n zessen aan tafel en dat is hartstikke gezellig.' Anderen vinden het juist fijn om elke dag te koken en om nog regelmatig naar de supermarkt te gaan. 'Dan blijf je bezig en kom je onder de mensen', zegt iemand. 'Maar ik kan me goed voorstellen dat zo'n maaltijdservice heel fijn is als je bijvoorbeeld niet meer zo goed ter been bent.'

### Hartstikke vers

Klanten van Vers aan Tafel zijn vooral senioren en mensen met een beperking die zelfstandig thuis wonen, maar ook verpleeg- en verzorgingstehuizen. Zij kunnen wekelijks de vriesverse maaltijden van Vers aan Tafel bestellen via de website, telefonisch of via het bestelformulier. De maaltijden worden gratis thuisbezorgd door het eigen bezorgteam van Vers aan Tafel. »

## KBO-BRABANT EN VERS AAN TAFEL

De proeverij in Schijf heeft goed uitgepakt en heeft geleid tot verdere samenwerking van KBO-Brabant en Vers aan Tafel. Leden van KBO-Brabant krijgen 10 procent korting op de maaltijden van Vers aan Tafel. U kunt zelf kiezen uit ruim 160 maaltijden, soepen en desserts en de minimale bestelhoeveelheid is zes maaltijden. Kunt u niet kiezen? Dan kunt u ook een Maaltijdbox bestellen met zes vastgestelde maaltijden. Zoals de Maaltijdbox Internationaal of Hollands. Bestel uw maaltijden met korting via de website [www.versaantafel.nl/kbobrabant](http://www.versaantafel.nl/kbobrabant) Maak eerst via deze pagina een account aan, zodat uw korting verwerkt wordt. Of bestel uw maaltijden telefonisch via (085) 401 64 44. Geef aan dat u lid bent van KBO-Brabant en geef uw lidnummer op zodat uw ledenkorting verwerkt kan worden.

Kijk voor meer informatie op [www.versaantafel.nl/kbobrabant](http://www.versaantafel.nl/kbobrabant) of bel met (085) 401 64 44.



Tip van Jur, onze buschauffeur

## Twoe kinderen reizen gratis mee!

Lekker met de kleinkinderen eropuit? Twee kinderen t/m 11 jaar reizen gratis met je mee. Zo kunnen jullie lekker voordelig naar het zwembad, het pretpark, de bioscoop of iets anders leuks!

Meer informatie of tips? Check [bravo.info/tips](http://bravo.info/tips)

**Bravo**  
Brabant vervoert ons

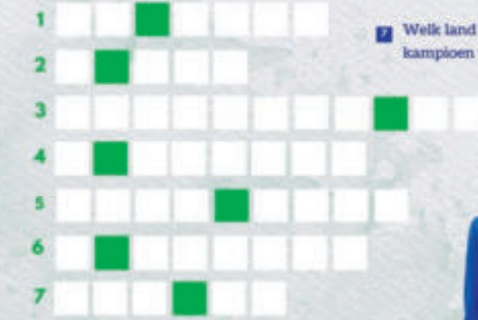
samen met Arriva en Thermes

## 3 jaar voor Brabant in Brussel

De wereld verandert. In de Europese Unie werken we samen om onze manier van leven te blijven beschermen. Vanuit het Europees Parlement mag ik daar sinds juli 2019 mijn steentje aan bij dragen. Wilt u een kijkje komen nemen achter de schermen? Doe mee met de puzzel en maak kans op een geheel verzorgd uitje naar het Europees Parlement in Brussel voor twee personen! De letters in de groene vakjes vormen de oplossing. Stuur uw oplossing voor 15 september 2022 naar [tom.berendsen@ep.europa.eu](mailto:tom.berendsen@ep.europa.eu).

**Tom Berendsen**

- |                                                                              |                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Wat is de voornaam van de voorzitter van het Europees Parlement?          | 2. Welk land is op dit moment (augustus 2022) voorzitter van de EU?          |
| 3. In 2012 won de Europese Unie de Nobelprijs voor de ...?                   | 4. Uit welk land komt de voorzitter van de Europese Commissie Von der Leyen? |
| 5. Franse stad waar het Europees Parlement (helaas) 12 x per jaar vergadert? | 6. Welk land won dit jaar het Eurovisie Songfestival?                        |
| 7. Welk land is de regerend Europees kampioen voetbal?                       |                                                                              |



**epp**  
European Parliament

**CDA**  
Christen Democratisch Apparaat

[www.tomberendsen.eu](http://www.tomberendsen.eu)



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

Feel free with scoot2be

Meerheide 100 S  
5521 DX Eersel  
0497 - 518805  
[www.scoot2be.nl](http://www.scoot2be.nl)  
[Info@scoot2be.nl](mailto: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.

**SPATOILET.COM**



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

Klant  
beoordeling  
**9,7**

**Kies een verwarmde toiletzitting met onderdouche:**

- Prijs: € 745,- incl. btw en 3 jaar garantie.
- Spatoilet past op vrijwel iedere wc-pot
- Installatie door ons zonder hakken en breken: € 195,- inclusief btw, materialen en voorrijden.

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



**Waar wacht u nog op?**

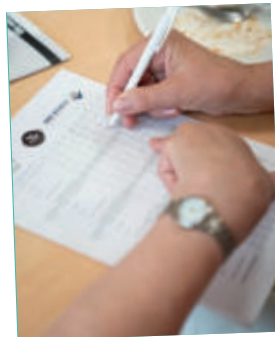
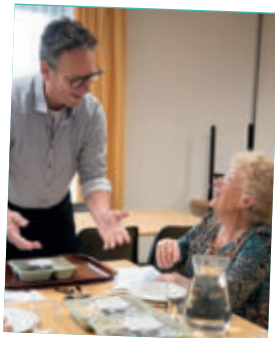
072 5629 269 / 020 6141 232 • [spatoilet.com](http://spatoilet.com)



Omdat de maaltijden vriesvers worden geleverd zijn ze gemakkelijk te bewaren in de diepvries en kunnen ze worden opgewarmd in de oven of magnetron. En geen zorgen: dat is hartstikke gezond. Aan pakjes en zakjes doen ze namelijk niet in de keuken van Vers aan Tafel. Alle ingrediënten zijn kakelvers. 'En van lokale telers', vertelt Jakobs. 'De maaltijd wordt na bereiding ingevroren in een professionele diepvries die de maaltijd snel brengt tot een temperatuur van -18 graden. Dit proces zorgt voor behoud van smaak, voedingswaarden, geur en kleur. Hierdoor is het niet nodig om allerlei conserveermiddelen en onnodige smaak- en kleurstoffen toe te voegen aan onze maaltijden.' Het assortiment van Vers aan Tafel bestaat uit 160 maaltijden uit bijvoorbeeld de Hollandse, Italiaanse en Oosterse keuken. Ook voor mensen die een speciaal dieet volgen, bijvoorbeeld zoutarm of vegetarisch, is een ruim assortiment beschikbaar. Bovendien kunnen mensen met kauw- of slikproblemen die alleen gemalen maaltijden kunnen nuttigen, ook terecht bij Vers aan Tafel voor ambachtelijk bereide maaltijden. En, niet geheel onbelangrijk: Vers aan Tafel heeft - naast de zoutarme maaltijden - sowieso bijna alleen maaltijden die minder dan 3 gram zout bevatten. 'Dat is beter voor de gezondheid. Ook de overheid stimuleert mensen om minder zout te eten', zegt Jakobs. Het lagere zoutgehalte valt de proevers van vandaag ook op. 'Ik ben daar wel blij mee, want meestal zijn kant-en-klaarmaaltijden heel zout.' Iemand anders: 'Ik heb weleens een maaltijdservice gehad waarbij alles hetzelfde smaakte door al dat zout. Hier proef je tenminste de echte smaken.'

### Stamppot

Aan tafel 3 proeven ze de stamppot van vier groenten. Meneer Faes kijkt op het



etiket en vraagt zijn tafelgenoten welke groenten zij denken dat erin zitten. 'Raapsteel, spinazie en andijvie', horen we. 'En boontjes!', ziet iemand die de stamppot nauwgezet aan het ontleden is. 'Ik zal het vertellen: boontjes, spinazie, broccoli en ui', zegt meneer Faes. Terwijl aan tafel 3 alle vier de maaltijden al geproefd zijn, beginnen ze aan tafel 2 net aan de derde. 'We zijn hier te druk met praten', lacht mevrouw Van Meriënboer. Zij verwelkomde de rodekool met 'Oh wat lekker!' en gaf vervolgens alleen maar tieners aan die maaltijd. Ook op de andere formulieren staan verschillende tieners, maar het overgrote deel zijn zevens en achten: gemiddeld krijgen de maaltijden een 7,8. De zalmfilet met worteltjes scoort met 9,4 het hoogst en de chili con carne krijgt met een 5 het laagste cijfer. Mevrouw Faes: 'Ik vond de lasagne er niet zo lekker uitzien, dus daarom gaf ik daar niet zo'n hoog cijfer voor. Maar hij smaakte gelukkig wel goed.'

### Goed begin

Mevrouw Damen aan tafel 3 sloot zich op het laatste moment aan bij de proeverij. 'Betsy belde mij vanochtend omdat iemand had afgezegd en daar was ik blij mee. Ook nog op maandag, dat is een goed begin van de week!' Betsy van de Sande is de secretaris van KBO Schijf en zorgde ervoor dat er vandaag voldoende proevers waren. 'We organiseren hier vaker themamiddagen rondom welzijn en zo'n proeverij past daar goed bij. Gezond eten is natuurlijk hartstikke belangrijk. Ikzelf kook nog elke dag, vooral Hollandse kost en een soepje vooraf. Maar ik denk dat het wel handig is om een paar van die maaltijden in de vriezer te hebben liggen. Gewoon, voor als ik een keer geen tijd of zin heb om te koken.' ■



**Thuiszorg Matilda**  
Zorg zoals u die wenst



**Deze zomer uw zonnetje in huis**

Huishoudelijke hulp, Begeleiding en Wijkverpleging

076 - 888 28 42  
info@thuiszorg-matilda.com

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

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

## 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

## 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)







## 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. 9.001/22** Ik heb jarenlang samengewoond maar mijn partner is helaas 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 ben wat moeilijk ter been maar ik rijd graag auto en fietsen vind ik ook fijn. Het zou leuk zijn als ik een reactie van je mag ontvangen.

**BR.O.NR. 9.002/22** Alleenstaande man, 90 jaar, weduwnaar, fit en rustig, zoekt leuke vriendin voor vriendschap om nog leuke dingen te ondernemen zoals wandelen, natuur, fietsen, boodschappen, autorijden, thuis zijn. Wel in de regio Eersel-Hapert-Reusel-Bladel. Ik woon geheel zelfstandig in een huurhuis.

## 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. 9.003/22** Ik ben een stevige, alleenstaande vrouw, 72 jaar. Ben actief in mijn spiritualiteit en creatieve hobby's: meditatie, tekenen, schilderen, beeldhouwen, schrijven, lezen en tarot. Ik hou van film, klassieke muziek, jazz, natuur, dieren en sociale contacten. Mijn leventje is oké, maar ik mis hierin een maatje voor een praatje. Zoek gelijkgestemde man, tussen 68 en 75 jaar, regio 040.

**BR.O.NR. 9.004/22** Sportieve, slanke vrouw zoekt leuke man voor gezelligheid. Alleen is maar alleen. Ben in bezit van een auto. Wie durft het aan te antwoorden? Leeftijd is niet belangrijk, als je maar nog goed uit de voeten kunt. Reacties liefst met foto en wel graag uit Noord-Brabant. Je krijgt in elk geval altijd een antwoord terug.

**BR.O.NR. 9.005/22** Gezellige dame (77) zoekt een maatje om samen de eenzaamheid op te lossen. Leeftijd tussen 75 en 80 jaar, omgeving 013.

**BR.O.NR. 9.006/22** Ik zoek een maatje, geen relatie. Ik ben een vrouw van 80 jaar, maar voel me geen 80. Wil nog graag leuke dingen doen. Rijd graag auto, maar alleen is niet gezellig. Ik kom uit Tilburg maar woon in Halsteren.

**BR.O.NR. 9.007/22** Man zoekt man. Dat ik me eenzaam voel, daar is geen sprake van, maar toch zou ik het fijn vinden om via deze weg in contact te komen met een vriendelijke man tussen 65 en 80 jaar om samen leuke dingen te gaan doen, zoals fietsen en wandelen in de natuur, te genieten van alles wat bloeit, vliegt of kruipt om daarna samen op de bank met een glaasje wijn te buurten of sportwedstrijden te bekijken. Mannen met een bourgondisch buikje, daar geniet ik van ten teken van een goed leven. Ik ben 75+ en alleenstaand. Graag reacties uit de omgeving van Sint-Michielsgestel. Iedereen die reageert krijgt een berichtje terug.

Lekker zitten..



makkelijk opstaan..



..en vooral, heerlijk relaxen.



**Levertijd?**  
Ruim **250** relaxfauteuils direct uit **voorraad** leverbaar.



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 welk 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 al bijna 50 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](http://www.teunarts.nl) [info@teunarts.nl](mailto:info@teunarts.nl)  
Boersestraat 11, 5454NG, Sint Hubert. In St. Hubert op de rotonde richting Wanroij, dan 3e weg links, 1e rechts.

\* nvt op aktiemodellen, niet icm overige akties & aanbiedingen



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

## Puzzel mee en win!

**Een van de vijf exemplaren van *Levenslessen van iemand die (waarschijnlijk) eerder doodgaat dan jij* van Margaretha Magnusson**

In haar boek geeft Margaretha Magnusson vrolijke tips en wijsheden aan mensen in de vierde fase van hun leven (en daarvoor): doe kleine vloerkleedjes de deur uit, laat die rimpels zitten en investeer in een goede kapper, omring je met jongeren, ga vrijwilligerswerk doen, draag streepjes. Op die manier wordt een levensfase die vaak wordt gezien als zwaar of lastig, meteen een stuk lichter. Meer weten? Lees het interview op pagina 10.



In elke editie van **Ons** maakt u kans op een leuke prijs. Los de puzzel op, stuur uw oplossing naar de redactie en win het boek *Levenslessen van iemand die (waarschijnlijk) eerder doodgaat dan jij*.

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.

|            |            |            |
|------------|------------|------------|
| AMUSEMENT  | GAJES      | NOORMAN    |
| ANGSTDROOM | GOLFTAS    | PAKPAPIER  |
| ASTER      | GREIN      | PRIKTOL    |
| ATTENT     | INFILTRANT | SLAAP      |
| BEIDE      | INNOVATIE  | SPREEUW    |
| BUSTE      | KWAST      | STAAT      |
| CATALAAN   | KWEEKJE    | STAMPPOT   |
| DEENS      | LENDENEN   | TAFELPOOT  |
| DROST      | LOTUS      | TRAPJE     |
| ELAND      | MAATROL    | TRIEN      |
| ETSEN      | MAGEN      | TWIST      |
| EXPLODEREN | MOPJE      | VOEDING    |
| FLAMENCO   | NASAAL     | WATERPLANT |
| FRACTIETOP | NATTIGHEID | ZEVEN      |

Stuur de oplossing van de puzzel, uw naam, adres en telefoonnummer vóór 23 september 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** september'.

## Winnaars puzzel **Ons** juni

De oplossing van de puzzel was:

**Wandel-excursie.** De winnaars van de JarKey-potopener zijn:

F. van den Akker, E. Bastiaans, T. de Crom, J. van Driel, C. Feijen, A. Jansen-Adams, P. Nollen-van Dongen, G. Poules, A. Stalpers en N. Witte. Hartelijk gefeliciteerd!



(advertentie)

**BTR REIZEN***Boek nu ook een goed verzorgde en sfeervolle Kerst- of Nieuwjaarsreis***Autovakanties  
naar  
All Inclusive Hotels****Hoog Soeren op de Veluwe**All Inclusive Hotel Oranjeoord  
3 dagen va. € 151,- / 5 dagen va. € 295,-**Rijs in het Friese Gaasterland**All Inclusive Hotel Gaasterland  
3 dagen va. € 138,- / 5 dagen va. € 272,-**Treis-Karden aan de Moezel**All Inclusive Hotel Brauer  
3 dagen va. € 138,- / 5 dagen va. € 272,-**Soest in het Duitse Sauerland**All Inclusive Hotel Am Wall  
3 dagen va. € 122,- / 5 dagen va. € 243,-**Kerst in Valkenburg / Zuid-Limburg**All Inclusive Hotel Op de Boud  
5 dagen va. € 335,-**Kerst in Bitburg / Súdfeifel**All Inclusive Hotel Bitburg  
6 dagen va. € 299,- / 7 dagen va. € 349,-**Wunderland Kalkar / Nederrijn**All Inclusive vakantiepark Wunderland  
3 dagen va. € 259,- / 4 dagen va. € 359,-**Autovakanties  
met  
leuke arrangementen****Ontdek de Veluwe**Hotel Villa Vennendal in Nunspeet  
3, 4 en 5 dagen op de Veluwe va. € 174,-**Fietsen & wandelen in Brabant**Best Western Hotel Nobis in Asten  
3 dagen er op uit in Brabant va. € 129,-**City & Shoppen in Groningen**Martini Hotel in Groningen  
3 dagen centrum Groningen va. € 132,-**Culinair hoogstandjes**Golden Tulip Hotel West-Ende Helmond  
3 dagen het gastvrije Brabant va. € 179,-**Mooiste fietsroutes in Friesland**MS Antonio Bellucci  
4 dagen halfpension va. € 169,-**Fietsen van hotel naar hotel**van Asten naar Deurne en Helmond  
8 dagen het mooie Brabant va. € 479,-**Lekker actief in de Duitse Eifel**Landhotel Eifelblick in Stadtkyll  
4 dagen in de prachtige Eifel va. € 87,-**Riviercruises  
over Europa's  
mooiste rivieren****Rijn cruise naar Rüdesheim**MS Salvinia  
6 dagen vertrek 12 sept. / 10 okt. va. € 555,-**Kaartcruise over de Rijn**MS Salvinia  
6 dagen vertrek 22 okt. va. € 560,-**Kerstmarkten cruises Antwerpen**MS Salvinia  
4 dagen vertrek 8 dec. va. € 250,-**Kerstmarkten cruise Düsseldorf**MS Salvinia  
4 dagen vertrek 20-11 / 1 & 4 12 va. € 230,-**Kerstmarkten langs de Bovenrijn**MS Antonio Bellucci  
6 dagen vertrek 12 dec. va. € 690,-**Kerstcruise over de Rijn**MS Rembrandt van Rijn  
8 dagen vertrek 20 dec. va. € 965,-**Kerst- en Nieuwjaarscruise**MS Antonio Bellucci  
11 dgn. vertrek 23 dec. va. € 1.570,-**Busvakanties  
All Inclusive  
met veel extra's****Ootmarsum in het Twentseland**Stadshotel Ootmarsum in Ootmarsum  
5 dagen vertrek 22 sept. 2022 € 480,-**Valkenburg in Zuid-Limburg**All Inclusive Hotel Op de Boud  
5 dagen vertrek 21 okt. 2022 € 455,-**Kerst busvakantie Zuid-Limburg**All Inclusive Hotel Op de Boud  
5 dagen vertrek 23 dec. 2022 € 455,-**Kerst busvakantie Súdfeifel**All Inclusive Hotel Bitburg  
6 dagen vertrek 22 dec. 2022 € 555,-**All In busreizen inclusief:**

- Reis per luxe touringcar
- Geheel verzorgde vakanties
- Mooie excursies met entreegelden
- Gezellige avond programma's
- Kerstreizen met sfeervol programma
- Diverse opstapplaatsen

**BTR Reizen heeft continue een ruime keuze aan Autovakanties met leuke arrangementen en All Inclusive Hotels op de mooiste plekjes in Nederland & Duitsland**

**BTR Reizen heeft ieder jaar een ruime keuze aan mooiste riviercruises en All Inclusive Busreizen met veel extra's.**

**Vakantiereizen voor alle senioren groepen  
Ontdekt het gemak en alle voordelen**

Door de ruime ervaring en contacten met vele gastvrije hotels en andere partners in het toerisme kan BTR Reizen direct een passend reisvoorstel voor uw senioren groepsreis aanbieden.

Profiteer van alle Voordelen, al vele groepen gingen u voor:

- ✓ Ruime keuze aan betaalbare groepsvakantiereizen
- ✓ Persoonlijk advies naar wens en budget
- ✓ Alles in één afspraak voor hotel, bus, excursie en entrees
- ✓ Halfpension, Volpension of All-Inclusive met drankjes
- ✓ Mooie excursies en gezellig avondprogramma
- ✓ Aantrekkelijke groepsannuleringsverzekering
- ✓ Lid van Stichting Garantiefonds Reisgelden SGR

Vraag naar alle mogelijkheden zie: [www.BTRreizen.nl/groepsreizen](http://www.BTRreizen.nl/groepsreizen)

**BTR Reizen dé specialist in Seniorenreizen  
Groepsbusreizen Vol met Hoogtepunten****Maritieme Noord-Duitsland & havenstad Hamburg**

5 daagse groepsvakantie halfpension met mooie excursies

**Harzgebergte met Wereld metropool Berlijn**

6 daagse groepsvakantie halfpension met mooie excursies

**Zwarte Woud met de Zwitserse Watervallen van Schaffhausen**

6 daagse groepsvakantie halfpension met mooie excursies

**Het Duitse Frankenland met de Goudenstad Praag**

7 daagse groepsvakantie halfpension met mooie excursies

**Engels Zuidkust met Royal Londen**

7 daagse groepsvakantie halfpension met mooie excursies

**All Inclusive Toppers van BTR Reizen****Valkenburg in het heuvelachtige Zuid-Limburg**

5 daagse All Inclusive groepsvakantie met veel extra's

**Het waterrijke Friesland met zijn oude stadjes**

5 daagse All Inclusive groepsvakantie met veel extra's

**Sauerland "Het land der 1000 bergen"**

5 daagse All Inclusive groepsvakantie met veel extra's

**Teutoburgerwald "Topper van BTR Reizen"**

5 daagse All Inclusive groepsvakantie met veel extra's

**Vulkaneifel "Oude vakantie herinneringen in de Duitse Eifel"**

5 daagse All Inclusive groepsvakantie met veel extra's

**Súdfeifel "Schilderachtige Moezel & Groot Hertogdom Luxemburg"**

5 daagse All Inclusive groepsvakantie met veel extra's

**BTR REIZEN****055 - 5059500****WWW.BTRREIZEN.NL**

prijzen per persoon





reddot winner 2021

UW HUIS  
BLIJFT  
UW THUIS



€ 1000,- korting\*

## 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)

advertentie

## En, wat is uw favoriete kleur?

Kies uit deze 16 schitterende kleuren uw persoonlijke favoriet!

atelier  
**GOLDNER**

www.goldner-fashion.com

paarsroze

### EXCLUSIEVE AANBIEDING

Blouseshirt

**44.<sup>95</sup>**

€ 54.95

Zolang de voorraad strekt

**U BESPAART € 10.-**

**Nu met gratis verzending!**

#### Blouseshirt

smaragdgroen, gebroken wit, boommos, paarsroze en papaja:

95% viscose, 5% Elastan,

Alle andere kleuren: 96% viscose, 4% Elastan,

Geweven deel en voering: 100% polyester;

Wasbaar

|                              |                              |                          |
|------------------------------|------------------------------|--------------------------|
| <b>1064-364</b> paarsroze    | <b>1064-464</b> boommos      | <b>7224-965</b> geel     |
| <b>8061-042</b> bordeaux     | <b>8287-241</b> zwart        | <b>8347-064</b> nude     |
| <b>8352-086</b> papaja       | <b>8353-185</b> smaragdgroen | <b>8354-539</b> saffraan |
| <b>8869-277</b> rood         | <b>8870-358</b> koningsblauw | <b>8871-480</b> marine   |
| <b>8873-082</b> wit          | <b>8874-184</b> lichtblauw   | <b>8875-775</b> roze     |
| <b>8913-240</b> gebroken wit |                              |                          |

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

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

Lengte 65 cm 61 cm

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

**Nu slechts € 54.95 € 44.95**

#### STRETCH



Ontdek onze zeer uitgebreide collectie online op **www.goldner-fashion.com**

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

Klantnummer (indien voorhanden)

Voorletters en achternaam

Telefoonnummer

Straat en huisnummer

Postcode en woonplaats

E-mailadres

| AANTAL | BESTELNUMMER | MAAT | ARTIKELOMSCHRIJVING | PRIJS |
|--------|--------------|------|---------------------|-------|
|        |              |      |                     |       |
|        |              |      |                     |       |
|        |              |      |                     |       |
|        |              |      |                     |       |

☒ **JA**, ik bestel en betaal nu **geen portokosten\***. Actiecode **H22-5360-07**.

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  
**H22-5360-07**  
doorgeven