

# *Bij de Tijd*



april 2026 nr. 4



**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** *George Scholten*  
*Loes Scholten*

**Redactieadres:**

[akkermansrein@gmail.com](mailto:akkermansrein@gmail.com)

*Beste leden,*

*Onlangs zijn de kosten voor het versturen van Bij de Tijd via De Postbode weer gestegen. Die zijn nu niet langer houdbaar! Daarom onderzoeken we of we met hulp van een aantal leden een groep kunnen formeren die Bij de Tijd bij adressen in hun buurt rond gaat brengen! Onze vereniging verdient dus daadwerkelijk de 'A' van 'Actieve'.*

*In dit nummer weer de gebruikelijke informatieve artikelen over vanalles wat senioren aangaat. En natuurlijk de bijdragen van leden, de puzzels, de strip, de column, het recept en uiteraard nieuws van TiJo. De deadline voor BdT nr 5 in 2026 is 17 aprilt.*

*Rein Akkermans*  
*Eindredacteur*



**Actieve Senioren Vereniging**  
**Oss / Maasland**

## Inhoudsopgave

Colofon /voorwoord redactie .....	1
Inhoudsopgave .....	2
Agenda .....	3
De voorzitter aan het woord .....	4
Nieuwe bijdrage van Ed Post. ....	5
HUMOR 1 .....	7
"Op zoek naar een verdwenen veerboot" .....	8
TI-JO TOURS .....	11
Uw aandacht waard 1: Hack bij Odido .....	17
Bericht over oprichten "leesgroep" ASVO .....	18
Ook uw aandacht waard 1: Serie over Mantelzorg .....	19
Ook uw aandacht waard 2: Mantelzorg op afstand .....	23
HUMOR 2 .....	25
Ook uw aandacht waard 3: Cine Plus .....	26
Ook uw aandacht waard 4: Alzheimer café .....	27
Woordkraker april .....	28
Filippine 103 .....	30
Sudoku Plus 102 .....	31
Oplossingen puzzels uit Bij de Tijd nr. 3 .....	32
Column meneer Doosje .....	34
Strip van Carolien .....	37
Recept van de maand april .....	39
Algemene informatie .....	40
Adressen ASVOss / Maasland .....	41



### Activiteiten in de Meteoer

elke dinsdag	13.30u	tekenen en schilderen
elke vrijdag	8.30u	biljarten
do 2 april	11.00u	koffiedrinken I Meteoer
do 16 april	10.30u	Koffiedrinken II Meteoer
di 7 april	13.00u	bestuursvergadering



**Hoera !!!**

**koffiedrinken  
do 2 en 16 april**

**Meteoor**



### Kroonjaren

***geen kroonjarigen dit jaar in april***


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

Onze jongste kleinzoon – nu bijna vijftien – ontdekte al in de wieg dat hij zelf ook iemand is, keek eigenwijs om zich heen en vond als kleuter van een onderwijzer dat hij een “sukkel” is. Ik vond dat wel vermakelijk, zo’n jongetje dat zijn meester een sukkel vindt. Onlangs, op de middelbare school, bevatte zijn rapport een kritische noot over zijn leerhouding, waarop hij dat naar de leraar commentarieerde met dat die dan ook maar beter les moest geven. Verder is hij heel behulpzaam en beleefd. ‘Sukkel’ vind ik een mooie uitdrukking, maar ik kies zelf liever voor ‘oelewapper’. Van dat woord is de herkomst ook bekender, maar daar ga ik het nu niet over hebben. Wel over de herkomst van het woord ‘jubileum’, want daar komen we binnenkort voor bij elkaar. Het vereist niet veel fantasie om bij dat woord te denken aan ‘jubel’ en ‘jubelen’. Dat stamt dan weer af van het Latijnse ‘jubilaeus’ (jubeljaar), met de Bijbelse, Hebreeuwse, oorsprong ‘jovel’, wat stond voor een ramshoorn, waarmee de start van het vijftigste jaar werd ingeluid. Zo komen onze woorden oorspronkelijk overal vandaan, net als wijzelf overigens. Van Syriërs die ik lesgeef, weet ik dat sommige woorden die zij gebruiken uit het Frans komen, net als bij ons, hoewel hun ‘Franse tijd’ veel recenter is, van na de Tweede Wereldoorlog. Eerlijk gezegd kon ik het toen niet laten wat dieper na te gaan hoe dat met de diverse Syrische overheersingen zit, en ontdekte de diepere betekenis van de huidige ontwikkelingen daar. En dat gewoon vanuit een luie stoel met mijn smartphone.

## UIT mijn LEVEN GEGREPEN

### ONS Boerderijtje.

Het was in de jaren 1960, 1970, dat mensen die boven het grasveld uit wilden steken een oud boerderijtje wilden kopen en dat dan zelfstandig helemaal verbouwen of restaureren. Mijn collega en vriend Geert Castemiller was dat in Herpen aan het doen. Toen mijn vrouw en ik in Oss gesetteld waren, begonnen wij ook in die richting te denken en te fantaseren. Wij reden door de dorpen in de omgeving van Oss en ja, in Geffen zagen we een bouwvallig maar wel mooie oude boerderij staan, waar best iets moois van te maken zou zijn. Het gebouw was niet bewoond maar ik zag iets verder een buurman buiten staan en vroeg hem of hij wist wie de eigenaar was. "Ja, dat ben ik en ja die is te koop". Hij vroeg een redelijke prijs. Thuisgekomen belde ik voor de zekerheid de toenmalige wethouder van Geffen om te vragen naar eventuele vergunningen. "Nee, de eigenaar heeft een uitkering voor "Krotopruiming" ontvangen en het pand moet gesloopt worden". Onze droom viel uiteen.

Bij een huisbezoek, bij een van mijn leerlingen kwam ik in Schaijk in een grote boerderij en vertelde de boer met welke droom wij speelden. Hij vroeg "waarom koop je dít pand dan niet?" ( Hij was de boerderij al lang beu!", hij was de vierde eigenaar van de familie die samen met zijn moeder de boerderij bewoonde en deze moest van moeder altijd in de familie blijven). Nu was moeder 2 maanden geleden overleden en zag de boer zijn kans schoon. Ik vroeg om eens rond te kijken, dat viel niet mee want het was inmiddels donker. Ik vroeg naar de prijs. Ik schrok..., zo weinig ? Ik had genoeg gezien om meteen toe te happen. "Hij is verkocht, als mijn vrouw ook akkoord is. Morgen om 10.00 uur komen we afhandelen". Had ik ook even de tijd om de juridische kant te controleren, daar bleek niets mis mee. De boerderij was in 1840 gebouwd op een terp van grint als aanlegplaats voor de postkoets tussen Den Bosch en Nijmegen. Langs de toenmalige "Napoleon-

weg". Hier werden de paarden gewisseld bij de heenweg en de terugweg. Het was tevens herberg, de bierkelder en de gemetselde bogen waren nog intact. Er was zelfs nog een bugelbaan. Het woongedeelte met deel, potstal en paardenstal was 12,50 x 26.00 meter groot, buiten lag een grote gierkelder, een waterput en een gesubsidieerde silo en nog een paardenstal. Verder een hele grote hooischaar, een kippenhok, een bakhuis en 1,5 ha grond. O, ook nog een moestuin. Het werk kon beginnen.



1970



1975



1980

maart '26

Het was wel wennen aan de nieuwe situatie. Zo wilde de boer b.v. bij de notaris het geld alleen contant ontvangen. Bij de notaris en in het bijzijn van de bankdirecteur vlogen de bankbiljetten over de tafel, "flappen tellen" dus. De boer schoof het geld door naar de bankdirecteur. "Neem maar mee, ik vertrouw jou wel" "Nee dat kan niet, je moet het op de bank zelf af komen geven. Dat moet van de wet."

Zo leerden wij al snel de Schaijksse mentaliteit kennen.



Hier hebben wij jarenlang met heel veel plezier in mogen wonen en leven.

Met wat hulp van de buurman, wat familie en goeie vrienden en vooral niet vergeten mijn vrouw Riek, hebben we tien jaar lang alle vrije tijd gestoken in de restauratie,

altijd met heel veel plezier. Na onze verkoop is het pand nog drie keer verkocht. Op een gegeven moment was de vraagprijs 1,7 miljoen euro ... Toen woonden wij inmiddels alweer heel lang in Oss !!! "Jammer hé "

Ed Post

Volgende keer: varen en vissen

## HUMOR 1



@fokkesukke

## OP ZOEK NAAR EEN VERDWENEN VEERBOOT

### 7. Doorbraak !

Ik word gebeld door kapper Berkhof uit Den Bommel. Behalve (gepensioneerde) kapper is hij ook amateurhistoricus. Hij weet veel van het dorp en heeft enkele fotoboekjes samengesteld met oude foto's van Den Bommel en zijn bewoners.

"Je moet mijn zoon even bellen, hij weet misschien iets meer over jouw veerboot", klinkt het.

Vanwege mijn onderzoek naar de veerboot heb ik eerder contact met Berkhof gehad en ik weet dat een van zijn zoons op de Rijn vaart met een tanker. Berkhof vertelt verder dat het gaat om een oude dekschuit, die in de passantenhaven van IJzendoorn gelegen heeft. Dat verhaal over een dekschuit heb ik eerder gehoord !

Dus gelijk Jaap Berkhof gebeld en dan hoor ik een heel verhaal. Tijdens een overnachting in de passantenhaven van IJzendoorn kwam Jaap aan de praat met een andere Rijnschipper. "Hij had jouw verhaal in het blad "Binnenvaart" gelezen en had ook gelezen zich dat je met je onderzoek niet verder gekomen was."

Die collega-schipper herinnerde zich dat in een hoekje van die passantenhaven enkele jaren lang een dekschuit gelegen had, die door niemand meer gebruikt werd. Het viel hem toen op dat de afmetingen voor een schip ongebruikelijk waren; in verhouding tot de lengte nogal breed. "Omdat hij wist ik uit Den Bommel kom, bracht hij het ter sprake met de opmerking dat die dekschuit misschien eerder een veerboot geweest kon zijn. En toen heb ik mijn vader maar even gebeld."

Jaap meldde ook nog dat de dekschuit op een bepaald moment weer verdwenen was, maar hoe of wat wist zijn collega niet. "Ik ben nog even langs het kantoor van de havenmeester gelopen, maar dat bleek inmiddels opgeheven te zijn. Alles gaat nu

maart '26

centraal via Nijmegen, ik zal je het contactnummer geven. Hopelijk kom je er verder mee."

Een paar dagen later gebeld met meldpost Nijmegen van Rijkswaterstaat. Als ik vertel waar ik naar op zoek ben, reageert de mevrouw aan de telefoon enthousiast met: "u treft het, de oude havenmeester van IJzendoorn zit hier naast me."

Na het opheffen van de afzonderlijke havenkantoren had havenmeester Pieter Jansen nog een tijdje in Nijmegen gewerkt, voor hij met pensioen ging. Hij herinnert zich de dekschuit nog goed. Na het gereedkomen van de passantenhaven was die dekschuit blijven liggen. De dekschuit was van Voortmans van Zanten uit Lekkerkerk, een van de "natte" aannemers, die betrokken was bij de bouw van de haven. De havenmeester had het toen wel een paar keer gemeld bij Rijkswaterstaat in Den Haag, maar zonder resultaat; die dekschuit was daar toch enkele jaren blijven liggen. Maar op een bepaald moment kreeg hij bericht uit Den Haag: de dekschuit zou binnen enkele dagen opgehaald worden door medewerkers van scheepswerf Dodewaard.

Allemaal leuk om te weten, maar of die dekschuit nou wel of niet de voormalige veerboot geweest kan zijn? Die "natte" aannemer, bestaat dat bedrijf nog? Volgens de ex-havenmeester wel, hij had er nog ooit contact mee gehad. "Probeer George van Zanten eens, de zoon van..." was zijn suggestie. "Als je mij even geeft, heb ik denk ik, ook nog wel een telefoonnummer."

En dus gebeld met Lekkerkerk en vrij vlot George van Zanten aan de lijn gekregen. Ik begin over die dekschuit in de passantenhaven en waarom die daar zo lang is blijven liggen. Het blijkt dat na het uitvoeren van het werk de dekschuit eigendom zou worden van Rijkswaterstaat. Wat er na het gereedkomen van IJzendoorn met de dekschuit gebeurd is, weet George niet.

Maar dan komt het. Ik vraag waar komt die dekschuit vandaan komt? "Oh, dat was een oude veerboot, die mijn vader indertijd

gekocht heeft in Rotterdam. Het was een boot, die al jaren opgelegd was en die we voor een prikkie over konden nemen om er een dekschuit van te maken. Die hadden we nodig voor die opdracht in IJzendoorn". Op mijn vraag op het soms een witte veerboot was met de naam Prinses Beatrix, antwoordde hij bevestigend. "Ja, maar niet zo wit meer, dik onder de roest !" Ze hadden de bovenbouw er af gesloopt, de twee diesels eruit, alleen het aggregaatje laten zitten, vonden de jongens wel handig om eigen licht bij het werk te hebben. "Al met al we een prima dekschuit." "Maar die naam", vraag ik opnieuw, "was dat Prinses Beatrix ?"

"Ja hoor", is het antwoord, "maar waarom wil je eigenlijk allemaal weten over die dekschuit ?"

En dan vertel ik mijn verhaal. Dat vindt George heel interessant. Ook blijkt dat de verkoop van de ex-veerboot nooit officieel gemeld was bij het Kadaster.

Daarom kwam ik natuurlijk via die weg niet verder! Dat niet-melden kwam best vaak voor bij oude boten, volgens George, zeker als ze niet meer als zelfvarend schip werden gebruikt.

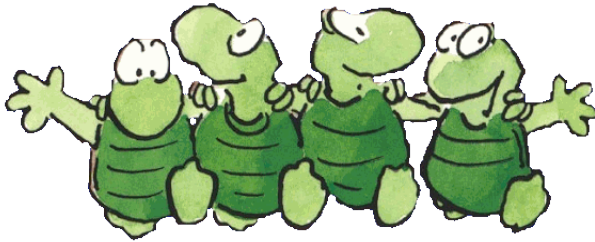
Maar na een paar telefoontjes ben ik opeens een heel stuk verder!  
Geweldig !

Volgende station: Scheepswerf Dodewaard



maart '26

## TI-JO TOURS



### **Koffiedrinken.**

U bent weer welkom voor een kopje koffie of thee en supergezelschap (toch?) op de donderdagen 2 en 16 april. Van 11.30-12.30u 'Vrienden en Maghen' helemaal welkom

### **'Jubeljaar' ASVO**



Hier Jos, Jan en Frank als 'De Meet', jarenlang de vaste band van het Osse Wierlercafé.

Op 21 maart j.l. met Peet en Willem erbij de uitvoerders van de onvergetelijke muzikale lezing over De Beatles. Helaas nu nog geen foto's beschikbaar.

Wat hebben we onze 'verjaardag' als ASVO gevierd! Geweldig. Er komt nog een uitgebreide fotocollage van deze dag (laten we het buffet niet vergeten).

## Activiteiten in april en mei

do 2 apr	koffiedrinken I	Meteoor
za 11 apr	bezoek aan kamp Vught	Vught
do 16 april	koffiedrinken II	Meteoor
di 5 mei	koffiedrinken I	Meteoor
di 12 mei	fietsen naar 'Tante Bets'	Nistelrode
di 19 mei	koffiedrinken II	Meteoor

### Bezoek aan Kamp Vught

Een bezoek als dit staat al jaren op ons verlanglijstje. 4 Meibevrijdingsdag komt eraan en ons leek deze 'timing' – dus bezoek in die tijd- een 'goed' ding. Al begrijpen wij heel goed dat dit voor velen onder u juist een(te) beladen bezoek kan zijn. Omdat ook veel scholen gebruik maken van deze bezoeklocatie zijn wij uitgeweken naar een zaterdag(middag).

Dat heeft voor- en mogelijk nadelen, maar we willen het toch proberen.

Toegang is mogelijk met museum- en vriendenloterijkaart. Dat scheelt alvast. Vrijdag 27 maart ontvangt u een uitgebreide Reminder.

### Kleine enquête

Als de beloofde nagekomen papieren ook worden meegerekend, hebben 49 leden de vragenlijst ingevuld. En toch lijkt de uitslag niet eenduidig(☺).

Wij komen zeker terug met de uitslag.

Ti-Jo dacht: éérst het jubileum!



## Wissewasje

Ja natuurlijk ga ik mee in de vaart der volkeren: email, whatsapp of Signal, Facebook, eh ... weet ik veel. Toen mijn oudste broer moeizaam met een computer begon en probeerde zijn bankrekening te bereiken, wees zijn 4 jarige kleindochter: "Hier opa, jouw inlognummer is ..." Toen nam ik me wat voor! Géén hulpeloze bejaarde als het om digitale middelen gaat. Maar 'appen' op de telefoon, da's een ding, zeg. Je denkt dat je een prachtig 'verhaal' typt, drukt op verzenden en dat gebeurt er iets hevigs! Ik geef een paar voorbeelden.



(Je kunt de 'autocorrectie' wel uitzetten, da's waar)

## Schilderclub



*Juliëtte aquarelleert een Bloemstuk*



*Gerry scheidt een bloem*



*Minutius borduurwerk van Annemarie*

## Leestip van de maand



Ooit besloot Widá bij moeilijke momenten in het leven voortaan haar gevoel uit te schakelen. Dat bracht haar ver toen ze als vijftienjarige Kabul moest ontvluchten en in Nederland terechtkwam, waar ze zich binnen de kortste keren de taal eigen maakte en de middelbare school afrondde, waarna ze geneeskunde studeerde en een carrière als psychiater opbouwde. Maar dan krijgt ze nieuws over een meisje dat vroeger in Kabul als een zusje voor haar was en valt de basis onder haar zo zorgvuldig opgebouwde leven weg. 'Er was één verhaal van vroeger dat ze halverwege had los-gelaten. En dat losse eindje had haar uiteindelijk ingehaald. (...) Heel actueel in deze jaren: hoe bouw je een nieuw leven ver van huis. Hoe laat je je echte thuis achter. Kan dat!

## Biljartvereniging van de ASVO

April doet wat ie wil.

Waar een wil is, is een weg.

Wij willen graag kennismaken met iedereen, dus ook **starters en starteressen**, die op de vrijdagochtend even komen kijken en koffiedrinken om met ons kennis te maken.

De Meteor, zaal De Kleine Beer van 8:30 uur tot 12:30 uur

Een eigen keu is bij het biljarten handig.

Wellicht zijn er familieleden, die er niks meedoen en bereid zijn om deze keu aan jou te geven.

Heeft deze keu dan een opknopbeurt nodig, dan kan dit bij The Poolbrothers: afspraak maken via telnr. 0412644426

Groetjes George

maart '26

*Wanneer de lente komt ...*

Wanneer de lente komt  
En als ik dan al dood ben  
Zullen de bloemen net zo bloeien  
En de bomen zullen niet minder groen zijn dan het vorig voorjaar.  
De werkelijkheid heeft mij niet nodig.

Ik voel een enorme vreugde  
Bij de gedachte dat mijn dood volstrekt onbelangrijk is

Als ik wist dat ik morgen zou sterven  
En het was overmorgen lente,  
Zou ik tevreden sterven, omdat het overmorgen lente  
was.

Als dat haar tijd is, wanneer dan zou ze moeten komen tenzij op haar  
tijd?

Ik houd ervan dat alles werkelijk is en alles zoals het  
moet zijn;

Daar houd ik van, omdat het zo zou wezen ook als ik  
er niet van hield.

Daarom als ik nu sterf, sterf ik tevreden,  
Want alles is werkelijk en alles is zoals het moet zijn.  
Men mag Latijn bidden boven mijn kist, indien men wil.  
Indien men wil, mag men rondom dansen en zingen.

Ik heb geen voorkeur voor wanneer ik toch geen  
voorkeur meer kan hebben

Dat wat zal zijn, wanneer het zijn zal, zal het zijn  
dat wat het is.

Ik heb geen voorkeur voor wanneer ik toch geen voorkeur meer kan  
hebben

Dat wat zal zijn, wanneer het zijn zal, zal het zijn dat  
wat het is.

07-11-1915 uit: Onverzamelde gedichten/De Hoeder van de Kudde

## “Voetreis naar Rome”



*In 2003 liepen Jan Teeuwen en zijn vrouw Wies ... naar Rome. Te voet! Ze moeten destijds al rond de 70 zijn geweest. In een boekje doet Jan per dag in HAIKU's verslag van deze reis, zijn overwegingen, gedachten, verrijking.*

25 – 27 september: van Sansepolcro - Pietralunga

heel smalle paadjes  
en erg dicht langs het ravijn  
dat loopt niet rustig

kloosters voor rovers  
onthaald met gastvrijheid  
zo zijn ze bekeerd

dertig euro meer  
meer dan tien geven we niet  
ook dat zit me dwars



## UW AANDACHT WAARD 1

Onderstaand bericht is afkomstig van HCC!seniorenacademie. Na een hack, zoals onlangs bij Odido en dochterbedrijf Ben, vragen veel mensen zich af of hun gegevens ergens op internet staan.

Gelukkig kun je dat eenvoudig zelf controleren via de website Have I Been Pwned.

Wat betekent "pwned"?

"Pwned" is internettaal en betekent simpelweg: gehackt of slachtoffer van een datalek.

Hoe werkt het?

1. Ga naar de website Have I Been Pwned.
2. Vul je e-mailadres in.
3. Je ziet direct of jouw adres voorkomt in bekende datalekken. Je hoeft géén wachtwoord in te vullen. Alleen je e-mailadres.

Wat krijg je te zien?

Als je e-mailadres voorkomt in een lek, zie je:

- \* Bij welk bedrijf het datalek was
- \* Wanneer dat gebeurde
- \* Welke gegevens mogelijk zijn gelekt (bijvoorbeeld e-mailadres, wachtwoord of telefoonnummer)

Schrik niet als je naam een keer opduikt. Dat komt vaker voor dan je denkt.

Is het veilig? Ja. De website is opgericht door beveiligingsexpert Troy Hunt en wordt wereldwijd gebruikt.

Je zoekopdracht wordt niet openbaar gemaakt en je hoeft geen persoonlijke gegevens behalve je e-mailadres in te vullen.

Wat moet je doen als je e-mailadres in een lek staat?  
Blijf rustig en doe het volgende:

1. Verander het wachtwoord van die betreffende website.
2. Gebruik een sterk en uniek wachtwoord.
3. Zet waar mogelijk tweestapsverificatie (2FA) aan.  
Dat is meestal voldoende.

Belangrijk om te weten:

De website toont alleen bekende datalekken. Het is dus een handige controle, maar geen garantie dat je nergens anders voorkomt.

## **Bericht van Rein Akkermans**

In de kleine enquête hebben een paar leden aangegeven interesse te hebben in een leesgroep. Na de lezing over de Renaissance bleken ook een paar leden belangstelling te hebben.

**Vandaar! Ik roep leden die graag deel willen nemen aan een leesgroep van de ASVO op zich hiervoor aan te melden. Stuur een mail naar: [akkermansrein@gmail.com](mailto:akkermansrein@gmail.com)**

Ik denk zelf aan één keer per maand bij elkaar te komen en dan elkaar te vertellen wat ieder van het gelezen boek vindt en welke vragen, emoties etc. het heeft achtergelaten. Niets hoogdravends dus.

Ik hoop op voldoende belangstelling.  
Rein Akkermans

# OOK UW AANDACHT WAARD 1

**Senior  Service**  
Fijn voor elkaar

Nieuwsbrief

Beste lezer,

Zorgen voor een naaste doe je met je hart. Of je nu net bent begonnen als mantelzorger of al langer meedraait: er komt vaak meer bij kijken dan je vooraf denkt. Regelingen, emoties, praktische keuzes en soms ook lastige gesprekken.

In deze nieuwsbrief zetten we daarom belangrijke informatie en herkenbare situaties voor je op een rij. Waar heb je als mantelzorger eigenlijk recht op? We geven een overzicht van vergoedingen en regelingen die je kunnen ondersteunen. Ben je net mantelzorger geworden? Dan lees je waar je allemaal op moet letten in die eerste periode, zodat je goed voorbereid van start gaat.

Ook besteden we aandacht aan mantelzorg op afstand: hoe zorg je goed voor een ouder als je ver weg woont? Met praktische tips helpen we je om betrokken te blijven, ook als kilometers een rol spelen. En wat doe je wanneer iemand geen hulp wil accepteren? We delen vijf waardevolle tips om hiermee om te gaan, met respect voor de ander en voor jezelf.

Of je nu zoekt naar praktische informatie, erkenning of een steuntje in de rug, we hopen dat deze editie je helpt om met vertrouwen en veerkracht jouw rol als mantelzorger te vervullen. Je staat er niet alleen voor.

Veel leesplezier gewenst!

Janneke Van Beuzekom

*Directeur Senior Service*

# Waar heb je als mantelzorger recht op? Vergoedingen en regelingen op een rij



Als mantelzorger draag je vaak een grote verantwoordelijkheid. Je staat dag in, dag uit klaar voor een naaste die tijdelijk of langdurig zorg nodig heeft. Dat doe je meestal uit liefde of plichtsbesef, maar het is belangrijk om te weten dat je er niet alleen voor staat. In

Nederland zijn er namelijk verschillende vergoedingen, regelingen en vormen van ondersteuning beschikbaar voor mantelzorgers. In deze blog zetten we de belangrijkste rechten en regelingen voor je op een rij.

## 1. Mantelzorgwaardering van de gemeente

Veel gemeenten geven jaarlijks een **mantelzorgwaardering**: een financiële tegemoetkoming of cadeaubon als blijk van waardering.

- De hoogte en vorm van de waardering verschillen per gemeente.
- Je kunt dit aanvragen bij het Wmo-loket of via het steunpunt mantelzorg in jouw regio.
- Aanmelden is vaak mogelijk via een formulier of een lokaal mantelzorgplatform.

Let op: dit is geen recht op een vast bedrag, maar een vrijwillige regeling van gemeenten.

## 2. Tegemoetkoming in kosten en hulp via de Wmo

Via de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) kun je hulp aanvragen voor de persoon voor wie je zorgt, maar ook als mantelzorger heb je recht op ondersteuning:

- **Respijtzorg:** tijdelijke vervangende zorg, zodat jij even op adem kunt komen.

- **Hulpmiddelen en woningaanpassingen:** zoals een traplift, douchehulpmiddelen of een aangepaste auto.
- **Huishoudelijke hulp:** wanneer je als mantelzorger overbelast raakt.

De Wmo-ondersteuning loopt via de gemeente. Een Wmo-consulent beoordeelt of er recht is op hulp.

### 3. Zorgverlof via je werkgever

Als werkende mantelzorger kun je gebruikmaken van verschillende verlofregelingen:

- **Kortdurend zorgverlof:** maximaal 2 keer het aantal werkuren per week per jaar (bijv. 32 uur bij een 16-urige werkweek). Je krijgt minstens 70% van je loon doorbetaald.
- **Langdurend zorgverlof:** tot 6 keer je werkweek aan verlof (onbetaald). Dit kun je opnemen bij langdurige, noodzakelijke zorg.
- **Calamiteitenverlof:** bij plotselinge nood, zoals een spoedopname.

Deze verlofvormen zijn wettelijk geregeld. Je vraagt ze aan bij je werkgever, die alleen in uitzonderlijke gevallen mag weigeren.

### 1. Reiskosten en parkeerkosten

Sommige kosten die je maakt als mantelzorger kun je (gedeeltelijk) vergoed krijgen:

- **Reiskostenvergoeding** is soms mogelijk via de zorgverzekering van degene voor wie je zorgt, vooral bij medische behandelingen.
- In een aantal gemeenten kun je een aanvragen, zodat je voordeliger of gratis kunt parkeren bij de zorglocatie.

Informeer bij je gemeente of zorgverzekeraar naar de mogelijkheden.

## 2. Belastingvoordelen

Mantelzorgers kunnen in sommige gevallen gebruikmaken van belastingaftrek of toeslagen:

- **Aftrek zorgkosten** bij de belastingaangifte als je kosten maakt die niet worden vergoed.
- **Extra aftrekposten** als je samenwoont met de persoon voor wie je zorgt (bijv. aftrek voor kosten van extra huishouding of aanpassingen in huis).
- **Zorgtoeslag en huurtoeslag** kunnen veranderen als je samenwoont met degene voor wie je zorgt. Let op: dit kan ook invloed hebben op de eigen bijdrage voor zorg.

## 3. PGB: Persoonsgebonden budget

Wanneer de zorgbehoevende een Persoonsgebonden budget (PGB) ontvangt, kan hij of zij jou als mantelzorger uit dit budget betalen voor verleende zorg. Dit moet wel goed onderbouwd en formeel vastgelegd worden in een zorgovereenkomst.

- Het PGB kan worden toegekend vanuit de Wmo, de Wet langdurige zorg (Wlz), de Zorgverzekeringswet of de Jeugdwet.
- De Sociale Verzekeringsbank (SVB) verzorgt de uitbetaling.

## 4. Ondersteuning via een mantelzorgmakelaar

Soms heb je recht op hulp van een mantelzorgmakelaar: iemand die regeltaken uit handen neemt, zoals het aanvragen van zorg, het uitzoeken van regelingen of het contact met instanties.

- Een aantal zorgverzekeraars vergoedt de inzet van een mantelzorgmakelaar via een aanvullende verzekering.
- Informeer bij je eigen verzekering of dit voor jou geldt.

## **Je hoeft het niet alleen te doen**

Mantelzorgen is waardevol, maar ook intensief. Door gebruik te maken van bestaande regelingen, financiële vergoedingen en ondersteuning kun je de zorg op een duurzame manier blijven volhouden.

Bij **Senior Service** helpen we je graag verder met informatie, advies en professionele ondersteuning aan huis. Wil je weten wat we voor jou kunnen betekenen? Neem gerust contact met ons op voor een vrijblijvend gesprek.

## **OOK UW AANDACHT WAARD 2**

### **Mantelzorg op afstand: hoe zorg je goed voor een ouder als je ver weg woont?**



De ouder wordende generatie woont steeds vaker zelfstandig thuis, terwijl hun kinderen zich over het hele land – of zelfs over de grens – verspreiden. Maar wat als jouw vader of moeder ineens meer hulp nodig heeft? Hoe kun je dan toch goed voor hen zorgen als je niet om de hoek woont? Bij Senior Service horen we deze vraag steeds vaker. Mantelzorg op afstand is een groeiende realiteit en brengt unieke uitdagingen met zich mee, maar ook duidelijke oplossingen.

#### **De uitdagingen van afstands zorg**

Wonen op afstand kan leiden tot gevoelens van machteloosheid of schuld. Je merkt misschien dat je ouder hulp nodig heeft bij dagelijkse zaken zoals boodschappen, medicijnen of gezelschap, maar je bent er simpelweg niet fysiek om direct bij te springen.

Ook praktische zaken zoals ziekenhuisbezoeken, administratie of huishoudelijke taken blijven liggen of komen op de schouders van burens of andere familieleden terecht.

Daarnaast speelt ook de mentale belasting een rol. Het idee dat je niet kunt ingrijpen bij noodgevallen of niet dagelijks kunt checken of alles goed gaat, kan voor veel stress zorgen.

## **Praktische oplossingen voor mantelzorg op afstand**

Gelukkig zijn er veel manieren waarop je, zelfs op afstand, goed voor een ouder kunt zorgen:

### **1. Maak een zorgplan met duidelijke afspraken**

Breng in kaart wat je ouder nodig heeft, wie in de buurt beschikbaar is (zoals burens, familie, vrienden of vrijwilligers), en wat jij op afstand kunt regelen. Denk aan financiële ondersteuning, het beheren van de administratie of het plannen van afspraken.

### **2. Schakel hulp in van professionals**

Bij Senior Service bieden wij ondersteuning op maat, met vaste medewerkers die écht aandacht geven. Onze medewerkers kunnen helpen met praktische taken, persoonlijke verzorging of gewoon gezelschap bieden. Zo weet je zeker dat je ouder goede zorg krijgt – ook als jij er niet dagelijks bij kunt zijn.

### **3. Blijf in contact – digitaal én emotioneel**

Maak regelmatig videocalls via bijvoorbeeld WhatsApp of FaceTime. Een dagelijks telefoontje kan al veel betekenen. Houd ook contact met burens of zorgverleners die je ouder regelmatig zien, zodat je vinger aan de pols kunt houden.

### **4. Gebruik technologie in je voordeel**

Denk aan slimme sensoren, medicijn dispensers met herinneringen, of GPS-trackers als je ouder weleens de weg kwijtraakt.

Veel van deze systemen geven meldingen aan mantelzorgers op afstand en kunnen extra rust geven.

## 5. Plan vaste bezoekenmomenten

Ook al kun je er niet dagelijks zijn, het plannen van regelmatige bezoekenmomenten zorgt voor houvast. Gebruik deze momenten om samen tijd door te brengen, maar ook om praktische zaken op te pakken.

### Senior Service staat naast je – ook op afstand

Zorgen voor een ouder van wie je houdt, is een groot gebaar – ook als je het van ver doet. Mantelzorg op afstand hoeft geen eenzame of onmogelijke opgave te zijn. Met de juiste hulpmiddelen, goede communicatie en ondersteuning van een betrouwbare partner zoals Senior Service, kun je erop vertrouwen dat je ouder de aandacht en hulp krijgt die hij of zij verdient.

**Meer weten over onze ondersteuning op maat? Neem vrijblijvend contact met ons op via 0800-1969. We denken graag met je mee.**

## HUMOR 2

12 februari 2026



## OOK UW AANDACHT WAARD 4

Cine Plus Oss

donderdag 2 april

14.00u



Topactrice Gait Jansen speelt de hoofdrol in deze tragikomische, scherpe en eerlijke film, geïnspireerd op de bestseller van Myrthe van der Meer. Over vastlopen, doorgaan ... Emma weet zeker dat ze gelukkig is: ze heeft een succesvolle carrière, een lieve vriend en is talentvol. Totdat ze een totaal onverwachte afslag neemt en op de psychiatrische afdeling van een ziekenhuis belandt. Een burn-out, kortsluiting? Zij vindt dat er niets mis.

Cine Plus Oss

donderdag 16 april

14.00u



Terwijl hun huwelijk stilletjes uiteenvalt, wordt Alex (Will Arnett) geconfronteerd met de middelbare leeftijd en een dreigende scheiding. Hij zoekt een nieuw doel in de New Yorkse comedywereld, terwijl Tess (Laura Dern) wordt geconfronteerd met de offers die ze heeft gebracht voor hun gezin. Dit dwingt hen om te leren omgaan met co-ouderschap, identiteit en de vraag of liefde een nieuwe vorm kan aannemen.

## **OOK UW AANDACHT WAARD 5**

### ***Alzheimer Café Oss in wijkcentrum De Haard***

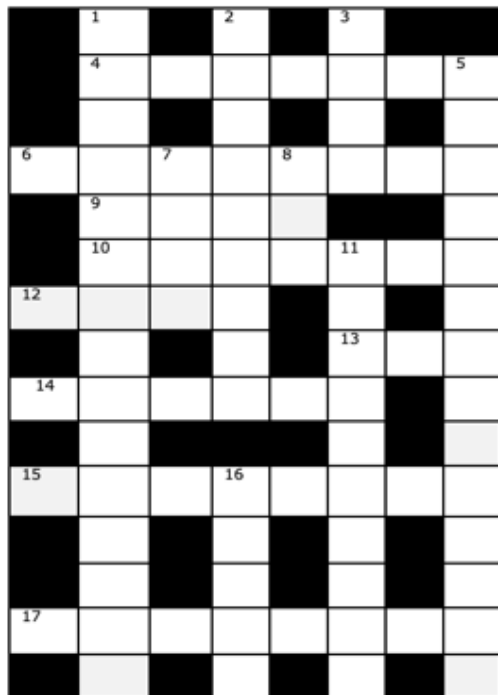
#### **13 april 2026 - Veranderend gedrag bij dementie: inzicht en handvatten**

Als je in je directe omgeving te maken krijgt met dementie, verandert er veel. Dingen die voorheen vanzelfsprekend waren, zijn dat niet meer. Tijdens deze bijeenkomst krijg je aan de hand van herkenbare voorbeelden uit de praktijk inzicht in de mogelijke oorzaken van dit veranderde gedrag. We bespreken wat dit gedrag kan betekenen en welke praktische tips je kunnen helpen om hier mee om te gaan.

*Het programma start om 19.30uur en eindigt om 21.00 uur  
Inloop vanaf 19.99 uur*



# Woordkraker april



**H4**

a	s	n
o	u	r
d	a	u

**H6**

t	i	o
i	u	j
e	o	d

**H9**

	en
.... }	hof
	uil

**H10**

regenboogvlies
Japanse munt
_____+
.....

**H12**

zo noemen de Romeinen "het zijn"
--

**H13**

ma	
pa	} ...
pat	

**H14**

HIERNA
--------

**H15**

liefdesgodjes
---------------

## H17

gedicht  
straat  
\_\_\_\_\_+  
.....


## V1

Ad Morieks  
te  
Donk

## V2

eenheid van  
energie

## V3



## V5

N. Tabak  
te  
Friens

## V7

SIER

## V8

... } aal  
el  
hoofd

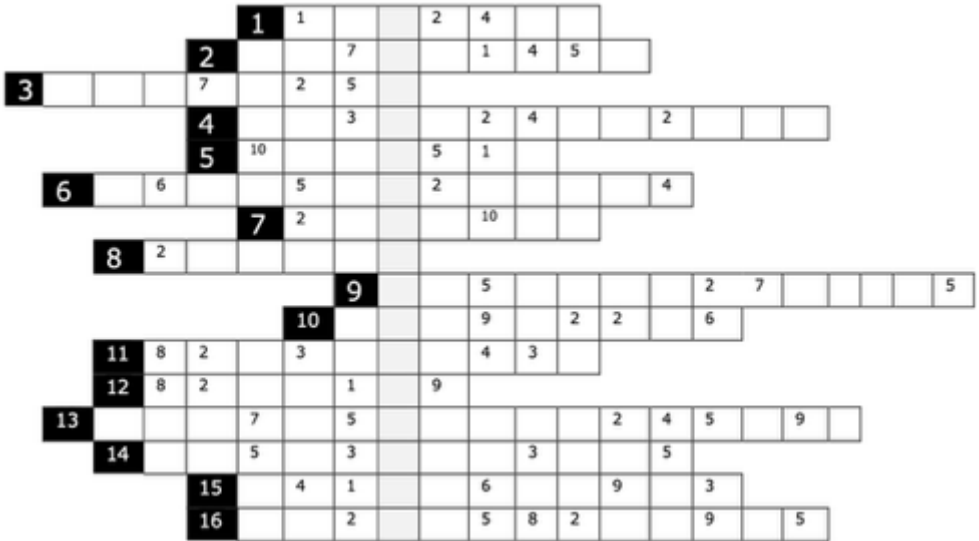
## V11

rijweg  
faam  
\_\_\_\_\_+  
.....

## V16

STOER

## Filippine 103



1. Schreef "De vrijheid gaat in het rood gekleed"
2. Vieren we in Nederland op 5 mei
3. Met behulp van deze misstand bouwden ze pyramides
4. (actrice) Begeleidster Cassidy en the Sundance Kid
5. Dit artikel van de grondwet regelt Vrijheid van meningsuiting
6. Schrijfster van "Mijn vrijheid" 2006
7. Hierdoor leidde Mozes zijn volk
8. Zo heetten de 40 handlangers van Al Baba
9. Deden Cruz en Hayek voortdurend in Bandidos
10. Organisator grootste Britse bankoverval 2006
11. Laatste element leuze Franse revolutie
12. Roman van Jonathan Franzen 2010
13. Roman van Anton de Kom: "Wij .....
14. Zo heet de grondwet in Amerika
15. Regisseur van Dog Day Afternoon
16. Ster uit the Shawshank Redemption

## Sudoku Plus nr 102

				<b>1</b>	<b>9</b>			<b>7</b>
			<b>6</b>	<b>3</b>				<b>4</b>
		<b>2</b>				<b>5</b>		
<b>4</b>				<b>6</b>		<b>2</b>		<b>3</b>
	<b>7</b>	<b>8</b>			<b>3</b>			<b>1</b>
	<b>2</b>	<b>6</b>			<b>4</b>			
<b>5</b>		<b>3</b>		<b>8</b>				
			<b>3</b>			<b>1</b>		
				<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>		<b>8</b>
<b>6</b>			<b>2</b>					
	<b>5</b>			<b>1</b>	<b>3</b>	<b>7</b>		<b>4</b>
<b>7</b>		<b>4</b>			<b>8</b>			
	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>1</b>			<b>5</b>	<b>8</b>	
	<b>8</b>					<b>9</b>	<b>1</b>	<b>6</b>



## Oplossing Sudoku Plus nr. 101

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

## Column

Laatst had ik twee goede vrienden te eten. Een heeft zelf een boek geschreven en de ander is bij al mijn boeken mijn "tegenlezer" en "corrector". Carolien heeft haar heil elders gezocht: 'Ik wil de dynamiek van jullie niet verstoren', zei ze. Ik legde haar kijk aan mijn vrienden voor en die begrepen haar wel. Ik zelf niet helemaal.

Beide vrienden schromen niet frank en vrij hun mening te geven.



Deze keer spreken we over mijn laatste roman "Slikken of stikken". Ze vinden het alle twee een van mijn beste! Dat kan ik mooi in mijn zak steken.

Maar dan de kritische noten en vragen, zoals die van mijn schrijver-vriend: "Doos heb jij enig idee waarom literaire uitgeverijen niet staan te springen om jouw romans uit te geven?" Poeh, poeh, denk ik, wat een vraag.

We zijn inmiddels bij het dessert aanbeland: "risotto paradiso". Daarvoor hebben we al drie gangen genuttigd, waarvan vooral de "spaghetti carbonare originale" nogal "voedzaam" was. Ik kan dus gerust even wachten met de risotto en besluit gebruik te maken van het moment om in de keuken mijn gedachten wat te ordenen.

Weer terug aan tafel schenk ik de rest van de fles Chianti classico in onze glazen en begin aan mijn antwoord.

'Op de eerste plaats wil ik toch even vermelden dat mijn eerste roman "Baas boven baas" wel degelijk door Meulenhoff geaccepteerd is. Dat jullie het maar even weten! Maar ja, voor de volgende vier romans kreeg ik steeds beleefde afwijzingen. En waar dat mee te maken heeft?'



maart '26

Nu springt mijn correcter-vriend in.

‘Ik denk, Doos, dat het te maken heeft met jouw schrijfstijl. Jij bent een uitstekende verteller en de manier waarop je jouw plezier in schrijven combineert met je passie voor geschiedenis is een prima basis.’

‘Maar ...’, val ik hem in de rede. Beide vrienden lachen.

‘Maar je bent iets te veel een leraar, ook als je schrijft. Je kunt het niet laten overal uitleg te geven. Op zich kan dat geen kwaad, maar de mate waarin jij dat doet, haalt de vaart uit je roman. Lezers zitten daar soms niet op te wachten.’

‘Maar’, valt de schrijver-vriend in: ‘Ik moet wel toegeven dat het met elk boek minder wordt.’ Vanbinnen moet ik even lachen bij de gedachte dat ik weer op het punt sta iets uit te leggen. Maar ik doe het toch. Ik wijs op de boekenkasten in de kamer.

‘Ongeveer de helft van die boeken hier is een historische roman. Ik lees ze niet alleen heel graag, ik schrijf ze ook heel graag. Al die romans kan ik onderverdelen in twee groepen: romans die een stuk geschiedenis willen vertellen door te beschrijven wat er allemaal gebeurt én romans die niet de nadruk leggen op wat er gebeurt, maar op hoe de mensen die tijd “beleven”. Ik hoor overduidelijk tot de eerste categorie.’ Er valt een stilte. Die ge-



bruik ik om de risotto paradiso te bereiden. Risotto met room langzaam garen, vanillemerg en wat suiker toevoegen en blijven roeren. Als de risotto beetgaar is, schep ik een paar lepels risotto in een kommetje, doe daar een

bolletje vanille-ijs op en besprenkel het geheel met wat sterke espresso. Gezien de vaart waarmee de paradiso verorberd wordt, valt ook het toetje zeer in de smaak.

De schrijver-vriend veegt zijn mond af met zijn servet en gaat verder: ‘Toch moet je jezelf niet tekortdoen. Begrijp me goed, ik denk dat je gelijk hebt met de typering van jouw manier van schrijven, maar hoe verklaar je dan de manier waarop jij de erotische scènes beschrijft. Die vind ik echt heel bijzonder. Ook

al in je vorige romans: zo intens, inlevend ... zo vanuit een feminiene blik geschreven.' Helpt Carolien je soms daarbij?' Ik schiet nog net niet in de lach.'

'Nee, joh, waar zie je mij voor aan. Maar dank je voor je lovende woorden', zeg ik, 'ik weet ook niet goed ik dat doe.'

Zoals jullie weten, schrijf ik altijd in Toscane en iedere ochtend ga ik eerst een stuk lopen. Dan denk ik na over hoe verder met mijn verhaal. En jullie moeten van mij aannemen ... ik heb nog nooit zo'n erotische passage gepland. Die ontstaan gewoon onder het schrijven: vloeien als het ware uit mijn spreekwoordelijke pen.'

'Misschien is het dan een goed idee om wat meer niet alles van tevoren te plannen?'

'Nee', zegt mijn corrector-vriend. 'Dat plannen is juist zijn kracht. Ik vind die enorme berg research die Doos doet juist indrukwekkend.' Ik knik. 'Eerst ben ik maanden bezig met research; dat vind ik heerlijk. En dan pas begint het creatieve proces: bedenk ik verhaallijnen, verzin ik personages en situaties.'

'Misschien zou je dat creatieve proces wat moeten intensiveren; wat langer stilstaan bij de personen, hun gedachten en gevoelens bij wat ze meemaken en bij wat hen te wachten staat,'

'Ik weet het niet', verzucht ik. 'Ik schrijf zoals ik ben. Dat wil ik eigenlijk helemaal niet veranderen. Ik wil ook absoluut geen schrijverscursussen volgen of zoiets.'

Ik heb het al eens eerder gezegd, ook al zouden mijn romans niet uitgegeven worden, dan zou ik toch nog doorgaan met schrijven. En waarom? Gewoon omdat ik schrijven zo leuk vind.' Ik hef het glas: 'Heren, proost!'

*Doosje*

Do en Co : HEBBEN EEN BREEK-DAG





## Recept voor april

### Zalmballetjes in garnalen saus

(Canederli di salmone con crema di gamberi)

4p



#### Ingrediënten voor de saus

200 gr	granalen
100 ml	room
50 gr	bloem
750 ml	groentebouillon
1 glas	droge witte wijn
1	eidooier
1	sjalot
1	takje thijm
	olijfolie
	peper en zout, vers

#### Ingrediënten voor de zalmballetjes

600 gr	zalmfilet
45 gr	wit brood zonder korst
2 EL	bloem
1 EL	boter
	takjes dille
1 lepel	kaneel
	peper en zout, vers

#### Bereiding

Maak de garnalen schoon, pel ze, verwijder het darmkanaal. Houdt de kop en de schaal apart. Snijd het sjalotje fijn. Braadt de sjalot in wat warme olie tot hij glazig is; doe er de thijm bij, en de koppen en strooi er de bloem over. Leng het aan met de wijn en de bouillon, doe er wat zout bij en laat dit mengsel 25 minuten sudderen. Plet de garnalenkoppen met een lepel, zodat alle smaken vrijkomen. Haal ze er vervolgens uit. Doe de schalen en 8 garnalen erbij en laat even mee sudderen. Doe dan het mengsel in een geschikte pan om het met een staafmixer tot een creme te mixen.

Doe voor de balletjes het brood en de in stukken gesneden zalm in de mixer. Doe er peper en zout en wat dille bij, kaneel en de bloem. Maak van het mengsel balletjes zo groot als een noot en rol ze door de bloem.

Nu is het tijd op de saus af te maken. Vermeng de eidooier met de room, peper en zout, en voeg het toe aan de sudderende saus..

Bak de garnalen in een aparte pan in wat boter

Breng een pan water aan de kook. Doe daar de balletjes in tot ze gaar boven komen drijven. Serveer de balletjes in de saus en garneer met wat dille.

Smakelijk eten !!!

## Algemene



### informatie!

**Algemene  
Senioren Vereniging  
Oss / Maasland**



**alzheimer  
nederland**



## Rijbewijskeuring

Regelmatig wordt in "de Hille" in Oss een rijbewijskeuring gehouden. U kunt zich hiervoor aanmelden bij "de Hille".

Maak een afspraak via het landelijk afsprakenbureau van Regelzorg telefoon: 0118 724999.

Zelf een afspraak plannen kan via de website [www.regelzorg.nl](http://www.regelzorg.nl)

Meenemen naar de keuring: Eigen Verklaring, medicijnenlijstje, klein beetje urine, bril of contactlenzen en het huidige rijbewijs.

### In het Alzheimer café

**Ma 13 april 19.00u**

Wijkhuis De Haard

**"Veranderend gedrag"**

**CinePlus: 14.00u**

**do 2 april**

**"PAAZ"**

**do 16 april**

**"Is this thing on?"**

## Adressen ASVOss / Maasland

### Bestuur

<b>Voorzitter</b> Dhr. Bart Molenkamp 0412 853793 <a href="mailto:bart.molenkamp@kpnmail.nl">bart.molenkamp@kpnmail.nl</a>	<b>Bestuurslid</b> Dhr. A.J.M. Wildenburg (Aad), 0412 633372; <a href="mailto:aad.wildenburg@kpnplanet.nl">aad.wildenburg@kpnplanet.nl</a>
<b>Secretaris</b> Mevr. I. Verheul-Hennekens (Irma))  <a href="mailto:irma.verheul50@gmail.com">irma.verheul50@gmail.com</a>	<b>Penningmeester/Ledenadministratie</b> Dhr. J.K. Groot (Jaap) 0412 624726, <a href="mailto:j.k.groot@hccnet.nl">j.k.groot@hccnet.nl</a> Geef al uw wijzigingen, dus ook persoonlijke, door aan de ledenadministratie.  <b>Bankrekening</b> IBAN: NL66 RBRB 0928 9248 74 t.n.v. ASVOss, Maasland
<b>PR &amp; communicatie</b> Dhr. R. Akkermans (Rein) 06-30395477 <a href="mailto:akkermansrein@gmail.com">akkermansrein@gmail.com</a>	<b>Bestuurslid activiteiten</b> Mevr. J. Ebben (José) 06-14638567 <a href="mailto:ebbenjose@gmail.com">ebbenjose@gmail.com</a>
<b>Coördinator Lief en Leed</b> Mevr. Wildenburg-Saalbrink (Cilian)  0412 633372; <a href="mailto:aad.wildenburg@kpnplanet.nl">aad.wildenburg@kpnplanet.nl</a>	<b>Webmaster</b> Dhr. Wim Essenberg Web: <a href="http://asvossmasland.nl">asvossmasland.nl</a> Mail: <a href="mailto:akkermansrein@gmail.com">akkermansrein@gmail.com</a>

# 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](http://www.smitsorthopedie.nl)

Oude Molenstraat 38  
5342 GC Oss  
T.0412 - 624 598  
[smitsorthopedie@hotmail.com](mailto:smitsorthopedie@hotmail.com)  
[www.smitsorthopedie.nl](http://www.smitsorthopedie.nl)





Kom in het Golfbad genieten van het lesaanbod of recreatief zwemmen. Voor meer informatie: [www.golfbad.nl](http://www.golfbad.nl)

