

Senior.



Tien keer per jaar 'Senior'

Het katern Senior is volledig vernieuwd. Voortaan vind je tien keer per jaar het Senior katern in jouw huis-aan-huis-krant. In deze nieuwe editie draait alles om senioren, met interessante verhalen, boeiende vaste rubrieken, handige informatie en een beetje humor.

Wat leuk dat je de vernieuwde editie van onze krant voor senioren leest! We zijn erg trots op deze frisse versie die nu tien keer per jaar bij je op de mat valt.

De moeder van

In het vernieuwde Senior-katern vind je in iedere editie verschillende vaste rubrieken. Eén van die rubrieken is een interview met de moeder van een bekende Nederlander. Van acteur tot topsporter. In deze eerste vernieuwde editie van het Senior-katern gaan we in gesprek met Elly Clement, moeder van oud profwielrenner en

wielercomentator Stef Clement. Want wat als jouw kind uitblinkt in een sport? Wat is de impact op jouw leven? En hoe ga je om met alle meningen die off- en online gegeven worden? Elly Clement weet er alles van.

De vakman vertelt

Ook hebben we de nieuwe rubriek 'De vakman vertelt', waar experts hun kennis delen over tuinieren, koken, technologie en meer. Zo krijg je waardevolle inzichten en handige tips van mensen die weten waar ze het over hebben.

Nuttige weetjes en informatie

In ons katern vind je verder natuurlijk een schat aan handige tips en boeiende weetjes die speciaal zijn afgestemd op het thema senior. Of je nu op zoek bent naar advies over gezond ouder worden, slimme trucjes om actief te blijven, of gewoon wat inspiratie voor leuke activiteiten in je vrije tijd, je vindt het allemaal in ons katern. Van praktische adviezen over gezondheid tot leuke ideeën voor dagjes uit, ons katern staat boordevol informatie om je te helpen het maximale uit je seniorjaren te halen. Dus neem een momentje voor jezelf, blader

door onze bijlage en laat je verrassen door de vele nuttige tips en interessante weetjes die we speciaal voor jou hebben verzameld

Verder vind je in deze bijlage ook grappige 'heb ik datjes'. Het leven is te kort om niet te genieten van de kleine dingen en om te lachen om herkenbare situaties. Veel leesplezier gewenst!



55 plussers: sterker door ZilverFitness Het hele lesuur een gediplomeerde vaste coach

ZilverFitness heeft 28 locaties in Nederland met een sportprogramma speciaal voor 55 plussers; met ervaren vaste coaches en kleine groepen, maar zonder contract waar je lang aan vast zit. De functionele trainingen worden afgestemd op de individuele deelnemers en bevatten naast conditieverbetering ook bot- en spierversterkende oefeningen.

Beweging en krachttraining verbetert het afweersysteem

Volgens neurowetenschapper Erik Scherder houdt beweging en krachttraining je afweersysteem op peil. Ook de Gezondheidsraad adviseert om minimaal tweemaal per week bot- en spierversterkende oefeningen te doen.

Gratis startbijeenkomst met uitleg en proefles

De leeftijd van de deelnemers ligt tussen de eind vijftig en eind zeventig. De ZilverFitness lessen zijn voornamelijk op ma/di/do/vr om 10.00 uur of 11.00 uur. Kijk op www.zilverfitness.nl voor het filmpje en schrijf je online in voor de gratis startbij-

eenkomst op dinsdag 21 mei of vrijdag 24 mei van 11.00 - 13.00 uur in Etten-Leur of op vrijdag 4 juni van 12.00 - 14.00 uur in Breda. Een proefles op een andere datum is ook mogelijk. Liever telefonisch? 030-752 35 48.

Adressen

Etten-Leur: Penningweg 9, 4879 AE. In de sportschool van Building You.
Breda: Terheijdenseweg 498, 4826 AB. In de sportschool van CrossFit Climbers Cabin.



De vakman vertelt

Janny: 'Door de goede begeleiding, grote variatie in oefeningen en de uitdaging met mezelf merkte ik binnen een aantal maanden al resultaat. Meer kracht en soepelheid bijvoorbeeld. Een echte aanrader!'

Mathijssen

Uitvaartverzorging



Een uniek leven verdient een uniek afscheid.

Het Afscheidshuis: **Hofdreef 22 | 4881 DR | Zundert**

Telefoon: **076 - 596 36 98**

E-mail: **info@mathijssenuitvaartverzorging.nl**



www.mathijssenuitvaartverzorging.nl

55 plussers: sterker door ZilverFitness

Het hele lesuur een gediplomeerde vaste coach

ZilverFitness is een sportprogramma speciaal voor 55 plussers. Begeleid door ervaren vaste coaches en in kleine groepen, maar zonder contract waar je lang aan vast zit. De functionele trainingen bevatten naast conditieverbetering ook bot- en spierversterkende oefeningen. ZilverFitness heeft 28 locaties in Nederland, waaronder Breda en Etten-Leur. Schrijf je via www.zilverfitness.nl in voor de gratis start-bijeenkomst op dinsdag 21 mei of vrijdag 24 mei van 11.00 - 13.00 uur in Etten-Leur of op vrijdag 4 juni van 12.00 - 14.00 uur in Breda.

SPIERMASSA NEEMT AF

Ben-Anne (57) van ZilverFitness vertelt: "Na je dertigste neemt de botdichtheid af en worden je spieren langzaam wat dunner. Elk jaar lever je een klein beetje spiermassa in. Naarmate je ouder wordt gaat dat sneller en op 70-jarige leeftijd is dat gemiddeld 3 procent per jaar. Tien

jaar achter elkaar zo'n afname betekent dat je ongeveer 25 procent van je totale spiermassa kwijtraakt. Logisch dat sommige zaken dan moeilijker gaan." Om juist die spiermassa te behouden, startte Ben-Anne 6 jaar geleden samen met zijn compagnon Malcolm (47) ZilverFitness.

BOT- EN SPIERVERSTERKENDE TRAINING

Volgens neurowetenschapper Erik Scherder houden beweging en krachttraining je afweersysteem op peil. Het houdt je lijf in conditie en verkleint het risico op ernstige gevolgen van o.a. corona. De kans op dementie lijkt af te nemen. Ook de Gezondheidsraad adviseert om minimaal tweemaal per week bot- en spierversterkende oefeningen te doen, naast 150 minuten per week bewegen.

TRAINEN IN KLEINE GROEPEN

Je traint in kleine groepen, altijd onder leiding van een gediplomeerde vaste coach gedurende het gehele lesuur. Ben-Anne: "Het is daarbij de bedoeling dat de oefeningen zwaar genoeg zijn en dat je je spieren gaat voelen. Dat is nodig om sterker te worden. De grootste uitdaging zit in de houdingspijnen. Dit zijn de niet zichtbare, diepgelegen spieren rondom het bekken en tegen de ruggengraat aan. Zij zorgen voor een stabiele romp. Deze spieren train je niet door een wandeling, maar juist met losse gewichten en het hele lichaam."

LEEFTIJD EN LESUREN

De leeftijd van de deelnemers ligt tussen de eind 50 en eind 70. De ZilverFitness lessen zijn momenteel op ma-di-do-vr om 10.00 of 11.00 uur en duren een uur. Naarmate meer mensen lid worden komen er uren bij.

GRATIS START-BIJEENKOMST MET UITLEG EN PROEFLES

Kijk op www.zilverfitness.nl voor het filmpje en schrijf je online in voor de start-bijeenkomst op **dinsdag 21 mei of vrijdag 24 mei in Etten-Leur of op vrijdag 7 juni in Breda**. Een gratis proefles op een andere datum kan ook.

Liever telefonisch contact?

Bel Ben-Anne op 030-752 35 48.

Penningweg 9, 4879 AE Etten-Leur. In de sportschool van Building You, op bedrijventerrein Vosdonk.
Terheijdenseweg 498, 4826 AB, Breda. In de sportschool van CrossFit Climbers Cabin, bij de schaatsbaan.





Computer-cursus volgen voor ouderen

Wil je graag de wereld van computers ontdekken? Een computercursus voor ouderen is dan echt iets voor jou. Ontdek hoe je een computer kunt gebruiken om je dagelijks leven leuker te maken. Van eenvoudige bediening tot internetgebruik, deze cursussen variëren in niveau en onderwerp. Leer e-mails sturen, videobellen en meer. Vraag ook eens hulp aan je kleinkind, zo kunnen jullie samen nieuwe dingen ontdekken. Veel gemeentes bieden betaalbare of zelfs gratis cursussen aan in bibliotheken of buurthuizen. Met een beetje kennis kun je dagelijks plezier beleven aan computeren. Vraag ook eens een student om hulp voor een cursus op maat. Je bent nooit te oud om iets nieuws te leren!

Dagelijkse geheugentraining

Ons brein heeft oefening nodig om optimaal te functioneren. Dagelijkse geheugentraining verbetert ons denkvermogen en vermindert het risico op aandoeningen zoals dementie en Alzheimer. Gezelschapsspellen zoals Memory, Scrabble en Rummikub zijn uitstekende manieren om ons geheugen actief te houden. Kruiswoordraadsels oplossen, zowel online als in boekvorm, is een andere effectieve oefening. Sommige apps bieden handige dagelijkse geheugenworkouts en het volgen van cursussen, vooral het leren van een nieuwe taal, is eveneens een manier om ons geheugen scherp te houden. Door consistent te trainen, investeer je in een scherp geheugen voor de lange termijn.



Vrijwilligerswerk; een betekenisvolle stap

Vrijwilligerswerk biedt een prachtige kans om iets terug te geven aan de samenleving en tegelijkertijd waardevolle ervaringen op te doen. Als senior kun je hierbij een bijzonder verschil maken. Het delen van je vaardigheden en levenservaring, het ontmoeten van nieuwe mensen en het hebben van een positieve impact op de gemeenschap zijn slechts enkele voordelen. Het biedt niet alleen een betekenisvolle bezigheid na pensionering, maar bevordert ook sociale interactie en verbetert de gezondheid, zowel fysiek als mentaal. Hoe begin je eraan? Identificeer eerst je interesses en passies. Wat vind je leuk om te doen? Waar ben je gepassioneerd over? Vervolgens kun je organisaties onderzoeken die vrijwilligerswerk aanbieden dat bij je past. Neem contact op en bied je hulp aan op je eigen tempo. Of je nu jongeren begeleidt, ouderenzorg biedt, je inzet voor natuurbehoud of betrokken raakt bij kunst en cultuur, vrijwilligerswerk als senior is een kans om betekenis te geven aan je pensioenjaren en tegelijkertijd de samenleving te dienen. Dus waar wacht je nog op? Ga ervoor en ontdek hoe jij het verschil kunt maken. Het is nooit te laat om te beginnen!

Veiligheidstips voor een valvrije badkamer

Een val in de badkamer kan ernstige gevolgen hebben. Gelukkig zijn er diverse veiligheidsaanpassingen die kunnen helpen om dit te voorkomen. Hier zijn enkele aanpassingen die je badkamer veiliger kunnen maken:

Antislipmatten en Tegels: Verminder het risico op uitglijden door antislipmatten of tegels te gebruiken op de vloer van je badkamer.

Handgrepen en Beugels: Installeer stevige handgrepen en beugels bij de douche en het toilet voor extra ondersteuning bij staan en zitten.

Inloofdouches: Vervang een traditionele badkuip door een inloofdouche met een lage instap voor gemakkelijke toegang.

Verhoogd Toilet: Maak het opstaan en gaan zitten gemakkelijker door een verhoogd toilet te installeren.

Adequate Verlichting: Zorg voor goede verlichting om obstakels zichtbaar te maken en het risico op struikelen te verminderen.

Wegklapbare Douchezitjes: Voor comfort en stabiliteit tijdens het douchen, installeer wegklapbare douchezitjes.

Antislipcoating voor Badkuipen: Maak een traditionele badkuip veiliger door een antislipcoating aan te brengen.

Temperatuurregelaars voor Water: Voorkom verbranding door het instellen van temperatuurregelaars voor het douchewater.

Ruimte voor Bewegingsvrijheid: Zorg voor voldoende ruimte in de badkamer om het risico op struikelen te verminderen.

Regelmatig Onderhoud: Controleer regelmatig of alle veiligheidsvoorzieningen goed functioneren en vervang versleten materialen op tijd.



Seniorendating

Naarmate we ouder worden, wordt het steeds uitdagender om nieuwe mensen te ontmoeten en liefde te vinden. Dit geldt voor zowel alleenstaande 50-plussers als senioren die hun partner hebben verloren. De afname van sociale contacten wordt vaak pas echt opgemerkt tijdens zulke momenten.



Gelukkig bieden datingsites voor senioren een oplossing. Ze laten ouderen op hun eigen tempo mensen met gelijke interesses ontmoeten, zonder de druk om meteen een relatie te beginnen. Het doel is niet alleen romantiek, maar ook het uitbreiden van waardevolle sociale kringen op latere leeftijd. Online daten is niet alleen populair onder senioren vanwege het succes ervan, maar ook omdat ze vaak precies weten wat ze zoeken en wat ze te bieden hebben.

Veilig autorijden

Autorijden kan een bron van vrijheid zijn, maar naarmate we ouder worden, kunnen er uitdagingen ontstaan die de veiligheid op de weg in gevaar brengen. Tips om veilig te blijven rijden:

- Regelmatige gezondheidscontroles zijn essentieel om eventuele medische problemen vroegtijdig op te sporen en aan te pakken.
- Blijf uw rijvaardigheid oefenen door deel te nemen aan verkeerscursussen voor senioren of defensief rijden.
- Pas uw rijgedrag aan naarmate uw reactietijden vertragen en vermijd rijden op momenten waarop u zich niet comfortabel voelt.
- Maak gebruik van moderne rijkhulpsystemen in auto's om de veiligheid te verbeteren.
- Wees eerlijk tegenover uzelf en overweeg te stoppen met rijden als uw gezondheid of rijvaardigheid achteruitgaat.



DE MOEDER VAN oud-wielrenner Stef Clement



Elly Clement is de moeder van voormalig professioneel wielrenner Stef Clement. Elly is een echte Bredase. Ze is geboren en getogen in de binnenstad en woont nu samen met haar man Walter in de Haagse Beemden op steenworp afstand van waar ze opgroeide. Naast zoon Stef (42) heeft het stel ook dochter Floortje (44).

DOOR HANNEKE MARCELIS

Hoe was Stef als klein jongetje? Dacht u toen al: Hij zou weleens de topsport in kunnen gaan?

Welnee, zeker niet. We hebben hem ook nooit de kant van het wielrennen opgeduwd. Wij vonden het belangrijk dat de kinderen er zelf achter kwamen wat ze graag wilden doen. Stef heeft van alles gedaan. Atletiek, voetbal, muziek. Noem het maar op. Maar liefde voor fietsen zat er al vroeg in. Dan ging hij als klein jongetje met z'n loopfietsje en een

emmer op zijn hoofd door de kamer. En toen hij zeven jaar was, wilde hij een fiets met zeven versnellingen. Nou, die kreeg hij niet hoor. Een kind met een fiets met zeven versnellingen. Dat is nergens voor nodig.

Dat fietsen echt zijn ding zou gaan worden, werd voor ons duidelijk op een van onze vakanties in Oostenrijk. Toen ging hij mee trainen met de zoon, skischansspringer, van de eigenaren van de lokale skischool. Daar ging hij: met de mountainbike de berg op.



Elly Clement

Toen we terug thuis kwamen, is hij met een bijbaantje meteen gaan sparen voor zijn eerste mountainbike. Hij was toen een jaar of 13.

Een mountainbike dus. Geen wielrenfiets?

Klopt, een mountainbike was natuurlijk stoer. Maar via via kwam hij al snel in contact met de wielervereniging Breda. Zij vroegen of hij eens mee wilde komen doen. Hij mocht toen een fiets lenen, en ging een paar keer mee trainen. Dat beviel zo goed, dat hij lid werd van de wielervereniging. Omdat in Breda niet alle categorieën reden, stapte hij over naar een grotere vereniging. Vanaf dat moment ging het snel en ging hij ook wedstrijden fietsen.

Wilde u graag dat hij prof zou worden?

Nee, zeker niet. Ik hield sowieso niet van wielrennen. Ik zag er veel te veel gevaar in. En daarnaast hebben mijn man en ik studie altijd heel belangrijk gevonden. Dat zijn we ook altijd blijven benadrukken tegen Stef. Hij heeft zijn middelbare

schooltijd aan het OLV gedaan, en is daarna naar Tilburg gegaan voor een studie Duits. Daar heeft hij op één werkstuk na al zijn punten gehaald. Ik zag Stef graag focussen op zijn studie en daarmee verder gaan. Maar ik zag tegelijkertijd ook zijn passie voor het wielrennen. Als je dan ziet dat je kind talent heeft en niets liever wil dan verder gaan in de sport, dan kun je als moeder niet anders dan dat ondersteunen.

Hoe groot was de impact van zijn sportcarrière op uw leven?

Die was groot. Stef nam het heel serieus, dus wij ook. We ondersteunden hem waar we konden. Financieel, maar vooral ook door er veel tijd in te steken. Ik kookte de maaltijden die Stef nodig had.

En we gingen met hem mee naar alle wedstrijden. Dan reden we honderden kilometers. Want wij wilden niet dat Stef zelf zou rijden. Honderden kilometers in de auto zitten, een wedstrijd fietsen, misschien wel vallen en dan weer terug moeten rijden? Dat is onverantwoord. Het betekende dat iedere zaterdag

Over Stef Clement

Stef Clement was 17 jaar lang professioneel wielrenner. Hij werd onder andere meerdere malen Nederlands Kampioen tijdrijden bij zowel de beloften als de profs en derde op het WK tijdrijden. Hij won etappes in onder andere de Ronde van Beieren, de Dauphiné en de Ronde van Catalonië en reed 18 grote rondes waaronder meerdere malen de Tour de France. Tegenwoordig is Clement op radio en tv te horen en te zien als analist en wielercomentator bij de NOS.

en zondag in het teken stond van de wedstrijden van Stef. Dat heeft ons vriendschappen gekost. Dat is een feit. Maar die weekenden waren ook gezellig. En het heeft ons ook nieuwe vriendschappen opgeleverd. Zo is het leven.

“
‘Je kind op het podium zien staan terwijl ze het Wilhelmus voor hem draaien is echt enorm bijzonder’

U ging altijd mee naar de wedstrijden. Maar u stond niet vaak langs de lijn?

Dat klopt. Ik ging vaak gewoon een stuk wandelen in de buurt met de hond. Ik kon de spanning van die wedstrijden niet aan. Ik was veel te bang dat er iets zou gebeuren. Daarin ben ik anders dan mijn man. Hij volgde de wedstrijd altijd op de voet. Ik niet. Die spanning van de wedstrijden, die mis ik niet. En dan heb ik het niet over het resultaat, maar over het gevaar. Ik ben 17 jaar lang iedere wedstrijd bang geweest dat hij ernstig zou vallen. Die angst voel je door heel je lijf.



Ik weet nog goed dat we in België waren bij een wedstrijd toen Stef pas 15 was. Dat was rondom zijn examens. Op een gegeven moment werd omgeroepen dat de familie van Stef Clement zich moest melden bij de EHBO. Nou, dan weet je het al. De verwondingen van wielrenners, dat is niet normaal. Als moeder weet je wel hoe je een pleister moet plakken op een knie. Maar bij Stef lagen er hele lappen vel af na zo'n val. Je schrikt je kapot.

Wat was voor u het mooiste moment uit zijn carrière?

Dat hij Nederlands Kampioen tijdrijden werd bij de beloften. Dat was in 2002. Hij was toen zelf helemaal beduusd. Je kind op het podium zien staan terwijl ze het Wilhelmus voor hem draaien is echt enorm bijzonder.

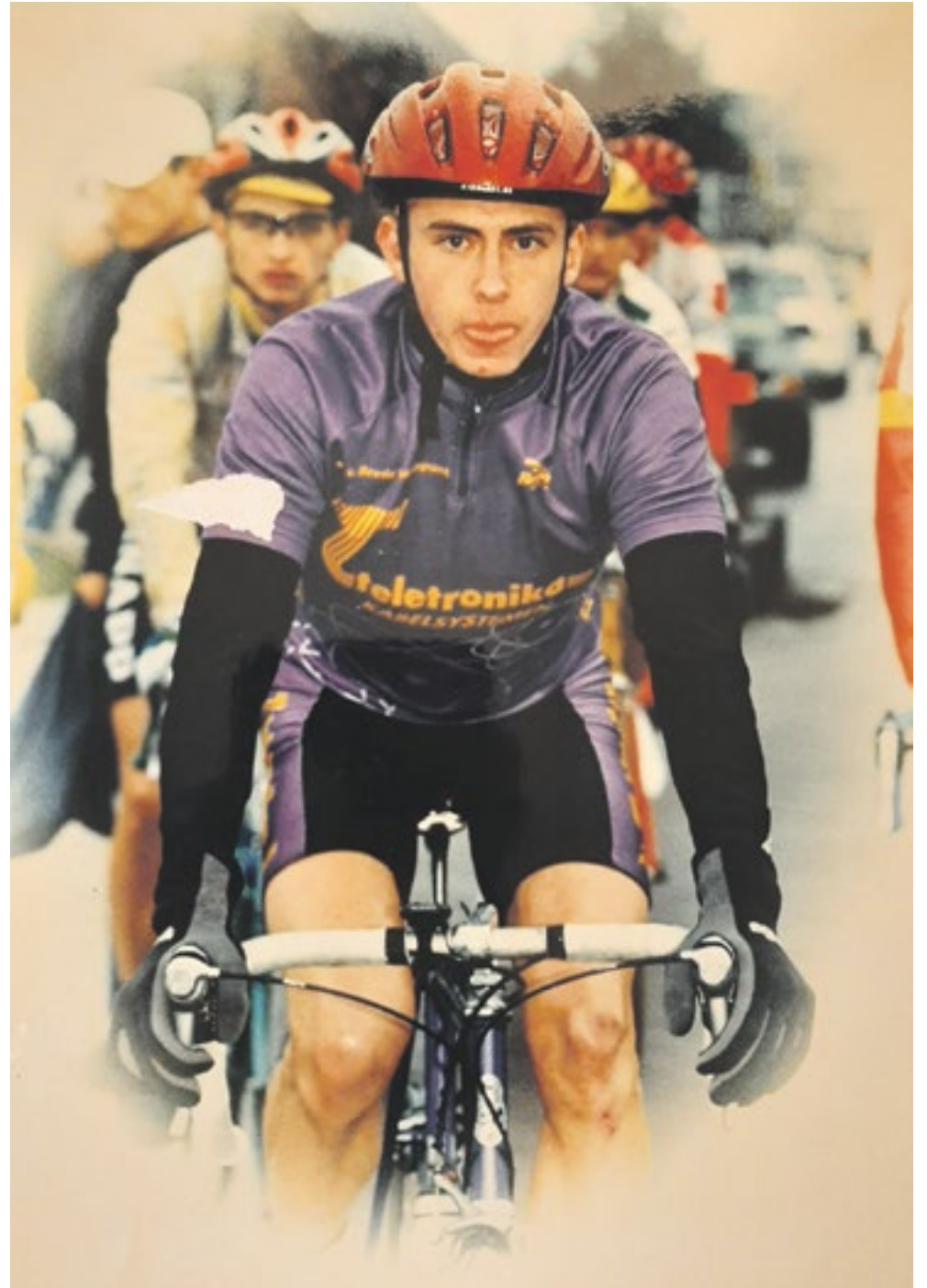
Na zijn profcarrière heeft Stef een carrière gemaakt als commentator. Wat vindt u van die keuze?

Het past heel goed bij Stef. Hij praat niemand na. Hij heeft een eigen mening en die kan hij onderbouwen. Dat doet hij ontzettend goed. We blijven er niet voor thuis als hij commentator is bij een wedstrijd, maar we nemen het wel op. We luisteren altijd alles terug. Ik ben heel trots op hoe hij dat doet.

Wie BN'er is, krijgt ook onvermijdelijk te maken met negatieve reacties. Hoe gaat u daarmee om?

Ik kan ontzettend boos worden van wat er online wordt geschreven over Stef. Je wil niet weten wat voor slijk hij over zich heen krijgt. Recentelijk kreeg Stef op TV de vraag of hij de wedstrijd Parijs-Roubaix nog wel spannend vond aangezien Van der Poel zo ver voorop had gereden. Hij gaf toen eerlijk toe dat het geen spannende wedstrijd was. Geen gekke stelling, zou je zeggen. Wat hij toen online over zich heen kreeg was bizar. De woorden die mensen gebruiken. Ja, daar word ik echt boos van.

“
‘De liefde voor fietsen zat er al vroeg in. Dan ging hij als klein jongetje met z'n loopfietsje en een emmer op zijn hoofd door de kamer’



Gelukkig komen we dat in het dagelijks leven niet tegen. Mensen die we spreken zijn altijd heel enthousiast en geïnteresseerd. Wanneer ik bijvoorbeeld bij de bakker sta, dan vragen mensen toch vooral aan mij: 'Hoe is het met Stef?'

En als Stef erbij is, dan gebeurt het ook nog steeds dat mensen met hem op de foto willen. Dan denk ik weleens: 'Wat moet je met zo'n foto', haha. Maar het hoort erbij. We zijn het gewend.



Stef op vakantie in Oostenrijk

Laat een tastbare gedachtenis na met het Leefschrift van Zuylen

Stel, je zou morgen overlijden, wat zou je dan vandaag willen opschrijven over jouw leven? Schrijf je op welke lessen je hebt geleerd? Welke ervaringen je graag wil delen? Of deel je jouw belangrijkste herinneringen? Iets tastbaars achterlaten is voor je dierbaren een groot cadeau. Het Leefschrift van Zuylen Uitvaartverzorging is precies dat.

Het Leefschrift is niet zomaar een schrift, het is een bijzonder document. Het is jouw creatie, jouw viering van het leven. Het is een werk dat je naasten erbij kunnen pakken op momenten dat ze het moeilijk hebben met jouw overlijden. Op momenten dat ze willen stilstaan bij jouw leven. Het geeft al hun fijne herinneringen aan jou en je leven extra diepgang.

Daad van zorg

Je kunt het schrijven aan je bureau waar je in alle rust je leven overdenkt en precies dat in het schrift noteert dat je graag kwijt wil. Je kunt er ook in aangeven hoe je zou willen dat je uitvaart eruitziet. Op die manier is het Leefschrift ook een daad van zorg voor jezelf en voor degenen die je achterlaat.

En dat is misschien wel belangrijker dan je denkt. Nabestaanden geven nog vaak aan dat ze geen idee hebben hoe ze de uitvaart van hun geliefde moeten aanpakken. Hoe de overledene het zélf zou willen. Oftewel: hoe jij het zou willen. Dankzij het Leefschrift weet je familie na jouw overlijden precies hoe jouw ideale uitvaart eruitziet. Zo weten zij hoe ze jou de uitvaart kunnen geven die je wenst.

Waardevol document

Benieuwd naar het Leefschrift? Laat je adres achter op onze website via zuylen.nl/leefschrift en we sturen het kosteloos naar je op. Zo kun je in alle rust bekijken wat het Leefschrift precies inhoudt. En kun je ontdekken hoe waardevol dit document kan zijn voor je geliefden.



Onze uitvaartverzorgers staan je graag bij

We kunnen ons voorstellen dat je nog vragen hebt over het Leefschrift, of je afscheid, of allebei. Schroom niet om contact met ons op te nemen. Onze uitvaartverzorgers beantwoorden graag al je vragen. Je kunt ook bij ze terecht als je graag een voorgesprek wil om de mogelijkheden bij Zuylen Uitvaartverzorging te verkennen.

Misschien wil je graag een rondleiding bij Zuylen Uitvaartverzorging? Laat het ons weten en we zorgen ervoor dat je een kijkje kunt nemen in onze afscheidskamers en eventueel het mortuarium. Heb je een andere locatie in gedachten, zoals je uitvaart op een kasteel of in een café? Er is heel veel mogelijk. Onze uitvaartverzorgers informeren je graag.

Bel vrijblijvend naar 076 521 94 53 of bezoek zuylen.nl

‘Wij staan altijd voor u klaar.’

Tom, Els, Conny, Heidi, Gert en Hella van DELA



Ons ervaren team helpt u graag om het afscheid altijd persoonlijk en bijzonder te maken. Voor leden en ieder ander. Ga voor informatie naar dela.nl/breda of bel **076 205 01 61** voor een persoonlijk gesprek.

DELA
voor elkaar

Senior

BQDe

Senior

De volgende **SENIOR met thema 'reizen en vrije tijd'** verschijnt 19 juni 2024. Adverteren in deze of in één van onze andere bijlagen? advertentie@uitgeverijdebode.nl



DIVERSE KORTINGEN BIJ MEUBELIS



20%

30%

40%

Meubelis

GEMAAKT VOOR U

Vraag gratis proefzit aan huis aan!

KOM LANGS EN VIND JOUW PERFECTE RELAXSTOEL VANDAAG NOG!



Keuze uit 150 modellen

Meer dan 500 stof, leder- en kleurencombinaties

Persoonlijk advies op maat

Tot wel 5 jaar garantie

Servicedekking Nederland en België

2^E PINKSTERDAG OPEN

Bezoek onze showroom:

Lagestraat 8
4891 CD Rijsbergen

+31 (0)76 201 49 19

info@meubelis.nl

meubelis.nl



Actie niet geldig op basismodellen, modellen Nancy en Valencia.

Acties niet cumuleerbaar.

De Enquêteur

Gisteravond, precies tijdens het avondeten, ging de telefoon. Een enthousiaste jongeman aan de lijn: "Goedenavond, spreek ik met de heer des huizes?" Ik, lichtelijk geïrriteerd door de onderbreking: "Hangt ervan af wie het vraagt." Hij: "Ik bel namens een onderzoeksbureau. Heeft u een momentje?" Zonder na te denken antwoordde ik: "Alleen als u mee-eet, de aardappelen worden koud." Na een korte stilte begon hij te lachen. "Ik wou dat ik kon, meneer. Maar hoe zit het dan met mijn vragenlijst?" Ik: "Stuur maar op, ik vul hem in tussen de gangen door." Het was de eerste keer dat een enquêteur afscheid nam met: "Eet smakelijk!"

meneer Janssens,
Roosendaal

Kinderlogica

Mijn kleindochter van vier was op bezoek. Terwijl we een wandeling maakten door het park, vroeg ze plots: "Opa, waarom hebben bomen blaadjes?" Ik probeerde het haar uit te leggen in termen van fotosynthese, maar ze onderbrak me met een ernstige blik. "Nee, opa, zodat ze kunnen zwaaien naar de vogels!" Kinderlogica op zijn best.

Opa Hendriks,
Oudenbosch

Vergeten

Mijn kleinzoon van zes was op bezoek en had een goed idee. "Oma, laten we Memory spelen!" riep hij enthousiast, zijn ogen groot van opwinding. Ik glimlachte en knikte. "Natuurlijk, schat, dat klinkt als een leuk plan!" Terwijl ik opstond om het spel uit de kast te halen, werd hij afgeleid door de poes die binnenkwam met een luide miauw. Vervolgens vond hij een half afgemaakte puzzel op tafel en was hij opeens druk bezig met het plaatsen van stukjes. Toen ik met het Memory-spel terugkeerde, keek hij verbaasd op. "huh, oma wat doe je nu?" "We zouden Memory spelen, weet je nog?" antwoordde ik. "O ja, dat ben ik vergeten!" lachte hij, Nog niks mis met mijn geheugen dacht ik!

Mevr. Reinders, Goes

WhatsApp Verwarring

Laatst probeerde ik mijn oma uit te leggen hoe WhatsApp werkt, zodat ze met de hele familie in contact kan blijven. "Het is net als sms'en, maar dan via het internet," zei ik, vol goede moed. Ze knikte bedachtzaam. Een paar dagen later kreeg ik een bericht van oma: "Lieve Ellen, ik heb zojuist 'geappt' naar de groenteboer dat ik de aardappelen morgen kom halen. Maar hij zegt dat hij niets heeft ontvangen. Werkt dit WhatsApp wel goed?" Ik belde haar op, lichtelijk verward. "Oma, heb je het nummer van de groenteboer in je telefoon?" vroeg ik. "Nee, lieverd, ik heb het bericht in de groepsapp met de familie gezet. Ik dacht dat WhatsApp het wel naar de juiste persoon zou sturen." Sindsdien noemen we de familie-app liefkozend 'de groenteboer'.

Ellen,
Middelburg

Treinvertraging

Op weg naar een belangrijke vergadering bleek mijn trein weer eens vertraagd. Naast mij zuchtte een dame van middelbare leeftijd terwijl ze haar telefoon checkte. "Altijd hetzelfde liedje met die NS," mopperde ze. Ik knikte begripvol, maar dacht aan de onverwachte rust die deze vertraging mij bood. Toen de trein eindelijk arriveerde, zochten we samen een zitplaats. "Tijd is relatief," zei ze plots, mij een glimlach schenkend. Einstein in de spits.

Mr. Van het Hoff,
Breda



Heb jij ook een hebikdatje?

Mail deze in maximaal 120 woorden naar: hebikdatje@uitgeverijdebode.nl