

Bij de Tijd



maart 2025 nr. 3



**Actieve Senioren Vereniging
Oss / Maasland**

Eindredacteur *Rein Akkermans*

Vaste medewerkers:

Bart Molenkamp (voorzitter)
Meneer Doosje (columnist)
Cilian (poëzie)
José Ebben (Ti-Jo Tours)
Tineke Akkermans (Ti-Jo Tours)

Druk *Perqa*

Verspreiding *Ad Hack*
Margreet Hack

**Veel
wetenswaardigheden**

Redactieadres:
akkermansrein@gmail.com

Beste leden,

We naderen weer de maand die 'zijn staart roert'. Wat mij betreft weer een stap richting lente. Misschien vergaat het u ook zo, dat de waanzinnige uitspraken en acties waarmee Trump de bestaande orde op zijn kop zet, koude rillingen over uw rug laten lopen. Juist dan kun we wel wat zonne-warmte gebruiken. En laat nu net terwijl ik dit schrijf de zon door de wolken heen breken. Laten we hopen "een goed voorteken".

Ik wens u allen veel lees- en puzzelplezier en zeker ook een straaltje hoop en warmte!

De deadline voor BdT nr. 4 in 2025 is 17 maart.

*Rein Akkermans
Eindredacteur*



**Actieve Senioren Vereniging
Oss / Maasland**



Inhoudsopgave

Colofon /voorwoord redactie	1
Inhoudsopgave	2
Agenda	3
De voorzitter aan het woord	4
Herdenking 80 jarige bevrijding (Ed Post)	5
TI-JO TOURS	7
Lezingen Middeleeuwen	12
Biljarten / Humor 1	13
Toneelvoorstelling Forse Streken	14
Uw aandacht waard 1: Iedere wc telt	15
Uw aandacht waard 2: Is Oss toiletvriendelijk?	16
Uw aandacht waard 3; oplichting van ouderen	17
HUMOR 2	20
Ook uw aandacht waard 1: Wat is glasvezel	21
Ook uw aandacht waard 2: Autocorrectie aan/uit	22
Ook uw aandacht waard 3: Plan van NSC	24
HUMOR 3	26
Ook uw aandacht waard 4: Alzheimer café Oss	27
Ook uw aandacht waard 5: CinePlus	28
Woordkraker maart	29
Filippine 90.....	31
Sudoku Plus 89	32
Oplossingen puzzels uit Bij de Tijd nr. 2	33
Column meneer Doosje	35
Strip van Carolien	38
Recept van de maand maart	40
Algemene informatie	40
Adressen ASVOss / Maasland	41



Activiteiten in de Metoor

elke dinsdag	13.30u	tekenen en schilderen
di 4 maart	10.30u	koffiedrinken Metoor
di 18 maart	10.30u	koffiedrinken Metoor
ma 10 maart	13.30u	bestuursvergadering



Hoera !!!

Meteoor koffiedrinken

**dinsdag 4 en 18 maart
10.30 – 12.30u**



Kroonjaren

geen kroonjarigen in februari

8 maart	mevr	I	Verheul	75
29 maart	dhr	G.	Hendricks	65

N.B. Wilt u uw naam niet bij de kroonjaren laten vermelden, laat het ons tijdig weten, wij zullen u dan niet in de lijst opnemen.

De voorzitter aan het woord



Ron Brandsteder is overleden en dat voerde Ineke en mij terug naar de tijd waarin we naar zijn shows keken. Jongeren kunnen zoiets niet zeggen, dat ze naar een ver verleden teruggevoerd worden, maar ouderen wel - zonder dat ouderen daar doorgaans erg vaak bij stilstaan, ik tenminste niet. En ik realiseerde mij ook hoe wij, ouderen, ons aan allerlei veranderingen hebben aangepast. En daarmee kwam ik voor dit voorwoord op het thema: 'aanpassen'. Ik was al teruggegaan in de tijd door Karel van het Reve, die in de jaren tachtig bij de Wereldomroep maandelijks zijn visie gaf op actuele gebeurtenissen. Die columns heeft hij vastgelegd in een boek. Lezende stelde ik vast dat veel is veranderd, en veel hetzelfde gebleven. Hetzelfde is gebleven dat het over mensen gaat, en de veranderingen, daaraan hebben die mensen zich aangepast. Nog meer aanpassing vind ik in een boek van de beroemde psychiater Oliver Sacks waarin hij in zeven "paradoxe verhalen" vertelt over "neurologische" patiënten en hoe deze zich succes-vol hebben aangepast aan hun handicap. En dan vaak ook nog zo verrassend succesvol, dat hun handicap hen tot voordeel heeft gestrekt.

Minder verrassend is wellicht de aanpassing van ons aan alle veranderingen die sinds dat wij deel uitmaken van de samenleving daarin hebben plaatsgevonden. Maar het is het toch waard om erbij stil te staan.

Tenslotte kom ik dan bij de vluchtelingen in de opvang hier in Oss, waarbij ik op verschillende manieren betrokken ben. De meeste van hen zijn geen ouderen, wel veel gezinnen, veel kinderen, uit Oekraïne en uit allerlei andere windstreken – ik geef nu taalles aan een Syrisch meisje en haar ouders – die in een korte tijd heel veel veranderingen hebben moeten doorstaan, en in de opvang nu vreedzaam samenleven.

Hongerwinter

Voedsel en brandstof, deze belangrijke zaken, zouden met name in de stedelijke gebieden in West-Nederland tussen september 1944 en april 1945 steeds schaarser worden en er zouden door deze schaarste vele doden vallen in deze periode die de hongerwinter ging heten. Bij schaarste is het bijna onvermijdelijk dat er zwarte markt ontstaat. Het begon op het platteland waar boeren een deel van landbouw en veeteeltproducten buiten het distributiesysteem hielden. Deze producten werden tegen steeds hoger wordende prijzen zwart verkocht. Het werd nauwelijks als verwerpelijk gezien omdat de redenering was dat de Duitsers anders alles zouden wegslepen.

‘Een infanterist warmt zijn rantsoen op. Een jong meisje komt het modderige terrein oplopen en vraagt of hij wilde “ficken” of alleen maar “kuszen”. Hij vraagt het meisje hoe oud ze is. “Zwolf” fluisterde ze wellustig.’



kinderen likken de gamellen uit

Het gebeurde regelmatig dat kinderen hun lichaam wilden ruilen tegen eten!

Voor de allerarmsten waren al in de winter van 1940 “Centrale Gaarkeukens” ingericht, waar in het begin weinig animo voor was, maar die in de hongerwinter een grote rol

zouden spelen.

Rond de jaarwisseling was het weer uitzonderlijk slecht. West-Nederland kwam in grote problemen toen vanaf oktober geen gas of stroom meer werd geleverd, omdat de voorraden waren uitgeput. Op rangeerterreinen werd gezocht naar kolengruis en cokes, turf werd weer populair en er ontstond een jacht op hout. Bomen in parken en plantsoenen werden illegaal gekapt en uit leegstaande huizen werd al het hout gesloopt, waarbij door instortingen van de woningen verschillende doden vielen. Men

ging er soms zelf toe over om de eigen huisraad op te stoken, als wapen tegen de kou en om op te koken. De stadsbevolking kwam er steeds meer achter hoe afhankelijk ze was van het platteland. In de steden werd het systeem van de gaarkeukens uitgebreid, maar de hoeveelheid en de kwaliteit gingen steeds meer achteruit.



Er werden ook zaken gegeven die niet eerder op het menu hadden gestaan, zoals suikerbieten en bloembollen. Om toch nog aan voedsel te komen trok men naar het platteland om het hoognodige te kopen, te ruilen of bijeen te bedelen. Meest vrouwen en kinderen

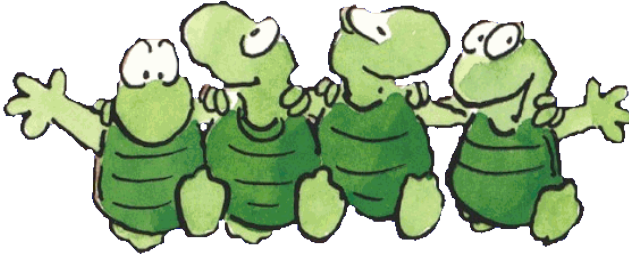
omdat mannen beducht moesten zijn om niet opgepakt te worden voor de arbeidsinzet. Soms duurde zo'n hongertocht een dag of meerdere dagen. Particuliere initiatieven, vaak uitgaande van kerkelijke organisaties, trachtten door inzamelingen de nood te verlichten. Op het platteland werden ook ondervoede stadskinderen opgenomen die daar soms tot de bevrijding bleven.

De schatting is dat in West-Nederland tussen 18.000 en 20.000 mensen als gevolg van de hongerwinter zijn omgekomen.

Volgende keer: Voedselhulp.

Ed Post

TI-JO TOURS



Koffiedrinken, altijd leuk

Ook deze maand zijn er weer twee koffie -ochtenden in de Meteoor: altijd iemand(en) om een praatje mee te maken. Van 10.30-12.30u...

Deze maand: dinsdag 4 maart en dinsdag 18 maart.



of



Mooie film, zeg: The African Queen!

Bijna 35 ASVO-leden kwamen op dinsdag 18/2 naar onze film-ochtend. Notabene in de vroege uren! Maar geen nood: 70 jaar na dato blijkt 'The African Queen' nog steeds spannend en zéér onderhoudend. Natuurlijk ook door het fenomenale spel van Katherine Hepburn en Humphrey Bogart. Na afloop bood onze broodjeslunch genoeg gelegenheid om na te praten. En toen kwam ook nog de Algemene Leden Vergadering (ALV)! Want hoe reilt en zeilt onze Vereniging achter de schermen? Ti-Jo en Consorten presenteerden weer een afwisselend activiteiten-programma voor het komende jaar: 'Voor Elck Wat Wils'. Snoep er maar van!

Activiteiten in maart en april 2025

di 4 mrt	koffiedrinken I	Meteoor
di 18 mrt	koffiedrinken II	Meteoor
do 20 mrt	valpreventie vanaf 9.30u voorlichting + kleine workshop	Meteoor
do 4 april	koffiedrinken I	Meteoor
do 18 april	Koffiedrinken II	Meteoor
di 29 april	excursie 'Voedselbos' vanaf 14.00u	Meteoor

Valpreventie

Op donderdagochtend 20 maart a.s. zal mevrouw Margriet Jordaan, gecertificeerd ('In Balans') trainer ons voorlichting geven inzake Valpreventie. De naam van deze voorziening duikt momenteel in alle media op; we begrijpen natuurlijk zelf ook wel hoe belangrijk stabiliteit is voor ons senioren. Een val kán -als je bejaard bent- lelijke consequenties hebben. Margriet legt uit en geeft een kleine workshop. Voorts probeert zij advies te geven waar en wanneer 'valpreventie' als cursus wordt aangeboden. Er komt nog een duidelijke Reminder met info over hoe u zich voor deze ochtend kunt opgeven.





Hoe komt het toch dat als de ZON schijnt, de meest gewone (saaie) dingen er opeens schitterend uitzien. Ik wandel door het bomenlaantje. Wie let nou op de schoonheid van kale bomen! "Aaaaah, let eens op de kroon", hoor ik mijn moeder in gedachten zeggen



Naast het wandelpad liggen takkenbossen en tot mijn verwondering hangen daar bloeiende elzenkattjes aan! Kan dat: bloeien zonder verbinding met de wortels? (Want deze takken zijn afgesneden van hun bron). Als ik een poosje, beschut tegen het nogal snijdend windje verder loop, voel ik zelfs de wármte van de zon. Yin en Yang, denk ik: als je een tijdlang verstoken bent geweest van warmte, treft de terugkeer ervan je des te sterker. Of, verder mijmerend: als wij een tijdje ongelukkig zijn geweest, voelt een hervonden stukje 'geluk' als zon na een Noordpoolwinter. Als er nooit winter zou zijn, zouden wij het voorjaar niet omhelzen, als wij ons lang alleen hebben gevoeld, genieten wij des te meer 'intens' van gezelschap. Dus, als het weer eens een dag alléén maar grijs en nat is, verheugt u: wat gaan wij daarna namelijk genieten van de terugkerende Zon en Warmte 🤗



Gedicht van de maand

Geen gedicht, maar een lied (ook poëzie!) van Kees Torn. Beluister het via <https://youtu.be/Caad5lsLc7k?si=D7Kjs3D1rJpBLD30>



Omdat je sinds de scheiding min of meer bent
doodgezwegen
en de familie al mijn vragen steeds ontweek,
heb ik - wat jou betreft - zowat geen informatie
losgekregen
behalve dat ik sprekend op mijn vader leek

maar toen ik jou wou leren kennen, werkte niemand tegen
en dat ik veel van jouw gedachten deelde, bleek.
Ik had een geestverwant ontdekt, dus kwam het
uiterst ongelegen
dat jij werd weggeteerd door kanker en bezweek.

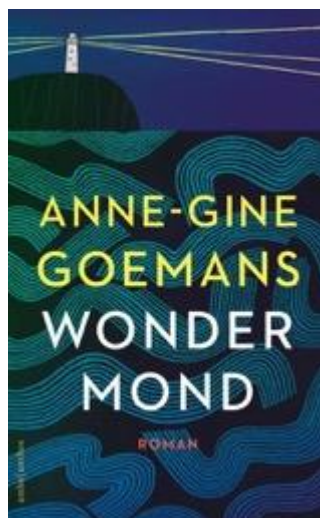
En alles wat je naliет, was een stapel oude boeken
en daarmee zit ik nu al jaren opgescheept.
Ik sla eraf en toe een open om er sporen in te
zoeken,
soms is een zin door jou met potlood onderstreept.

Het is toch niet ondenkbaar dat ik via die methode
alsnog iets over wie je was, te weten kom.
Je hebt per ongeluk een zelfportret geschetst in
streepjescode,
al staat daar wat je onderstreepte nooit waarom.

Had, wat je las, voor jou een zekere bekoring?
Was er een tekst die iets te weeg bracht in je geest?
Was het om 'aan te halen; bij een overhoring?
Of zou het boek eerst van een ander zijn geweest?

Voor dit lied won Torn in 1999 de Annie MG Schmidt-prijs

Leestip



Losjes gebaseerd op de scheepsramp van 1883 waarbij in één nacht 121 vissers uit 2 dorpen omkwamen lezen we hier het verhaal van 4 generaties vrouwen die er hun leven hebben doorgebracht.

17-Jarige kleinzoon Boye uit Bloemendaal komt er terecht nadat zijn vader is opgepakt wegens witte boorden-criminaliteit en zijn moeder - (achter)kleindochter van ... en hij daardoor tot diepe armoede zijn vervallen. Door Boyles ogen zien wij hoe deze moeizame overstap naar een heel ander leven moet worden gemaakt. In het

huis van zijn grootmoeder...

Schilderclub:

elke week di-middag v.a.13.30u



werk van Paul

en

Leo



Cultuurhistorische lezingen

Inmiddels hebben zich voldoende geïnteresseerden gemeld: de lezingen gaan dus door. Er is wel 1 wijziging in de data:

04 maart

11 maart

18 maart

25 maart

1 april

Ze zullen plaatsvinden op telkens de dinsdagmiddag van 14.00u tot 15.30u

Heeft u zich nog niet opgegeven en wilt u toch graag de lezingen volgen, stuur dan een bericht naar:

akkermansrein@gmail.com of een whatsapp naar: 06-30395477

Iedereen die zich heeft aangemeld, ontvang een mail met daarin de kosten voor de lezingen en hoe dit bedrag over te maken.



BILJARTEN

Met ingang van 1 maart biljarten wij elke vrijdagochtend om **08.30 u** tot **12.30u**

Twee ochtenden per maand worden betaald door de ASVO.

De rest van de ochtenden betalen wij voorlopig zelf dit is 16 € per ochtend).



data: 7, 14, 21 en 28 maart

George (namens Chris)

HUMOR 1



Forse Streken (met Tineke en Rein Akkermans)

spelen

“Don’t touch me”

“Raak me aan”

**Een broer en een zus,
de ouders zijn er niet meer,
het huis is er nog.**

Daar treffen ze elkaar.

**Terwijl de toekomst van haar
kruist met zijn verleden
dringen beslissingen zich op.**

**10 april 2025 20.15u kleine aula Mondraancollege
11 april 2025 20.15u. Eva's Theater Tuin Nijmegen**



**aanmelden bij akkermansrein@gmail.com
kosten Euro 10**



De Seniorenraad Oss verzorgt al geruime tijd een nieuwsbrief. Onderstaande artikelen zijn afkomstig uit de nieuwsbrief februari

UW AANDACHT WAARD 1

Iedere wc telt

Het gebrek aan goede toegankelijke toiletvoorzieningen in Nederland zorgt voor angst bij patiënten (met bijvoorbeeld spijsverteringsklachten, stoma, incontinentie, etc.) voor gênante situaties en spanning om op pad te gaan. Met soms zelfs eenzaamheid tot gevolg. Maar uiteindelijk heeft iedere Nederlander af en toe een toilet nodig.

Meer toiletten zorgen voor meer bewegingsvrijheid en minder eenzaamheid voor iedereen. Mensen met een spijsverteringsziekte, blaaspatiënten, ouderen, vrouwen en kinderen moeten vaker dan gemiddeld naar het toilet.

Een kwart van de mensen met een spijsverteringsziekte blijft regelmatig thuis uit angst om geen toilet te vinden. Van alle toiletten is slechts één op de drie toegankelijk voor gehandicapten, voor hen is op stap gaan dus nog lastiger.

Al met al heeft iedere Nederlander behoefte aan meer openbare toiletten; we hebben immers allemaal wel eens hoge nood. Of je nu patiënt bent of niet. Zo zorgen meer toiletten voor een écht gastvrije stad, dorp of natuurgebied. En zal de overlast door wildplassen en -poepen drastisch verminderen.

Nederland loopt achter

In het buitenland is het allang de normaalste zaak van de wereld. In Frankrijk staan in het kleinste dorp openbare toiletten, in Nieuw-Zeeland, Japan, Singapore en de VS is er zelfs wetgeving

die overheden verplicht voor voldoende toiletten te zorgen. Nederland loopt dus achter. In Frankrijk, Spanje, Verenigd Koninkrijk, Scandinavië en Duitsland is toiletbeleid bij de lokale overheden de normaalste zaak van de wereld. En ook in natuurgebieden is het in het buitenland veel beter geregeld.

Daarom: onze normen

Uit onderzoek is gebleken dat de helft van de mensen met een spijsverteringsziekte aangeeft maximaal vijf minuten te hebben om een toilet te bereiken bij hoge nood. Daarop, en op de ervaringen in het buitenland, baseren wij onze normen:

- Binnen de bebouwde kom: om de 500 meter een openbaar of opengesteld toilet op locaties waar meer dan 2.000 voetgangers per dag komen én in verblijfsgebieden als parken en recreatieterreinen.
- Buiten de bebouwde kom: om de 25 km langs fietsroutes, om de 5 km langs wandelroutes én op elke parkeerplaats/Toeristisch Overstappunt (TOP) een openbaar of opengesteld toilet.

UW AANDACHT WAARD 2

Is Oss toiletvriendelijk?



Het inspreken van Dhr. Hasan Aktan tijdens de Osse Commissievergadering, als ervaringsdeskundige met een dwarslaesie, en

onze reactie op de brief van de toiletalliantie heeft absoluut zin gehad. Raadsleden verwezen bij hun vragen aan de wethouder, verschillende malen naar de inspreker en de brief van de Seniorenraad. Ook zij, benadrukten het belang van de fysieke zichtbaarheid d.m.v. de stickers. Deze zijn bedoeld voor mensen zonder app. Men onderschrijft de waarde van meer communicatie en van de noodzaak om te zorgen voor een goed toegankelijk aanbod. Niet alleen in, maar ook buiten het centrum van Oss. Met name in de kernen en bij de winkelcentra in de Ruwaard en Ussen vallen er nog punten te behalen. Marie-Therese Janssen, die het woord voerde namens Sociaal Sterk Oss, vroeg de wethouder zelfs letterlijk de vijf punten op te volgen die de Seniorenraad in hun boodschap aan hem vragen.

De wethouder beloofde met een en ander aan de slag te gaan, maar was weinig concreet in zijn toezeggingen. D66 overwoog dan ook om tijdens de gemeenteraadsvergadering alsnog een motie in te dienen.

Wordt vervolgd...

UW AANDACHT WAARD 3

Oplichting van ouderen door nepagenten explosief toegenomen: 'Ze zijn nietsontziend'



Het aantal meldingen van oplichting door nepagenten is enorm gestegen. Afgelopen jaar kreeg de politie ruim 8000 meldingen over zulke babbeltrucs. Een jaar eerder waren dat er nog 544. Dat blijkt uit nieuwe cijfers van de politie.

Twee op de tien mensen trappen in zo'n poging tot oplichting door nepagenten. Afgelopen jaar waren er 1600 slachtoffers. "Deze vorm van oplichting is echt ontploft", zegt Sybren van der Velden Walda, landelijk projectleider High Impact Crimes bij de politie. "Het is georganiseerde criminaliteit, volledig gericht op 70-plussers."

Gelekte persoonsgegevens

De aanpak is vrijwel altijd hetzelfde: de daders zoeken eerst telefonisch contact en beweren dat er bijvoorbeeld gegevens van de mensen zijn aangetroffen bij inbrekers. Vervolgens dringen ze aan om met spoed bij de mensen langs te komen en bieden aan om sieraden of geld veilig op te slaan.

"De oplichters halen de informatie over hun slachtoffers uit online verhandelde persoonsgegevens", legt Van der Velden Walda uit. "Zo weten ze al veel over de mensen waardoor ze makkelijker vertrouwen kunnen winnen. Bijvoorbeeld door te zeggen dat ze iemands zoon of dochter ook al even hebben gesproken."

Recent waren er waarschuwingen voor oplichting door nepagenten in Goor, Best-Oirschot en Beilen. De politie ziet dat de bendes gemeente na gemeente afgaan. "De loopjongens die de spullen gaan halen kunnen dan op één avond meerdere adressen afgaan." Bij invallen heeft de politie hele callcenters aangetroffen waar mensen aan het bellen waren met potentiële slachtoffers.

Bij het ophalen van de waardevolle spullen dragen de criminelen vaak een jasje met iets wat sterk lijkt op een politielogo of met de kenmerkende felgele strepen. Die zijn via websites als AliExpress makkelijk te kopen.

De politie merkt dat door de vele berichten over nepagenten, echte agenten bij buurtonderzoeken ook steeds vaker niet vertrouwd worden. "Ook al is het niet precies ons logo dat ze

gebruiken, het lijkt er wel op", zegt Van der Velden Walda. "Deze vorm van criminaliteit is dus niet alleen genadeloos voor de slachtoffers, het doet ook wat met de goede naam van de politie. Daarom zetten wij ons ook keihard in om deze daders te pakken." Afgelopen jaar werden 357 verdachten aangehouden.

Trouwring

De politie probeert senioren op alle mogelijke manieren te waarschuwen en roept iedereen op om incidenten te melden zodat ze de daders goed in kaart kunnen brengen. Ook dat is, naast het georganiseerde karakter van de oplichting, een reden voor de flinke toename van meldingen. "We zien dat steeds meer mensen zich durven te melden, ook als ze zich misschien wat schamen dat ze hier in getrapt zijn."

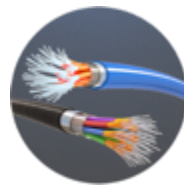
Dat de daders gewetenloos te werk gaan blijkt volgens Van der Velden Walda uit vrijwel ieder verhaal dat hij van slachtoffers hoort. "Laatst een mevrouw van 83 die al haar geld en sieraden in een tasje had klaargelegd. Toen de nepagent aan de deur stond zei hij: 'Mevrouw, ik zie dat u ook nog een een mooie ketting en een trouwring om heeft, geef die ook maar mee'. Ze zijn nietsontziend."

Voor tips van de politie om nepagenten te herkennen, zie de website van de Seniorenraad (februari)

seniorenraadoss.nl







Wat is glasvezel?

Misschien wordt er bij u in de straat net glasvezel aangelegd. Of u hebt een brief ontvangen dat het eraan komt. Maar wat is glasvezel precies?

Geschiedenis glasvezel

De basis van glasvezel stamt uit de vorige eeuw. In de jaren zestig vond de Chinees Charles Kao een nieuwe techniek uit. Hiermee kon hij razendsnel licht transporteren via superdunne glasvezels. Hij voegde daar lasers aan toe. En hierdoor werd het mogelijk om data razendsnel te versturen.

Vandaag de dag is deze techniek belangrijk voor ons internetgebruik.

Voordelen glasvezel

Het grootste voordeel van glasvezel is de snelheid. Iets versturen duurt even lang als iets downloaden. Dit is bijvoorbeeld te merken tijdens videobellen. Een hoge uploadsnelheid kan ook handig zijn als u zelf regelmatig foto's en video's verstuurt. Ook is een glasvezelnetwerk minder gevoelig voor storingen. Daarnaast is glasvezel een duurzame optie. Omdat er minder energie nodig is om data over grote afstanden te versturen.

Nadelen glasvezel

Een nadeel is dat glasvezel nog niet overal in ons land beschikbaar is. Op dit moment ligt er bij zo'n zeven miljoen huishoudens een glasvezelaansluiting in de straat. Verder is een glasvezelabonnement iets duurder dan een normaal internetabonnement. Dit ligt vooral aan welke snelheid u kiest voor het gebruik van internet. Hoe hoger de snelheid, hoe

duurder het abonnement. Bij normaal internetgebruik, is het langzaamste abonnement vaak voldoende.

Glasvezel check

Meestal is het aanleggen van glasvezel gratis als een provider de hele wijk van glasvezel voorziet. Ligt er wel glasvezel in de straat, maar nog niet in uw huis? Dan moet de aanbieder alleen uw huis aansluiten en dat is vaak niet gratis. Deze kosten kunnen oplopen van 150 tot 1500 euro. Woont u in een buitengebied? Dan zijn de kosten nog wat hoger. Op bijvoorbeeld kpn.com of odido.nl ziet u of glasvezel bij u mogelijk is en wat de kosten zijn.



Lisette Boeting



OOK UW AANDACHT WAARD 2

Autocorrectie uitzetten op smartphone of tablet

Geen behoefte aan woordsuggesties bij het typen? Zet de autocorrecties op tablet of smartphone uit.



Mijke Schomaker

Autocorrectie aan of uit?

Soms verschijnt tijdens het typen een suggestie voor een heel woord. Handig als dat het goede woord is en het typen daar-

door sneller gaat. Maar voor sommigen is het een grote erger-nis. Bijvoorbeeld omdat ze steeds per ongeluk op een woord tikken terwijl dat niet de bedoeling was. En dan duurt door het schrappen het typen juist langer. Zet de autocorrectie uit als u daar ook last van hebt.

Autocorrectie uitzetten (iPhone/iPad)

Zet zo de autocorrectie uit op een iPhone met iOS 17 of een iPadOS17:

- Tik op de app Instellingen (pictogram van een tandwiel).
- Tik op Algemeen.
- Tik onderaan op Toetsenbord.
- Tik op het schuifje achter 'Autocorrectie'.

Het schuifje kleurt grijs en de functie staat uit. Voortaan typt u zonder storende aanvullingen.

Automatisch aanvullen uitzetten (Android)

Zet zo de autocorrectie uit op een Samsung-toestel met android 14. Deze apparaten werken niet allemaal hetzelfde. De stappen kunnen daarom iets afwijken.

- Open een app zodat het toetsenbord verschijnt. Tik bijvoorbeeld in Chrome op de zoekbalk of open een nieuw bericht in WhatsApp.
- Tik bovenaan het toetsenbord op het pictogram van een tandwiel.
- Tik op het schuifje achter 'Voorspellende tekst'.

Het schuifje kleurt grijs en de autocorrectie is uitgeschakeld. De telefoon stelt geen verbeteringen meer voor tijdens het typen.

Koepel Gepensioneerden: aangepast plan NSC extra stimulans om koopkrachtbelofte nieuwe Pensioenwet waar te maken



Afgelopen week presenteerde Nieuw Sociaal Contract een aangepast voorstel om mensen inspraak te geven bij de overgang van hun pensioen naar een nieuwe regeling. Die overgang is een gevolg van de in 2023 in werking getreden nieuwe Pensioenwet. Volgens het nieuwe voorstel mogen pensioenfondsen straks kiezen: of ze geven hun deelnemers de individuele keuze om al dan niet over te stappen of ze organiseren daarover een referendum.

De Koepel Gepensioneerden (de grootste seniorenorganisatie in Nederland, waarbij zowat alle verenigingen van gepensioneerden bij pensioenfondsen en -verzekeraars zijn aangesloten) vindt al langer dat deelnemers onvoldoende inspraak hebben in de overgang naar een nieuwe pensioenregeling. Niet alleen is hun

individuele bezwaarrecht door de nieuwe Pensioenwet opzijgezet, ook het in de nieuwe wet aan verenigingen van gepensioneerden toegekende hoorrecht is te vaak een wassen neus gebleken.

Eerder heeft de Koepel Gepensioneerden de politiek opgeroepen het niet bij die constatering over het hoorrecht te laten, maar in actie te komen. NSC (daarin ondersteund door BBB) pakt nu die handschoen op. Hetzelfde geldt met betrekking tot het pleidooi van de Koepel om werk te maken van dé grote belofte van de nieuwe Pensioenwet: het koopkrachtiger maken van de pensioenen en zo het vertrouwen in het nieuwe pensioenstelsel vergroten. Ook daarvoor worden voorstellen gedaan.

Koepelvoorzitter John Kerstens: *'En dat laatste is hard nodig. Want in de tot nu toe door vakbonden en werkgevers gerepresenteerde plannen per pensioenfonds komt die ook door henzelf gedane belofte van een koopkrachtiger pensioen er maar bekaaid van af. We hopen dat het drukmiddel om mensen naar hun mening te vragen helpt om die belofte nu echt te gaan waarmaken. Dat zal immers belangrijk zijn bij de afweging die mensen maken.'*

Over het veel gehoorde verwijt dat het inspraakplan van NSC onbehoorlijk bestuur zou zijn, zegt Kerstens: *'Je kunt daar van alles van vinden. Maar behoorlijk bestuur betekent ook gewoon je beloftes nakomen. En in dit geval is dat de belofte dat pensioenen koopkrachtiger zouden worden. Het jarenlange koopkrachtverlies van gepensioneerden was nota bene de belangrijkste reden voor de nieuwe wet. Daarom zullen politiek en pensioenfondsen ook als dit inspraakplan het niet haalt (want daar zitten echt wel haken en ogen aan) daar écht werk van moeten maken. Sowieso.'*

De Koepel Gepensioneerden roept politieke partijen, maar bijvoorbeeld ook socialepartners en de Pensioenfederatie, dan ook op om af te stappen van de eenzijdige focus op het referendumvoorstel van NSC. En vooral ook de overeenstemming te zoeken in de door iedereen in ieder geval met de mond beleden belofte van een koopkrachtiger pensioen.



Koepel Gepensioneerden
Postbus 2069
3500 GB Utrecht

HUMOR 3

**Iedereen verdient een gelijke
behandeling. Ook mensen
die vinden dat dat niet zo is.**

OM
DENKEN



Alzheimer Café Oss

10 maart 2025 Vrijheid en veiligheid bij dementie.

Bij dementie komen vrijheid en veiligheid vaak onder druk te staan. Naarmate de ziekte vordert, nemen de dilemma's in de zorg voor mensen met dementie toe. Vaak onbedoeld met vrijheidsbeperking tot gevolg. Er zijn veel verschillende vormen van vrijheidsbeperking en onvrijwillige zorg. Zowel in het verpleeghuis als thuis. Men begrijpt dat vrijheid in belangrijke mate bijdraagt aan de kwaliteit van leven, maar tegelijkertijd is er bezorgdheid. Wat als iemand dreigt te vallen of te verdwalen? Of zich niet wil (laten) verzorgen? Zijn er dan manieren om goede zorg te verlenen én iemand zo veel mogelijk zelfbeschikking te laten houden? Samen denken wij na over omgaan met deze dilemma's.

Het programma start om 1-9.30 uur en eindigt rond 2L.00 uur.

De zaal is open vanaf 1.9.00 uur.

De toegang is gratis, eventuele consumpties zijn voor eigen rekening.



Cine Plus Oss

do 6 maart 14.00u



The Room Next Door is de nieuwe film van Pedro Almodóvar met schitterende hoofdrollen van Julianne Moore en Tilda Swinton. In dit intieme drama over ouder worden, leven en sterven, staat de kracht van vriendschap centraal. Ingrid (Julianne Moore) is een succesvol schrijfster die ontdekt dat een oude vriendin Martha (Tilda Swinton) ziek is. Wanneer Martha's gezondheid achteruitgaat, vraagt ze Ingrid haar te steunen bij haar zelfgekozen einde. Ze verlaten New York en trekken naar een mooie villa net buiten de stad.

Cine Plus Oss

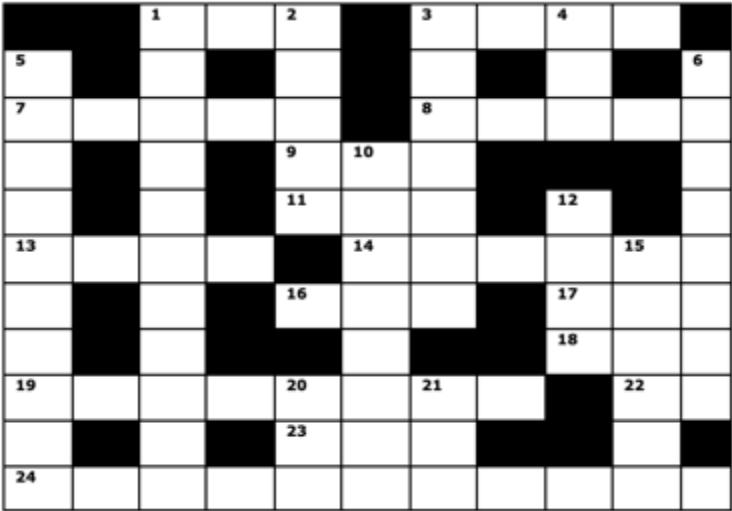
do 20 maart 14.00u



Na de dood van de paus brengen kardinalen van over de hele wereld hun stem uit in de geheimste verkiezing ter wereld, om zo een nieuwe spirituele wereldleider te kiezen.

De diaken van het College der Kardinalen (Ralph Fiennes) zorgt er, ondanks zijn geloofscrisis, voor dat alles goed verloopt. Wanneer torenhoge ambities uitmonden in schandalen, ontdekt hij dat de gestorven paus verre van heilig was.

Woordkraker maart



H1

h
v } ...
w

H3

b a + t
n = s

H7

dronk zij met
een rietje

H8

docu
melo }
socio

H9

hoofd van
een abdij

H11

die
ga } ...
hel

H13

als haar man
overleden is
- w
- d

H14

een discipel
is er zo een

H16

oor
uit } ...
web

H17


+ l

H18

betalen ze in
Noorwegen
met deze
rare gard?

H19

g	r	n
i	h	e
r	i	e

H22

Houd je
stil !!!

H23

In de recht-
bank sta je
hieronder

H24

A.N Giro
Beers

V1

werkzaam
slotje
----- +
.....

V2

a l s
... p
.. a ..

V3

kuip
voerbak
----- +
.....

V4

"indien"
maar dan anders

V5

DRAMDE
RISO

V6

o	e	a
f	u	r
i	v	t

V10

d	e	e
o	u	e
b	g	v

V12

kapitein ...
die dol is op
vissticks

V15

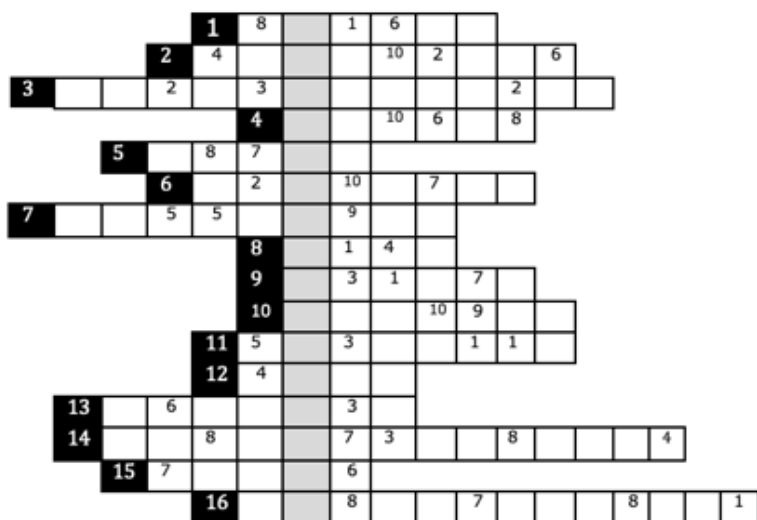
..... zal de
laatste zijn

V20

del
mag } ...
rap

V21

aan
bij } ...
uit



1. Oprichter van de Oath Keepers
2. Gebied dat om zijn grondstoffen dreigt geannexeerd te worden
3. Centrum van technologiebedrijven
4. Geschrappt woord in de VS en vervangen door Sex
5. Grootse bedreiging voor democratie in de wereld
6. Techno gigant die vrije hand krijgt om het mes te zetten in de overheid
7. CEO van Amazon
8. Organisatie die de Amerikaanse overheid kortwiekt
9. Hooggerechtshof met vooral conservatieve rechters
10. Film (2012) van regisseur Bruno Ramos over verwarde man
11. Sociaal medium met veel misleidende informatie
12. Plek waar De president van VS een nieuwe Riviera wil bouwen
13. Vicepresident en groot China hater
14. Meta baas en trouw aanhanger van Republikeinen
15. Hulporganisatie die door een walgelijk decreet opgeheven is
16. Leider van de Proud Boys, veroordeeld maar nu weer vrij

Sudoku Plus nr 89

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

Oplossing puzzels uit Bij de Tijd nr. 2

Woordkraker februari

	1v		2g		3s				
4b	e	d	e	i	t	j	5e		
	r		d		i		x		
6z	w	7e	e	t	i	a	p		
	8ij	i	e					o	
9s	t	o	i		10a	b	n		
			11t	y	m		e		
	12b		e		13b	a	n		
14p	r	o	s	i	t		t		
	u				e				
	15g	16e	17w	o	n	d	18e		
19i	g	i	o		a		r		
	e		d		r		g		
20g	i	t	a	r	e	n			
	d		n		s				

Filippine 89

				1	c	o	n	c	e	n	t	r	a	t	i	e	k	a	m	p
2	M	i	l	o	s	e	v	i	c											
		3	B	a	r	b	i	e												
		4	C	a	i	g	u	i	a											
			5	J	o	h	n	D	e	m	j	a	n	j	u	k				
				6	g	e	n	o	c	i	d	e								
7	L	a	g	e	s															
				8	m	a	s	s	a	g	r	a	v	e	n					
			9	t	r	i	b	u	n	a	a	i								
10	A	m	n	e	s	t	y	I	n	t	e	r	n	a	t	i	o	n	a	i
11	C	i	a	u	d	e	L	a	n	z	m	a	n	n						
				12	G	a	z	a												
13	A	s	s	a	d															
				14	B	e	n	i	g	n	i									
					15	N	e	t	a	n	y	a	h	u						

Oplossing Sudoku Plus nr. 88

2	8	7	9	5	1	3	4	6
9	1	4	6	2	3	5	8	7
5	6	3	8	7	4	2	1	9
1	2	8	7	6	5	4	9	3
4	7	9	3	1	8	6	5	2
6	3	5	2	4	9	1	7	8
7	5	2	1	8	6	9	3	4
8	9	1	4	3	2	7	6	5
3	4	6	5	9	7	8	2	1
6	2	9	7	1	8	5	4	3
4	8	7	2	5	3	1	9	6
5	1	3	6	4	9	2	8	7
9	6	8	3	7	5	4	1	2
1	3	5	8	2	4	6	7	9
2	7	4	9	65	1	3		8

'Weet jij eigenlijk, Caro, wat Wilders van beroep is? Ik bedoel wat hij deed voor hij de politiek inging?'

'Nee, geen idee. Maar waarom vraag je me dat?' Doosje opent zijn iPad.

'Hier de reactie van Wilders op het advies van de Raad van State over de ingediende asielwetten. "Minister Faber moet zich niets aantrekken van die ongekozen bureaucraten!"

'Die man heeft werkelijk geen flauw benul van wat democratie inhoudt. Maar wat heeft dat van doen met zijn beroep?'



'Wel, die reactie doet me zeer denken aan Trump. Die reageert op kritiek ook nooit op de boodschap maar op de brenger van de boodschap. Dus ik dacht, misschien heeft hij wel geleerd voor "imitator", een zestigste-rangs Andre van Duyn. Of een op de klein-kunstacademie mislukte komiek.'

'Ah, nou snap ik je. Maar dan wel een gevaarlijke komiek. Zeker nu hij klakkeloos het voorbeeld volgt van die idioot uit Washington.

Ik vind trouwens dat het in Nederland al veel te lang eenzijdig over met name asielzoekers gaat. Dat zou toch niet alle onderwerpen moeten domineren.'

Doosje gaat er eens goed voor zitten. 'Om de dooie dood niet. Alsof we geen crises kennen in de gezondheidszorg, de woningbouw, de stikstofuitstoot ...' Carolien valt hem in de reden.

'Exact Doos, en dan vergeet je nog de toeslagenaffaire, het lerarentekort, het artsentekort en ga zo maar door. Mooi dat je het circus Wilders daar niet over hoort.'

'Ik blijf maar zitten met de vraag hoe het toch zo ver heeft kunnen komen. Hoe zo'n PVV zoveel kiezers achter zich heeft kunnen krijgen.'

'Ach mijn Doosje, het volk is de weg kwijt. Jij schreef er laatst zelf over. Dat door het einde van de verzuiling de individualisering vrij baan kreeg. Koren op de molen van de liberalen.'

'Ja, wat die kabinetten Rutten niet allemaal hebben aangericht. Ik krijg er gewoon een rotsmaak van in mijn mond. Jij ook een borrel?' Doosje knikt. Met uitgestrekte hand neemt hij zijn glas aan. Cognac ziet hij.

'Al sinds 2000 is er sprake van een verarming van de midden-groepen. Afgestudeerden met een goede baan komen niet meer aan een huis. Met al hun leeftijdgenoten moeten ze op jacht naar die paar vrije woningen. Ze voelen zich benadeeld en denken, hoe kan dat nou in dit rijke land? Die onvrede, dat soort sentimenten steken nu de kop op en drijven tallozen van die teleurgestelden in de armen van de populisten.

De nieuwe individualisering is zo langzamerhand een soort maatschappelijke vereenzaming geworden.' Carol neemt ook een slok 'En het gebeurt niet alleen hier, maar ook in Duitsland en de rest van Europa en zeker ook in de VS. Het opkomende populisme en niet te vergeten de toenemende macht van de sociale media helpen beetje bij beetje de democratie om zeep.' Doosje knikt haar bewonderend toe.

'Zo is het maar net!, Caro. Overal raken democratieën in het ongerede. Neem alleen maar Duitsland, Engeland en Frankrijk, ze zijn er allemaal niet best aan toe. Nee, ik denk dat we hier niet meer zonder kleerscheuren uit komen.'



'Als ik alleen al denk aan de AFD in Duitsland lopen me de rillingen over de rug.' Doosje schenkt haar glas bij.

'Neem eerst maar een flinke slok. Die cognac verwarmt de innerlijke mens, vind je ook niet.' Carolien neemt als antwoord een flinke slok.

'Ik zie nog maar één uitweg: we moeten als EU, rijk als we zijn,

geopolitieke macht ontwikkelen. We zullen dat snel moeten doen, willen we nog mee kunnen spelen. De beuk moet erin! Met onze voorzichtige, genuanceerde aanpak gaan we het niet redden. We moet meer en beter prikkelen, uitdagen en daar horen geen enerzijds-anderzijdsbetogen bij.

Figuren als Trump, Wilders en Musk begrijpen zulke dingen goed. Maar het lukt de gevestigde orde niet om daar een antwoord op te bedenken; hier niet en zeker ook in Amerika niet.'

We zullen ook de sociale media hard aan moeten pakken. Er moeten weer *checks and balances* ontstaan.'

'Jij zegt het Doos, maar ik vraag me af of dat überhaupt gaat lukken.



De macht van die nieuwe technoligarchen zoals Jeff Bezos, Mark Zuckerberg en Elon Musk lijkt zeker met de steun van Trump voorlopig onaantastbaar.'

'Ja, raar hè, hoe die zich bij Trump "ingevreten" hebben.'

'Ach vreemd, Caro ... soort zoekt soort. Ik denk dat wat ze bindt is dat ze niet de macht willen om iets te bereiken, maar zwelgen in het hebben van die macht.'

Carolien drinkt haar glas leeg.

'Nu kunnen we twee dingen doen: zelf zwelgen in ons verdriet of even alles vergeten en lekker gaan eten bij de Italiaan.'

Als antwoord pakt Doosje de fles en zet die weer in de kast.

meneer Doosje

Do en Co laten zich niet kooien





Recept voor maart

Avocadosalade met garnalen en pistachenootjes 4p

(Insalata di avocado e gamberetti)



Ingrediënten:

2	avocado's
50 gr	pistachenootjes
1	citroen (sap)
200 gr	Hollandse garnalen
	olijfolie
	zwarte peper
	zout

Bereiding:

Meng de pistachenoten en een snufje zout in een kleine kom. Halveer de avocado's en snijd het vruchtvlees in reepjes. Besprenkel de reepjes met citroensap en doe ze samen met de garnalen in een slakom; meng ze voorzichtig door elkaar.

Serveren:

Verdeel de salade over de borden en strooi vervolgens de pistachenootjes erover. Breng het op smaak met een beetje zout, nog wat citroensap en een scheutje olijfolie.

Adressen ASVOss / Maasland

Bestuur

Voorzitter Dhr. Bart Molenkamp 0412 853793 bart.molenkamp@kpnmail.nl	Penningmeester Dhr. A.J.M. Wildenburg (Aad), 0412 633372; aad.wildenburg@kpnplanet.nl Bankrekening IBAN: NL66 RBRB 0928 9248 74 t.n.v. ASVOss, Maasland
Secretariaat Dhr. J.K. Groot (Jaap) 0412 624726, j.k.groot@hccnet.nl	Ledenadministratie Dhr. J.K. Groot (Jaap) 0412 624726, j.k.groot@hccnet.nl Geef al uw wijzigingen, dus ook persoonlijke, door aan de ledenadministratie.
PR & communicatie Dhr. R. Akkermans (Rein) 06-30395477 akkermansrein@gmail.com	Bestuurslid activiteiten Mevr. J. Ebben (José) 06-14638567 ebbenjose@gmail.com
Coördinator Lief en Leed Mevr. Wildenburg-Saalbrink (Cilian) 0412 633372; aad.wildenburg@kpnplanet.nl	Webmaster Dhr. Wim Essenberg Web: asvossmasland.nl Mail: info@asvossmasland.nl

SMITS

ORTHOPEDISCHE
SCHOENTECHNIEK

- steunzolen / voetbedden
- aanpassing confectieschoenen
- semi orthopedische schoenen
- orthopedische schoenen
- dynamische pb-prothese
- verbandschoenen
- voorlopig orth. schoenen
- advies



*Voor iedereen een
passende schoen!*

www.smitsorthopedie.nl

Oude Molenstraat 38
5342 GC Oss
T. 0412 - 624 598
smitsorthopedie@hotmail.com
www.smitsorthopedie.nl





**DAT
=
OSS**

Kom in het Golfbad genieten van
het lesaanbod of recreatief
zwemmen. Voor meer informatie:
www.golfbad.nl

