

ons
10 jaar!

ons



Reportage
Fietsen met KBO
Hoeven: 'Zo krijg ik
beweging en doe ik
extra vitamine D op'

magazine voor senioren

NUMMER 1 | JANUARI 2021

— JAARTHEMA —

**Rijksbouwmeester
Floris Alkemade: 'We
moeten onze steden
inclusiever maken'**

— INTERVIEW —

**Onderzoek
welbevinden ouderen
in coronatijd: een op
de drie mist band
met anderen**

— ACHTERGROND —

**De rechtszaak tegen
de staat inzake de
pensioenen: het is
nu wachten op de
uitspraak**



Interview
**Commissaris van de
Koning Ina Adema:**
**'Samen dingen doen staat
centraal in de Brabantse
cultuur'**

JAARGANG 11 NR. 1 - 2021

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

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

REDACTIE KBO-BRABANT

Jacqueline Cuppers, Truus Noij, Wilma Schrover

REDACTIEADRES

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

CONCEPT EN REALISATIE

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

VORMGEVING

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

ADVERTENTIES

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

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

DRUK EN AFWERKING

Habo DaCosta

LIDMAATSCHAP

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

www.kbo-brabant.nl

www.facebook.com/kbobrabant

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

De Ons, dat zijn wij

Waar zouden we zijn zonder de *Ons*? Dat vraag ik me weleens af. Rare gedachte wellicht, want KBO-Brabant bestaat al ruim zeventig jaar, waarvan zestig jaar zonder ons eigen magazine dat elke maand dankzij zo'n 4.000 vrijwillige bezorgers bij u op de deurmat belandt. Toen de *Ons* nog niet bestond, konden wij u echter niet zó regelmatig en persoonlijk bereiken. Zelfs social media kunnen daar voorlopig nog niet tegenop. Andersom worden we beter dan ooit op de hoogte gehouden van interessante ontwikkelingen, vernieuwende projecten, opmerkelijke gebeurtenissen en bijzondere mensen in Brabant dankzij tips van onze lokale KBO-Afdelingen. Want de *Ons* maken we samen.

Natuurlijk staan er ook Bekende Nederlanders in het blad, maar de hoofdrolspelers zijn en blijven onze eigen leden. En omdat ons magazine heel veel mensen bereikt, levert een verschijning in de *Ons* hen stevast een hoop herkenning en verrassende contacten op. Ook ik maak dat mee. Zo bereikte mij laatst een vriendelijk e-mailbericht van de heer Arnold van Houdt. Hierin haalde hij herinneringen op aan de tijd dat we beiden op de Haashoeve in Berlicum woonden en voetbal speelden op het veldje achter onze woningen. Mijn voetbalmaatje van weleer blijkt al sinds zijn 55^e lid te zijn van KBO-Brabant! Ooit met succes door Seniorenvereniging Bladel geworven als piepjonge senior en nu, dertig jaar en diverse verhuizingen later, nog altijd lid via Wijnu Veghel. Dat clubgevoel vind ik het meest waardevolle van onze vereniging en daar hoort een eigen clubblad bij.

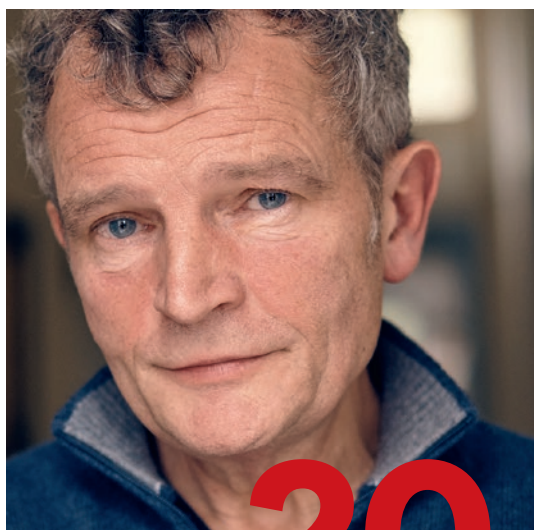
Deze uitgave is een jubileumnummer: de *Ons* bestaat tien jaar. En om die verjaardag te vieren heeft het magazine een eigen website gekregen: www.onsmagazine.nl Als lid van KBO-Brabant blijft u de *Ons* natuurlijk gewoon maandelijks in uw brievenbus ontvangen, maar meelezers onder uw vrienden en familieleden kunnen voortaan ook op onze speciale *Ons*-website terecht, zelfs als ze Brabant lang geleden hebben verruild voor Groningen of Canada. We zijn benieuwd tot welke bijzondere contacten dat weer gaat leiden in het nieuwe jaar.

Want die onderlinge contacten: daar draait het bij ons vooral om.

Ik wens u een voorspoedig Nieuwjaar!

Leo Bisschops, voorzitter





20

ONS BELANG

20/ *Rijksbouwmeester Floris Alkemade: 'We moeten onze steden inclusiever maken, generaties mengen'*

28/ *Eerlijker pensioenregels? Het woord is aan de rechter*

32/ *10 jaar de Ons: van een 'bloike' naar een volwaardig magazine én een eigen website!*



35

MENSEN

10/ *Commissaris van de Koning Ina Adema: 'Laten we een beetje op elkaar letten, een beetje zorgzaam zijn en aandacht aan elkaar besteden'*

36/ *Mirjam de Klerk onderzocht het welbevinden van ouderen in coronatijd: 'Dat de emotionele eenzaamheid zó sterk is toegenomen, hadden we niet zien aankomen'*



36

45



LEVEN

16/ *Fietsen met KBO Hoeven: 'Het doet me goed om erop uit te trekken en onder de mensen te zijn'*

45/ *Lees de Ons nu digitaal via www.onsmagazine.nl*

16



ELKE MAAND

06/ Schrijf ons!

09/ Fotoalbum

19/ Onsje pech

26/ Ons kloppend hart

35/ Onsje geluk

41/ Juridische helpdesk

47/ Ledenvoordeel

49/ Puzzel

Verhalen, brieven en berichten
die ons bezighouden



BEGRIJPelijke WEBSITE OVER COVID-19

Mensen met een beperking en ouderen en hun naasten hebben behoefte aan begrijpelijke en toegankelijke informatie over de gevolgen van COVID-19 voor hun persoonlijk leven. Er is veel informatie beschikbaar, maar die is veelal versnipperd, moeilijk vindbaar of lastig te begrijpen. Er is nu een overzichtelijke website met alle recente informatie over COVID-19: www.vilans.nl/levenincoronatijd. Deze site is het resultaat van een samenwerking van cliëntorganisaties, het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, en de landelijke kennisorganisatie voor langdurende zorg, Vilans. Ook KBO-Brabant heeft actief meegewerkt aan de totstandkoming van deze website.

Als u niet over internet beschikt, kunt u ons altijd bellen via (073) 644 40 66.

doe mee!

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

Mailen kan ook:

ons@kbo-brabant.nl

Vergeet niet uw naam, adres en woonplaats te vermelden.

BRABANTS VOOR GEVORDERDEN!

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

Hij vliegt dur op es unne haon op unne kroeselbos

Ergens rap bij zijn



Aanvulling pensioen ABP

Pensioengerechtigde tweeverdieners die een pensioen bij ABP hebben, krijgen mogelijk te weinig pensioen. Als u en uw partner vóór 1 januari 1995 tegelijkertijd pensioen opbouwden bij ABP, heeft u middels de regeling 'aanvullende diensttijd' recht op aanvulling van uw pensioen. Dit is in sommige gevallen niet direct toegekend, maar dat heeft het ABP inmiddels rechtgezet. Nu is het echter zo dat ook tweeverdieners die vóór 1 januari 1995 tegelijkertijd bij ABP en een ander pensioenfonds opbouwden, mogelijk recht hebben op een aanvulling. ABP kan dit alleen niet zelf zien in het eigen systeem. Daarom vraagt ABP u om dit zelf aan te geven in een formulier op www.abp.nl. ABP wijst hier ook op bij de aanvraag van een pensioen.

Hebt u vragen over dit onderwerp? Dan kunt u contact opnemen met ABP via (045) 579 61 70. Dit speciale nummer is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 08.00 tot 17.30 uur. Wilt u weten of u in aanmerking komt voor een aanvulling?

Kijk dan op www.abp.nl/aanvulling

Belcirkelvriendschap

Holke Flapper (76), lid van Kringbestuur KBO Helmond, is een van de deelnemers aan de belcirkels. Na een aantal telefoontjes met een 89-jarige deelneemster ontstond een vriendschap. Omdat Holke zich zorgen maakte om vereenzaming van deze dame besloot hij haar eens te bezoeken. Haar sociale kring was door de coronacrisis flink geslonken en zijn aanwezigheid en hulp bij allerlei kleine dingen bleken erg gewenst. Toen zij viel, schoot hij haar te hulp en bracht haar naar het ziekenhuis voor röntgenfoto's. Gelukkig is de dame inmiddels aardig opgekrabbeld. 'We maken grapjes met elkaar en ze lacht weer', vertelt Holke. 'Voorzichtig heb ik haar gevraagd een kennis van me, die ook deel uitmaakt van een belcirkel, eens te bellen. En zo hoop ik dat we de cirkel rond kunnen maken en elkaar allemaal een beetje kunnen helpen!'

Geldmaat plus assistentie

Geldmaat introduceert met *Geldmaat plus assistentie* een service voor iedereen die het lastig vindt om zelfstandig geld op te nemen of te storten. *Geldmaat plus assistentie* is nu beschikbaar bij een aantal geselecteerde winkels van Primera, Bruna en The Read Shop. Wilt u zo'n geldautomaat gebruiken? Dan kunnen de medewerkers van deze winkels u uitleggen hoe het werkt. De winkels die de assistentie bieden, vindt u in de locatiewijzer op www.geldmaat.nl. Binnenkort zijn de winkels ook herkenbaar aan de gele geldmaatsticker op de deur of de etalage met daarop: 'geldmaat opnemen/storten plus assistentie'.



8.741

**volgers heeft
KBO-Brabant op
Facebook
(op 4 december
2020).**

**Wilt u ons ook
volgen? Dat kan
door te zoeken
naar 'KBO-
Brabant' en op
het duimpje met
'Vind ik leuk' te
klikken. U ziet
onze berichten
dan automatisch
in uw tijdlijn
voorbijkomen**

handig!

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

Dit keer: Dubbele wasknijper.



Dubbele wasknijper gemaakt door ergotherapeut Monique Goossens

Kunt u uw arm niet meer hoog optillen of uw hand niet meer (goed) gebruiken? Dan weet u misschien hoe lastig het is om de was op te hangen. Ergotherapeut Monique Goossens zag dit probleem meermalen voorbijkomen in haar praktijk. Ze vond een oplossing in een 'dubbele wasknijper'. U kunt de dubbele wasknijper zelf maken door twee houten wasknijpers aan elkaar te plakken. De eerste wasknijper plakt u met houtlijm op de helft van de tweede wasknijper. Het is belangrijk om de lijm goed te laten drogen.

Terwijl u aan tafel zit, kunt u eerst de onderste wasknijpers aan de was bevestigen, op de hoeken. Is alle was voorzien van twee knijpers? Dan kunt u de was aan de lijn gaan hangen. De onderste wasknijper heeft het kledingstuk voor u vast, zodat u de was nu met één hand – uw goede hand – kunt ophangen.

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



1947: elke dag vóór school naar de kerk

‘Dit is de tweede klas van de St. Jozefschool in Reusel. Zelf zit ik zowat in het midden, ik ben het jongetje met de lichte strikdas om en de geruite blouse aan. We hadden les van meester De Kok, die staat rechtsboven. Dat was de enige meester op onze school; voor de rest waren er alleen maar fraters. Elke dag vóór schooltijd moesten we naar de kerk, naar een speciale kindermis. Op school kregen we wekelijks een puntenkaart voor ijver en goed gedrag, waarop ook werd bijgehouden hoe vaak we naar de kerk waren geweest. Ik ging braaf elke dag; dat moest van huis uit. Maar leuk vond ik het niet. Ik verenigde het nuttige met het aangename: tijdens de mis leerde ik de catechismus die op

school overhoord zou worden. We speelden veel buiten in die tijd. Vaak gingen we met een groep jongens naar de bossen. In het voorjaar klommen we in bomen en gingen we “veugelkes uithalen”: dan haalden we eitjes uit de vogelnesten. Die bliezen we leeg en we bevestigden ze op een mooi takje. Dat was dan onze trofee... Het waren de naoorlogse jaren. We gingen ook wel eens koperen hulzen zoeken in de velden. Dat was best gevaarlijk, maar die leverden geld op. Van de oorlog zelf herinner ik me dat we moesten vluchten voor de bombardementen. We hebben bij een boer in de buurt in een schuilkelder gezeten. Toen we terugkwamen waren veel van onze eigendommen verdwenen, ook ons varken. Ik herinner me dat allemaal nog vaag... ik was nog maar een “klapbroek”! ■



JAN SANDERS (1939)

is geboren en getogen in Reusel, waar ze hem beter kennen onder de naam Jan Toppel: ‘In Reusel hadden vroeger veel mensen dezelfde naam; in mijn klas zat bijvoorbeeld nóg een Jan Sanders. Velen van ons hadden dus een bijnaam. Die van mij is ontstaan tijdens de bevrijdingsfeesten. Ik deed mee aan een straatloop en ik liep op mijn tenen. Iemand in het publiek riep: “Kijk Jantje ‘s tippelen!”’

Uw foto?

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

interview

A portrait of Ina Adema, a woman with short brown hair, smiling. She is wearing a dark green, high-collared jacket with silver buttons. Her hands are clasped in front of her, and she is wearing a ring. The background is a modern building with large windows and concrete pillars.

INA ADEMA:
'Saamhorigheid is de kracht
van Brabant'

Ze is geboren in Amsterdam, opgegroeid in Gelderland en Friesland, ze heeft gestudeerd in Groningen en Duitsland, gewerkt in Overijssel en Flevoland... Maar met Brabant heeft Ina Adema een speciale band. Van 2009 tot 2016 was ze burgemeester van Veghel en sinds oktober is ze 'onze' commissaris van de Koning: 'Het voelt als thuiskomen.'

tekst Susanne Mullenders / beeld Marc Bolsius

In oktober 2020 werd u de nieuwe commissaris van de Koning in onze provincie. Was dat een logische carrièrestap voor u?

'Kijk, ik heb niet mijn hele leven gedacht: ik wil commissaris van de Koning worden. Tegen het einde van mijn wethouderschap - van 2001 tot 2009 was ik wethouder in Deventer - realiseerde ik me dat ik liefst wilde blijven werken in het openbaar bestuur. Zo werd ik in 2009 burgemeester van Veghel. Toen in mijn tweede ambtsperiode de gemeente Veghel werd opgeheven, heb ik vanwege allerlei redenen besloten niet te solliciteren naar het burgemeesterschap van de nieuw ontstane gemeente, Meierijstad, en werd ik burgemeester van Lelystad. Op een gegeven moment kreeg ik het bericht dat Wim (Wim van de Donk, tussen 2009

en 2020 commissaris van de Koning in Brabant, red.) ging stoppen. Toen dacht ik: dat is wel een hele mooie baan. Ik had zo'n goede tijd gehad in Veghel, het leek me fijn om terug naar Brabant te gaan. Maar eigenlijk kwam die functie twee jaar te vroeg: mijn termijn in Lelystad zat er nog niet op. Het was een moeilijke beslissing, ik voel ook een enorme loyaliteit richting Lelystad. Maar ja, sommige dingen komen maar één keer voorbij. Ik dacht: als ik nu niet solliciteer, gaat het niet meer gebeuren. En het resultaat is duidelijk.'

Wat neemt u mee uit uw vorige functies?

'Als commissaris van de Koning ben je geen onderdeel van de politiek. Je staat boven de politieke partijen en je speelt geen hoofdrol in politieke keuzes. Als burgemeester heb je zo'n zelfde rol: een brugfunctie boven de partijen. Ik ben dik elf jaar burgemeester geweest. Wat ik in die periode ook heb geleerd, denk ik, is dat het ongelooflijk belangrijk is te luisteren. Op allerlei plekken te komen en te horen wat er speelt. Dan krijg je zicht op waar mensen mee bezig zijn. Dat zie ik ook nu als mijn rol: luisteren, signalen ophalen, zicht krijgen op wat er leeft. Als ik alleen zou uitgaan van thema's die op mijn bureau komen, zou ik geen representatief beeld krijgen van wat er speelt in de samenleving. Om dat wél te krijgen, moet ik erop uit: evenementen bezoeken, mensen spreken, werkbezoeken afleggen, enzovoort.'

Eropuit gaan is op dit moment niet zo vanzelfsprekend. Hoe vindt u dat?

'Wat dat betreft heb ik wel een gekke start achter de rug. Waar ik normaal mee zou beginnen, is nu weggefallen. Maar ik heb van de nood een deugd gemaakt en veel intern geïnvesteerd. De focus ligt nu automatisch meer op wat er intern speelt. Ik heb ook wel externe gesprekken hoor, maar die verlopen toch anders in deze »



WIE IS INA ADEMA?

Bestuurder en politica van de VVD Ina Adema (Amsterdam, 1968) studeerde rechten aan de Rijksuniversiteit Groningen en internationaal recht aan de Universiteit van Göttingen. In de jaren negentig werkte ze als bedrijfsjurist in Deventer, alwaar zij in 1999 namens de VVD toetrad tot de gemeenteraad. In 2001 werd ze in diezelfde stad wethouder. In 2009 werd ze burgemeester van de gemeente Veghel, en in 2016 van Lelystad. Sinds oktober 2020 is zij commissaris van de Koning in Noord-Brabant.

tijd. En het leukste aan mijn werk vind ik juist de contacten met andere mensen. Dat externe, horen wat er leeft en speelt. Dat vind ik eigenlijk de kersen op de taart. Ik hou van mensen, en die menselijke ontmoetingen zijn er nu niet. Ik mis dat. Maar ja, dat missen we allemaal.'

Die verminderde sociale contacten raken inderdaad iedereen, ook senioren. Ziet u dat in uw omgeving?

'Zeker. Mijn moeder is bijna 83, mijn vader is een jaar geleden overleden. Mijn schoonvader is in coronatijd overleden. Dat was super heftig. Hij had geen corona, maar er waren zoveel beperkingen... we konden hem niet meer bezoeken, dat was moeilijk. En mijn moeder is nu een jaar weduwe. Ze woont nog zelfstandig, maar in normale omstandigheden hadden we meer leuke dingen gedaan met haar. Juist dit jaar. Maar dat gaat gewoon niet. De huidige situatie is voor iedereen, maar vooral ook voor ouderen, erg ingewikkeld.'

Ouderen staan centraal bij KBO-Brabant. Kende u onze vereniging al?

'Ja natuurlijk, ik ben burgemeester geweest van Veghel! Ik vind het heel erg goed dat er een organisatie als KBO-Brabant bestaat. Jullie vervullen een relevante rol, geven informatie, komen op voor de belangen van ouderen, organiseren belangrijke activiteiten. Jullie belastinginvullers en alle andere vrijwilligers die ondersteuning geven... Jullie zorgen voor een prachtig netwerk rondom ouderen. En jullie zijn een relevante gesprekspartner voor allerlei partijen.'

Wat wilt u voor Brabant betekenen de komende jaren?

'Ik ben voorzitter van de Provinciale Staten en de Gedeputeerde Staten. De Provinciale Staten bepalen het beleid en de Gedeputeerde Staten voeren het

uit. Voor mijzelf als commissaris van de Koning vind ik het belangrijk om goed geïnformeerd te zijn, anderen een spiegel voor te houden, te bemoedigen, te ontmoedigen, samenwerkingen te bevorderen. In mijn installatietoespraak heb ik een paar thema's genoemd die voor de toekomst groot zijn: het klimaat, het belang van water, ondermijning, digitalisering. Ondermijning is het verschijnsel dat criminelen invloed uitoefenen op bedrijven, overheden of organisaties en zo de samenleving corrumperen. En wat betreft dat laatste: voor ouderen is digitalisering een relevant aandachtspunt. Ik heb daarbij ook oog voor de bedreigingen ervan: het aantal fraudes dat plaatsvindt, is groot. Mensen schamen zich als ze er slachtoffer van worden, maar vaak gebeurt het op zo'n slimme manier! Niet alle ouderen zullen de digitalisering kunnen bijbenen - dat is een gegeven. Mijn vader bijvoorbeeld, zat de hele dag achter zijn computer. Mijn moeder niet; nu regel ik dingen voor haar die digitaal moeten gebeuren. Ik hoop dat het systeem rondom ouderen die de digitalisering niet kunnen bijbenen goed georganiseerd is. Met hulp uit hun directe netwerk, met hulp van vrijwilligers, met hulp van gemeenten. Die hebben hier een relevante rol, want daar is het grootste gedeelte van het sociale domein ondergebracht.'

Vindt u dat de provincie ook een rol heeft ten aanzien van ouderen?

'De hoofdrol in het ouderenbeleid ligt bij de gemeentes. Dat komt door de kanteling van het sociale domein daarnaartoe. De provincie voert geen specifiek doelgroepenbeleid, dus ook geen ouderenbeleid. Maar onderwerpen zoals het openbaar vervoer, buurtbussen enzovoort - dat zijn taken van de provincie. Want ook de provincie moet op een goede manier rekening houden met ouderen!'

U zei straks al even dat u het fijn vindt om terug te zijn in Brabant. Wat heeft u met deze provincie?

‘Klopt, dit voelt voor mij als thuiskomen. Een van de mooie dingen in Brabant vind ik de saamhorigheid. Die zie je echt niet overal, hoor. Laat ik het zo zeggen: er zijn ook plekken waar die saamhorigheid een stuk minder is. Samen dingen doen: dat staat centraal in de Brabantse cultuur. Dat vind ik een hele belangrijke kwaliteit. Die saamhorigheid zie je ook in zaken die we nu moeten missen: het vieren van feestjes, carnaval, gildes, rituelen van groepen die bij de kerk horen, samen wagens bouwen... Daar komt nog iets bij, namelijk het krachtige bedrijfsleven in deze provincie. Brabant kent een enorme hoeveelheid familiebedrijven. Die staan net weer anders in de samenleving. In Lelystad bijvoorbeeld waren ook veel bedrijven, maar de directeuren daarvan woonden veelal in het Gooi. Veel Brabantse familiebedrijven hebben een persoonlijke binding met hun omgeving, en dat geeft een andere dynamiek. Dat uit zich in de manier waarop bedrijven actief zijn in de samenleving: ze nemen een maatschappelijke rol. In Veghel bijvoorbeeld - maar dat geldt voor heel Brabant - participeren allerlei bedrijven actief in mooie projecten, omdat ze dat van meerwaarde vinden voor de samenleving. Ze nemen een maatschappelijke verantwoordelijkheid. Dat hóeven ze niet te doen, maar ze doen het wel. Die saamhorigheid: voor mij is dat de kracht van Brabant. Dat is ook een van de redenen waarom ik hier graag terug wilde komen.’

U noemde net de feestjes... hét Brabantse feestje is toch wel carnaval. Heeft u daar iets mee?

‘Ik ben er niet mee opgegroeid, maar ik ben het ongelooflijk gaan waarderen. Carnaval is zoveel meer dan wat mensen

in het westen denken: veel bier drinken. Natuurlijk wordt er ook wel een biertje gedronken, maar carnaval is van een grote maatschappelijke waarde. Het brengt mensen samen; mensen die met elkaar de mooie dingen van het leven vieren. Weer die saamhorigheid... ik vind dat schitterend.’

Waarschijnlijk wordt carnaval dit jaar niet gevierd. Hoe vindt u dat?

‘We missen met z’n allen veel dingen. Heel veel aspecten die het leven kleur geven, kunnen nu niet plaatsvinden. Wel kunnen we de vreugde zoeken in kleine dingen. Zelf vind ik het bijvoorbeeld fijn dat ik naar buiten kan voor een wandeling. Maar ja, ik kan me voorstellen dat veel mensen het best wel zwaar hebben. Optimistisch blijven valt niet altijd mee, zeker nu deze situatie zo lang aanhoudt. En zo kom ik weer bij de kracht van Brabant: laten we een beetje op elkaar letten, een beetje zorgzaam zijn en aandacht aan elkaar besteden. Dan komen we er wel doorheen.’

U heeft het vast heel druk in uw nieuwe functie. Heeft u nog tijd voor hobby’s?

‘Niet gruwelijk veel tijd, maar ik kan wel erg genieten van een mooie wandeling. En ik fotografeer graag. Ik vind het ook altijd leuk om nieuwe dingen te ontdekken. We hebben net de sleutel van onze nieuwe woning in Haarsteeg gekregen. Daar moet nog wat geklust worden en dan trekken we erin. Daar heb ik heel veel zin in. Het lijkt me fijn om van daaruit de omgeving te ontdekken. Plaatsjes in de buurt bezoeken, een dag zomaar rondwandelen en rondkijken - dat vind ik hartstikke leuk.’ ■

‘Laten we een beetje op elkaar letten, een beetje zorgzaam zijn en aandacht aan elkaar besteden’

energievoordeel

Eerlijk, blijvend goedkoop en groen

KBO-Brabant doet het anders!

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 een paar jaar geleden de regie in eigen hand genomen en houden we het voor onze leden blijvend voordelig én met succes. Al duizenden leden hebben geen omkijken meer naar hun energie zaken en profiteren van Ons Energievoordeel.

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

Bel KBO-klantenservice (085) 486 33 63.

Of ga naar

www.onsledenvoordeel.nl/energie



Energievoordeel voor KBO-leden

- 1 Blijvend voordelige tarieven.**
- 2 U kunt de tarieven voor 1 of 3 jaar vastzetten.**
- 3 We leveren uitsluitend 100% groene stroom van Nederlandse bronnen.**
- 4 Onze klantenservice neemt graag de tijd voor een persoonlijk en eerlijk advies.**
- 5 Uw overstap regelen wij, daarna hoeft u nooit meer over te stappen!**

☐ DHR. ☐ MEVR.

NAAM _____

STRAAT _____

POSTCODE / PLAATS _____

TELEFOON _____ E-MAILADRES _____

Ik heb een stroom ☐ enkeltarief ☐ dubbeltarief

Mijn enkel- of piekstroomverbruik is _____ kWh per jaar

Mijn dal/laagverbruik is _____ kWh per jaar of ☐ n.v.t.

Naam huidige stroomleverancier _____

Mijn gasverbruik is _____ m³ per jaar of ☐ n.v.t.

Naam huidige gasleverancier _____

Stuur deze bon met een kopie van uw energiejaarnota in een gesloten en gefrankeerde envelop naar: Ons Energievoordeel,

Postbus 1469, 4700 BL Roosendaal. Of stuur bovenstaande gegevens per e-mail naar: klantenservice@onsledenvoordeel.nl



Op pad met KBO Hoeven **'FIETSEN IS GEZOND, EN BOVENAL GEZELLIG!'**

• De groep verzamelt voor het thuishonk

• Jan blaast op zijn fluitje: de tocht kan beginnen!



Bij een zacht zonnetje verzamelt de fietsclub van KBO Hoeven zich voor het thuishonk Het Punt. Elke dinsdag vertrekt de groep stipt om 13.00 uur om zo'n 40 kilometer per fiets af te leggen in de omgeving. Jan Hereijgers (88) en zijn vrouw Joke (87) fietsen zoals vaker voorop.

In een geel hesje en met een fluitje bij de hand komen Jan en Joke aanrijden op hun elektrische fietsen. Het echtpaar is al ruim twintig jaar lid van de fietsclub van KBO Hoeven. 'Ik heb mijn hele leven op de boerderij

gewoond; binnen kan ik niet leven. Liever trek ik erop uit in de gezonde buitenlucht', vertelt Jan. 'Fietsen is gezond, en bovenal gezellig als je het samen met anderen doet.' Inmiddels prijkt er ruim 29.000 kilometer op de teller van zijn zeven jaar oude fiets. Jan is samen met zijn vrouw voorhoeder van de club, die uit zo'n twintig leden bestaat. 'Regelmatig fiets ik de route al een dag eerder. Dan kan ik zien of er bijvoorbeeld wegwerkzaamheden zijn', vertelt Jan. Joke fietst iets minder fanatiek en trekt er 'slechts' een paar keer per week op uit. 'Behalve in de wintermaanden, dan vind ik het te koud, te nat of te glad'. Echt bang om te vallen is Joke ondanks haar respectabele leeftijd niet. 'Maar de fietspaden mochten best wat breder zijn in dit gedeelte van Brabant. Soms zijn ze te smal als een tegenligger je kruist', meent ze.

In colonne

Inmiddels is iedereen gearriveerd voor Het Punt. Het is exact 13.00 uur en Jan blaast op z'n fluitje. De groep fietst in colonne achter Jan en Jo aan richting de Hoevense visvijver. Ad Wijnen, voorzitter van KBO Hoeven, vertelt: 'Het grote gat van deze vijver is ontstaan na de Sint Elisabethvloed in 1421. Toen werden de bossen hier volledig overspoeld met veen en klei. Deze vijver wordt nu gepacht door de lokale visvereniging.' Vervolgens rijdt de groep door naar de fietsbrug bij de jachthaven, die uitzicht biedt op vele boten en windmolens. 'De vorige

DE FIETSClub

De fietsclub van KBO Hoeven telt zo'n twintig leden. Vanaf de eerste dinsdag in mei tot en met de laatste dinsdag in oktober vertrekt de club vanaf het thuishonk Het Punt. Traditiegetrouw gaat de eerste route van het jaar naar de Mariakapel in Zegge. Daarna is de tocht telkens weer anders. Gemiddeld wordt er per keer zo'n 40 kilometer afgelegd. Er zijn twee pauzes, waaronder halverwege ergens op een terrasje. Dan wordt er gezamenlijk een kop koffie of thee met wat lekkers genuttigd. Vier keer per jaar staat er een dagtocht op de agenda. Dan vertrekken de fietsers om 10.00 uur voor een route van zo'n 60 kilometer.

Bent u lid van KBO Hoeven en wilt u mee fietsen? Neem voor meer informatie contact op met voorzitter Ad Wijnen via het secretariaat: secretaris@kbo-hoeven.nl

»

• 'Door te fietsen krijg ik meer beweging en extra vitamine D'

• De dames laten zich de gebakjes goed smaken



brug was opgeblazen tijdens de Tweede Wereldoorlog. Het heeft wel even geduurd voordat er een nieuwe werd aangelegd', weet Ad.

Vitamine D

Ze trappen verder richting Zevenbergen, waar Ad op de Markt bij een horecagelegenheid heeft gereserveerd. Normaal gesproken schuift iedereen gezellig aan bij elkaar, maar in verband met de coronamaatregelen is het gezelschap verspreid in kleine groepjes. Terwijl het horecapersoneel thee, koffie en warme chocomel serveert met vers appelgebak of een warme apfelstrudel, kletsen de fietsers volop met elkaar. Voor Jo Groenendaal is het pas de tweede keer dat ze mee op pad gaat; haar vriendin Martha Graumans wist Jo te overtuigen om mee te gaan. 'Ik kom oorspronkelijk uit Twente en heb jarenlang in Roosendaal gewoond. Toen ik acht jaar geleden naar Hoeven verhuisde, kende ik vrijwel niemand. Via mijn overbuurvrouw Martha werd ik lid van KBO Hoeven. Bij de vele activiteiten leerde ik al snel meer mensen kennen.' Sinds kort heeft Jo zich ook aangesloten bij de fietsclub. 'Ik was eerst wat angstig om te vallen tijdens het fietsen, maar het valt me ontzettend mee. Vanwege mijn hartproblemen mag ik me niet te zwaar inspannen, maar het fietsen is goed te doen. Zo krijg ik weer wat meer beweging en doe ik wat extra vitamine D op.' De dames laten zich de gebakjes goed smaken. 'We zijn eigenlijk op dieet, maar na zo'n fietstochtje hebben we dit wel verdiend', lacht Martha verontschuldigend als ze haar tanden in de apfelstrudel zet.

Gevulde agenda

De fietsclub telt meerdere weduwes, onder wie Jeanne Vermunt. 'Toen mijn man twaalf jaar geleden overleed, ben ik een jaar lang de deur niet uit geweest. Mijn kinderen deden zelfs de boodschappen.



Totdat zij mij min of meer dwongen weer eens naar buiten te gaan.' Zo werd Jeanne lid van de fietsclub. 'Een juiste beslissing, want het doet me ontzettend goed om erop uit te trekken en onder de mensen te zijn', stelt ze.

Toen de activiteiten van KBO Hoeven vanwege corona eerder dit jaar werden afgelast, was dat een groot gemis voor de leden. Zo ook voor Jacqueline Brabers, die al dertig jaar weduwe is. 'Dankzij de vele activiteiten van onze Afdeling blijft mijn sociale agenda goed gevuld: van bingo en eetclub tot reisjes. Als dat plotseling wegvalt, wordt het akelig stil. En dat is extra pittig als je alleen bent.'

Lichtpuntjes

Voordat de groep via Etten-Leur terugfietst, vertelt Ad dat KBO Hoeven een zeer actieve KBO-Afdeling is. 'We tellen zo'n 600 leden en trekken ook mensen van buiten Hoeven aan, dat is een mooi compliment!' Volgens Ad zijn de activiteiten van de Afdeling ontzettend belangrijk voor de senioren. 'Het zijn voor veel mensen lichtpuntjes in de week, voor sommigen zelfs de enige. Om zoveel mogelijk leden te plezieren hebben we een divers aanbod en maken we naast dagreisjes ook mooie reizen naar het buitenland. Helaas zat dat de afgelopen tijd er vanwege corona niet in. Juist in deze periode zijn afleiding en persoonlijk contact extra belangrijk. Als bestuur zullen we er dan ook alles aan doen om betrokken te blijven bij onze leden.' ■

De Polaris van Jan Schut (73) werd gestolen:

‘Dit doet pijn’

Met veel liefde en moeite importeerde Jan Schut zijn Polaris uit Amerika. Hij haalde hem zelf op en maakte er een prachtig exemplaar van. Onlangs werd hij gestolen...

‘In 2014 ben ik in Iowa een Polaris gaan halen: een Amerikaans landbouwvoertuig. Met veel moeite heb ik geregeld dat hij in Nederland de weg op mocht. Het was een opbouwmodel: in de loop der tijd is hij uitgegroeid tot een wagen met een weergaloze uitstraling. Alles zat erop: borden, zwaailichten, communicatiesets, een geluidsinstallatie. Als microfonist van de KNWU (Koninklijke Nederlandsche Wielren Unie) gebruikte ik hem bij wielervedstrijden, ik ging ermee naar pensioendemonstraties in het hele land, en ik trakteerde regelmatig onze hotelgasten op een ritje in de mooie omgeving. Halverwege november 2020 zou ik weer afreizen naar Den Haag voor een pensioendemonstratie. Voor dag en dauw belde onze dochter mijn vrouw om te vragen of ik al ergens naartoe was. De garagedeur stond namelijk open en de Polaris was weg. Maar ik lag te slapen... Zo ontdekte ik dat mijn wagen gestolen was. Ik vermoed dat de dieven precies wisten waar ze op uit waren. Ik kan nog steeds janken als ik erover praat, dit doet pijn.’ ■





LEO BISSCHOPS IN GESPREK MET RIJKSBOUWMEESTER FLORIS ALKEMADE

Architect, rijksbouwmeester én Brabander Floris Alkemade vindt dat we veel slimmer en socialer moeten bouwen en verbouwen. Met KBO-Brabant-voorzitter Leo Bisschops gaat hij in gesprek over bijzondere, toekomstbestendige woonvormen. 'Een informele structuur is een enorm sterk gereedschap.'

Rijksbouwmeester Floris Alkemade (1961) ontvangt Leo Bisschops aan huis: een monumentaal heren-huis in Sint Oedenrode. Het pand is al generaties in de familie en Alkemade woonde er zelfs enige decennia samen met zijn gezin en zijn ouders. 'Wij kennen hier in Brabant een enorme kwaliteit van leven, die gegroeid is uit de traditie en uit de historie. Die voel ik hier in dit huis ook', vertelt Alkemade, terwijl hij uit een antieke theepot voor Leo Bisschops thee inschenkt. 'Hier wonen mensen, veel meer dan in andere provincies, nog op dezelfde plek als hun voorouders. Mijn vader zei: ik ga hier nooit weg. Met zorg aan huis hebben we dat gelukkig goed kunnen regelen. Zelf denk ik nu ook: ik ga hier nooit meer weg.' Bijzonder, vindt Bisschops. 'Veel van onze leden zijn daar ook mee bezig. De meeste van hen wonen nog zelfstandig. Maar ik maak me wel zorgen. De beschikbaarheid van zorgpersoneel en mantelzorgers neemt af. Zowel qua wonen als zorg hebben we dus

een behoorlijke uitdaging.' Alkemade snapt die zorg wel. 'Kwetsbare ouderen hebben andere woningen nodig. Ik ben er absoluut niet voor om tegen mensen die thuis gelukkig zijn te zeggen: "Je moet er eigenlijk uit." Maar ik ben er wel voor om mensen die zelf uit hun eengezinswoningen willen een goede plek te bieden. Nu is het enige alternatief vaak een appartement, dat dan ook nog vaak te klein en te duur is. Zelfs in de middeleeuwen hadden we meer keuze. Er waren allerlei vormen van samenwonen. De begijnenhoven, de gildehuizen, de kloosters. Er was een context waarin mensen heel gemakkelijk zaken en verantwoordelijkheden konden delen. Het is interessant om te onderzoeken of we dat soort woonvormen en gemeenschappen ook nu weer kunnen gaan aanbieden.'

Ongevraagd advies

En dat onderzoeken is precies wat Alkemade als rijksbouwmeester doet. Het is zijn taak de overheid gevraagd en ongevraagd te adviseren: over het rijksvastgoed, maar ook over maatschappelijke uitdagingen die een link met bouwen hebben. De vergrijzing bijvoorbeeld. 'Hoewel ik vergrijzing allereerst een vorm van luxe vind. Voor mensen persoonlijk omdat we er dankzij onze welvaart een levensfase bij hebben gekregen. Daarnaast is vergrijzing ook een luxe voor de maatschappij: er is een hele generatie die haar tijd en ervaring nagenoeg belangeloos kan inzetten. Die een eigen passie kan volgen. Passie en solidariteit is precies wat we nu als maatschappij nodig hebben. Een ouder wordende samenleving biedt die kans.' Daar kan Bisschops zich helemaal in vinden. 'Wij pleiten er al jaren voor dat er in Den Haag en op andere plaatsen waar beleid wordt gemaakt niet óver ouderen wordt gepraat, maar mét



WIE IS FLORIS ALKEMADE?

Architect Floris Alkemade (1961) is nog tot september 2021 rijksbouwmeester. In die rol schreef hij onder meer ontwerprijstvragen uit voor projecten die maatschappelijke vraagstukken inzetten als bron van innovatie. Hij is eigenaar van architectenbureau FAA, met kantoren in Parijs, Brussel en Sint Oedenrode en was tot voor kort lector aan de Academie van Bouwkunst Amsterdam. In december 2018 publiceerde hij met het College van Rijksadviseurs *Panorama Nederland*, een toekomstperspectief over de ruimtelijke inrichting van Nederland. In het voorjaar van 2020 kwam *De toekomst van Nederland uit*, een essay over de kunst van richting te veranderen.

»

‘Op een boerderij daar zijn de stallen gesloopt, is de bestemming gewijzigd en wordt nu gebouwd aan wooneenheden voor ouderen’

ouderen. Natuurlijk, sommige ouderen zijn kwetsbaar. Maar ouderen zijn ook een groep waar heel veel denkkraft en ervaring zit. In het Land van Cuijk praten we bijvoorbeeld met een groep ouderen over wonen en zorg. Gemeenten, zorgaanbieders en woningcorporaties zijn ook bij die bijeenkomsten, maar vooral om te luisteren. De ouderen zijn aan het woord: over hoe we een sterke sociale structuur kunnen creëren, over financiële vraagstukken, over informele zorg en de aansluiting daarvan op formele zorg, over de noodzakelijke versnelling van de bouwopgave en de politieke druk die we als ouderen kunnen uitoefenen op de overheid’.

Hofjes en boerderijen

Alkemade houdt van dit soort plannen. Hij nam onder meer het initiatief voor *Who Cares*, een ontwerpend onderzoek waarvoor concrete plannen voor innovatieve vormen van wonen en zorg konden worden ingediend. Inmiddels is *Who Cares* uitgegroeid tot een ‘community’ die helpt bij de uitvoering van dit soort plannen en knelpunten onderzoekt. “We zien hier dat met name hofjes heel populair zijn. Dat klinkt kneuterig. Maar het is een heel mooi model waarbij je zelf privacy hebt, maar de tuin deelt en waar het ook opvalt als de gordijnen dicht blijven. Je wordt onderdeel van een vertrouwde gemeenschap, dat is een vorm van geborgenheid waar veel mensen behoefte aan hebben.” Specifiek voor Brabant ziet Alkemade ook veel kansen in stallen die leeg komen te staan. Het project *Aan de dreef* in Zundert vindt hij een mooi voorbeeld. ‘Op een boerderij daar zijn de stallen gesloopt, is de bestemming gewijzigd en wordt nu gebouwd aan wooneenheden voor ouderen en een grote moestuin in het midden. Er zijn een paar gastenverblijven voor

kinderen en kleinkinderen. Dit is een perfecte omgeving voor ouderen die van het boerenland komen.’ Een ander mooi Brabants voorbeeld is het *Kloosterkwartier* in Veghel. De zusters Franciscanessen zagen dat hun congregatie op haar einde liep en wilden iets nalaten aan de maatschappij. ‘Nu gaan daar 550 woningen gebouwd worden, waarvan de helft voor de meest kwetsbare groepen is. We gaan het park en de woonomgeving zo inrichten dat iedereen voor elkaar gaat zorgen. De zusters helpen op de lagere school. Jongeren onderhouden het park. Er is een overdekte jeu-de-boules-baan die nu al veel wordt gebruikt. Zo mengen we midden in het centrum verschillende generaties en doelgroepen. We bouwen een gemeenschap die voor elkaar zorgt, geheel in lijn met het gedachtegoed van de zusters. Dat heeft heel veel waarde en, als je naar de uitgespaarde zorgkosten kijkt, ook financiële waarde.’



Informele structuren

Bisschops noemt de 'bergen rapporten' die worden gewijd aan oplossingen voor uitdagingen rondom de vergrijzing. 'We zijn in Nederland heel sterk in het op tafel leggen van problemen. En er zijn overal losse initiatieven. Hoe denk jij dat we massa kunnen maken?' Door je denken minder door beperkende regels te laten sturen en vooral in te zetten op wat logisch en nodig is, zegt Alkemade. 'We moeten vooral veel projecten opstarten om van te leren. Dan loop je tegen dingen aan die je vooraf niet kunt bedenken. Dan zie je ook welke regelgeving onterecht te beperkend wordt toegepast maar ook welke nieuwe mogelijkheden zich vanuit een goed opgezet ontwerp en bouwproces aandienen.' De rijksbouwmeester wil dat de projecten waarin hij een rol speelt de zogenoemde informele structuren versterken. 'Dat is een enorm sterk gereedschap. Mijn moeder was hier in het dorp huisarts. Elke maandagochtend kwam er een non langs waarmee ze het hele dorp doornam. Alle zorgvragen kwamen voorbij, iedereen werd gezien, waar nodig werd geholpen. Al die zorgaanbieders die hier nu rondrijden zijn zo aan allerlei administratieve procedures gebonden dat ze dat niet meer voor elkaar krijgen.'

Elkaar helpen

Alkemade en Bisschops hebben wat die informele structuren betreft hoge verwachtingen van Brabant. 'Elkaar helpen en elkaar steunen: dat zijn de wortels van KBO-Brabant. Dat is waar onze hele verenigingsstructuur op is gebouwd', zegt Bisschops. 'Er zit hier in Brabant een soort vanzelfsprekendheid in het naar elkaar omzien', vult Alkemade aan. 'Als we zo gaan bouwen, dat we daar ook ruimte en aanleiding voor bieden, kunnen we juist dat versterken.' Bisschops



'Elkaar helpen en elkaar steunen: dat zijn de wortels van KBO-Brabant. Dat is waar onze hele verenigingsstructuur op is gebouwd'

komt terug op die denkkraft en ervaring van senioren. Heeft Alkemade nog een advies aan de leden van KBO-Brabant? Kunnen zij zelf iets doen voor een prettig woonperspectief? 'Wachten op de overheid is zelden een goed idee. Dus ik adviseer vooral om je verbeeldingskracht in te zetten. En kijk daarbij met name naar bestaande gebouwde omgeving. We hoeven niet iets nieuws voor senioren neer te zetten aan de rand van de stad. Nee, we moeten onze steden inclusiever maken, generaties mengen. In steeds meer dorpskernen en stadscentra komen gebouwen leeg te staan. Kijk naar wat voor mogelijkheden voor ontmoeting en voor andere woonvormen die gebouwen en hun omgeving bieden. Schakel een ontwerper in om eens mee te denken. Vorm een coalitie van belanghebbenden, zet je verbeeldingskracht in en spreek dan je lokale overheid aan.' ■

ons kloppend hart



**EEN NIEUW, FRIS
CLUBGEBOUW IN GILZE**



Wat doe je als corona een streep door alle activiteiten zet? Seniorenvereniging Gilze maakte gebruik van de stilte en verbouwde haar clubgebouw. Het resultaat: een opgefriste 'huiskamer' waar iedereen trots op is.

Sociëteit 't Trefpunt - de thuisbasis van SV Gilze - kon na 25 jaar wel een flinke opknapbeurt gebruiken. Toen afgelopen voorjaar alles stil kwam te liggen, ging de beuk erin. Mondkapjes werden stofkapjes. Er kwam een nieuwe bar, het magazijn werd omgebouwd tot spoelkeuken en de rokersruimte werd magazijn. Een aannemer zorgde voor strak stucwerk op de oude wanden en zo'n twintig vrijwilligers zorgden voor de rest: zij schilderden alle ruimtes, maakten schoon en zorgden voor een gezellige inrichting.

1. Joop de Jonge (81) 'Ongelofelijk trots ben ik op al onze vrijwilligers. Als voorzitter kan ik dat niet genoeg benadrukken. Vier maanden lang hebben we bergen werk verzet!'

2. Willeke Beenhakkers (68) 'De grotere bar was een lang gekoesterde wens. Bij feestjes en grote bijeenkomsten was het altijd behelpen. De vuile vaat kan nu ook meteen naar de spoelkeuken, dat houdt het lekker overzichtelijk.'

3. Bart Gerrits (72) 'Ik vond mijzelf nooit zo handig, maar daar dachten ze hier anders over. Elke week was ik hier wel veertig uur aan het werk. Ik vond het prachtig, maar misschien een beetje te veel, want ik heb nu nog een dik been.'

4. Annet Cleijssen (73) 'Alle leden die hier voor het eerst weer kwamen, keken hun ogen uit. Zo lekker fris en ruimtelijk. We hebben nu ook een goed ventilatiesysteem, niet onbelangrijk in deze tijd. Het volgende project? De vloer, die gaan we ook nog vernieuwen.'

Weetje

Nieuwe, frisse stoelen waren ook nodig. Maar ja, er was geen budget meer. Totdat een serie oude stoelen uit het stof gehaald werd. Die waren jaren geleden opgeborgen en bijna niemand die dat nog wist. Na een rondje proefzitten was iedereen verkocht. Wie wat bewaart, heeft wat...

ACTIVITEIT

Verbouwing clubhuis 't Trefpunt

KBO-AFDELING

Seniorenvereniging Gilze

AANTAL LEDEN

1.000

KOSTEN VERBOUWING

€ 22.000,-. Een even groot bedrag is bespaard door de inzet van vrijwilligers

VRIJWILLIGERS

120 vrijwilligers

ACCOMMODATIE

Het gebouw is in bruikleen van de gemeente. De energiekosten zijn voor eigen rekening

OOK OP DEZE LOCATIE

Biljarten, rikken, jokeren, bridgen, koersbal, sjoelen, handwerken, dansen, koffie-inloop, voorlichtingsmiddagen, en feesten



Eerlijker pensioenregels: HET WOORD IS AAN DE RECHTER

Een kleine maand geleden diende de rechtszaak die KBO-Brabant en de Stichting PensioenBehoud hebben aangespannen tegen de Nederlandse Staat over de pensioenen. Het wachten is op de uitspraak. Bestuurslid Stephan Vermeulen: 'Wij vragen de rechter niets anders dan: zorg ervoor dat Nederland zich houdt aan Europese regelgeving en de juiste pensioenregels vaststelt en toepast.'

Pensioenregelgeving is ingewikkelde materie en daarom laat de uitspraak nog even op zich wachten. Medio februari wordt die verwacht.

De behandeling van de rechtszaak die KBO-Brabant en de Stichting PensioenBehoud aan-spanden, gesteund door de Vereniging van Gepensioneerden Pensioenfonds PGB (VVG-PGB), de Vereniging van Oud Hoogovens Medewerkers (VOHM), de Vereniging van Gepensioneerden van AkzoNobel (VGAN), de Vereniging De Nieuwe Ambtenaar (VDNA) en diverse andere verenigingen en particulieren, liet óók al heel lang op zich wachten.

'We hebben de Staat in september 2019 gedagvaard. De wachttijd bij de rechtbank is al lang en werd door de coronapandemie nog langer', vertelt Vermeulen.

Strengere regels

De rechtszaak draait in de kern om het verschil tussen twee soorten pensioenen: uitkeringsregelingen en premieregelingen. Een uitkeringsregeling garandeert de pensioendeelnemer een bepaalde uitkering, die alleen in heel uitzonderlijke situaties lager mag uitvallen. Bij een premieregeling ligt de premie die de deelnemer inlegt vast, maar is de uiteindelijke opbrengst een stuk minder zeker. Verreweg de meeste Nederlanders bouwen pensioen op met wat een uitkeringsregeling wordt genoemd en zouden dus moeten kunnen rekenen op de afgesproken pensioenuitkering. Het tegendeel is waar: pensioenuitkeringen zijn al jarenlang niet verhoogd en soms zelfs verlaagd. Vermeulen: 'We zien dus dat wat een uitkeringsregeling heet, in de praktijk een premieregeling is. Je moet maar afwachten wat je uiteindelijk terugkrijgt voor je ingeleigde pensioenpremie. Ons pleidooi is: als we in de praktijk met een premieregeling te maken hebben, dan kunnen pensioenfondsen niet worden verplicht om de strenge regels voor een uitkeringsregeling te volgen. Ze moeten bijvoorbeeld extra buffers aanhouden, terwijl de financiële risico's eenzijdig bij de deelnemers liggen. Dat vinden wij onterecht. Belangrijker nog dan wat wij vinden, is dat onze pensioenwetgeving ook nog eens in strijd lijkt met ook voor Nederland geldende Europese pensioenrichtlijnen. Het is dus tijd om die strenge regels voor de pensioenfondsen los te laten, zodat de pensioenen op z'n minst weer met de prijzen voor levensonderhoud kunnen meestijgen.'

Nog jarenlang dit stelsel

Het pensioenakkoord dat in 2019 werd gesloten tussen werkgevers en werknemers en waar zes politieke partijen zich achter schaarden, zou uiteindelijk voor verandering moeten zorgen. 'Op den duur gaat de uitkeringsregeling helemaal verdwijnen', vertelt Vermeulen. 'Alle pensioenregelingen worden dan ook op papier premiereregelingen: de inleg ligt vast, de uitkomst is minder zeker. In feite dus zoals het nu in de praktijk al is.' Was de rechtszaak dan nog wel nodig? 'Die vraag wordt ons vaker gesteld en het antwoord is: ja. We zitten namelijk nog jaren met het huidige stelsel. Als er niets verandert, zijn pensioenfondsen nog zes jaar lang verplicht enorme buffers aan te houden en is er dus ook nog jarenlang een reëel risico dat ze pensioenen niet laten stijgen of zelfs verlagen. Wij vinden het bovendien belangrijk om via de rechter aan te tonen dat het extreem strenge pensioenbeleid sinds de inwerkingtreding van de Pensioenwet in 2007 in strijd was met Europese wetgeving, waardoor er dus door nogal wat pensioenfondsen ten onrechte al die jaren niet is geïndexeerd en soms zelfs gekort.'

Overgang

'Daarnaast is er een ander punt waarover wij ons zorgen maken, los van de juridische procedure', vervolgt Vermeulen. 'Bij de overgang van het huidige naar het nieuwe pensioenstelsel komt er een zogeheten collectieve waardeoverdracht: de opgebouwde pensioenaanspraken gaan over van het oude pensioencontract naar het nieuwe. Daarvoor geldt op dit moment een individueel instemmingsrecht: iedere deelnemer van een pensioenfonds moet daar apart toestemming voor geven. De minister wil van dat individuele instemmingsrecht af, omdat het de overgang bemoeilijkt. Dat vinden wij te

kort door de bocht: deze minister is wel voorstander van de individualisering van het pensioenstelsel, maar wil niet dat deelnemers daarover individueel instemmingsrecht hebben.'

Hoorzitting

De behandeling van het pensioenakkoord in de Tweede Kamer was van een bijzonder teleurstellend niveau, aldus Vermeulen. 'Kamerleden waren slecht geïnformeerd en stelden vaak niet de juiste vragen. Vragen die wel belangrijk waren, beantwoordde minister Koolmees (D66) niet of nauwelijks. Onbegrijpelijk dat hij hiermee wegwam. Ternauwernood is afgesproken nog een hoorzitting/rondetafelgesprek te houden als vaste commissie Sociale Zaken en Werkgelegenheid van de Tweede Kamer en daarvoor onder andere seniorenverenigingen uit te nodigen. Daar heeft op 4 november namens KBO-Brabant pensioendeskundige Rob de Brouwer, lid en vrijwillig adviseur van onze vereniging, gesproken. Maar ook prof. Hans van Meerten, hoogleraar Europees pensioenrecht en een van onze advocaten in de bodemprocedure tegen de Nederlandse Staat, sprak tijdens die bijeenkomst over de juridische obstakels van het pensioenakkoord. Of die hoorzitting gevolgen krijgt in de Tweede Kamer, is afwachten. Het is ons in elk geval, zeker tot de hoorzitting, maar mondjesmaat gelukt om onze standpunten in de Tweede Kamer voor het voetlicht te krijgen. En dat is een ontvullende constatering, gelet op de stelling van Tweede Kamerlid Pieter Omtzigt (CDA): "De Tweede Kamer heeft twee hoofdtaken, het maken van wetten als medewetgever en het controleren van de regering. In beide taken zou de uitvoerbaarheid van wetten en regelingen een grote rol moeten spelen. Helaas is dat niet het geval." We hopen dan ook dat de rechter beter naar de zaak kijkt.' ■



STEPHAN VERMEULEN
Bestuurslid KBO-Brabant

'Als er niets verandert, zijn pensioenfondsen nog zes jaar lang verplicht enorme buffers aan te houden en is er dus ook nog jarenlang een reëel risico dat ze pensioenen niet laten stijgen of zelfs verlagen'

Deze maand vieren we het tienjarig jubileum van ons ledenmagazine **Ons**! Tussen 2011 en nu groeide ons kindje uit tot een volwassene waar we trots op zijn! Een terugblik.

1 januari 2011

Trots!

KBO-Brabant werd een zelfstandige vereniging: met 130.000 leden een van de grootste seniorenverenigingen van Nederland. Dat betekende onder meer dat we vliegensvlug een nieuw magazine moesten ontwikkelen. Werk aan de winkel dus! En het lukte: in januari 2011 verscheen het eerste nummer van de **Ons**.



3 april 2012

Na ruim zes jaar voorzitter te zijn geweest, trad **Mariëlle Peters-Sips** wegens medische redenen af. Dat was ook voelbaar in de redactie van de **Ons**: bij elk nummer was ze altijd van begin tot eind nauw betrokken geweest.



5 januari 2015

In januari 2015 vieren we ons vijfjarig jubileum met een feestelijk nummer van de **Ons**!



2 2011-2012

In de eerste jaren ontwikkelde de **Ons** zich tot een volwaardig magazine – ook qua omvang. Begonnen we met maandelijks 52 pagina's (volgens sommigen nog maar 'een bloike'), al snel zaten we rond de 60 tot 68 pagina's! Fijn, want we hadden én hebben altijd genoeg te delen.



4 juni 2012

Met **Frans Slangen** kregen we opnieuw een toegewijd voorzitter. Hij focuste zich op de rol van belangenbehartiging door onze vereniging. Voor de **Ons** schreef hij maandelijks een column en regelmatig werkte hij mee aan interviews.





6 mei 2017

Frans zag zich wegens medische redenen genoodzaakt af te treden, en **Truus Noij** nam tijdelijk het voorzittersstokje over. Niet alleen was Truus op dat moment al jarenlang bestuurslid van de vereniging, al sinds 2012 was ze onmisbaar als redactielid van de *Ons*. En nog steeds is ze elke maand aanwezig bij het redactieoverleg, bruisend van ideeën!

8 februari 2018

Tijden veranderen en de *Ons* veranderde mee. Na acht jaar was het tijd voor een nieuw, modern jasje! Uiterlijk compleet nieuw, inhoudelijk sterk als altijd.



10 januari 2021

Het tienjarig jubileum van de *Ons*. Met als kers op de taart een eigen website! Kijk gauw op pagina 45 om er meer over te lezen.

Neem ook eens een kijkje op onze nieuwe website:
www.onsmagazine.nl

7 november 2017

Leo Bisschops werd onze nieuwe voorzitter. Ook hij heeft de belangenbehartiging voor senioren hoog in het vaandel en is dan ook regelmatig zichtbaar in de media. Ook in die van onszelf: niet alleen met zijn eigen column, maar ook in interviews en reportages.



9 augustus 2019

Dat de lezers blij zijn met de *Ons*, werd maar weer bevestigd in het lezersonderzoek van 2019: het blad kreeg een mooie 7,8 als waarderingscijfer! Lezers gaven bovendien aan gemiddeld 49 minuten te lezen. Dat is bijna twee keer zoveel als aan een gemiddeld ander relatiemagazine besteed wordt...

7,8

Kees Dekkers (82)

uit Rijsbergen:

**‘Iets met je handen
maken is mooi’**

**Voordat kerstmis
aanbreekt, is knutselaar
Kees Dekkers druk. Elk
jaar stuurt hij familie en
vrienden een alternatieve
kerstkaart, gemaakt van
een schijfje hout of een
gedroogd blad. Klein,
maar fijn en rechtstreeks
uit een warm hart.**

‘Iets met mijn handen maken, daar houd ik van. Een beetje “prullen” noem ik het zelf. Knutselen. Het materiaal vind ik bijna allemaal in de tuin. Met een mooie tak bedenk ik iets creatiefs. Zo zijn de schijfjes met teksten ontstaan. Al wandelend ben ik ook op het idee van de bladeren gekomen. Onder een stapel boeken laat ik ze drogen. Daarna schrijf ik er wat aardigs op en gaat er een laklaagje over. “Natuurlijk wens ik je een mooi nieuwjaar”, bijvoorbeeld. Een kleine kwinkslag vind ik wel leuk. In het verleden heb ik nog veel meer met houtbewerking gedaan. Ik heb een klok gemaakt en op een draaibank maakte ik ook vazen. Lekker bezig zijn is mooi, want ondanks een versleten rug en nek, kan ik slecht stilzitten. En bovendien vergeet je zo even de actualiteit...’ ■

interview _____

**'EENZAAMHEID NAM
FLINK TOE ONDER
OUDEREN TIJDENS
DE CORONACRISIS'**

Ouderen werden in het voorjaar van vorig jaar extra getroffen door de coronacrisis. Niet alleen omdat hun gezondheid gemiddeld genomen kwetsbaarder is dan die van jongere mensen, maar ook omdat eenzaamheid hen bovenmatig trof. Het Sociaal en Cultureel Planbureau deed er onderzoek naar. KBO-Brabant-voorzitter Leo Bisschops en onderzoeker Mirjam de Klerk gingen erover in gesprek.

Ik heb jullie onderzoek met interesse gelezen. Wat zijn volgens jou de opvallendste uitkomsten?' Leo Bisschops, voorzitter van KBO-Brabant, stelt de vraag aan Mirjam de Klerk, onderzoeker bij het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP). De Klerk reageert: 'De bestrijding van het coronavirus was zeker in de eerste maanden vooral een kwestie van de gezondheidszorg. Wij hebben in ons onderzoek *Welbevinden ten tijde van corona* in kaart willen brengen wat de sociale gevolgen waren. Het onderzoek is overigens gedaan in juli 2020, toen het qua corona relatief rustig was en er best veel weer kon. Een opvallende uitkomst is de toegenomen eenzaamheid onder 75-plussers. We maken onderscheid tussen sociale eenzaamheid - weinig verschillende contacten - en emotionele eenzaamheid - het gebrek aan een hechte band met een of meer mensen. Vooral de emotionele eenzaamheid is gestegen. In 2019 gaf een op de zes mensen van boven de 75 aan die hechte band met anderen te missen, in juli 2020 was dat een op de drie.'

Te vluchtig

Bisschops is onder de indruk: 'Een verdubbeling! Dat is schokkend.' De Klerk is het met hem eens. Ze vertelt dat er al wel signalen waren die wezen op een toename: veel ouderen onthielden zich van contact en zagen hun kinderen en kleinkinderen veel minder. Maar dat de emotionele eenzaamheid zó sterk was toegenomen, hadden de onderzoekers niet zien aankomen. De Klerk: 'Een deel van de ouderen had contact via sociale media of beeldbellen. Voor mensen met een groot netwerk én ervaring met die technieken, bleken dat best goede oplossingen. Sommigen maakten juist door de coronacrisis een duidelijke digitale inhaalslag. Voor veel anderen was dat beeldbellen best aardig, maar toch te vluchtig om echt goede gesprekken te voeren. Voor met name hoogbejaarden waren zulke technologische oplossingen überhaupt geen optie. Mensen die best veel contacten hebben, kunnen toch eenzaam zijn, omdat ze het persoonlijke contact missen met mensen met wie ze een hechte band hebben.'

Sociale bubbel

Bisschops is benieuwd in welke mate gezondheid en eenzaamheid met elkaar samenhangen: 'Bij het ouder worden, wordt onze gezondheid doorgaans ook kwetsbaarder. Is er een relatie tussen een verslechterende gezondheid en toenemende eenzaamheid?' Dat heeft het SCP niet in z'n algemeenheid onderzocht, vertelt de Klerk. 'Wel is gebleken dat mensen met een kwetsbare gezondheid somberder zijn geworden als ze iemand hebben verloren aan corona of als ze bang zijn zelf ziek te worden.' Bisschops vervolgt: 'Voor KBO-Brabant ligt hier een immense uitdaging. Eenzaamheid wás al een probleem onder ouderen en dat is nu alleen maar groter geworden. Wat zouden wij kunnen »

'Dat de emotionele eenzaamheid zó sterk was toegenomen, hadden we niet zien aankomen'

doen, denk je?’ De Klerk antwoordt: ‘Dat is inderdaad een groot probleem dat niemand zomaar kan oplossen. Maar het is ook niet zo dat we níks kunnen doen. Je zou kunnen nadenken over de vraag hoe de meest kwetsbare ouderen in deze situatie toch voldoende en goede sociale contacten kunnen hebben. Misschien met de “sociale bubbel” die de afgelopen maanden vaker is genoemd: een paar naaste familieleden of vrijwilligers die regelmatig langskomen.’

Mantelzorg

‘Mensen die mantelzorger zijn voor iemand in een zorginstelling konden begin vorig jaar van de ene op de andere dag niets meer doen toen het bezoekverbod inging. Mensen die thuis voor iemand zorgen, kregen juist méér te doen, bijvoorbeeld doordat de dagopvang wekenlang dicht was of omdat de thuiszorg minder kwam. Wat kwam er op het terrein van mantelzorg uit het onderzoek naar voren?’, vraagt Bisschops. ‘We verwachten – de uitkomsten van dit onderzoek zijn nog niet bekend – dat bij mantelzorgers die thuis voor iemand zorgen de druk van het mantelzorgen fors is toegenomen’, zegt De Klerk. ‘En dan zijn er nog de mantelzorgers die regelmatig langsgingen bij bijvoorbeeld hun vader of moeder. Velen van hen zijn minder hulp gaan geven. Soms op eigen initiatief, soms op verzoek van degene die de mantelzorg ontving. Tegelijk zijn er ook mantelzorgers die juist vaker langs zijn gegaan.’

Taarten en bloemen

Bisschops noemt de vele initiatieven aan het begin van de coronacrisis die als doel hadden ouderen een hart onder de riem te steken: ‘Er werden taarten gebakken, bloemen langsgebracht. Hebben dat soort initiatieven ouderen te weinig bereikt, denk je?’ De Klerk: ‘Er zijn geen gegevens over hoeveel initiatieven dat waren, hoe lang ze duurden en hoeveel mensen daarmee



WIE IS MIRJAM DE KLERK?

Mirjam de Klerk (1964) is programmaleider Zorg en ondersteuning bij het Sociaal en Cultureel Planbureau. Ze promoveerde in 1997 op een onderzoek naar het gebruik van hulpmiddelen bij ouderen. Bij het SCP houdt ze zich bezig met onderzoek naar het gebruik van zorg en ondersteuning en het geven van mantelzorg. Op dit moment is zij projectleider van een groot onderzoek naar de effecten van corona.

niet zijn bereikt. Maar het is een bekend fenomeen dat in dit soort situaties vraag en aanbod niet altijd matchen. In mijn eigen buurtapp zag ik meer aanbod dan vraag: heel veel mensen boden hulp aan, bijna niemand vroeg hulp. Mensen die echt hulp nodig hebben, zitten vaak niet op sociale media. Ik denk dat je kunt stellen dat vraag en aanbod elkaar niet altijd goed hebben gevonden. Bovendien: misschien kun je sociale eenzaamheid wel voor een deel oplossen met dit soort initiatieven, maar emotionele eenzaamheid niet.’

Solidariteit

Bisschops vervolgt: ‘In het onderzoek stellen jullie dat het uiteindelijk een risico is voor de samenhang in de samenleving als bepaalde groepen steeds meer problemen krijgen, zoals eenzaamheid. Hoe zit dat?’ ‘Dat is inderdaad een risico’, aldus De Klerk. ‘Ouderen hebben nu soms het gevoel dat ze niet meer meetellen, dat ze maar binnen moeten blijven. Jongeren voelen zich gedwongen om vanwege ouderen binnen te blijven, terwijl ze zelf het gevoel hebben nauwelijks risico te lopen. In een samenleving wil je juist dat verschillende groepen elkaar waarderen en in harmonie samenleven. Als dat niet zo is, kunnen de sociale samenhang en het onderlinge vertrouwen in gevaar komen.’ Dat is ook een boodschap aan de overheid, vindt Bisschops. De Klerk is het met hem eens: ‘Wij roepen de overheid op om niet alleen de gezondheids crisis te bestrijden, maar om de coronacrisis net zo goed te zien als een maatschappelijke crisis waarvoor saamhorigheid en solidariteit nodig zijn. Daarnaast zien we dat er aandacht nodig is voor problemen die nu wat meer op de achtergrond raken, zoals het personeelstekort in de zorg en het tekort aan seniorenwoningen. Aan dat soort problemen denken we nu minder, maar ze zijn niet weg.’ ■

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

Deze keer: hoe zit het met schade die tijdens 'sport en spel' ontstaat?

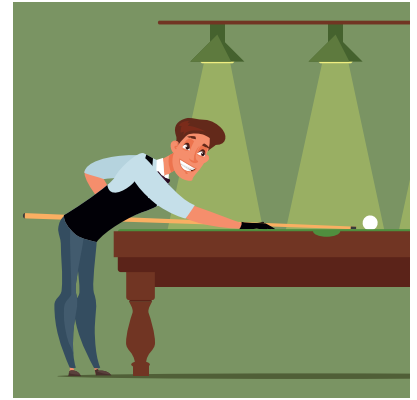
Uw eigen situatie kan anders zijn dan dit voorbeeld. Leg uw vragen voor aan een notaris of juridisch adviseur.

Oproep!

Heeft u een financiële of notariële kwestie die u aan de juridische helpdesk wilt voorleggen? Stuur uw vraag o.v.v. *juridische helpdesk* per e-mail naar ons@kbo-brabant.nl of per gewone post naar Juridische helpdesk, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch.

Schade tijdens het biljarten

KBO-Brabant heeft best veel fanatieke biljarters in zijn gelederen – al laten velen in coronatijd de keu even liggen. Maar een ongeluk zit in een klein hoekje. Hoe zit het eigenlijk met schade die tijdens het biljarten ontstaat, aan de tafel of aan persoonlijke eigendommen? Aad Overvliet, verzekeringsdeskundige bij de juridische helpdesk van KBO-Brabant, geeft raad.



Een KBO-Afdeling hoopt binnenkort het biljarten weer te kunnen oppakken. De coronastop gaf de gelegenheid om eens na te denken hoe het met schade zit. Wat als iemand een gat in het laken stoot of met de keu bijvoorbeeld de bril van iemand anders beschadigt?

Nooit meer dan de dagwaarde

Aansprakelijkheid in situaties van 'sport en spel' ligt ingewikkeld, zegt Aad Overvliet. Een zekere mate van risico hoort bij elke sport: wie voetbalt, kan weleens een trap tegen het been krijgen of een bal tegen de bril. Overvliet: 'Als een verzekeraar de schade vanuit het begrip "aansprakelijkheid" al vergoedt, dan is dat nooit voor meer dan de dagwaarde, óók bij brillen.'

Verzekeraars zullen schade door onveilig gedrag niet snel vergoeden: wie dicht achter een andere biljarter staat en daardoor de keu tegen de bril krijgt, krijgt de schade niet zomaar vergoed. De verzekeraar zal ook schade aan het biljartlaken niet zomaar vergoeden, maar eerst kijken of de biljarters zich verantwoord gedroegen.

De eigenaar van het biljart draait – zolang

hij of zij zelf niet meespeelt en de schade niet veroorzaakt – nooit op voor de schade, zegt Overvliet. 'Een eigenaar doet er wel goed aan een bordje bij het biljart te hangen met de tekst *Verboden te piqueren en te masseren* zodat duidelijk is dat risicovol gedrag niet toegestaan is.'

Afspraken over veilig gedrag

KBO-leden die samen sportief actief zijn, zouden daar afspraken over moeten maken, adviseert Overvliet. 'Bespreek en leg vast wat veilig gedrag is, of het nu om biljarten gaat of om fietsen. Het beste is natuurlijk om schade te voorkomen. Als er toch schade ontstaat, is het doorgaans ingewikkeld om vast te stellen of iemand daarvoor aansprakelijk is en zo ja, wie. Als twee mensen tijdens een fietstocht met de sturen in elkaar raken en samen vallen, wie reed dan wie aan? Dat is doorgaans niet te zeggen, dus de stelregel is dat ieder dan de eigen schade voor eigen rekening neemt. De organisatoren zijn in principe nooit aansprakelijk voor schade, mits de activiteit veilig is georganiseerd. In het fietsvoorbeeld: met een veilige route en over wegen die voor ouderen goed begaanbaar zijn.' ■

NIEUW! www.onsmagazine.nl

Wil uw zus altijd de *Ons* lezen maar woont ze in Groningen en is ze dus geen lid van KBO-Brabant? Heeft u een tante in Nieuw-Zeeland die graag artikelen uit de *Ons* zou willen lezen? Verwijs hen dan naar onze nieuwe website: www.onsmagazine.nl Want daar staan de mooiste artikelen die nu en eerder in het magazine *Ons* hebben gestaan.

Wat is www.onsmagazine.nl?

De nieuwe website is een digitale doorvertaling van uw vertrouwde ledenmagazine *Ons*. Per editie komt een aantal belangrijke artikelen uit de *Ons* op deze website te staan. Iedereen kan de artikelen lezen: bezoekers hoeven dus geen lid te zijn van KBO-Brabant. Ook zijn op de website vele artikelen uit eerdere edities van de *Ons* terug te lezen. Daarmee biedt de website een handige archieffunctie.

Waarom moest deze website er komen?

Het past bij de huidige tijdgeest waarbij van bladen en kranten 'crossmediale merken' worden gemaakt. Eigenlijk hebben alle publieks- en nieuwsmedia de afgelopen jaren een dergelijke transformatie doorgeemaakt. Zo bestaan bijvoorbeeld het *Brabants Dagblad* en *LINDA*. uit meer dan alleen een gedrukte uitgave. Deze titels verspreiden de inhoud van hun berichten ook via een website, digitale nieuwsbrief, social media of zelfs televisieprogramma's. Door nu naast de gedrukte *Ons* ook een digitale variant te lanceren, is ook uw ledenmagazine klaar voor de toekomst. De website is aanvullend op het magazine en dus géén vervanging.

Wat is er te vinden op deze website?

Er zijn tientallen artikelen te vinden die het afgelopen jaar in de *Ons* hebben gestaan. En de komende tijd groeit het aantal artikelen alleen maar verder. De artikelen worden gerubriceerd naar drie thema's die



ook in het magazine terug te vinden zijn: *Ons Belang*, *Leven en Mensen*. Waar relevant worden de teksten voorzien van linkjes naar extra informatie van andere websites. De website www.onsmagazine.nl biedt ook ruimte voor enkele advertenties.. Daarnaast kunt u met één klik naar de website van KBO-Brabant: www.kbo-brabant.nl

Wordt de website in de toekomst uitgebreid?

Wellicht wel! Als de website veel bezoekers trekt, gaan we deze mogelijk uitbreiden met spelletjes, video's, tips of de mogelijkheid om te reageren. Dus: zeg het voort aan uw vrienden en familie die geen lid zijn van KBO-Brabant. ■

Handig!

- Bij elk artikel staan de icoontjes van Facebook, Twitter, LinkedIn. Door op het betreffende icoontje te klikken, deelt u het artikel via uw eigen social media-kanaal. Daarnaast staat er bij elk artikel een icoontje met een enveloppe: door daar op te klikken opent uw eigen mailprogramma en kunt u het artikel naar iemand mailen.
- Boven in de website staan de covers van eerder verschenen edities van de *Ons*. Als u op een cover klikt, verschijnen alle artikelen uit die betreffende editie die op de website staan. Handig en overzichtelijk dus!
- Met het vergrootglas activeert u de zoekfunctie. Wilt u bijvoorbeeld alles lezen over pensioenen: typ dan *pensioenen* in, en alle artikelen waarin het woord *pensioenen* staat, verschijnen in het scherm.

ONLINE CURSUSPAKKET 10 TRAININGEN VOOR SENIOREN

Ontspannen thuis leren. Vergroot uw kennis, vaardigheden en gezondheid met dit online cursuspakket dat bestaat uit verschillende online trainingen. Dit pakket is speciaal voor senioren samengesteld en behandelt diverse onderwerpen. Zo komt het gebruik van internet, social media en smartphones aan bod en leert u de basistechnieken om een goede, digitale, foto te maken. Ook bevat de cursus trainingen over de manieren waarop u gezond ouder kunt worden en hoe eventuele mantelzorg eruitziet.

Het pakket bestaat uit maar liefst **10 online trainingen**. Elke training is los te volgen en bevat verschillende leermiddelen, in het Nederlands, zoals e-books en video's. De trainingen zijn 100% online, u kunt dus zelf uw studietijd thuis indelen. U kunt de online trainingen volgen op elke computer, laptop of tablet met Windows, iOS (Apple) of Android. De video's bekijkt u eenvoudig via YouTube.

- Fotografie voor beginners
- Internet veiligheid
- Social Media voor beginners
- Smartphone training voor senioren
- Hoe train ik mijn hersenen?
- Hoe word ik gezond 100?
- Gezondheidstips in en rond het huis
- Gezonde gewrichten
- Verklein de kans op alzheimer en dementie
- Alles over mantelzorg.

Van € 399,- voor **€ 39,-**



De trainingen worden aangeboden door Interplein. Ter introductie betaalt u via Ons Ledenvoordeel slechts € 39,- voor het totale pakket van 10 trainingen.

Na aankoop ontvangt u per mail een orderbevestiging met een unieke vouchercode en een link naar de online actiepagina waar u deze vouchercode kunt activeren. De unieke vouchercode is na aankoop één jaar geldig. U kunt deze online cursus ook cadeau geven aan iemand.



Trainingen door Interplein
In het Nederlands

MEER INFORMATIE & BESTELLEN GA NAAR

www.onsledenvoordeel.nl

of bel (085) 486 33 63. In de webshop van Ons Ledenvoordeel vindt u nog veel meer aantrekkelijke ledenvoordelen van KBO-Brabant. Bezoek onze shop en profiteer van uw voordeel!

In elke editie van **Ons** maakt u kans op een leuke prijs. Los het Zweedse raadsel op, stuur uw oplossing naar de redactie en win een **thuisbezorgde maaltijdbox van Carezzo**.

Stuur de oplossing
van de puzzel, uw
naam, adres en
telefoonnummer
vóór 22 januari 2021
naar: Redactie *Ons*,
Postbus 3240,
5203 DE
's-Hertogenbosch.
Of mail naar:
**puzzelpagina@
kbo-brabant.nl**
Vermeld
als onderwerp:
'puzzel *Ons* 1'.

Winnaars puzzel Ons 11

Hartelijk
gefeliciteerd!
De oplossing van
de puzzel was
grootouder.

De winnaars van het boek *Zorg, zingeving en waardigheid* van Pieter Grimbergen zijn:

W. Berkhout,
A. van de List
A. Mol

pl. in Limburg	▼	uitdrukking	▼	deel v.e. fornuis	▼	echtgenoot	▼	duinpan	▼ 6
tevens		om die reden						kerkgebruik	
▶	7	▼		pl. in Zeeland	▶ 1			▼	
grappenmaker	▶			berouw		kreet	▶	9	
						Turks bevelhebber			
soort parket	▶	4		▼		▼			meteen
raamscherf									
▶			oproerling		deel v.e. schip	11	en dergelijke	▶	▼
							kloosterzuster		
vals	hevig storm	▶	▼		▼			plan	
	honderd jaar	▼							
▶					5	nakomeling	▶		3
						een zekere	▼		
be-nadelen	2	kennis	▶						
		onmeetbaar getal	▼						
▶				8			ex cathedra	▶	
verlangen	▶			zure appel	▶		10		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

**Puzzel mee en win!
Een van de vijf maaltijdboxen van
Carezzo**

Met een Carezzo-maaltijdbox maakt u kennis met een grote variatie aan smaken in producten die extra eiwitten bevatten. Eiwitten zijn de bouwstoffen voor spieren. Als u ouder wordt of wilt aansterken heeft u deze eiwitten extra hard nodig. In de maaltijdbox vindt u eiwitverrijkte producten, waaronder volkoren- en witbrood, rozijnen/krentenbollen, een cake, een muffin, fruitdrinks, soepen en een keuze uit kleine maaltijden.

