

# oms

**magazine  
voor  
senioren**

NOVEMBER-2022



*Interview*  
**Psycholoog Liesbeth  
Woertman: 'Ik erger me  
aan de beelden die we  
hebben van ouderen'**

— ACHTERGROND —

**SocialApp:  
seniorvriendelijke  
app voor contact met  
kleine, vertrouwde  
groepen mensen**

— WONEN EN ZORG —

**De Johannes  
in Veghel: een  
woonconcept waar  
mensen omzien  
naar elkaar**

— INTERVIEW —

**Wmo-  
cliëntondersteuner  
Irma Gommers:  
'Ik help mensen die  
iets nodig hebben'**

*Reportage*  
**Sociaal Culturele Dag in  
Land van Cuijk: 'Samen  
herinneringen ophalen  
en vooruitkijken'**





advertentie

# U wast uw handen toch ook met water?

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

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

Zowel  
wandhangend  
als vloerstaand  
verkrijgbaar

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

21  
23  
45

1 Installatie in slechts  
een halve dag,  
zonder hakken  
en breken

2 Comfortabel,  
gemakkelijk en  
hygiënischer dan  
toilet papier

3 Geschikt voor  
elke ruimte

Gratis brochure ontvangen?

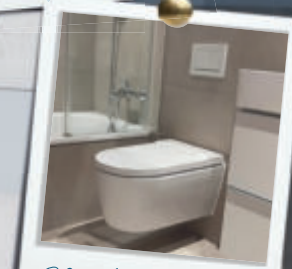
Bezoek onze website [www.velunova.nl](http://www.velunova.nl).



■ GEBERIT



Voor de aanpassing



Na de aanpassing



wegens succes  
verlengd

Unieke installatieactie!

Bestel in de maand november  
een Geberit AquaClean douchewc  
en ontvang

tot €200,- korting  
op de installatiekosten!



velunova  
— maakt het u gemakkelijk —

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

JAARGANG 11 - NOVEMBER - 2022

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

Op [www.kbo-brabant.nl](http://www.kbo-brabant.nl) kunt u de *Ons* laten voorlezen.  
ISSN 2211-5277

#### REDACTIE KBO-BRABANT

Jacqueline Cuppers, Truus Noij, Wilma Schrover

#### REDACTIEADRES

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

#### CONCEPT EN REALISATIE

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

#### VORMGEVING

Grafisch bureau Brust, Remco Brust, Ilse Vesters

#### ADVERTENTIES

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

Voor de edities in 2023: Performis, Misha Stork,  
[misha@performis.nl](mailto:misha@performis.nl), (073) 689 58 89

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://www.instagram.com/kbo_brabant)

## Landelijk krachtig én lokaal verankerd

'Oude liefde roest niet' is een spreekwoord dat ook in seniorenland opgaat. Na onze uittreding uit de Unie KBO, alweer twaalf jaar geleden, hebben we de goede relaties met collega-bonden in andere provincies weten te behouden. Terwijl landelijke bonden centralisatie en schaalvergroting nastreefden, constateerden wij een heel andere tendens: de verantwoordelijkheid voor wonen, zorg, welzijn, armoede, eenzaamheid en zingeving wordt door de rijksoverheid steeds meer in handen gelegd van lokale of regionale partijen en netwerken, zoals gemeenten, zorgkantoren, woningcorporaties of zorgaanbieders.

Het zwaartepunt van een seniorenvereniging moet in onze visie dan ook niet liggen bij een landelijk bureau in Utrecht, maar bij lokale afdelingen in Almelo, Elst, Geleen, Heiloo of Hilvarenbeek en die moeten zich op hun beurt gesteund en vertegenwoordigd weten door hun provinciale koepel. Weten welke problemen senioren in de praktijk ervaren, maar ook met voorstellen voor werkbare oplossingen komen, dát is waar Den Haag behoefte aan heeft. Inmiddels zijn ook KBO Gelderland, KBO Limburg, KBO Noord-Holland en KBO Overijssel voornemens per 1 januari 2023 uit de Unie KBO te treden. Samen met de besturen van deze bonden willen we onze samenwerking verder formaliseren en uitbouwen onder de vlag: landelijk krachtig én lokaal verankerd. Voor deelname van andere provinciale of regionale partners die deze aanpak delen, staat de nieuwe samenwerkingsstructuur open. De belangstelling groeit en het ziet er naar uit dat we binnenkort met meer dan 200.000 deelnemers het grootste seniorennetwerk van Nederland worden. Groot worden door klein te blijven, dat is ons gedeelde motto.

Inmiddels hebben we informeel al de nodige stappen gezet. Zo trokken we gezamenlijk op bij de verkiezingen voor het Verantwoordingsorgaan ABP met als resultaat: de grootste fractie gepensioneerd in dit pensioenfonds. Ook gingen we deze zomer samen met Omroep MAX, Claimstichting Pensioen en de Nederlandse Bond voor Pensioenbelangen gesprekken aan met Tweede Kamerleden om hen te overtuigen van de groeiende onrust in onze achterbanen over de voornemens voor nieuwe pensioenwetgeving. En onze juridische strijd voor een geïndexeerd pensioen is inmiddels een gezamenlijke strijd geworden, omdat ze ook in Gelderland, Limburg, Noord-Holland en Overijssel het polderen beu zijn.



**Leo Bisschops**, voorzitter

# 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 adviesafspraken 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)





# 22

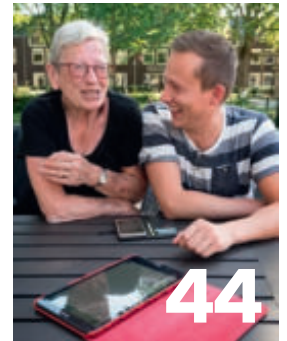
## LEVEN

**22/** *Wonen in De Johannes:*  
'Het was een hele verandering, maar we zijn hier gelukkig'

**38/** *Sociaal Culturele Dag van KBO Kring Land van Cuijk:*  
gezelligheid, informatie, lekker eten en herinneringen ophalen



# 38



# 44

## MENSEN

**10/** *Psycholoog Liesbeth Woertman:* 'Ook op hoge leeftijd kun je nieuwe dingen leren en vervelende karaktertrekken afleren'

**16/** *Met KBO Prinsenbeek op speurtocht door een maïsdoolhof*

## ONS BELANG

**30/** *Bart Veltman van uitzendbureau 65plus:* 'Er is werk in overvloed voor senioren'

**44/** *De SocialApp:* hiermee stelt u uw (hulp)vraag heel makkelijk aan een kleine, vertrouwde groep mensen

**49/** *Een digitale deurbel:* wat is dat en wat zijn de voordelen?

# 30



# 16



## ELKE MAAND

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

# schrijfs

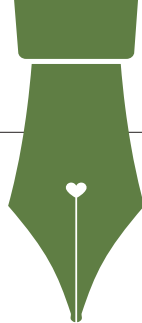
Verhalen, brieven en berichten  
die ons bezighouden

€4,-  
KORTING  
VOOR LEDEN!

## DAGJE UIT NAAR DE SENIOREN EXPO 2023 IN VELDHOVEN

Op dinsdag 17 januari 2023 start de Senioren Expo weer. U vindt er zo'n 120 stands met informatie en inspiratie op het gebied van sfeervol wonen & leven, reizen, gezondheid & beweging, hobby & creativiteit. Bovendien kunt u onder het genot van een hapje en een drankje genieten van optredens van diverse bands, orkesten, koren en artiesten. Als KBO-Brabant zijn we uiteraard weer aanwezig met een ontmoetingsplein, zoals u van ons gewend bent. En wilt u weten hoe het gesteld is met uw vitaliteit? Doe dan enkele metingen bij onze vrijwilligers van de Vitaliteitsdagen!

Op vertoon van de ledenpas krijgen leden 4 euro korting op de toegang tot de beurs.



## doe mee!

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

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

Vergeet niet uw naam, adres en woonplaats te vermelden.



## Mogelijk compensatie voor (oud-)klanten Rabobank

Heeft u geld geleend voor bijvoorbeeld een auto, caravan of verbouwing? En heeft u het krediet rechtstreeks of via een tussenpersoon afgesloten bij Rabobank, Freo of Fideaal? Dan heeft u mogelijk recht op compensatie. Ook als u nu geen klant meer bent. Klanten en oud-klanten van de Rabobank die een consumptief krediet met variabele rente hadden, hebben mogelijk te veel rente betaald. Dit geldt ook voor kredieten van Freo en Fideaal: dochters van de Rabobank. De Rabobank biedt deze (oud-)klanten een compensatie aan. Huidige klanten die in aanmerking komen voor een compensatie, krijgen automatisch bericht hierover. Voor oud-klanten geldt dit niet; zij moeten zich zelf melden bij de Rabobank! Producten die onder de compensatieregeling vallen zijn: Doorlopend Krediet, Krediet op Betaalrekening, Rabo Kort Roodstaan, Rabo Studenten Roodstaan en Krediet op Creditcard.

Had u een van deze producten?

Kijk voor meer informatie of aanmelden op [www.rabobank.nl/compensatie-variabele-rente](http://www.rabobank.nl/compensatie-variabele-rente). Of bel de bank: (088) 727 11 51.

### OP ONZE WEBSITE

Regelmatig organiseren wij Vitaliteitsdagen met onze Afdelingen. Wilt u meer weten over deze dagen, kijk dan eens op onze website.





## Collectieve zorgverzekeringen in 2023

Bijna twee op de drie Nederlanders heeft een collectieve zorgverzekering. Zorgverzekeraars mogen vanaf 2023 geen korting meer geven op de basisverzekering. Op dit moment is de premiekorting op de basisverzekering maximaal 5 procent. Collectieve zorgverzekeringen mogen wel blijven bestaan, maar dan is alleen een premiekorting mogelijk op de aanvullende verzekering.

KBO-Brabant biedt vanaf 2023 drie collectieve zorgverzekeringen aan:

1. VGZ

2. CZ

3. Zilveren Kruis Achmea via AON

Bij een aanvullende zorgverzekering onder ons collectief bieden VGZ en CZ een jaarlijkse vergoeding van 25 euro voor het lidmaatschap van KBO-Brabant en premiekorting op de aanvullende verzekering. Dat is goed nieuws, want veel van onze leden zijn bij VGZ of CZ verzekerd. Wij voeren nog gesprekken met de zorgverzekeraars over de concrete invulling van de polissen.

Uiterlijk 12 november 2022 moeten zorgverzekeraars hun premies voor 2023 bekend maken.

## Oproep van Anneke Julien

Ik heb in 1952 mijn eerste communie gedaan, en kreeg toen een passend ontbijtbordje met kop en schotel cadeau. Ik zou dit setje graag willen schenken aan een verzamelaar van religieuze artikelen. Bent u geïnteresseerd? Stuur dan een e-mail naar: [julianneke@gmail.com](mailto:julianneke@gmail.com)

# 25

**procent van de Nederlanders heeft last van het verzetten van de klok. Door het instellen van de wintertijd komt de zon vroeger op. Dit sluit beter aan bij het bioritme van de mens. Voor onze gezondheid zou het beter zijn om altijd wintertijd aan te houden, zo blijkt uit onderzoek van het RIVM.**

**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!**



## Tip van mevrouw van Os uit Veghel

Het wordt weer steeds kouder in ons land, maar met de torenhoge energieprijzen van nu proberen we toch zo min mogelijk de verwarming aan te zetten. Mevrouw van Os heeft een leuke tip om tóch lekkere warme voeten te krijgen. Zij legt een elektrische deken onder haar vloerkleed. En zo heeft ze dus altijd heerlijke warme voeten als ze op de bank zit!

## WARME WINTERAANBIEDINGEN!

Behaaglijke temperatuur gedurende de koude wintermaanden? De elektrische kachel verwarmt uw kamer. Een prettig binnenklimaat? De ultrasone luchtbevochtiger voorkomt te droge lucht. Op een veilige manier zien wie voor uw deur staat? De Alecto video deurbel geeft u de mogelijkheid om te kijken en te communiceren. Daarnaast bevat deze set een extra deurbel voor in huis. Alle aanbiedingen worden thuis geleverd met € 4,95 verzendkosten. U betaalt veilig via IDEAL of bankoverschrijving.

### ELEKTRISCHE VENTILATORKACHEL

#### First Austria 5565-4

- Bespaar op uw gasverbruik!
- Vermogen 1400 of 2000 Watt
- Keramisch verwarmingselement
- Instelbare timer en thermostaat-functie
- Oververhittingsbeveiliging
- Met afstandsbediening en touchscreen
- Geluidsniveau: 52 dB (stil)
- Afmetingen (lxbxh): 13,5x17,5x50 cm (gewicht 1,6 kg)



Van € 129,95 voor **€ 69,95**

### ULTRASONIE LUCHTBEVOCHTIGER

#### Fysic FC-29

#### Met GRATIS hygrometer

t.w.v. **€ 5,99**

- Gezond en aangenaam binnenklimaat
- Geschikt voor ruimte tot 30 m<sup>2</sup>
- Tijd en hoeveelheid mist instelbaar
- Uitneembaar water reservoir 5 liter
- Werkt tot 50 uur non-stop bij vol reservoir
- Met aroma geurverspreider
- Afmeting: 17 x 17 x 34,5 cm



Van € 129,95 voor **€ 79,95**

### SMART WIFI DEURBEL MET CAMERA + EXTRA BINNENBEL

#### Alecto SMART-RING-20 + SMART-RING-BELL



Van € 129,95 voor **€ 84,95**

- Zie wie er bij u aanbelt, waar u ook bent!
- Spreek met de persoon voor de deur via de gratis Smart Life app
- Draadloos installeren of op bestaande bedrading en voeding
- Werkt op wifi via bestaande thuis netwerk
- Werkt ook in het donker (IR nachtverlichting)
- Bestaande binnenbel of de extra meegeleverde draadloze binnenbel gaat af.
- Melding op smartphone via de app
- Extra binnenbel verlengt het bereik van de deurbel
- Deze kan in elk stopcontact
- Met 4 verschillende melodieën en instelbaar volume
- Beeldopslag gratis (SD-kaart), geen abonnementskosten!
- Afmetingen deurbel (h x b x d) 115 x 45 x 26 mm
- Afmetingen extra binnenbel (h x b x d) 75 x 75 x 80 mm
- Inclusief montage materiaal en Nederlandstalige handleiding

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



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

## 1962: Twee keer trouwen



### PETRA FREDERIKS

Bert Frederiks en Truus van Rhee hebben samen een zoon en drie dochters, waarvan Petra er één is. Hun jongste dochter is in 2018 overleden.

Ook hebben zij inmiddels vijf kleinkinderen en een achterkleinkind. Petra Frederiks ziet haar ouders nog heel vaak: sinds 1982 gaat zij elke zaterdagochtend bij hen op de koffie. Meestal haken er dan nog meer familieleden aan. 'Dat is altijd erg gezellig!'

**D**ochter Petra Frederiks: 'Mijn ouders zijn dit jaar zestig jaar getrouwd. Ik wil hen graag verrassen, daarom heb ik hun trouwfoto ingestuurd. Ze zijn twee keer getrouwd: op 15 juni 1962 voor de wet en op 20 juli 1962 voor de kerk. Mijn vader is altijd vrachtwagenchauffeur geweest, toen hij 55 jaar was mocht hij met vervroegd pensioen. Mijn moeder stopte al vrij snel met werken om voor het gezin te zorgen. Ze hebben dus heel lang samen kunnen genieten van hun vervroegd samenzijn. We zijn veel samen op vakantie geweest. Mijn ouders zijn inmiddels 83 en 81 jaar en

nog behoorlijk fit. Ze fietsen overal naartoe op hun elektrische fietsen. Ook doen ze samen boodschappen. Ze doen ook veel los van elkaar. Zo gaat mijn moeder elke week kaarten bij KBO Eindhoven Strijp. Mijn vader zit bij een brommerclub, hij rijdt nog

**'Mijn ouders zijn twee keer getrouwd: op 15 juni 1962 voor de wet en op 20 juli 1962 voor de kerk'**

elke maand een rit mee met zijn Kreidler. Ze zijn allebei erg ondernemend. Zo zou ik ook wel oud willen worden! Hun geheim van een goed en lang huwelijk? Elkaar dingen gunnen en dat ieder zijn eigen ding kan blijven doen: dat is erg belangrijk. Ik hoop dat we gauw met elkaar een reisje naar een zonnige bestemming kunnen maken om hun zestigjarig huwelijk te vieren.' ■

### 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.

*interview* —

A close-up portrait of an elderly woman with short, wavy, light-colored hair. She has blue eyes and is looking directly at the camera with a neutral expression. She is wearing a blue zip-up jacket and a pearl necklace. The background is a plain, light-colored wall.

**LIESBETH  
WOERTMAN:**  
'Oud ben je pas als je niet  
meer wilt veranderen'



**Het beeld dat de samenleving van ouderen heeft, is schokkend, vindt emeritus hoogleraar psychologie Liesbeth Woertman. Rimpelig, afgeleefd, niet meer ter zake. Ze ergerde zich er jaren geleden al aan. Nu ze zelf gepensioneerd is, besloot ze dat beeld eens grondig te onderzoeken. Als 'oud' niet hetzelfde is als 'afgeschreven', wat is het dan wél? Daarover schrijft ze in haar nieuwste boek, *Wie ben ik als niemand kijkt?* 'Ik heb nog nooit zoveel reacties op een boek gehad.'**

*tekst Berber Bijma | beeld Pete Pronk*

**A**lles stopte ineens vrijwel tegelijk in het leven van Liesbeth Woertman (68): haar werk als hoogleraar psychologie aan de Universiteit Utrecht, haar dochter-zijn, haar moeder-zijn en haar grootmoeder-zijn. Ze ging met pensioen - in hoogleraarstermen 'emeritaat' - aan het begin van de coronacrisis. Haar moeder, die aan dementie lijdt en in een verzorgingshuis woont, mocht geen visite hebben. Haar beide zoons en haar kleinkinderen werden

juist geacht háár te beschermen en dus niet langs te komen of haar thuis te ontvangen. 'Van het ene op het andere moment kwam alles tot stilstand. Alle sociale rollen waaraan ik mijn identiteit ophing, vielen weg. Ik moest alle zeilen bijzetten om niet supersomber te worden. Ik heb zes weken mijn kleinkinderen niet gezien. Ik ben zelfs een keer - het emotioneert me nog - langs hun huis gelopen om door het raam te zwaaien.' De titel van haar nieuwste boek is de vraag die zich in die weken opdrong: *Wie ben ik als niemand kijkt?*

### Lelijk

Nu behoort ze dus definitief tot de bevolkingsgroep die door velen wordt gezien als afgeschreven, onaantrekkelijk en een kostenpost. 'Ik doe al lang onderzoek naar beelden en zelfbeelden. In 1994 ben ik daar op gepromoveerd. Ik erger me al jaren aan de beelden die we in de samenleving hebben van ouderen. Rond 2007 deed ik onderzoek naar de beelden van vrouwenlichamen van verschillende leeftijden, waarbij mensen zinnen moesten aanvullen. Bij de zin "Het lichaam van een oudere vrouw is..." kwamen de meest vreselijke antwoorden: lelijk, afgeleefd, dik. Vanaf hun veertigste krijgen vrouwen te maken met dit soort beelden. Mannen die genoeg maatschappelijke status en geld hebben, hebben daar geen last van. Voor hen maakt het geen donder uit hoe oud ze zijn en hoe ze eruitzien. Mijn boek is daarom ook bedoeld ter bemoediging voor al die vrouwen van boven de veertig die te maken hebben met dit soort negatieve beelden.'

### Kentering

Woertman ziet wel een langzame kentering in het negatieve beeld van oudere vrouwen. 'Dat blijkt alleen al uit de reacties op mijn boek. Dit is mijn vijfde boek en ik heb nog nooit zoveel reacties >>

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 24\_10\_22



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

\* Bekijk de algemene actievoorwaarde  
op onze website.



gehad als nu. Ik ben momenteel druk bezet met lezingen en interviews. Mijn boek valt blijkbaar op vruchtbare grond. Er is echt wel iets gaande.' Wat er gaande is, is volgens haar vooral dat de werkelijkheid de beelden inhaalt. 'Er is nu een grote groep ouderen die ontzettend vitaal is, vooral tussen de 60 en 75 jaar. Als wij bij wijze van spreken met z'n allen fluitend over straat gaan, dan móet er wel aan die beelden gemorrelt worden. Wijzelf zijn zo'n prominent deel van de samenleving, dat we om een heroriëntatie vragen.' Die heroriëntatie staat echter nog maar aan het begin. Vooralsnog hebben senioren ermee te maken dat de samenleving hen maar nauwelijks blijft. Het is lastig om je als oudere zelf helemaal niets van dat beeld aan te trekken, merkt Woertman. Voor haar de aanleiding om te onderzoeken wat 'oud' dan precies inhoudt, hoe andere generaties naar haar kijken én hoe zij naar zichzelf kijkt. Echt oud ben je pas als je je niet meer wilt ontwikkelen of niet meer wilt veranderen, vindt ze. Nuancerend: 'Dat is tenminste mijn wens voor mezelf, niet iets wat ik anderen wil opleggen. Er zijn in mijn ogen dus ook twintigers die oud zijn, als ze vasthouden aan "zo ben ik nu eenmaal".'

### Spiraal

Woertman wil een mensenleven niet zien als een relatief korte fase van groei en bloei, gevolgd door een lange fase van langzame aftakeling. 'We ontwikkelen ons in een soort spiraalvorm. Je verliest dingen en je leert dingen bij. Ook op hoge leeftijd kun je nog nieuwe dingen leren en vervelende karaktertrekken afleren. Als psycholoog ben ik daar heilig van overtuigd.' Dat is ook wat ze zelf probeert. 'Al ben ik de eerste om toe te geven dat ik daar lang niet altijd in slaag. Maar ik probeer belangstelling te hebben voor anderen, me niet op anderen af te reageren als ik me slecht voel.'

Sommige dingen worden iets makkelijker als je ouder wordt. Je hoeft je niet meer te bewijzen en daardoor wordt je hart groter om open te staan voor anderen. En om te genieten van de kleine dingen, zoals de mussen die nu in mijn tuin samenkomen om het voer op te eten dat ik er net voor ons gesprek heb gebracht. Ik ben enorm gelukkig in deze fase van het leven.'

### Sterfelijkheid

Hoe het haar zal vergaan als ze nog ouder is - ze weet het niet. Ze heeft twee tegenpolen als voorbeeld: haar moeder, die haar leven lang maar weinig liefde en genegenheid voor haar heeft kunnen opbrengen, en haar schoonmoeder, die actief en belangstellend is en een grote vriendenkring heeft. 'Ik hoop dat ik op mijn schoonmoeder zal lijken. Maar het kan natuurlijk zijn dat ik Parkinson krijg, of dementie. Op dit moment boezemt dat me geen angst in. Een paar jaar geleden ben ik zwaar ziek geweest door kanker. Het was alsof ik van begin zestig ineens negentig werd. Ik werd me hyperbewust van mijn sterfelijkheid. Gelukkig heb ik het overleefd. In die periode heb ik geleerd: je moet het doen met wie of wat je op dat moment bent. Als het leven opnieuw moeilijker wordt, dan hoop ik simpelweg dat ik dat aankan.' ■

### WIE BEN IK ALS NIEMAND KIJKT?

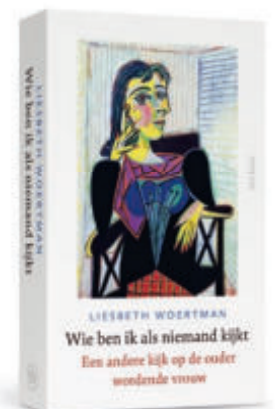
Het nieuwste boek van Liesbeth Woertman gaat over de rol van schoonheid en identiteit in het leven van vrouwen boven de veertig. Als mannen je op straat niet meer nakijken, als je steeds meer te maken krijgt met verlies en achteruitgang, wie ben je dan en waar draait het leven dan om? Woertman beschrijft de levensfasen van vrouwen, hun zelfbeelden en de beelden die anderen van hen hebben. Ook beschrijft ze wat volgens haar 'waardig ouder worden' inhoudt.

*Liesbeth Woertman, Wie ben ik als niemand kijkt?, uitgeverij Ten Have, ISBN 9789025911027, 20,99 euro*



### WIE IS LIESBETH WOERTMAN?

Liesbeth Woertman (1954) studeerde klinische psychologie aan de Universiteit Utrecht en promoveerde in 1994 op het onderwerp lichaamsbeelden. Op 55-jarige leeftijd werd ze hoogleraar psychologie aan diezelfde universiteit. In mei 2020 ging ze met emeritaat. *Wie ben ik als niemand kijkt?* is haar vijfde boek. Eerder schreef ze onder meer *Je bent al mooi* en *Psychologie van het uiterlijk*.



advertentie



# Otolift installeert trapliften door het hele land

Met een uitgebreid netwerk van meer dan 100 eigen monteurs installeert trapliftenfabrikant Koninklijke Otolift zijn trapliften in heel Nederland. Door het hele land helpt het bedrijf mensen die moeite hebben met traplopen om langer thuis te blijven wonen.

In de meer dan 50 jaar dat Koninklijke Otolift trapliften maakt, installeert en onderhoudt, is het aantal monteurs flink uitgebreid. Hierdoor is het ook mogelijk om klanten een landelijk servicenetwerk aan te bieden dat 24 uur per dag en 7 dagen per week beschikbaar is.

Ook het assortiment is door de loop van de jaren uitgebreid. Daardoor biedt het bedrijf nu een oplossing voor vrijwel elke trap. Het is zelfs mogelijk om de traplift aan de binnenzijde van de trap te plaatsen, waardoor

de brede kant van de treden vrij blijft. Het meest verkochte model, de Otolift Modul-Air, beschikt daarnaast ook over de dunste enkele rail ter wereld.

## Levenslange garantie

Wat in al die jaren niet veranderd is bij de trapliftenfabrikant, is de gedrevenheid om klanten zo goed mogelijk te helpen. Een traplift betekent voor de gebruikers namelijk dat zij langer thuis kunnen blijven wonen in hun vertrouwde omgeving. Koninklijke Otolift werkt daardoor continu aan

## OTOLIFT TRAPLIFTEN

het verbeteren van de verschillende trapliftmodellen. Ook gebruikt het bedrijf alleen hoogwaardige materialen en voldoen alle trapliften, nieuw en tweedehands, aan de NEN-EN 81-40, de Machine-richtlijn en de eigen, strengere, norm. Het vertrouwen in de trapliften is zo groot dat klanten met een onderhoudscontract zelfs van levenslange garantie genieten.

### Altijd maatwerk

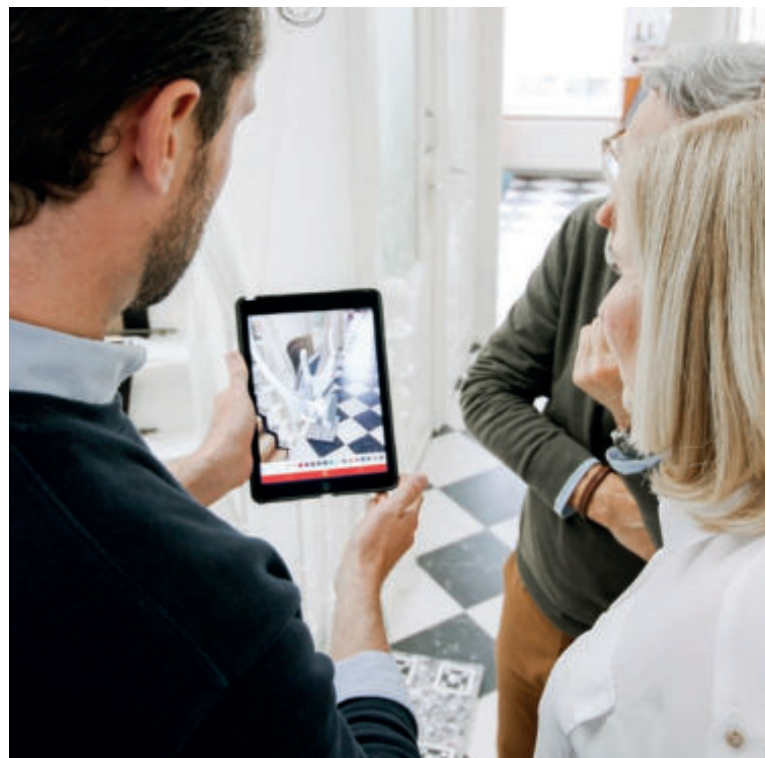
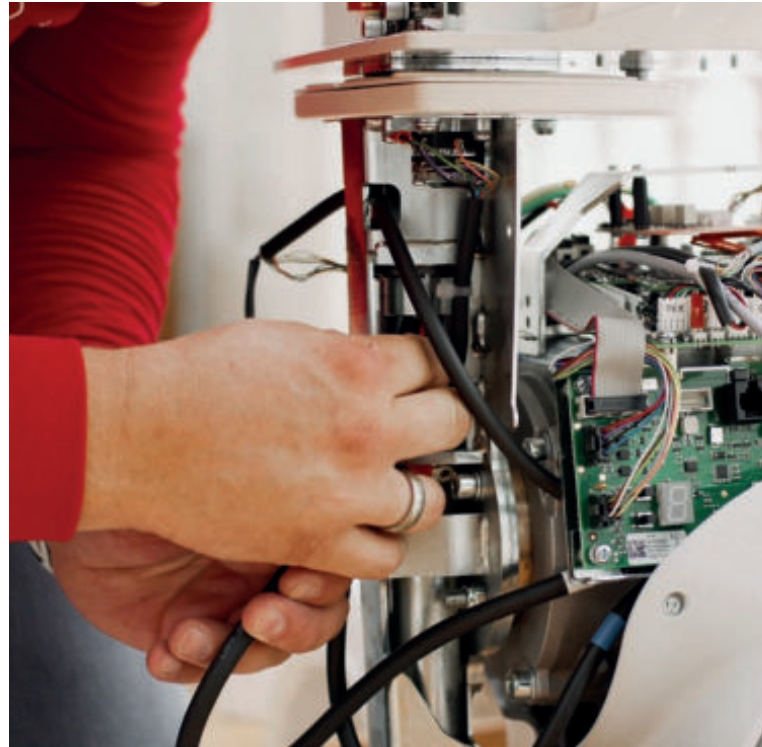
Elke traplift van Otolift is een maatwerkproduct, of het nu om een nieuw of een tweedehands exemplaar gaat. De traplift past zo perfect op de trap, maar sluit ook aan bij de wensen van de klant. Tijdens een vrijblijvend thuisadvies kunnen de mogelijkheden besproken worden. Een thuisadvies biedt daarnaast het voordeel dat de klant een vrijblijvende offerte ontvangt met de exacte kosten voor de traplift.

Om de traplift zo goed en zo compact mogelijk te kunnen plaatsen, meet een adviseur van Otolift de trap nauwkeurig op met een zelf ontwikkelde in-meet applicatie. Binnen twintig minuten is de trap tot op een tiende van een millimeter nauwkeurig opgemeten. En via de virtual reality (VR) app laat de adviseur meteen zien hoe de traplift er op de trap uit komt te zien.

### Een traplift van Koninklijke Otolift

Bent u benieuwd of een traplift van Koninklijke Otolift ook de ideale oplossing is voor uw situatie? Vraag dan gratis een brochure aan of maak een afspraak voor een vrijblijvend thuisadvies.

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





# PUZZELLEN IN EEN KNISPEREND MAISVELD

• Het maïsdoolhof trekt iedere zomer duizenden bezoekers

• Het thema van het doolhof wisselt jaarlijks





## Een gezond uitje voor lichaam en geest: dat is het maïsdoolhof in het Brabantse Prinsenbeek. KBO Prinsenbeek ging er op avontuur. 'We moeten doorlopen, anders zijn we voor het donker nog niet thuis.'

**T**a, hier! Ik zie een paaltje! De L hoort bij nummer 4', roept Anneke Beerens wanneer we een kwartier aan de wandel zijn in het doolhof. 'Het is een laag paaltje, we moeten dus laag kijken.' 'Nou, ik heb dan wel geen hogeschool gedaan, maar dat had ik inmiddels ook wel door', wordt er gereageerd. Het is een gezellige drukte in het groepje van vier vrouwen waarmee we door het doolhof struinen. Ze lopen van hot naar her en kletsen erop los. 'Ik ben eigenlijk best wel claustrofobisch, ik kan niet zo goed tegen afgesloten ruimtes', zegt Anneke. 'Maar zo met z'n allen hier merk ik daar weinig van. Het helpt dat we plezier hebben.'

Het groepje van drie mannen treedt buiten de gebaande paadjes en komt dwars door het knisperende maïs naar ons toe gelopen. 'Hoeveel letters hebben jullie al?', vraagt Wender de Beet. En zijn groepsgeenoot Wim Batist zegt: 'Het is wel jammer dat die mensen van de *Ons* erbij zijn, anders konden we nu wat letters uitwisselen.'

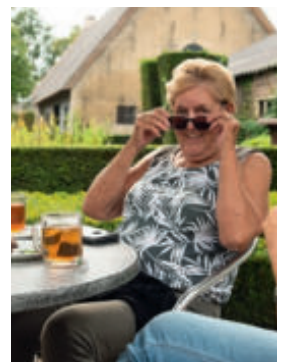
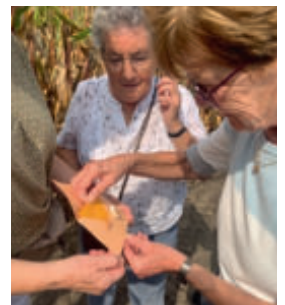
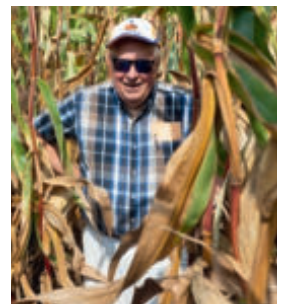
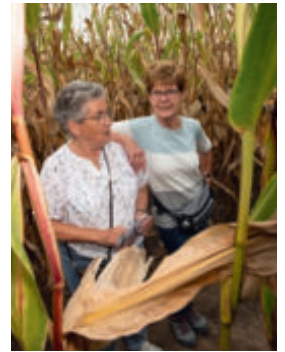
### Duizenden bezoekers

In Breda en omstreken is het maïsdoolhof wereldberoemd. Elke zomer trekt het duizenden bezoekers. In de weekenden vaak gezinnen, doordeweeks zijn het vaak ouderen, meestal samen met hun kleinkinderen. Die kleinkinderen komen ook vandaag geregeld ter sprake. 'Ik had m'n kleinzoon hier goed kunnen gebruiken', zegt iemand. En een ander: 'Ja, die kinderen zien het dikwijls een stuk sneller dan wij.' Een derde is er zelfs al een paar keer geweest met de kleinkinderen. 'Die rennen dan altijd voor je uit en hebben de letters zo gevonden.'

Her en der horen we al wat gepuf en zien we de eerste zweetdruppels verschijnen. Tussen de maïs is het drukkend warm op deze zonnige septemberdinsdag. De warmte is ook de reden dat het deze broeierige zomer rustiger was dan andere jaren. 'In het maïsdoolhof is het nog een paar graden warmer dan erbuiten, dus we waarschuwdten bezoekers wel. Vaak kwamen ze ook wat eerder terug dan de anderhalf uur die er voor staat', vertelt doolhofbedenker Piet Mathijssen even later. 'En op sommige dagen bleven we zelfs dicht vanwege de warmte.'

### Wiskundepapier

Het maïsdoolhof staat op het terrein van Corrie en Piet Mathijssen in Prinsenbeek, dit jaar alweer voor de vierentwintigste keer. Ze begonnen ermee als experiment. 'Er waren hier kinderen in de buxushagen doolhofje aan het spelen en toen zei Piet: >>



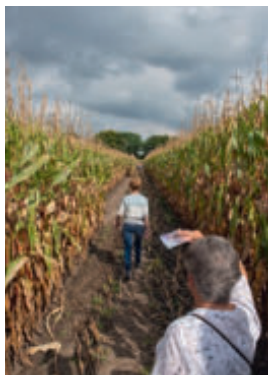
“Ik wil zelf wel een doolhof maken in het maïs”, vertelt Corrie. Sindsdien maken ze elk jaar een nieuw doolhof, met daarin een puzzelopdracht. In april beginnen de twee met de eerste ideeën voor het doolhof. Als ze een thema hebben gekozen, maken ze op wiskundepapier met vierkantjes een tekening.

Op een stuk land ter grootte van vijf voetbalvelden zaait Piet half april de maïs. ‘150 rijen van 250 meter, met een uitkijktoren in het midden’, zo legt hij uit. ‘Als de maïs een paar weken later vijf centimeter boven de grond komt, zet ik met de tekening in mijn hand stokjes neer op de plaatsen waar de paadjes moeten komen. Als de maïs dan tien centimeter uit de grond komt, schoffel ik het op de plaatsen waar er stokjes staan weg en sproei ik er tegen het onkruid.’

### Rembrand en Roald Dahl

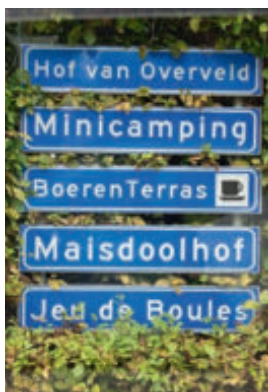
Elk jaar is er een ander thema. Op de muur in de schuur hangen luchtfoto’s van de verschillende doolhoven die er zijn geweest: van Rembrandt tot Roald Dahl en van Mondriaan tot Leonardo da Vinci. Corrie: ‘Ik probeer altijd iets cultureels te kiezen, zodat de kinderen er ook iets van opsteken. En doordat we elk jaar een ander thema hebben, blijven de mensen terugkomen. Voor veel gezinnen is het een vast onderdeel van de zomervakantie.’

De doolhoven zijn meestal een combinatie van letters, cijfers en tekeningen. Zo ook dit jaar. Dit keer kozen Piet en Corrie niet zelf het thema, maar gingen ze in op een verzoek van de organisatie van de Vuelta in Noord-Brabant. Op 21 augustus reed de Spaanse wielerronde met de Limburgse Mike Teunissen in de rode trui de etappe Breda-Breda. Het doolhof is daarom een combinatie van het Spanjaardsgat, racefietsen, het wapen van Breda en een variant op het logo van de Vuelta. Het brede pad, dat Piet met de tractor maakt, is



### MAÏSDOOLHOF

In de zomer van 2023 gaat het maïsdoolhof voor de vijftiendertigste keer open. De toegang is 7 euro per persoon. Het doolhof is ook toegankelijk voor rolstoelen en kinderwagens. Bij het doolhof is een terras en minicamping. Kijk voor meer informatie op [www.hofvanoverveld.nl](http://www.hofvanoverveld.nl)



een weergave van de etappe. ‘We kwamen jammer genoeg niet in beeld tijdens de live-uitzending, maar we hebben wel veel andere media-aandacht gehad.’

Van de mooie vormen in het parcours merken we in het doolhof zelf weinig. Alle paden en paadjes zien er hetzelfde uit: er is maïs, maïs en nog eens maïs. Alleen als we ons oriënteren op de zon of op de bomen die er aan sommige zijanten staan, lukt het ons om een beetje slim te navigeren. Aan de bruine knisperende bladeren van de maïs merken we dat het seizoen op z’n einde loopt. In oktober komt er een grote dorsmachine die de overgebleven maïs vermaalt tot koeienvoer.

### Een week verlof

Na ruim een uur vinden de meesten het genoeg geweest, ondanks dat nog niet alle letters zijn verzameld. ‘Als je alle letters wil verzamelen, moet je een week verlof nemen’, vangen we op. Hoog tijd voor koffie en gebak. En voor wat puzzelwerk. Corrie is in een vrijgevege bui en legt alle letters die in het doolhof op de paaltjes staan voor de KBO’ers op tafel. Het zijn er vijftien. Een paar vrouwen beginnen druk te schuiven. ‘Tets met wieler?’ ‘Etappe?’ ‘Ik zie het! Het woord is wielerspektakel!’ Josien van Melis heeft niet lang nodig om van de letters die op de terrastafel liggen het juiste woord te maken. ‘Ik kijk nogal veel naar 2 voor 12 op de televisie, dat helpt.’

‘Ik vond het geweldig’, blikt Anneke Beerens terug. ‘Het is echt een uitje. Je wordt hier goed ontvangen. Dan ga je het doolhof in en vervolgens moet je nog puzzelen. Het is echt een activiteit voor lichaam en geest. Ik ben blij dat ik heb meegedaan.’ ■



# Bioactieve stoffen voor uw hersenen



**Wilt u geconcentreerd blijven? En heeft u weleens koude handen en/ofvoeten? Wanneer we ouder worden, kunnen we soms wat hulp gebruiken. Remital bevat de plantenextracten Bacopa Monnieri en Ginseng, die een gunstige invloed hebben op de bloedsomloop\*.**

De hoofdfunctie van bloed is het transport van zuurstof en voedingsstoffen naar de verschillende weefsels in het lichaam en tegelijkertijd de afvoer van kool-dioxide en andere afvalproducten uit de weefsels.

Wanneer we ouder worden, kunnen we soms hulp gebruiken voor de bloedsomloop. Of een ondersteuning voor ons geheugen, concentratie en energienive-

veau. Koude handen en voeten hebben bijvoorbeeld ook te maken met de bloedsomloop.

## Natuurlijke ingrediënten

Slaapt u misschien met warme sokken aan? Bent u soms moe en lusteloos? Dan kan het een goed idee zijn om uw bloedsomloop in hoofd, handen en voeten te ondersteunen. Een natuurlijk voedingssupplement zoals Remital bevat extracten van de planten ginseng en bacopa monnieri, die een goede invloed hebben op de bloedcirculatie\*.

## Zuurstof en voeding naar de hersenen

Ongeveer 20% van het bloed in het lichaam bereikt de hersenen. De extracten van ginseng in Remital hebben een gunstige

invloed op de bloedsomloop en geestelijke veerkracht\*.

Bacopa monnieri is gunstig voor een goede geestelijke balans, terwijl ginseng de waakzaamheid, het energieniveau en de vitaliteit ondersteunt\*. Verder bevat Remital ook vitamine B6 en niacine, die bijdragen aan een normale psychologische functie en helpen om vermoeidheid en moeheid te verminderen.

De planten in Remital zijn mild en zacht en kunnen door iedereen worden gebruikt, die mentaal scherp wil blijven. Of voor hen, die op het werk willen presteren, studenten, die zich goed willen voorbereiden op tentamens of senioren, die wat hulp kunnen gebruiken in het behoud van de vitaliteit en geestelijke gezondheid.

## Hulp voor het geheugen en de concentratie

Remital is gebaseerd op extracten van de planten ginseng en bacopa monnieri. Remital bevat verder ook niacine, biotine en vitamine B6.

**Ginseng** ondersteunt alertheid, aandacht en mentale scherpheid. Ginseng helpt om goede cognitieve functies te behouden, zoals geheugen en reactiesnelheid, en helpt bij vermoeidheid en futloosheid\*.



**Bacopa monnieri** helpt een normale cognitieve functie te behouden, ook als we ouder worden. Het draagt bij aan een normale bloedsomloop, bijvoorbeeld in hoofd, voeten en handen, en is goed voor het geheugen\*.



Remital bevat ook **niacine, biotine en vitamine B6** - stoffen die allemaal bijdragen tot een normale werking van het zenuwstelsel en een normale psychologische functie.

*Remital is een aanvulling op de voeding.*

*\*Gezondheidsclaims in afwachting van Europese toelating*

## TEVREDEN GEBRUIKERS: -BLIJF SCHERP!

Hier kunt u een paar van de vele tevreden gebruikers van Remital ontmoeten...

### SUSANNE (51 jaar)

Susanne had een moeilijke tijd na het overlijden van haar moeder. Door alle drukte van de overname van het ouderlijk huis, een gezin met 5 kinderen en een echtgenoot met een eigen bedrijf, was er geen tijd om haar verlies te verwerken.

"Na een openhartig gesprek met mijn vriendin over hoe ik me voelde, ging ik op haar advies zoeken naar een manier om me te kunnen ontspannen", vertelt Susanne. "Naast yoga kwam ik uit op Remital, waarvan de ingrediënten me erg aanspraken."

"Remital helpt mijn lichaam en geest te ontspannen, daardoor krijg ik hulp om fris en alert te blijven", zegt Susanne met een grote glimlach.



### KRISTINA (43 jaar)

Als accountant heeft Kristina vele taken die een goede concentratie vereisen.

"Ik wil mijn concentratie en alertheid ondersteunen, zodat ik geconcentreerd kan blijven op mijn dagelijkse taken," zegt de accountant.

"Ik had gehoord, dat een goede bloedcirculatie helpt bij een heldere geest en concentratievermogen, dus besloot ik Remital te proberen. Ik voel me er goed bij," concludeert Kristina.



## BESTEL REMITAL BIJ WELLVITA!

Prijs vanaf **€ 17,50\***

60 tabletten - 2 maanden verbruik

De prijs van €17,50 geldt voor het 1e doosje i.c.m. het herhaalpakket. Ook mogelijk om te kopen als losse bestelling.



**BEL: 020 - 26 23 600**

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

**ONLINE: [www.wellvita.nl](http://www.wellvita.nl)**

**wellvita®** KAG: 4356-0822-3515



# ERVEN EN SCHENKEN

**We naderen het einde van het jaar. Voor velen een goed moment om even stil te staan bij hun naasten. Ook rondom thema's waar je niet iedere dag over nadent, zoals: hoe zit het met mijn (levens) testament, hoe kom ik tot een goede afwikkeling van de nalatenschap, of wil ik nu al schenken? Het lijken financiële en zakelijke vragen, maar niets is minder waar. Er ligt namelijk veel emotie onder, want het zijn zaken die iedereen graag goed wil doen. Rabobank helpt u daar graag bij.**

## Schenken

U kunt wachten tot uw (klein)kinderen uw vermogen erven. Maar het kan (fiscaal) aantrekkelijk zijn om nu al een schenking te doen. Met (belastingvrije) schenkingen kunt u uw vermogen geleidelijk aan de erfgenamen overdragen. Zo wordt de erfenis kleiner en betalen de erfgenamen straks mogelijk minder erfbelasting. Een schenking ontvangen, of een schenking doen; het is allebei hartstikke leuk. En in sommige gevallen ook nog eens fiscaal aantrekkelijk. Zo kunt u tot een bepaald bedrag een belastingvrije schenking doen. De ontvanger hoeft over



Rabobank

dit bedrag dan geen schenkbelasting te betalen. Afhankelijk van uw situatie kunt u hiermee dus in beide gevallen belasting besparen. En hoe mooi is het als u zelf kunt meegenieten van de schenking die u aan een ander doet? Zo kunt u bijvoorbeeld iemand om wie u geeft, helpen met kopen van een droomhuis of het starten van een studie. Daarnaast hoeft de ontvanger later geen erfbelasting te betalen over dit bedrag.

De regels rondom schenkingen kunnen ieder jaar veranderen. Daarom kan het goed zijn te kijken wat er dit jaar nog mogelijk is. Houd de website van de Belastingdienst in de gaten voor de actuele schenkingsregels.

## Nalatenschap en testament

U kunt uw wensen voor de verdeling van de erfenis vast laten leggen in een (levens) testament. Hierin geeft u aan wie uw erfgenamen zijn en wie wat krijgt van de nalatenschap. Het laten opstellen van een testament of levenstestament heeft vier voordelen:

1. Het creëert rust voor uzelf en voor uw naasten over later.
2. U neemt zelf de regie in handen.
3. U kunt uw wensen met uw naasten bespreken.
4. U gebruikt de mogelijkheden om erfbelasting te besparen.

Het is niet wettelijk verplicht om een testament te maken. Heeft u geen testament? Dan wordt de nalatenschap verdeeld zoals dat in de wet is vastgelegd.

Genoeg stof om over na te denken, lees er rustig meer over op [www.rabobank.nl](http://www.rabobank.nl).

Hoe fijn zou het zijn als u, wanneer u straks met uw naasten aan het kerstdiner zit, kunt denken: 'Ik heb het goed voor ze geregeld.' ■



**Lina Brouwer (90) uit Oss:**

## ‘Ik ben geboren om mensen te helpen’

**Goed doen voor een ander, dat heeft Lina Brouwer haar hele leven gedaan. En nog steeds, want ondanks haar hoge leeftijd doet ze nog wekelijks boodschappen voor mensen die het zelf niet kunnen en bezoekt ze zieken. Van stoppen wil ze nog lang niet weten.**

‘Ik ben heilsoldaat in hart en nieren; ik ben geboren om mensen te helpen. Ze hoeven maar te bellen en ik regel het. Wekelijks doe ik met mijn auto voor vier mensen boodschappen bij verschillende supermarkten en ook tussendoor weten ze me te vinden voor een klein klusje. Even naar de apotheek bijvoorbeeld. Of naar de markt om een visje te halen. Voor één mevrouw haal ik altijd wat lekkere paling en die duw ik netjes verpakt door haar brievenbus. Ze is die dag zelf nooit thuis namelijk. Dat vind ik een heel grappig gezicht. Ach, ik kan thuis gaan zitten kniezen, maar daar word je een oud mens van. Laat mij maar lekker lopen zolang ik het kan. Dan maak ik een ander blij en kom ik zelf onder de mensen.’ ■





wonen

# DE JOHANNES: omzien naar elkaar en energiezuinig wonen





**Een kleinschalige woonlocatie waar ook zorg geboden kan worden. Dat is waar veel senioren naar op zoek zijn en wat woningcorporaties dus graag willen bieden. Maar de locaties zijn schaars. In Veghel bouwde BrabantWonen in samenwerking met BrabantZorg 23 appartementen op de plek waar vroeger de Johanneskerk stond. Bewoners leven er volgens het concept van samen wonen-leven-zorgen. De eerste bewoners van appartementengebouw De Johannes zijn heel blij met hun nieuwe woning.**

‘**E**r is veel vraag naar woningen, zowel onder jongeren als onder ouderen. Senioren willen op een gegeven moment kleiner gaan wonen, liefst met een tuintje of een balkon en met de mogelijkheid om zorg te krijgen als dat nodig is. En dan ook nog graag dicht bij diverse voorzieningen. Als er een plek beschikbaar komt voor dat soort woningen, is BrabantWonen daarom zeker geïnteresseerd’, vertelt Minko de Weerd, adjunct-directeur strategie en ontwikkeling bij BrabantWonen.

### Sociale huur

In Veghel komt dat alles mooi samen in de 23 appartementen die gebouwd konden worden op de plaats van de afgebroken Johanneskerk. De projectontwikkelaar die BrabantWonen met dat idee benaderde, »

## ‘We zijn hier gelukkig’

**Lies van den Biggelaar (81) en haar man Toon (88) hoefden nog geen 100 meter te verhuizen toen ze hun appartement in De Johannes betrokken. Maar gevoelsmatig was het een grote stap.**

‘In ons vorige huis hebben we bijna 56 jaar gewoond’, vertelt Lies. ‘Mijn man ging steeds moeilijker de trap op. We zagen de folder voor De Johannes en vonden het eerst nogal klein. Maar we hebben er goed over nagedacht, met BrabantZorg en BrabantWonen gepraat en ons toch opgegeven. Nadat we wisten dat we hierheen konden verhuizen, werd mijn man ziek. Hij is gelukkig weer opgeknaapt, maar kon niet meer de trap op. Het kwam dus achteraf goed uit dat we net besloten hadden om te verhuizen. Je moet wel ontzettend veel achterlaten als je kleiner gaat wonen. Dat was niet makkelijk, maar zo is het leven. Mijn man wilde hier alleen naartoe als we een appartement op het hoekje en in de zon zouden krijgen. Wonderbaarlijk, vind ik achteraf, dat dat precies is gelukt. Doordat mijn man een tijdlang ziek was, moest ik alles alleen uitzoeken, zoals de gordijnen en de vloer. Hij vindt het gelukkig mooi. Op dit moment heeft mijn man nog niet heel veel zorg nodig. Ikzelf wil graag één uur per week hulp in de huishouding, maar daar is een wachtlijst voor. Als we meer zorg nodig hebben, kunnen we hier ook blijven, is ons toegezegd. Dat is heel fijn. Het was een hele verandering, maar we zijn hier gelukkig. Het is fijn als je mooi woont, maar het belangrijkste is dat we nog samen zijn.’ ■



# VERMAAK JE BIJ VAN TILBURG

*Mooi van Van Tilburg*

vanTilburg

NISTELRODE 15.000M<sup>2</sup> MODE/SCHOENEN/SPORT | RAVENSTEIN 2.000M<sup>2</sup> MODE | SCHIJNDEL 1.000M<sup>2</sup> MANNENMODE | GRATIS VERMAAKSERVICE | PERSONAL SHOPPING

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

**Vers aan Tafel**  
UW MAALTIJDSERVICE

*Aandacht geeft smaak!*

**Probeer nu 6 Hollandse maaltijden voor slechts € 27,50!**  
~~€ 45,15~~

De maaltijden uit de Hollandse box:

- Spinaziestamppot met braadworst
- Gehaktbal met bloemkool- en broccoliroosjes
- Runderlapje met snijbonen
- Zalmfilet in dillesaus
- Kip naar oma's recept
- Hachee met rode kool

**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
- ✓ Oók 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 éérst 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 actiecode **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**



vond dus een luisterend oor. 'De ontwikkelaar heeft de locatie aangekocht, wij hebben het plan mede ontwikkeld', vertelt De Weerd. 'We hebben meteen BrabantZorg erbij betrokken, omdat we graag woningen wilden waar mensen met een zorgvraag zelfstandig kunnen wonen, met ondersteuning van BrabantZorg. BrabantWonen en BrabantZorg werken op meerdere locaties samen, dus we kennen elkaar goed.' BrabantZorg heeft een kantoor in het gebouw. De appartementen van De Johannes vallen in de sociale huursector. Ze zijn bedoeld voor mensen met een inkomen van maximaal 45.000 euro bruto per jaar die minder dan tien uren per week (thuis)zorg nodig hebben, én voor mensen die meer dan tien uren zorg nodig hebben. In dat laatste geval geldt er geen inkomensgrens, vertelt De Weerd. 'BrabantZorg heeft kandidaat-bewoners gezocht, wij hebben vervolgens de inkomenscheck gedaan.'

### Ontmoetingsruimte

De appartementen werden kort voor de afgelopen zomer opgeleverd en zijn inmiddels bijna allemaal bezet. De mensen die er zijn komen wonen, hebben op dit moment veelal een lichte zorgbehoefte. Er wonen ook enkele echtparen van wie de een wel zorg nodig heeft en de ander niet. Naast een kantoor van BrabantZorg heeft het gebouw ook een ontmoetingsruimte. 'Het gebruik daarvan moet, nu de mensen er nog maar net zijn komen wonen, nog wat verder ontwikkeld worden', vertelt De Weerd. 'We werken eraan dat er in De Johannes een combinatie ontstaat van een gemeenschap waarbij mensen omzien naar elkaar en tegelijk hun eigen privacy hebben.' De appartementen hebben geen gasaansluiting en zijn zeer energiezuinig. 'Dat is vooral in de huidige tijd een groot voordeel.' ■

## 'Hier kunnen we zo lang mogelijk samen blijven wonen'

**Hill en Lidwien Lubberts (beiden 64) zijn kort voor de zomer in hun nieuwe appartement betrokken. 'We zagen de advertentie in de stadskrant van Veghel', vertelt Lidwien.**

'Mijn man was eerst niet erg enthousiast, maar toen we de advertentie nog eens zagen, hebben we ons er toch in verdiept. Mijn man heeft in 2018 een herseninfarct gehad en ik heb vorig jaar de diagnose Parkinson gekregen. We woonden al in een appartement, maar dat was veel te groot.' 'Dit is nog best groot hoor, 60 vierkante meter', reageert haar man. 'Maar voor mij is dit veel beter te doen. Ik ben sinds het herseninfarct halfzijdig verlamd.' Het echtpaar kwam terecht in het appartement van hun voorkeur. 'We zijn ontzettend blij dat we hier zijn komen wonen', zegt Lidwien. Hill: 'Er moeten nog wel wat dingen worden afgemaakt en ook de onderlinge contacten moeten nog groeien. Maar in de groepsapp wordt al best veel gedeeld, zeker rond de verhuizingen. Zodoende hebben we al met veel mensen kennism gemaakt. We vinden het hier heel fijn wonen. Dat het zo energiezuinig is, is in deze tijd heel interessant.' 'Voor de mensen die niet in de groepsapp zitten, hangen we de mededelingen op', vertelt Lidwien. 'En ik heb met een andere bewoner ook iedereen persoonlijk een flyer overhandigd voor de eerste koffiemiddag.' Hill: 'Het omzien naar elkaar vinden we mooi, maar het was voor ons niet de belangrijkste reden om hier naartoe te verhuizen. Dat was vooral dat we kleiner en gemakkelijker wilden wonen, hier meer zorg kunnen krijgen als dat nodig is en vooral dat we zo lang mogelijk samen willen blijven wonen.'





Tot  
**€750,-**  
inruil!\*



\*Vraag naar de voorwaarden

advertentie



Sinds  
1992

*Well-Fair*

Zelfstandig en comfortabel ouder worden...

### Een bed voor het leven?

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

Gratis brochure?

**0341 277 010**

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





ons kloppend hart



# BEWEGENDE MEDITATIE





## Soepele spieren en een frisse geest. In Tilburg kijkt een groep senioren wekelijks uit naar een uurtje Tai Chi en Qi Gong. Het is bewegende meditatie volgens eeuwenoude bewegingskunsten uit China.

**B**ij Tai Chi en Qi Gong gaat het om de balans tussen lichaam en geest door vloeiende bewegingen, bewuste ademhaling en het leren luisteren naar je lijf. En zoals zo vaak geldt: oefening baart kunst. Daarom is er een docent die de deelnemers coacht. Wie het een tijdje doet, ervaart ontspanning. De kunst is om dat zo lang mogelijk vast te houden.

**1. Corrie Verhoef (76)** 'Ik was uit balans door jarenlang hard werken en het overlijden van mijn man. Ik moest thuis ook altijd maar bezig zijn. Altijd poetsen. Door Tai Chi en Qi Gong ben ik relaxter, leef ik meer in het moment en poets ik veel minder.'

**2. Maya Maas (74)** 'Voordat ik jaren geleden met Tai Chi begon, sliep ik slecht. Na een paar lessen werd ik rustiger en had ik veel betere nachten. Als ik straks thuis ben, kan ik in een lekkere stoel ook zo in slaap vallen. Heerlijk!'

**3. Gada Warid-Van der Linden (58)** 'Ik ben de assistent van docent Pokan Tang. Hij is nu in Hong Kong en als hij weg is, geef ik les. Ik ontmoette hem in een park in Eindhoven. Zijn fitheid en gedrevenheid zijn prachtig om te zien en werken aanstekelijk.'

**4. Marian Vorstenbosch (59)** 'Tijdens de les bemerk je een bepaalde energie die door je lichaam stroomt. Een soort trance. Ik leef er bewuster door en ben ook meer geconcentreerd.'

### WEETJE

Waar in coronatijd alles op slot ging, mochten de lessen Tai Chi en Qi Gong van KBO Tilburg Reeshof met toestemming van het RIVM doorgaan. Uiteraard volgens de geldende omgangsregels van dat moment. Het was een houvast voor de deelnemers in een periode van angst en stilte. Zeker voor de ouderen die alleen thuis waren.

### ACTIVITEIT

Tai Chi en Qi Gong

### WANNEER

Elke vrijdag van 09.45 tot 10.45 uur

### DEELNEMERS

11 (8 vrouwen en 3 mannen)

### KOSTEN

€ 3,50 per les

### AFDELING

KBO Tilburg Reeshof

### LEDEN

ruim 700

### LOCATIE

Wijkcentrum Heyhoef, Tilburg. Op deze locatie onder meer: startpunt wandelen, themabijeenkomsten, hobbyclub, bloemschikken, eindejaarsfeest



## De arbeidsmarkt en gepensioneerden **EEN WEDERZIJDSE LIEFDE**

**Steeds meer senioren doen na hun pensioen nog betaald werk. Om lekker bezig te blijven en mensen te ontmoeten, maar ook om kennis over te dragen en nog wat bij te verdienen.**



**V**an chauffeur tot gastvrouw en van administratief medewerker tot invaldocent of surveillant: er is werk in overvloed voor senioren. Logisch wel: er is enorme krapte op de arbeidsmarkt. Maar dat is lang niet de enige reden dat senioren interessante werknemers zijn. ‘Ze zijn doorgaans flexibel, hebben veel kennis en ervaring, en ze worden door collega’s niet gezien als bedreiging’, zo vertelt Bart Veltman van uitzendbureau 65plus. ‘En doordat bedrijven geen sociale lasten meer voor hen hoeven af te dragen, zijn ze ook zeer betaalbaar.’

### Redenen

De liefde tussen ouderen en de arbeidsmarkt blijkt wederzijds. Volgens het Centraal Bureau voor de Statistiek waren er in 2020 zo’n 300.000 65-plussers met betaald werk. De redenen daarvoor zijn uiteenlopend. Werken is een manier om mee te blijven doen in de maatschappij, of om nieuwe mensen te leren kennen en een netwerk op te bouwen. Sommige ouderen werken nog omdat ze het zonde vinden dat hun kennis en ervaring anders verloren gaan. En natuurlijk spelen ook de financiën een rol: sommige senioren sparen voor een vakantie of voor leuke uitjes met de kleinkinderen. Een kleine groep moet blijven werken om rond te kunnen komen.

### Passend werk

De meeste mensen die via uitzendbureau 65plus werken, werken zo’n dertien tot vijftien uur per week. ‘Het is ook een fijne manier om niet in een zwart gat te vallen na je pensioen’, zegt Veltman. ‘Je werkt nog een paar uur en hebt doorgaans minder verantwoordelijkheden. Wij zorgen ervoor dat het werk dat wij aanbieden passend is. Ingewikkelde ICT-dingen of sjouwen met zware spullen zijn voor de meeste senioren niet weggelegd. We kijken altijd met een werkgever of we de functie passend kunnen maken. Als mensen dat willen natuurlijk: sommigen willen graag hetzelfde werk doen als ze al deden. Die zetten we dan op projectbasis in als interim-manager bijvoorbeeld.’

### Belastingdienst bellen

Nog even terug naar die financiën. Want hoe zit dat precies als je weer gaat werken? Veltman adviseert om dat altijd goed uit te zoeken. ‘In principe hou je netto meer over als je gaat werken na de AOW-gerechtigde leeftijd, omdat je in een lagere loonheffingsschaal terecht komt. Ook bouw je nog steeds pensioen op.’ Alleen voor wie bijvoorbeeld huur- of zorgtoeslag ontvangt wordt het wat ingewikkelder. Veltman: ‘Als je te veel verdient, kun je toeslagen kwijt raken. We adviseren mensen dan ook om altijd even met de Belastingdienst te bellen als ze weer gaan werken. Ook als ze nog andere inkomsten hebben, bijvoorbeeld uit verhuur of aandelen. Het zou vervelend zijn als ze onverwacht nog een naheffing krijgen.’ De meeste mensen die via uitzendbureau 65plus werken zijn tussen de 66 en 72 jaar. ‘Daarna vinden de meesten het alsnog genoeg geweest’, zegt Veltman. Maar er zijn natuurlijk uitzonderingen. ‘Laatst hadden wij bij een visafslag nog een tachtigplusser aan het werk die daar met kratten sjouwde. Hij kon er geen genoeg van krijgen.’ »

### OOK WEER GAAN WERKEN?

Als u zelf ook weer aan het werk wilt, kunt u zich inschrijven bij 65plus. Zij gaan dan voor u op zoek naar een passende baan of passend project. U kunt bijvoorbeeld aan het werk in de logistiek en transport, het onderwijs of op een kantoor. Ook als u uw technische expertise, ICT-kunde of zorgervaring nog wilt inzetten, zijn er mooie vacatures. U kunt zich inschrijven op [www.65plus.nl](http://www.65plus.nl) of bellen met (030) 231 69 94 voor meer informatie.

## ZZZZO BENT U OPTIMAAL UITGERUST!

Een goed en fijn bed is belangrijk om echt tot rust te komen als u slaapt. Deze complete boxspringcombinaties van Optibedding zijn van hoogwaardige kwaliteit voor een aantrekkelijk lage prijs. Met een ideale (hoge) in- en uitstaphoogte van 59 of 61 cm voor ouderen.

De basisset bestaat uit een glad hoofdbord, onderbox, matras, topper en poten. U heeft de keuze uit een vlakke of elektrisch verstelbare box en 2 kleuren luxe stoffering: granietgrijs of ecru. Er zijn 3 verschillende formaten beschikbaar: 90x200 cm, 160x200 cm en 180x200 cm. De matrassen zijn opgedeeld in 7 comfortzones met drukverdelers en bieden een vochtregulerende en ventilerende werking. Het aangenaam ligcomfort zorgt ervoor dat u iedere ochtend fit en uitgerust opstaat.



De prijs van de boxspring van uw keuze is **INCLUSIEF LEVERING EN MONTAGE!**

### SPECIFICATIES OPTIBEDDING COMPLETE BOXSPRINGS

#### VOLLEDIGE BOXSPRING PRIJZEN

1 persoonsbed vanaf **€ 419,95**

2 persoonsbed vanaf **€ 579,95**

- Garantie: 2 jaar
- Levertijd 10-14 dagen
- Prijzen inclusief levering en montage
- Motoren bedraad (op netstroom) en leveren 6.000 Newton
- Twee draadloze afstandsbedieningen
- Matrasremmers voeteneinde
- Onderbox met vlakke bodem, niet verstelbaar of elektrisch verstelbare softbox(en) met pocketveren
- Boxspring met onderbox, matras, topper en hoofdbord
- 2 kleuren stof: granietgrijs of ecru
- Onderbox, matras en hoofdbord gestoffeerd met dezelfde stof
- 6x zwarte poot, rond
- Beschikbare formaten: 90x200 cm, 160x200 cm en 180x200 cm
- Vanaf 160 cm o.b.v. 2 matrassen
- Geschikt voor (2x) 120 kg
- Hoofdbord glad, 1 meter hoog en 8cm dik
- 7-zone pocketverenmatras met 4 cm schuimafdeklaag (HR40 koudschuim)
- Het matras voelt middelhard tot stevig aan
- Totale dikte matras ca. 20 cm
- 4 cm luxe koudschuim topper met afritsbare tijk, wasbaar op 40 graden
- Tijk anti-allergeen van 100% micropercal satijn geweven
- Lig- en instaphoogte circa 59 cm (Inclusief 4 cm topper) bij vlakke bodem en 61 cm bij elektrisch.

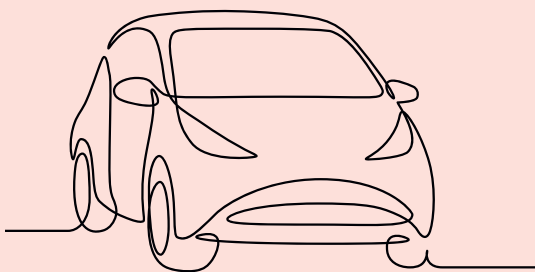
**VOOR UITGEBREIDE INFORMATIE & BESTELLEN GA NAAR**  
**[WWW.KBO-PCOB-VOORDEEL.NL/SLAPEN](http://WWW.KBO-PCOB-VOORDEEL.NL/SLAPEN)**



**André (67) rijdt zo'n vijftien uur per week met een scanauto in de gemeente Tilburg.**

'Ik heb tot mijn zestigste gewerkt als verpleegkundige. Daarna heb ik nog verschillende baantjes gehad in de zorg, maar dat ging op een gegeven moment niet meer. Het werd lichamelijk te zwaar voor me. Dat vind ik jammer, want mijn hart ligt wel echt bij de zorg. Wat ik nu doe is heel wat anders. Ik zag een vacature voor chauffeur op een scanauto in de krant en heb gereageerd. Ik had geen zin om helemaal thuis te zitten, want dan zit je ook maar niets te doen. Mijn vrouw is ook nog druk genoeg, dus die vindt het ook prima dat ik dit doe.

Je wordt er niet rijk van, maar je verdient toch een leuk extraatje. Dat is in deze tijden natuurlijk hartelijk welkom. Het fijne aan dit werk vind ik dat je helemaal zelfstandig bent. Je haalt je auto op, rijdt je route en bent lekker bezig. Tijdens het werk luister ik naar de radio. Niet zo leuk is dat je ook weleens wordt uitgescholden, of dat er tegen de auto wordt geschopt. Mensen vinden het natuurlijk niet leuk om een parkeerboete te krijgen. Daarom staat mijn echte naam ook niet bij dit stukje. Gelukkig heb ik veel ervaring in de psychiatrie: ik laat me niet zo snel uit het veld slaan en heb geleerd om met agressie om te gaan. Ik heb nu een contract tot volgend jaar november. Wat ik daarna ga doen, weet ik nog niet. Ik denk in elk geval dat ik wel blijf werken.'



**'We beginnen de dag altijd met een kop koffie en dan heeft iedereen de grootste verhalen'**



**Frans Roks (72) werkt een of twee dagen per week als chauffeur voor TyreTeam Oirschot.**

'Ik verveelde me na mijn pensioen. Ik woon samen met mijn vrouw en dochter en die werken allebei. Mijn hobby's zijn fotografie en auto's, maar daar kun je je ook niet de hele week mee vermaken. Ik ben altijd al een bezig bijtje geweest en dus schreef ik me in bij verschillende uitzendbureaus.

Via 65plus kwam ik terecht bij TyreTeam. Met een Mercedes-bus vervoer ik banden naar garages in de regio Eindhoven. Ik hou van autorijden en vind het fijn om geen vaste plek te hebben. Met dit werk ben je de hele dag onderweg en ontmoet je veel mensen. Als ik wil, kan ik overal wel een kopje koffie doen, maar ik moet ook om mijn gezondheid denken. Het geldt dat ik met dit werk verdienen is gewoon een extra zakcentje. Ik heb zo'n twintig collega's die hetzelfde werk doen. Dat zijn allemaal leeftijdsgenoten. We beginnen de dag altijd met een kop koffie en dan heeft iedereen de grootste verhalen. Ik zit ook in de feestcommissie en organiseer regelmatig activiteiten voor deze groep. Binnenkort gaan we een kookworkshop doen. ■

Boeken, films, uitstapjes en andere interessante dingen

## HET PHILIPS' PHILHARMONISCH IS JARIG

Het Philips' Philharmonisch Koor bestaat 85 jaar en viert dat op een bijzondere manier. Samen met het Barokorkest La Sorpresa en onder leiding van dirigent Iassen Raykov komt het koor met een prachtige uitvoering van de *Messiah* van Händel. Het oratorium – een bijbels verhaal op muziek – laat in drie delen de geboorte van Christus, zijn sterven en de verkondiging van het evangelie horen. Vocale solisten zijn Linde Schinkel (sopraan), Marie Anne Jacobs (alt), Mattijs Hoogendijk (tenor) en Pieter Hendriks (bas). Vier het jubileum mee en kom luisteren naar deze fantastisch mooie uitvoering.

**Datum:** zondag 6 november 2022 om 14.00 uur. **Locatie:** Domusdela, Kanaalstraat 4 te Eindhoven.

**Toegang:** € 42,50.

**Meer informatie en kaartverkoop:** [www.philipskoor.nl](http://www.philipskoor.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

**'Ren nooit achter iets aan maar omarm wat je tegemoetkomt'**

**RAMSES SHAFFY  
(1933 – 2009)**

Nederlands chansonnier, componist, liedjesschrijver en acteur

## Razende stilstand

In het Stedelijk Museum Breda kunt u de komende weken nog de tentoonstelling *Razende stilstand* bezoeken. Dwaal langs meer dan zeventig werken van kunstenaars die de afgelopen vijftig jaar een bepalende rol hebben gespeeld in de ontwikkeling van beeldende kunst in Breda en omgeving. De werken laten zien dat de mensheid voortdendert en dat kunst pas op de plaats maakt en ruimte biedt aan overdenkingen. Bewonder werken uit de eigen museumcollectie, aangevuld met bruiklenen.

**Datum:** tot en met zondag 13 november 2022. **Locatie:** Stedelijk Museum Breda, Boschstraat 22 te Breda. **Meer informatie:** [www.stedelijkmuseumbreda.nl](http://www.stedelijkmuseumbreda.nl)

## Ontdek uw kunst-DNA

Dwaal met een speciale tablet van schatkamer naar schatkamer en ervaar de gemeentelijke kunstcollectie Meierijstad in het RAADhuis in Schijndel. Elke kamer ademt een



Foto: Mike Bink

eigen sfeer. Verwonder u over het geheim van kunst en ontdek uw eigen kunst-DNA. Tijdens de kunstroute voert u met de tablet allerlei opdrachten uit. U kiest bijvoorbeeld een favoriet kunstwerk, luistert naar geluidsfragmenten en doet een mini-quiz. Zo ontdekt u op speelse en toegankelijke wijze wat kunst met u doet.

**Datum:** van maandag tot en met zaterdag.

**Locatie:** RAADhuis Schijndel, Markt 20 te Schijndel. **Toegang:** gratis. **Meer informatie:** [www.kunstcollectiemeerijstad.nl/RAADhuis](http://www.kunstcollectiemeerijstad.nl/RAADhuis)



## Ook zo gek op sjekladebollen?

Bent u ook zo gek op Bossche bollen? Heeft u altijd al willen weten hoe deze Brabantse gebaksspecialiteit gemaakt wordt en wilt u meer weten over de geschiedenis ervan? Doe dan mee met een workshop Bossche bollen van bakkerij Royal. In anderhalf uur leert u alles over de bekende slagroomsoes gedoopt in gesmolten pure chocolade. En natuurlijk gaat u ook zelf aan de slag. Zijn de sjekladebollen klaar? Dan is het tijd om te smullen. En dat doet u natuurlijk gewoon met de hand, zoals het hoort.

**Datum:** diverse dagen in de week.

**Locatie:** Bakkerij Royal, Visstraat 44 te 's-Hertogenbosch. **Kosten:** vanaf € 19,50 p.p.

**Meer informatie en aanmelden:**

[www.bakkerijroyal.nl/workshops](http://www.bakkerijroyal.nl/workshops)

## Klein Geluk

Vriendinnen Maria Grijpma en Inge Jager schreven samen de *Klein Geluk*-boeken-serie; een drieluik voor mantelzorgers, patiënten en zorgprofessionals. De boeken staan vol praktische tips, nuttige adviezen en herkenbare verhalen die u helpen goed voor uzelf te zorgen. Kleine oefeningen helpen u stap voor stap een beter gevoel te krijgen en niet overbelast te raken. Een waardevol cadeau voor iedereen die voor zieke of hulpbehoevende naasten zorgt, zelf ziek is of professioneel voor anderen zorgt.

De *Klein geluk*-serie van Maria Grijpma en Inge Jager bestaat uit drie boeken: *Klein geluk voor de mantelzorger*, *Klein geluk voor de zorg* en *Klein geluk als je ziek bent*. Ze zijn verkrijgbaar via de boekhandel. **Meer informatie:** [www.kleingeluk.nu](http://www.kleingeluk.nu)



## De mogelijkheid om een droom te realiseren, is wat het leven interessant maakt

Uit *De Alchemist* van de Braziliaanse schrijver Paulo Coelho. Van deze beroemde roman werden wereldwijd meer dan 35 miljoen exemplaren verkocht.



## Van steen tot chip

Als de lithografie niet was uitgevonden, waren er geen microchips geweest! De lithografie werd eind achttiende eeuw uitgevonden door de Beierse graficus en toneelspeler Alois Senefelder. Hij zocht naar een manier om de door hem geschreven toneelstukken sneller, goedkoper en op grotere schaal te drukken en ontdekte dat het drukken vanaf steen mogelijk was. Door het technologische tijdperk heeft deze grafische techniek zich verder ontwikkeld. Het Nederlands Steendrukmuseum laat als enige museum ter wereld deze boeiende ontwikkeling zien. Van de eerste handpersen en de immense snelpersen tot de hedendaagse microchiptechnologie.

**Locatie:** Nederlands Steendrukmuseum, Oranje Nassaulaan 8 te Valkenswaard.

**Meer informatie:** [www.steendrukmuseum.nl](http://www.steendrukmuseum.nl)

# 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  
t.w.v. **€500.-**

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

## 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 (frankeren is niet nodig!) in een envelop naar:

**Stichting Maaltijdenexpres (ANBI)**

Antwoordnummer 60779, 5000WB Tilburg

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

Adres \_\_\_\_\_

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

Woonplaats \_\_\_\_\_

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

ONS-2022-11



**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.



Deze rubriek gaat over onze rechten en plichten en over notariële zaken, beschreven aan de hand van een concreet voorbeeld. Deze keer: kijk na of u recht hebt op zorgtoeslag.

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.

# Laat uw zorgtoeslag niet liggen



Als u een bescheiden inkomen heeft, heeft u waarschijnlijk recht op zorgtoeslag. Veel mensen vragen deze toeslag niet aan omdat ze dat te ingewikkeld vinden of zelfs niet weten dat de toeslag bestaat. Zonde, vindt Aad Overvliet van de juridische helpdesk van KBO-Brabant.

**M**evrouw Mertens (82) is weduwe. Ze komt rond van een AOW-uitkering en een klein nabestaandenpensioen. Ze hoort van de burens iets over een zorgtoeslag, maar heeft geen idee of ze daar recht op heeft. Ze vraagt zich af wat ze moet doen.

'Mevrouw Mertens zou er zéker goed aan doen om achter de zorgtoeslag aan te gaan', zegt Aad Overvliet. Hij is als verzekeringsdeskundige lid van de juridische helpdesk van KBO-Brabant. 'Mensen die een AOW-uitkering hebben en daarbij een bescheiden pensioen, hebben bijna altijd recht op de zorgtoeslag. Dat is een maandelijks bedrag dat je via de Belastingdienst krijgt. Voor mensen met een heel klein pensioen kan dat wel meer dan 100 euro per maand zijn.' Het aanvragen van de zorgtoeslag kan alleen via de computer. 'Mevrouw Mertens zou haar kinderen kunnen vragen of iemand anders die ze vertrouwt. Mocht er niemand zijn die haar kan helpen, dan kan ze ook bij de plaatselijke KBO-Afdeling terecht. De belastinginvulhulp of vrijwillig ouderenadviseur kan helpen bij de aanvraag. Het belastbaar inkomen dat

je voor de zorgtoeslag moet doorgeven, is te vinden op de laatste belastingaanslag.'

## Zorgverzekering duurder

Juist nu is het aan te raden de zorgtoeslag aan te vragen als u daar recht op hebt. Overvliet: 'Veel mensen betalen rond de 125 tot 135 euro per maand aan zorgpremie. Met ingang van volgend jaar verdwijnt de collectiviteitskorting van 5 procent, waar veel mensen gebruik van maken. Bovendien zijn boodschappen en energie flink duurder geworden. Dan is 100 euro per maand echt een bedrag dat je niet moet laten liggen. Goed om te weten is dat het voor de zorgtoeslag niet uitmaakt of je een dure zorgverzekering hebt of een heel goedkope digitale, waarbij je alles via de computer moet doen. Ook de hoeveelheid zorg die je gebruikt, maakt voor de hoogte van de zorgtoeslag niet uit.' U kunt met een proefberekening op [www.belastingdienst.nl](http://www.belastingdienst.nl) zien of u recht hebt op zorgtoeslag. Voor wie met ingang van 2023 wil overstappen naar een andere zorgpolis, heeft Overvliet nog een belangrijke tip: kijk goed of de verzekeraar die die polis aanbiedt, wel uw vertrouwde zorgverleners, zoals huisarts, apotheek en ziekenhuis, heeft gecontracteerd. ■



# HERINNERINGEN OPHALEN & VOORUITKIJKEN MET KBO KRING LAND VAN CUIJK

• De Cuijkse schouwburg vormt het decor voor deze dag



• Na de lunch kan men de informatiestands bezoeken





**Ruim vijfhonderd KBO-leden kwamen op woensdag 14 september 2022 samen in de schouwburg van Cuijk voor de Sociaal Culturele Dag van KBO Kring Land van Cuijk. Het werd een dag vol gezelligheid, informatie, lekker eten en herinneringen ophalen. 'We verenigen graag het nuttige met het aangename.'**

**'H**et is weer voorbij die mooie zomer', klinkt het vanonder een paraplu, terwijl een groepje KBO-leden snel de schouwburg van Cuijk induikt om de regen te slim af te zijn. In de foyer is het een geroezemoes van jewelste. Iedereen heeft zichtbaar zin in deze Sociaal Culturele Dag, wat ook blijkt uit het aantal aanmeldingen. 'In de afgelopen jaren, met uitzondering van de coronajaren natuurlijk, hadden we meestal zo'n tweehonderdvijftig aanmeldingen voor onze jaarlijkse dag', vertelt Jan Hofmans, penningmeester van KBO Kring Land van Cuijk. 'Dit jaar zitten we op ruim vijfhonderd. Dat is ongekend, maar komt zeker ook omdat we deze keer alle KBO-leden in de nieuw gevormde gemeente Land van Cuijk hebben uitgenodigd.'

#### Extra uitpakken

'Voorheen bestond onze Kring uit de KBO-Afdelingen van de gemeenten Boxmeer, Cuijk en Sint Anthonis, vervolgt Hofmans. 'Met het bestuurlijk samengaan van de gemeenten Boxmeer, Cuijk, Grave, Mill en

Sint Hubert en Sint Antonius op 1 januari zijn wij ook tot een fusie overgegaan. Deze eerste Sociaal Culturele Dag na de fusie leek ons een mooi moment om extra uit te pakken met een op maat gemaakte filmpresentatie van het Brabants Historisch Informatie Centrum (BHIC), een bezoek van de waarnemend burgemeester, verschillende informatiestands, een heerlijke lunch en een optreden van de Brabantse comédienne Christel de Laat. Een programma bovendien dat voor alle KBO-leden interessant is. We hebben de dag daarom voor iedereen opengesteld. En daar is dus goed op gereageerd. Oh, de zaal is open. Kom, we gaan naar binnen!'

#### Brabant in beeld

'Wat fijn dat jullie in zulke grote getalen naar Cuijk zijn gekomen.' Na het welkomstwoord door voorzitter Noud van Vught, neemt Christiaan van de Ven van het Brabants Historisch Informatie Centrum het woord. 'Wij nemen jullie mee terug in de tijd aan de hand van een aantal filmpjes. Ik ben benieuwd of dit herkenning oplevert.' Op het grote scherm zien we achtereenvolgens filmpjes over de watersnoodramp van 1953, feesten en partijen in de jaren vijftig, zestig en zeventig - mét huzarensalade en sigaretten in een glaasje! - familie-uitstapjes in de omgeving, dorpsfeesten, maar ook filmpjes over de komst van onder andere radio, televisie, telefoon en wasmachine.

#### Gezin van tien

In de zaal zijn de oh's en ah's niet van de lucht en ook bij KBO-lid Fien Noorbergen roepen de filmpjes allerlei herinneringen op. 'Die wasmachine, zo'n Hoover, had mijn moeder ook', fluistert ze in het oor van haar goede vriendin Astrid van der Meer die naast haar zit. 'Die huurde ze elke maandag en stond dan de dag erop de h ele dag te strijken. We waren een gezin van tien.' »



AL  
RELAXFAUTEUILS  
VANAF  
€ 695,-

**TOT WEL €1000 INRUILKORTING!\***

1000 KLEUREN IN STOF EN LEER

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

**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!**

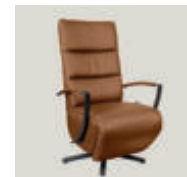
- ✔ Zitdiepte
- ✔ Zithoogte
- ✔ Zitbreedte



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Sublime**



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Lens**



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Promenade**



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Fameux**



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Triomphe**



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Blaize**



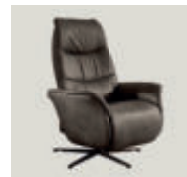
Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Lourdes**



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Winterthur**



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Granada**



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Jolie**



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Rians**



Verkrijgbaar in 250+ kleuren!  
**Magnifique**

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

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

**Udenhout**  
Kreitmolenstraat 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

**Rosendaal**

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

OPENING MEDIO  
NOVEMBER



## Autoloze zondagen

Ook tijdens de lunch blijven de filmpjes onderwerp van gesprek: 'Weet je nog, hoe we gewoon op de snelweg konden spelen tijdens de autoloze zondagen.' En: 'Vroeger was het vechten om de telefoon in de gang en nu zijn er meer mobiele telefoons dan inwoners!' En ook de woorden van Wim Hillenaar, waarnemend burgemeester van Land van Cuijk, hebben verschillende KBO-leden aan het denken gezet. In zijn toespraak verontschuldigde hij zich bijna voor de ingewikkelde tijd waarin we nu leven. 'Dan zijn we tijdens deze ochtend net zo fijn herinneringen aan het ophalen met elkaar en kom ik met de uitdagingen van nu aan. Want we dachten met z'n allen dat het wat rustiger zou worden na de coronatijd. Maar we struikelden als het ware zo in de volgende problemen. De oorlog in Oekraïne. Vluchtelingen. Personeelstekorten. Boerenprotesten. Inflatie. Hoge energiekosten. Dat is allemaal niet niks. Toch wil ik hier niet lopen somberen, want ik zie ook heel veel goede dingen. En dan kijk ik ook naar u. Want ik ben ervan overtuigd dat de samenleving veel van u en de tijd waarin u opgroeide kan leren. Dat je met minder spullen om je heen ook gelukkig kunt zijn bijvoorbeeld. En wellicht nog wel gelukkiger.'

## Zelf badjasjes maken

Astrid van der Meer kan dit laatste beamen. 'Vroeger kon je niet alles zo kopen, dus maakten we veel zelf, wat nog leuk was ook. Weet je nog Fien, dat we onze kinderen héél vroeg naar zwembles moesten brengen in het Heeswijkse Kamp, dat koude buitenzwembad? Toen zijn we van die lekker warme badjasjes gaan maken.' Fien: 'Klopt! Dan gingen we naar dat speciale winkeltje met goedkope stoffen.'

## Christel de Laat

Na de heerlijke lunch is er nog voldoende



## 'Vroeger was het vechten om de telefoon in de gang'



tijd om langs de informatiestands te lopen, waar ook veelvuldig gebruik van wordt gemaakt. Zo doen verschillende KBO-leden een aanvraag voor een bezoek door een energiebespaarcoach, laten verschillende bezoekers zich informeren over de mogelijkheden om (langer) thuis te blijven wonen, wordt de stand van BrabantinBeelden druk bezocht en kunnen leden bij de stand van Stichting Vier het Leven terecht voor culturele uitjes onder begeleiding van een vrijwilliger. 'Kom, we gaan naar binnen', klinkt het dan. De Bourgondische Brabantse comédienne Christel de Laat, zoals ze zichzelf noemt, staat klaar in de coulissen om een wervelend optreden te geven. 'Wat een heerlijke dag is dit en zó fijn dat het weer kan', klinkt het onder de bezoekers als iedereen zijn plekje in de zaal weer gaat opzoeken. ■

## OPROEP: oude filmpjes gevraagd!

BrabantinBeelden bewaart foto's en films van ons verleden. Nu en voor de toekomst. Samen met alle Brabanders vormen ze het foto- en filmgeheugen van Brabant. Helpt u mee om de collectie nog completer te maken? Want ook uw 'gewone' films zijn bijzonder: van bijvoorbeeld verjaardagen, communies, Koninginnedagvieringen, uitstapjes. Denk vooral niet te snel dat een ander daar niet in geïnteresseerd is, het is juist interessant om een tijdsgeest in beeld te brengen. Wilt u meer weten of heeft u films die u wilt aanbieden?

Bel dan: (073) 681 85 00 of stuur een mailtje naar [info@brabantinbeelden.nl](mailto:info@brabantinbeelden.nl)  
Meer informatie - en leuke oude foto's en filmpjes - vindt u ook op

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



Tip van Petra, onze buschauffeur

## Voordelig reizen tijdens de daluren

Ga je vaak op pad buiten de spits? Dan is Brabant Dalkorting echt iets voor jou. Want met Brabant Dalkorting reis je met maar liefst 40 procent korting. Reis supervoordelig naar de markt, de sportvereniging of ga op pad met vrienden of familie.

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

**Bravo**  
Brabant vervoert ons

samen met Arriva en Germes

**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

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



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.



# Het vakantiegevoel...

zodra u de deur uitstapt



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



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

[schiphol.nl/traveltaxi](http://schiphol.nl/traveltaxi)

### Schiphol Travel Taxi

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

### Schiphol Business Taxi

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

**Schiphol**

Welcome to Amsterdam Airport



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: uitbreiding van de huishoudelijke hulp.

## Meer huishoudelijke hulp



Mensen die méér uren huishoudelijke hulp willen, krijgen vaak nul op het rekest bij de gemeente. Een Wmo-cliëntondersteuner kan in zulke situaties net wat harder op de trom slaan, is de ervaring van Irma Gommers, Wmo-cliëntondersteuner in Boxtel. 'Voor een ander hulp vragen is makkelijker dan voor jezelf.'

**M**evrouw Van Ginkel (83) woont zelfstandig in een aanleunwoning. Ze heeft wekelijks twee uur huishoudelijke hulp via de Wmo en wil graag een half uur extra. Ze vraagt Wmo-cliëntondersteuner Irma Gommers om dat namens haar aan te vragen.

### Aandringen op keukentafelgesprek

'Nadat mevrouw me had gebeld, ben ik bij haar op bezoek gegaan', vertelt Irma Gommers. 'Ik zag een krachtige vrouw die haar verhaal goed kon vertellen, maar ook een mevrouw met diverse medische problemen. Daardoor had ze bijvoorbeeld meer was dan een gemiddelde oudere, terwijl ze niet meer heel mobiel was. Toen ik de gemeente belde over uitbreiding van de huishoudelijke hulp, kreeg ik eerst twee keer te horen dat twee uur echt het maximum is. Pas toen ik zei dat ik erop stónd dat er een keukentafelgesprek zou komen, werd dat geregeld. Tijdens dat

gesprek was het heel snel helder dat ze een half uur extra nodig had. Aan de telefoon is het makkelijk om een verzoek af te wijzen, maar als je iemand ontmoet, zie je toch vaak dat die extra tijd echt nodig is.'

### Zinvol

Irma Gommers (78) is nu sinds een jaar of vijf Wmo-cliëntondersteuner voor KBO-Brabant. 'Hoe langer ik het doe, hoe mooier ik het vind. Ik kan mensen helpen die iets nodig hebben maar zelf de weg daarvoor niet kennen. Als cliëntondersteuner kun je soms net wat makkelijker doorzetten. Voor een ander hulp vragen is makkelijker dan voor jezelf. Het voorbeeld van mevrouw Van Ginkel laat zien dat ons werk ertoe doet - ze was me enorm dankbaar. Dit werk geeft mij voldoening, het is zinvol. Vaak kan ik mensen helpen met méér dan alleen de vraag die ze hebben gesteld. Daarom is het zo belangrijk dat we achter de voordeur komen.' ■

### 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 dan in contact met een Wmo-cliëntondersteuner in uw regio of met een vrijwilliger van het Wlz-team.

achtergrond



**SOCIALAPP:**  
Makkelijk contact  
voor hulp of een uitje



**De SocialApp is een app voor de mobiele telefoon en tablet waarin een groep mensen – bijvoorbeeld leden van een Afdeling van KBO-Brabant – elkaar makkelijk een vraag kunnen stellen. Bijvoorbeeld: wie wil boodschappen voor mij doen? Maar ook: wie heeft zin in een wandeling? Onder meer in Tilburg zijn gebruikers enthousiast.**

**H**et begon eigenlijk met het verhaal van zijn grootouders, vertelt Rob Geurts. Hij is de ontwikkelaar van de SocialApp. 'Ik vond het pijnlijk om te zien dat ze best wel vereenzaamden toen ze naar een aanleunwoning verhuisden. Ik vroeg me af of ik iets voor hen kon betekenen en misschien ook voor hun burens. Ik ben handig en help mensen graag, maar ik wil niet gebonden zijn aan vaste tijdstippen om structureel vrijwilligerswerk te doen. Dat was het uitgangspunt bij de oplossing die ik zocht. Het duurde nog een heel aantal jaren, maar in 2019 was de tijd rijp, vertelt Geurts. 'Ouderen zijn digitaal steeds actiever geworden.' Hij dacht na over een seniorvriendelijke app waarmee mensen een vraag kunnen stellen aan een kleine, vertrouwde groep mensen. Hij betrok daarbij zeventien student-programmeurs van de Avans Hogeschool én twee groepen ouderen. De ouderen vertelden waar ze behoefte aan hadden, de studenten ontwikkelden de app en verbeterden die na de eerste ervaringen van gebruikers. Ook zorgmedewerkers praatten mee.

### Eén druk op de knop

'In juli 2019 zijn we in de Leyenhof in Helvoirt begonnen met de eerste versie van de SocialApp', vertelt Geurts. Inmiddels wordt de app op tien verschillende plaatsen gebruikt. In de meeste gevallen zijn dat appartementengebouwen waar voornamelijk senioren wonen, zoals de Leyenhof. Maar de eerste Afdeling van KBO-Brabant is er ook mee aan de slag: Contact50 in Udenhout-Biezenmortel. 'De app heb ik in samenspraak met Contact50 aangepast voor een KBO-Afdeling. Zowel leden als belangstellenden kunnen meedoen. Wil je je vraag alléén stellen aan de geregistreerde leden van >>

**'Het fijne is dat je je vraag aan de hele groep stelt'**

**Margriet van Woerkom woont in woonzorgcentrum Leyenhof in Helvoirt. Ze is gebruiker van het eerste uur en praatte mee over de ontwikkeling van de app.**



'Toen er de nodige verbeteringen aan de eerste versie waren aangebracht, hebben we de app geïntroduceerd voor alle bewoners. Hij functioneert nu prima. Je ziet wel dat het vaak dezelfde mensen zijn die 'm gebruiken. En zoals dat gaat met ouderen: als je 'm niet regelmatig gebruikt, vergeet je hoe dat moet. Ik ben beheerder van de app en dus ook eerste aanspreekpunt. Ik probeer nieuwe bewoners ook enthousiast te krijgen voor de app. We zetten er nieuwtjes in of activiteiten die plaatsvinden in ons restaurant. Maar je kunt net zo goed vragen of iemand jouw zegeltjes van de supermarkt wil hebben. En het zorgpersoneel zet er ook berichten in, bijvoorbeeld: wie wil vandaag een wandeling maken met iemand in een rolstoel? De afgelopen maanden was ik aan huis gebonden. Ik heb regelmatig gevraagd of iemand wat boodschappen voor me wilde doen. Ik vind het fijne van de app dat je de vraag stelt aan iedereen. Gewoonlijk heb je toch al snel de neiging om steeds dezelfde mensen om hulp te vragen. Nu kunnen anderen er ook op reageren.'

de Afdeling, dan kan dat. Wil je een groter bereik voor je bericht, met ook vrijwilligers en belangstellenden, dan kan dat met één druk op de knop.'

### Reactie is privébericht

De app is gebruiksvriendelijk en eenvoudig ingericht, vertelt Geurts. 'Gebruikers kunnen een vraag intypen, of kiezen uit voorgeprogrammeerde vraagsuggesties. Ze kunnen bijvoorbeeld vragen wie een boodschapje kan meenemen of een klusje in huis wil doen. Maar ze kunnen elkaar ook uitnodigen voor een activiteit. Dat laatste kunnen zorgverleners overigens ook doen. Het hoeft niet per se te gaan om een georganiseerde activiteit. Mensen kunnen net zo goed de vraag stellen: wie heeft zin om een wandeling te maken? Er kunnen ook familieleden aan de app worden toegevoegd. Zij kunnen geen vragen stellen, maar wel op een vraag reageren. Denk aan dat kleinkind dat erg handig is met computers.' Een beheerder bewaakt de ledenlijst en toetreden tot de groep kan alleen met een wachtwoord. Wat de SocialApp anders maakt dan 'gewoon' WhatsApp is dat een reactie altijd een privébericht is. De vraag 'Wie heeft zin in een wandeling?' is voor alle gebruikers in de afgeschermdede groep zichtbaar. Het antwoord: 'Goed idee. Zullen we om drie uur gaan?' kan alleen degene lezen die de vraag heeft gesteld. Zo gaat het ook met hulpvragen. 'Dat is een belangrijk onderdeel van de app', zegt Geurts, 'want mensen vinden het vaak niet fijn als iedereen meeleeft.'

### Tegen eenzaamheid

Bij Contact50, de Afdeling van KBO-Brabants in Udenhout-Biezenmortel, is de SocialApp nog niet zo lang geleden geïntroduceerd. 'We gaan er flink reclame voor maken,' zegt bestuurslid Cees de Graaf, 'want het is enorm goed dat die



app er is. Wij denken dat er best veel stille eenzaamheid is. De app is dan een mooie manier om contact te leggen, of je nu iemand zoekt die een lamp kan komen ophangen of mensen wilt uitnodigen voor de koffiemiddag.' De Graaf merkt wel dat mensen het 'wat spannend' vinden om de app te gebruiken. 'Veel mensen lopen liever even naar elkaar toe. Ze zijn soms bang dat vreemden kunnen meelesen in de app. Daarom willen we er nog meer bekendheid aan geven en vertellen dat de app heel veilig te gebruiken is.' ■

*Interesse in de SocialApp? Rob Geurts geeft graag meer informatie. KBO-Afdelingen kunnen hun belangstelling hiervoor melden bij ewillemsen@kbo-brabant.nl*

### 'Binnen 10 minuten had ik al een reactie'

**Ria van Haaren woont net als haar vriendin Margriet in de Leyenhof in Helvoirt. Ze hoeft eigenlijk nooit hulp te vragen.**



'Mijn dochter komt heel regelmatig langs en ik krijg ook veel andere visite. Maar ik vraag in de app bijvoorbeeld wel of anderen hun zegeltjes voor mij willen bewaren als ze die zelf niet sparen. Of ik vraag wie zin heeft om mee te gaan naar een terras. Ik kijk er vrijwel elke dag wel even op, want zo weet je ook of er iets te doen is, bijvoorbeeld een muziekkuitvoering in de tuin. Ik vind het wel jammer dat niet meer mensen er gebruik van maken, want het kan echt leuke dingen opleveren. Ik had bijvoorbeeld een tas vol romannetjes die ik niet meer behoefde. Ik vond het zonde om ze weg te gooien en heb dus op de SocialApp gevraagd of iemand belangstelling had. Binnen 10 minuten had ik al een reactie. Er kwamen in totaal wel drie mensen langs, die er allemaal een paar hebben meegenomen. Dat is toch mooi? Ik ken ook een man van 95 die gewoon meedoet met de SocialApp. Dus leeftijd hoeft niet uit te maken. Het zou echt leuk zijn als meer mensen de app gaan gebruiken.'





Pluto "vliegt" met de rendieren en Micky's slee aan de top van de boom



Meer dan 50 met de hand gekleurde figuren op 4 draaiende niveaus met 10 verlichte scènes en twee rijdende treinen



VAN BINNEN VERLICHT

Met muziek en beweging

# De wonderlijke wereld van Disney

## Kerstboom-sculptuur met Disneyfiguren op vier draaiende niveaus, verlichting en muziek

Door de jaren heen hebben ons de geliefde karakters van Disney ontelbare geschenken gegeven – onvergetelijke momenten van vreugde, van lachen en van fantasie. En nu brengt u die magie van Disney al die vreugde van de kersttijd met "De wonderlijke wereld van Disney".

Op vier draaiende niveaus lijkt de trein "Disney Express" steeds hoger te klimmen. Prinsessen dansen met prinsen en Mickey rijdt met Pluto in een vliegende slee. In tien met de hand gekleurde scènes vindt u meer dan 50 figuren, van Winnie de Poeh en Sneeuwitje tot en met Donald en Daisy Duck. 20 LEDs verlichten de fantastische scènes en een muziekwerk speelt een medley van populaire kerstmelodiën.

### Exclusief geschenkidee – niet alleen voor de Disney-fan

Deze verlichte en muziek makende sculptuur verschijnt exclusief bij The Bradford Exchange in een gelimiteerde oplage. **Verzekert u zich van "De wonderlijke wereld van Disney" het beste vandaag nog en viert u met de geliefde Disneyfiguren een waarlijk sprookjesachtig kerstfeest.**



Het aanbod is beperkt – reserveer nog vandaag!

**PERSOONLIJK REFERENTIE-NR.: 24483**

Met 1-HEEL-JAAR-teruggeef-garantie

**Tijdelijk beperkte aanbieding:**

Antwoord uiterlijk voor **5 december 2022**

**Ja**, ik reserveer de boomsculptuur "De wonderlijke wereld van Disney"  
Artikel-Nr.: 14-00567-001G

**A.u.b. gewenste betalingsmethode aankruisen (X):**

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

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

Straat/huisnummer

Postcode/woonplaats

Telefoon (alleen voor nadere informatie)

Geboortedatum

E-mail (alleen voor afwikkeling bestelling)

Handtekening

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

Artikelnr.: 14-00567-001G

Artikelprijs: € 199,80  
(betaalbaar ook in 4 maandtermijnen à € 49,95), plus € 14,90 verzendkosten

©Disney

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

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

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

Voor online bestelling referentie-no: **24483**

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

Antwoordnummer 282 • 8200 VB Lelystad • klantenservice@bradfordexchange.nl

Telefoon: 010 80 80 97 8



UW HUIS  
BLIJFT  
UW THUIS



reddot winner 2021



€ 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)



# 5 VRAGEN over een digitale deurbel



Alecto Smart-Ring 20



Smart-Ring Bell

## KORTINGSACTIE VOOR KBO-LEDEN

Alecto Smart-Ring 20  
+ Smart-Ring Bell  
Adviesprijs € 129,95  
Ledenprijs € 84,95  
(ex. €4,95 verzendkosten).

Zie voor uitgebreide  
informatie over dit aanbod  
Ons Ledenvoordeel op  
pagina 8.

**Steeds meer mensen hebben een digitale deurbel. Wat kan zo'n deurbel dat een 'ouderwetse' bel niet kan en hoe bevalt dat? Rob Hulsenboom (64) probeerde voor de *Ons de Alecto Smart-Ring 20* uit.**

### Wat kan een digitale deurbel?

'Het exemplaar dat ik heb uitgeprobeerd kan aangesloten worden op de wifi van het huis. Je krijgt dan een bericht op de telefoon - desgewenst met geluid - als er iemand voor de deur staat. De deurbel heeft een camera en een microfoon, dus je kunt via de telefoon praten met degene die voor de deur staat. Dat kan ook als je niet thuis bent. Verder kan de deurbel een bewegingsalarm geven als er iemand dichtbij komt, bijvoorbeeld in de voortuin. Daarnaast kun je met een geheugenkaartje 24 uur per dag opnemen wat er voor de voordeur gebeurt. Die beelden kun je achteraf bekijken.'

### Is het moeilijk de deurbel te installeren?

'De bel kan gewoon op de bedrading van de vorige deurbel, maar je moet 'm ook koppelen



aan je wifi-netwerk. Dus je moet wel een beetje handig zijn of iemand anders vragen om de installatie te doen.'

### Wat vindt u de belangrijkste voordelen?

'Je kunt als het 's avonds donker is zien wie er voor de deur staat. Ook het bewegingsalarm kan een veilig gevoel geven. Je kunt overigens zelf besluiten of je dat alarm wel of niet inschakelt. Daarnaast kun je er een extra bel bij kopen die je verderop in het huis ophangt. Dat is in ons geval heel handig, want wij horen de bel niet overal even goed.'

### Aan wie zou u de deurbel aanraden?

'Ik denk vooral aan ouderen die willen zien wie er voor de deur staat. Verder zullen sommige mensen het fijn vinden om ook van een afstand even te kunnen praten met degene die voor de deur staat.'

### Zou u de bel zelf aanschaffen?

'Nee, uit mezelf zou ik 'm niet hebben gekocht. Ik zie wel wie er voor de deur staat als ik opdoe, en als ik niet thuis ben, ben ik niet thuis. Maar ik kan me wel voorstellen dat een digitale deurbel ouderen een veilig gevoel geeft.' ■

 SPATOILET.COM

## Al 15 jaar de meest betrouwbare toiletzitting met onderdouche.

Meer dan 3500 tevreden gebruikers  
Probeer 'm nu GRATIS 3-weken lang

Klant  
beoordeling  
**9,7**

ZOMERAKTIE voor ONS-lezers  
alleen in de maanden juni en juli:

Prijs: van ~~940~~ euro voor 845 euro  
Inclusief btw en installatie.  
Er komt echt geen euro meer bij!

Meer info:  
[www.SPATOILET.COM](http://www.SPATOILET.COM)



Voor vragen of het maken van een installatieafspraak  
Bel: 06 53143234 / 020 6141232

## 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
- Onbepaalde 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



Thuiszorg Matilda

Zorg zoals u die wenst

Cliënten beoordelen ons met een

**8.6**



Bedankt voor uw vertrouwen in Thuiszorg Matilda!

076 - 888 28 42

[www.thuiszorg-matilda.com](http://www.thuiszorg-matilda.com)

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

Alle recensies vind u op [www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl)

veel aanbiedingen en altijd een leuk extraatje



**Pix4Profs**

[winkel.pix4profs.nl](http://winkel.pix4profs.nl)

het adres voor uw unieke december cadeaus





## 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. 11.001/22** Hallo, ik ben een man van 72 en ben een bourgondiër. Ga er graag op uit naar bos en natuur. Ook ga ik graag eten. Ik ben vijf jaar weduwnaar en op zoek naar een leuke, lieve vrouw om samen dingen te doen, dat is leuker dan alleen. Voel je je aangesproken, ben je tussen 65 en 75 en ben je het alleen zijn ook beu, reageer en dan kijken we samen of de beroemde klik er is.

---

**BR.O.NR. 11.002/22** Weduwnaar, 78 jaar, zou graag in contact willen komen met een lieve vrouw. Samen zijn is leuker en fijner dan alleen. Omgeving Geertruidenberg. Reacties liefst met telefoonnummer.

## 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. 11.003/22** Ik ben een weduwnaar van 75 jaar en ik zoek een leuke vrouw van dezelfde leeftijd om samen nog iets van 't leven te maken, samen is leuker dan alleen. Ik kom uit de Maashorst, jij ook? Reacties graag met foto en telefoonnummer. Wil je me leren kennen? Tot gauw!

---

**BR.O.NR. 11.004/22** Volsslanke, verzorgde weduwe van 75 jaar zoekt een vooral eerlijke, betrouwbare weduwnaar van ongeveer dezelfde leeftijd. Ik houd van gezelligheid, fietsen, tuinieren, terrasje pakken en van met mensen omgaan. Zelf ben ik niet zo goed ter been en als jij ook een beperking hebt, is dat zeker geen bezwaar. Ik ben trots op mijn kinderen en kleinkinderen, rook en drink niet. Ben jij het alleen-zijn ook zat? Laat dan iets van je horen, liefst met foto en telefoonnummer en uit de regio Eindhoven - Veldhoven. Je krijgt altijd antwoord.

---

**BR.O.NR. 11.005/22** Gezellige en gezonde weduwnaar van 86 met grote vriendenkring zoekt een gezonde vrouw om gezellig een terrasje te doen, samen thuis een wijntje te drinken of eventueel een dagtochtje te maken met de trein. Reacties liefst uit Cuijk of directe omgeving.

---

**BR.O.NR. 11.006/22** Nog zeer vitale 80-jarige man, nog enigszins gebonden, is op zoek naar een ruimdenkend maatje. Reacties bij voorkeur uit Oost-Brabant, Noord-Limburg of Gelderland en liefst met telefoonnummer.

---

**BR.O.NR. 11.007/22** Ben jij de heer van ± 80 jaar, die samen met mij (een in Brabant wonende weduwe) een reisje wil maken, eventueel in Nederland? Schrijf me maar!

---

**BR.O.NR. 11.008/22** Vrouw, 76 jaar, zoekt vriendinnen in Veghel, Erp, Mariaheide en omgeving, om samen te wandelen, naar het theater en de stad te gaan, enzovoort. Ik rijd zelf auto. Heb je interesse, reageer dan.

# Teun Arts

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 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



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

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

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.

AANHOREN	HUURSCHULD	PORTUGEZEN
AANKAARTEN	KEPEN	RASTA
ANGST	KOPZORG	REGAAL
BAARS	KROATISCH	ROEDE
BEELD	KROEPOEK	RUKWIND
BELMINUUT	LOFSpraak	SALIE
BRAADJUS	MODUS	SLAAN
EERROVER	MUSJE	SOMBER
ERUPTIE	NAPALM	SPREEUW
FABRIEK	NAPPA	TEGELVLOER
FRAMBOOS	NIGERIA	VERLATEN
GEVAL	OPENING	VLAAG
HAASTEN	PANTY	VLOKJE
HUICHELEN	PIKEUR	VOEGWERK

Stuur de oplossing van de puzzel, uw naam, adres en telefoonnummer vóór 18 november 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 november'.

**Winnaars puzzel Ons september**

De oplossing van de puzzel was: **ochtendritueel**.

De winnaars van het boek *Levenslessen van iemand die (waarschijnlijk) eerder doodgaat dan jij zijn*:

- O. Hendricks, A. van Kronenburg,
  - L. van der Maden, J. Reniers en H. Wils
- Hartelijk gefeliciteerd!



**Puzzel mee en win!  
 Een van de vijf Toon Hermans-scheurkalenders!**

Dit is alweer de achtste editie van de succesvolle Toon Hermans-scheurkalender *Een jaar met Toon*. De kalender staat vol met de zo herkenbaar vrolijke en soms juist ontroerende en troostende teksten van Hermans. Dat is de drijvende kracht van het uitgebreide oeuvre van Toon Hermans, die onophoudelijk aan het schrijven en dichten was.

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

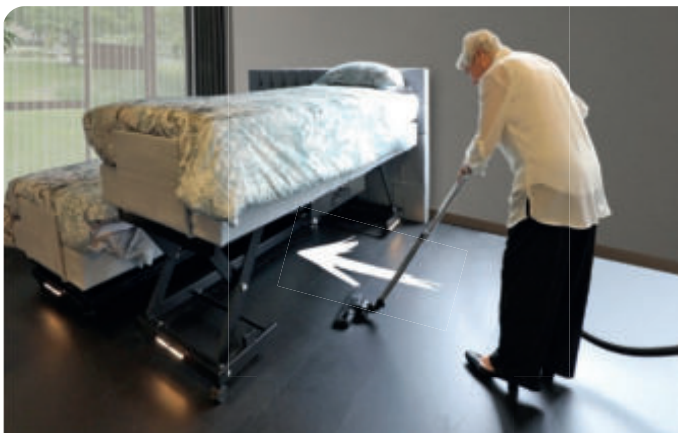
## Vraag naar de hoog-laag functie

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.



# NIEUW in Nederland

Zo lang mogelijk Zelfstandig Thuiswonen!

BEKEND VAN TV

ZIE VIDEO  
OP ONZE  
WEBSITE

## HET NIEUWSTE TYPE SENIOREN BOXSPRING!

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

Ervaar het heerlijke comfort van een echte boxspring en het gemak van een zorgbed thuis en dat dan ook nog in een huiselijke sfeer! Keuze uit div. kleuren en 17 verschillende maten, want alles is maatwerk!

Wegens overweldigend succes nu een tijdelijke actie; maak vrijblijvend een afspraak bij u thuis!

### Dus wilt u ook:

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

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

543 mensen gingen u voor!

## WINNAAR BESTE IDEE 2021!

### De Goedkoopste van de BeNelux!

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

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

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

€ 1995,-\* i.p.v. € 3995,-

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

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

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

**Tillift alsmede zijrekken geschikt!**

543  
mensen  
gingen u voor  
beoordeeld met  
8,9

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

BEORDEELD MET EEN

De gildeslapen

8,9

010 333 04 60

info@degildeslapen.nl - www.degildeslapen.nl

**PHONAK**  
life is on

advertentie

Nieuw

# Gesprekken zijn helder met Lumity.

Goed spraak verstaan is een grote wens van slechthorenden, met name in rumoer. De Phonak Audéo™ Lumity hoortoestellen zijn speciaal hiervoor ontwikkeld, zodat u in alle dagelijkse situaties weer beter verstaat. Ga weer helemaal op in gesprekken. En met de uitstekende connectiviteit streamt u geluid vanaf elk merk smartphone of tablet, én de TV rechtstreeks naar uw oren.

- Helder, natuurlijk geluid
- Beter verstaan door SmartSpeech™ Technology
- Universele connectiviteit via Bluetooth (iOS en Android)
- Waterbestendige uitvoering
- Oplaadbaar
- Mogelijkheid ringleidingstand
- myPhonak app op de smartphone



*Ook in waterbestendige uitvoering!*



**Bestel het gratis infopakket!**

Maak kennis met Phonak Lumity voor een ongeëvenaarde hoorplossing. Bestel de gratis uitgebreide brochure op [www.phonaklumity.nl](http://www.phonaklumity.nl). Daarbij ontvangt u ook een lijst van verkooppunten in uw omgeving.

A Sonova brand