

Ons Seniorennieuws

uitgave: mei 2023

magazine voor senioren

Een maandelijkse uitgave van



Senioren Vereniging Waspik

Aangesloten bij



KBO-Brabant

Hazelaarstraat 8,₁ 5165 AW WASPIK

GALM

SGW SPORTVERENIGING GALM WAALWIJK

50+

Merkt u dat nou ook?

Dat alles niet meer zo gemakkelijk en vlug gaat als vroeger.

Wilt u graag fit blijven?

Blijf dan zo lang mogelijk in beweging! U bent nooit te oud om te sporten. Kom gezellig samen met ons bewegen bij SGW, Sportvereniging GALM Waalwijk.

GALM is een sportvereniging met gediplomeerde docenten, speciaal voor senioren, vanaf 50-plus. U kunt ook met ons mee doen als u een lichamelijke beperking heeft!

Wij bieden een gevarieerd lesprogramma op vaste tijden en locaties in Waalwijk en Waspik. De contributie bedraagt slechts € 35,- per kwartaal.

Twijfelt u nog?

Weet u niet zeker of GALM iets voor u is? Kom dan vrijblijvend kijken en met ons mee doen. Wij bieden 2 gratis proeflessen aan. Hierna kunt u beslissen of u lid wilt worden van GALM.

Kijk voor meer informatie en lestijden op onze website: www.galmwaalwijk.nl

- ✓ **SAMEN BEWEGEN**
- ✓ **VOOR SENIOREN**
OOK MET EEN LICHAAMELIJKE BEPERKING
- ✓ **GEVARIEERD LESAANBOD**
- ✓ **GEDIPLOMEERDE DOCENTEN**
- ✓ **LEUK & GEZELLIG**
- ✓ **LAGE CONTRIBUTIE**
- ✓ **IN WAALWIJK EN WASPIK**
- ✓ **2 GRATIS PROEFLESSEN**

www.galmwaalwijk.nl | sgwwaalwijk@ziggo.nl

Uw laatste zorg in goede handen...



Marjolein Weggen-Francke / Leemans
Uitvaartverzorging
06 - 14 91 09 15

Tel.: 0162 - 40 39 12 / 06 - 13 67 74 41

DE STERGROEP BV

MERCEDES-SPECIALIST



Dongen

0162-310020 www.destergroep.nl



VAN DER HEIJDEN

TWEEWIELERS

VERKOOP • ONDERHOUD • REPARATIE

www.vanderheijdentweewielers.nl

Schoolstraat 9a Waspik 0416 - 314001

Kapsalon ANITA

Hoofdstraat 30

5161 PG Sprang Capelle

0416 - 312491

Voel je écht thuis bij De Statie!

meubelprogramma Napels



15%
korting

Dé specialist in wonen,
slapen en zitten.



kortingen
tot wel
20%

Alle relaxfauteuils in maatwerk,
leverbaar in vele kleuren leder en stof

* Vraag naar de mogelijkheden

* De Statie **wonen**

Stationslaan 2 • Waspik • 0416 311 229 • www.destatiewonen.nl

Ons Seniorennieuws mei 2023

pag. 04	Activiteiten mei en juni 2023
pag. 05	Voorwoord
pag. 06	Boer zoekt vrouw: In gesprek met.....
pag. 07	Lief en leed
pag. 08-09	Dagtocht Senioren Vereniging Waspik 30 juni 2023
pag. 10	Lenteconcert 23 mei
pag. 11-12	Oplossing puzzel en nieuwe puzzel
pag. 13-15	Financiële zaken: Verdwijnen acceptgiro en financieel misbruik
pag. 16-18	Gezondheid: Gordelroosprik, oogdruppels, verkouden of hooikoorts
pag. 19	Gebruik silicagelzakjes
pag. 20-22	Computeraangelegenheden: Medisch ID, muisaanwijzer vergroten, slaapstand Windows
pag. 23	Recept: ouderwetse kippensoep
pag. 24	Impressie Bezoek aan "Schoenenkwartier"
pag. 25	Moppentrommel
pag. 26	Actief op Marktplaats?
pag. 27	Tot uw dienst
pag. 28	Onze organisatie

Ons Seniorennieuws is een uitgave van Seniorenvereniging Waspik en verschijnt 10 X jaar. Oplage ca. 500. Het Seniorennieuws wordt gratis bezorgd bij de leden en relaties van de afdeling.

Redactie: Franca Hooijmaijers. Lay-Out: Franca Hooijmaijers. Redactie adres:
Vrouwkенсаvaartsestraat 12A, 5165 NP Waspik,
Tel. 0416-313312, e-mail svwfhooijmaijers@ziggo.nl

De contributie voor het lidmaatschap bedraagt € 31,00 per jaar, waarbij voor degene die automatisch betalen een korting wordt verleend van € 1,50. Rekeningnummer Rabobank: NL55RABO 0156521466. De bijdrage wordt in januari afgeschreven.

Lid worden kan vanaf de leeftijd van 50 jaar via een aanmeldingsformulier te verkrijgen bij het secretariaat. Opzeggingen van het lidmaatschap kan alleen schriftelijk voor 1 december voorafgaande aan het nieuwe verenigingsjaar dat op 1 januari begint. Ook verhuizingen en overlijden schriftelijk mede te delen aan het secretariaat.

Secretariaat: adres: Hazelaarstraat 8, 5165 AW Waspik.
Telefoon: 0416-314311

Druk: Copy&Co Waalwijk

**Kopij voor de volgende uitgave van Nieuws
graag uiterlijk 12 mei 2023 aanleveren**

Geheel of gedeeltelijk overname van artikelen en/of berichten is toegestaan, mits daarbij vermeld: Overgenomen uit Ons Seniorennieuws.

COLOFON

Activiteiten mei, juni 2023

23 mei
Lenteconcert in
Den Bolder
aanvang 14.00 uur
zaal open vanaf 13.30 uur
toegang gratis



26 mei
Met de 'trein' naar het
Klompemuseum in Dussen

Vrijdag 30 juni
dagtocht
"Rozengeur en Paardenmelk"





Voorwoord

Weerspreuk..... "In mei leggen alle vogels een ei, behalve de koekoek en de spriet, die leggen in de meimaand niet"

Inmiddels werd op 21 april ons jubileumjaar geopend met een feestelijke algemene ledenvergadering.

In de maand mei hebben we al een mooie activiteit in het kader van ons 50-jarig jubileum. Degenen die zich inmiddels hebben aangemeld gaan op 26 mei met een 'treintje' vanuit Waspik naar de klompenmakerij in Dussen. Het belooft een gezellige dag te worden.

De dag ziet er als volgt uit:

10.30 uur vertrek bij Den Bolder
11.15 uur aankomst Dussen, koffie met gebak
12.00 uur demonstratie en uitleg
13.00 uur lunch
14.30 uur vertrek naar Waspik

Op 23 mei is er een lenteconcert, georganiseerd door de Werkgroep Blaasconcerten. Zeker de moeite waard om te gaan luisteren. Het is altijd heel gezellig bij deze concerten.

Als u dacht dat het programma "Boer zoekt vrouw" iets is van deze tijd, dan raden we u aan het artikeltje te lezen over een van onze bestuursleden, mevrouw Corrie Gennesen.

In dit nummer vindt u de aankondiging van onze jaarlijkse busreis op 30 juni a.s. Uitgebreide informatie en aanmeldingsformulier met eenmalige machtiging is toegevoegd.

Rest ons nog enkele mededelingen:

* In het kortingenboek 2023 staat vermeld, dat de Boerenbond in Kaatsheuvel 10% korting geeft bij een aankoop. Zij zijn hier inmiddels mee gestopt.

* Dan de fitnessgroep. Sinds vorig jaar oktober sport een groep leden van onze vereniging op dinsdagochtend van 09.00 – 09.45 uur zonder begeleiding bij Specifiek Fysiotherapie. Onlangs is besloten dat er géén begeleiding meer terug komt. We kunnen uiteraard blijven fitnessen onder de zelfde voorwaarden zoals die nu gelden. Deelnemers ontvangen maandelijks een rekening van Specifiek Fysiotherapie.

Maar.... op donderdagochtend is in Den Bolder de groep Meer Bewegen vanaf 09.15 uur actief onder enthousiaste begeleiding van Christel Laros. U kunt daar zeker nog terecht. Het is een prima alternatief. Neem contact op met mevrouw Jeanne van Riel, telefoon 0416-311505.

We wensen u veel leesplezier en een mooie meimaand. Misschien dat sommigen van u 'op bedevaart' gaan naar Elshout of Den Bosch.

“BOER ZOEKT VROUW”



In het kader van ons jubileumjaar waren we dit keer op bezoek bij oud-bestuurslid, en nu nog steeds lid, mevrouw Corrie Gennesen op het Scharlo in Waspik. Onder het genot van een lekker bakske koffie vertelde zij ons o.a. hoe ze in Waspik terecht is gekomen.

Corrie werd op 5 september 1927 geboren in Nieuwerkerk aan den IJssel. Dus Corrie komt van ‘boven de rivieren’ zoals we dat hier zeggen. Je kunt het ook wel horen aan haar accent. Het neemt niet weg dat wij toch wel nieuwsgierig waren naar hoe zij uiteindelijk in Waspik kwam wonen.

Je had toen nog geen programma dat “Boer zoekt vrouw” heette. Maar zij reageerde destijds op een advertentie in het magazine van de NCB. Daar werd een oproep gedaan door een boer uit Waspik, Jan Gennesen. Hij zocht een vrouw die ook het boerenleven wel aansprak. Corrie schreef toen op die advertentie en zo waar in 1956 trouwde zij met haar Jan.

Vanaf die tijd woont Corrie op ‘t Scharlo. In de jaren zeventig maakt zij kennis met het bejaardenwerk in Waspik, want pas geslaagd voor de EHBO ging zij mee met de jaarlijkse busreis. Op verzoek van huisarts dokter Wijffels nam ze als EHBO-ster deel aan de reis. Want dat was haar wel toevertrouwd, aldus dokter Wijffels.

Later werd ze zelf lid van de bejaardenbond in Waspik. De samenvoeging van Recreatie Bejaarden Waspik en Bejaardenwerk Waspik was al een feit. We kregen toen de naam KBO Afdeling Waspik. Corrie kwam in maart 2001 in het bestuur; zij was ongeveer 17 jaar bestuurslid. In die jaren heeft ze diverse bestuursleden ‘de revue zien passeren’ zoals b.v. Riet Bont, Anton Kemmeren, Ad Smits, Jet Grondhuis, Geert Beljaars.

Maar voordat ze in het bestuur kwam was ze al als vrijwilliger actief: toen de ledenadministratie nog niet geautomatiseerd was, ging Corrie bij de leden aan huis de contributie ophalen. Ze heeft jarenlang de boekjes rond gebracht en ze inde o.a. ook het geld dat voor de fitnessgroep moest worden afgedragen.

Al met al is Corrie heel lang actief betrokken geweest bij wat nu onze seniorenvereniging is. Nu is ze nog steeds lid van de Senioren Vereniging Waspik en neemt ze graag deel aan alle activiteiten voor zover dat voor haar mogelijk is.

We danken Corrie voor de vele actieve jaren binnen onze vereniging; we wensen haar het allerbeste toe.

Corrie, bedankt voor het gezellige gesprek aan tafel op ‘t Scharlo.



In mei feliciteren we speciaal onze jarigen van 80 jaar en ouder

De heer J.L.M. Kuijpers, 01-05

De heer A.P.M. Smits, 01-05

Mevrouw A. Verschure-Nouwens, 05-05

Mevrouw D. Verschure-de Groot, 05-05

Mevrouw C.T.M. van Gerwen, 06-05

Mevrouw M. van Seters-Kuijte, 07-05

Mevrouw H.P. van Hooren-Kuijsters, 08-05

De heer J.H. van Houwelingen, 08-05

Mevrouw P.C.M. Berkelmans, 09-05

Mevrouw H.J.T. Fens, 14-05

Mevrouw M.J.C. Verschure, 15-05

Mevrouw D. Dalmayer, 17-05

Mevrouw A. Verdijk-Duquesnoy, 22-05

De heer J.W. van Hooren, 23-05

Mevrouw A.M. van den Houdt-Slaats 23-05

De heer G.J.P. Akkermans, 23-05

Mevrouw P.A.M. Brouwers-de Zeeuw, 24-05

Mevrouw E.G.I. van Rossum, 26-05

Mevrouw M. Kemmeren-de Jong, 31-05

Ook alle andere jarigen in mei hartelijk gefeliciteerd!



SENIOREN VERENIGING WASPIK

organiseert in samenwerking met EMA reizen de volgende dagtocht:

VRIJDAG 30 JUNI

ROZENGEUR & PAARDENMELK

08.45 uur: Vertrek Theresiakerk- Carmelietenstraat te Waspik

09.00 uur: Vertrek aan de Bolder, Schoolstraat 19 te Waspik



Rozen worden met trots gekweekt in Limburg, rozen worden al sinds eeuwen bejubeld om hun schoonheid. Al duizenden jaren geleden werden bepaalde soorten geteeld in China en Afrika. De Grieken, Romeinen en Egyptenaren waren allen bekend met de roos en gebruikten ze voor rituelen en er werden tempels en paleizen mee versierd. Rozen zijn planten die tot het geslacht Rosa behoren. Er komen ongeveer 300 soorten in het wild voor.

Om meer te weten te komen over rozen en wat men er allemaal mee kan doen, bezoeken we vandaag ook de Rozenhof. Paardenmelk klinkt misschien vreemd maar tegelijkertijd zo eenvoudig. De Russische steppenvolkeren gebruiken het al sinds de oudheid als middel tegen vele ziektes.

Vanaf uw opstapplaats rijden we rechtstreeks naar het Brabantse plaatsje Zeeland; hier worden wij welkom geheten door Familie Van de Laar. We beginnen met koffie en een plak cake waarna u een film krijgt te zien. Deze wordt persoonlijk toegelicht en krijgt u ook de tijd om vragen te stellen. Aansluitend is er een uitgebreide rondleiding over het bedrijf. Wie weet ziet u het melken van de paarden wel live. Ook bent u in de gelegenheid om paardenmelk te proeven. Na deze leerzame ochtend is het tijd om te gaan lunchen; wij rijden een klein stukje naar ons lunchadres voor een heerlijke koffietafel met o.a. een kroket. Vanaf ons lunchadres gaan we ons onderdompelen in de rozengeur bij de "Rozenhof" in Lottum, hét Rozenoord van Nederland. Als je meer over rozen wilt weten, moet je hier zijn want 70% van alle in Nederland gekweekte struikrozen komt uit deze streek.



De "Rozenhof" is een prachtige rozentuin met informatiecentrum. Na de beeldpresentatie leiden enthousiaste vrijwilligers uit de 'rozenwereld' u graag rond. Deze rozenexperts vertellen alles over de teelt van rozen, de geschiedenis, maar ook over de verzorging van potrozen in de tuin of op het balkon. Hierna heeft u nog voldoende vrije tijd om zelf rond te kijken, of om even te neuzen in het winkeltje met rozenproducten. We verlaten de "Rozenhof" en rijden naar ons dineradres. Hier hebben wij voor u een heerlijk driegangendiner gereserveerd. Na afloop brengen wij u weer retour naar uw opstapplaats.

20.30 – 21.00 uur: Thuis

Programma in het kort:

10:00 uur Orchid's Paardenmelkerij - koffie met cake + excursie
12:30uur Witte Huis - Koffietafel+kroket
14:00 uur Rozenhof Lottum - Entree & rondleiding Rozenhof
17:30 uur Restaurant "De Zwaan" – Diner

Prijs per persoon € 75,00

Eenmalige machtiging.

Door ondertekening van dit formulier geeft u toestemming aan de Senioren Vereniging Waspik om eenmalig een incasso opdracht te sturen naar uw bank om eenmalig een bedrag af te schrijven wegens de busreis "Rozengeur en Paardenmelk" op vrijdag 30 juni 2023 overeenkomstig de opdracht van de Senioren Vereniging Waspik.

Inleveren voor 11 juni a.s. bij Will Hooijmaijers, Chopinlaan 2 in Waspik.

Naam.....

Adres.....Tel. Nr.

Postcode.....Woonplaats.....

IBAN Rekeningnummer.....

Bedrag €.....

Plaats en
Datum.....

Handtekening..... Nr. Ledenpas

Lenteconcert in Den Bolder

Op **23 mei 2023** presenteert de werkgroep Blaasconcerten haar traditionele Lenteconcert in Sociaal Cultureel Centrum Den Bolder te Waspik. Twee orkesten zullen dan een optreden verzorgen, Duinstedenkapel Waalwijk onder leiding van Harry de Wijs en Pro Musica Etten-Leur onder leiding van Judith van Boven.

Zij brengen een afwisselend programma met een breed scala aan muzikale stijlen van goed in het gehoor liggende melodieën. Een sfeervol concert dat zeker de moeite waard is om te komen luisteren naar hetgeen de muzikanten ten gehore zullen brengen.

Het concert vangt aan om 14.00 uur, de zaal is open vanaf 13.30 uur en de toegang is zoals gewoonlijk gratis.

U bent van harte welkom!

Werkgroep Blaasconcerten



De oplossing van de pittige Sudoku april 2023 is

47623

Uit de 11 goede inzendingen trokken we als winnaar
mevrouw Rie Lodewijks.

Zij was blij verrast met de cadeaubon van
slagerij Snels.



Een nieuwe puzzel vindt u op de volgende bladzijde;
een Zweedse puzzel.
Puzzel mee en maak kans op een cadeaubon naar keuze.

Een pittige Zweedse kruiswoordpuzzel.

Los de puzzel op en breng de letters uit de omcirkelde vakjes over naar de balk onder de puzzel.

heel precies	▼	riv. in Duitsland	▼11	uitroep van vreugde	▼	huldeblijk	▼	agent	▼4
Europees land		lokspijs						gravin v. Holland	
2	▶					sterrenbeeld	▶		
moerasvogel	▶			toestand van rust	▶7				
ellende				sterke drank					
	▶					hevig	▶		
commerciële tv-zender		rijksuniversiteit	▶			en omstreken	▶		land in Azië
		maaltijd				Turks heer			
	▶	9	familied	▶		gewicht	▶		
			Engelse titel			Spaans landvoogd			
meetlat	▶	United States		loon	▶			12	herfstbloem
		paddenstoel		wisselborgtocht					
6	▶						per adres		
							karakter		
omroep	▶					pot	▶		3
Zijne Koninklijke Hoogheid									
	▶		huid	8	mestvocht				
					putemmer				
werelddeel		na-gerecht	▶						
		honingbij				palm		uniek	
	▶			omlijsting	▶				
				eikenschors					
vroeger	▶							bergplaats	domina
eetbare wortelknol									
	▶		lid van verdienste				5		
zuivelproduct	▶			10		soort slang	▶		

©www.puzzelpro.nl

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

De oplossing kunt u tot uiterlijk 12 mei 2023 inleveren bij Mw. W. Hooijmaijers, Chopinlaan 2, 5165 CM Waspik. E-mailadres: willennol@gmail.com

De acceptgiro verdwijnt: dit zijn de alternatieven

De acceptgiro verdwijnt per 1 juni 2023. Betaaldienstverlener Currence laat weten dat het aantal gebruikte acceptgiro's te laag is geworden om de betaalmethode nog langer te ondersteunen. Wat zijn nu de alternatieven?

Een acceptgirokaart is een kaart die door een potentiële ontvanger van een betaling aan de potentiële betaler wordt gestuurd om de betaling te vereenvoudigen. De naam van het bedrijf, het betalingskenmerk van de overschrijving, het rekeningnummer van het bedrijf en het bedrag zijn meestal al ingevuld. De Consumentenbond liet eerder aan het AD weten de maatregel van Currence te begrijpen, maar pleitte ook voor goede alternatieven voor iedereen die zijn geldzaken niet via internet regelt. "Er mag geen digi-dwang zijn. Banken moeten zorgen voor bijvoorbeeld servicepunten waar mensen terechtkunnen."

Afbouwen acceptgiro

Er zijn een aantal data vastgelegd voor het afbouwen van het gebruik van de acceptgiro. Banken verwerken acceptgiro's nog tot en met 31 mei 2023. Na 1 maart ontvang je geen acceptgiro's meer van bedrijven en instellingen. Banken zullen klanten die nog acceptgiro's gebruiken hierover informeren.

Mogelijke alternatieven

De Consumentenbond meldt op hun website dat er een aantal goede alternatieven zijn voor de acceptgiro. We zetten ze hieronder voor je op een rij.

- Een papieren factuur.

Betalen kan via internet- of mobiel bankieren of een overschrijvingskaart

- Een digitaal alternatief.

Hierbij krijg je de rekening of het betaalverzoek via een e-mail. Betalen kan vervolgens via bijvoorbeeld iDeal.

- Automatische incasso.

- Mijn eenmalige gift.

Dit is een alternatief dat door ruim honderd goede doelen wordt aangeboden. Het is een eenmalige betaling op papier. Je stuurt dit ondertekend naar het goede doel, en niet naar de bank.

De Consumentenbond vindt dat bedrijven nooit alleen een automatische incasso mogen aanbieden. Een bedrijf moet altijd een betaalmiddel aanbieden waarbij je zelf bepaalt wanneer je betaalt. Dat kan bijvoorbeeld met een papieren factuur of een rekening per e-mail.

Bron: *Margriet.nl*

Overgenomen uit nieuwsblad PCOB Sprang-Capelle maart 2023



Financieel misbruik voorkomen

Steeds meer ouderen worden slachtoffer van financieel misbruik. Familie, de buurman of zelfs een belastingadviseur palmt hen in en plukt hen kaal. Hoe voorkomt u dat dit bij u gebeurt? En hoe herkent u financieel misbruik van mensen in uw omgeving?

Grote schade

Bankrekeningen worden geplunderd, persoonlijke bezittingen verdwijnen, en soms weten daders complete woningen en erfenissen binnen te hengelen. Financieel misbruik leidt tot duizenden of honderdduizenden euro's schade en komt steeds vaker voor. In een uitzending van Meldpunt uit september 2019 roepen deskundigen op om hiertegen maatregelen te nemen. Maar wat kunt u doen om uzelf en anderen tegen financieel misbruik te beschermen? In dit artikel geven we u advies.

Welke vormen van financieel misbruik bestaan?

Het helpt om te weten op welke manieren ouderen slachtoffer worden van financieel misbruik. We geven wat voorbeelden. Soms worden geld, sieraden en goederen weggenomen of stiekem verkocht, zonder dat het slachtoffer het door heeft.

'Beheer' geldzaken

Plegers van financieel misbruik krijgen vaak toegang om alle geldzaken van het slachtoffer te mogen regelen. Dan hebben ze bijvoorbeeld toegang tot pinpassen en bankrekeningen, inclusief wachtwoorden en codes. Het slachtoffer heeft vaak bijna geen zicht meer op de eigen administratie. Vervolgens haalt de dader geld van de rekeningen, of doet deze op naam van het slachtoffer aankopen.

Zorggeld stelen

Ondertussen krijgen slachtoffers soms niet alle zorg en hulpmiddelen die ze nodig hebben. Want dat kost geld, dat de pleger liever achterover drukt. Soms gebeurt dit ook met geld uit een persoons gebonden budget (pgb). Een oudere krijgt dan geld voor zorg, maar de zorg wordt hem of haar onthouden.

Er vandoor met de erfenis

Met een volmacht kan het zelfs gebeuren dat woningen of ander onroerend goed worden verkocht en de opbrengst in de zakken van de plegers verdwijnt. In de ergste gevallen weten daders hun slachtoffers zo zeer in te palmen dat die hun testament wijzigen, waarna de pleger er vandoor kan gaan met (een deel van) de erfenis.

Deze mensen lopen extra risico

Ouderen in een kwetsbare situatie, en dat geldt vaak voor 80-plussers, lopen meer risico. Denk aan mensen die kampen met lichamelijke en mentale beperkingen, die alleen wonen en eenzaam zijn. Wie een klein netwerk heeft, kan makkelijker afhankelijk worden van 1 persoon voor basisbehoeften als eten of zorg. Van de slachtoffers is het merendeel vrouw. Dat komt doordat in veel traditionele relaties de man geldzaken en administratie doet. Als die wegvalt, zijn vrouwen op dit gebied kwetsbaarder.

Zo voorkomt u dat u zelf slachtoffer wordt

Een goede optie is het opstellen van een levenstestament. Hierin is vastgelegd wie geldzaken mag regelen als de betrokkene dat zelf niet meer goed kan, en ook wie daar toezicht op houdt. Niet zelden worden ouderen kaalgeplukt door mensen die zich slinks tot gevolmachtigde of bewindvoerder laten benoemen. Dat is bij een al eerder vastgelegd levenstestament veel lastiger en kan veel vormen van uitbuiting voorkomen.

Sociaal netwerk

Wat ook helpt is een sociaal vangnet, dus regelmatig contact met verschillende familieleden, vrienden, burens en kennissen. Dat maakt minder eenzaam en kwetsbaar.

Geen toegang pinpas

Als iemand anders boodschappen of andere aankopen mag doen, geef dan niet zomaar toegang tot uw eigen bankrekening, pinpas en pincode. Open een 2e bankrekening als 'boodschappenrekening'. Hierop plaatst u een beperkt tegoed en aparte pinpas met betaallimiet. Zo kan ook altijd worden getraceerd wie er heeft gepind of betaald. Blokkeer ook de mogelijkheid om rood te staan. Dan kan ook daar niemand misbruik van maken. Maak zoveel mogelijk geld over naar uw spaarrekening, dan kan er minder makkelijk geld van de gewone bankrekening worden gehaald. Beheer de spaarrekening ook zo veel mogelijk zelf. Mocht een derde u helpen met internetbankieren, zorg er dan voor dat alleen de betaalrekening zichtbaar is. Blijf tot slot papieren bankafschriften ontvangen en controleren of download deze van internet.

vervolg Financieel misbruik voorkomen

Lokale allianties

Op de website financieel veilig ouder worden vindt u nog meer informatie, ook over de 'Lokale Allianties Veilig Financieel Ouder Worden'. Daarin werken professionals en instanties, zoals notarissen, banken, huisartsen, politie en zorginstellingen samen tegen uitbuiting van ouderen. Er zijn inmiddels allianties door het hele land, van Groningen tot Zuid-Limburg en van Delft tot Dalfsen.

Vermoedens van uitbuiting? Kom in actie.

Schade en verdriet door uitbuiting van ouderen kan worden voorkomen of beperkt, als mensen uit de omgeving onraad ruiken en aan de bel trekken.

Daders in de cel

Hoe belangrijk dat is, blijkt wel uit een pijnlijke strafzaak in het Groningse Haren. In het voorjaar van 2019 veroordeelde het gerechtshof in hoger beroep een stel tot 18 maanden cel wegens uitbuiting van een hoogbejaarde en dementerende vrouw. De vrouw, die 95 jaar was toen de politie lucht kreeg van het financieel misbruik, is in de loop der jaren zeker 3 ton afgetrooggeld. Het stel beheerde de financiën van het slachtoffer, maar dacht vooral aan zichzelf.

Verwaarlozing

De zaak kwam aan het rollen toen burens aan de bel trokken. 'Mevrouw verkommerde, alleen in haar huis. Ze mocht van het stel niet naar de kapper of pedicure en had geen warm water om zich te wassen. En ondertussen leefde het stel er op los van het geld van mevrouw', zegt een van de burens, die niet met haar naam genoemd wil worden. Haar identiteit is bij de redactie van Meldpunt bekend.

Spullen kopen

Volgens de buurvrouw declareerde het stel langdurig vette rekeningen voor verzorging en administratie. Van het geld van de hoogbejaarde vrouw kocht het stel ook allerlei spullen, zoals scooters en tuinmeubels die zij verscheepten naar een vakantiehuis in Italië. 'Echt vreselijk misdadig. Dit zijn gigantische boeven', aldus de buurtbewoonster.

De buurt in actie

Volgens haar had de uitbuiting nog jaren kunnen doorgaan als de buurt niet in actie was gekomen. 'Toen er geen geld meer was, wilde het stel mevrouw zelfs tegen haar zin naar een verpleeghuis brengen. Dan konden ze haar huis verkopen en de opbrengst daarvan inpikken. Dat hebben we gelukkig kunnen voorkomen.' Het slachtoffer zelf is in juni 2015 op 98-jarige leeftijd overleden.

Zo herkent u financieel misbruik bij anderen

Om in actie te komen moet u het misbruik natuurlijk eerst herkennen. Er is een aantal signalen waaraan u financieel misbruik van anderen kunt herkennen. Ouderen die worden kaalgeplukt, hebben vaak moeite om te voorzien in gewone levensbehoeften. Ze hebben een lege koelkast, amper toiletspullen en weinig of versleten kleding. De woning kan er onverzorgd uitzien. Ook kunnen ze niet goed verklaren dat er spullen weg zijn, een bankpas, of contanten. Geldgebrek wordt ook zichtbaar door een betaalachterstand voor energie of verzekeringen. Liggen er aanmaningen in de bus of wordt de telefoon, het gas of de elektriciteit afgesloten? Als iemand weigert om informatie te geven over financiële omstandigheden, vooral wanneer de vermoedelijke dader dit weigert, kan ook dit een signaal zijn.

Financieel misbruik bij anderen melden

Heeft u vermoedens van uitbuiting? Probeer het gesprek aan te gaan met de betrokkenen. Of meld uw vermoedens bij een huisarts of bij Veilig Thuis. Wilt u meer weten over wat u kunt betekenen? Op ikvermoedhuiselijkgeweld.nl kunt u terecht voor meer informatie en tips, ook om bij signalen van financieel misbruik het gesprek hierover aan te gaan met betrokkenen.

Bron: KBO Ons Actueel april 2023



GORDELROOSPRIK KOMT ERAAN

Alle 60- plussers kunnen zich vanaf voorjaar 2024 laten vaccineren tegen gordelroos. Ouderenorganisaties dringen al jaren aan op het breed beschikbaar komen van een beschermende inenting tegen het van varicellazoster- virus. Deze ziekteverwekker ook verantwoordelijk voor waterpokken bij jonge kinderen, blijft levenslang aanwezig in zenuwcellen in het ruggenmerg. Vooral bij een verminderde weerstand kan het virus na jaren weer actief worden, dikwijls op oudere leeftijd.

Het uit zich dan als gordelroos, wat iemand alleen kan krijgen wanneer hij of zij ook waterpokken heeft gehad.

Terwijl de symptomen van waterpokken op jonge leeftijd meestal meevallen, kan gordelroos heel vervelend uitpakken met nog lange tijd nare pijnklachten en blijvende huidbeschadigingen, zelfs ontsierende littekens. Gordelroos begint vaak met jeuk, tintelingen of intense, brandende of stekende pijn in een bepaald gebied van de huid. Na een paar dagen ontstaan plaatselijk, meestal rond de buik of taille, blaasjes die ook weer in drogen tot korstjes. Langdurige pijn is de meest voorkomende complicatie van gordelroos.

Bron :max magazine

Overgenomen uit nieuwsbrief PCOB Waalwijk



THUISZORG GEEFT GEEN OOGDRUPPELS MEER

Per 1 april geeft de thuiszorg van Midden en West Brabant geen oogdruppels meer aan mensen die nu wel hulp krijgen. Het is een bezuiniging, die veel uren bespaart van zorgverleners, aldus de samenwerkende zorgverleners die tot dit besluit zijn gekomen. Mensen moeten het zelf gaan doen met een druppelbril. Hoe pak je dat aan?

Lees hier tips voor zelf druppelen

Volgens Thebe, een van de betrokken Brabantse thuiszorgorganisaties, is zelf druppelen heel makkelijk. Maar dat geldt helaas niet altijd en ook niet voor iedereen. De druppel valt op je wang, er schieten meerdere druppels in je oog of je twijfelt of de druppel überhaupt in het oog terecht is gekomen. Vieze vingers in de ogen of vergeten om het traanbuisje dicht te drukken. Een oogdruppel toedienen kan een heel gedoe zijn. Zeker als je beperkingen hebt aan je hand, of als je moeite hebt met het stilhouden van je hand. Gelukkig zijn er tips en hulpmiddelen. Wie goed wil leren druppelen kan veel informatie vinden op de website van het Oogziekenhuis. Hier staan teksten, illustraties en video's. Deze informatie is te downloaden in een app. Die geeft meteen een handige herinnering voor het druppelen.



Tip: probeer een hulpmiddel

Er zijn meerdere hulpmiddelen te koop. Er is bijvoorbeeld een druppelbril. Dat is een gewone bril met een klein gaatje in het glas, waarmee het flesje precies goed staat. De zorgverleners van dit initiatief raden een oogdruppelbril aan voor het zelf druppelen. Dat geldt ook voor mensen met een beperking, bijvoorbeeld als je je hand niet goed kan gebruiken door artrose of reuma. € De bril moet je zelf betalen (€ 10-15). Er zijn ook alternatieven, zoals de Autodrop (niet te verwarren met het snoepmerk). Dat is een plastic houder voor het oogdruppelflesje, die je om het oog heen zet. Handig als je je druppelhand niet goed kan stilhouden of richten. Of als je je oog moeilijk open kunt houden tijdens het druppelen.

Lees meer over de verschillende hulpmiddelen

De hulpmiddelen zijn te koop bij de apotheek, maar je kunt ook veel hulpmiddelen bestellen bij een webwinkel zoals bol.com of een hulpmiddelenwebsite. Sommige hulpmiddelen kun je alleen bij een bepaald merk oogdruppel gebruiken, dus het is raadzaam even goed onderzoek te doen voor je iets bestelt.

Tip: vraag hulp

Een apothekersassistente kan meekijken bij het toedienen en tips geven. Zij kan ook hulpmiddelen bestellen voor gebruik van de oogdruppels en advies geven over wat je het beste kunt kopen. Tenslotte kun je een partner of andere naaste te vragen om de druppels in te brengen. Als het allemaal niet werkt, zit er niks anders op dan toch bij de wijkverpleging aan de bel te trekken.

Auteur: Heleen Croonen

Bron: PCOB Waalwijk

Verkouden of hooikoorts? Zo herken je het verschil

Griep, verkoudheid of corona: veel Nederlanders hebben op dit moment iets onder de leden. Toch hoeft die ene niesbui of snotneus niet te komen door een van deze virussen. Door het zachte uiteinde van 2022 en de aanhoudende warmere temperaturen staan de eerste hazelaars al in bloei. Dat kan maar één ding betekenen: pollen. Hoe herken je het verschil tussen een snotneus door hooikoorts of een verkoudheid? Zoek op het internet naar de klachten van hooikoorts en je ziet al snel ergens dat het lijkt op de klachten van een verkoudheid. Niezen, een verstopte neus of een vol hoofd. Niet zo gek dus als je niet weet of je nou te maken hebt met een verkoudheid of hooikoorts.

Het verschil tussen een verkoudheid en hooikoorts

Om te achterhalen of je een verkoudheid te pakken hebt of last hebt van hooikoorts moet je niet alleen kijken naar de symptomen. Een belangrijk verschil is het seizoen waarin je de klachten krijgt. Hooikoorts is over het algemeen seizoensgebonden. Maar nu die grens lijkt te vervagen, kun je ook kijken naar de duur van de klachten. Bij hooikoorts houden de symptomen langer aan en komen ze steeds weer terug. Bij een verkoudheid merk je dat de klachten na een paar dagen weer afnemen, terwijl de hooikoortsverschijnselen onveranderd blijven.

Verskil in klachten

Hoewel de symptomen van een verkoudheid en hooikoorts niet veel van elkaar verschillen, kun je ze op sommige vlakken van elkaar onderscheiden. Zo is de loopneus die je bij een verkoudheid hebt anders dan een loopneus door hooikoorts. Als een allergie ten grondslag ligt aan de loopneus loopt het snot vaak uit je neus en is het heel dun. Bij een verkoudheid is het snot veel dikker. En die tranende of brandende ogen? Die zijn typerend voor hooikoorts. Hetzelfde geldt voor kriebelhoest. Als je verkouden bent, kun je ook hoesten, maar dit is vaak geen kriebelhoest.

De volgende klachten horen bij hooikoorts:

- Jeuk aan de neus
- Een verstopte neus of snotneus
- Niezen
- Jeukende of tranende ogen
- Een droge keel of kriebelhoest
- Vermoeidheid
- Een koortsig gevoel
- Een vol gevoel in het hoofd
- Benauwdheid
- Een piepend geluid bij ademen

Goed om te weten: deze klachten kunnen ook voorkomen bij andere allergieën. Ga dus na of bomen die verantwoordelijk zijn voor hooikoorts (elzen, berken, hazelaars, etc.) al in bloei staan. Is dit niet het geval? Dan zou het ook kunnen dat je allergisch bent voor bijvoorbeeld katten of huisstofmijt.

Bron | AD, Alles over allergie, RTL Nieuws, Thuisarts Margriet.nl

Overgenomen uit Nieuwsbrief PCOB Sprang-Capelle



Gratis silicagelzakjes houden je spullen in huis langer mooi

Je vindt ze vaak in een schoenendoos of de zak van een nieuwe jas: kleine zakjes met doorzichtige korrels. Deze zogenaamde silicagelkorrels absorberen water en zorgen ervoor dat producten onderweg niet beschadigen door vocht. Normaal gooi je ze meteen weg, maar waarom eigenlijk? Ze komen thuis ook van pas!

Oude foto's mooi houden

Heb je een doos met oude foto's in huis? Stop er een zakje silicagel in zodat foto's minder snel verkleuren en dus langer mooi blijven.

Vochtige camera voorkomen

Stop een silicagelzakje in je cameratas. Als je op vakantie bent in een omgeving met een hoge luchtvochtigheid kan de cameralens namelijk vochtig worden. Een zakje silicagel voorkomt dat er water in de camera komt.

Stinkende sportkleding: verleden tijd!

Kleding die je na het sporten in een tas gooit gaat snel stinken. Voorkom de ergste stank door wat silicagelzakjes in de tas te stoppen. De korrels nemen het vocht op en zorgen ervoor dat de tas frisser ruikt.

Gereedschap roest minder snel

Gereedschap gaat roesten door vocht. Leg er dus zakjes silicagel bij, zo blijft het langer mooi!





Medisch ID op iPhone

Basisinformatie over uw gezondheid kunt u opslaan op de iPhone. In noodgevallen kunnen omstanders deze info snel oproepen.

Contactpersoon bij nood Standaard staat de app Gezondheid op de iPhone. In de app kunnen gebruikers een medisch ID aanmaken. Naast naam en geboortedatum vult de gebruiker informatie in als aandoeningen, allergieën en medicijngebruik. Verder kunnen contactpersonen bij nood worden ingevuld. Deze informatie is in noodsituaties snel op te roepen.

Medisch ID invullen

Stel het medisch ID op de volgende manier in:

- * Open de app **Gezondheid**.
- * Het kan zijn dat u een aantal keer op Gereed moet tikken op schermen met informatie over de app.
- * Kies zo nodig of u informatie over de app wilt delen met Apple.

- * Tik als dat nodig is op **Volgende**.
- * Vul uw gegevens in.
- * Tik op **Gereed**.
- * Tik op **Volgende**.
- * Tik zo nodig op het schuifje om gezondheidsmeldingen te ontvangen.
- * Tik op **Ga door**.
- * Tik op **Sta niet toe** of **Sta toe** om toestemming te geven voor de meldingen.
- * Scrol naar beneden en tik onder 'Configureer je medische ID' op **Aan de slag**.
- * Vul persoonlijke informatie in zoals geboortedatum, ziektes, allergieën, medicijnen en bloedgroep.
- * Tik onder 'SOS-contactpersonen' op **Voeg SOS-contactpersoon toe**.
- * Tik op de persoon die gewaarschuwd moet worden wanneer u in nood bent.
- * Geef daarna aan wat de relatie met hem/haar is.
- * Zorg dat 'Toon bij vergrendeling' aanstaat. Tik eventueel op het schuifje erachter zodat het groen wordt. Omstanders of hulpverleners kunnen in geval van nood bij uw informatie.
- * Tik tot slot rechtsboven op **Gereed**.

Opmerking: houd de informatie kort en bondig. Het is bijvoorbeeld niet relevant dat u niet goed tegen scherp eten kunt. Vul alleen zaken in die van belang zijn voor hulpverleners. Of u hartpatiënt bent of diabetes hebt, bijvoorbeeld. Bij contacten kunt u natuurlijk ook uw huisarts of medisch specialist toevoegen.

Medisch ID aanpassen

Wijzig als volgt informatie, zoals een contactpersoon:

- * Open de app Gezondheid.
- * Tik rechtsboven op het ronde pictogram met een poppetje/uw initialen/een profielfoto.
- * Tik op **Medische ID**.
- * Tik op **Wijzig**.
- * Pas de gewenste informatie aan.
- * Tik op Gereed.

Medisch ID oproepen in geval van nood

- * Activeer de iPhone zonder 'm te ontgrendelen.
- * Tik op de thuisknop of veeg op een iPhone X of nieuwer van beneden naar boven over het scherm.
- * Tik linksonder op **Noodgeval**.
- * Tik linksonder op **Medische ID**.

Alle door u ingevoerde informatie is nu te raadplegen. De ingevoerde contactpersonen zijn te bellen zonder de telefoon verder te ontgrendelen. Hulpverleners of omstanders kunnen op deze manier snel informatie over uw gezondheid doorgeven aan medische diensten.

Privacy

De informatie die u invult, is op geen enkele andere manier in te zien. Ook andere apps hebben er geen toegang toe. De medische informatie is wel makkelijk in te zien voor anderen die uw iPhone in handen hebben.

Bron: SeniorWeb

Overgenomen uit nieuwsblad PCOB Sprang-Capelle maart 2023

Muisaanwijzer vergroten in Windows



Vaak het pijltje kwijt op het beeldscherm? Maak dan deze zogenoemde muisaanwijzer in Windows groter.

Cursor kwijt

Soms zijn we de muisaanwijzer kwijt op het beeldscherm. Dat is geen ramp. Maar het is wel vervelend als u 'm vaak moet zoeken. Maak de muisaanwijzer eens wat groter. Dan ziet u 'm minder snel over het hoofd.

Muisaanwijzer veranderen

Verander zo de grootte van de muisaanwijzer in Windows:

- * Klik op de Startknop.
- * Klik op Instellingen of op het pictogram van een tandwiel.
- * Klik op Toegankelijkheid.
- * Klik aan de linkerkant op Muisaanwijzer (en aanraken).
- * Klik op de blauwe schuifknop bij 'Aanwijzergrootte wijzigen' (Windows 10) of 'Grootte' (Windows 11).
- * Sleep het schuifje naar rechts, totdat u de muisaanwijzer groot genoeg vindt.

Muisaanwijzer

De muisaanwijzer en aanraakfeedback beter laten opvallen.

Aanwijzergrootte en -kleur wijzigen

Aanwijzergrootte wijzigen



Aanwijzerkleur wijzigen



Slaapstand Windows aanpassen

Even weg van de computer en floep... het scherm valt uit na enkele minuten. Gaat het te snel op zwart? Pas dan de slaapstand aan.



Beeldscherm valt uit, laptop blijft aan

De slaapstand van Windows bespaart energie. Het scherm gaat automatisch uit als de pc bijvoorbeeld tien of twintig minuten niet actief is. Maak het scherm weer 'wakker' door op een willekeurige toets te drukken.

Soms is het **wachtwoord intypen** opnieuw nodig. Springt het beeld wel erg snel op zwart, pas dan de slaapstand aan. Stel hem bijvoorbeeld in op dertig minuten of een uur.

Slaapstand uitzetten of aanpassen

Stel zo in na hoeveel tijd het scherm uit gaat:

- * Klik op de startknop.
- * Klik op **Instellingen**, het pictogram van een tandwiel.
- * Open de slaapstand-instellingen:
 - * Klik in Windows 10 op Systeem > **Energiebeheer en slaapstand**.
 - * Klik in Windows 11 op **Aan/uit & accu** > **Schermbelichting en slaapstand**.
 - * Kies de gewenste tijd:
 - * Klik in Windows 10 onder 'Bij gebruik van netstroom uitschakelen na' op het uitklapmenu.
 - * Klik bijvoorbeeld op **1 uur of Nooit**.
 - * Klik in Windows 11 achter 'Wanneer aangesloten op netstroom, het scherm uitschakelen na' op het uitklapmenu.
 - * Klik bijvoorbeeld op **1 uur of Nooit**.

De instelling verandert direct. Sluit het menu via het kruisje rechtsboven.

Bron: Seniorweb april 2023

OUDERWETSE KIPPENSOEP

Een recept om zelf een grote pan langzaam getrokken kippensoep te maken! Deze soep blijft ouderwets lekker en kan echt iedereen maken. Vroeger stond de pan soep uren te pruttelen op het petroleumstel, maar op een modern fornuis wordt hij net zo lekker. 'Slow cooking' is immers een moderne term voor niets anders dan koken zoals vroeger, langzaam, met geduld en een heerlijk eindresultaat. Zo maak je deze kippensoep. Zeker in de griepperiode is kippensoep prima!!

Dit heb je nodig::

2 l water
2 kippenbouten (ongeveer 800 g)
1 ui/prei
2 stengels bleekselderij
1 winterwortel
1 stukje foelie
2 laurierblaadjes
6 zwarte peperkorrels en wat zout
1 handjevol vermicelli
wat verse peterselie, fijngesneden.

Zo maakt u de ouderwetse Kippensoep

Doe het water met de kippenbouten in een grote pan en breng het aan de kook. Maak de groentes schoon en snijd ze in stukjes. Voeg de groentes en de specerijen toe en breng opnieuw aan de kook.

Zet de pan met soep vervolgens op een laag vuurtje, laat het zo enkele uren zachtjes pruttelen. Haal de kippenbouten uit de soep en haal het vlees van de botten, trek het vlees in kleinere stukjes en doe het weer terug in de pan.

Voeg nu ook de vermicelli en de peterselie toe en laat de soep nog een kwartiertje doorpruttelen.

Je kunt de soep meteen eten, maar de volgende dag is hij is meestal nog lekkerder. Als je nog een petroleumstel hebt dan is dit superhandig om de kippensoep op te maken. Je vindt ze ook wel op rommelmarkten en ze werken prima op lampenolie. Je kunt de soep ook langzaam garen op een vlamverdelers, zo'n zwart, rond plaatje voor op het gasfornuis.

Bron: Overgenomen uit Nieuwsbrief PCOB Waalwijk





Bezoek aan het "Schoenenkwartier", schoenenmuseum in Waalwijk.

Vrijdag 17 maart brachten we met een groepje leden van onze seniorenvereniging een bezoek aan het "Schoenenkwartier", het nieuwe schoenenmuseum in Waalwijk. Een prachtig ingericht museum waar de geschiedenis van de leerlooiers en schoenmakers goed tot zijn recht komt.

Foto AD.nl

Elly Span vertelde aan de hand van de door haar verzamelde informatie in het kort het ontstaan van de looi- en schoenindustrie in de Langstraat. Ze vertelde over het Halve Zolenlijntje, over de gedwongen winkelnering (verplicht boodschappen doen bij de winkels van de fabriekseigenaren) enz.

Nadat Elly haar verhaal had verteld konden we zelf rond kijken in het museum. Op de begane grond tal van oude machines die in de looierijen en in de schoenfabrieken werden gebruikt. Op de eerste etage van het gebouw was uitgebreide informatie te vinden: op foto's, dia's, filmpjes en uitleg via microfoons die je aan je oor kon houden. De vroegere zeer armoedige werkomstandigheden worden duidelijk in beeld gebracht.

Op de tweede verdieping konden we prachtige collecties schoenen bewonderen van diverse beroemdheden, zoals van ABBA, Elvis Presley en David Bowie.

Al met al een bijzondere letterlijk en figuurlijk leerrijke middag in Waalwijk. Het was zeer de moeite waard. Echt een aanrader voor iedereen. In het restaurant dronken we nog een kop koffie/thee met iets er bij: een gewoon gebakje of een Halve Zool: een lekkere koek die dus vernoemd is naar het Halve Zolenlijntje.

Elly, Diny en Will, bedankt voor het organiseren van dit leuke uitstapje.





Bordje in hotelbadkamer:

Als je schone handdoeken wil, verzoeken wij je om deze op de grond te leggen. Dit uit milieu vriendelijk oogpunt.

Onder het verkeersbord "verplicht voetpad" staat:

Geen snor en bromfiets

Op 'n bordje in de supermarkt:

LAAGSTE PRIJS: Chocomel Halfvol pak € 2,15

In een krantenkop:

Veel mensen willen niet meer werken

Uitspraak van André Rieu in de Avrobode (bestaat die nog?)

Stilzitten lukt me niet. Ik slaap of ik doe niets.

Uit het Nederlands Tijdschrift tegen de Kwakzalverij:

Rubberen tegels bij kinderspeelplaatsen kunnen 3 tot 4 kinderlevens redden per jaar. Dat zijn nog altijd 3 of 4 kinderen te veel.

"Onder de Pannen" tot laat :

Iedere dinsdag is het café geopend van 21.00 uur tot het gezellig is!

www.onderdepannen.eu

In de Slijterij (tussen de rekken met flessen vol alcoholische drank) :

Hebt u hulp nodig meneer?

Ja, maar in plaats daarvan kom ik hier.

Leven is makkelijker dan je denkt, maar moeilijker als je denkt.

Bier schijnt ook duurder te worden. 5 cent per flesje. Lijkt niet veel, maar is toch weer een euro per dag.

Communicatieprobleempje ?

Wederom wijziging Gemeentereiniging : het vuilnis wordt i.p.v. maandag en donderdag voortaan gebracht

Een onmogelijke krantenkop:

Duitse economie groeit langzamer dan mogelijk is

TIP in "Het Groenten en Fruit ABC"

Laat uw kinderen zelf gehaktballetjes draaien en in de soep gaarkoken

En hier is een tip voor als u op reis gaat, maar in een verwarde onduidelijke zin:

Deze reisthermometer is digitaal en niet temperatuurgevoelig dus ook te gebruiken bij extreme warmte)

Info van het Westfries Gasthuis:

Het avondeten zal om 17.00 uur worden geserveerd en zal weer worden opgehaald tussen 17.30 uur en 17.45 uur

Uit het "autonieuws" van "De Waalwijker" :

Naast de zitplaatsen voor twee personen is er nog voldoende bagageruimte voor handen

Een paar flauwe grappen :

Waarom zet je die lege flessen voor het feest in de koelkast?

Antwoord: Voor de gasten die geen dorst hebben

Ik stond laatst op de bus te wachten. Zegt de chauffeur: "Hé joh, kom d'r 's af.

Laatst was ik uit eten en ik vroeg aan de ober: "Heeft u een menuutje?"

Even later liet de ober een steakje vallen.

Tot slot een positieve boodschap:

Ik wil weer denken dat M&M's beter zijn dan geld, omdat je het kan eten. En dat McDonald's een 4 sterren restaurant is. Ik wil terug naar een tijd waarin het leven eenvoudig was. Een leven vol kleuren, kinderliedjes, springen in plassen en baggeren door de modder. Een wereld waarin je gelukkig bent, omdat je nog niets weet van alle zorgwekkende dingen.

Ik wil graag denken dat de wereld eerlijk is en dat iedereen goed en te vertrouwen is. Ik wil geloven dat alles mogelijk is. Ik wil simpel leven. Ik wil weer geloven in de kracht van de glimlach, van knuffels, een vriendelijk woord, waarheid, rechtvaardigheid, vrede, dromen en verbeelding. DUS: bij dezen dien ik mijn ontslag als volwassene in. En als je het hier niet mee eens bent dan ren maar achter me aan, want

Tikkie, jij bent um!!

Actief op Marktplaats? Let op deze nieuwe oplichtingstruc met nep-website



Bent u actief op Marktplaats? Let dan goed op, want er is een nieuwe oplichtingstruc met een nep website in omloop. Zo krijgen criminelen op sluwe wijze uw bankgegevens in handen. Deze truc wordt toegepast op zowel kopers als verkopers. Maar hoe gaat die in zijn werk? En hoe herkent u deze?

Tweedehands is een tweede kans

Door op Marktplaats zaken te doen, kunt u nog wat verdienen aan spullen die u niet meer wilt hebben. Of u schaft juist iets aan voor een mooie prijs. Op die manier koopt u ook nog eens duurzamer. Een goed plan, zo lijkt het. Maar er zijn helaas ook oplichters actief op het platform, waardoor u als gevolg van een oplichtingstruc met lege handen, en misschien zelfs een lege portemonnee, kunt achterblijven.

De oplichtingstruc

De truc werkt als volgt. Is er iemand geïnteresseerd in wat u te koop aanbiedt, of bent u juist degene die een bod plaatst, dan vraagt de tegenpartij om het gesprek op Whatsapp voort te zetten. Op zich is dat niet vreemd, maar wees wel op uw hoede als u dit wordt gevraagd. Daarna stuurt de persoon u een link naar deze website: koper-bescherming.com/marktplaats/platform. De website ziet er geloofwaardig uit, en lijkt van Marktplaats afkomstig, maar dit is niet het geval.

Oplichtingstruc met bankgegevens

Klikt u wel op de site, dan wordt u gevraagd om te betalen met iDeal en om uw bankgegevens in te vullen ter verificatie. De website wekt de indruk u en de andere persoon juist te willen beschermen tegen oplichting. Maar niets is minder waar. Klikt u op Kies uw bank, dan wordt u doorverwezen naar een neppe pagina. De oplichters zouden van maar liefst 11 banken een neppe pagina hebben aangemaakt. Het gaat om deze banken: ING, ABN AMRO, Rabobank, SNS Bank, ASN Bank, Triodos, Van Lanschot, bunq en Knab. Kiest u uw bank en drukt u op bevestigen, dan komt u op de neppe aangemaakte pagina van uw bank. Hier moet u dan inloggen. Voor de oplichters is het daarna kinderspel: ze hebben uw gegevens.

Voorkom oplichting

Trap dus zeker niet in deze oplichtingstruc. Onthoud ook goed dat u als koper uw betrouwbaarheid niet hoeft te bewijzen met uw gegevens. Vraagt een verkoper op een online handelsplaats dus naar uw persoonlijke gegevens? Geef die dan niet. Wees ook voorzichtig als iemand u **vraagt 1 cent over te maken ter bevestiging**. Bent u toch slachtoffer geworden van oplichting via Marktplaats, door deze Marktplaats-truc of op een andere manier? Meld dit dan bij de politie. Dit kunt u doen via het **Meldpunt Internetoeplichting**. Marktplaats ontvangt dan een deel van de aangifte en nemen waar mogelijk **maatregelen**.

Tot uw dienst:

E-bike Duo fiets centrale Waspik (EDW)
06-18 89 16 77
Bereikbaar van maandag t/m zaterdag van
09.00 uur tot 13.00 uur

Vervoer- en Boodschappendienst Waspik
06-18 22 56 14
Graag 24 uur van tevoren aanmelden

Sociaal Contact Waspik

Marian van den Berg: 06-18435995
Spreekuur elke woensdag
van 10.00-11.30 uur in Den Bolder

CASADE
tel. 0800 55 222 22

Rijbewijskeuring:

Buurthuis Zanddonk, Willaertpark 2a, Waalwijk

Voor afspraak: Regelzorg tel. 088-2323300

Voor-Keur tel. 085-0607065

Kosten 50,- tot 55,-Euro
geen kortingsregeling

Kosten 50,- Euro geen kortingsregeling

Belangrijke telefoonnummers:

Meldpunt Gemeente	tel. 0416-683456
Meldpunt vrijwillige thuishulp	tel. 0416-333445
Zorgloket Waalwijk	tel. 0416-683456
Mozaïek Waalwijk	tel. 0416-333445

www.stichtingsenioren.nl

Senioren Vereniging Waspik op Facebook

Steeds meer senioren zitten op Facebook. Het is een leuke manier om contact te hebben met uw familie, vrienden en kennissen. Ook blijft u op de hoogte van allerlei leuke nieuwtjes. Uw seniorenvereniging is eveneens actief op Facebook. Dus volg ons! Hoe kunt u ons vinden? Ga naar de website van Senioren Vereniging Waspik. Klik op het Facebook-icoontje en u bent op onze Facebook-pagina. Klik op 'like' en op 'volgen'; u blijft op de hoogte van al het nieuws. U kunt ook via de eigen Facebook-pagina in de zoekbalk intypen: seniorenvereniging waspik. Of u gaat via uw browser naar

<https://www.facebook.com/kbowaspik>



www.dendoorn.nl

Goed voor elkaar

Onze organisatie

Bestuur

Voorzitter Dhr. B. de Graauw	Hof van Polanen 14	tel. 312494
Secretaris Mw. N.van Etten	Hazelaarstraat 8	tel. 314311
Penningmeester Mw. C. Willekens	Schoolstraat 2H	tel. 06-49611122
Leden: Mw. C. de Bruyn	De Roonlaan 23	tel. 06-20632983
Mw. F. Hooijmaijers	Vrouwkенсаvaartsestraat 12a	tel. 313312
Mw. W. Hooijmaijers	Chopinlaan 2	tel. 202002
Mw. E. Span-Rombouts	Schoolstraat 2A	tel. 311355
Mw. M. van de Berg	Benedenkerkstraat 87	tel. 06-18435995

Onze ouderenadviseurs

Mw. C. de Bruyn	tel. 06-20632983	email: cissydebruyn@wxs.nl
Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Dhr. K. Koster	tel. 315150	email: oco@koskeester.nl

Onze belastingpapieren invullers

Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Mw. C. de Bruyn	tel. 06-20632983	email: cissydebruyn@wxs.nl

Onze thuisadministrateurs

Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Mw. C. de Bruyn	tel. 06-20632983	email: cissydebruyn@wxs.nl

Clïëntondersteuning WMO

Dhr. K. Koster	tel. 315150	email: oco@koskeester.nl
----------------	-------------	--------------------------

Onze activiteitencommissie

Mw. W. Hooijmaijers	Chopinlaan 2	tel. 202002 voorzitter
Mw. D. de Graauw	Hof van Polanen 14	tel. 312494
Mw. E. Span-Rombouts	Schoolstraat 2a	tel. 311355

Wij(k)diensten Waspik

Tel. 06 - 538 77 623

Spreekuur iedere woensdag van 10.00 - 12.00 uur in Den Bolder

iedere donderdag van 13.00 - 14.00 uur in Den Bolder

Coördinatie felicitatiedienst

Mw. E. Span-Rombouts tel. 311355

Contact Casade

Mw. W. Hooijmaijers: tel. 06-12916937 en Mw. C. de Bruyn: tel. 06-20632983

Coördinatie tafeltje dekje: Mw. A. De Bont tel. 0416-311860

Onze vaste activiteiten

Maandagmiddag Koor Zang en Vriendschap	Informatie Dhr. P. Heijmans	tel. 311787
Maandagmiddag Koersbal in 't Schooltje	Informatie Mw. J. Verschure	tel. 311592
Dinsdagmorgen Fitness in Centrum Fysiotherapie	Informatie Mw. F. Hooijmaijers	tel. 313312
Dinsdagmiddag Sjoelen in De Stroming	Informatie Mw. R. Lodewijks	tel. 312673
Dinsdagmiddag Schilderen in Den Bolder	Informatie Mw. B. van Gils	tel. 06-39488592
Dinsdag 1 x per 2 weken Kookclub 't Schooltje	Informatie Mw. A. Kouwenberg	tel. 311071
Donderdagmorgen Meer bewegen in Den Bolder	Informatie Mw. J. van Riel	tel. 311505
Donderdagmiddag Jeu de Boules	Informatie Dhr. H. van Zon	tel. 06-53937206
Rikken en jokeren	Informatie Theo Rekkers	tel. 312630 of 06-10697340
Fietsen Samen wekelijks fietsen	Informatie Mw. J. Smits	tel. 312184



Van Iersel.
huidverzorging

Jouw vertrouwde salon
voor huidverzorging,
huidverbeteren en IPL
ontharen

Maalsteen 19a, 4901 ZZ
in Oosterhout
0162 458919
info@vaniersel.nu
www.vaniersel.nu

WWW.HORSTENMEUBELN.NL

Kwaliteitsmeubels tegen de aller scherpste prijs!

DIVERSE TOPMERKEN NU TOT **25% KORTING**



DE TOEKOMST | TWICE | GRANADA | EN MEER

DE GROOTSTE COLLECTIE **COMFORT BANKEN**



BANKSTEL ZORRO 3+1+1 ZITS
IN STOF MET LEDER ARM VANAF: **€ 2195,-**

DE GROOTSTE COLLECTIE **ZORG- & RELAXSTOELEN**



Relaxstoel Soraya
met **Sta-op hulp**
Normaal: € 1825,-
Nu: € 1445,-

Direct uit voorraad leverbaar

Horsten Meubelen
Kerkvaartsestraat 1
5165 VL Waspik
Tel: 0416-311945

**Gratis
Taxi Service**

Heeft u geen vervoer?



Bel ons!

DIVERSE SLAAPKAMERS & **DEELBARE LEDIKANTEN**



DIVERSE **ZORGBEDDEN**



Horsten Slaapcomfort
't Vaartje 9
5165 NA Waspik
Tel: 0416-312225



Proefpakket
3 maaltijden
15.00
Bestel nu



Met aandacht bereid, met liefde gebracht

Als zelf koken lastig wordt of als u er gewoon niet zo'n zin meer in hebt, dan kookt Maaltijd Thuis voor u. Lekkere gezonde gerechten zoals u zelf ook op tafel zou zetten. De maaltijden worden door een vaste bezorger persoonlijk bij u gebracht. Hoe makkelijk dat is, kunt u nu heel voordelig ontdekken.

Maaltijd 
thuis

Maaltijd Thuis – Smits



013 - 82 00 954



maaltijdthuis.nl

**Service Apotheek
Waesbeek**

Hoe wij u kunnen verzorgen:

Ook kunt u bij ons terecht voor:

- Drogisterij artikelen
- Homeopatische en
- Fytotherapeutische middelen
- Braces

Wilhelminastraat 4, 5165TJ Waspik
• 0416 - 31 37 77 •
info@serviceapotheekwaesbeek.nl

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag
9.00 - 12.30 uur
13.00 - 17.30 uur

TIP: Onze afspraakkeuken en Service Apotheek-ruimte zijn altijd open!

Klop Optiek
Raadhuisplein 7 5161 CG Sprang-Capelle

www.kloptiek.nl

Hier uw advertentie?
Informeert u naar de mogelijkheden
Tel. nr. 06-20632983

ROB VAN DER PLAS
FINANCIËEL ADVIES B.V.

* ADMINISTRatieve - EN FISCALE DIENSTVERLENING
* FINANCIËLE PLANNING

Dorpsplein 19 Fax: 0416 - 31 63 62
5165 CJ Waspik Mobiel: 0628 - 41 13 73
Telefoon: 0416 - 31 66 93 E-mail: info@robvanderplas.nl

Bezoek onze website: www.robvanderplas.nl

Bloemenboerderij
De Langendam

Bloemen/Pluktuin/ Excursies/Arrangementen
Workshops/Bloemschikken/Bakken

Voor openingstijden: raadpleeg onze website
Groepen ook welkom buiten openingstijden; maak
hiervoor een afspraak

Een gezellig dagje uit
voor jong en oud

* Vaartje 108, 5165 ND Waspik tel. 0416-312568
www.delangendam.com

**HET ADRES VOOR HET
TOTALE ONDERHOUD
VAN ALLE MERKEN**

**OOK NIEUWERKOOP
VAN ALLE MERKEN!**

VAKGARAGE
Braat Auto's B.V.
Raadhuisstraat 11 - Sprang-Capelle
T. 0416-272753 - www.autobraat.nl

**CHEVROLET
SPECIALIST**

KIA SPECIALIST

**Wij helpen je
met liefde
afscheid te nemen**

0416 - 851 405 (dag & nacht)

Ron Colette Mieke Lowie Robin

VAN GORP
UITVAARTZORG
liefde verbindt ons

VAN GORP UITVAARTZORG | HOOFDSTRAAT 32 | 5171 DD KAATSHEUVEL

Ook als je bij Ardanta, Dela of elders verzekerd bent

MODE

Bij ♀

ANNELOES

Kerkstraat 9 - 5165 CE WASPIK
Webshop: www.modebijanneloes.nl



**Wij voldoen aan de Corona-eisen,
bel voor een afspraak.**

Gun uzelf het genot van professioneel zitcomfort

Wilt u iedere dag heerlijk zitten en gemakkelijk opstaan?

Kies dan voor:

- 100% maatwerk
- zitten, relaxen, rusten en gemakkelijk opstaan
- unieke kantelverstelling
- individueel instelbare rugondersteuning
- gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek
- volledig ergonomisch verantwoord
- echt Nederlands kwaliteitsproduct
- 10 jaar garantie waarborg



- 1 Zithoogte
- 2 Zitdiepte
- 3 Armleningshoogte
- 4 Lendensteun
- 5 Zithoek

**Nieuw van Fitform
fitMOTION**

Een uniek gezond bewegingssysteem, voor mensen die veel zitten.

Wilt u het comfort van Fitform en fitMotion zelf ervaren en een persoonlijk zitadvies ontvangen? Bezoek onze winkel of bel ons voor een huisbezoek.

Uw Fitform dealer:



De Seniorenwinkel Kaatsheuvel

Jan de Rooijstraat 1A - T 0416-279944

Geopend: dinsdag t/m vrijdag 10.00-16.00 uur en maandag en zaterdag op afspraak open.

www.deseniorenwinkel.nl

Vos Capelle
Voor een gezonde groei van bomen, planten en gras

PLUS
Picokrie - Waspik

PLUS
Picokrie - Waspik

Voor al uw financiële en/of verzekeringsvragen kunt u contact opnemen met

THEUNS
Assurantiën en Hypotheken B.V.

Adviseur Andrew Theuns

Adres	Louis Pasteurstraat 15 5165 EM WASPIK	Telefoonnr.	0416 - 31 54 32
Email	info@theuns-assurantien.nl	Mobielnr.	06 - 23 925 626
		Website	www.theuns-assurantien.nl

Een hoortoestel valt minder op dan slecht horen!

Bel ons voor een hoortest!
U wordt gemeten volgens de RIVM richtlijnen

Brabant Oor
horen · verstaan · communiceren

Bloemenoordplein 38a
5143 TC Waalwijk
T 0416 77 86 60
www.brabantoor.nl

medisch pedicure praktijk
Margó Theuns

Louis Pasteurstraat 15 5165 EM WASPIK Tel.nr. 0416-315413