

*Ark van Noah*  
**Dieren als de  
magische sleutel  
tot herinneringen**



*Mantelzorgwoning*  
**Waarom wordt het  
soms zo moeilijk  
gemaakt?**

*Brabants Landschap*  
**Verbinding tussen  
jong en oud én  
mens en natuur**

# ons

magazine  
voor  
senioren

**SENIOREN  
BRABANT-ZEELAND  
JANUARI 2025**

*Acteur Gijs Scholten  
van Aschat:*

**'Ik ben niet meer  
 bezig met bewijzen  
 dat ik relevant ben'**



COLOFON



**JAARGANG 14 - JANUARI 2025**

ONS Magazine is een uitgave van de provinciale KBO's van Brabant, Flevoland, Friesland, Gelderland, Groningen, Limburg, Overijssel, Utrecht, Zeeland en diverse KBO-afdelingen in Drenthe, en wordt elf keer per jaar bezorgd bij 210.000 leden.  
ISSN 2211-5277

**CENTRALE REDACTIE**

Jacqueline Cuppers, Adri van Esch,  
Truus Noij, Wilma Schrover  
Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch  
(073) 644 40 66, redactie@onsmagazine.nl

**REDACTIE EN VORMGEVING**

Vrhl Content en Creatie, vrhl.nl

**UITGEVER EN ADVERTENTIES**

Performis BV, Den Bosch, Hans Peijnenburg  
uitgever, Etienne Victoria partnerships,  
Misha Stork advertising, performis.nl,  
ons@performis.nl

Senioren Brabant-Zeeland draagt op geen enkele wijze verantwoordelijkheid voor advertenties/bijsluiters in *ONS Magazine*.

**LIDMAATSCHAP**

Woont u in Brabant en wilt u lid worden, ga dan naar [seniorenbrabantzeeland.nl](http://seniorenbrabantzeeland.nl) en klik op 'Word direct lid'. Voor Zeeland, ga naar [kbozeeland.nl/over-ons/lid-worden](http://kbozeeland.nl/over-ons/lid-worden).

**SENIOREN NETWERK NEDERLAND**

Senioren Brabant-Zeeland maakt deel uit van Senioren Netwerk Nederland, samen met diverse andere provinciale KBO's.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt zonder toestemming vooraf van Senioren Brabant-Zeeland. Het toesturen van foto's en teksten impliceert toestemming tot publicatie in *ONS Magazine*. Toegestuurde foto's en teksten worden niet automatisch geplaatst.  
Los nummer: € 2,95 (plus porto)

[seniorenbrabantzeeland.nl](http://seniorenbrabantzeeland.nl)

[onsmagazine.nl](http://onsmagazine.nl)

[Senioren Brabant-Zeeland](https://www.facebook.com/Senioren-Brabant-Zeeland)

[@senioren\\_nb\\_zl](https://twitter.com/senioren_nb_zl)

welkom

## Belofte maakt schuld

Bij de Tweede Kamerverkiezingen in november 2023 rekenden mensen massaal af met traditionele partijen en legden daarmee een zware verantwoordelijkheid bij de nieuwkomers om het anders/beter te doen. Een half jaar later sloten BBB, NSC, PVV en VVD een hoofdlijnenakkoord en op 2 juli 2024 werd het kabinet Schoof beëdigd.

Verbazingwekkend genoeg bevatte het hoofdlijnenakkoord geen afspraken over de nieuwe pensioenwet, hoewel maar liefst drie van de vier coalitiepartijen zich daar in hun verkiezingsprogramma's kritisch over hadden uitgelaten. BBB: "invoering van de nieuwe pensioenwet moet worden teruggedraaid"; NSC: "we willen de pensioenwetgeving op een aantal belangrijke punten verbeteren"; PVV: "we draaien de onverantwoordelijke en extreem onzekere nieuwe pensioenwet terug".

Op initiatief van Agnes Joseph (NSC) besloot de Tweede Kamer om zelf onderzoek te laten uitvoeren naar de juridische risico's van het 'invaren' van bestaande pensioenrechten in een nieuw pensioenstelsel. Die risico's zijn er volop, bleek uit het onderzoeksrapport van prof. Niek Peters. Maar het debat daarover op 21 november jl. werd een bizarre vertoning. Minister Eddy van Hijum, nota bene ook van NSC, zag in het onderzoek geen aanleiding om de Wet toekomst pensioenen aan te passen. Op steun van haar collega-Tweede Kamerleden van BBB en PVV hoefde Agnes Joseph evenmin te rekenen. En dan te bedenken dat deze volksvertegenwoordigster afkomstig is uit de pensioensector en als geen ander weet waarover ze praat.

Is dat extern onderzoek dan weggegooid geld geweest? Enerzijds wel. Anderzijds kunnen het kabinet Schoof en de volksvertegenwoordigers die deze risicovolle wet nu nog steeds verdedigen zich nimmer verschuilen achter onwetendheid, gebrekkig geheugen of voortschrijdend inzicht. De juridische risico's zijn openbaar en onmiskenbaar. Ze hebben die risico's willens en wetens genomen, met de oudedagvoorziening van miljoenen werknemers en gepensioneerden als inzet. Het maakt de claimprocedures die geheid gaan komen alleen maar kansrijker.

Heeft u al strijdbare voornemens voor 2025? Meld u dan (kosteloos) aan bij de Claimstichting Pensioenvoldoen.NL. En vergeet niet het allerbelangrijkste te doen: gelukkig en gezond blijven!



**Leo Bisschops,**  
voorzitter

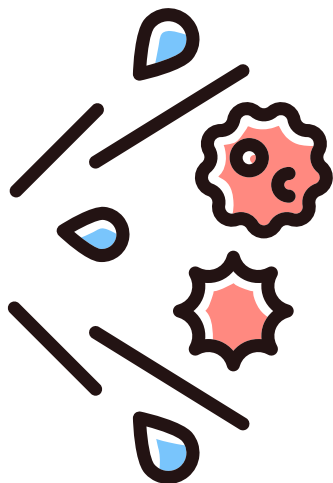
# 06



# 54



# 53



# 34

## MENSEN

**06/** Gijs Scholten van Aschat speelde een man met dementie: 'Beangstigend dat het je kan overkomen'

**18/** Op latere leeftijd nog beginnen aan een huisdier? 'Piet vrolijkt me zo weer op'

**54/** Een bezoek van de Ark van Noah: 'Je ziet de bewoners helemaal opbloeien'

## ONS BELANG

**24/** Uw huis opeten; goed idee? 'Vermogen in stenen staat niet op uw rekening'

**42/** Mantelzorgen op eigen terrein: 'Slim om dit tijdig te regelen'

**53/** Het gevaar van kinkhoest en wat u zelf kunt doen

## LEVEN

**34/** Terreinbeheerders bij Brabants Landschap: 'Dit werk is een manier van leven'

**41/** Een goede Nutri-Score betekent niet altijd een gezonde keuze. Hoe zit dat?

**48/** De financiële impact van samenwonen: 'Voorkom nare situaties'

## ELKE MAAND

- 12/** U & ons
- 23/** Fotoalbum
- 29/** Juridische helpdesk
- 32/** Ons kloppend hart
- 59/** Onsje geluk
- 61/** Op zoek
- 61/** Ledenservice
- 62/** Puzzel



*interview*

**ACTEUR  
GIJS SCHOLTEN  
VAN ASCHAT:**

**'Maak tijd om van dingen te genieten'**





**Een monoloog van negentig minuten over een man met dementie uit je hoofd leren; acteur Gijs Scholten van Aschat kan het op zijn 65e nog steeds, en hoe. Al zijn hele (omvangrijke) carrière verdiept de toneelspeler zich in het werk van Shakespeare, een schrijver met opvallende opvattingen over ouder worden. Hij spreekt met *ONS* over dementie, relevant blijven en rollen die worden omgedraaid.**

tekst Lieke van der Kroon | beeld Michel ter Wolbeek

**F**litsen, flarden, spinsels. Het maalt maar door, van dit naar dat. Het ene over het andere heen. Zogenaamd in gedachten denk je in feite niets. Maar hoe die struik heet, dat weet ik opeens niet meer. Dit is een fragment uit het toneelstuk *Cliënt E. Busken*, naar het gelijknamige boek van Jeroen Brouwers. Als we Gijs Scholten van Aschat spreken is hij net met deze voorstelling in de theaters teruggekeerd. Hij speelt daarin een man die tegen zijn wil is opgenomen in een verpleeginstelling vanwege dementie. De voorstelling laat de onmacht zien van mensen die niet goed meer kunnen communiceren, maar nog wel goed kunnen denken. Scholten van Aschat: “Het is beang-

stigend dat het je kan overkomen. Dat gevoel bekruipt me niet eens zozeer tijdens het spelen; dan ben ik aan het werk en heb ik een sterke focus. Maar het zijn de reacties van het publiek die me treffen. Vorige week kwam er na afloop een oude bekende naar me toe, ik had hem lang niet gezien. Hij feliciteerde me met de voorstelling en we raakten in gesprek. Hij vertelde dat hij zelf beginnende dementie heeft. Ik schrok. Ik had niets aan hem gemerkt. Tot ik vroeg naar zijn leeftijd. Het bleef stil, hij wist het niet. Ik realiseerde me dat dit het is; niet meer weten hoe oud je bent. Bij het afscheid omhelsden we elkaar en hij schoot vol. Toen werd hij opgepikt door zijn twee zoons en ik zag ze met z'n drieën weglopen. Het raakte me diep.”

### **Strijden om voorrang**

Zijn vader kreeg op zijn tachtigste dementie, dus de acteur maakte van dichtbij mee wat deze nare ziekte met een mens doet. “Ik krijg zo veel reacties op dit stuk. Wie maakt dit tegenwoordig niet mee? Het overkomt je opa, oma, vader, moeder, buurvrouw. De kans dat het jezelf treft, wordt ook groter nu we allemaal steeds ouder worden. Je moet tenslotte ergens aan doodgaan.” Zelf houdt de acteur zich vast aan de gedachte dat hij nu 65 is en nog behoorlijk goed teksten uit zijn hoofd kan leren. Het bewijs: in *Cliënt E. Busken* heeft hij bijna negentig minuten aan tekst. “Mijn arts zegt dat ik daar vooral mee door moet gaan. Het is als een spier die je blijft trainen. Het kost me op deze leeftijd wel meer tijd om de tekst te leren, maar het resultaat is hetzelfde. Vergelijk het met hardlopen: ik kan niet meer zo hard, maar ik loop nog wel.” Scholten van Aschat beseft goed dat hij, door die ‘spier’ te trainen, niet minder kans heeft om dementie te krijgen. “Maar als je eenmaal dementie hebt, kun je sowieso geen teksten meer uit je hoofd leren. Dat heb ik helaas onder oudere collega’s zien gebeuren. Dat is vreselijk. Enerzijds probeer ik me er wel op voor te bereiden en praktische zaken alvast goed te regelen. »



## GIJS SCHOLTEN VAN ASCHAT

(65) is toneelacteur bij ITA en stond regelmatig voor de camera, zoals voor dramaseries *Oud Geld*, *De Stamhouder* en *Sleepers*, maar ook in films als *Cloaca*, *Publieke werken* en *Tirza*. Hij was te zien bij televisieprogramma *De vloer op* en ontving onder meer een Gouden Kalf, een Louis d'Or en de Albert van Dalsumring. Hij is getrouwd en heeft drie kinderen.

Ik wil mijn kinderen niet opzadelen met dingen opruimen of uitzoeken. Maar verder ben ik erg van 'pluk de dag'. Wie dan leeft, die dan zorgt. Dat past ook meer bij mijn karakter. Die twee kanten strijden om voorrang."

### Nog steeds actueel

De 'gebeeldhouwde tekst vol prachtige fabelwoorden' uit *Cliënt E. Busken* doet Scholten van Aschat denken aan het werk van William Shakespeare. In zijn carrière bestudeerde en vertolkte de acteur vele rollen uit het oeuvre van de beroemde toneelschrijver uit de zestiende eeuw. Denk aan *Othello*, *Hamlet*, *Richard III* en *King Lear*. Volgens de acteur zijn veel thema's ruim vierhonderd jaar later nog steeds actueel. "Ik lees Shakespeare nu heel anders dan toen ik twintig was. Vroeger betrok ik rollen op mezelf, maar in deze levensfase betrek ik ze veel meer op de maatschappij. Zo viel mij een monoloog op uit *Hamlet*. Claudius heeft Hamlets vader vermoord en is daardoor koning geworden. Hij wil bidden om vergiffenis, maar het lukt hem niet. *Kun je genade krijgen met behoud van de buit? In deze decadente wereld wel. Hier schuift de misdaad met vergulde hand het recht opzij en overheerst de markt de wet.* Dat was in 1598 zo en dat is natuurlijk nog steeds zo. De overheid heeft taken afgestoten en vertrouwen gesteld in de marktwerking. Terwijl marktwerking maar één doel heeft en dat is winstmaximalisatie. Dat zie je bij de gaswinning in Groningen en talloze andere voorbeelden waar dit principe geldt."

**'Ik realiseerde me dat dit het is; niet meer weten hoe oud je bent'**

Volgens de gepassioneerde Shakespearekenner blijft *Richard III* ook zo mooi overeind in de huidige tijd. "Ik steel, ik steel en roep als eerste: *Houdt de dief! Het onheil dat ik heimelijk aanricht, daarvan geef ik anderen de schuld.*

Dat gaat natuurlijk over Trump en Poetin. Zo zie je dat die hele machtspolitiek in al die honderden jaren niet veranderd is. En dat maakt het eindeloos interessant."

### Bemoeien

In toneelstukken van Shakespeare staan ouder wordende personages er niet altijd mooi op. King Lear verliest zelfs volledig zijn verstand. *Wat is er zo gruwelijk onuitstaanbaar aan een bejaarde die zijn lot niet aanvaardt en blijft handelen alsof hij de baas is?* Daar herkent de acteur zich gelukkig niet in. Hoewel hij zich een recent voorval herinnert dat op het tegendeel zou kunnen wijzen. Voor opnames van de film *Alpha* was hij met zijn zoon Reinout en de hele crew dagenlang op de besneeuwde bergen in Slovenië en Zwitserland. "Het was een cadeau om dit samen met hem te doen. We hadden nog nooit samen gespeeld en ik was onder de indruk van hem als acteur en denker. Elke avond namen we de scènes door van de dag erna. We werkten met een jonge crew en we stonden behoorlijk onder druk door de omstandigheden van de natuur. Ik kon het niet laten om me met het proces te bemoeien. 'Laten we eerst die scène draaien in verband met het licht.' 'Je moet je geluidshengel daar houden.' Toen nam Reinout mij apart en zei heel liefdevol: 'Speel je rol nou maar, dat is genoeg'. Dat was pijnlijk voor mij, maar hij had gelijk. De sfeer werd er door mijn aanwijzingen niet beter op. Bijzonder om te merken dat de rollen waren omgedraaid; ik werd opgevoed door mijn zoon. En dat vond ik eigenlijk ook wel heerlijk. Zo hoort het toch ook? Waar ik vroeger voor hem zorgde, zorgt hij nu voor mij."

### Wakker geschud

Gijs Scholten van Aschat merkt dat hij 'zijn lot' als 65-plusser omarmd heeft. "Ik ben niet meer bezig met bewijzen dat ik relevant ben. Natuurlijk vind ik het leuk als mensen iets mooi vinden waar ik in speel. Maar het is niet meer waarom ik het doe. Het intrinsieke geluk zit altijd in het maken, het doen."



Dat bevrijdende gevoel van niet meer afhankelijk zijn van de mening van anderen is volgens de toneelspeler echt te danken aan het ouder worden. “De eerste vijftien of twintig jaar speelde ik voor iemand in de zaal die mij beoordeelde; meestal de regisseur. Ik werd gedreven door de dwangmatige gedachte dat ik beter moest zijn dan de rest. In het begin denk je: ongelooflijk dat ik hier mag staan. Dat gaat over in: wanneer komen ze erachter dat ik het eigenlijk niet kan? Vervolgens krijg je veel prijzen en ben je bezig

## ‘Als ik die angst niet meer had, zou het succes ook wegblijven’

met bewijzen dat die terecht waren. En uiteindelijk komt de *wake-up call* dat het daar allemaal niet om gaat.”

De acteur was in die jaren altijd ziek voor een voorstelling, tot overgeven aan toe. “Klassieke faalangst. Ik had veel succes en koppelde die angst daaraan. Ik dacht dat je blijkbaar angst moest hebben om succes te hebben. En als ik die angst niet meer had, zou het succes ook wegblijven. Tot een moment dat ik dacht: dit is niet gezond meer. Door schade en schande, en met behulp van gedragstherapie, heb ik het van me afgeschud. Ik probeer nu in het moment te zijn en minder bezig te zijn met het resultaat van wat ik doe. En daarbij kreeg ik het besef dat voldoen aan een norm die je zelf of iemand anders opstelt totaal niet creatief is.”

### Ruik de bloemen

In zijn vak en bij het lesgeven komt Scholten van Aschat af en toe mensen tegen die dit ook hebben. “Ik zeg altijd: het werk wat je moet doen zit vóór de voorstelling. Je voorbereiding is zaaien en ploegen, dat is hard werken. Eenmaal op het toneel kun je de zon laten opkomen en ontdekken wat er bloeit van wat je gezaaid hebt.”



Emoties regeren bij Cliënt E. Busken die lijdt aan dementie. Foto Fabian Calis, ITA

In zekere zin gaat dat ook op voor deze fase in zijn carrière. Het is in elk geval regelmatig onderwerp van gesprek in zijn vriendengroep. “We zeggen nu tegen elkaar: *Take some time to smell the roses*. Voor je het weet is het voorbij. Zorg dat je genoeg tijd hebt om van dingen te genieten. Niet meer dat vreselijke ‘willen’, maar meer ‘mogen’. Daar moet ik mezelf ook aan houden. En daarom ben ik per 1 augustus vijftig procent gaan werken. Ik dacht: ik heb dit 42 jaar gedaan. Ik vind spelen nog steeds leuk en ik kan het ook nog, maar het hoeft niet meer de hele tijd. En dat bevalt goed.” ■

### TE ZIEN

Sinds december is Gijs te zien in de speelfilm *Schitterend*. In februari komt de film *Alpha* uit, waarin hij samen met zijn zoon Reinout speelt. En op het toneel vertolkt hij de rol van Guillaume in *Giovanni's Room* bij ITA. De voorstelling *Cliënt E. Busken* is bij het verschijnen van dit magazine afgerond.

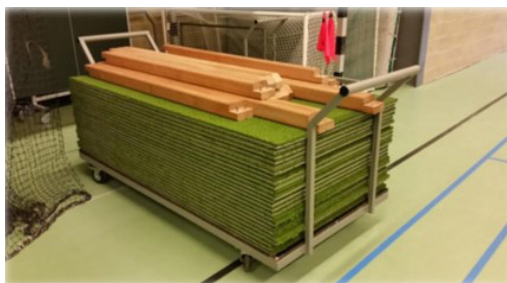
Verhalen, brieven en berichten  
die ons bezighouden

## Pleidooi voor betere preventieve zorg

Senioren Netwerk Nederland heeft bij de Tweede Kamer gepleit voor betere preventieve zorg voor ouderen. "Dat is essentieel om hen gezond en vitaal te houden", stelt Leo Bisschops, woordvoerder van Senioren Netwerk Nederland. "Door tijdig in te grijpen voorkomen we gezondheidsproblemen." In dit pleidooi gaf het samenwerkingsverband van provinciale KBO-verenigingen aan dat valpreventie hoog op de agenda dient te staan en dat de medicatieveiligheid verbeterd moet worden. Senioren Netwerk Nederland pleit bovendien voor een Rijksvaccinatieprogramma voor volwassenen en de oprichting van consultatiebureaus voor zestigplussers.

## Mobiele jeu de boulesbanen

De KBO in Prinsenbeek heeft veel jeu de boules-fanaten. Sinds twee jaar is dit spel dan ook als vaste activiteit aan hun programma toegevoegd. Met mobiele banen kunnen leden van deze afdeling overal een bal werpen. Door de losse matten kunnen de banen in de lengte aangepast worden. En opgestapeld nemen ze niet al te veel ruimte in, wachtend op een volgende ronde.



### DOE MEE!

Reageren op artikelen  
in ONS Magazine?  
Stuur uw reactie naar  
ONS Magazine,  
Postbus 3240,  
5203 DE 's-Hertogenbosch.  
Mailen kan ook:  
redactie@onsmagazine.nl  
Vergeet niet uw naam,  
adres en woonplaats  
te vermelden.



### SLAAP LEKKER

Goede slaap kan het  
risico op dementie  
verlagen. Voldoende  
slaap helpt de opbouw  
van schadelijke stoffen in  
de hersenen, zoals  
beta-amyloïd, te  
verminderen.

Bron: Alzheimer  
Nederland



## De Staatsinjectie

In *De Staatsinjectie* is er een wet ingevoerd die levensbeëindiging op 85-jarige leeftijd verplicht stelt om de economische lasten voor de samenleving te verlichten. In deze dystopische en humoristische roman van Tinie Kardol worden de grenzen van ethiek en staatsmacht onderzocht. De lezer wordt meegesleept om na te denken over de waardigheid en rechtvaardigheid van het leven.

**Uitgeverij:** Blauwburgwal, € 15,00

## De reis van de mens

Labyrint-achtige paden, middeleeuwse heiligenbeelden, getufte 'Joshua Trees' en spiraalvormige schilderijen: in de tentoonstelling *Uit het Paradijs. Kunst, mythologie, psychologie* in Museum Krona komen oude, moderne en hedendaagse kunst samen. Van schilderijen van Salvador Dalí en Rembrandt tot videokunst van Juul Kraijer en Guido van der Werve. Centraal staat 'de reis van de mens'.

**Locatie:** Veghelsedijk 25, 5401 PB Uden  
**Openingstijden:** tot en met 16 maart 2025  
op dinsdag tot en met zondag van 11.00  
tot 17.00 uur.



**Entree:** € 11,00

**Meer informatie:**  
museumkrona.nl



## Nieuwe tarieven zorgverzekering

Het is weer tijd om uw zorgverzekering onder de loep te nemen. Betaalt u niet te veel? En krijgt u wel vergoed wat u nodig heeft? De provinciale KBO's van Brabant-Zeeland, Gelderland, Limburg en Overijssel hebben een collectiviteitsafspraken met een aantal zorgverzekeraars gemaakt. Hierdoor kunt u met uw lidmaatschap in één van die provincies niet alleen korting krijgen op uw aanvullende zorgverzekering maar ook een uitgebreidere dekking. Ga naar de website van uw provinciale vereniging om te zien hoe het ook alweer zit met de verplichte basisverzekering, het eigen risico, de vrijwillige aanvullende verzekeringen en welke voordelen er voor u zijn.

## Aanbevelingen voor eerstelijnszorg

Toegankelijke eerstelijnszorg heeft hoge prioriteit bij Senioren Netwerk Nederland. Ter gelegenheid van het debat in de Vaste Kamercommissie van VWS deed het netwerk daarom een aantal aanbevelingen. Ze pleit onder meer voor een verbod op private equity in de huisartsenzorg, wijkgerichte geriatrische teams, meer aandacht voor preventie en het opnemen van mondzorg in het basispakket van de zorgverzekering. Eerstelijnszorg is zorg waar u zelf zonder verwijzing naartoe kunt gaan. Denk aan huisarts, tandarts, fysiotherapeut en apotheek. Omdat zorg voor senioren steeds vaker in de thuissituatie plaatsvindt, zijn deze randvoorwaarden essentieel.



In de ban van de middeleeuwen, Museum Catharijneconvent, foto Mike Bink

## Middeleeuwse meesterwerken

Bezoek Museum Catharijneconvent in Utrecht. Het museum is gevestigd in een eeuwenoud klooster en biedt een vaste collectie met meesterwerken uit de middeleeuwen. Daarnaast zijn er regelmatig tijdelijke tentoonstellingen, zoals *In de ban van de middeleeuwen*. Ontdek het leven en de verzamelmotieven van vier bijzondere individuen: een rijk echtpaar, een priester en een industrieel. Door hun fascinatie voor dit tijdperk ziet u een verzameling van indrukwekkende schilderijen en panelen.

**Locatie:** Lange Nieuwstraat 38, 3512 PH Utrecht

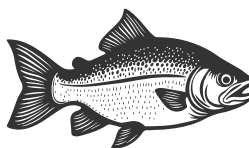
**Openingstijden:** tot en met 26 januari 2025 op dinsdag tot en met vrijdag van 10.00 tot 17.00 uur en zaterdag, zondag en feestdagen



van 11.00 tot 17.00 uur.

**Entree:** € 15,00

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



Tip uit  
grootmoeders  
huishoudgids  
*1001 nuttige wenken*

**Is de vis oud  
of vers?**

**Men legt de  
vis in een pan  
met water,  
zinkt de vis  
dan is ze  
goed.**

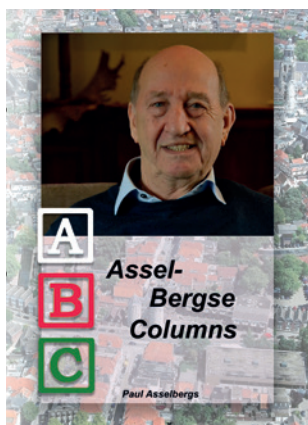
## Kook mee met Sandra en Mounir

Bent u op zoek naar inspiratie voor heerlijke gerechten? Sandra Ysbrandy en Mounir Toub nemen u stap voor stap mee bij het maken van verrassende en makkelijke maaltijden in *Kook mee met MAX*. Bereid bijvoorbeeld wortelpannenkoeken met doperwten-kerriesaus of erbazzone met zalm. Voor de gerechten uit dit televisieprogramma heeft u geen ingewikkelde apparatuur nodig. Kijk elke maandag tot en met donderdag om 12.05 uur op NPO 2 en om 14.15 uur op NPO 1. U kunt het ook terugkijken via NPO Start.

## Betrokken

“Laatst waren wij toevallig bij mijn vader toen de vrijwillige ouderenadviseur van Senioren Brabant-Zeeland bij hem op bezoek kwam omdat hij tachtig was geworden. Wij hebben daardoor een groot deel van dit keukentafelgesprek kunnen horen. We waren erg onder de indruk van de betrokkenheid, bezorgdheid, zorgvuldigheid en scherpheid van de dame die de vragenlijst afwerkte. Ook de vragenlijst was erg goed. Door deze aanpak leg je volgens ons precies bloot waar de pijn en de probleempjes zitten. Dat daar dan ook nog een heel pakket aan adviezen bijzit over hoe dat soort dingen op te lossen, maakt het nog mooier! Wij vinden eigenlijk dat iedereen die een bepaalde leeftijd bereikt of bijvoorbeeld weduwe of weduwnaar geworden is zo iemand op bezoek zou moeten krijgen. Dank daarvoor!”

*Een tevreden dochter uit Nuenen*



## Schoonheid in het alledaagse

Trouwambtenaar en columnist Paul Asselbergs uit Bergen op Zoom heeft een bundel uitgebracht van zijn

*AsselBergse Columns*. Op geestige wijze beschrijft hij de kleine dingen die vaak onopgemerkt blijven, maar bij nadere beschouwing juist de kern vormen van ons bestaan. Hij laat lezers de waardering (terug)vinden voor de schoonheid in het alledaagse. Zijn boek is voor vijftien euro te bestellen via [paul.asselbergs@home.nl](mailto:paul.asselbergs@home.nl) of te koop in boekwinkels in Bergen op Zoom, Halsteren en Hoogerheide.

## MIJN MOOISTE KBO-MOMENT

“Iedere maand bij het lezen van de ONS, van verhaal tot puzzel.”

*C. de Klein*

## DAGJE UIT *Senioren Expo*

De ideale combinatie van gezelligheid, muziek, lekker eten én bijgepraat worden over gezondheid, bewegen, reizen, mode, wonen en hobby's: u vindt het tijdens de Senioren Expo in Veldhoven. Uiteraard is Senioren Brabant-Zeeland ook aanwezig met een gezellig ontmoetingsplein. Breng ook meteen een bezoek aan *Creactief met ONS*, waar lezers hun hobbyproducten exposeren. Op vertoon van uw ledenpas krijgt u vijf euro korting op de toegang tot de beurs.

**Locatie:** NH Conference Centre Koningshof, Locht 117, 5504 RM Veldhoven



**Openingstijden:** van 14 tot en met 19 januari van 10.00 tot 17.00 uur

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



255.000

65-plussers zijn actief op de arbeidsmarkt. Het aantal werkende 65-plussers is verdrievoudigd in vijftien jaar.



## Laat u voorlezen door ONS

Het platform [onsmagazine.nl](https://onsmagazine.nl) blijft zich ontwikkelen en verbeteren. Vanaf nu kunt u op onze website alle artikelen niet alleen lezen maar ook beluisteren! Dat is fijn voor mensen die liever gewoon luisteren dan lezen, maar vooral voor mensen die slechtziend zijn of die moeilijk lezen. De voorleesfunctie staat boven elk artikel. U kunt de voorleessnelheid aanpassen of met kleine sprongetjes door een verhaal gaan. Probeer het eens: ga naar [onsmagazine.nl](https://onsmagazine.nl) en laat uzelf voorlezen door ONS!



## Gratis met de bus in Tilburg

Tilburgers van zeventig jaar en ouder kunnen sinds kort gebruikmaken van de *Voor Elkaar Pas*. Hiermee reizen zij een jaar lang gratis met de bus in de regio. Dit initiatief helpt senioren die niet meer fietsen of autorijden om mobiel en zelfstandig te blijven. Ook een begeleider mag gratis mee. De regeling is bedoeld om ouderen te stimuleren actief te blijven en makkelijker deel te nemen aan sociale activiteiten.



## NOG JONG

Wat is het heerlijk lopen in de wind  
maar aan zoiets kun je op jouw leeftijd niet beginnen  
want je hart klopt dan zo heftig hier van binnen  
je bent een oude vrouw geworden kind

Eens liep je met een glimlach door de regen  
ging met vriendinnen bloemen plukken in de wei  
speels ging je zo door ieder jaargetij –  
nu kom je altijd ongemakken tegen

Geniet nu maar van de herinneringen  
en van de kinderen die komen op je pad  
laat je niet hinderen, je hebt je jeugd gehad  
dus ik glimlach en mijn hart gaat zingen

Nu ik deze regels heb geschreven  
voel ik me weer blij zoals een kind –  
al loop ik niet meer door de regen en de wind  
in mijn hart ben ik nog jong gebleven

*Catharina Scheenen, Heeze*

## Veilig fietsen tot je honderdste

De afgelopen maanden speelden 130 Brabantse seniorenverenigingen online de quiz *Doortrappen*, waarin de verkeerskennis van de deelnemers werd getest. Doel van *Doortrappen*, een campagne van het ministerie van Infrastructuur en Waterstaat in samenwerking met onder meer Veilig Verkeer Nederland en de Fietzersbond, is om ouderen zo lang mogelijk veilig te laten fietsen, liefst tot hun honderdste. De vijf beste seniorenverenigingen streden in het Provinciehuis in 's-Hertogenbosch tegen elkaar in de finale. Het team PVGE Best ging er met de zege vandoor. Wim Brekelmans, lid van Contact50 Udenhout, werd benoemd tot *Beste Doortrapper van Brabant* omdat hij een ware ambassadeur voor het fietsen is.

# GEZELLIGE BEESTENBOEL

Op latere leeftijd een huisdier nemen: niet iedereen durft er nog aan te beginnen. De gezelligheid die hun huisgenoten met zich meebrengen trok deze drie toch over de streep.

Toen haar kat Jimi overleed, twee jaar na het overlijden van haar man Wim, was het huis zo stil zonder ander levend wezen. Het duurde dus niet lang of Marjolein ten Velden (64) ging weer op zoek naar een kat.

“Ik heb altijd katten gehad, ik weet niet beter. Toen Jimi overleed vroeg de dierenarts, die ons al heel lang kent: ‘Je neemt toch wel een nieuwe kat?’ Dat wist ik niet hoor. Ik was in mijn eentje, ging ik daar weer aan beginnen? Maar het ging helemaal niet goed met mij zonder katten. Veel te stil in huis. Bij het asiel hadden ze alleen katten die naar buiten moesten kunnen. Dat kan in mijn bovenwoning niet. Via de Dierenbescherming kwam ik toen bij verhuisdieren.nl terecht. Daar melden huisdiereigenaren zich als ze om wat voor reden dan ook afstand moeten doen van hun huisdier. Of mensen die een huisdier zoeken. Ik wilde een oudere kat, want jonkies komen altijd wel ergens terecht.

**‘Het ging helemaal niet goed met mij zonder katten’**

Toen ik Sjaak zag wist ik meteen: deze wil ik. Er bleken meer kapers op de kust, dus ik moest iets doen om op te vallen. Ik maakte een filmpje van mijn woonkamer waar nog allemaal spullen van Janis en Jimi staan. Eetbakjes. Speeltjes. Dat werkte: ik mocht hem komen ophalen. Zijn baasje en ik hebben nog af en toe contact, het klikt meteen. Sjaak is precies wat ik nodig heb. Zodra ik op de bank ga zitten, kruipt hij op schoot. Overal waar ik ga is hij ook.”



Vooraf de man van Greet van Gils wilde graag een hond. Zij zag het, met hun pensioen en kampeerplannen in het vooruitzicht, niet zo zitten. Toen ze samen bij een nestje Rhodesian Ridgeback-pups gingen kijken en Pien zagen, was Greet om.

“Toen mijn man drie jaar geleden overleed, voelde Pien mijn emoties perfect aan. Ze was helemaal op mij gericht, dat vond ik erg bijzonder. Ze heeft me echt door die periode heen geholpen. Omdat ik er toch met haar op uit moest, hield ik de structuur in mijn dagen. Je moet elke dag

### ‘Ik hoop nog lang met Pien te mogen genieten’

naar buiten, weer of geen weer. Ik wandel het liefst alleen met Pien, maar ik vind het wel leuk om onderweg mensen tegen te komen. Zo heb ik al veel mensen hier in de buurt ontmoet en soms bijzondere gesprekken gevoerd. Ze hoort er ook altijd helemaal bij als ik met vrienden afspreek. Ik hoop nog heel lang samen met Pien te mogen genieten. Maar mocht ik ooit voor de keuze staan, weet ik nog niet of ik nog aan een nieuw hondje zou beginnen. Je blijft in beweging en een hond kan zo lekker bij je kruipen. Mijn gevoel zegt dus ‘ja’, maar mijn verstand weet het nog niet zeker. Op wat latere leeftijd zou ik sowieso niet nog een keer voor een pup of een erg speelse hond gaan. Dan bezorg ik liever een wat oudere hond uit het asiel nog een paar fijne jaren.” »





Guus Verheul (84) was altijd al een dierenvriend. Hij had jarenlang een hond en een volière vol vogels. Nu zorgt zijn kanarie Piet voor leven in de brouwerij.

"Ik heb hem nooit officieel een naam gegeven, maar ik noem 'm maar gewoon 'Piet', van kanariepiet. Nog niet zo lang geleden overleden mijn hond en mijn vrouw kort na elkaar. Het werd erg stil in huis. Ik was altijd al dol op dieren, maar aan een nieuwe hond durfde ik op mijn leeftijd niet meer te beginnen. Zo'n beestje opvoeden is toch best intensief en op mijn leeftijd wordt de kans groter dat je gezondheid niet meer helemaal meewerkt. Op een dag belde mijn oudste zoon: 'Ben je thuis? Dan kom ik je zo halen om een kanarie uit te zoeken!'. Ik kreeg er zelfs de kooi en een voorraadje voer bij van hem. Ik heb genoeg te doen en voel me zeker niet eenzaam, maar het is toch

### 'Piet vrolijkt me zo weer op'

wel erg gezellig om Piet te horen fluiten als ik thuiskom. Als ik eens een dipje heb, vrolijkt hij me zo weer op. Ondanks dat mijn hond er al even niet meer is, blijf ik ons vroegere rondje elke dag lopen. Het is nog steeds leuk om onderweg allerlei mensen tegen te komen en ik blijf in beweging. Af en toe logeert ook de kat van mijn dochter bij me. Erg gezellig. Piets kooi verhuist dan alleen voor de veiligheid wel even naar boven. Ik wil 'm nog lang niet kwijt!" ■



Lezers delen een foto van een memorabel moment met ONS



## HENNIE VAN DER LAAN

(81) woont in Malden en is lid van KBO Malden en omgeving. Ze heeft twee kinderen en meerdere kleinkinderen. Ze leest graag de krant, kijkt veel televisie en houdt van het oplossen van kruiswoordpuzzels.

# 1945: Mijn broer en ik waren altijd samen

**O**p deze foto zitten mijn broer Bram en ik samen in de kar op de dag dat Nederland bevrijd werd. Wij zijn geboren op 17 juli 1943. Een tweeling was een grote verrassing voor onze ouders. Daar was niet op gerekend, dus moest er hals-overkop een extra wieg bij komen. De zus van mijn vader en de zus van mijn moeder zagen er eentje in een etalage van NSB'ers. Dat was de enige die ze konden vinden, dus er zat niets anders op. Pas na de oorlog kwam mijn vader erachter waar de wieg vandaan

### 'Hij gooide de wieg naar de overkant van de straat'

kwam. Hij was woedend en gooide de wieg naar de overkant van de straat. Toen we opgroeiden haalden mijn broer en ik van alles uit. Mijn vader zei wel eens: 'Wat voor een ondeugende sodemieters heb ik toch op de wereld gezet'. Op school wisten we elkaar altijd weer te vinden. Eén keer werden we in verschillende klassen geplaatst, maar zelfs dat hield ons niet tegen. We werden op precies hetzelfde moment uit de klas gestuurd en kwamen elkaar weer tegen op de gang. Mijn broer en ik vormen een hechte eenheid en voelen elkaar nog altijd goed aan." ■

## UW FOTO?

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@onsmagazine.nl](mailto:redactie@onsmagazine.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.





# NIET VERHUIZEN, WEL GELD VRIJMAKEN

Wat zijn de mogelijkheden om uw huis 'op te eten'?

**Als u al lang in uw huis woont is het meer waard geworden. Maar hoe benut u dit geld, zonder te verhuizen? Lees hier wat de mogelijkheden zijn en waar u op moet letten.**



**H**uiseigenaren zijn vermogend, zeggen mensen wel eens, zo vertelt Hans André de la Porte van Vereniging Eigen Huis. “Maar dat hoeft niet zo te zijn en niet zo te voelen. Als er al veel van de hypotheek is afgelost zit het opgebouwde vermogen in de stenen en staat het niet op de bankrekening. Verkopen is een optie, maar senioren willen vaak graag in hun huis blijven wonen. Niet alleen omdat het huis vertrouwd is, maar ook omdat het fijn is om in de bekende omgeving te blijven. Daarnaast loopt de bouw van het aantal seniorenwoningen achter, waardoor doorstromen vaak moeilijk is. Bovendien is huren meestal duur. Maar thuis blijven wonen vraagt vaak vroeg of laat om aanpassingen, vanwege de toenemende leeftijd en de bijbehorende behoeften. Bijvoorbeeld het verplaatsen van de slaapkamer en badkamer naar de begane grond. Als u daar geen geld voor hebt zijn er verschillende mogelijkheden om geld uit een huis vrij te maken: een lening bij de bank, een lening bij de gemeente of het huis verkopen en zelf terug huren.”

### **Wat is een opeethypotheek of verzilverhypotheek?**

Met een lening bij de bank kunt u de overwaarde van uw huis verzilveren. Dit is de zogeheten ‘opeethypotheek’ of ‘verzilverhypotheek’. André de la Porte legt uit wat de voor- en nadelen zijn van deze lening. “Het voordeel is dat u met een lening van de

bank geld kan vrijmaken en mag besteden hoe u dat zelf wilt. In tegenstelling tot een ‘gewone’ hypotheek betaalt u de rente niet maandelijks, dus dit is ook haalbaar als u een laag inkomen heeft. De meeste mensen gebruiken dit geld om hun huis aan te passen aan fysieke beperkingen. Een andere reden kan zijn dat u het aan uw kinderen wilt schenken, bijvoorbeeld zodat zij een huis kunnen kopen. Vereniging Eigen Huis drukt mensen altijd op het hart hier goed over na te denken: u kunnen het geld van de overwaarde maar één keer uitgeven. Als u het later zelf nodig hebt, komt u misschien tekort.”

### **Hoe verzilvert u voorzichtig?**

De la Porte ziet weinig mensen die de lening opnemen om luxer te leven. “Enkele decennia geleden was de gedachte dat senioren zo’n lening nog wel eens gebruikten om op vakantie te gaan of een camper te kopen, maar sinds de kredietcrisis van twaalf jaar geleden zie ik dat steeds minder. Ouderen zijn voorzichtiger geworden met lenen: ze willen niet afhankelijk zijn van een bank. Het maakt overigens niet uit of u naar de bank gaat of naar een zelfstandige hypotheekadviseur; de regels voor maximaal lenen zijn hetzelfde.

**‘Vermogen dat in stenen zit staat niet op de rekening’**

En die regels zijn strenger geworden. Het kan dus tegenvallen hoeveel geld u kunt opnemen, maar het voordeel daarvan is dat u minder snel in de problemen komt. Het nadeel is dat de rente hoger is dan bij een gewone hypotheek. Ook wordt de schuld steeds hoger en de overwaarde van uw huis lager doordat de rente van deze hypotheek bij de bestaande schuld wordt opgeteld. Als u uiteindelijk uw huis verkoopt, of als u overlijdt, gaat eerst het bedrag dat u nog verschuldigd bent naar de bank. Wat overblijft gaat naar u of uw erven.” »

## Hoe werkt lenen via de gemeente?

Een tweede optie is een lening afsluiten via de gemeente. Dat kan via de Verzilverlening of via een Blijverslening. André de la Porte legt uit: "Bij de Verzilverlening wordt rente ook bij de schuld opgeteld. Het lijkt dus op de opeethypotheek. Een van de verschillen is dat deze financiering via het Stimuleringsfonds Volkshuisvesting (SVn) loopt en dus een sociale achtergrond heeft. Een ander verschil met de opeethypotheek is dat u deze lening niet overal voor kunt gebruiken. Zo mag u de Verzilverlening wel gebruiken voor het betalen van zorgkosten of het aanpassen van uw woning, maar niet voor vakantie. Een andere gemeentelijke lening is de Blijverslening. Deze lening kunt u gebruiken voor noodzakelijke aanpassingen om in uw huis te kunnen blijven wonen. Dit is handig als u ineens geld nodig heeft voor bijvoorbeeld een traplift, of een verlaging van het aanrecht. Er zijn wel voorwaarden aan de Blijverslening verbonden. Zo moet een van de aanvragers jonger zijn dan 76 jaar. Ook is er een inkomenstoets, om te beoordelen of u de lening terug kunt betalen. Verder bepaalt iedere gemeente zelf welke maatregelen wel of niet gefinancierd worden."

## Wanneer woning verkopen en terug huren?

Tenslotte kunt u ook nog uw huis verkopen aan een belegger en het vervolgens terug huren. "U krijgt dan meteen een hoop geld op uw rekening", vertelt De la Porte. "Maar let op: het klinkt mooier dan het is. U krijgt meestal tussen de zeventig en tachtig procent van de waarde van uw woning, waarover u ook nog vermogensbelasting moet betalen. Dit geld gaat er hard doorheen, want de huur is vaak hoog en stijgt bovendien ieder jaar. Bovendien is het de vraag in hoeverre de belegger goed zorgt voor reparatie en onderhoud, want sommige partijen hebben daar geen lange ervaring mee. Ze kunnen zelfs ook weer ophouden te bestaan. Besluit dit dus nooit te doen alleen op basis van een mooie folder of



**HANS ANDRÉ  
DE LA PORTE**

van Vereniging  
Eigen Huis

website. Vraag advies van iemand met verstand van zaken die nuchter kan kijken wat de voor- en nadelen zijn. Neem een weloverwogen besluit. We hebben zelf de indruk dat maar een klein deel van de huiseigenaren deze mogelijkheid gebruikt. Meestal komen mensen er al snel achter dat de andere mogelijkheden aantrekkelijker zijn."

## Wat heeft u nodig?

Vereniging Eigen Huis spreekt regelmatig met leden over hun wensen en mogelijkheden. André de la Porte vertelt: "Vaak zijn mensen blij dat ze hun hypotheek vrijwel hebben afgelost en willen ze weten hoe ze hun overwaarde het beste kunnen benutten. We merken dat mensen tegenwoordig goed willen weten wat de gevolgen zijn van een keuze. Er is geen pasklaar advies dat voor iedereen goed is. Om een weloverwogen besluit te nemen moeten mensen goed kijken wat ze nodig hebben en wat hun persoonlijke omstandigheden zijn. Denk aan aanpassingen van de woning of hogere zorgkosten. Mensen

## 'Uw woning verkopen en terug huren klinkt mooier dan het is'

maken uiteindelijk meestal gebruik van een van de eerder genoemde opties, want veel andere mogelijkheden om vermogen vrij te maken zijn er niet. Het huis verkopen is natuurlijk een optie, maar dan moet er wel zicht op een andere geschikte woning zijn. Veel mensen willen best verhuizen, bijvoorbeeld omdat ze thuis te veel onbenutte ruimte hebben, maar kunnen niets passends vinden. Daarom dringen wij als Vereniging Eigen Huis bij minister Keijzer en gemeenten erop aan: bouw voor senioren! Als twintig senioren naar seniorenwoningen verhuizen komen er vaak twintig eengezinswoningen vrij. Iedereen profiteert daarvan." ■

# Slim omgaan met erfbelasting

**Als u vermogen nalaat moeten uw nabestaanden daarover erfbelasting betalen. Door uw testament aan te passen, kunt u die belasting wat beperken. Oud-notaris Peter van Dongen legt uit hoe dat precies zit.**



Deze rubriek gaat over onze rechten en plichten en over notariële zaken, beschreven aan de hand van een concreet voorbeeld. Deze keer gaat het over het Radar-testament en het opvullegaat.

Elke situatie is anders. Vraag dus altijd persoonlijk advies bij een notaris of juridisch adviseur.

**W**anneer u kinderen heeft en u heeft geen testament, dan wordt bij uw overlijden de wet gevolgd. Uw partner en uw kinderen hebben ieder recht op een gelijk deel van uw vermogen. Uw kinderen kunnen hun erfdeel pas opeisen als ook de andere ouder is overleden. Maar uw partner betaalt al wel de erfbelasting over het vermogen dat u aan uw kinderen nalaat. En dat kan ingewikkeld zijn als al het vermogen bijvoorbeeld vastzit in een eigen woning.

## Het Radar-testament

“Om die erfbelasting een beetje te beperken zijn er verschillende oplossingen”, zegt Peter van Dongen, die daar bij de juridische helpdesk geregeld vragen over krijgt. “Sinds een uitzending van consumentenprogramma Radar in 2010 was de tweetrapsmaking populair. Dat wordt daarom ook wel het Radar-testament genoemd”, vertelt Van Dongen. “Simpel gezegd is bij dat testament de partner de enige erfgenaam. De kinderen erven pas iets als de langstlevende ouder overlijdt.” In sommige gevallen biedt zo’n testament voordelen, maar veel vaker eigenlijk niet. “Als het vermogen nog groeit, bijvoorbeeld doordat een huis

meer waard wordt, moet er uiteindelijk meer belasting worden betaald. De langstlevende ouder moet een ingewikkelde administratie bijhouden. En wanneer deze ouder onverhoopt in een zorginstelling wordt opgenomen, kan de eigen bijdrage flink hoger uitvallen. Dat komt doordat hij of zij in deze constructie een hoger eigen vermogen heeft.”

## Een opvullegaat

Een opvullegaat, ook wel afvullegaat genoemd, is in veel situaties interessanter, vertelt Van Dongen. “Daarmee blijven de kinderen ook erfgenaam van de ouder die het eerst overlijdt. Op het moment van dat overlijden bepaalt de langstlevende ouder de verdeling van de erfenis. Die kan er dan bijvoorbeeld voor kiezen om alleen het van belasting vrijgestelde deel te geven, in 2025 is dat bedrag voor kinderen 25.490 euro. Zo wordt het betalen van erfbelasting nog even uitgesteld.” Wat voor een testament geschikt is, is zeer afhankelijk van uw persoonlijke situatie, benadrukt Van Dongen. “Als u een partner en twee kinderen heeft en per ouder meer dan 100.000 euro nalaat, heeft het zin om na te denken over het slim omgaan met erfbelasting. Laat u dus vooral goed adviseren door uw notaris.” ■





## Profiteer van uw lidmaatschap!

De feestdagen naderen en dat betekent extra veel voordeel! De producten zijn uitgebreid getest en voorzien van alle nodige normeringen en keurmerken. Ze worden bij u thuisbezorgd (€ 6,95 verzendkosten) met twee jaar fabrieksgarantie! U betaalt eenvoudig en veilig via iDEAL of bankoverschrijving.

### Refurbished laptop inclusief gratis cursus

#### Dell Latitude 3310

- Inclusief gratis cursus digitale vaardigheden (t.w.v. €125,-) gedurende 12 maanden
- Gereviseerd en gereinigd: 100% technisch in orde
- Windows 11 is geïnstalleerd
- Twee jaar hardware garantie en één jaar werkzaamheid garantie op de accu
- Gebruiksklaar aan huis geleverd inclusief netsnoer en oplader
- Eén jaar gratis uitgebreide technische helpdesk
- Het werkgeheugen en opslaggeheugen kan worden uitgebreid (optioneel)



4GB RAM / 128 GB SSD: Van €799,- **Voor € 279,95**  
 8GB RAM / 256 GB SSD: Van €899,- **Voor € 329,95**

### Audiosysteem met DAB+/FM-radio

#### Lenco DAR-281WDSI

- Geniet van een unieke muziekbeleving met kraakhelder geluid
- Multifunctioneel: DAB+/FM-radio, CD/MP3-speler, USB, Bluetooth
- Wekker met dubbele wekfunctie
- Met draadloos oplaadpunt voor smartphones (te gebruiken als uw smartphone deze optie heeft)
- Personaliseerbare geluidskwaliteit met ingebouwde equalizer
- Stijlvol ontwerp in klassiek hout en modern roestvrij staal



Van €329,95  
**Voor € 199,95**

### Elektrische torenkachel met ECO-modus

#### BREND BR-2221

- Geniet binnen van warmte en gezelligheid nu de temperaturen buiten dalen
- Met ventilator- en oscillatiefunctie voor een optimale warme luchtverspreiding
- Voorzien van twee verwarmingsinstellingen en een thermostaatfunctie: 15 - 35 °C
- Inclusief energiezuinige eco-modus en keramisch verwarmingselement voor snelle opwarming
- Stille werking en timerfunctie met intervallen van steeds één uur
- Overzichtelijk digitaal display (bovenop) met bediening via touchscreen of afstandsbediening



Van €99,95  
**Voor € 49,95**

### Lichtgewicht steelstofzuiger met handstofzuiger

#### TurboTronic CF7

- Cycloontechnologie voor efficiënte vuilopname en een capaciteit van 0,9 liter
- Compact ontwerp met een krachtige 22.2V motor
- Flexibel met twee zuigsnelheden
- Betrouwbare 2200mAh lithiumbatterij voor langdurig gebruik
- Inclusief accessoires en wandmontagesysteem
- Combimondstuk met roterend borstel met ledverlichting voor verschillende vloertypes
- Verkrijgbaar in de kleurcombinaties: paars/zilver en zwart/zilver



Van €199,95 voor €119,95  
**Nu extra afgeprijsd naar € 89,95**



### HEEFT U ZICH AL INGESCHREVEN VOOR DE NIEUWSBRIEF?

Blijf op de hoogte van de nieuwste producten en beste aanbiedingen in onze shop, speciaal voor u als lid! Scan de QR-code met uw smartphone, of schrijf u direct in via [www.onsledenvoordeel.nl](http://www.onsledenvoordeel.nl).

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

of bel (085) 486 33 63. In de webshop van Ons Ledenvoordeel vindt u nog veel meer aantrekkelijke ledenvoordelen.



*ons kloppend hart*

1

2

3

4

# BOUWEN AAN DE GROOTSTE KERSTSTAL







## Handige handen en creatieve geesten bouwden de afgelopen maanden weer vrijwillig aan de grootste kerststal van ons land. In de Sint-Janskathedraal in 's-Hertogenbosch loopt u er dit jaar doorheen als een mini-pelgrimage.

**E**lk jaar komt er een spiksplinternieuw ontwerp. Dit jaar is het thema *Pelgrims van Hoop*, waarbij de link wordt gelegd met het Heilig Jaar 2025. U volgt een verrassende pelgrimsroute door een adembenemend berglandschap en een lieflijk dorpje. Uiteindelijk belandt u in Rome; bij de Sixtijnse kapel en de Porta Sancta, de Heilige Deur. En waar vindt u de kribbe van Jezus? In een echte Romeinse ruïne!

**1 Jack Kradolfer (71)** “Ik ben de coördinator van het project, maar we doen het samen als een hecht team. Vier dagen per week steken we de handen uit de mouwen. Het basisontwerp – goedgekeurd door de plebaan – is onze gids, maar er is ook ruimte voor eigen ideeën van de bouwers.”

**2 Ad Sabel (75)** “Er hangt hier een sfeer van broederschap; elkaar ondersteunen en samen aan de slag. Het team bestaat uit vrijwilligers met allerlei kennis en ervaring. Allemaal handige mensen die elkaar met respect corrigeren om het eindresultaat nóg beter te maken.”

**3 Riet Versfeld (74)** “We werken veel met piepschuim. Ik snij er groeven in, föhn er een korrelige structuur op en ik schilder. Week na week zie je de kerststal groeien en kom je langzaam in de kerstsfeer. Als het klaar is, loop ik er met trots doorheen.”

**4 Agnes Schippers (71)** “Vlak voor het begin van de bouw brak ik mijn rechterpols. Ontzettend balen. Maar ik moet en zal meehelpen, ook al is het met links. Alleen veel naaiwerk moest ik dit jaar aan anderen overlaten.” ■

### WEETJE

In de kerststal staan levensechte poppen én 180 opgezette dieren, inclusief twee poezen. De oudste, uit de jaren vijftig, werd ooit overreden vlak bij de kathedraal. Het beestje werd opgezet en staat sindsdien prominent in de kerststal. Ze is wat fragiel geworden en staat op een speciale plek vlakbij Jezus. De tweede poes is de ‘aipoes’ en klaar om geknuffeld te worden.

### ACTIVITEIT

Kerststal bouwen

### DEELNEMERS

Dertig vrijwilligers, onder wie verschillende KBO-leden

### LOCATIE

Sint-Janskathedraal, 's-Hertogenbosch

### OMVANG

Ruim 500 vierkante meter

### BEZOEKEN

Tot en met 12 januari 2025

### ENTREE

€ 2,50. Kinderen tot en met 13 jaar gratis. Via Stichting Quiet 's-Hertogenbosch krijgen mensen met een krappe beurs jaarlijks een gratis entreekaart.

### BEZOEKERS

Jaarlijks 80.000

### MEER INFO

[kerststal-sint-jan.nl](http://kerststal-sint-jan.nl)



reportage



# NATUUR BIEDT MOOIE UITZICHTEN ÉN INZICHTEN



Op pad met  
terreinbeheerders  
van het Brabants  
Landschap

## Brabants Landschap beschermt de vele bijzondere natuurgebieden van Noord-Brabant. Beheerder en rentmeester Wim de Jong en terreinmedewerker Michiel Bruurs vertellen enthousiast over hun mooie en afwisselende werk.

**H**et is tijd voor een ronde door de omgeving rondom Wims beheerderswoning. Als Wim en Michiel het naastgelegen weiland inlopen, komen de koeien meteen op hen af. Brabants Landschap werkt graag samen met boeren die natuurinclusief willen werken. De koeien mogen dus in kleine aantallen grazen in het gebied. Als het voor Brabants Landschap kenmerkende houten hek weer dicht gaat, lopen Wim en Michiel over knisperende herfstblaadjes zo het bos in. Het mooiste aan hun werkgebied vinden de heren de diversiteit in landschapstypes (van heide tot moeras), planten (van orchideeën tot dwergwilgen en brem) en dieren (veldleeuweriken, klapdekster, reeën, hazen, konijnen, marters, egels en wild zwijn).

### Contact met mens én natuur

Wim (60) is al 38 jaar beheerder en rentmeester voor Brabants Landschap. Hij werkt veel samen met terreinmedewerker Michiel (21), die nu twee jaar voor de stichting actief is. Wim woont en werkt vanuit zijn beheerderswoning, tussen bossen en weilanden, in natuurgebied Regte Heide in Midden-Brabant. Als beheerder stuurt hij het team van terreinmedewerkers aan en onderhoudt hij contact met boeren, bewoners, gemeente en provincie, water-

schappen, politie, grondeigenaren, routebureau Brabant, ondernemers in de regio, loonwerkers en archeologen. Als rentmeester draagt hij zorg voor de landgoederen binnen het gebied en zorgt hij dat die rendabel blijven. Michiel zorgt er als terreinmedewerker voor dat het gebied gemaaid en gesnoeid wordt, dat openstellingspunten voor bezoekers op orde zijn en stropers en zwartrijders het gebied niet in kunnen. Ook stuurt hij de teams van vrijwilligers aan die wekelijks meehelpen met onderhoud en bescherming van de natuur.

### Manier van leven

Elke werkweek start met een overleg op het kantoor in Wims beheerderswoning. Een knusse ruimte in een oude stal, met kamerschermen van takken en een enorme kast vol boeken over dieren en planten.

Wim: "Tijdens het weekoverleg plannen we wat we die week doen, afhankelijk van het jaargetijde. Maar als er dan bijvoorbeeld een storm of bos- of heibrand is geweest, gooien we meteen alles om en zorgen we ervoor dat alle wegen en paden weer veilig zijn. Dit werk is echt nooit saai en je moet behoorlijk flexibel zijn! Voor mij geldt dat nog eens extra omdat ik in deze beheerderswoning woon. Ik ben altijd eerste aanspreekpunt voor vrijwilligers

### WAT DOEN DE BESCHERMERS VAN HET BRABANTS LANDSCHAP?

Brabants Landschap probeert de grote verscheidenheid aan Brabantse biodiversiteit, cultuurlandschappen en erfgoed voor toekomstige generaties veilig te stellen. Dit doet de stichting samen met haar 'beschermers'; zo'n tweeduizend vrijwilligers en partners. Het werk is verdeeld in drie takken: terreinbeheer, landschapsbeheer en behoud van erfgoed. Terreinbeheer gaat over aankoop, beheer en ontwikkeling van natuurgebieden. Met landschapsbeheer wordt gewerkt aan het vergroten van de biodiversiteit en aantrekkelijkheid van het landelijk gebied, bijvoorbeeld door advies aan agrariërs en particulieren over aanleg en onderhoud van landschapselementen en de mogelijkheden van (subsidie) regelingen. En minstens zo belangrijk: met behoud van erfgoed zorgt Brabants Landschap voor zo'n 95 monumenten en 39 landgoederen. Deze gebouwen vertellen allemaal iets over de Brabantse geschiedenis en het landschap.

of als wandelaars bijvoorbeeld gestort vuil zijn tegengekomen. Dit werk is voor mij niet alleen m'n baan, maar ook een manier van leven."

Michiel: "Ook ik heb altijd aanspraak. Het fijne is dat ik dan kan uitleggen waarom we bepaalde dingen doen. Als iemand vraagt waarom we nou al jaren niet langs die sloot gemaaid hebben, kan ik uitleggen dat de blauwborst erlangs leeft en we dus de mooie rietkant willen laten groeien. Sommige mensen zijn zo ver van de natuur af komen te staan dat ze zulke dingen niet meer opmerken. Ik vind het leuk dat ze door mijn uitleg nieuwe inzichten krijgen." »





## Opruimen, klussen en tellen

De medewerkers van Brabants Landschap werken samen met mensen uit de omgeving aan het behoud van natuur. Alleen al voor het gebied Regte Heide zijn wekelijks zo'n veertig vrijwilligers actief.

Wim: "Veel van onze vrijwilligers zijn gepensioneerd en werken een dag of dagdeel per week met ons samen. Tijdens een intakegesprek bekijken we welke capaciteiten van een vrijwilliger bij ons tot hun recht komen. Er is voor iedereen wel een passende activiteit te vinden. Zo is de schuur hier op het terrein door een gepensioneerd timmerman gebouwd. Andere mensen gaan liever zwerfafval opruimen of dennen knippen op de hei. Er zijn ook werkgroepen die weidevogels beschermen, loopkevers, korstmossen en paddenstoelen inventariseren of nachtzwaluwen ringen voor onderzoek. Ook klusjes zoals schuren, schilderen, nestkasten maken of houtwallen zetten moeten natuurlijk regel-

matig gebeuren. We proberen altijd genoeg variatie en keuze in het werk te houden. Maar veel mensen vinden het ook fijn om ergens echt hun eigen karwei van te maken en daar het beste uit te halen. Eens per jaar organiseren we een bedankmiddag voor onze vrijwilligers, met bijvoorbeeld een excursie en een stampotbuffet. Voor veel vrijwilligers is hun werk een belangrijk onderdeel van de week, ook vanwege het sociale aspect."

## Oog voor de natuur

Waar Wim vijf jaar geleden nog een van de jongste beheerders was, is hij nu de oudste. Van de generatie van Wim gaan er steeds meer richting pensioen en aan de andere kant komen er steeds meer jonge mensen bij. Klaarblijkelijk staat de generatie van Michiel te popelen om hele dagen door de bossen te banjeren.

## VRIJWILLIGERSWERK

Lijkt het u leuk om ook vrijwilligerswerk voor Brabants Landschap te doen? Verspreid over Noord-Brabant zijn er veel vrijwilligers- en werkgroepen actief. Via [brabantslandschap.nl/vrijwilliger](http://brabantslandschap.nl/vrijwilliger) leest u meer over de soorten werk, activiteiten en cursussen.

## OP PAD

Nieuwsgierig geworden naar de natuurgebieden die Brabants Landschap beheert? En zin in een lekkere winterse wandeling of leerzame activiteit? Op [brabantslandschap.nl/ontdek-de-natuur](http://brabantslandschap.nl/ontdek-de-natuur) ontdekt u per gebied de toegangspunten en activiteiten.

Michiel: "Het allermooiste aan dit werk vind ik dat je altijd buiten bent, elke dag is anders en je krijgt de ruimte om oog voor de natuur te hebben. Laatst stelde ik bijvoorbeeld aan Wim voor om een stuk heide hier in de buurt met de hand te maaien om de vegetatie beter te kunnen behouden. Daar mag ik dan zelf over beslissen en zo kan ik, ondanks dat het misschien niet het meest efficiënt is, doen wat het beste voor de natuur is. Dat is voor mij als natuurliefhebber natuurlijk het mooiste dat er is!"

Wim: "Toen ik begon bij Brabants Landschap was ik ongeveer net zo oud als Michiel nu. We werkten toen nog niet met computers op kantoor, maar hadden een schafteket midden in het bos. En we hadden geen bosmaaier, maar een zeis. Nu kan alles veel efficiënter, maar is dat ook altijd het beste voor de natuur? Van één van de vorige directeurs van Brabants Landschap leerde ik dat je het nooit voor iedereen goed kunt doen, dus je kunt maar beter doen wat jij denkt dat het beste is voor het Brabantse landschap. De natuur heeft geen stem, die stem zijn wij." ■



# Wat de Nutri-Score écht betekent

Het is u vast weleens opgevallen. Op veel verpakkingen van eten en drinken prijkt een balkje met verschillende kleuren en letters: de Nutri-Score. Dit voedselkeuzelogo kan u helpen betere keuzes te maken. Hoe werkt dit logo precies?



**D**e Nutri-Score is een initiatief van de overheid en is sinds 2024 hét voedselkeuzelogo van Nederland. Het wordt in een aantal omringende landen ook gebruikt. De Nutri-Score beoordeelt producten op basis van de samenstelling. De score loopt van A (donkergroen) tot en met E (rood) en wordt berekend door een puntensysteem dat ingrediënten tegen elkaar afweegt. Zo krijgen suiker, zout en verzadigd vet 'minpunten' en scoren vezels, eiwitten en groenten 'pluspunten'.

## Producten vergelijken

Het is een misvatting dat een groene A of B zegt dat het product een gezonde keuze is. U kunt aan de Nutri-Score wel zien of een product een betere keuze is in vergelijking met hetzelfde soort product. U vergelijkt dus crackers met crackers en niet met pastasaus. Een groene A of B zegt dat het in vergelijking met dezelfde soort producten de betere keuze is. Een zak chips met minder zout krijgt volgens de berekening namelijk een betere beoordeling dan een stuk zalm, terwijl zalm uiteraard veel gezonder is.

## WIE GEBRUIKT DE NUTRI-SCORE?

Onder 450 ONS-lezers hebben we een peiling gedaan. Bijna de helft van de respondenten gebruikt de Nutri-Score (nog) niet. Ongeveer een kwart zoekt met regelmaat een ander product met een betere Nutri-Score. Van de lezers die zeggen de aanduiding te kennen en te zien, geeft een vijfde aan het koopgedrag nooit van het gezondheidslabel af te laten hangen.

## Een gezond voedingspatroon

Op veel producten ontbreekt het logo. Niet alle producenten willen de Nutri-Score gebruiken. Zij hebben er namelijk kritiek op. Volgens hen is een lage score niet bevorderlijk voor de verkoop van hun product. Ook is er geen rekening gehouden met de portiegrootte: als een product kleiner wordt, verandert de score niet mee. Een gezond voedingspatroon krijgt u dus niet door alleen maar te kiezen voor producten met een hogere Nutri-Score. De Schijf van Vijf (zie hieronder) helpt u daarentegen wel om gezond en voedzaam te eten. U kunt de Nutri-Score het beste zien als een handig hulpmiddel om producten die niet in de Schijf van Vijf staan met elkaar te vergelijken. ■

## DE SCHIJF VAN VIJF

De Schijf van Vijf is een wetenschappelijk model dat bestaat uit vijf vakken met in elk vak andere typen producten. U eet gezond als u vooral producten uit de Schijf van Vijf eet, de juiste hoeveelheden eet, varieert en keuzes buiten de Schijf van Vijf beperkt.

# De toekomst van mantelzorgen op eigen terrein

De mantelzorgwoning is één van de woonoplossingen voor de toekomst. Zo kunnen senioren zelfstandig wonen op het erf van hun mantelzorger, of andersom. Maar regels verschillen van gemeente tot gemeente en dat maakt het soms ingewikkeld.





**I**n 2014 werd het landelijk mogelijk gemaakt om vergunningsvrij een mantelzorgwoning op een erf te plaatsen. In een mantelzorgwoning mag ofwel de mantelzorger wonen, ofwel degene die verzorgd wordt. Uw vader mag dus op uw terrein komen wonen, maar het zou ook uw dochter kunnen zijn. Ook kunt u zelf in een mantelzorgwoning op uw terrein gaan wonen, terwijl het gezin van uw kind in de hoofdwooning trekt. Zolang er maar sprake is van een zorggever die intensieve zorg of ondersteuning geeft aan een zorgvrager. Sinds 1 januari 2024 is echter de nieuwe omgevingswet in werking getreden. Dit heeft tot gevolg dat iedere gemeente zelf beleid mag maken op dit onderwerp. De gemeente Amsterdam heeft er bijvoorbeeld voor gekozen dat er altijd een vergunning nodig is voor een mantelzorgwoning. Als gemeenten geen eigen beleid hebben ontwikkeld – wat vaak het geval is – geldt de oude landelijke regelgeving. Te verwachten is dat het in de toekomst per gemeente gaat verschillen wat wel en niet is toegestaan op gebied van mantelzorgwoningen.

### **Geen luxe maar noodzaak**

De bouw van meer mantelzorgwoningen is bepaald geen overbodige luxe. Het Planbureau voor de Leefomgeving verwacht dat in 2035 een kwart van de bevolking 65 jaar of ouder is. Al deze mensen zullen een passende woonruimte nodig hebben en een deel van hen ook zorg. Ondertussen schiet het niet op met de bouw van ouderenwoningen: van de 290.000 nieuwe ouderenwoningen

die het Ministerie van Volkshuisvesting in 2030 neergezet wil hebben, is nog maar een fractie gebouwd. Het gebrek aan woonoplossingen voor senioren is de reden waarom verzekeraar Achmea, MantelzorgNL en ZorgSaamWonen eind oktober het kabinet en gemeenten opriepen mantelzorgwoningen en pre-mantelzorgwoningen ruim baan te geven en standaard vergunningsvrij te maken. Volgens de organisaties is er in Nederland potentie voor honderdduizend mantelzorgwoningen. Dit blijkt uit onderzoek onder ongeveer tweeduizend Nederlanders van 45 jaar en ouder. De respondenten gaven onder

## **Wat wel en niet is toegestaan verschilt per gemeente**

andere aan of zij een mantelzorgwoning een aansprekende optie vinden, of zij een koophuis met een tuin van minstens tachtig vierkante meter hebben én of zij bereid zijn een mantelzorgwoning naast een huis te plaatsen.

### **Voorbereid met een pre-mantelzorgwoning**

Woonminister Mona Keijzer heeft inmiddels het voornemen uitgesproken om een nieuwe wet te ontwikkelen om woningbouw te versoepelen. Hierin zou opgenomen moeten worden dat het bouwen van zowel mantelzorgwoningen als pre-mantelzorgwoningen makkelijker wordt. Een pre-mantelzorgwoning is hetzelfde als een mantelzorgwoning, alleen mag u er al gaan wonen vóórdat er een mantelzorgsituatie is. Hiervoor moet u wel een vergunning aanvragen. Dit is inmiddels mogelijk in zo'n zeventig gemeenten. Projectleider Wonen en Zorg van Senioren Brabant-Zeeland (voorheen KBO-Brabant) Els van Daal verwacht echter dat dit aantal snel zal toenemen: "Wij zien dat veel gemeenten bezig zijn met beleids- of behandelvoorstellen op gebied van pre-mantelzorgwoningen. »

### **WAT MAG WEL, WAT MAG NIET?**

Wilt u weten wat in uw gemeente is toegestaan wat betreft (pre-)mantelzorgwoningen? Neem dan contact op met uw gemeente. Om te weten of u een vergunning nodig heeft kijkt u op [omgevingsloket.nl](https://omgevingsloket.nl).

## ZORG VOOR OUDERS ÓF SCHOONoudERS

De standaardregel is dat er maar één mantelzorgwoning op een erf mag zijn. Wim Verheul uit Doorn ondervond de gevolgen van het overtreden van deze regel aan den lijve. Hij wilde graag voor zowel zijn schoonouders als voor zijn moeder zorgen. Daarom staat er naast het huis van Verheul en zijn vrouw niet alleen een mantelzorgwoning waarin zijn schoonouders wonen, maar woont ook zijn negentigjarige moeder op zijn perceel. Hij wist dat er maar één mantelzorgwoning op zijn terrein mocht staan. Daarom woonde zijn moeder in een aanbouw aan zijn eigen huis. Toch viel er deze zomer een gepeperde brief van de gemeente op de mat. De boodschap: de gemeente oordeelde dat er sprake was van twee mantelzorgwoningen op het terrein en was van plan om een dwangsom van zesduizend euro per week op te leggen zolang zowel Verheuls moeder als zijn schoonouders op het erf bleven wonen.

### JUIST EEN MOOI VOORBEELD

Verheul vond het te gek voor woorden dat hij zo werd tegengewerkt bij het helpen van zijn moeder en schoonouders. Juist in deze tijd waarin oplossingen voor de zorg en huisvesting van senioren hard nodig zijn. Dat vonden meer mensen in de gemeente Utrechtse Heuvelrug. Gemeenteraadslid Kees Notenboom (BVH Lokaal) startte een petitie 'Beboet mantelzorg niet in de Utrechtse Heuvelrug'. Die werd meer dan elfduizend keer ondertekend. Ook spraken Tweede Kamerleden als Agnes Joseph (NSC) en Harry Bevers (VVD) hun steun uit voor Verheul. De consensus was dat de actie juist een mooi voorbeeld was van het nemen van eigen verantwoordelijkheid - de zorg werd immers ontlast door dit initiatief. Na veel aandacht in de media over de zaak ging de burgemeester van Utrechtse Heuvelrug overstag: zowel Verheuls moeder als zijn schoonouders mochten op het erf blijven wonen. Géén gedoogconstructie, volgens de gemeente, maar maatwerk.

**'Slim om mantelzorg te regelen als mensen er nog energie voor hebben'**



Senioren Netwerk Nederland is er groot voorstander van dat er zo min mogelijk belemmeringen zijn voor pre-mantelzorg. Het is namelijk slim om mantelzorg te regelen als mensen er nog energie voor hebben! Als er eenmaal een zorgvraag is, is een mantelzorgwoning bovendien niet binnen een maand geregeld.”

### Hoop voor de toekomst

Van Daal ziet veel hoopvolle ontwikkelingen. “Allerlei gemeenten zijn druk bezig met dit onderwerp. Een inspirerend voorbeeld is het beleid in Land van Cuijk. Door verruiming van de regels is het daar niet alleen mogelijk om een pre-mantelzorgwoning op het erf te hebben, maar zelfs een extra woonruimte in de tuin te plaatsen voor andere doelgroepen, zoals jongeren. Onder hen is namelijk eveneens woningnood.” Ook op het gebied van woningsplitsen en andere creatieve oplossingen zijn diverse gemeenten vooruitstrevend bezig. “Als Senioren Netwerk Nederland proberen wij dit soort voorbeelden zo veel mogelijk bekendheid te geven. Onder andere via de bewustwordingscampagne *Senioren zelf aan zet*. Op de bijeenkomsten van deze campagne zijn ook gemeenten

## Mantelzorgwoningen ontlasten de zorg én de woningmarkt

aanwezig. Wij benadrukken nadrukkelijk het belang van pre-mantelzorgwoningen en vragen aan gemeenten of zij hier beleid voor hebben. Als dat niet zo is, vragen wij waarom niet. Dat is natuurlijk een mooi moment om in actie te komen. We geven ze altijd voorbeelden van beleid hierop in andere gemeenten. Zo komen er op steeds meer plekken woonoplossingen.” ■



# 10 JAAR ONS ENERGIE

**Om de energiekosten voor leden te verlagen is tien jaar geleden met zorg de partner Energiebesteding uitgekozen. Sinds deze samenwerking profiteert u periodiek van een lagere energierekening. En als klant van ONS Energie heeft u nog meer voordelen.**

**V**ervelend toch; elke maand treft u bij de post weer een overweldigende tabel met de nieuwste energiekosten.

En als u de klantenservice belt, komt u via een ingewikkeld keuzemenu in een eindeloze wachtrij.

Daarom heeft ONS Energie dat helemaal anders ingericht. Zij kopen de energie voordelig voor u in. Voor al uw vragen en persoonlijk advies kunt u terecht bij hun eigen klantenservice. Zij nemen daar graag de tijd voor u. Iedere klant of situatie is namelijk anders.

## ONS ENERGIE

- ✓ Persoonlijk en vrijblijvend adviesgesprek
- ✓ Overzichtelijk klantenportal met inzage in uw verbruik
- ✓ Maandelijks een duidelijke e-mail met uw kostenindicatie
- ✓ Goed bereikbare klantenservice met deskundige medewerkers
- ✓ Voordelige stroom- en gastarieven
- ✓ Uw energiezaken in vertrouwde handen

## Ze denken met u mee

Bij ONS Energie krijgt u structureel een lage prijs. Dit is hetzelfde voor nieuwe en bestaande klanten. Bij ONS Energie belandt u niet ongemerkt in een doorlopend contract, waarbij u na verloop van tijd meer gaat betalen. Zij blijven proactief met u meedenken en adviseren u steeds over wat het meest gunstige energiecontract voor u is.

## Bijgepraat

Laat u bijpraten over de ontwikkelingen op de energiemarkt tijdens de thema-avonden over energie, een samenwerking van uw seniorenvereniging en ONS Energie. Daarnaast publiceren zij regelmatig nieuws en tips in *ONS Magazine*. Zo hoeft u niet onzeker te zijn dat u belangrijke veranderingen te



**Mevrouw Rooze:  
'De overstap naar  
ONS Energie ging super!  
Ik ben blij met jullie'**

aat meekrijgt. Als klant van ONS Energie is uw kennis altijd up-to-date.

## Kom er ook bij!

In een paar minuten weet u wat ze voor u kunnen betekenen en of u kunt besparen. Neem voor een vrijblijvend adviesgesprek contact met ze op. Eén van hun deskundige en vriendelijke adviseurs helpt u graag. Duizenden leden gingen u voor. U krijgt bij ONS Energie altijd een betrouwbaar advies. Laat een terugbelverzoek achter op hun



**Mevrouw Ansems:**  
'Geweldig! Goed advies en veilig. Fijn dat er veel telefonisch kan'



**De heer en mevrouw V.d. Pluijm:** 'Wij zijn dik tevreden en wat is dit een leuke actie'



**De heer en mevrouw Joossen:** 'Duidelijke informatie en heel overzichtelijk'



**De heer en mevrouw V.d. Sanden:** 'Super dat we elke maand een duidelijk overzicht krijgen'

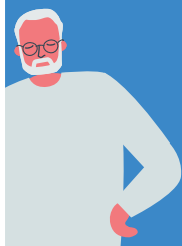
website [ONS-energie.nl](https://www.ons-energie.nl). Wilt u liever zelf bellen? Dat kan ook op (085) 486 33 60 (maandag t/m vrijdag van 09.00 – 17.00 uur). Mailen kan uiteraard ook: [ONS-energie@energiebesteding.nl](mailto:ONS-energie@energiebesteding.nl). Voor wie niet digitaal actief is: u kunt ook alles per post ontvangen. Als u het lastig vindt om via de telefoon te beslissen, komen ze zelfs bij u thuis. ■

### **OPLICHTERS ACTIEF**

Helaas doen oplichters zich ook regelmatig voor als energieleverancier. Medewerkers van ONS Energie komen **nóóit** ongevraagd of onaangekondigd langs. Wordt u zomaar gebeld, hang op en bel zelf terug naar het nummer van ONS Energie. En geef nooit uw persoonlijke of financiële gegevens door als u niet zeker weet dat het veilig is.



achtergrond



# SAMENWONEN? REKEN OP HOGERE LASTEN

**Samenwonen op latere leeftijd heeft helaas een heel onromantische kant: de financiën. Reken vooraf uit of het niet nadelig voor u uitpakt. Bijvoorbeeld voor uw pensioenuitkering, toeslagen of AOW. En hoe zit het eigenlijk met de erfenis?**

**B**ent u gelukkig met een nieuwe liefde, dan wilt u misschien gaan samenwonen. Maar tussen droom en daad staat soms helaas een portemonnee in de weg. Onbezonnen bij elkaar intrekken is niet aan te raden, omdat het financieel ongunstig kan uitpakken. Zoek dus eerst uit waar u op kunt rekenen. In sommige gevallen wordt u ook positief verrast. “Samenwonen klinkt eenvoudig, maar financieel gezien is het een behoorlijk *life event*”, zegt ook Maurice Meesters, zelfstandig financieel adviseur bij Van Bruggen Adviesgroep.

### AOW en pensioen

Laten we eerst eens naar de AOW-uitkering kijken; voor veel mensen de belangrijkste bron van inkomsten. “De gevolgen zijn hier vaak dan ook het grootst”, legt Meesters uit. De AOW-uitkering verandert namelijk direct als u gaat samenwonen. Iemand die alleen woont krijgt zeventig procent van het netto minimumloon. Als u gaat samenwonen krijgen u en uw partner allebei vijftig procent van het minimumloon. Per jaar scheelt dit al zo'n 6.500 euro per persoon. De gedachte achter dit verschil is dat u minder kosten maakt als u samenwoont omdat u de kosten voor bijvoorbeeld boodschappen, wonen en energie deelt.

Uw pensioenuitkering verandert niet als u gaat samenwonen. Het is wel belangrijk om te weten dat uw nieuwe partner geen recht heeft op een partnerpensioen als u na uw pensionering gaat samenwonen en u overlijdt. “Bent u nog niet met pensioen, dan kunt u uw partner nog wel laten opnemen in het partnerpensioen. Daar moet u zelf iets voor doen als u niet trouwt of geen geregistreerd partnerschap aangaat”, benadrukt Meesters.

“De voorwaarde is wel dat het partnerpensioen nog niet is weggeven aan de ex-partner in een echtscheidingsconvenant.”

Bent u zelf weduwe of weduwnaar en ontvangt u een partnerpensioen of nabestaandenpensioen? Dan kan er wél iets veranderen als u gaat samenwonen. Wat precies, dat verschilt per pensioenregeling. Een telefoontje naar het betreffende pensioenfonds kan doorgaans al veel duidelijkheid geven.

### Zorg- en huurtoeslag

Als u gaat trouwen, geregistreerd partner wordt of een samenlevingscontract afsluit,

## De AOW-uitkering verandert direct als u gaat samenwonen

### GAAT U SAMENWONEN?

Geef dit dan zo snel mogelijk door aan de Sociale Verzekeringsbank (SVB). Anders loopt u het risico dat u later een groot bedrag moet terugbetalen.

dan wordt u automatisch ook elkaars toeslagpartner. Het inkomen en het vermogen van uw partner telt dan mee bij de berekening van uw zorg- en huurtoeslag. Als u gaat samenwonen zonder samenlevingscontract dan telt het inkomen en het vermogen van uw partner alleen mee voor de huurtoeslag. Ontvangt uw partner naast AOW ook een aanvullend pensioen, dan kan uw verzamelinkomen zomaar eens hoger uitkomen dan 47.368 euro. U krijgt dan helemaal geen zorgtoeslag meer. Kreeg u als alleenwonende een zorgtoeslag van 123 euro per maand en blijft het verzamelinkomen onder de 26.500 euro; dan wordt uw zorgtoeslag bij samenwonen 236 euro. Misschien ontvangt u nu huurtoeslag omdat u een laag inkomen en nauwelijks vermogen heeft en uw woning niet meer dan 879,66 euro per maand kost. Die toeslag verandert als u gaat samenwonen. Hoeveel precies is afhankelijk van de hoogte van de huur en het inkomen en vermogen van degene waarmee u gaat samenwonen. Op de website van de Belastingdienst kunt u een proefberekening doen om uit te vinden wat er precies verandert. »



## Fiscale partners

Als u gaat samenwonen en ook trouwt of uw partnerschap registreert, dan bent u automatisch fiscaal partners voor de Belastingdienst. Dit geldt ook als u samen een huis koopt. Gaat dit allemaal niet op voor uw situatie? Dan kunt er alsnog zelf voor kiezen om fiscaal partner te worden. Dat kan namelijk financieel voordeel opleveren.

Wanneer u fiscaal partner bent, kunt u samen uw belastingaangifte doen. Dat kan voordelig zijn als een van u twee een beduidend lager inkomen en/of vermogen heeft dan de ander. Meesters: "U kunt dan de hypotheekrente bijvoorbeeld helemaal aftrekken van het inkomen van degene die het meest verdient. Net als schenkingen aan bijvoorbeeld de kerk of goede doelen. Zo zorgt u ervoor dat u samen minder belasting hoeft te betalen."

Ook als een van de partners veel vermogen heeft kan het fiscale partnerschap interessant zijn, rekent Meesters ONS voor. "Als u alleen bent is er 57.000 euro aan vermogen vrijgesteld van belasting; als u samen bent is dat 114.000 euro. Vooral als dat vermogen in beleggingen zit, of bijvoorbeeld in een vakantiehuis in Zeeland, kan fiscaal partnerschap al snel een paar duizend euro per jaar opleveren."

Er kleven ook nadelen aan een fiscaal partnerschap. Als u elkaars fiscaal partner bent, bent u automatisch ook elkaars toeslagpartner. En dat kan weer gevolgen hebben voor de hoogte van de toeslag, zoals u eerder in dit

artikel al kon lezen. Een ander nadeel is dat als u en uw partner allebei een woonruimte hebben en u gaat in een van de twee huizen wonen, u slechts één keer de hypotheekrente mag aftrekken.

## Alimentatie

Samenwonen kan invloed hebben op eventuele alimentatie die u ontvangt. "In veel echtscheidingsconvenanten staat opgenomen dat de alimentatie stopt als iemand gaat samenwonen of trouwen", legt Meesters uit. "De ex-partner is vanaf dat moment dus niet meer verplicht om bij te dragen aan het levensonderhoud."

## 'Zo zorgt u ervoor dat u samen minder belasting hoeft te betalen'

En tja, dan is er natuurlijk ook nog de erfenis. Meesters: "Als u samen een nieuw huis koopt of in het huis van een van de twee gaat wonen, wilt u natuurlijk dat de ander daar kan blijven wonen als een van de twee onverhoopt overlijdt. Daarover moet u wel afspraken maken, helemaal als er kinderen zijn uit een eerdere relatie. Dan is het slim om daar open over in gesprek te gaan, er iets over op te nemen in uw testament en u daarbij te laten adviseren door de notaris. Zo voorkomt u eventuele nare situaties."

## Goed uitzoeken

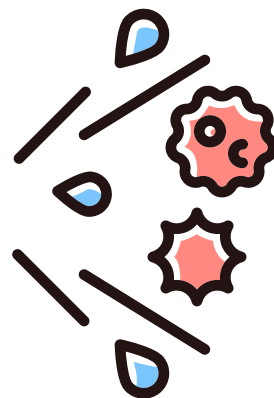
Financieel adviseur Meesters zei het al: samenwonen is financieel gezien een behoorlijk grote levensgebeurtenis. Maar als u van tevoren goed uitzoekt wat het precies voor u betekent, al dan niet met behulp van een notaris, budgetcoach of financieel adviseur, komt u in elk geval niet voor vervelende verrassingen te staan. Zo weet u zeker dat u uw nieuwe leven samen begint zonder onverwachte financiële tegenvallers. ■

### ALLES OP EEN RIJ

Misschien duizelt het u na alle cijfers in dit artikel. Elke portemonnee en elke situatie is anders. Onderzoek daarom vooral zelf goed wat samenwonen financieel voor u betekent. Typ bijvoorbeeld 'samenwonen' in de zoekbalk op de website van de Belastingdienst ([belastingdienst.nl](http://belastingdienst.nl)). Dan krijgt u een aantal relevante links. Via de zoektermen 'huurtoeslag' en 'zorgtoeslag' kunt u een proefberekening maken. De website van het Nibud ([nibud.nl](http://nibud.nl)) kan u helpen met een eerlijke verdeling van de lasten en andere financiële tips.

Op de website van uw hypotheekverstrekker vindt u informatie over een inwonende partner en de afspraken die u kunt maken. Komt u er zelf niet goed uit? Dan kan een budgetcoach of financieel adviseur u verder helpen.

# Wat u moet weten over kinkhoest



**Al ruim tien jaar neemt het aantal gevallen van kinkhoest in Nederland toe. En dat is ook voor senioren gevaarlijk, zo waarschuwen deskundigen. Daarom: kinkhoest uitgelegd aan de hand van vijf vragen.**

## 1. Wat is kinkhoest precies?

Kinkhoest is een besmettelijke longinfectie. Het begint vaak met een milde hoest en verkoudheidsklachten. Daarna kunt u hevige hoestbuien krijgen die weken of zelfs maanden aanhouden. Vaak gaat dit gepaard met benauwdheid. Heeft u last van botontkalking, dan liggen zelfs gebroken ribben op de loer door al dat gehoest.

## 2. Kunt u iets doen tegen besmetting?

Goede hygiëne – dus regelmatig uw handen wassen en hoesten in uw elleboog – kan een beetje helpen bij het voorkomen van een besmetting. Maar verder kunt u helaas niet zoveel doen. Dat komt doordat de meeste mensen pas weten dat ze kinkhoest hebben als het heftige hoesten begint. De meest besmettelijke periode is dan al voorbij.

## 3. Waarom is kinkhoest gevaarlijk?

Vooral baby's en jonge kinderen zijn kwetsbaar, maar ook volwassenen kunnen veel last hebben van de symptomen. Volgens RIVM-cijfers uit oktober overleden er tot dan toe in 2024 zes baby's en drie mensen ouder dan zestig jaar. Senioren zijn kwetsbaar omdat die

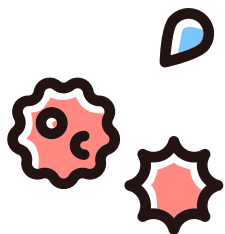
vaker ook nog andere gezondheidsproblemen hebben en omdat hun afweersysteem afneemt. Kinkhoest kan dan leiden tot ernstige complicaties. Het herstel kan ook lang duren en de ziekte kan een flinke impact hebben op de kwaliteit van leven. Daarom vindt Senioren Netwerk Nederland preventie zo belangrijk.

## 4. Maar we zijn toch gevaccineerd?

De meeste mensen die jonger zijn dan zeventig zijn als kind inderdaad gevaccineerd. Maar die prik biedt tot maximaal twaalf jaar bescherming. Mensen die al een keer kinkhoest hebben gehad zijn ook weer voor een tijdje beschermd.

## 5. Oké, het klinkt alsof senioren dus baat kunnen hebben bij (nog) een vaccinatie?

Dat klopt. In sommige landen krijgen ouderen elke tien jaar een herhaalprik. Ook voor Nederland zou dat volgens immunologen een goed idee zijn. Senioren Netwerk Nederland sluit zich daarbij aan. We hebben Tweede Kamerleden verzocht om de Gezondheidsraad om advies te vragen over kinkhoestvaccinaties. Uiteraard blijven we aandacht vragen voor dit belangrijke onderwerp. ■



### MEER OVER KINKHOEST

Voor betrouwbare informatie over kinkhoest, de symptomen, cijfers en wat u kunt doen, kunt u terecht op [thuisarts.nl/kinkhoest](https://thuisarts.nl/kinkhoest) en op de website van het RIVM: [rivm.nl/kinkhoest](https://rivm.nl/kinkhoest).





reportage

# DIERBARE ONTMOETINGEN

Ark van Noah bezoekt zorgorganisaties



De dierenkaravaan  
brengt een glimlach  
op ieders gezicht





## Het is een grijze middag wanneer de Ark van Noah haar bijzondere lading naar zorgorganisatie Laverhof in Schijndel brengt. Geen imposante houten boot, wél een bont gezelschap van dieren. Voor de bewoners belooft het een dag vol zachte ontmoetingen te worden.

**D**e dieren van de Ark – waaronder een paar pluizige konijnen, een nieuwsgierig varken en een stel kakelende kippen – scharrelen door de activiteitenruimte van Laverhof. Voorzichtig druppelen de bewoners binnen om plaats te nemen. Varken Ans luidt de bel om de middag officieel te openen, waarna de dieren onder de bewoners worden verdeeld door de vrijwilligers van de Ark van Noah. Riet steekt meteen haar hand uit naar cavia Pinkeltje, die kalm op haar schoot wordt gezet. “Ach kijk, zo lief en zacht”, fluistert ze, terwijl ze het diertje voorzichtig aait. Als Pinkeltje een wortel krijgt, begint hij gulzig te eten. “Als de cavia maar niet aan mij begint te knabbelen”, lacht Riet.

### Meer dan een glimlach

De dieren brengen meer teweeg dan alleen een glimlach. Bewoner Bep\* kijkt met twinkelende ogen

in de rondte. Als de Berner Sennen-pup Vera op haar schoot wordt gezet, kan ze haar geluk niet op. “Wat een heerlijk troeleke! Dit vind ik nu écht het einde”, roept Bep uit, terwijl ze de pluizige vacht van Vera aait. Bep begint honderduit te vertellen over de hondentrimsalon die ze vroeger aan huis had. “Ik knipte in mijn garage onder meer poedels in de mooiste creaties. En zelf heb ik ook altijd honden gehad. Ik houd enorm veel van dieren; ze zijn eerlijker dan mensen. Daarom ben ik zó blij dat ik ze nu na jaren weer eens kan aaien”, zegt Bep en ze pinkt een traantje weg.

### Kip op schoot

De dieren werken als een magische sleutel tot lang vergeten herinneringen. Ook zuster Adriënne begint volop te praten, terwijl ze de kip eten geeft die op haar rollator staat: “Vroeger hadden wij thuis kippen op de boerderij, die moest ik iedere dag voeren.”

Als haar wordt gevraagd of ze de kip op schoot wil, knikt ze direct enthousiast. “Dat mocht ik vroeger niet van mijn vader. Hij was bang dat als de kippen te veel verwend werden, ze niet meer terug in het

## ‘Je ziet de bewoners helemaal opbloeien’

hok wilden. Wat fijn om er nu eentje vast te houden!”, vertelt een glunderende Adriënne, die de kip een uur op haar schoot liefkoost.

### Puur contact

“Het is mooi om te zien hoe mensen die in eerste instantie zonder veel expressie voor zich uit kijken, stralen op het moment dat ze een dier op hun schoot krijgen gelegd”, stelt Maria Spaninks, die samen met haar zus José de Bresser oprichter is van de Ark van Noah. “Het contact gaat heel natuurlijk, dat maakt het »





Het team van de Ark van Noah

zo puur”, legt José uit. “Hiermee haal je mensen even uit hun eigen wereldje. Ook vind je soms ingang bij mensen die anders onbereikbaar zijn.” José vertelt over een eerdere ervaring met een bewoner die een dier op schoot had en waarmee ze in gesprek raakte. “Later hoorden we van de verzorgers dat ze deze mevrouw nog nooit iets hadden horen zeggen. Haar zoon belde later nog, vol ongeloof dat dit was gebeurd.”

### Stroezelruimte

Eens per week bezoekt de Ark verschillende zorgorganisaties met speciaal uitgekozen dieren met een lief karakter, die hun natuurlijke gedrag vertonen. Dit doet de stichting inmiddels al 25 jaar. “Vroeger werkte ik als psychiatisch verpleegkundige en nam ik mijn hond geregeld mee tijdens de nachtdienst. Het viel me toen op dat veel patiënten daar zeer positief op reageren en daardoor kalmeren. Zo kwam ik op het idee om zorgorganisaties te gaan bezoeken met mijn

dieren”, vertelt José. Sinds tien jaar ontvangt ze in de zomer ook groepen in een speciaal ingerichte stroezelruimte. Maria vult aan: “Daar zijn ook grotere dieren als schapen en koeien. Bij het stroezelen, een samenvoeging van stro en snoezelen, laten we de loslopende dieren liefkozen, maar ook horen, zien, voelen en ruiken.”

### Opbloeien

Niet alleen voor bewoners maar ook voor de zorgmedewerkers van Laverhof is het bezoek van de Ark een bijzonder moment. “Je ziet bewoners die normaal wat teruggetrokken zijn opbloeien. Het contact met de dieren brengt plezier, maar ook rust. Mensen die normaal gesproken onrustig zijn en druk rondlopen zie je kalmeren en een uur rustig op hun stoel zitten”, vertelt activiteitenbegeleider Rian Vorstenbosch van Laverhof. Enkele familieleden van bewoners zijn vandaag eveneens van de partij. “Het is een mooie beleving voor hen samen”, aldus Rian. Voor Raymond Glas,

die al vijftien jaar activiteiten-vrijwilliger is bij Laverhof, is het bezoek van de Ark een van zijn hoogtepunten van het jaar. “Normaal gesproken begeleid ik de wandelclub. Maar het jaarlijkse bezoek van de Ark wil ik nooit missen. Je krijgt namelijk een heel ander soort contact met de mensen en hoort hele nieuwe verhalen over vroeger.”

### Groots en zacht geschenk

Na een ochtend vol knuffels, gelach en gedeelde herinneringen nemen de bewoners afscheid van de dieren. Voor de bewoners van Laverhof was het bezoek van de Ark van Noah een klein, maar groots en zacht geschenk. De dierenkaravaan vertrekt, en José en Maria kijken nu al uit naar het volgende bezoek. “Zolang we dit kunnen doen, blijven we elke week op pad gaan. Het is niet alleen ontzettend mooi om te doen, maar het houdt ons ook jong. De glimlach van de bewoners en de verhalen die naar boven komen maken het elke keer weer de moeite waard”, zegt Maria met een brede glimlach. ■

*\*Bep is een fictieve naam.*

*Haar echte naam is bekend bij de redactie.*

### DE ARK VAN NOAH

In 2000 ontving de stichting uit Best een award vanwege haar innovatieve aanpak. Er wordt scherp gelet op het welzijn van de dieren, die speciaal getraind worden. Voor meer informatie of donaties, kijk op [arkvannoah.nl](http://arkvannoah.nl) of de Facebookpagina De Ark van Noah.



Han de Witte (64) uit Soest:

## ‘Ik geniet van het pure ambacht’

Han de Witte is gefascineerd door Japanse houtbewerkingen als Sashimono en Kumiko. Daarin draait alles om houtverbindingen, zonder schroeven en spijkers. En hoewel hij geniet van het eindresultaat, vindt hij het creëren zelf nog veel leuker.

“Het ongelooflijke vakmanschap waarmee ze in Japan al eeuwen geleden hun houtwerkkunst uitvonden vind ik boeiend. De detaillering van de ontwerpen en ook de focus waarmee ze werken. Daar gaat een enorme rust van uit die ik zelf ook ervaar als ik met een object bezig ben. Sashimono is een techniek om meubels te maken. Met Kumiko maak je frames – afscheidingswanden, kamerschermen en ook kunstwerken – waarin je met kleine ‘latjes’ prachtige patronen maakt door ze in verschillende verstekken te zagen of te schaven. De hoeken zijn belangrijk, die moeten precies passen. En omdat je veel latjes nodig hebt, heb ik zelf verschillende gereedschappen ontworpen om het maakproces te vergemakkelijken. Eerlijk gezegd vind ik dat het mooist en daar komt mijn vak als fijnmechanisch instrumentmaker om de hoek kijken. Alles is bedoeld voor handwerk, niets werkt elektrisch. Het pure ambacht inspireert me.”





## BR.O.NR. 1.001/25

80-jarige weduwnaar zoekt lieve vrouw om samen van het leven te genieten. Ben in het bezit van een auto. Ik sta gezond in het leven, daarbij help ik nog steeds mensen. Ik woon in Brabant en hoop wat van je te horen, graag met je telefoonnummer.

## BR.O.NR. 1.002/25

Mag ik mij even voorstellen? Ik ben een man van 79 jaar, 2½ jaar weduwnaar en ik zoek een lieve vrouw van rond de 75 jaar als maatje of, als het klikt, voor een latrelatie. Ik woon in omgeving Ravenstein en Schaijk. Ik doe vrijwilligerswerk, maar ik heb veel vrije tijd over om samen leuke dingen te doen. Als jij dat ook hebt, neem dan contact met mij op, want alleen is ook maar alleen.

## BR.O.NR. 1.003/25

Welke hartelijke man wil met mij de allerlaatste levensfase doorbrengen in een open, eerlijke latrelatie? Ik kan goed fietsen en autorijden en houd van zinging, naar musea, film en theater gaan. Vriendschap waarin we beide kunnen groeien. Graag omgeving Den Bosch.



## BR.O.NR. 1.004/25

Vriendelijke, gezellige dame zoekt een rustig en gezellig maatje vanaf 70 jaar om leuke momenten mee te delen. Een man waarmee ik een fijne klik heb en samen op kan trekken. Koffie drinken, een dagje weg of gewoon genieten van elkaars gezelschap. Woon je in de omgeving Breda en lijkt het je leuk om een nieuwe vriendschap op te bouwen? Ik kijk ernaar uit je te ontmoeten.

## BR.O.NR. 1.005/25

Welke aardige heer zou willen kennismaken met vitale vrouw van 75+ om samen een leuke vriendschap op te bouwen? Met zijn tweetjes op avontuur gaan geeft wat meer kleur aan je leven en met wat humor zal het best lukken. Om maar wat te noemen: wandelen, fietsen, een terrasje samen, dansen, er zijn nog zoveel activiteiten die leuker zijn met een maatje. Wel vind ik goed verzorgd zijn erg belangrijk. Uit Oosterhout en omgeving, met vermelding van uw telefoonnummer of e-mailadres. Ben erg benieuwd naar uw reactie.

## BR.O.NR. 1.006/25

Man, 76 jaar, weduwnaar, niet rokend, houdt van tuinieren, tuinen bezoeken, fietsen, terrasje pakken en gezellig uit eten. Mijn hobby is fotografie. Ben jij die leuke, gezellige vrouw om samen wat mee te ondernemen? Dan zie ik graag je reactie tegemoet. Omgeving Zuidwest-Brabant.

## OP ZOEK

Reageren? Stuur uw bericht inclusief uw naam en adres of mailadres in een gesloten envelop naar Redactie *ONS Magazine*, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch of [contactadvertentie@seniorenbrabantzeeland.nl](mailto:contactadvertentie@seniorenbrabantzeeland.nl). Zet linksboven op de envelop 'Reactie contactoproep ONS' én het nummer van de oproep waarop u reageert. Wij sturen uw envelop ongeopend door. Kijk ook eens op [seniorenbrabantzeeland.nl](http://seniorenbrabantzeeland.nl) bij de rubriek *Groet en ontmoet*.

## ONZE HULP

Heeft u advies nodig over de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) of over de financiële aspecten van de Wet langdurige zorg (Wlz)? Neem contact met ons op via [info@seniorenbrabantzeeland.nl](mailto:info@seniorenbrabantzeeland.nl) of (073) 644 40 66. Wij brengen u dan in contact met een vrijwillige Wmo-cliëntondersteuner in uw regio of met een vrijwilliger van ons team Wlz-financieel.

## JURIDISCHE HELPDESK

Wilt u een juridische of notariële kwestie aan de juridische helpdesk voorleggen? Stuur uw vraag en telefoonnummer o.v.v. 'Juridische helpdesk' naar [info@seniorenbrabantzeeland.nl](mailto:info@seniorenbrabantzeeland.nl) of per post naar Juridische helpdesk, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch. De notarissen van onze juridische helpdesk houden elke tweede en vierde dinsdag van de maand van 10.00 tot 12.00 uur een (gratis) telefonisch spreekuur. Bel naar (073) 303 64 46. U kunt ook binnenlopen tijdens het inloopsprek uur van de notarissen op elke derde donderdag van de maand van 10.00 tot 12.00 uur in buurthuis De Meerpaal, Schoenerstraat 10a in Eindhoven en in het kantoor van Senioren Brabant-Zeeland, Albert Luthulilaan 10 in 's-Hertogenbosch.

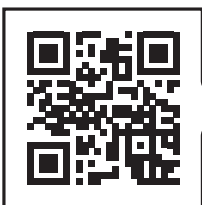
In elke editie van *ONS Magazine* maakt u kans op een leuke prijs. Los de puzzel op, stuur uw oplossing naar de redactie en win één van de vijf exemplaren van *888 weetjes die je snel weer mag vergeten* van Herman Boel.

Stuur de oplossing van de puzzel, uw naam, adres en telefoonnummer vóór 27 januari naar: Redactie *ONS Magazine*, Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch. Of e-mail naar: [puzzel@onsmagazine.nl](mailto:puzzel@onsmagazine.nl) met als onderwerp: 'puzzel *ONS i*'.

## Winnaars puzzel *ONS 11*

De oplossing van de puzzel was: NOORDERLICHT

De winnaars van *Meneer Putmans ziet het licht* van Hendrik Groen zijn: T. v.d. Akker, E. Franssen, M. Heijms, H. de Rutter, S. Schermer-Wierdsma, S. Twickler, A. Verkleij, M. v.d. Vleuten-Bukkems, J. Welling-Hobert en E. Willems-V.d. Heide. De winnaars zijn geïnformeerd.



### MEER PUZZELS?

Elke dag acht nieuwe puzzels voor onze leden op [onsmagazine.nl/puzzelen](http://onsmagazine.nl/puzzelen)

ONTVANGST-BEWIJS		IN ORDE		EB OF VLOED		KLUITEN-BREKER		FLACON	
TROPISCH HARDHOUT		ESDOORN				DICHTERBIJ		VULKAAN	7
				SCHAT					
5				KUNSTWERK					
JACHT-LUIPAARD							BIJWOORD		
STEL							LOVEN		
			GEDURENDE						
			KORENHALM					9	
LATER	VLUG				TIJDVAK				STEDELIJK
	MAKE-UP				KERSTBOOM-VERSIERING				
				PLUSPUNT					
				BOND			IERLAND		6
ANTIEK		VEREN-WISSEL				KEURIG			
		NAALDBOOM				TEER			
			NAMAAK				EZELSGELUID		
			ONGEVEER 3,14				KIEM		
ONTSTEMD									
BOLLEBOOS		2							
					FLINGE-VOELIG				1

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

**Puzzel mee en win!**  
**Eén van de vijf exemplaren van *888 weetjes die je snel weer mag vergeten* van Herman Boel t.w.v. €16,99.**

Weetjeskoning Herman Boel weet ook met dit derde boek vol weetjes weer te verrassen. Wist u dat apen ook last krijgen van een midlifecrisis, dat giraffen maar een half uur per dag slapen en dat u in Japan een brief tien meter diep in zee kunt posten?

