

LIMBURG

ons

magazine voor senioren

— MEI 2023 —

Reportage

‘Met z’n allen zorgen voor beter en toegankelijker openbaar vervoer’

Interview

Martin van Rooijen:
‘Die gedrevenheid van vroeger heb ik nog steeds’

Achtergrond

‘Banken moeten bereikbaar blijven voor iedereen’

Ons kloppend hart Limburg

Leny Laenen-Nanninga:
‘Wat er toen is gebeurd, kan zomaar weer gebeuren!’

Keuze uit 29
Enjoyhotels!

advertentie
enjoyhotels.nl
Alles-inclusief-vakanties

29
Jaar
Enjoyhotels

ALLES INCLUSIEF
5 dagen met eigen auto!

Hoe kan het voor zo'n prijs?

5 dagen alles inclusief! Overnachten, eten, drinken en entertainment.

MOEZELSTREEK

Enjoyhotel Bottler



Veldenz

5 DAGEN
VANAF
€ 289,95
p.p.

MOEZEL

ENJOY DELUXE HOTELSCHIP PRINSES JULIANA
Mülheim an der Mosel

5 DAGEN
VANAF
€ 399,95
p.p.



NIEUW
Enjoyhotel
in Duitsland!

VERBLIJF OP
VASTE LIGPLAATS
OP DE MOEZEL

Als extra krijgt u bij Enjoy Deluxe o.a.:

- ✓ Dagelijks Kuchen-/vlaaien-/taartenbuffet
- ✓ Uitgebreide high tea
- ✓ Luxe wijn- of bierproeverij
- ✓ Dagelijks cocktail van de dag
- ✓ Laatste avond 5-gangendiner

Enjoy
Deluxe

SAUERLAND

ENJOYHOTEL AM
KURPARK BRILON



Brilon

NIEUW
Enjoyhotel
in Duitsland!

5 DAGEN
VANAF
€ 349,95
p.p.

WESTERWALD

Enjoyhotel Im Wald
(Heiderhof)



Obersteinebach, tussen
Moezel en Eifel vlakbij de Rijn

5 DAGEN
VANAF
€ 309,95
p.p.

SAUERLAND

ENJOYHOTEL
WINTERBERG



Winterberg

NIEUW
Enjoyhotel
in Duitsland!

5 DAGEN
VANAF
€ 309,95
p.p.

GRONINGEN

Enjoy Deluxe
Wellnesshotel Groningen



Loppersum (± 15 min.
rijden v.a. stad Groningen)

5 DAGEN
VANAF
€ 399,95
p.p.

LIMBURG

Enjoyhotel Riche



Valkenburg

5 DAGEN
VANAF
€ 319,95
p.p.

BELGISCH LIMBURG

Enjoy Eurotel Lanaken



Lanaken - Maastricht

5 DAGEN
VANAF
€ 356,95
p.p.

ARDENNEN

ENJOYHOTEL MAISON
DES ARDENNES



Maissin

NIEUW
Enjoyhotel
in België!

5 DAGEN
VANAF
€ 329,95
p.p.

Inbegrepen bij uw 5-daagse alles-inclusief vakantie:

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



De nieuwe Enjoyhotels
**BROCHURE
2023**
Vraag 'm nu gratis aan
op www.enjoyhotels.nl

De vanaf prijs is de laagste prijs voor een bepaalde aankomstdatum. Prijzen variëren per aankomstdatum.

Kijk voor meer Enjoyhotels op www.enjoyhotels.nl of bel **020 - 225 48 81**

Alle fouten voorbehouden en exclusief eventuele toeristenbijdrage. 🍷 Geen boekingskosten 🍷 Geen toeslag 1-persoonskamer

JAARGANG 13 - APRIL - 2023

ONS Magazine is een uitgave van KBO-Brabant, KBO Gelderland, KBO Limburg en KBO-Overijssel en wordt 11 keer per jaar bezorgd bij 190.000 leden.
ISSN 2211-5277

REDACTIE KBO LIMBURG

Ben Ubachs, Leo Thomas, Nico Beckers,
Hans Hollanders, Joan Raaijmakers.
Postbus 960, 6040 AZ Roermond
Tel. (0475) 381740, redactie@onsmagazine.nl

REDACTIE EN VORMGEVING

Vrhl Content en Creatie, (0172) 477733, hallo@vrhl.nl

UITGEVER EN ADVERTENTIES

Performis BV, Den Bosch, Hans Peijnenburg *uitgever*,
Etienne Victoria *partnerships*, Misha Stork *advertising*
(073) 689 58 89, www.performis.nl, ons@performis.nl

KBO Limburg draagt op geen enkele wijze
verantwoordelijkheid voor advertenties/bijsluiters in
ONS Magazine.

LIDMAATSCHAP

Wilt u lid worden van de KBO in Limburg, ga dan
naar www.kbolimburg.nl/lid-worden
Daar vindt u de contactgegevens van uw lokale
KBO-Afdeling.

Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudig
en/of openbaar gemaakt zonder toestemming vooraf
van KBO Limburg. Het toesturen van foto's en teksten
impliceert toestemming tot publicatie in
ONS Magazine. Toegestuurde foto's en teksten worden
niet automatisch geplaatst.

www.kbolimburg.nl

www.facebook.com/kbolimburg1/

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



provincie limburg



Doortrappen voor zelfredzaamheid

Onlangs presenteerde de Stichting Wetenschappelijk Onderzoek Verkeersveiligheid (SWOV) een analyse van het aantal verkeersdoden en -gewonden in de periode 2017-2021. In Limburg zijn dat gemiddeld zo'n vijftig doden per jaar en 370 zwaargewonden. Vooral oudere fietsers blijken kwetsbaar. En er is nog meer slecht nieuws... SWOV verwacht dat deze aantallen de komende jaren sterk gaan stijgen en in 2040 mogelijk verdubbeld zijn. Deels ook het gevolg van de bovengemiddelde vergrijzing in Limburg.

Er moet dus iets gebeuren! SWOV adviseert maatregelen op het gebied van infrastructuur, gedragsbeïnvloeding en handhaving ter verbetering van de verkeersveiligheid. Daarbij moet er vooral aandacht zijn voor de oudere fietsers. Dan komt nu het goede nieuws. KBO Limburg is samen met de provincie en de gemeenten gestart met het project *Doortrappen*. Doel daarvan is om vooral de oudere fietsers, de tachtigplussers, zo lang en zo veilig mogelijk te laten fietsen. Eind februari was de startbijeenkomst en inmiddels zijn we bezig met het werven van fietsbegeleiders. Op 10 mei is er weer een bijeenkomst waarin we samen met die fietsbegeleiders de route voor *Doortrappen* gaan uitstippelen.

Doortrappen is een project dat overigens niet alleen gericht is op veiligheid. Het zorgt er ook voor dat senioren fit blijven en zelfredzaam. Zolang u mobiel bent, kunt u immers zelfstandig boodschappen doen, naar de huisarts of de fysio en komt u gemakkelijker onder de mensen.

Zelfredzaamheid is heel belangrijk voor senioren. Bijvoorbeeld om zo lang mogelijk thuis te kunnen blijven wonen. Dagblad *De Limburger* kwam half april met een speciale bijlage daarover: *Liever langer thuis*. Daarin ook een hele pagina over wat KBO Limburg daarin betekent voor ouderen. Die willen we onze leden natuurlijk niet onthouden. Daarom ontvangt u bij deze editie van

ONS Limburg ook de bijlage *Liever langer thuis*. Doe er uw voordeel mee!



Marcel Ballas,
Voorzitter KBO Limburg

OPEN DAGEN op 12 en 13 mei



Al 30 jaar specialist in brommobielen

Tijdens de open dagen:

- ✓ Vrijblijvende proefrit in Elektrische Aixam Brommobiel
- ✓ Uitgebreide uitleg wat te doen als uw rijbewijs niet meer verlengd wordt!
- ✓ Informatief, gezellig voor de hele familie met hapje en een drankje.

Rijden zonder auto-rijbewijs



Brommobielcenter Limburg

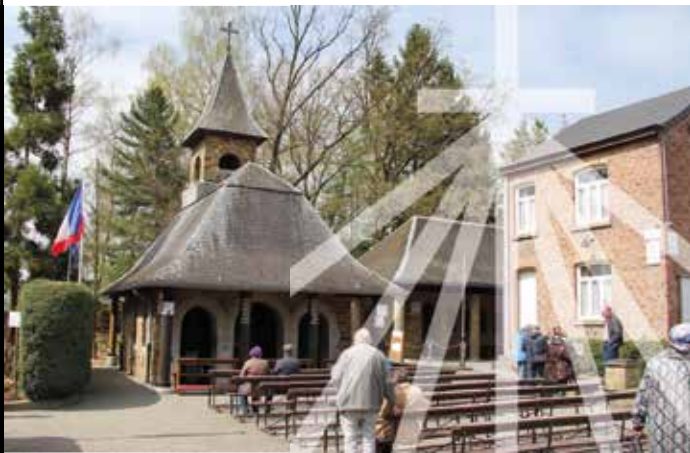
Bekend om zijn beste service!

Brommobiel Center Limburg | Heinsbergerweg 48 | 6074 AE Melick | Tel: 0475-47 04 71 | www.brommobielcenter.nl

Huis voor de Pelgrim

Onze reizen brengen je verder

Bedevaart naar Banneux



Dagbedevaart: 19 juni & 2 oktober
 Triduüm: 16 t/m 20 juni & 29 september t/m 3 oktober
 043 - 3215715 www.huisvoordepelgrim.nl

CAMP & SCHELBERGEN
TANDPROTHETIEBEDIENING PRAKTIJK GEBIT

Alle behandelingen onder één dak



- > Plaatsen van implantaten
- > Aanmeten van klikgebit en kunstgebit
- > Trekken van tanden
- > Reparaties op afspraak klaar terwijl u wacht

Wij hebben ook weekenddienst voor reparaties

U kunt bij ons terecht voor een nieuwe prothese of een reparatie aan uw bestaande prothese. Verder zijn wij volledig gespecialiseerd in implantaatprotheses. In onze praktijk worden implantaten geplaatst. Wij bieden u dus alle behandelingen onder één dak.

Wij hebben contracten met vrijwel alle grote zorgverzekeraars van Nederland. Bij de meeste zorgverzekeraars kunnen wij rechtstreeks declareren en u de hele afhandeling uit handen nemen.

Een afspraak voor een vrijblijvend gesprek kunt u maken op tel: 0478-582356 of via

www.campenschelbergen.nl



Organisatie van Nederlandse Tandprothetici

Albionstraat 30a
 Leunen
 0478-582356



10

MENSEN

10/ *Senator Martin van Rooijen: 'Het gebrek aan deskundigheid vind ik heel zorgelijk'*

32/ *Journalist Lynn Berger: 'Het aanbod van zorg groeit niet automatisch mee met de vraag'*

ONS BELANG

22/ *'Makkelijk' online bankieren? Niet voor iedereen weggelegd*

26/ *Toegankelijk treinen: 'Zo belangrijk dat iedereen zelfstandig kan blijven reizen'*

LEVEN

16/ *Gezondheid: dansen is goed voor lijf en hersenen*

37/ *Luisterroutes: langs indrukwekkende verhalen over oorlog en bevrijding*

40/ *Wonen: tips om te ontspullen bij een verhuizing*

46/ *Processies: nog steeds geliefd?*



30



ELKE MAAND

- 07/** Schrijf ons!
- 09/** Fotoalbum
- 30/** Ons kloppend hart
- 39/** Juridische helpdesk
- 51/** Onsje geluk
- 52/** Ontspanning
- 54/** Puzzel



advertentie

DE BESTE HOOG/LAAG BOXSPRING VAN NEDERLAND!

Ervaar het ultieme comfort en gebruikersgemak, met een zorg minder voor later



Gratis thuisadvies
onze adviseurs komen vrijblijvend bij u thuis langs om u kosteloos te informeren over de unieke kenmerken van onze hoog/laag boxsprings
Neem nu contact op!

Tot
€900,-
Leefijds
korting

- ✔ Traploos in elke hoogte verstelbaar
- ✔ Makkelijk onder uw bed stofzuigen
- ✔ Op elke hoogte in- en uitstappen
- ✔ Volledig verrijdbaar en deelbaar
- ✔ Een groot gemak met opmaken
- ✔ 365 dagen slaapgarantie



 0561 700224
 www.bedder.nl

Gratis brochure?
Scan de QR code



schrijfs

Verhalen, brieven en berichten die ons bezighouden

JURIDISCHE VRIJWILLIGERS GEZOCHT

De samenwerkende KBO's van Brabant, Limburg, Gelderland, Overijssel en Noord-Holland zijn op zoek naar juridische vrijwilligers. Die vrijwilligers hebben we o.a. nodig voor het bemensen van de juridische helpdesk, die nu alleen door KBO-Brabant wordt aangeboden. We willen die service ook graag aanbieden aan de leden van de andere bonden. Heeft u een juridische achtergrond en wilt u helpen? Meld u dan aan via info@kbolimburg.nl

We zijn altijd nieuwsgierig naar wat u bezighoudt en en wat u van *ONS Magazine Limburg* vindt. Maar ook een gedichtje of een recept is welkom. Alles wat leuk is om te delen met andere senioren. Dus: Schrijf ons! Dat kan per mail naar info@kbolimburg.nl maar natuurlijk ook per post: KBO Limburg, Postbus 960, 6040 AZ Roermond.



Reünieorkest Limburgse Jagers in De Doolhof

Op 4 juni geeft het Reünieorkest Limburgse Jagers een concert in Openluchttheater De Doolhof in Tegelen. Een unieke locatie met een overdekte tribune, in de natuur, van alle gemakken voorzien en goed bereikbaar. Het orkest speelt uiteraard marsmuziek, maar ook alle andere populaire muziek. Van film tot musical, van pop tot klassiek... een wereld van muziek.

Korting voor KBO-leden

KBO-leden kunnen vooraf kaarten bestellen via info.rolj@gmail.com. In plaats van € 7,50 betalen onze leden € 5,00. Het concert is op zondag 4 juni en begint om 15.00 uur.

Rectificatie

In het artikel Ruzie over zorgen en geld in *ONS Magazine 4* schreven we dat de tante van Mieke van den Broek 210 euro per knip- en permanentbeurt moest betalen. Dit moet 210 euro per maand voor knip- en permanentbeurten zijn.



beeld Rob Gieling

Ook Limburg gaat Doortrappen

KBO Limburg gaat werk maken van het landelijk fietsproject *Doortrappen*. Doel daarvan is om ouderen zo lang en zo veilig mogelijk te laten fietsen. Dat is goed voor de zelfredzaamheid, maar ook voor de beweging en het contact met anderen. Vertegenwoordigers van de provincie Limburg, de landelijke projectorganisatie, diverse gemeenten en ook de nodige KBO-Afdelingen gingen daar onlangs met elkaar over in gesprek. Bijvoorbeeld over hoe je de doelgroep voor dit project in beeld kunt brengen. Maar het ging ook over veiligheid, want ouderen zijn kwetsbaar in het verkeer, zo blijkt uit cijfers. Daarom aandacht voor het belang van het dragen van een fietshelm en het veilig fietsen in een groep. De bedoeling is dat gemeenten en KBO-Afdelingen hier samen mee aan de slag gaan. Op www.doortrappen.nl is meer informatie te vinden en binnenkort ook op de website van de provincie Limburg.



wat alz...

je niet meer weet wat je net gelezen hebt?

1 op de 3 vrouwen krijgt dementie. Geef nu voor meer onderzoek, zodat dementie niet jouw toekomst wordt. stopdementie.nu

Scan de code en doneer gemakkelijk online!



Vrijwilligers maken hét verschil bij De Zorggroep

Scan de QR-code en meld je aan!

Vrijwilligerswerk bij De Zorggroep betekent een betekenisvolle invulling geven aan het leven van kwetsbare mensen en bijdragen aan de lokale samenleving. Ontdek wat jij als vrijwilliger kunt betekenen en wat je daarvoor terug krijgt.

dezagroep.nl/vrijwilligers

Samen vechten tegen kinderkanker!

Doneer nu

Kinder Kanker Genezing helpt kinderen met kanker en andere chronische ziekten in ontwikkelingslanden.

Kinder Kanker Genezing

www.kinderkankergenezing.nl

Een foto van een memorabel moment



1944: Zuid-Nederland bevrijd

Deze keer staan we in de rubriek *Fotoalbum* stil bij de bevrijding van Nederland tijdens de Tweede Wereldoorlog. Het herdenken daarvan blijft heel belangrijk, bijvoorbeeld ook om onze jongeren te informeren over de gruwelen die in de oorlog hebben plaatsgevonden. Zo weet niet iedereen dat de bevrijding bijna acht maanden heeft geduurd.

In het kort was operatie *Market Garden* op 17 september 1944 een van de eerste bevrijdingsacties van de geallieerde troepen, en ook meteen een van de grootste operaties. Hiermee werd een gedeelte van Noord-Brabant, Limburg en Gelderland bevrijd. Bij luchtlandingen werden in totaal 20.000 parachutisten en bijna 14.000 militairen ingevlogen.

Er werden acht belangrijke bruggen ingenomen en grondtroepen ingezet. Bij de brug in Arnhem lukte het de geallieerden toen niet om verder te komen.

In februari 1945 startte operatie *Veritable*, waarmee het Rijngebied tijdens een ware uitputtingsslag van ruim een maand werd bevrijd. Meer dan 300.000 Britse, Canadese en Poolse militairen werkten hieraan mee.

Uiteindelijk capituleerden de Duitse troepen in Nederland, Denemarken en Noordwest-Duitsland vanaf 5 mei om 8.00 uur.

'Heeft u nog herinneringen aan deze tijd?'

Op de foto ziet u kinderen rondom een geallieerd pantservoertuig en in het midden een militair van de Prinses Irene Brigade. Het is niet bekend wie dit zijn. ■

Bron: BHIC en www.tweedewereldoorlog.nl

Vindt u het leuk om foto's van vroeger te bekijken? Kijk eens bij uw provinciale archief:

- Historisch Centrum Limburg: www.rhcl.nl

- Gelders Archief: www.geldersarchief.nl

- Collectie Overijssel: www.collectieoverijssel.nl

- Brabants Historisch Informatie Centrum: www.bhic.nl of www.brabantinbeelden.nl

Uw foto?

De laatste tijd kregen we weinig inzendingen van onze leden. Daarom hebben we deze keer gekozen voor een foto uit het archief van het BHIC. Heeft u een bijzondere foto die u met *ONS Magazine* wilt delen? Stuur uw foto met toelichting en uw contactgegevens per e-mail naar redactie@ons-magazine.nl of per post naar Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch. *ONS Magazine* behoudt zich het recht voor uw reactie te bewerken en/of in te korten. De foto die u instuurt, ontvangt u uiteraard retour.

interview

A portrait of Martin van Rooijen, a middle-aged man with grey hair, wearing a dark grey suit, white shirt, and dark blue tie. He is standing with his arms crossed, looking directly at the camera. The background shows a cityscape with buildings and flags, including the Dutch flag, reflected in water.

**MARTIN
VAN ROOIJEN:**
'Politiek is topsport'

Sherry drinken met wijlen Koningin Juliana, onderonsjes met voormalig minister-president Joop den Uyl en zich vastbijten in politiek hete hangijzers als het pensioenstelsel en de AOW; politicus Martin van Rooijen heeft een imposante carrière. Hij mag dan tachtig jaar zijn, maar rustig aan doen – daar peinst hij niet over. ‘Ik draai op m’n best als ik me kan bezighouden met onderwerpen die me echt interesseren.’

tekst Hedy Jak

De vader van Martin was onderwijzer en leerde zijn moeder, dochter van ouders met een groot boerenbedrijf, in het Brabantse Drunen kennen. Midden in de Tweede Wereldoorlog werd Martin geboren als oudste van vijf kinderen. Het gezin verhuisde in 1950 naar Rotterdam, waar Martin opgroeide. ‘In Rotterdam was een enorm tekort aan onderwijzers en mijn vader kreeg, ondanks de woningnood, een woning aangeboden door de gemeente. Het maakte op ons als kinderen enorme indruk, we gingen van een rustig boerendorpje naar een grote stad. We betrokken een nieuw flatgebouw in Spangen op vijf hoog.’ Tot zijn zestiende ging hij nog regelmatig terug naar de boerderij van zijn opa en oma. ‘In de zomer mocht ik dan om zes uur ’s ochtends mee het land op - daar heb ik mooie herinneringen aan,’ memoreert Van Rooijen.

Carrièrebepalend

In Spangen begon hij op de lagere school, een gebouw dat door de bombardementen

deels was vernield. ‘We noemden het de “puinschool”, we speelden letterlijk op de puinhopen op het schoolplein. Slechts een paar lokalen waren nog intact.’ Na een paar jaar ging hij naar dezelfde lagere school als waar zijn vader werkte, een broederschool in Kralingen, en volgde hbs op een Rotterdamse paterschool. ‘Daar ontdekte ik dat economie en boekhouden mijn grote interesse hadden.’ Het was niet vanzelfsprekend om te gaan studeren. Zijn vader had een vaste baan, maar met zijn salaris kon het gezin net rondkomen. ‘Ik zou bij een accountantskantoor gaan werken en in de avonden studeren voor register-accountant, maar via een grappige omweg belandde ik bij de Rijksbelastingacademie. Daar had ik - op advies van een middelbare schoolleerkracht - gesolliciteerd voor de vijfjarige opleiding. Van de zevenhonderd kandidaten zouden er twaalf worden geselecteerd voor de opleiding. Ik was nummer dertien en viel net buiten de boot. Totdat bleek, twee dagen voordat de opleiding zou beginnen, dat een kandidaat had afgezegd en ik alsnog naar de Rijksbelastingacademie kon. Deze opleiding heeft mij gevormd en mijn latere carrière bepaald.’

Scheepsjongen

Tijdens en na het afronden van de Rijksbelastingacademie haalde Van Rooijen zijn propedeuse, kandidaatsexamen en doctoraal aan de Nederlandse Economische Hogeschool. Hij verdiende het collegegeld zelf bij elkaar. ‘Ik ging jaarlijks als werkstudent mee op passagiersschepen naar New York. Met tweeduizend passagiers op een schip; het was net een fabriek. Ik verdiende in drie weken tijd (acht dagen heen, acht dagen terug en in de tussentijd rondbanieren in New York) mijn studiegeld bij elkaar.’

In die tijd was zijn politieke belangstelling al groot, vertelt hij. ‘Het was in die tijd niet *bon ton* om je met politiek bezig te houden. >>

‘Ik was geen linkse en ook geen rechtse jongen. Ik probeerde mijn verstand te gebruiken’

Mijn studiegenoten vonden mij maar een rare snuiter, dat ik me daarvoor interesseerde.’ Toch is hij niet meteen in de politiek begonnen. Eerst werkte hij vier jaar als belastinginspecteur op verschillende locaties van de Belastingdienst in Nederland. Totdat hij in 1967 werd gevraagd om op het Ministerie van Financiën te komen werken. ‘Ik mocht werken bij Fiscale Zaken en deed op een kleine afdeling vooral internationale zaken met buitenlandse belastingstelsels. Die leerde ik uit mijn hoofd, zodat ik bij onderhandelingen over belastingverdragen precies wist hoe het zat.’ Van Rooijen leerde daar naar eigen zeggen veel over ingewikkelde belastingstelsels. ‘Precies die kennis wilden ze graag bij Shell in huis hebben. ‘Na flink aandringen van de “belastingbaas” van Shell ben ik daar gaan werken. Tenminste, voor vijf jaar.’

Proost!

Want toen kwam in 1973, geheel onverwacht, een telefoontje van Wim Duisenberg, de toenmalige minister van Financiën in het kabinet Den Uyl: of ik langs wilde komen. ‘Hij had al twee maanden geen staatssecretaris meer, want die persoon was naar een ander ministerie gegaan en iemand had mijn naam genoemd,’ blikt Van Rooijen terug.



‘Hij vroeg of ik staatssecretaris wilde worden met de mededeling: “Dan moet je morgen op gesprek bij Den Uyl.”. Dat gesprek zal ik nooit vergeten. Het duurde twee uur en was op het Plein in de buurt van het Haagse gemeentehuis. Het gesprek verliep heel goed en Joop zei dat hij het prima vond als ik die positie zou bekleden. Twee dagen later ging ik naar Soestdijk en werd door Koningin Juliana beëdigd. Haar hondje lag daar op de grond en ze bood me een glaasje sherry aan. En daarna nog een. Intussen waren ze op het ministerie op mij aan het wachten om voorgesteld te worden aan de ambtenaren. Maar ja, je kan natuurlijk niet zomaar bij de majesteit weggaan.’ Van Rooijen was 31 jaar toen hij begon als staatssecretaris en enige trots klinkt door in z’n stem als hij zegt: ‘Ja, de jongste ooit.’

Inhoudelijk onderbouwd

‘Ik kon met Den Uyl lezen en schrijven,’ vertelt Van Rooijen. ‘Het was een zeer intensieve periode met de energiecrisis en belastingen die verlaagd moesten worden om onze economie te redden. In het regeerakkoord stond dat er een studie over de renteaftrek moest komen. Maar afschaffing was het meest onverstandige dat we konden doen. De lonen en inflatie waren super hoog. Als we dat zouden doen, zou de woningmarkt in elkaar storten. Ik vertelde dit aan Duisenberg die zei: “Ik steun je, maar je moet wel de premier mee zien te krijgen.” Ik had de kennis over belastingen die anderen niet hadden, en daardoor ook macht; want het gaat uiteindelijk altijd om beslissingen die genomen moeten worden rondom belastingen. Twee uur sprak ik met Den Uyl en ik kon hem overtuigen. Dat was nodig, want mensen met vermogen zouden geen last hebben van de afschaffing van de renteaftrek, terwijl mensen met een middeninkomen de klappen zouden krijgen. Ik was geen linkse jongen en ook geen rechtse jongen. Ik probeerde mijn verstand

te gebruiken. Bijzonder vond ik dat Den Uyl, gedreven en een echte intellectueel, openstond voor argumenten. Dat bestaat nu veel minder in de politiek. Het gaat niet meer over voor en tegen, maar om beeldvorming. En het gebrek aan deskundigheid vind ik heel zorgelijk.'

Van betekenis zijn

Premier Rutte en minister Schippers waarschuwden onlangs in *De Telegraaf* voor de linkse wolk en verwezen ook naar Den Uyl. Dat hij "als Sinterklaas" bakken geld uitgaf en dat we daar niet naar terug moeten willen. Wat vindt Van Rooijen als oud-staatssecretaris van Financiën onder Den Uyl van deze uitspraken? 'Dat is gewoon VVD-gekakel, echt vreselijk! Ik kan woest worden over die volledig manke beeldvorming die toen is ontstaan door een uitspraak van Wiegel, nu herhaald door Rutte en Schippers. De echte Sinterklaas was natuurlijk Wiegel zelf.'

Na zijn politieke loopbaan werkte Van Rooijen vanaf 1980 in het bedrijfsleven. Maar in 2015 werd hij Eerste Kamerlid voor 50PLUS, nadat het CDA - waar hij al vijftig jaar lid van was - hem geen plek binnen de partij gunde. 'Meerdere CDA-ministers vroegen of ik wilde solliciteren voor een positie in de Eerste Kamer. Dat deed ik, maar ik kreeg te horen dat ik te oud was en in de verkeerde provincie woonde. Ik heb inhoudelijk veel voor de partij mogen betekenen en ik schrok ervan hoe er met mij werd omgegaan. Politiek bedrijven is een hard vak, een soort loterij - je rolt erin en even makkelijk er ook weer uit.' Toch kwam Van Rooijen weer in de politiek. Als voorzitter van een koepel van verenigingen van gepensioneerden (eerst NVOG, daarna KNVG, die nu gefuseerd zijn tot Koepel Gepensioneerden) had hij een pasje voor het Binnenhof waar hij lobbyde voor ouderen. 'Jan Nagel (destijds fractievoorzitter van 50PLUS in de Senaat red.)

zag mij daar regelmatig rondlopen en belde met de vraag of ik nummer twee op de lijst wilde worden. Mijn eerste reactie was dat ik dat niet ging doen, ik was immers al vijftig jaar lid van het CDA. Maar als ik in de senaat zou komen, dan zou ik voor een heel grote groep ouderen echt iets kunnen betekenen. Dat besef maakte dat ik besloot het te doen.' Een mooi voorbeeld van zijn toewijding is zijn niet aflatende inzet rondom de afschaffing van de wet-Hillen in 2017. 'Vreselijk, want dat zou betekenen dat mensen die beloofd waren geen bijtelling te krijgen als hun hypotheek werd afgelost, tóch moesten betalen,' licht Van Rooijen toe. 'Men noemde het de "aflosboete". Een onrechtvaardig besluit en ik heb mij ingeschreven voor een vijftien uur durend debat. Het werden vijf uur. Dat was nog nooit gebeurd in Nederland. Foto's daarvan, waarop ik een speciale bril draag voor meer uithoudingsvermogen, gingen de hele wereld over.'

Toekomst

Van Rooijen: 'Die gedrevenheid van vroeger, heb ik nog steeds. Politiek is topsport. Ik wil winnen; als ik eenmaal vasthoud, wil ik ook beethebben. Ik houd me graag bezig met grote thema's, dat is altijd al zo geweest: belastingen, pensioenen, AOW - ook de pilaren van 50PLUS.' Over stoppen piekert hij dan ook niet. 'Ik ben een workaholic. Ik draai op m'n best als ik dingen aan mijn hoofd heb die me echt interesseren. En ik voel me nog steeds tien jaar jonger dan ik ben en beschik nog over veel energie.'

Tijdens de afgelopen verkiezingen werd Van Rooijen opnieuw gekozen als fractievoorzitter voor 50PLUS in de Eerste Kamer. 'We gaan de Senaat weer onveilig maken. Daar kunnen ze mij soms wel schieten omdat ik weet waar ik het over heb bij onderwerpen waar anderen veel minder van af weten'. ■



WIE IS MARTIN VAN ROOIJEN?

Martin van Rooijen, geboren 31 juli 1942 in Drunen, begon zijn politieke loopbaan in 1973 toen hij namens de KVP staatssecretaris werd voor Fiscale Zaken in kabinet-Den Uyl. Hij kwam in 1977 voor het CDA in de Tweede Kamer, maar stapte na drie jaar over naar het bedrijfsleven (o.a. Shell en PWC). Van Rooijen bekleedde verscheidene voorzittersfuncties, waaronder voorzitter Betaald Voetbal KNVB en voorzitter Koepel Nederlandse Vereniging van Gepensioneerden. Sinds 2015 zit hij namens 50PLUS in de Eerste Kamer, onderbroken door twee jaar lidmaatschap van de Tweede Kamer van 2017 tot 2019. In de Provinciale Statenverkiezingen van maart heeft hij zijn zetel in de Eerste Kamer kunnen behouden.

'Politiek bedrijven is een hard vak'

advertentie

Tricot jasje van zachte merinowol

atelier **GOLDNER**

www.goldner-fashion.com

Nu met **gratis verzending**

- 100% hoogwaardige merinowol
- Huidvriendelijk en zacht
- Casual, lang model

Tricot jasje

1292-828 zwart 1260-836 rood
 1261-036 jade 1260-736 roze
 1260-636 marine 1292-528 beige gemêl.
 1260-936 lichtblauw
 1292-628 grijs gemêl.

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

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

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

€ 119.95 € 64.95

TIJDELIJKE AANBIEDING!

Tricot jasje

119.95

64.95

Zolang de voorraad strekt

U BESPAART € 55



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

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

Klantnummer (indien voorhanden)

Straat en huisnummer

Voorletters en achternaam

Postcode en woonplaats

Telefoonnummer

E-mailadres

AANTAL	BESTELNR.	MAAT	ARTIKELOMSCHRIJVING	PRIJS
			Tricot jasje	

U kunt op 3 manieren bestellen:

Telefoon: **030 – 65 92 500**

Internet: **www.goldner-fashion.com**

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

JA, ik bestel en betaal nu **geen portokosten***. Actiecode **F23-5996-03**.

Ik bestel **op rekening** en betaal binnen 14 dagen.

U bestelt volgens de algemene leverings- en betalingsvoorwaarden zoals vermeld op www.goldner-fashion.com. Informatie over de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) en de bescherming van uw persoonsgegevens vindt u op www.goldner-fashion.com.

Geboortedatum (DD-MM-JJ)

Datum

Handtekening

Graag telefonisch of online de actiecode **F23-5996-03** doorgeven

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

thuiswinkel waarborg



vanTilburg

**VERMAAK JE MET
EEN GRATIS
KOFFIE COMPLEET!**
OP VERTOON VAN DEZE
ADVERTENTIE GENIET JE VAN
EEN GRATIS KOFFIE COMPLEET
IN ONZE WINKEL IN NISTELRODE.
TOT GAUW!

Geldig t/m 31-05-2023.
#ONS_lim@mei

VERMAAK JE BIJ VAN TILBURG

Mooi van Van Tilburg

NISTELRODE 15.000M² MODE/SCHOENEN/SPORT | RAVENSTEIN 2.000M² MODE | SCHIJNDEL 1.000M² MANNENMODE | GRATIS VERMAAKSERVICE | PERSONAL SHOPPING

VERMAAK JE IN DE GROOTSTE MODEWINKEL VAN NEDERLAND OF OP VANTILBURGONLINE.NL

Geef de liefde weer een kans!



U mist een maatje, een arm om u heen, iemand om plannen mee te maken en leuke dingen mee te ondernemen. Moeilijk om zelf iemand te vinden? Laat ons u helpen, wij zijn hier ervaren in en kunnen u helpen een nieuwe partner te vinden, discreet en vertrouwd.

Het Relatiebureau
Duurzame relaties

- Persoonlijke begeleiding
- Voorstellen die bij u passen
- Onbepaalde kennismaking
- Hoge slagingskansen
- Consulente bezoekt u altijd thuis



Het Relatiebureau
Bel 085 - 0765 365
of mail
info@hetrelatiebureau.nl
www.hetrelatiebureau.nl

Erkend door BVSK / Singleskeurmerk / Geschillencommissie

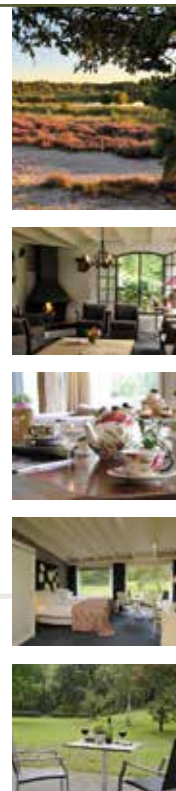


HOTEL ***

VOLLEDIG VERZORGDE VAKANTIE- WEKEN VOOR SENIOREN

- Heerlijk temidden van bossen en vennen in 'De Parel van Brabant' Oisterwijk!
- U verblijft in ruime, alle op begane grond gelegen, kamers met eigen terras.
- In huiselijke sfeer kunt u genieten van onze uitstekende keuken.
- Wij bieden een volledig dag- en avondprogramma met 4 halve dagtochten.
- Al ruim 30 jaar een succesvol familiebedrijf met persoonlijke aandacht!

Vraag naar de mogelijkheden,
onze folder en zomerarrangementen



Tel: +31 (0)13 528 2555 Mobiel: +31 (0)6 300 21776

info@hoteldepaddestoel.nl www.hoteldepaddestoel.nl



SWINGEND DE DAG DOOR

Dansen is goed voor uw lijf en hersenen

Haal eens wat vaker uw dansmoves tevoorschijn, want dansen is namelijk hartstikke gezond. Het is goed voor uw lijf en al helemaal voor uw hersenen.

En als u denkt dat u flink aan de slag moet met swingende danspasjes, dan valt dat reuze mee. De kleinste bewegingen op muziek hebben al positieve invloed op uw lijf! Andrew Greenwood van Switch2Move heeft daarom een missie: mensen meer laten bewegen.

Mensen zeggen al snel: 'Dansen? Dat kan ik niet!'. Toch kan iedereen dansen. Van het op de maat meetikken met een voet tot het uitbundig dansen tijdens een dansles: met bewegen op muziek doet u uw lichaam en hersenen een groot plezier. Wanneer u danst maakt u namelijk endorfine aan. Dit geluksstofje zorgt ervoor dat u zich tevreden en voldaan voelt. Neuropsycholoog Erik Scherder vertelt hierover: 'Dansen doet een beroep op ons beloningssysteem. Mensen vragen zich af: "Kan ik het wel?". Op het moment dat het lukt, komt de bevestiging: "Yes, ik kan het!". Het activeren van het beloningssysteem is een geweldig gevoel. Het maakt dat u verlangt naar de volgende keer.'*

Stimuleer het lichaam

Door op de maat te bewegen komt u op een leuke manier in beweging. Gewrichten en spieren bewegen in verschillende richtingen en misschien wel op manieren die ze normaal gesproken niet zo snel doen. Dansen is daardoor goed voor de fysieke gezondheid en draagt bij aan het verbeteren van de ademhaling, lenigheid en conditie. Als iemand weet wat dansen met mensen doet, dan is het Andrew Greenwood wel. Hij danst al vijftig jaar en nadat hij zelf op hoog niveau danste, geeft hij nu les aan ouderen en mensen met een chronische ziekte. 'Dansen is een constante ontdekkings-tocht. Door de jaren heen veranderen lichaam en geest, en onderweg ontdekt u nieuwe dingen. Als professioneel balletdanser streefde ik ernaar om steeds beter te worden. Nu streef ik tijdens het dansen naar innerlijke vreugde en plezier. Dans is echt een persoonlijke evolutie.' Om de positieve effecten van dansen te ervaren hoeft u alleen maar in beweging te komen. Dat kan gewoon thuis. Andrew: 'Het gaat om het bewegen, niet om de techniek.'



Zet muziek op die u mooi vindt. Dat kan André Hazes of Elvis, maar ook Bach zijn. Daag uzelf vervolgens uit. Door alleen al uw handen en polsen te bewegen, stimuleert u de bloedsomloop en uw motoriek. Begin met kleine bewegingen op de melodie of het ritme en breidt die steeds verder uit. Als u er behoefte aan heeft, kunt u een techniek aanleren zoals ballet, salsa of tango. Als mens hebben we uitdaging nodig. Door thuis elke dag even te dansen, bijvoorbeeld door met de voeten en vingers te tikken en een beetje te bewegen op uw favoriete liedje, wordt er al veel in uw lichaam gestimuleerd.'

Hersentraining

Door een theorie van filosoof Descartes wordt in onder andere de gezondheidszorg het lichaam nog weleens gezien als machine. Het lijf functioneert volgens die theorie separaat van de hersenen. Maar ze zijn onlosmakelijk verbonden met elkaar en versterken elkaar. Andrew: 'De hersenen verbeteren het lichaam, en andersom. De fysiologie van het lichaam wordt gestimuleerd als je danst met emotie. Dat kan vreugde, maar ook boosheid zijn. De hersenen worden gestimuleerd doordat bijvoorbeeld de bloedsomloop verbetert. Maar ook omdat er door het dansen meer verbindingen in de hersenen worden gemaakt. Daardoor breidt de hersen-capaciteit uit. Bewegen op muziek heeft >>

'Ons lichaam functioneert zo veel beter als het fysiek en mentaal gestimuleerd wordt'

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

De gildeslapen

BEOORDEELD MET EEN

8,9

010 333 04 60

info@degildeslapen.nl - www.degildeslapen.nl

dus voordelen voor lichaam én geest.’
Dansen is een middel om emoties te uiten. Erik Scherder vertelt hierover: ‘Als u danst, dan activeren er netwerken in uw hersenen die een rol spelen in het reguleren van emoties. U krijgt hierdoor meer grip op emoties. Door te improviseren en te bewegen op muziek, doen die netwerken mee. Daardoor denkt u: “Ik doe zelf ook een beetje mee.” Dansen geeft het gevoel van controle, waardoor u weer een beetje houvast heeft.’*

Met dansen traint u ook uw geheugen. Door danspasjes te oefenen en te onthouden, verbeteren de cognitieve prestaties. Volgens Machteld Huber, grondlegger van Positieve Gezondheid, is muziek de taal van het hart. Het gaat om het beleven ervan. ‘Door te bewegen op muziek, gaat alles stromen. En daarnaast wordt u er hartstikke blij van.’*

Dansen als medicijn

Bij aandoeningen als dementie, Parkinson of MS heeft dansen zelfs een heilzame werking. Dansen kan leiden tot mentale, maar ook sociale en fysieke verbetering. Bij mensen met Parkinson of MS heeft de ziekte invloed op de verbindingen in de hersenen. Andrew geeft dansles aan mensen met fysieke en mentale uitdagingen. Dat doet hij volgens de *Switch2Move*-methode, gebaseerd op wetenschappelijke studies waarvoor wordt samengewerkt met regionale ziekenhuizen, hogescholen en universiteiten. Hij merkt de positieve effecten tijdens zijn lessen. ‘Het is mijn missie om mensen met zulke aandoeningen te laten omarmen wat ze hebben. Door een manier te vinden om de aandoening te gebruiken, kunnen mensen veel meer dan ze denken. Mensen met Parkinson kunnen hun gevoel uitdrukken door hun lichaam los te laten. Ze hebben hierbij bewegelijke, vrolijke muziek nodig om - zoals zij het noemen - uit het harnas te breken. Percussiemuziek is hier heel geschikt voor.

Hierop kun je met je handen en voeten tikken. Als je naar dementie kijkt, gaat het om plezier maken met cognitieve stimulatie. Met veel ritmes worden de hersenen gestimuleerd. Mensen met artrose maken daarentegen zachtere bewegingen. Als ik lesgeef aan mensen met een aandoening, ben ik mij daar heel bewust van. Het gevaar bestaat dat iemand wordt bestempeld als meneer of mevrouw Parkinson. In de lessen focussen we op de persoon, niet op de aandoening en zorg ik ervoor dat de dansers zich veilig, vertrouwd en zichzelf voelen.’

Samen dansen

Dansen is dus goed voor lijf en hersenen. Maar het zorgt bovenal voor een hoop plezier. Helemaal als u het samen doet. Andrew heeft daarom een aantal jaren geleden Switch2Move opgericht, om mensen met condities met fysieke en mentale uitdagingen in beweging te brengen. ‘We leiden dansleraren op om danslessen te organiseren, zodat zij deze lessen ook in hun eigen dansschool kunnen aanbieden. Ook breiden we ons eigen lesaanbod uit. Switch2Move geeft nu les in onder andere Best, ‘s-Hertogenbosch, Rosmalen, Tilburg en Waalre, en het doel is om op meer plekken lessen aan te bieden, ook in de andere provincies. Als u het leuk vindt, kunt u ook aansluiten bij een van onze dansgroepen. We willen zoveel mogelijk mensen hun eigen krachten laten uiten in een beweging.’

Benieuwd wat dansen voor u doet? Begin er vandaag mee. Zet een muziekje op en start met bewegen. Dat kan ook vanuit een stoel. Andrew geeft u nog een laatste tip mee: ‘Ons lichaam functioneert zo veel beter als het fysiek en mentaal gestimuleerd wordt. Dansen is een geweldige manier om dat te doen. Het moet geen technische prestatie worden, maar het is een manier om uzelf - en anderen als u in een gemeenschap danst - te ontdekken.’ ■



WIE IS ANDREW GREENWOOD?

Voormalig professioneel danser en balletmeester Andrew Greenwood (60) woont sinds 2012 in Tilburg. Met zijn stichting Switch2Move heeft hij een missie: met dans en muziek bijdragen aan het welzijn en de kwaliteit van het leven van ouderen. Switch2Move geeft dansles aan senioren en mensen met chronische ziektes als Parkinson, dementie en MS. Muziek en beweging worden op een unieke manier gecombineerd, waardoor klachten kunnen verminderen en het ziekteverloop kan vertragen. Meer informatie: www.switch2move.com

*Bron: Documentaire *Andrew has a dream with an urgency*, 2022

Geen boekingskosten!



Boek dit voordelige arrangement, ontdek Twente en Hotel 't Kruisselt

Twente, een regio vol natuurgebieden, landgoederen en boerderijen. Een groen en glooiend landschap, met bossen, rivieren, stuwwallen en hier en daar een zandverstuiving of heidevlakte. En te midden van deze natuurweelde, gelegen in het Nationaal Landschap Noordoost-Twente, nabij De Lutte en Oldenzaal, vindt u het charmante Hotel 't Kruisselt. Een 3-sterren Superior hotel, omgeven door een eigen 9-holes par-3-golfbaan.

De professionele medewerkers van 't Kruisselt bieden uitstekende service, nemen de tijd om u te informeren over tips en bezienswaardigheden en maken graag een praatje met u. Het gerenommeerde hotel wordt op Zoover beoordeeld met een 9,1!

In de lobby vindt u een selectie van de mooiste fiets- en wandelroutes, alle startend vanaf het hotel. Fietsen zijn inbegrepen; tijdens het gehele verblijf heeft u de beschikking over uw 'eigen' hotelfiets.

U kunt onderweg picknicken met een smakelijk lunchpakket of genieten van een lunch bij een van de gezellige restaurantjes die u tijdens uw fietstocht tegenkomt. Uiteraard bieden het zonnig gelegen Tuinterras en de Huiskamer van 't Kruisselt ook fantastische plekjes om te genieten van een borrel of een smakelijke lunch.

Elke ochtend geniet u van een kakelvers ontbijt en 's avonds bereiden de ambachtelijk geschoolde koks een uitstekend diner, geheel naar uw wensen. In de Serre geniet u heerlijk van een hapje en drankje, een mooi boek, of u droomt gewoon weg bij het mooie, rustgevende uitzicht.

Wees welkom bij 't Kruisselt!
Natuurlijk gastvrij



4-daagse Lentespecials

"Speciaal voor u, de lezer van dit magazine"
van 289,- nú vanaf slechts 249,- p.p.!

- ◆ Ontvangst met welkomstdrankje
- ◆ 3 nachten logeren in een fraaie gastenkamer, inclusief koffie- en theefaciliteiten
- ◆ Dagelijks ontbijt en uitstekend driegangendiner
- ◆ Gratis gebruik hotelfietsen, fiets- en wandelroutes en jeu-de-boulesbaan
- ◆ Gratis gebruik binnenzwembad en sauna
- ◆ Gratis parkeren (ook voor uw privéfiets) en overal gratis wifi

- Exclusief verblijfsbijdrage à 2,15 p.p.p.n.
- Verlengingsnacht va. 70,- p.p. incl. alles!

De prijs (o.b.v. twee personen per kamer) is gebaseerd op de voordeligste kamer; keuze mogelijk uit meerdere kamertypes. De Lente-specials lopen van 11 april tot 16 juni 2023. Vanaf 16 juni is bovenstaand arrangement te boeken vanaf 269,- p.p.

Meer informatie? Zie www.kruisselt.nl of bel!

Boek nu en ontdek Hotel 't Kruisselt! Bel 0541-551567 of kijk op www.kruisselt.nl

Teun Arts

Al 50! jaar hèt adres voor comfort en kwaliteit



Relaxbanken? We hebben d'r een hoop!

Ondertussen...
50 jaar!
zitcomfort-
specialzaak



Levertijd?
Ruim 250 relaxfauteuils direct uit voorraad leverbaar.



Lekker zitten? Teun Arts!



Relaxfauteuils op draaivoet
Meer dan 230 modellen

Nu:
Showroom-opruiming!
Ruim 150 Weg = Weg aanbiedingen
direct leverbaar.



Klassieke relaxfauteuils
meer dan 50 modellen



Banken & bankstellen
meer dan 45 modellen



Handmatige relaxfauteuils
meer dan 280 modellen



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

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

Assortiment	Inruil	Levertijd	Bezorging	Garantie	Mogelijkheden	Advies
In onze 2000m ² 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 50 jaar ervaring met zitmeubelen krijgt u bij ons het beste advies

Onze openingstijden: Di-Vr 10:00 - 17:30, Zaterdag 10:00 - 17:00, Open zondagen (zie website) 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

BANKEN BEREIKBAAR MAKEN VOOR IEDEREEN

Steeds meer mensen zijn niet digitaal vaardig genoeg om al hun bankzaken zelf te regelen, bleek uit een recent rapport van De Nederlandsche Bank. Hierdoor dreigt een toenemend aantal mensen minder zelfredzaam te worden. Hoe gaan banken en andere instanties dit oplossen? Cees van Tiggelen van het Maatschappelijk Overleg Betalingsverkeer zit hier bovenop.

'Het is belangrijk dat ouderen hun eigen regie behouden'



De digitale samenleving

Honderden bankfilialen zijn de laatste jaren gesloten, omdat bankzaken steeds vaker digitaal te regelen zijn. U kunt online uw banksaldo controleren, geld overmaken, een nieuwe betaalpas aanvragen, of een rekening openen. Daarnaast zijn er steeds minder pinautomaten en kassa's waar u contant kunt betalen. Op 30 januari 2023 verscheen een rapport van De Nederlandsche Bank waaruit bleek dat deze toenemende digitalisering voor maar liefst 2,6 miljoen volwassen Nederlanders een probleem is. Dat getal is aan de lage kant volgens Cees van Tiggelen, vertegenwoordiger van vier seniorenorganisaties in het Maatschappelijk Overleg Betalingsverkeer. 'Belangen- en consumentenorganisaties wijzen banken er al jaren op dat een grote en diverse groep de digitalisering niet kan bijbenen. Te lang dachten instanties dat het vooral om een groep ouderen ging die vanzelf kleiner zou worden. Dat bleek een misvatting: het probleem is veel breder. Het gaat niet alleen om ouderen, maar ook om slechtzienden, mensen met een migratieachtergrond, mensen met een lichamelijke of mentale beperking, laaggeletterde mensen

en mensen in een financieel kwetsbare positie. Een deel van de mensen zal nooit digitaal worden. Zij moeten kunnen blijven bankieren op de traditionele manier. Als ik mijn pinpas kwijt ben, klik ik dat aan in de app op mijn telefoon en heb ik binnen twee dagen een nieuwe. Maar als je niet handig bent met een smartphone, of die niet hebt, wil je bij een bankfiliaal langs kunnen gaan. Dat is op een enkele uitzondering na niet meer mogelijk. De banken en andere instanties onderschatten dit probleem al jaren, omdat ze weinig zicht hadden op mensen die niet digitaal vaardig waren. Banken namen wel bepaalde maatregelen, maar die waren niet bekend bij de doelgroepen.'

Drempels

'Hoe toegankelijk is uw bank?' Deze oproep plaatste Edith Mostert, beleidsmedewerker van KBO-Brabant, in 2021 in *ONS Magazine*. Hierop volgde een stroom van reacties van lezers die problemen ervoeren in het regelen van bankzaken. Mostert vertelt: 'Veelvoorkomende klachten waren het verdwijnen van banken en geldautomaten, het moeilijke gebruik van tweestapsverificatie, de grote afstand naar een bankfiliaal en de slechte service als mensen de bank proberen te bellen. Als het na een ingewikkeld keuzemenu lukt om iemand aan de lijn te krijgen, gaat de medewerker een script af wat soms totaal niet aansluit bij de belevingswereld van de beller. Het lijkt wel alsof de medewerkers van een andere planeet komen, vond een van de lezers die reageerde op de oproep in *ONS Magazine*.' Van Tiggelen vult aan: 'Mensen willen persoonlijke aandacht, maar dat is steeds moeilijker te vinden. Bij een bank langsgaan is soms niet te doen, doordat steeds meer buslijnen worden afgeschaft. Naast persoonlijke aandacht wordt contant geld gebruiken steeds meer een uitdaging, zowel qua opnemen als betalen. Ouderen zijn soms heel gehecht aan contant geld,



Cees van Tiggelen is lid van het Maatschappelijk Overleg Betalingsverkeer namens vier seniorenorganisaties: KBO-PCOB, NOOM, Koepel van Gepensioneerden, en KBO-Brabant, die tegenwoordig deel uitmaakt van Senioren Netwerk Nederland. Binnen het Maatschappelijk Overleg Betalingsverkeer is hij voorzitter van de Werkgroep Toegankelijkheid & Bereikbaarheid.

'Een deel van de mensen wordt nooit digitaal. Zij moeten kunnen bankieren op de traditionele manier'

ze hebben het idee dat ze zo meer controle hebben over wat ze uitgeven. Maar in steeds meer supermarkten zijn de meeste bemande kassa's vervangen door zelfscankassa's. Hierdoor staat er een lange rij voor de kassa waar wel een medewerker achter zit.'

Voorkomen van kwetsbaarheid

'Dan kunnen de kinderen toch helpen?' was een van de reacties die Mostert te horen kreeg, toen ze de klachten van ouderen deelde in een bijeenkomst met de vijf grote banken. 'Maar het is juist zo belangrijk dat ouderen hun eigen regie behouden. Dat houdt ook in dat mensen financieel hun eigen zaken kunnen regelen. Als ze dat uit handen moeten geven omdat bankieren alleen nog maar digitaal kan, worden ze afhankelijk van derden. Dat maakt grote groepen mensen kwetsbaar. Want natuurlijk zijn er veel goede mensen in de wereld, maar er zijn ook mensen die misbruik maken van zo'n situatie. Bijvoorbeeld oplichters en hackers, maar ook familieleden die in een lastige financiële situatie zitten. Niet voor niets zeggen banken tegelijkertijd: geef niemand je pincode. Daarnaast is het ongezond om de eigen regie te verliezen in je leven. Dat doet veel met een mens.' Van Tiggelen vult aan: 'Ook schaamte is een groot probleem, bijvoorbeeld onder laaggeletterden. Er zijn bijvoorbeeld mensen die een groot bedrijf hebben gerund, maar niet kunnen lezen of schrijven. Die mensen schamen zich kapot, daar willen ze liever niet over praten.'

Banken overstag

Met het verschijnen van het rapport van De Nederlandsche Bank lijkt de eerste stap naar verandering gezet: de grote groep mensen die problemen heeft met digitaal bankverkeer is in ieder geval zichtbaarder geworden. Van Tiggelen: 'Dat is zeker een belangrijke stap, je ziet nu ook dat zij bij >>

TRIGO ☺



Fiets uw vrijheid weer tegemoet!

Fietsen met
vertrouwen



Met een driewiel fiets van Trigo, fietst u met vertrouwen uw vrijheid weer tegemoet!

Met een Trigo driewiel fiets kunt u weer zelfstandig de deur uit om op een veilige én comfortabele manier de dingen te doen die u graag doet!

Trigo is dé driewiel fiets specialist voor heel Nederland. Service aan huis? Dit doen wij met een glimlach. ☺

Vraag de **gratis brochure** aan en ontdek ons assortiment!

Wilt u in het echt kennismaken met de driewiel fiets, vraag dan een **gratis en vrijblijvende proefrit aan bij u thuis**. Fietsen in uw vertrouwde omgeving maakt de kennismaking met een driewiel fiets aangenamer. Één van onze adviseurs komt graag naar u toe.

het zoeken naar oplossingen worden bevraagd. Dat is veel belangrijker dan dat wij het de banken vertellen, want het gaat uiteindelijk om hen. Ook hebben de vier grote banken (ABN AMRO, ING, Rabobank en de Volksbank) nu de toezegging gedaan dat zij de toegankelijkheid van het betalingsverkeer voor deze groep zullen vergroten. In de toezegging staat “De banken garanderen dat onze niet-digitale klanten gebruik kunnen blijven maken van niet-digitale basisbankdiensten, zolang als dat nodig is.” Dat moet natuurlijk nog worden waargemaakt, maar ik heb er vertrouwen in dat er nu echt wat gaat veranderen. Dat is ook in het eigen belang van de banken, want ze beseffen nu dat er ook in de toekomst mensen zullen zijn die niet digitaal kunnen bankieren.’

Toegankelijke informatie

‘Een van de belangrijkste acties van banken is het verbeteren van de informatieverstrekking. Zo beloven ze beterschap op het gebied van telefonische toegankelijkheid, door het vereenvoudigen van de keuzemenu’s en door de dienstverlening persoonlijker en beter te maken. Ook werken ze aan een gezamenlijke “toegankelijkheidsroute”, waarmee mensen snel de juiste hulp kunnen vinden voor dagelijkse bankzaken. Daarnaast is het heel belangrijk dat mensen met vragen naar een fysieke locatie kunnen om daar geholpen te worden. Daarom gaan banken inzetten op uitbreiding van en aansluiting op bestaande lokale informatiepunten, bijvoorbeeld in bibliotheken. Naast bankmedewerkers kunnen hier allerlei vrijwilligers actief zijn, zoals vrijwilligers van KBO, gepensioneerde techneuten, mensen met verstand van financiën, enzovoorts. Op die manier kunnen mensen op dit soort informatiepunten laagdrempelig terecht voor allerlei informatie. Dus over bankzaken, maar bijvoorbeeld ook over het aanvragen van toeslagen of advies over verduurzaming.’ Mostert beaamt het succes



Edith Mostert is beleidsmedewerker bij KBO-Brabant en zet zich met name in voor het vergroten van de toegankelijkheid van instanties voor senioren, zodat zij zelfstandig bankzaken, toeslagen, belastingen en andere zaken kunnen regelen. Via de oproep ‘Hoe toegankelijk is uw bank?’ bundelde zij concrete ervaringen van senioren met hun bank.

‘Ik heb er vertrouwen in dat er nu echt wat gaat veranderen’

van dit soort informatiepunten. ‘Als KBO hebben we in vrijwel ieder dorp vrijwilligers die mensen met allerlei zaken helpen. We leiden onze vrijwilligers hier intern voor op. Ook werken we samen met het Ministerie van Justitie en Veiligheid om bijvoorbeeld voorlichtingsbijeenkomsten over oplichters en hackers te organiseren.’

Dichten van de digitale kloof

De banken sluiten zich bovendien aan bij het manifest *Samen dichten we de digitale kloof*. Banken zijn van plan deze kloof van twee kanten te dichten: enerzijds onderzoeken ze hoe mensen op een inclusieve manier kunnen worden bereikt. Van Tiggelen: ‘Dat wordt hoog tijd, want informatie op de website zien niet-digitale mensen niet. Informatie moet ook op papier verschijnen, bijvoorbeeld via brieven en huis-aan-huisbladen. Ik weet bijvoorbeeld dat het Netwerk van Organisaties van Oudere Migranten (NOOM) dit heel goed aanpakt: zij prikken soms informatiefolders op het prikbord van de lokale supermarkten. Omdat de mensen daar komen. Ook wordt de informatie gedeeld via bijlagen in buurtbladen. Zo zullen ook banken zich moeten inleven in de mensen die ze willen bereiken.’ Anderzijds willen de banken in samenwerking met maatschappelijke organisaties inzetten op educatie op het gebied van digitale vaardigheden. ‘Wij zijn er als seniorenvereniging niet op tegen dat meer senioren digitaal worden,’ vertelt Mostert. ‘Een aandachtspunt is wel dat het fijn kan zijn om hierin geholpen te worden door mensen die zelf ook wat ouder zijn. Je wilt misschien liever geen les van iemand die net van school komt, dan spreek je toch minder dezelfde taal en begrijp je elkaar minder goed.’ Zowel Van Tiggelen als Mostert zijn positief over de voornemens, maar houden de ontwikkelingen nauwgezet in de gaten. ‘Ik ben er iedere dag mee bezig, nu de banken nog,’ zegt Van Tiggelen. ■



TOEGANKELIJK TREINEN

Samen strijden voor beter toegankelijk openbaar vervoer: dat is wat de Oogvereniging en de KBO's van Senioren Netwerk Nederland al jaren doen. Henk Wildekamp neemt *ONS* mee naar station Enschede om te laten zien waar blinde en slechtziende reizigers tegenaan lopen. Soms letterlijk.

De witte taststok met rode ringen van Henk Wildekamp schraapt over de witte tegels met ribbels, die samen geleidelijnen vormen. Dan komt hij met zijn stok tegen een obstakel. Hij strekt zijn arm en voelt met zijn stok wat er staat. 'Tik, tik', klinkt het op het staal. 'Dit is een fiets.' Het achterwiel van de grijze opoefiets staat inderdaad op de geleidelijnen — de blauwe tegels met de tekst 'vrijhouden', ten spijt. 'Dit hoor ik vaak over dit station', zegt Wildekamp. 'Over meerdere stations trouwens. Mensen letten niet op als ze hun fiets parkeren en dat is een groot probleem voor blinden en slechtzienden.' We zijn op deze druilerige dinsdag op het treinstation van Enschede. Henk Wildekamp laat ons zien waar blinde en slechtziende mensen die zelfstandig met het openbaar vervoer reizen mee te maken hebben. En waarom het belangrijk is dat we daar aandacht aan blijven besteden.

Vorbereiding

Wat voor de meeste ziende mensen makkelijk en vanzelfsprekend is, is voor mensen met een visuele beperking een grote onderneming. 'Even een trein pakken' vergt flink wat voorbereiding. Mensen die slecht of zelfs niets zien, zien niet op de borden waar welk perron is. Ze rennen vanuit de trein niet in één rechte lijn naar de trap om op perron 6 snel hun overstap te kunnen halen. Ze zien op de blauwe borden in de stationshal niet waar het toilet is, waar de kluisjes zijn en wat de weg naar de tram en bus is.



Wildekamp wilde ONS graag het station van Enschede laten zien, omdat hier overstappen van trein naar bus best ingewikkeld is. De elf perrons voor de lijndiensten zijn namelijk alleen bereikbaar door de brede weg over te steken waar elke paar minuten een bus over rijdt. Van de stoep naar het perron zijn er wel geleidelijnen. 'Maar toch voelt het niet helemaal veilig, omdat je moeilijk kunt inschatten of er een bus aankomt en of de buschauffeur je ziet.' Richting perron 1 ontbreken er overigens geleidelijnen. Zouden blinde en slechtziende mensen nooit met de bus naar de universiteit willen?

Beter openbaar vervoer

Herman Pieper haalde Henk Wildekamp vanochtend op in Delden. De twee kennen elkaar van het Reizigers Overleg Consumentenbelangen Openbaar Vervoer (ROCOV) Overijssel, een regionale belangenbehartiger voor reizigers. Pieper is daar als voorzitter van KBO-Overijssel bij betrokken, Wildekamp vanuit de Oogvereniging. In Nederland zijn 23 ROCOV's die gevraagd en ongevraagd advies aan overheden geven. Bijvoorbeeld over buslijnen die verdwijnen, slechte aansluitingen en dus ook over de toegankelijkheid van het openbaar vervoer voor mensen met een visuele of andere beperking.

'We bemoeien ons overal mee en soms wordt daar wat mee gedaan', zegt Pieper lachend. En dat is nodig ook. 'We zitten in een vicieuze cirkel: er is buiten de Randstad een slecht aanbod van openbaar vervoer, dat levert weer minder klanten op en daardoor verschaalt het aanbod nog meer. Dat moeten we proberen te voorkomen en daar zetten we ons met het ROCOV voor in.' Wildekamp: 'Als je in een stad als Utrecht de bus mist, staat er tien minuten later een andere bus voor je neus. Dat heb je buiten de Randstad veel minder. Er verdwijnen bij ons en in andere minder dichtbevolkte >>

INKOMSTEN UIT UW EIGEN WONING!

Plan
een gratis
en vrijblijvend
intakegesprek

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

Profiteer nu van de mogelijkheden op de woningmarkt

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

U kunt uw adviesafpraak telefonisch of via de website inplannen.

Altijd discreet.

Bel of App:

☎ Telefoon: 076 561 59 55

📞 Mobiel/WhatsApp: 06 27 08 26 65

Online:

🌐 Website: www.fvzvastgoed.nl

✉ Mail: info@fvzvastgoed.nl



FVZ Vastgoed

antwoord op uw financiële woonvragen

www.fvzvastgoed.nl

regio's steeds meer lijndiensten en bushaltes. Terwijl het hier in Overijssel en in Brabant, Gelderland of Limburg net zo belangrijk is dat mensen de deur uit kunnen. Dat ze zelfstandig kunnen blijven reizen.' Wildekamp en Pieper willen niet negatief zijn. Ze willen vooral graag laten zien dat het helpt om iets te doen als er iets is waar u het niet mee eens bent. Of als u ideeën hebt over wat er beter kan.

Zo heeft Wildekamp met collega's vanuit de Oogvereniging lang gestreden voor geleidelijnen op elk station. 'Daar hebben we heel hard voor gewerkt. Nu kom je waarschijnlijk geen station meer tegen waar ze er niet zijn. Er liggen bestekken, een soort werkbeschrijvingen, voor hoe je een station zo toegankelijk mogelijk maakt voor iedereen.' Vrijwilligers van de Oogvereniging mogen nieuwe of verbouwde stationsgebieden ook controleren op toegankelijkheid en kunnen dan eventueel advies geven. NS en ProRail hebben de laatste jaren veel gedaan: zo zijn er niet alleen meer geleidelijnen en braillebordjes gekomen, maar ook betere verlichting en de app Perronwijzer. Ook dat is het resultaat van onze jarenlange lobby. Nu ligt de focus meer op het hele stationsgebied, zodat de overgangen van treinstations naar busstations en stadscentra ook toegankelijker worden.

Perron 2

Terug naar Enschede. Op perron 2 staat een trein klaar voor vertrek. Wildekamp spreekt er met een conducteur die bij haar opleiding nog les heeft gehad over hoe ze mensen met een visuele beperking moet begeleiden. Zelf heeft hij die trainingen ook gegeven aan nieuw NS-personeel. 'Laatst kwam er op het station in Amersfoort nog iemand naar mij en mijn vriendin toe om te vragen of hij mij mocht helpen. Hij vertelde ook dat hij dat bij de opleiding had geleerd en er nog elke dag profijt van had.'

Reizigers met een visuele beperking kunnen op bijna alle stations in Nederland NS Reissistentie aanvragen. Mede dankzij de lobby van de Oogvereniging is die assistentie vanaf 2025 op alle stations beschikbaar. Wildekamp maakt graag gebruik van deze assistentie. Bijvoorbeeld als hij naar zijn dochter in Utrecht reist. Hij laat zich dan afzetten in Hengelo, omdat het station in zijn woonplaats Delden geen assistentie biedt. 'Dit klinkt voor ziende mensen misschien gek, maar ik gebruik die assistentie vooral om energie te sparen. Het kost ongelooflijk veel energie om niets te kunnen zien en je toch voort te moeten bewegen. Als ik assistentie wil, meld ik dat vooraf bij de NS en dan word ik op het station naar de trein gebracht. De NS-medewerker laat dan aan de assistent op het volgende station weten waar ik precies zit en daar word ik dan weer opgepikt.'

Wildekamp maakt waar mogelijk graag gebruik van assistentie en vindt het ook niet erg om andere reizigers om hulp te vragen. Andere reizigers met een visuele beperking vinden het juist heel belangrijk om helemaal zelfstandig te kunnen reizen. Voor hen is de toegankelijkheid van de stations extra belangrijk. Zij moeten hun reis dan thuis goed kunnen voorbereiden en hun route van perron naar de juiste bushalte zelf kunnen vinden.

Daarom blijven de Oogvereniging en de KBO-bonden van het Senioren Netwerk Nederland zich in de verschillende regio's inzetten voor de toegankelijkheid van het openbaar vervoer voor iedereen. 'Ook als je blind bent kan het fijn zijn om met de trein te reizen en dat moeten we zo houden', zegt Wildekamp. 'Ik vind het heerlijk, als ik eenmaal zit, om via de audiofunctie op mijn iPhone mijn e-mails weg te werken en om vervolgens een boek af te spelen. Daar ontspan ik echt van.' ■

MEEDENKEN?

Maakt u zich zorgen over het openbaar vervoer in uw regio? Of zijn er stations en bushaltes bij u in de buurt die slecht toegankelijk zijn voor mensen met een visuele of andere beperking? U mag dat dan melden bij uw eigen provinciale KBO-bond. Herman Pieper, van KBO-Overijssel: 'Wij nemen zo'n melding dan mee naar het regionale Reizigers Overleg Consumentenbelangen Openbaar Vervoer. Zo kunnen we met z'n allen zorgen voor beter en toegankelijker openbaar vervoer.'

Leny Laenen-Nanninga (91)

'OORLOG IN OEKRAÏNE ROEPT VEEL EMOTIES OP'

Met haar 91 jaar heeft Leny Laenen-Nanninga de Tweede Wereldoorlog bewust meegemaakt en werd ze als kind geconfronteerd met diep menselijk leed. Door de oorlog in Oekraïne komt dat opnieuw naar boven. Voor haar reden om haar verhaal te doen. 'Want', zo waarschuwt ze, 'wat er toen is gebeurd, kan zomaar weer gebeuren!'

Leny Laenen opent de voordeur met een brede glimlach. In haar woonkamer foto's en replica's van oorlogsmonumenten en archiefmappen boordevol gedichten en verhalen. In haar 'praatstoel' bij het raam vertelt ze de ene na de andere anekdote uit haar lange leven. Vandaar haar vraag bij binnenkomst: 'Heb je je pyjama meegenomen?'

Haar ouders zaten al vanaf 1938 in het verzet. Leny zag vaak vreemde mensen in huis en een machine waarop informatieblaadjes werden gedrukt. Ze bracht ook regelmatig briefjes met informatie naar haar tante en verder moest ze vooral zwijgen over alles wat ze thuis zag. Dat ging goed tot 1943, toen er 's morgens vroeg SS'ers binnen stonden en haar moeder meenamen. Via Kamp Vught kwam haar moeder in Dachau terecht. Leny moest onderduiken bij een tante en keek uit op dezelfde kastanjeboom als Anne Frank.

Pepernoten

Samen met de familie op haar onderduikadres overleefde ze de hongerwinter. Ze moesten leven van karige rantsoenen

en geduldig wachten in een lange rij voor wat brood. 'Als je pech had, was alles op als je aan de beurt was.' Een lichtpuntje was hotel Poort van Cleef waar ze wekelijks een kom soep kreeg. Leny herinnert zich ook het Sinterklaasfeest: 'Onze tante wilde ons daarmee verrassen. Maar wij hadden enkel oog voor de zak, die Piet had meegenomen. We kregen allemaal een pakje met daarin stukjes rode biet in de vorm van pepernoten! De tafel werd feestelijk gedekt, de bietenpepernoten gekookt en we genoten van ons feestmaal.'

Toen ze na de oorlog in Weert ging wonen, vond ze het dan ook heel erg als er werd gezegd: 'Wij hebben hier in Limburg in plaats van boter ook margarine moeten eten.'

Dachau

Nadat ze de hongerwinter had overleefd, werd Leny geconfronteerd met de zorg voor haar moeder, die na de bevrijding uit Dachau haar angsten niet kon verwerken. In 2018 bezocht ze met een groep van de Stichting '40-'45 Kamp Vught. De barak waar haar moeder heeft gelegen kon ze niet vinden, wel de wasbak waar ze elke morgen langs werd gejaagd. In gedachte zag ze haar moeder daar staan en in een gedicht schreef ze haar



emoties van zich af (kader). 'Dichten is het van me afschrijven geweest,' vertelt Leny.

Toen ze de stress probeerde te ontlopen door te gaan studeren, hoopte ze op een nieuw begin en een persoonlijke bevrijding. Dat liep anders. Haar man, die ze na haar studie leerde kennen, kwam als beroeps-militair in Indonesië terecht bij de politionele acties. Bij thuiskomst werd daar nauwelijks over gesproken en ook niet over de gruwelijkheden tijdens de bezetting. Daardoor kon Leny zich ook niet bevrijden van haar eigen heftige herinneringen. Dat veranderde pas toen haar man betrokken was bij de organisatie van de *Fakkelestafette* in Weert die jaarlijks rond de herdenking van de bevrijding wordt georganiseerd. Een van de organisatoren raakte met haar in gesprek. Daarop werden haar herinneringen tot

twee keer toe gepubliceerd in het jaarlijkse boekje over de *Fakkelestafette*. Dat heeft haar echt goed gedaan.

Wensen

Op de vraag of ze nog wensen heeft, zegt ze: 'Ik ben inderdaad nog niet klaar.' Ze heeft nog twee wensen. In het Anne Frankhuis heeft ze een plaquette laten aanbrengen als herinnering aan de familie waar ze ondergedoken zat. Na de verbouwing bleek die verdwenen. Die plaquette moet weer terugkomen. En in de zestiger jaren heeft Leny mogen zorgen voor een autistisch pleegkind, Martin. Vanuit het instituut Pepijn werd hij echter bij haar weggehaald. 'Ik heb hem inmiddels opgespoord en wil hem graag op gaan zoeken.' Ook dat zal haar zeker rust geven, maar haar zorgen over de oorlog in Oekraïne zullen voorlopig wel blijven bestaan. ■

DE (WASBAK)- RUIMTE

Ik was in kamp Vught
Een verleden van
ons Mam
wat je als kind
toch over nam

Na jaren vormen
van een beeld
heb ik nu de
werkelijkheid gedeeld
De wasbak,
waar ik haar in gedachte
heb zien staan,
heb ik aangeraakt.

En voelde met
een warme hand
nog de spanning
van de overkant
Tranen met water
daar gemengd,
drogen nooit meer.
Wat de mens van nu her-
denkt.

4 oktober 2018
Leny Laenen-Nanninga

Volgens journalist Lynn Berger denderen we ongemerkt af op de grootste zorgcrisis ooit. Ze schreef hierover in haar boek *Zorg. Een betere kijk op de mens*. Daarin laat ze zien hoe allesomvattend zorg is, maar ook hoe onzichtbaar.

IS ZORG EEN EINDELOZE BRON, WAAR JE UIT KAN BLIJVEN PUTTEN?



Lynn Berger heeft geen achtergrond in de zorg. Maar ze is wel moeder. 'Ik ben een informele zorgverlener die dagelijks aan het zorgen is', zegt ze. In 2019 belandde ze in het ziekenhuis,

dat volhing met affiches waarop verplegend personeel om loonsverhoging vroeg. Vanaf dat moment is ze zich gaan afvragen hoe het komt dat we als samenleving de zorg kennelijk niet op waarde weten te schatten en wat de gevolgen daarvan zijn.

Haar boek stond op nummer drie van de bestsellerslijst. Voor een boek dat over de zorg gaat is dat uitzonderlijk. Berger: 'Als mensen het over de zorg hebben, dan denken ze aan ziekenhuizen, ggz, jeugdzorg. Zorg waar je alleen terecht komt als er iets mis is. Bij wijze van uitzondering, als noodzakelijk kwaad. Maar in mijn boek betoog ik dat zorg niet de uitzondering is, maar de norm. We zijn allemaal de hele dag afhankelijk van zorg. Zorg is veel meer dan alleen professionele zorg. Het is ook de zorg voor kinderen, het is mantelzorg, zorg voor het huishouden. Dat is allemaal zorg. Op het moment dat je dát ziet, verandert ook je kijk op wat het betekent om mens te zijn, hoop ik. En dus op hoe we als samenleving voor de zorg zouden moeten zorgen. En ik denk dat het voordeel van journalist zijn is, dat je leert om zo'n inzicht vrij toegankelijk op te schrijven. Ik denk dat het mensen aanspreekt.'

Wat er altijd is, valt niet meer op

'Omdat zorg zo alomtegenwoordig is, krijgt het iets vanzelfsprekends. Net als water of zuurstof. Want wat er altijd is, valt niet meer op. Daardoor zijn we gaan denken dat zorg een eindeloze bron is, waar je altijd maar uit kan blijven putten. We zijn allemaal afhankelijk van zorg, maar die zorg is juist niet eindeloos toegankelijk. Dat is de kern van het boek. Zorg is schaars omdat het tijd en energie kost om te zorgen. Het aanbod van zorg groeit dus niet automatisch mee met de vraag naar zorg. Dat zien we nu aan alle kanten gebeuren.'

'De oplossingen die we voor het dichten van de kloof tussen vraag en aanbod bedenken, maken het probleem eerder groter dan kleiner. Of ze lossen het niet op, maar verplaatsen het probleem. Neem de participatiesamenleving. Het idee was om de kosten van zorg te dempen, door mensen op te roepen om

'Zorg is veel meer dan alleen professionele zorg'



'Zorgen geeft het gevoel dat je ertoe doet'

eerst in eigen kring op zoek te gaan naar zorg, voor ze bij professionals aankloppen. Mensen moeten meer voor elkaar zorgen, in plaats van dat professionals dat doen, is het idee. Maar daarmee verklein je de zorgvraag niet. Je hebt het aanbod ook niet vergroot. Je hebt het probleem over de schutting gegooid, naar het informele domein. Waar mensen al heel veel mantelzorgen en naast dit onbetaalde werk, vaak ook een betaalde baan hebben. En dan worden ze ook nog eens opgeroepen méér betaald werk te doen, vanwege de grote personeelstekorten overal. Als je mensen wel een extra zorgtaak geeft, maar niet de tijd en middelen om daaraan te voldoen, dan heb je dus niets opgelost.'

Inzetten op meer efficiëntie

'Een ander voorbeeld van een oplossing die al sinds de jaren negentig van de vorige eeuw meegaat, is het inzetten op meer efficiëntie. Het idee is dat zorgverleners meer moeten doen in minder tijd, zodat de kloof tussen vraag en aanbod kleiner wordt. Waar echter aan voorbij wordt gegaan, is dat vragen, behoeftes en verwachtingen van mensen niet te voorspellen zijn. Dat zorg ook een emotionele component heeft en dat daar óók tijd voor nodig is. Maar tegen een thuisverpleegkundige zeggen we: "Je hebt zes minuten voor een patiënt, in die tijd kan je een wond verzorgen of helpen met steunkousen. Daarna moet je door naar de volgende." Dat gebeurt letterlijk'

'Die thuiszorgverpleegkundige komt dan bij iemand thuis. Die heeft echter niet alleen steunkousen en een wond. Maar ook, bijvoorbeeld, veel verdriet. Die zou heel graag even een praatje maken, maar dát kan niet. Dan heb je als zorgverlener het gevoel dat je niet meer aan het zorgen bent en raak je gestrest. Op langere termijn leidt dat tot uitval en verlaten zorgverleners gedesillusioneerde het vak. »

Langer thuis blijven wonen, maar heeft u moeite met traplopen?

Zo lang mogelijk in je eigen huis blijven wonen. Dat is de wens van een ruime meerderheid van de 55-plussers. Ook als gezondheidsklachten er op latere leeftijd voor zorgen dat hun woning niet meer goed toegankelijk is. Als de trap een obstakel wordt, vormt een traplift dé oplossing. Juist omdat iedere trapsituatie en persoonlijke wensen anders zijn, ontwikkelde Koninklijke Otolift een traplift die een oplossing biedt voor vrijwel elke trap.

De innovatieve Otolift Modul-Air Smart bestaat uit meerdere, perfect op elkaar aansluitende, modules. Hierdoor is de traplift heel makkelijk op maat te maken voor eigenlijk alle soorten trappen: rechte trappen, trappen met een of meerdere bochten en spil- en wenteltrappen. De traplift kan ook aan de buiten- of binnenzijde van trappen geplaatst worden. Bij plaatsing aan de binnenzijde kan de trapeuning in de meeste gevallen blijven zitten en blijft de trap veilig beloopbaar.

Slechts 48 uur levertijd mogelijk

Een bijkomend voordeel van de innovatieve opbouw van de Otolift Modul-Air Smart is de zeer korte levertijd. Koninklijke Otolift heeft een grote bibliotheek van modules, die op voorraad gemaakt worden in de fabriek. Hierdoor kan de modulaire traplift in veel gevallen volledig uit voorraad geleverd worden.

Een veilige traplift

Tijdens het ontwerpproces van de Otolift Modul-Air Smart is er ook veel rekening gehouden met de veiligheid van de gebruiker. Zo komt de traplift automatisch en zachtjes tot stilstand wanneer er een obstakel op de trap ligt. Ook kan de stoel zich deels of volledig achterwaarts naar boven en beneden bewegen, waardoor plaatsing al mogelijk is op trappen van minimaal zestig centimeter breedte. En dankzij het ingebouwde noodprogramma kan de traplift ook bij stroomuitval veilig gebruikt worden.



Duurzaam en herbruikbaar

Om een zo lang mogelijke levensduur te garanderen, bestaat de Otolift Modul-Air Smart uit duurzame en slijtvaste materialen. In combinatie met de modulariteit zorgt dit ervoor dat de traplift 100% herbruikbaar is. Ingenomen trapliften worden, na een volledige inspectie en een grondige schoonmaakronde, gereconditioneerd. Zo ontvangt de klant altijd een tweedehands traplift die zo goed als nieuw is en voldoet aan de strengste kwaliteits- en veiligheidseisen.

Koninklijke Otolift

Wilt u meer weten over de Otolift Modul-Air Smart? Vraag dan gratis een brochure aan of maak een geheel vrijblijvende afspraak om de mogelijkheden voor uw trap te bespreken.

Wilt u meer informatie?

Bel gratis naar **0800 - 444 777 5**

of ga naar **www.otolift.nl**

Dus, lang verhaal kort, wat ik met het boek hoop te bereiken, is dat we de zorg in zijn totaliteit bekijken. Het is een weefsel dat alle verschillende vormen van zorg, en alle verleners en ontvangers ervan, met elkaar verbindt.'

Zijn er al oplossingen gevonden?

'De afgelopen decennia zijn er veel zaken op het bord van professionele zorgverleners terechtgekomen. Je kunt je afvragen of ze daar wel horen. Zo zorgt armoede voor stress en stress maakt ziek. Vervolgens hebben zorgprofessionals het maar op te lossen. Maar op het moment dat je een goed armoedebeleid hebt, voorkom je dat de zorgvraag groter wordt. Zorg daarom voor een leefbare buurt, een groene buurt, bevorder sociale cohesie. En dam de grote dwang van de prestatie maatschappij in voor mensen die daar onder gebukt gaan. Dat is één.'

'Maak daarnaast ruimhartiger zorgverlof-regelingen mogelijk. Zodat mensen die een tijdje moeten mantelzorgen, niet in financiële problemen komen. Of kijk eens of de werkweek niet korter kan. In Engeland hebben zo'n zestig bedrijven het afgelopen jaar meegedaan aan een proef om te zien of dat kan: mensen doen hetzelfde werk, behouden hetzelfde salaris, maar werken 80% van de tijd. Zo houden ze tijd over voor mantelzorg of zorg voor de kinderen. In de praktijk blijkt dat dat werkt. In Nederland heeft bijvoorbeeld Achmea de standaard werkweek teruggebracht tot 34 uur. Expliciet vanuit het idee, dat werknemers naast hun betaalde baan ook nog onbetaald werk doen. Op het moment dat de standaard werkweek korter is, komen ze daar beter aan toe. Als je kijkt naar de vergrijzing, zullen we straks allemaal voor onze ouders moeten zorgen. Ik denk dat de tijd rijp begint te worden voor dit soort regelingen, ook hier in Nederland.'

Zorgen maakt dat je ertoe doet

'Zorgen gaat ook over betekenis. Het is een belangrijke bron voor hechting, voor het gevoel dat je ertoe doet. Onder jonge vaders groeit al jaren de wens om meer betrokken te zijn bij de zorg voor hun kinderen. Net als het aantal stellen dat het onbetaalde werk graag gelijk wil verdelen. Maar in de praktijk lukt dat vaak niet. Dat hangt samen met eeuwenoude, culturele ideeën over wie er hoort te zorgen. Zorg wordt geassocieerd met vrouwen, wat natuurlijk onzin is, want mannen kunnen dat net zo goed. Maar dat bepaalt wel hoe er gereageerd wordt op mannen die meer willen zorgen. En omgekeerd over hoe er naar vrouwen wordt gekeken die daar juist wat minder tijd aan willen besteden.'

Wat betekent de schaarste aan zorg voor ouderen?

'Van ouderen wordt verwacht dat ze zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Dat is waar het beleid nu op inzet. Het is dan wel van belang dat je een netwerk van vrienden en familie hebt die voor elkaar kunnen zorgen, als zorgprofessionals niet voldoende beschikbaar zijn. Ga met je kinderen het gesprek aan wat zij kunnen doen, nog voordat het aan de orde is. Want op het moment dat het acuut wordt, is er stress. Dan wordt het lastiger om aan te geven wat iemand wel en niet kan bijdragen. Ik denk trouwens dat dit advies voor iedereen geldt, jong en oud. Dat het belangrijk is om mensen om je heen te hebben die voor jou kunnen zorgen, en voor wie jij kan zorgen als dat nodig is. Sterker, de zorg van anderen is een voorwaarde voor autonomie. Dan zie je dat ons beeld van de mens als een zelfstandig individu volstrekt verkeerd is. Want we zijn juist allemaal afhankelijk en verbonden met anderen. De mens staat nooit op zichzelf.' ■



WIE IS LYNN BERGER?

Lynn Berger is schrijver en journalist. Ze schrijft al bijna tien jaar voor het journalistieke platform *De Correspondent* en is daar sinds vier jaar 'correspondent zorg'. In 2022 verscheen haar eerste boek: *Zorg. Een betere kijk op de mens*. Het werd onverwacht een bestseller. Recent verscheen haar tweede boek: *Ik werk al (ik krijg er alleen niet voor betaald)*. Wanneer Nederlanders niet aan het werk zijn, zorgen ze voor kinderen, ouders en hun naasten. Ze werken dan óók, maar worden er alleen niet voor betaald.

'Het aanbod van zorg groeit niet automatisch mee met de vraag'

“Dankzij een complexe heupprothese operatie heb ik mijn leven terug”

Jarenlang had Joke Brabers (70) last van heupklachten. Hoewel ze meerdere malen werd geopereerd en een nieuwe prothese kreeg, bleef de pijn. Tot Joke terecht kwam in de Sint Maartenskliniek en haar leven compleet veranderde: “Eindelijk kan ik weer vooruit kijken.”

Ze is de tel kwijtgeraakt, verontschuldigt Joke zich. Vier, vijf, misschien wel zes keer werd ze geopereerd aan haar heupprothesen. De klachten begonnen zo'n vijftien jaar geleden. “Ik had veel pijn aan mijn linkerheup tijdens het lopen. Op een gegeven moment kon ik ook niet meer bukken, fietsen of het huishouden doen.” Joke wordt doorverwezen naar een ziekenhuis in de buurt, maar de artsen vinden haar te jong voor een heupprothese. Uiteindelijk kwam ik na aandringen toch in aanmerking voor een heupprothese.”

Aanhoudende pijn

Eind goed al goed, zo lijkt het, maar met haar nieuwe kunstheup zijn de pijnklachten niet weg. Joke besluit naar een ander ziekenhuis te gaan voor een second opinion en krijgt daar een heuprevisie, wat betekent dat haar prothese wordt vervangen. Helaas houden de klachten ook nu weer aan. “In de periode daarna ben ik nóg een aantal keren geopereerd. Bovendien had ik óók rechts een prothese nodig – omdat ik slechter was gaan lopen, was mijn rechterheup versleten.”

Hopen op een wonder

Joke zit niet graag stil, vertelt ze. “Ik hou van fietsen en heb een eigen moestuin waar ik allerlei groenten kweek. Maar ik kon het allemaal niet meer. Zelfs slapen deed pijn. En ook het oppassen op mijn kleinkinderen moest ik opgeven – ik had simpelweg de kracht niet om ze op te tillen. Toch zat ik niet bij de pakken neer en bleef ik hopen op een goede afloop, al wist ik niet hoe – ik had geen idee waar ik nog terecht kon voor hulp.”



“Ik voelde me echt serieus genomen.”

Experts

Het is een kennis die Joke in 2012 wijst op de Sint Maartenskliniek. “Zij werkte in de Sint Maartenskliniek. De artsen daar zijn gespecialiseerd in complexe heupproblemen en voeren ingewikkelde operaties wekelijks uit. Ze hebben dus veel ervaring. Ook op het internet las ik alleen maar positieve verhalen. Kortom: dáár moest ik heen! Ik vroeg mijn huisarts om een verwijzing en kon gelukkig al na een paar weken terecht.”

Serieus genomen

Het eerste gesprek met de orthopeed voelt meteen goed. “Voor mij was maar een ding belangrijk, namelijk dat ik weer pijnloos kon bewegen. Gelukkig nam de dokter uitgebreid de tijd om mijn verhaal aan te horen. Ook legde hij daarna duidelijk uit wat het behandelplan was. Ik voelde me echt serieus genomen.”

Omdat de binnenzijde van haar bekken door alle ingrepen beschadigd is, wordt dit tijdens de operatie verstevigd met donorbot – zodat het beschadigde bot kan worden hersteld en de nieuwe prothese beter kan worden vastgemaakt. “Mijn herstel duurde

daardoor iets langer, maar ik voelde wel meteen dat de pijn weg was. Zes weken later had ik mijn krukken al bijna niet meer nodig.”

Nog een prothese

Tijdens die eerste opname in de Sint Maartenskliniek hoort Joke dat haar heupprothese aan de rechterkant los begint te raken en op den duur ook vervangen moet worden. “Toen ik begin dit jaar struikelde, liet de prothese helemaal los en moest ik met spoed worden behandeld. Mijn huisarts wilde me naar het dichtstbijzijnde ziekenhuis sturen, maar ik riep meteen dat ik alléén naar de Sint Maartenskliniek wilde. Ook nu werd ik weer zó goed opgevangen – de volgende dag werd ik al geopereerd.”

Leven terug

Het herstel gaat deze keer nóg sneller, vertelt Joke. “De ochtend na de operatie leunde ik al op krukken naast mijn bed. Nog eens een paar weken later stond ik als vanouds in mijn moestuin aardappelen te rooien en sla te plukken. Ik ben ontzettend blij dat ik alles weer kan doen en vooruit kan kijken. Na al die jaren heb ik eindelijk mijn leven terug.”

Gespecialiseerde zorg

De Sint Maartenskliniek is zeer ervaren en gespecialiseerd in het verhelpen van aanhoudende klachten bij een knie- of heupprothese. Waar andere ziekenhuizen soms niets meer kunnen doen, kan de Sint Maartenskliniek mogelijk wel een oplossing bieden. De kliniek is gevestigd in Boxmeer, Nijmegen, en Woerden. Vraag je huisarts of specialist om een verwijzing.

MEER INFORMATIE?

KIJK OP [MAARTENSKLINIEK.NL/heuprevisie](https://www.maartenskliniek.nl/heuprevisie)



Sint Maartenskliniek

Heupprothese klachten? Doe de zelfcheck!



In de meimaand staan we op allerlei manieren stil bij de bevrijding van Nederland. Wist u dat u door heel Nederland luisterroutes kunt volgen langs herdenkingsplekken, wandelend of op de fiets? Langs de routes leest en hoort u indrukwekkende, persoonlijke verhalen over wat er tussen 1944 en 1945 op die specifieke locatie is gebeurd. **ONS Magazine** selecteerde vier mooie tochten.



VisitBrabant Routebureau



BRABANT *Asten*

De Peel dankt haar bijnaam *Death Valley* aan de grote hoeveelheid neergeschoten vliegtuigen. Deze indrukwekkende geschiedenis komt tot leven tijdens de fietsroute langs Museum Klok en Peel, Wehrmachthuisje Somere-Heide en Kasteel Asten. Langs de route kunt u regelmatig stoppen bij de verschillende audiospots en geschreven verhalen. Het startpunt is bij het museum, waar u een informatiebordje vindt met de route.

Lengte: 47 kilometer

GELDERLAND *Dropzone Ede*

Deze wandelroute is zowel dankzij de historie als de natuur de moeite waard. Het startpunt is bij kunstwerk *Vensters op het Verleden*, een zes meter hoge stalen constructie van ontwerper Karin Colen. In de vensters ziet u de droppings van 1944 op de Ginkelse Heide afgebeeld. Verder komt u langs de route meerdere verhalen en audiospots tegen, terwijl u ook volop van het bos en de heide kunt genieten.

Lengte: 5,95 kilometer

LIMBURG *Venlo, frontstad in nood*

Om Duitse manschappen en materieel via de Maasbruggen bij Venlo en Roermond tegen te houden, werd er volop gebombardeerd door de geallieerden. De Venlose brug werd niet geraakt, maar wel grote delen van de stad. Honderden burgers kwamen hierbij om en er ontstond een groot voedseltekort. Vele Venlonaren sloegen te voet op de vlucht.

Gedenktekens langs de wandelroute: het bevrijdingsmonument Venlo, vesting Fliiegerhorst (zie foto), monument De Wachters, de synagoge van Venlo en de audiospot *Venlo Hilton*.

Lengte: 13,36 kilometer



Frank Ulbrich

OVERIJSEL *Sallandse Heuvelrug*

In Nationaal Park Sallandse Heuvelrug komt u op de (elektrische) fiets langs zes interessante locaties. De eerste is het Memory Vrijheidsmuseum Nijverdal. Dit is ingericht als themapark waar alle facetten vanaf de opkomst van het nationaal-socialisme tot en met de bevrijding van Europa voorbijkomen. Verder komt u langs het Canadian War Cemetery Holten, een onderduikershut, het Marinus Stevens Monument, de Palthetoren op de Sprengenberg en tenslotte monument Rijkswerkkamp Twilhaar.

Lengte: 46,9 kilometer



LIBERATION ROUTE EUROPE

Op www.liberationroute.com maakt u heel gemakkelijk een account aan met alleen uw e-mailadres en een wachtwoord. Vervolgens kunt u zelf een route plannen of een van de vele bestaande routes kiezen. Langs alle routes vindt u audiospots en verhalen, deze zijn ook online te beluisteren en te lezen.

advertentie

Profiteer nu van 7,50 leeftijdskorting

7,50
korting*
per levensjaar

“Dat zit
wel goed!”

Willeke
Alberti

Rekenvoorbeeld: Henk is 76 jaar. $76 \times 7,50 = 570$ euro korting

Scherp
geprijsd



Relaxstoel
Florance
nu al v.a. 395,-

Leeftijds
korting



Relaxstoel
Mella
~~1445,-~~ v.a. 875,-

Leeftijds
korting



Sta-op stoel
Willeke
~~2644,-~~ v.a. 2074,-

Leeftijds
korting



Elektrisch verstelbare bank
Riva
~~1435,-~~ v.a. 865,-

Leeftijds
korting



Relaxstoel
Tirso
~~1570,-~~ v.a. 1000,-

gratis
appeltaart
bij uw bezoek



Kom naar de winkel voor het
beste zitadvies of maak
vrijblijvend een afspraak én
ontvang uw gratis appeltaart.

Bel 0499 - 729 366

Velderhof
1-2-3 ZITTEN



U vindt ons door heel Nederland!

- Alphen a/d Rijn
- Apeldoorn
- Best
- Breda
- Delden
- Haren
- Laren
- Leeuwarden
- Neerbeek
- Velp
- Zeist

★ Trustpilot ★ ★ ★ ★ ★ 4,7/5

www.velderhof.nl

BINNENKORT OPEN | Heerhugowaard (April)

*Kijk op velderhof.nl/algemeen-voorwaarden. Op alle andere modellen. Prijzen en rekenvoorbeeld 76 jaar.

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

Deze keer:

één of meer gevolmachtigden opnemen in een levenstestament?

Mensen laten een levenstestament opstellen om ervoor te zorgen dat ze de regie houden over hun eigen toekomst en vermogen, voor het geval ze dat zelf niet meer kunnen als ze door ziekte of een andere gebeurtenis wilsonbekwaam zijn geworden.

Levens- testament: één of meer gevolmachtigden?



Er is weleens discussie over hoeveel personen u het beste als gevolmachtigde aanwijst', zegt oud-notaris Dré Teeuwen. 'In de relatie tussen ouders en kinderen; eerst de ouders die elkaar de volmacht geven en daarna de kinderen tezamen. Die zijn dan samen bevoegd, maar kunnen onderling afspreken dat één van hen de bankrekening beheert. Dat wordt dan een "ondervolmacht" genoemd. In de praktijk is het vaak zo dat één van de kinderen al jarenlang de rekening van vader of moeder beheert. Die heeft de pincode en past op de winkel.

Maar stel, u verwacht problemen in de familie, dan kunt u zeggen dat één persoon bevoegd is om namens u op te treden. De andere kinderen kunnen dan als toezichthouder worden aangewezen. Daarbij wordt dan afgesproken dat degene die de volmacht krijgt voor bijvoorbeeld de verkoop van het huis of opnames boven een bepaald bedrag, de toestemming nodig heeft van de andere

kinderen die toezichthouder zijn. Op papier klinkt dat aardig, maar in de praktijk werkt dat niet altijd. In dat geval adviseer ik naar een onafhankelijke derde te gaan. Dat kan een bewindvoerderskantoor zijn of iemand in de familie met een bepaald gezag, die dan alles doet. Komt u er écht niet uit, dan kunt u de gang naar de rechter maken, die een bewindvoerder aanstelt. Zo'n bewindvoerder legt jaarlijks verantwoording af aan de kantonrechter. Zo is er altijd iemand die toezicht houdt.

Overigens, we moeten de problemen niet overdrijven. Het gros van de gevallen verloopt zonder problemen. Heeft u geen kinderen of bent u alleenstaand, ook dan bepaalt u zelf wie gevolmachtigde is. Dat kan een broer of zus of iemand anders zijn. Een notaris toetst bij het opstellen van een levenstestament of u op dat moment nog wilsbekwaam bent. Want mocht later blijken dat dat niet het geval was, dan is het levenstestament nietig.' ■

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



STRAKS VERHUIZEN? NU VAST VOORBEREIDEN!

Ook al bent u nu nog vitaal, het is verstandig om alvast na te denken over gelijkvloers wonen. Een goede voorbereiding is het halve werk! Wilt u voorkomen dat u straks halsoverkop beslissingen moet nemen, begin dan nu alvast met ontspullen. *ONS Magazine* geeft praktische tips.

Bereid u voor op een verhuizing

Veel senioren denken er weleens over na om te verhuizen naar een meer praktische woning. Oftewel: een woning waar ze ook met (toekomstige) beperkingen goed uit de voeten kunnen, zonder trap en grote tuin. Maar concrete verhuisplannen maken, doen veel ouderen niet. Zij denken er pas over na wanneer het niet meer anders kan. Op dat moment komen er veel zaken tegelijk en is er vaak niet veel tijd om dingen goed te regelen. Het is dan ook verstandig om u alvast op de toekomst voor te bereiden. Op latere leeftijd verhuizen, betekent meestal kleiner gaan wonen. Omdat u niet alles kunt meenemen, is het slim om nu alvast te bekijken wat u kunt missen. Dat scheelt straks gedoe en stress. En misschien maakt u dan in de hectiek keuzes waar u later spijt van krijgt. Bovendien geeft een opgeruimd huis orde en rust in uw hoofd. U kunt beginnen met uzelf de vraag te stellen wat u écht nodig heeft en wat u ook best zou kunnen missen. Kost het u moeite om spullen weg te doen? Dan kunt u een professionele opruimhulp inschakelen, die u stapsgewijs helpt om de juiste keuzes te maken. Spullen waar u afscheid van neemt, kunt u weggeven of bijvoorbeeld naar een kringloopwinkel brengen (of door een kringloopbedrijf laten ophalen). Meubels en andere items die wat meer waarde hebben, kunt u natuurlijk ook verkopen, bijvoorbeeld via Marktplaats. In tijden van inflatie is iedere extra euro meegenomen! Gaat het om veel spullen? Dan kunt u ook op zoek gaan naar een opkoper, dan bent u in één keer veel ruimte rijker. Wilt u spullen doneren, kijk dan voor de mogelijkheden op www.inzameldoelen.nl

Tips om te ontpullen

Heeft u een zolder of garage waar u veel spullen heeft opgeslagen? Benut dan eens een regenachtige dag om te bekijken wat u heeft. Maak bijvoorbeeld drie stapels: een met spullen die u absoluut wilt houden, een met twijfelgevallen en een met dingen waar u misschien anderen blij mee kunt maken. Vindt u het moeilijk om te bepalen wat u wel of niet wilt houden? Probeer dan de methode van opruimgoeroe Marie Kondo en wees hierbij streng voor uzelf: bewaren onder het mom van 'dat kan nog wel eens van pas komen' of 'ik hoop dat ik ooit nog weer eens in deze broek ga passen' is uit den boze. Volgens Marie Kondo is het vooral belangrijk om bij elk item te beslissen of het u plezier brengt. Houd elk item vast, bekijk het goed en vraag uzelf af of u er gelukkig van wordt. Zo niet: weg ermee! >>

**Nu bekijken
wat u kunt
missen
scheelt straks
gedoe en
stress**





UW HUIS
BLIJFT
UW THUIS



reddot winner 2021



Nu tot € 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

* Op een nieuwe S200 traplift. Actie onder voorwaarden, zie trapliften.nl



De positieve effecten van opruimen

Saskia Sidler is senior professional organizer. Zij vertelt: 'Door anderen te helpen met opruimen, zie ik ze opbloeien, meer energie krijgen en weer tijd hebben voor andere dingen die belangrijk zijn. Hoe fijn is het als u - zeker als oudere - tijd neemt voor zaken die écht belangrijk voor u zijn. Zo zijn er cliënten die voor elk kind een speciale herinneringsdoos maken, zodat hun kinderen die spullen na hun dood niet meer uitgebreid uit hoeven te zoeken. Het geeft zoveel rust als u weet dat zaken geregeld zijn. Een professionele organizer is onafhankelijk en heeft geen band met de spullen. Dat maakt het uitzoeken vaak een stuk makkelijker.

Gaat iemand kleiner wonen, dan is het vooral goed om te focussen op wat mag *blijven*. Leg de nadruk op welke spullen het allerbelangrijkst zijn, zodat die een plek kunnen krijgen op de nieuwe woonlocatie. Dit zorgt alvast voor vertrouwdheid en een prettiger gevoel. Een organizer kan ook helpen met het in kaart brengen van wat er moet gebeuren voordat de verhuizing daar is. Zoals samen een stappenplan opstellen en zoeken naar mogelijke afnemers van spullen, zoals goede doelen, kerkelijke instanties of kringloopwinkels. Gaat het om waardevolle items, dan begeleiden we cliënten bij het brengen van spullen naar een veiling.'

Redenen om te verhuizen

Voor veel senioren - vooral die van 75 jaar en ouder - is hun gezondheid de belangrijkste reden om te gaan verhuizen. Naar een gelijkvloerse woning bijvoorbeeld. Maar ook om dichterbij kinderen te kunnen zijn, die vaak als mantelzorger fungeren. Dit blijkt uit een onderzoek van Hsiung Ming Bruins, voor zijn studie Human Geography. Hij vergeleek - in samenwerking met Companen, adviesorganisatie voor woningmarkt en leefomgeving - de verhuishwensen van 55-plussers met hun verhuisgedrag. De meerderheid van de respondenten gaf aan beslist níet te willen verhuizen. Hierbij ging het met name om 85-plussers. Van de ouderen die aangaven dat ze eventueel wél wilden verhuizen, deed maar de helft dat ook daadwerkelijk. Volgens de onderzoeker liggen er kansen in de ondersteuning van ouderen die het lastig vinden hun verhuishwens te realiseren. Zeker wanneer hierbij rekening wordt gehouden met mantelzorgers. Zo kan een persoonlijke benadering met een passend woonaanbod deze doelgroep helpen. ■

Een
opgeruimd
huis zorgt
voor orde en
rust in uw
hoofd



advertentie

Sinds
1992

Well-Fair

Zelfstandig en comfortabel ouder worden...

Tot
€750,-
inruil!*



*Vraag naar de voorwaarden



Een bed voor het leven?

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



Gratis brochure?

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

Processies

ONDER DRUK EN TOCH GELIEFD

Een bonte, lange stoet van mensen door versierde straten, biddend en liederen zingend; is dat nog van deze tijd? *ONS Magazine* deed rondvraag in vier provincies. Wat bleek? Maria- en Sacramentsprocessies zijn nog altijd een geliefde traditie. Organiserende parochies worden wel gedwongen met de tijd mee te gaan en doen dat allemaal op hun eigen manier.

Op de eerste zondag na Sacramentsdag - dit jaar op 11 juni - trekken de parochianen van Huissen (Gelderland) door de met bloemen en vlaggen versierde straten. Deze *Huissense Umdracht* bestaat al ruim 450 jaar. Uit de wijde omgeving trekt het bekijks. Joop Brons van het Umdracht-comité: 'Vroeger kwamen ze met volle bussen aan. Honderden mensen stonden langs de kant. Tegenwoordig is het ook nog drukbezocht, maar minder dan vroeger.' Volgens Brons heeft dit twee redenen, die elkaar ook versterken. 'De bijl hakt aan twee kanten. Er zijn steeds scherpere eisen van de gemeente en we hebben ook te maken met een dalend aantal mensen dat de kerk bezoekt. Toch ontmoedigt dit ons niet. Wij beschouwen het als historisch erfgoed. Het is een mooie traditie die in stand gehouden wordt en veel mensen hechten daar waarde aan.'

Trots naar buiten

'De *Huissense Umdracht* begint met een Eucharistieviering in de kerk om tien uur. Na afloop gaat iedereen naar buiten, waar

muziekverenigingen, koren, scouting-groepen en andere deelnemers zich bij het gezelschap voegen. Onder klokgelui gaat de processie van start. De harmonie speelt speciale muziek en de hele stoet loopt volgens een vaste route door het versierde centrum. De hostie wordt in de monstrans gedragen onder een baldakijn, een soort hemel. Er zijn kandelaars, kaarsjes en wierook. Gildekoningen lopen mee en ook de burgemeester. Na de processie is de afsluiting: het lof. Wie alles wil meemaken, is drie uur zoet.'

Voor Joop persoonlijk is het een nostalgisch gebeuren. Hij liep vroeger al mee. 'Het was altijd een bijzonder moment; het begin van de zomer, daags van tevoren werd het hele centrum versierd, beelden werden uitgesteld - dat laatste gebeurt nu niet meer. Hoewel sommige tradities zijn losgelaten, is het voor veel mensen nog steeds iets bijzonders. Het is een openbare geloofsbetuiging. Het hele jaar vindt alles binnen de kerk plaats. Eens per jaar trekken de parochianen naar buiten, iedereen mag het zien. Alle gebruiken, liederen en relieken. Dan zijn de mensen zichtbaar trots op hun geloof.'

'Het gevoel dat we willen uitstralen: iedereen is welkom om mee te doen'



beeld Lia Smit



beeld Fotocollectie Regionaal Archief Nijmegen



beeld Lia Smit



beeld Dick Vermaas

Van alles een beetje minder

Joop Brons heeft de invulling van de processie in de afgelopen jaren zien veranderen. 'Vroeger liepen er bij de processie vele paarden voorop en achteraan. Nu zijn we al blij als we drie paarden kunnen krijgen. Dat heeft te maken met de strenge richtlijnen van de dierenbescherming. Wat we ook zien veranderen, is de betrokkenheid van scholen. Het katholieke aspect is hier naar de achtergrond verdwenen en ouders zien het ook niet meer altijd zitten om hun kinderen mee te laten lopen.'

De processie in Huissen is de afgelopen jaren ook korter geworden. 'We liepen altijd langs vier rustaltaren, dat is er inmiddels een minder. We krijgen de handen niet meer op elkaar voor een uren lange processie.'

Eeuwenoud

Dat de processie met de jaren korter wordt, ziet ook Gerard ter Haar, secretaris bij de OLV ten Hemelopneming basiliek Zwolle (Overijssel). 'Wij houden sinds 2006 ieder jaar een *Mariaprocessie*, altijd op 15 augustus. Voorafgaand aan de eucharistieviering lopen we Marialiederen zingend en met een groot Mariabeeld twee rondjes buiten rondom de basiliek. Die is dan adembenemend mooi versierd met bloemen.'

De kerk staat midden in de binnenstad van Zwolle, aan de Ossenmarkt, en is 625 jaar oud. Ter Haar: 'In eerste instantie was de route langer, maar er werd eens met eieren gegooid en toen leek het verstandiger om de processie alleen nog rond de basiliek te doen.'

Of dit uiteindelijk leidt tot het verdwijnen van de processie, dat verwacht Ter Haar zeker niet. 'Wij zijn het eucharistisch centrum van een grote regio, dus mensen komen ook van verder weg. Daarnaast merken we dat het veel bekijks trekt van toeristen.'

In omvang verschilt het wel met processies in het katholieke zuiden. Bij onze processie lopen ongeveer honderd mensen mee. >>

Tworby: Deze zomer nog op pad met uw omgebouwde driewieler



Foto: Tworby

Het aantal (eenzijdige) fietsongevallen in het verkeer neemt fors toe. Door de angst om te vallen laten veel mensen hun fiets staan, terwijl het juist gezond is om in beweging te blijven. De unieke ombouwmodule van Tworby wint snel aan populariteit. Steeds meer mensen hebben een dure (elektrische) tweewieler in bezit. Heeft u wel eens gedacht aan de ombouw van uw fiets? Uw achterwiel wordt vervangen door twee wielen, voor een stabiele fietservaring.

Veilig blijven fietsen

Veel senioren ondervinden problemen op het gebied van stabiliteit met fietsen. Dit vindt vooral plaats bij het op- en afstappen, bij een stoplicht gaat het regelmatig mis. Het grote voordeel van een driewielers is dat u kunt blijven zitten wanneer u stopt. Uw voeten kunt u gewoon op de trappers laten staan.

Ombouw tot driewieler

De driewielers wordt alsmaar populairder. Mobiliteit, veiligheid en zelfredzaamheid spelen hierin een belangrijke rol. Elektrische fietsen zijn vaak erg duur in aanschaf. Doordat mensen steeds meer geld uitgeven aan een elektrische fiets, wordt het ombouwen tot driewieler interessanter. De eigen fiets kan behouden blijven, maar u geniet toch van de extra stabiliteit die de Tworby creëert.

Voordelen

Tworby biedt naast de lage prijs in vergelijking met andere elektrische driewielers nog vele andere voordelen. Zo past de module door vrijwel elke deur, omdat deze maar 72 cm breed is. Een Tworby is snel leverbaar via een aangesloten dealer bij u in de buurt. Daarnaast is het sinds kort ook mogelijk om een proefrit aan huis te maken, wanneer u bijvoorbeeld niet in de gelegenheid bent om zelfstandig een dealer te bezoeken. Benieuwd hoe u een afspraak kunt maken voor een proefrit of wilt u meer informatie over de Tworby ombouwmodule? Scan de QR-code of bezoek www.tworby.nl/onsmagazine.



Klantervaring

Mevrouw Verdooren is al enkele jaren trotse bezitster van een Tworby. Na een paar keer te zijn gevallen liet zij haar fiets staan. Nu kan mevr. Verdooren weer veilig op pad. 'De Tworby geeft mij een enorm gevoel van vrijheid', geeft ze aan.



Foto Mevr. Verdooren



📞 085-0642009

🌐 www.tworby.nl

Wie slecht ter been is, blijft in de kerk. Voor ons is het echt de verering van Maria. Onze kerk is vernoemd naar haar. Zij is voor ons heel bijzonder en de processie draagt dat uit.'

Kippenvel

In Bergen op Zoom (Noord-Brabant) houdt de processietraditie al 79 jaar stand. Hier speelt naast de katholieke motivatie ook een andere aanleiding. Tijdens de Tweede Wereldoorlog beloofde Kapelaan W. Ooijens dat er een ommeegang zou worden georganiseerd als Bergen op Zoom groot oorlogsgevaar bespaard zou blijven. En zo geschiedde. Deze *Maria Ommegang* vindt nog steeds jaarlijks plaats op de laatste zondag van juni. Hierbij verbeelden honderden figuranten, zangers, musici, wagens en andere deelnemers gedeeltes uit de geschiedenis van stad en land van Bergen op Zoom, het Oude en Nieuwe Testament en het leven van Maria, terwijl zij zich in een stoet door de versierde straten van het centrum bewegen. Ook wordt het *Maria Ommegang*-beeld meegedragen.

Hans Stumpel is bestuurslid van de Ommegang en loopt zelf al minstens 35 jaar mee. 'Er is ieder jaar een speciaal moment, vlak voordat de poorten opengaan van de Markiezenhof. Alle deelnemers staan daar bij elkaar, geschminkt en verkleed. We doen met zijn allen een Weesgegroet. Dan krijg ik altijd kippenvel. Die verbondenheid, daar doen we het voor.'

Het voortbestaan van de *Maria Ommegang* in Bergen op Zoom heeft in de geschiedenis meermaals onder druk gestaan. Eerst werd het verboden door de overheid, recent nog kon het niet doorgaan door corona.

Stumpel: 'Ik vind het heel mooi dat er nog altijd een hele groep mensen is die het om welke reden dan ook belangrijk vindt om mee te doen. Voor velen is dat uit geloofs-overtuiging, maar niet voor iedereen.

Het is bij ons ook meer dan een processie. Bijbeltaferelen worden op straat uitgebeeld.

beeld Dick Vermaas



'We krijgen de handen niet meer op elkaar voor een urenlange processie'

We staan nu voor de uitdaging om het ook aantrekkelijk te maken voor de jeugd.'

Als familie bijeen

Dat de jaarlijkse processies in elke plaats een eigen geschiedenis en invulling kennen, blijkt ook in Geleen (Limburg). Rainer Kanke is pastoor van de Stadsparochie Geleen en ziet de betekenis vooral in het bij elkaar brengen van de familie. 'Op 4 juni is het kermis in Geleen, een familiefeest bij uitstek. Daar haken we met onze *Sacramentsprocessie* op aan. Daarmee brengen we namelijk de hele parochiefamilie bij elkaar.' Geleen kende acht parochies, die zijn nu samen één fusieparochie met vier kerken. 'Dat is vooral iets wat op papier staat, maar we vinden het ook belangrijk om gelegenheden te creëren waardoor het in de beleving van de mensen doordringt. Daar is onze *Sacramentsprocessie* op 4 juni een mooi voorbeeld van.'

Wat Kanke betreft ligt het voortbestaan verankerd in de combinatie van een bestaande traditie en die dan op grote schaal uitvergroet. 'Vroeger hadden alle parochies hun eigen processie. Die werden steeds kleinschaliger en dat is zonde. Nu we alles hebben samengevoegd groeit de belangstelling juist. Dat sommige tradities dan worden aangepast, vind ik persoonlijk minder van belang. Het gaat erom dat het levensvatbaar blijft en mensen bij elkaar brengt.' Ook de locatie draagt hier positief aan bij. 'De processie eindigt met een openluchtmis in het Burgemeester Damenpark, waar vroeger Pinkpop werd gehouden. Vorig jaar zag ik mensen aan de rand van het park honden uitlaten en hardlopen en kijken naar onze viering. Die worden misschien nieuwsgierig en doen dan volgend jaar wellicht mee. Dat is ook het gevoel dat we willen uitstralen: dat iedereen welkom is om mee te doen.' ■

IS UW WONING ÈCHT klaar voor uw oude dag ?

Hebt U al gedacht aan een “toiletbril-met-onderdouche” ?

Want als het goed schoonmaken van uw onderlichaam moeilijker wordt en U wilt niet afhankelijk zijn van uw partner of hulp, dan is een “wc-met-onderdouche” onontbeerlijk !

NEEM NU EEN SPATOILET® dé beste en meest betrouwbare toiletbril-met-onderdouche

Want wat doet U als U uw onderlichaam niet meer zelf kunt reinigen door ouderdom, ziekte of handicap? Als je dus een ander moet vragen om de billen schoon te maken ? Iedereen vindt dat zeer gênant!

DUS, zo lang mogelijk zelfstandig blijven, dat kan met een SPATOILET®.
En doe dat NU. Wacht er niet mee tot u niet meer kunt.

Voordelen van een Spatoilet®:

- Verwarmde toiletzitting
- Reiniging van Uw onderlichaam met warm water
- Vaginale reinigingsfunctie
- Ingebouwde föhn voor optimale droging
- Massage- en pulsefuncties
- EN installatie zonder hakken of breken

PLUS

- 100% hygiëne
- Bespaar tot 90% op toiletpapier
- EN nooit meer ‘natte-doekjes’ !

De bediening is uiterst eenvoudig:

- Met extra duidelijke afstandsbediening
- Instelbaar voor 4 gebruikers
- Soft-closing toiletbril

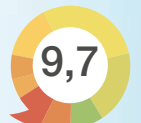
Kortom een heel compleet apparaat voor een uiterst scherpe prijs:

- **940 euro INCLUSIEF installatie.** (daar komt *ècht* geen cent meer bij!)
- (Bij zelf installeren kost de Spatoilet® 695 euro)

Probeer de Spatoilet nu **DRIE WEKEN**, gratis voor niets! U betaalt na de proefperiode.

Al meer dan 16 jaar is de Spatoilet een zeer betrouwbaar apparaat en daarom geven wij **5 jaar volledige garantie**. Onze klanttevredenheid is hoog en dat willen we zo houden!

Kijk voor meer specificaties op **SPATOILET.COM**



Bel nu voor een installatie-afspraak: **06 53143234** of **020 6141232**



George Schwieters (84) uit Ommen:

‘Bijen moet je altijd aan het werk houden’

Als de lente en zomer zich aandienen, trekt imker George Schwieters weer rond met zijn twintig bijenvolken langs onder meer fruit- en lindegaarden, koolzaad- en heidevelden. De ambachtelijke honing die hij daarmee wint, is om uw vingers bij af te likken en puur natuur.

‘Ik kom uit een imkersfamilie, mijn vader had honderden bijenvolken. Ik heb nu twintig volkjes voor de hobby. Je bent er altijd mee bezig, want je moet sterke volken hebben en ze aan het werk houden. Ook in de winter, anders win je de oorlog niet. En moeder de vrouw – de koningin – moet ook van kwaliteit zijn natuurlijk en haar zaakjes in de kast goed regelen. Ik heb bijen van de *Carnica*-stam, een rustige soort waar je goed mee kunt werken. Ik trek er mee van Gelderland naar Groningen. En tussendoor haal ik de volken naar huis om honing te slingeren. Dat oogsten is het mooist. Doordat de zomers steeds warmer worden, levert de imkerij steeds meer op. Niet dat je er een grote meneer van wordt, maar gerenommeerde restaurants willen mijn honing graag hebben.’ ■

Boeken, films, uitstapjes en andere interessante dingen

Terug naar vroeger

Op de grens van Gelderland en Brabant is een tentoonstelling over de jeugdcultuur ingericht in Museum Tweestromenland.



De tentoonstelling *De Jeugd van Toen* laat de muziekcultuur zien van de periode 1960 tot 2000. De muziek uit die periode is te beluisteren in een viertal cabines. U kunt ook filmbeelden zien van diezelfde periode. De jeugdcultuur zoals die meegroeide met de muziek en andersom wordt ook belicht. Bent u klaar om u weer helemaal over te geven aan de jaren '60?

Locatie: Pastoor Zijlmanstraat 3, 6658 EE Beneden-Leeuwen

Openingstijden: woensdag, vrijdag, zaterdag en zondag van 13.30 tot 17.00 uur.

Entree: € 9,- (leden van de KBO's in Brabant, Gelderland, Limburg en Overijssel betalen € 6,50 op vertoon van hun ledenpas)

Meer info: www.museumtweestromenland.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 Magazine*:

**redactie@
onsmagazine.nl**



BOEK MET GESCHIEDENIS

In het boek *Kou uit het oosten* van Ken Follett staat moed centraal. Tegen de turbulente achtergrond van burgerprotesten, politieke schandalen, de val van de Berlijnse Muur, de Cubacrisis en de opkomst van de rock-'n-roll, vinden verschillende moedige jonge mensen uit vijf met elkaar verweven families ieder hun weg door de geschiedenis. Hoe slaan zij zich door alles heen?

Uitgeverij: Boekeryj

Montferlandse fietsvierdaagse

Van 20 tot en met 23 juni 2023 organiseert de KBO-Afdeling Beek, Loerbeek en 's-Heerenberg de Montferlandse fietsvierdaagse. Deelnemers kunnen kiezen uit routes van 30, 45 of 65 kilometer. Alle routes zijn beschreven en kunnen gemakkelijk gefietst worden met behulp van een plattegrond. De start en de finish van de vierdaagse is bij Gemeenschaps-huus de Averhof, 7073 BJ Beek (gemeente Montferland). Aanmelden kan door een e-mail te sturen naar montferlandfiets-4daagse@gmail.com

Prijs: voorinschrijving € 15,- voor vier dagen / € 5,- per losse dag.

Meer info: www.actiefmontferland.nl/fiets-4-daagse



WIJSHEID

'Vrede begint met een glimlach en een glimlach is het begin van de liefde.'

**MOEDER TERESA
(1910 - 1997)**

Katholieke zuster



Op ontdekking in Zie-ZOO

Dierenpark Zie-ZOO is een avontuurlijke dierenpark en de eerste zorgdierentuin van Nederland. Zie-ZOO wordt namelijk grotendeels gerund door mensen met een vorm van autisme. Er wordt aan deze mensen dagbesteding aangeboden in dierenverzorging, parkonderhoud, horeca, kunst & cultuur en media. Zo biedt Zie-ZOO een leuke dag weg en tegelijkertijd dagbesteding voor mensen met autisme. In dit park zijn een hoop verschillende dieren te bewonderen uit onder andere Afrika, Australië, Zuid-Amerika en de Noordpool.

Locatie: Zeelandsedijk 14 B, 5408 SM Volkel

Entree: € 15,- normaal tarief

Website: www.dierenparkziezoo.nl

Openingstijden: dagelijks van 10.00 tot 17.30 uur

Toegankelijkheid: doordat er grind op de



paden ligt, is de dierenpark voor rollators en rolstoelen niet overal gemakkelijk toegankelijk.

Iedere dag als de zon opgaat,
en je weer uit je bed opstaat,
komt weer een nieuwe dag,
waarop je weer leven mag.

Je weet wat je gisteren hebt beleefd,
maar nog niet wat de nieuwe dag jou geeft.
Is het eigenlijk geen wonder?
Iedere dag is weer bijzonder.

De kunst van het leven,
is omgaan met wat jou wordt gegeven.
Doe het met een lach en met een traan.
Laat de dagen komen en laat ze gaan.

José Latjes

foto Petra Lenssen



In bloei

Mei is de maand waarin de bloemen weer mooi in bloei staan. Ga daarom op ontdekking in de prachtige siertuinen rondom het zeventiende-eeuwse Kasteel Arcen. Hier vindt u een Rosarium waar duizenden rozen bloeien en bewondert u een prachtige collectie rhododendrons. Ontdek tien verschillende rozentuinen elk met hun eigen thema, kleuren en geuren. Daarnaast kunt u evenementen bezoeken, wandelen over de paden en op adem komen in een van de horecagelegenheden.

Locatie: Lingsforterweg 26, 5944 BE Arcen

Entree: vanaf € 18,95

Website: www.kasteeltuinen.nl

Openingstijden: tot 29 oktober 2023 dagelijks van 10.00 tot 18.00 uur. Gesloten op 15 en 18 september.

Steenoude fabriek

Bij Steenfabriek De Werklust in Losser werden ruim een eeuw lang stenen gebakken. Uniek hieraan is dat alle productieonderdelen nog aanwezig zijn. Van de kleigroeve tot de imposante ringoven, vanuit de verte is dit zichtbaar in het prachtige Twentse landschap. Bij De Werklust kunt u een indrukwekkende rondleiding volgen en een ritje maken op het veldspoor rond de kleigroeve.



Uw bezoek kan ook gecombineerd worden met een potje boerengolf of handboogschieten.

Locatie: Smuddeweg 3, 7581 PN Losser

Entree: € 6,50 **Openingstijden:** donderdag tot en met zondag van 12.30 tot 16.30 uur.

Website: www.steenfabriekdewerklust.nl

In elke editie van **ONS Magazine** maakt u kans op een leuke prijs. Los de puzzel op, stuur uw oplossing naar de redactie en win een **Omron M3 Comfort bloeddrukmeter van Medicura of één van de 23 sets XL-speelkaarten.**

Stuur de oplossing van de puzzel, uw naam, adres en telefoonnummer vóór 22 mei naar: Redactie *ONS Magazine*, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch. Of e-mail naar: **puzzel@onsmagazine.nl** met als onderwerp: 'puzzel ONS 5'.

Winnaars puzzel ONS 3

De oplossing van de puzzel was:

STARTPUNT

De acht winnaars van de dichtbundel *Het gaat, denk ik, over* van Evangeline Agape: S. van den Boom, W. Konings, T. Muijzenberg, J. Paapen, B. Reukers, A. Roelofs, F. Stada en T. Zwetsloot. *Van harte gefeliciteerd!*

enorme rommel		donkere kamer	6	open ruimte		volksgebruik		grond met ijzer	1
Romeinse keizer		boeket						rijstgerecht	
2				godin v.d. vrede					
gril				vaandel		mannetjesbij			
						golfterm			
suikerziekte									bult
dierenmond									
		9	aanbouw		spijkerstof		Internet Protocol		
							gordijnstang		
modder	hetzelfde							regelmaat	8
	bezieling								
3						evenzeer			
						honingdrank			
verkoopruimte		eigenschap							
		Los Angeles							
				7			lidwoord		
grappenmaker				zangvogel					5

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

Eén Omron M3 Comfort bloeddrukmeter van Medicura ter waarde van € 89,95 of één van de 23 sets XL-speelkaarten.

Met de Omron M3 Comfort bloeddrukmeter van Medicura kunt u op een eenvoudige manier nauwkeurige bloeddrukmetingen uitvoeren via uw bovenarm. De meter kan gegevens opslaan en ontwikkelingen bijhouden voor maar liefst twee gebruikers. Na de meting geeft de bloeddrukmeter duidelijk aan of u te veel bewogen hebt of dat u een onregelmatige hartslag of hypertensie hebt.



medicura zorgwinkel

Per abuis was de puzzel in ONS 4 incompleet. Onze excuses hiervoor. Op www.onsmagazine.nl kunt u de volledige puzzel terugvinden.

Kies voor een praktisch bed vol gemak van het merk Aldenhuijsen



- ✓ Makkelijker uw bed op- en schoonmaken
- ✓ Prettiger in- en uitstappen
- ✓ Verrijdbare boxsprings en ledikanten
- ✓ Later uit te breiden met functionaliteiten
- ✓ In een Aldenhuijsen slaapt u voortreffelijk

Tijdelijk een
waardebon t.w.v.

€ 450

bij iedere brochure
of afspraak*

*Vraag naar de voorwaarden

Geniet van de leuke dingen in het leven

Met een praktisch bed vol gemak van Aldenhuijsen wordt het bed opmaken makkelijker en eronder schoonmaken eenvoudiger. Hierdoor houdt u meer tijd over voor leuke dingen! Bovendien slaapt u in een Aldenhuijsen voortreffelijk, waardoor u uitgerust aan de nieuwe dag kunt beginnen.

De Aldenhuijsen collectie bestaat uit verschillende (één- en tweepersoons) modellen met diverse functies zoals vlak, elektrisch verstelbaar en hoog laag. Uniek voor een Aldenhuijsen is dat u uw Aldenhuijsen nog altijd later kunt uitbreiden van bijvoorbeeld vlak naar hoog laag. Kies nu voor wat u daadwerkelijk nodig heeft in de wetenschap klaar te zijn voor de toekomst.

Kom er in alle rust alles over te weten in ons slaapadviescentrum in **Uden (NB)**, **Rotterdam (ZH)** of tijdens een thuisbezoek. Altijd vrijblijvend.



Ontdek de volledige
collectie in de
gratis brochure!

4,5 van de 5 sterren op
reviewwebsite Trustpilot



www.aldenhuijsenslaapsystemen.nl/brochure
c. contact@aldenhuijsenslaapsystemen.nl
t. 0413 - 74 54 00

Otolift, dé meest gekochte traplift van Nederland



- ✓ Brede kant van de trap blijft vrij
- ✓ Uw trapeuning kan blijven zitten
- ✓ Nieuw, huur & tweedehands
- ✓ 48 uur levertijd mogelijk
- ✓ Standaard 5 jaar garantie



Gratis brochure



Stuur mij een gratis brochure

Naam

Adres

Postcode/plaats

Telefoon

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

01423

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