

BASBLAD

BREDE ALGEMENE SENIORENVERENIGING



COLOFON

Het BasBlad is de twee-maandelijke uitgave van BasBEL, de Brede algemene seniorenvereniging voor Blaricum, Eemnes en Laren.

Doelstelling

BasBEL behartigt belangen van actieve 55-plussers.

Er zijn uitstapjes en etentjes, gratis hulp met het invullen van belastingaangiften, bijeenkomsten over problemen met het vinden van geschikte woningen, info over de WMO en nog veel meer. Via de website (www.basbel.nl) wordt actuele informatie verschaft.

Bestuur

Jan Sanders	voorzitter	06-15074933
Ellen de Valk	secretaris	06-41519803
René Diesveld	penning meester	06-20410453
Bram Turkenburg	bestuurslid	06-46202631
Elly Kramer	bestuurslid	06-17166468
Enno Douma	bestuurslid	06-36082629

Ledenadministratie

Joke Assinck	ledenadministratie	035-5314045
--------------	--------------------	-------------

BasBlad

Ellen de Valk	redactie	06-41519803
Nico Groenewoud	techniek	06-15388890
DITISDRUKWERK	drukkerij	035-5380221
Saskia de Wit	distributie	035-5319161

Aanleveren copij

Redactie BasBlad	Patrijzenhof 80, 3755 ET Eemnes
Per mail:	redactie@basbel.nl

Website: basbel.nl

De meeste berichten vindt u op de regelmatig geactualiseerde site www.basbel.nl	
redactie site:	redactie@basbel.nl
webmaster:	Herman Zoetman

Foto voorzijde: Blaricum, monument voor de gevallenen, gemaakt januari 2017 door **Johannes Anton Rådecker**, (Amsterdam, 5 sept 1885 – 12 jan 1956), bekend om zijn bijdrage aan het Nationaal Monument op de Dam in Amsterdam

Copyright

Van de artikelen met naam berusten de rechten bij de auteurs. Informatie kan worden overgenomen, onder vermelding van de bron (BasBlad, met jaar en nummer).

INHOUD

Colofon	2
Woordje vooraf	4
Nieuwe leden	7
Paaslunch druk bezocht	7
Naar Naarden	8
Gezellig chinezen	9
Nieuwe manier van aanmelden voor activiteiten (uitjes, diners etc.)	9
Busreis naar Den Bosch	10
Borre-vaartocht langs de kastelen van de Vecht	10
Veel animo bezoek Papageno	12
Knarrenhof in BEL-gebied	13
Wat betekenen 5G, 4G en 3G?	15
Hoe kunt u vijf blijven?	16
TER GOOI verhuist	20
Mei	21
Het 'WONDERHUIS' en het 'WONDERVROUWTJE'.	22
Tussen oude papieren	24
13 vragen over op het station inchecken met bankpas of creditkaart	25
Recept aspergesoep	27
Kipsalon	28
Filippine	29
Activiteitenkalender	30
Marian kookt voor u	32
Lid worden van de BasBEL?	33
Handige adressen en telefoonnummers	35

Onze adverteerders:

De Biezem	Zwembad	Laren
Van Der Sluis	Notaris	Eemnes
Elly Kramer	Uitvaartbegeleiding	Eemnes
DKS (Dennis Koekoek)	Schilderwerk	Eemnes
Lekker Gezond	Groenten + Fruit	Eemnes
Primera	Boekhandel	Eemnes
Welkoop	Tuin & Dier	Eemnes
Albert Heijn	Supermarkt	Blaricum
Oogwereld Turnhout	Opticien	Laren
Hairstyling + Nailstudio Marjan	Haar & Nagels	Laren
Blaercom	Versa welzijn	Blaricum
Marjan kookt voor u	Maaltijd service	Eemnes

Onze sponsors: Van Wulfenfonds en St. Vrienden van het Ouderenwerk B.E.L.

WOORDJE VOORAF



Wat je van
v r haalt is
lekker. Je hebt
Amsterdammers
die eerder in
het Louvre

waren dan in het
Rijksmuseum. Ik kan het weten, want
ooit was ik er zelf ook zo een. Is dat niet
snobistisch: pochen met verre reizen
en links laten liggen wat dichtbij is?
Misschien wel. Van de andere kant kun
je zeggen dat het gewoon verstandig is.
Als je jong bent kun je hoger en verder
springen dan als je oud bent. En gewoon
wijs is het dan om naar Nepal te gaan als
16 of 26 bent, en pas naar de Ardennen
of de Vaalserberg als je 60 bent.

Daarom – nou ja, ook een beetje uit
geldgebrek natuurlijk – blijven we met
BasBel maar in eigen land. Een bootreis
op de Donau bieden we niet aan. W l
een prachtige tocht langs kastelen op de
Vecht, op 12 juli. Verderop in dit Basblad
leest u er meer over. We hebben
intussen zo'n 260 leden, flink meer dan
er plaatsen zijn in de boot.
Tijdig aanmelden dus!

Opgeven kunt u zich ook voor de
excursie al eerder naar 'het Louvre van
Naarden': het vestingmuseum in het
mooiste stadje van het Gooi. Kent u de
wallen alleen van buiten? Dan moet
u zeker meegaan naar de bijzondere
wereld daaronder. Op dinsdag 20 juni.

Aan de zomerbusreis naar Den Bosch,
half augustus, wordt nog gewerkt. In het
volgende Basblad, van juli, leest u daar
alles over. In dit mei-nummer vast een
eerste voorproefje uit de stad van de
Sint-Jans Kathedraal, de Bossche bol en
de Binnendieze.

Een reisje naar het verleden bieden
in dit nummer onze vaste historisch
medewerkers Frans Ruijter en Bep de
Boer. Allebei schrijven ze weer een mooi
verhaal over 'toen vroeger', de een uit
Blaricum en de ander uit Laren.
Minder ver achterom kijkt de redactie met
een korte terugblik op de geanimeerde
Paaslunch in Johanneshove en het
eerste van de twee bezoeken aan het
bijzondere Papagenohuis.

Verder vindt u hierachter weer de
Filippine (steeds meer puzzelaars sturen
hun oplossing in), de activiteitenkalender
(er is veel te doen), nieuws over de
verhuizing van het ziekenhuis (nu echt
aan de gang), tips voor het gebruik
van de computer  n voor verstandig
bewegen, en nog veel meer.

Even apart aandacht vraag ik voor de
aankondiging van het etentje bij de
Chinees van Eemnes. Vorig jaar kwamen
daar zoveel leden op af, ook uit Blaricum
en Laren, dat we het restaurant nog een
tweede keer moesten afhuren. Nu is de
(eerste?) avond al op 30 mei. Als u zich
bijtijds aanmeldt kunt u gezellig mee-
eten op de Braadkamp in Eemnes. Want
dat is BasBEL: helemaal niet v r en toch
lekker.

Jan Sanders Vz

Versa Welzijn is ook in 2023 altijd in de buurt

Wij zijn er voor u in Blaricum, Eemnes en Laren

Doet u graag leuke dingen en houdt u van gezelligheid? We hebben een divers aanbod in onze mooie buurthuizen, loop gerust binnen of vraag naar het aanbod.

Heeft u leuke ideeën of zet u graag een activiteit op? Samen met u starten we nieuwe initiatieven, we volgen graag uw passie.

Wilt u als vrijwilliger aan de slag? Wij kennen het aanbod en helpen u graag bij uw zoektocht.

Loopt u tegen problemen aan waar u zelf even niet uitkomt? Onze maatschappelijk en sociaal werkers helpen u weer regie te krijgen.

Wilt u als mantelzorger graag lekker in uw vel (blijven) zitten? Onze Wonen Welzijn en Mantelzorgondersteuners staan voor u klaar.

Zoekt u naar een fijne invulling van uw dagen? We denken graag met u mee.

Praktische klusjes of een maatje nodig? Onze vrijwillige thuishulp weet raad!

Meer info: 035 623 11 00 of versawelzijn.nl

Blaer-Kom Binnen!

Ontspannen, plezier maken en ontmoeten!



U bent van harte welkom in ons prachtige Dorpshuis de Blaercom. Kom gerust alleen of neem uw buurvrouw/man, vriend(in), mantelzorger of partner mee! Wij houden de kosten laag omdat een dorps huis voor iedereen is! Ook hebben we een pot voor mensen die het toch niet kunnen betalen, vraag er gerust naar.

Wat kunt u bij ons doen?

Wekelijks: Op dinsdag: Blaer-Kom handwerken! van 13.30 tot 16.00 uur.

Op donderdag: Blaer-Kom Koffie drinken! van 10.30 tot 12.00 uur.

Maandelijks: Blaer-Kom Dineren! van 18.00 tot 20.00 uur. Kosten 10 euro of uit de pot.

Opgeven noodzakelijk. **Blaer-Kom Film Kijken!** Twee keer per maand om 13.30 of 16.00 uur.

Kosten: een vrijwillige bijdrage. Opgeven noodzakelijk. **Blaer-Kom Cultuur Snuiven!** Eén keer

per maand een interessante lezing of mooie muziek. Heeft u zelf een leuk idee of wilt u meer

weten over de pot? Neem dan contact op met Afke Nijhof (06 57 37 05 20).

Abonneer u op onze nieuwsbrief zodat u ons aanbod maandelijks in uw mailbox krijgt en als eerste kunt reserveren. activiteiten@blaercom.nl



van mens
tot mens

DKS-Eemnes staat garant voor hedendaagse kwaliteit in binnen- en buitenschilderwerk van uw woning én bedrijf!

Gespecialiseerd in overspuiten van uw bestaande keuken in een nieuwe eigentijdse kleur!

- Goede service
- Kwaliteit
- Continuïteit
- Deskundige uitvoering
- Flexibele instelling
- Oplossingsgericht



**Dennis
Koekkoek
Schilderwerken**

Wakkerendijk 56b Eemnes
06-54 63 53 42 info@dks-eemnes.nl

WWW.DKS-EEMNES.NL



**Burgemeester van Nispen tot Sevenaerstraat 11
1251 KD Laren
035-5387724**

NIEUWE LEDEN



Hr. en Mevr. Schaapherder, Blaricum,
250ste lid!

Hr. en Mevr. van Hees, Eemnes,
Hr. Putter, Laren,
Mevr. Diesveld - Godschalk, Laren.
Mevr. M. Eijnsman, Eemnes
Mevr. Zoon, Blaricum
Hr. Zunnebeld, Laren
Mevr. Brouwer, Laren
Mevr. Terburg - Schuberski, Eemnes

PAASLUNCH DRUK BEZOCHT

De 90 gasten lijken het prima naar hun
zin te hebben tijdens de Paaslunch.
Het begin is al feestelijk.
Nadat penningmeester René Diesveld

de spits afbijt, kan voorzitter Jan Sanders
vertellen dat het ledenaantal inmiddels
een nieuwe grens is gepasseerd.
Hij overhandigt bloemen aan mevrouw
Schaapherder uit Blaricum, als 250e lid
van BasBEL.

Op de soep volgt een bijzondere
diapresentatie. Hugo Weenen van de
Vogelwerkgroep 't Gooi toont beelden
van zeearenden, koereigers, grutto's en
andere vogels.

Hij vertelt over de waarde van de
Eempolders van Eemnes en Blaricum.
Waar in Nederland de weidevogels
teruglopen, blijven ze in de Eempolder
– dankzij goed beheer – behoorlijk in
stand.

De hoogvlieger daarna is het restaurant
van Johanneshove. Met salades,
ragouts, fruitschalen, pasta's, weten
Chef Ruud en zijn medewerkers eer in
te halen. Veel gasten lopen een tweede
keer langs. "Die zelfgemaakte kroketjes "
zegt een gast die er hemels bij kijkt.
Het koor van De Weidevogels krijgt
ook dit keer de zaal in beroering, met
een vrolijke potpourri van klassieke

en nieuwe
liederen.



Na een
feestelijk
dessert sluit
Sanders af. Hij
bedankt het
Johanneshove
team,
evenals de
chauffeurs, de
gastvrouwen
en de andere
vrijwilligers
van BasBEL.



NAAR NAARDEN

Naarden is het mooiste vestingstadje van Nederland. Nergens zijn zulke gave vestingwerken te zien als in de 'parel van het Gooi'. En het mooie is dat ze niet alleen van buiten te zien zijn, maar ook van binnen. De vesting is onderdeel van de Hollandse Waterlinie en daarmee Unesco Werelderfgoed.

Op donderdag 15 juni gaat BasBel op bezoek naar het museum. U ziet er bijzondere momenten uit de strijd voor de vrijheid die in Nederland is getreden.

Het museum beveelt aan: "Treed in de voetsporen van Stadhouder Willem III en Napoleon. Loop over de groene wallen en dwaal rond in de onderaardse kazematten van bastion Turfpoort. Hier ontdek je het belang van vestingen en waterlinies in de strijd voor de vrijheid van Nederland."

Het vestingmuseum is gevestigd in bastion Turfpoort. Op het buitenterrein en in de 'kazematten'

uit de 17e eeuw ziet u hoogtepunten uit de vaderlandse geschiedenis.

U komt op plaatsen waar de soldaten vroeger kanonnen afschoten en waar ze zaten te eten. Zelf kunt u er deze Basbel-excursie natuurlijk ook iets eten. En wordt u koffie met appelgebak aangeboden.

De prijs bedraagt zonder museumkaart € 20,00 per lid, en € 25,00 voor een introducté. Met museumkaart betaalt u € 15 en intro € 20. Als u zich opgeeft wordt het bedrag per incasso afgeschreven.

Maximaal 30 deelnemers. Aanmelden vóór 7 juni, vol is vol.

Denk er aan te vermelden of u vervoer nodig heeft. Als u zelf rijdt en iemand kunt meenemen is het fijn als u ook dat opgeeft.

We verzamelen donderdag 15 juni om 13.00 uur op de parkeerplaats 'Bastion Nieuw Molen' (100 meter van de parkeerplaats).

Het wordt weer interessant én gezellig.

NIEUWE MANIER VAN AANMELDEN VOOR ACTIVITEITEN (UITJES, DINERS ETC.)

U kunt zich opgeven per mail: basbeldeelname@gmail.com
of, als u niet kunt mailen, via het speciale telefoonnummer voor aanmeldingen
(06-2321 8606).

Bij geen gehoor svp inspreken op het antwoordapparaat.

Denkt u er aan om **behalve uw naam en adres ook** op te geven of u gehaald
en gebracht wilt worden en of u voor de lunch **dieetwensen** hebt.

Als u nog zelf auto rijdt en een of twee andere leden wilt meenemen, is het fijn als
u dat ook even meldt.

GEZELLIG CHINEZEN

Het begint een traditie te worden; in
mei met zijn allen gezellig te eten bij de
Chinees van Eemnes. Dit restaurant
bevindt zich op Torenzicht 16 tegenover
het winkelcentrum de Minnehof.

Wij hebben dinsdag 30 mei a.s.
gereserveerd voor een mooi Chinees
buffet, voor maximaal 50 personen.
De equipe van Kiki staat dan weer voor
u klaar om u gastvrij te ontvangen en
u weer van een selectie van Chinese
gerechten te laten genieten. Vorig jaar
was de belangstelling zelfs zo groot,
dat wij een tweede avond hebben
georganiseerd voor de leden die op de
wachlijst stonden.

Het buffet bestaat uit een voorgerecht en

hoofdgerecht. De prijs is dit jaar
€ 18 per persoon, Introduce(e)s betalen
€ 23 per persoon. Dit is zonder dessert
en drankjes. De extra's kunnen per pin of
contant ter plaatse betaald worden.

Binnenloop vanaf 17.00 uur, aanvang
buffet 17:30 uur; einde ca. 20 uur. U
kunt zich per mail opgeven bij ons
speciale mailadres [basbeldeelname@
gmail.com](mailto:basbeldeelname@gmail.com), of als u dat prettiger vindt op
het speciale BasBEL telefoonnummer
06-23218606.

Als er niet opgenomen wordt kunt u alles
vertellen tegen het antwoordapparaat.
Zie het kadertje hierboven.

Als u zich opgeeft (**voor 26 mei!**) gaat
u ermee akkoord dat de
BasBEL uw deelnamekosten
automatisch van uw
rekening incasseert.

Geef wel duidelijk aan als u
vervoer nodig heeft.

Graag tot 30 mei!



BUSREIS NAAR DEN BOSCH

In augustus gaan we met de bus naar de hoofdstad van Brabant. Ook voor een vaartochtje op de Binnendieze



*U hoort in het Basblad van juli'23 over wanneer en hoe.
Hier vast een "voor pleziertje".*

Met deze rondvaart ziet u Den Bosch van een heel andere kant. U vaart namelijk **onder** de stad door! In kleine fluisterbootjes ontdekt u onder leiding van een gids het bijzondere verhaal van een ondergrondse vaartweg.

De geschiedenis van de Binnendieze

De Binnendieze stroomde vroeger achter de huizen langs. De huidige vorm van de stad, het stratenbeloop en de smalle huizen die aan de achterkant aan het water grenzen, is dan ook uniek! Schepen vervoerden hun handelswaren over de smalle waterloopjes. De ijzer- en lakenindustrie gebruikte het water in het productieproces.

Voor de burgers leverde de Binnendieze niet alleen drinkwater, het stroompje werd óók gebruikt als riool.

BORRE -VAARTOCHT LANGS DE KASTELEN VAN DE VECHT

De BasBel organiseert op woensdagmiddag **12 juli tussen 16 en 18 uur een boottocht langs de Vecht**. Deze relaxte vaartocht van 2 uur gaat langs de mooiste plekjes van deze oude rivier. En dat niet alleen. Wij varen die tocht met de Dame van Amstel, een van de mooist ingerichte salonboten van Amsterdam, en eigendom van Rederij Belle. Voor deze gelegenheid meert de boot af in Maarssen, waar de opstaplaats is. U wordt welkom geheten met een glaasje bubbels, naar keuze met of zonder alcohol. Tijdens de tocht wordt er een uitgebreide borrelgarnituur geserveerd.

De prijs voor dit arrangement is € 35,-- per persoon. Introducé's € 40.

Er is aan boord een bar, waar u drankjes kunt bestellen naar keuze. Die kunt u met pin of contant ter plaatse afrekenen. Bij het in- en uitgaan moet u wel binnen in de boot drie treetjes naar beneden gaan en bij weggaan weer naar boven. Zo nodig helpt de bemanning u ermee, of doen wij dat.





gebruikt kan worden als voorbereiding (*Gooi en Vecht tours; app alleen op IOS/Apple*).

Voor diegenen die geen eigen vervoer naar Maarssen en terug hebben **proberen wij vervoer te regelen.**

In verband met de afstand is de tegemoetkoming in

Bij de opstapplaats is een parkeerterrein aanwezig. Vertrek van de Dame van Amstel is om 16 uur.

Wanneer u dat leuk vindt kunt u een tot twee uur voor de aanvang van de vaartocht op eigen gelegenheid het ernaast gelegen Vechtstreek Museum bezoeken. (Toegang € 7,50, museumkaart gratis)

En dan nog iets: een gids aan boord is een beetje prijzig, maar is er wellicht een Basbel lid die het leuk vindt om iets meer te vertellen over alles wat wij langs de Vecht gaan zien?

Er is een gratis app beschikbaar waar veel details op te vinden zijn en die

de kosten daarvoor deze keer € 6 per persoon. Opgeven voor deze mooie tocht via de mail op basbeldeelname@gmail.com, of anders mondeling op de speciale BasbEL telefoon 06-23218606.

Bij geen gehoor svp inspreken op het antwoordapparaat.

Wij willen graag uw naam en adres weten, met hoeveel personen u komt, of u vervoer wilt hebben, of eventuele dieetwensen. Maximum voor de tocht is 50 deelnemers.

N
E

OTARISKANTOOR EEMNES

- TESTAMENTEN; TWEETRAPSMAKINGEN
- LEVENSTESTAMENTEN
- HUWELIJKE VOORWAARDEN
- SAMENLEVINGSCONTRACTEN
- LEVERINGEN EN HYPOTHEKEN
- FLEX BV, STICHTING
- SCHENKEN OP PAPIER (EIGEN BIJDRAGE ZORG)

ORIËNTEREND GESPREK (30 MINUTEN) GRATIS
 VRAAG NAAR ONZE ZEER SCHERPE TARIEVEN!!!

WWW.NOTARISVANDERSLUIS.NL
 LAARDERWEG 19 - 3755 AK EEMNES
 TELEFOON (035) 533 67 04

VEEL ANIMO BEZOEK PAPAGENO

Bij het sluiten van de kopij voor dit nummer van BasBEL vond het eerste bezoek plaats aan het Papageno-huis, op dinsdag 9 mei. Zoveel aanmeldingen waren er, dat nog een tweede bezoek werd afgesproken, op 15 mei.

De grote animo is begrijpelijk. Het is altijd gezellig om met een groep BasbEL-leden ergens naar toe te gaan en samen te eten. Maar wat het bezoek vooral de moeite waard is wat Laura Nagtegaal vertelt en laat zien.



Laura is coördinator in het Papageno-huis en legt uit dat hier met veel aandacht en zorg een omgeving is gecreëerd waarin jongvolwassenen met autisme het best tot hun recht komen. Twaalf van hen wonen hier vast, en ongeveer twintig zijn er alleen overdag. Zij nemen deel aan verschillende activiteiten. Van het werk in de keuken profiteren de bezoekende BasbEL-leden met de heerlijke lunch die de keukengroep van Papageno opdiend. Opgedeeld in kleine groepen leidt Laura de bezoekers daarna rond in de ruimten voor de overige activiteiten, zoals de

muziekzaal, het atelier en de sportruimte. Alle ruimtes ademen een bijzondere sfeer van tegelijkertijd rust en vrolijkheid.

Na de rondleiding toont Laura een film waarin verscheidene bewoners zelf aan het woord komen. Het zijn ontroerende interviews. Zoals met de jonge vrouw die vertelt over de worstelingen in haar pubertijd en haar aanvankelijk verzet tegen de diagnose van autisme, maar die zich nu helemaal op haar plek voelt bij Papageno, vooral achter de piano. Laura is trots dat de stichting juist deze maand een tweede Papagenohuis kan openen, in Lemmer. Dat er behoefte is aan nog veel meer van deze huizen blijkt wel uit onderzoek; naar schatting 5% van alle Nederlanders heeft een vorm van autisme.

Drijvende kracht aan de stichting is nog steeds het echtpaar Jaap en Aaltje Van Zweden, zelf ouders van een zoon met een vorm van autisme.

De bezoekende BasbEL-leden zijn onder de indruk. 'Je wordt er blij van als je ziet wat hier gebeurt', verwoordt een van hen de stemming.

Laura benadrukt dat veel draait om vrijwilligers. Een basisvergoeding voor het verblijf wordt betaald door de gemeente (uit de Wmo) of de zorgverzekering (uit de Wlz) maar 'alle extra's die het leuk maken' moeten komen van een grote groep donateurs en vrijwilligers.

'We zijn ook blij met jullie' zegt ze tegen haar BasBEL-gasten. 'Onze motor loopt niet op water' en alle bezoekers van het restaurant of de zondagse concerten helpen mee om Papageno draaiend te houden.

KNARRENHOF IN BEL-GEBIED



van een Initiatiefgroep Knarrenhof BEL-gemeenten. Knarrenhof Zeewolde, opgeleverd juni 2022.

Het idee is dat de initiatiefgroep zal bestaan uit mensen die straks zelf willen gaan wonen in het te realiseren Knarrenhof. De Stichting zal de

groep graag met raad en daad bijstaan.

Het voornemen is om met de aanmelders nog dit jaar een ontmoetingsavond te organiseren. Veel informatie over de Stichting en al gerealiseerde Knarrenhofjes is te vinden op onze site Knarrenhof.nl.

Aanmelding voor de initiatiefgroep is mogelijk per mail (eduardhesselink@gmail.com) of telefonisch (06-17596936) bij Eddy Hesselink van de Stichting.

Van nieuwe aanmelders wordt gevraagd zich via de website eenmalig in te schrijven bij de Stichting.

[ingezonden oproep Stichting Knarrenhof]

De Stichting Knarrenhof® realiseert door heel Nederland met succes levensloopbestendige en duurzame seniorenwoningen in de vorm van een moderne versie van de hofjes van vroeger. De hofjes voorzien in een grote vraag, en vrijwel iedereen die komt kijken - zoals bijvoorbeeld in Zwolle, Zutphen of Gouda - zou er wel zelf willen wonen.

Het geheim is dat de hofjeswoningen zelfstandigheid en privacy koppelen aan gemeenschapszin en nabuurschap.

De Stichting Knarrenhof® ziet dat seniorenvereniging BasBEL bij de drie dorpsgemeenten de bouw van meer seniorenwoningen bepleit. In overleg met het bestuur van de vereniging roept de Stichting gegadigden op voor het vormen



**BOEKEN, KANTOORARTIKELN, GELDAUTOMAAT
LAARDERWEG 24G EEMNES; TEL: 035-5389515**



Persoonlijke **uitvaartbegeleiding**

Vroeg of laat is het definitieve afscheid daar en dan zullen er zaken geregeld moeten worden. In deze tijd waar zoveel gebeurt en emoties een grote rol spelen help ik u graag. Er is uitgebreid tijd voor u - als nabestaande(n) - voor gesprekken en overleg. Bijna alles is mogelijk om een passend afscheid van uw dierbare te creëren. Zowel de verzorging van de overledene als het uitvoeren van de uitvaart kan door mij persoonlijk worden verzorgd. Zo heeft u met een en dezelfde persoon te maken en zijn afspraken duidelijk.

*“Als er onrust is
over de dood,
geeft praten rust.”*

Heeft u vragen of wilt u vrijblijvend overleggen (voor uzelf of iemand anders) bel gerust 06 17 16 64 68 voor een afspraak.



Overlijden melden
24/7 bereikbaar
06 17 16 64 68

Laarderweg 134 | Eemnes | T 06 17 16 64 68 | ellykrameruitvaartzorg.nl

WAT BETEKENEN 5G, 4G EN 3G?

De begrippen 4G en 5G komen vaak langs. Het heeft iets met internet te maken, maar wat precies? En hoe gebruikt u het?



Mobiel internet

Op de smartphone internetten kan met mobiel internet. Dit is een betaalde internetverbinding, die mensen afsluiten via de mobiele provider. Dat zijn bedrijven zoals KPN, T-Mobile en Vodafone.

Dankzij mobiel internet kunt u overal online zijn. Dus ook op straat, in het theater of in de trein.

Van 0G naar 5G

Mobiele netwerken bestaan al lang. Het begon in 1946 met het eerste netwerk, 0G (generatie nul). Dat leek nog niet op het netwerk zoals we het nu kennen.

Door de jaren heen verbeterden de netwerken en kwam er steeds een nieuwe generatie. In 1991 kwam 2G (tweede generatie) en werd het mogelijk om tekstberichten te versturen. In 2003 kwam 3G. Deze generatie maakte het mogelijk om te internetten op een mobiel.

De komst van de opvolgers 4G en 5G zorgen voor nieuwe technieken en sneller internet. Met de komst van

met name 5G is er meer discussie ontstaan over mogelijke schadelijke gevolgen voor de gezondheid van mobiele netwerken. Wetenschappelijk onderzoek daarnaar is nog gaande.

Voordelen 5G

5G is op het moment de nieuwste generatie. Deze opvolger van 4G biedt verschillende voordelen, ten opzichte van de vorige generatie.

- Het zorgt voor sneller internet, al is de snelle versie wel pas vanaf eind 2023 beschikbaar.
- Communicatie tussen apparaten gaat sneller.
- Verbindingen zijn stabiel.
- Er is ruimte voor meer verbindingen.

Welk toestel is geschikt voor 5G?

Niet elke smartphone kan gebruik maken van 5G-internet. Daarvoor is een toestel met een ingebouwd 5G-modem nodig. De meeste nieuwe telefoons (vanaf 2020) zijn geschikt voor 5G. Zo kunnen de iPhone 12 of nieuwer verbinding maken met 5G. Bij Samsung zijn dat modellen als de Samsung Galaxy S20, de Galaxy A42 en hun opvolgers.

Welk abonnement is geschikt voor 5G?

Met alleen een geschikte telefoon bent u er nog niet. De provider van uw telefoonabonnement moet ook 5G ondersteunen. Alle grote providers in Nederland (T-Mobile, KPN en Vodafone) doen dat. Daarnaast zijn er ook aanbieders, zoals Tele2, die gebruikmaken van het netwerk van een andere provider. Tot slot moet het abonnement ook toegang geven tot 5G. Bij de grote aanbieders levert dit ook geen problemen op.

Daar is 5G de standaard bij alle abonnementen.

Toch kan het handig zijn om het even te controleren bij de provider.

Toekomst

De ontwikkelingen staan niet stil. Nog niet iedereen in Nederland is al over naar 5G, maar er wordt al gekeken naar mogelijkheden voor 6G.

In de toekomst zullen we met nog meer apparaten nog meer internet verbruiken. Daarbij past dan ook weer een verbeterd netwerk.

Het is nu haast nog niet voor te stellen dat sneller internet nodig is.

Maar dat dachten we ook bij de overgang van 3G naar 4G.

Het team van Seniorweb Eemnes wenst alle lezers (alvast voor later) een goede en gezonde vakantieperiode.

Heeft u vragen of opmerkingen stuur een mailtje naar s.oudhuizen@xs4all.nl

Steven Oudhuizen

HOE KUNT U VIEF BLIJVEN?

Eén van de grootste bedreigingen voor de gezondheid? Vallen! Dat veroorzaakt jaarlijks ruim 25.000 heupfracturen. Hoe komt dat toch? Waarom vallen we nu vaker dan vroeger? En vallen we echt vaker of vallen we gewoon minder goed? Jaarlijks valt ruim 30% van de 65-plussers én bij 1 op de 20 veroorzaakt dit blijvend verlies van mobiliteit en dus zelfstandigheid.

Uit cijfers blijkt dat we vooral vallen door een gebrek aan evenwicht, verminderd zicht en door duizeligheid en verlies van spierkracht. Het komt natuurlijk niet als een verrassing dat we daardoor ook last

kunnen krijgen van valangst.

Ben je vrouw? Nog meer pech! Vrouwen zijn een grotere risicogroep, doordat ze brozere botten hebben dan mannen.

Denk eraan je calcium tabletten in te nemen. Het gaat erom dat we wat kunnen doen om te voorkómen dat we vallen. Gelukkig is er genoeg dat je zelf kunt doen.

Doe oefeningen!

Ja hoor daar gaan we weer: blijf bewegen. We kunnen het niet genoeg zeggen. Bewegen is enorm belangrijk voor het behoud van sterke spieren en botten.

Hoe sterker je spieren en botten, hoe kleiner het risico op blijvende schade. Loop iedere dag minimaal 30 minuten. Kun je nog zwemmen? Heel goed!



Maak daar gebruik van. Zwemmen is ontzettend goed voor je spieren zonder ze al te veel te belasten. Niet zo'n zwemmer? Ook geen probleem!

lees verder op pagina 19

Gezond.... gezellig en.... goedkoop

2 maal per week 10 baantjes.

Een paar baantjes meer of minder mag ook !

*Bewegen, plezier maken en je vooral niet vervelen...
zijn belangrijke wapens tegen vereenzaming en
'te snel'
ouder worden.*

Ontdek wat tientallen leeftijdsgenoten al jaren
doen....

tweemaal per week een paar baantjes
zwemmen in extra warm water op maandag en
donderdag !

Ontmoet die oude en vooral ook die nieuwe
bekenden.

Ondervindt dat Uw conditie met
sprongen vooruit gaat zonder al
te veel inspanning !

Geniet van het heerlijk warme bubbelbad.

Onze medewerkers helpen graag om U snel
'thuis' te laten zijn bij zwembad
de Biezem te Laren.



SPORTcentrum
de biezem
ZWEMBAD / KLAAS BOUT HAL

Schapendrift 64; 1251 XH Laren
Tel. 035-5314964
E-mail: debiezem@hetnet.nl
www.debiezem.nl



Bij Bij Welkoop hebben we verstand van tuin & dier.

Dat merk je meteen als je een van onze 150 winkels binnen loopt.

We hebben alles in huis wat je nodig hebt voor de verzorging van je tuin en dier.

Denk onder andere aan planten en zaden, tuingereedschap, recreatie- en werkkleding en -schoenen, dierenvoeding en -verzorging.

Een breed assortiment, eerlijke prijs, deskundig advies en service die nét een stapje verder gaat. Al onze medewerkers hebben hart voor wat ze doen. En dat zie je.

Ontdek ons alvast op welkoop.nl

Tot snel in onze winkel!

EEMNES

NOORDERSINGEL 18B

Opdrukken tegen de muur

Liggend opdrukken, dat mag zeker, als je nog fit genoeg bent. Maar ook wij begrijpen dat dit misschien iets te veelgevraagd is. Wanneer u zich opdrukt tegen de muur, worden arm-, schouder en borstspieren flink getraind. Ga met de neus naar de muur een armlengte van de muur afstaan. Plaats je handen recht vooruit, op schouderhoogte tegen de muur en buig je armen. Zorg dat jouw rug recht blijft en dat je de voeten plat op de grond laat staan. Nadat je jezelf terug in positie hebt gedrukt, begin je weer van het begin. Herhaling: 15 keer.

Koord wandelen met ceintuur

Leg een ceintuur van een badjas op de grond en probeer over het koord te lopen. Deze oefening is heel goed om de balans te trainen en ondertussen gebruik je dus verschillende spieren. Niet alleen beenspieren, maar ook de buik- en rugspieren helpen balans te houden. Herhaal 6 keer.

Benen trainen op de trap

Ga voor de trap staan en zet de rechtersoet op de onderste traptrede. Zet de linkersoet erbij en zet de rechtersoet weer op de grond en vervolgens ook de linkersoet weer op de grond. Probeer zoveel mogelijk zelf de balans te houden maar houdt de leuning vast waar nodig. Een andere variant: tik om en om met de voeten de onderste trede aan. Probeer dit zo snel mogelijk te doen. Geen trap? Gebruik een drempel of dik boek. Herhaling: 15 keer.

Zonder handen opstaan uit een stoel

Een betere balans én sterkere beenspieren. Daar is deze oefening perfect voor. Ga zitten op een stoel en sta op zonder je handen te gebruiken.

Blijf even staan en ga weer zitten, ook weer zonder je handen te gebruiken. Herhaling: 5 keer.

Op één been staan aan het aanrecht

Sta je toch even in de keuken? Maak dan meteen gebruik van dit moment om op één been te gaan staan. Houd beide knieën bij elkaar en breng je voet naar achter of trek juist je knie omhoog. Toch graag wat ondersteuning bij deze balansoefening? Houdt dan het aanrecht even vast. Blijf telkens 10 seconden staan en wissel van been. Herhaling: 5 a 10 keer.

Schouderdrukken met boeken

Zet je voeten iets uit elkaar. Neem in elke hand een boek of een klein flesje water en houdt deze boven je schouders naast je oren. Met de handpalmen naar voren gericht, strek je je armen rustig naar boven en weer naar beneden. Herhaling: 10 keer.

Zie je wel? Een stoel, het aanrecht of de muur kunnen veel meer voor je doen dan je denkt. Wie voldoende wil bewegen hoeft namelijk niet perse naar de sportschool. Je hoeft niet eens je huis uit. Alledaagse voorwerpen kunnen evengoed je fitnessapparaten zijn.

Stevige schoenen

De meeste valpartijen gebeuren in en rondom het huis. Denk daarom altijd aan het dragen van goede schoenen. Stevig zittende schoenen zijn belangrijk voor je grip. Draag je liever geen schoenen in huis? Draag dan pantoffels met een goede antislip zool.

Een veilige trap

Andere maatregelen zijn aanpassingen aan je huis. Een traplift is een goed

alternatief voor wanneer je nog thuis wilt blijven wonen en de trap veilig wilt blijven gebruiken. Het is nu eenmaal een feit dat een trap één van de grootste risicofactoren blijft.

Te dure ingreep? Een traplift wordt soms vergoed vanuit de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning). Dat loopt via de gemeente. Vraag ernaar!

Bron: VIEF info@vief.nl

Oefenen

Met de medewerking van de gemeenten organiseert BasBEL dit jaar één of meer oefenmiddagen valpreventie. In het volgende Basblad vindt u de datum en de plaats.

TER GOOI VERHUIST

Vanaf zaterdag 20 mei 2023 bent u welkom in het nieuwe ziekenhuis van Tergooi MC in Hilversum, aan de Laan van Tergooi 2. Het nieuwe ziekenhuis ligt direct naast het huidige gebouw. We zijn trots op het nieuwe Tergooi MC: hiermee is de kwaliteit, veiligheid en continuïteit van de ziekenhuiszorg in de regio Gooi en Vechtstreek geborgd.

De verhuizing naar het nieuwe ziekenhuis en de ingebruikname vindt plaats in het Hemelvaart-weekend 2023 en wordt verspreid over een aantal dagen.

De belangrijkste verandering is dat alle 24/7 spoedeisende ziekenhuishulp en huisartsen-spoedzorg (HAP) vanaf zaterdag 20 mei 2023 niet langer in Blaricum plaatsvindt maar alléén in Hilversum.

In het Hemelvaartweekend verhuizen de opgenomen patiënten vanuit zowel Tergooi MC Blaricum als Tergooi MC Hilversum. Dit gebeurt zorgvuldig en veilig.



Ook ziekenhuisbevallingen vinden vanaf dan in het nieuwe ziekenhuis plaats.

Maandag 22 mei zijn poliklinische patiënten welkom in het nieuwe ziekenhuis.

Bron: site Tergooi MC



MEI



Het is volop Mei en daar geniet ik echt zo van! De natuur is wakker geworden. De eerst zo kale bomen, krijgen door de regenbuien en zonnestralen dat mooie friskgroene kleurtje.

De bloemen schieten de grond uit en nodigen insecten uit om te komen kijken en proeven.

In de weilanden staan de koeien met gele oogmerken heerlijk ontspannen te grazen. Wanneer je langsloopt, komen ze met z'n allen bij het hek of draad staan. Nieuwsgierig als ze zijn. Wie kijkt nou naar wie?

De paarden lopen met hun veulens door het gras. De schapen met hun inmiddels al wat groter geworden lammetjes genieten van het gras.

De bijen, vlinders, wespen lijken opeens ook weer uit hun winterslaap te komen. Het is wat mij betreft de fijnste periode van het jaar. Het verheugen op wat nog komt.

Het is puur genieten om een wandeling te maken in het bos, tussen de weilanden of zomaar langs wat tuinen. Bijzonder hoe elk jaar na de lange, kale winter, alles weer blijkt te werken. De natuur is niet dood, maar slaapt slechts en wacht op het moment om te knallen!

Ook bij mezelf merk ik dat ik levendiger word. Ik krijg meer zin om actie te ondernemen. Het schoonmaken thuis is een stuk fijner met de ramen open en een muziekje aan. En daarnaast heb ik zin om plannen te maken. Vakantieplannen, plannen voor hoe ik mijn leven verder ga indelen.

Ook op sociaal gebied leef ik op, ik voel me beter in mijn vel en ben dus ook gezelliger voor de ander. Niet dat ik anders chagrijnig ben, maar als ik me goed voel, kan ik me ook beter openstellen.

Het buiten zijn is ook veel prettiger. Op een warme dag kan je zo zonder jas weg. De muts, handschoenen en sjaal zijn al weer opgeborgen tot de volgende winter.

Heerlijk weer om even te fietsen of te wandelen.
Even een ijsje eten.

En is er toch een grijze dag, dan moeten we er maar even doorheen. Tenslotte heeft de natuur er baat bij.

Bron: "lees korteverhalen.nl"

HET 'WONDERHUIS' EN HET 'WONDERVROUWTJE'.

*auteur: Frans Ruijter. Bronvermelding:
Maarten Hell Puijk Gijsberta in :Digitaal
Vrouwenlexion van Nederland*

Op een dag trof ik bij thuiskomst een plastic tas aan onze achterdeur, met bijgaande foto's Het zijn foto's. Van het voormalige 'Wonderhuis'. Waar in de twintiger jaren de bekende kunstschilder Jacob Dooijerwaard ook nog heeft gewoond. Door deze foto's kwamen er vragen om er weer eens iets over te schrijven.

Dit is in het verleden al veelvuldig gebeurd. Zoals uit bijgaande verhalen blijkt. Waar stond het 'Wonderhuis' nu precies? Op de driehoek Angerechtsweg, Polweg en Sint Josephweg. Het is in 1934 gesloopt en onder architectuur van Hendrik Elzinga (1877-1949) is het huidige dubbele woonhuis gebouwd. Het heeft nu de adressen: Sint Josephweg 4 en Angerechtsweg 11b.



Boven de voordeur van St. Josphweg 4 staat in mooie schrijffletters: 'Het Wonderhuis'.

Als eerbetoon aan de vroegere bewoners van deze plek. Hieronder staan twee verhalen over een bijzondere vrouw die in die tijd in Blaricum leefde.

En waar we nu 116 jaar na haar overlijden nog over praten en schrijven.

Puijk, Gijsberta, ook bekend als 'Malle Gijsje' en 'het wonder-vrouwtje' (geb. Blaricum 7- 4-1832 – gestorven Blaricum 6-5-1907.

Gijsje Puijk was de middelste van drie dochters van Willem Puijk, een landbouwer en een veehouder uit Blaricum. Zeven broertjes en zusjes van Gijsje stierven op jonge leeftijd. Vóór haar huwelijk werkte ze als dienstbode.

Op 22-jarige leeftijd trouwde Gijsje met de vier jaar oudere boerenknecht Jacob de Jong, met wie ze een klein boerenbedrijf begon in een eeuwenoude boerenhoeve aan de Angerechtsweg (gesloopt in 1934).

Er was personeel in dienst, maar het gezin was niet rijk. Gijsje Puijk kreeg elf kinderen, van wie er tenminste vijf op jonge leeftijd stierven, en had tijdelijk ook een weesjongen in huis. In 1877 stierf haar man – haar zoons waren toen nog minderjarig.

Bij het huwelijk van haar dochter, in 1886, gaf Gijsje Puijk als beroep 'zelfstandig landbouwer' op. In 1900, bij het huwelijk van een andere dochter, staat zij geregistreerd als 'veehoudster'. Bekend is dat ze ook werkte als thuisspinster en -weefster.

Medische duizendpoot

Faam verwierf Gijsje Puijk als alternatief genezeres. Alle mogelijke ziekten uit Blaricum en omgeving klopten bij haar aan voor genezing. Een vrouw uit Eemnes, die haar bezocht om van de



hoofdpijn af te komen, omschreef het publiek in de wachtkamer als 'allerlei volk, soldaten en andere mensen'.

Gijsje Puijk was een medische duizendpoot. Naast hoofdpijn genas zij patiënten van kiespijn, gaf zij raad bij liefdesproblemen en adviseerde zij een moeder over haar betoverde kind. Veel indruk maakte de wederopstanding van een boer uit Blaricum die geen stap meer kon verzetten en op een kruiwagen naar de wonderdokteres was gereden.

Gijsje Puijk 'deed wat' en hij kon weer lopen. Ook trad ze op als veearts: ze behandelde zieke koeien en paarden. Vanwege deze medische praktijken kreeg Puijk het stereotiepe imago opgelegd van kruidenvrouwtje of heks.

Een visser uit Eemnes die ooit als knecht bij haar had gewerkt, wist jaren na dato te vertellen dat ze 'kon toveren en heksen en meer van dat gedoe'. Zo zou Gijsje Puijk paarden een nachtmerrie kunnen bezorgen en werd ze vergezeld door grote groepen zwarte kraaien.

Cultuurhistoricus De Blécourt suggereert dat de verdacht-makingen aan haar adres vooral betrekking hadden op haar bemoeienissen met het vee, dat mannen als hun terrein beschouwden.

Ook buiten Blaricum actief

Het werkterrein van Gijsje Puijk beperkte zich niet tot Blaricum en omgeving. Volgens een krantenbericht reisde zij als genezeres stad en land af. Zo hield zij eens zitting in het Twentse Borne, waarover de Twentsche Courant zijn lezers waarschuwde: 'bedoelde vrouw te Blaricum aangewezen als niet goed bij 't hoofd te zijn en loopt soms maanden lang van huis, om hare dwaze praktijken uit te oefenen'.

Volgens oudere Blaricummies had zij ook een waarzegsterpraktijk in Amsterdam. Een van hen beschreef hoe ze in het voorjaar, als de hooipacht betaald moest worden, te voet met onbekende bestemming Blaricum verliet om daags daarna 'in prachtige kleren en in een vigilante (koets) met twee mooie opgetuigde hackneys' en met een zak geld thuisgebracht te worden.

Armehuis

Nadat haar laatste zoon in 1900 uit huis was gegaan, verliet ook Gijsje Puijk de boerenhoeve.

Ze woonde eerst in bij een van haar dochters in Bussum, verhuisde erna naar Laren, maar moet later naar haar geboortedorp Blaricum zijn teruggekeerd. In het armenhuis aan de Singel aldaar stierf Gijsje Puijk op 6 mei 1907, in de leeftijd van 75 jaar. 'Ze kon van alles en genas velen'.



TUSSEN OUDE PAPIEREN

*Voor een ieder die geboren is
vóór 1940.*

Wij zijn de overlevers! Kijk eens naar de veranderingen die wij hebben meegemaakt:

Wij werden geboren vóór:

televisie, penicilline, polioprikken, diepvriesvoedsel, kopieerapparaten, plastic, contactlenzen en de pil.

Maar ook vóór: radar, creditcards, atoomsplitsing, lazerstralen, internet, ballpoints, panty's, afwasmachines, droogmachines, elektrische dekens, airconditioning. En ook nog voor dat er een mens op de maan liep.

Wij trouwden eerst en gingen dan pas bij elkaar wonen. Wat ouderwets hè?

Wij werden geboren voor dat er huismannen waren, computerspelletjes en computer- huwelijken en tweelingbanen. En ook vóór: Kinderdagverblijven, groepstherapie, en verpleeghuizen.

In onze jeugd waren kevers insecten en geen volkswagens en een ontsteking had niets te maken met elektronica.

Wij hadden nog nooit gehoord van TL, TV, CD, FM radio, CNN video, tapedecks, magnetrons, elektrische schrijfmachines, faxen, kunstharten,

kunstnieren, tekstverwerkers, printers, draadloze telefoons, biogarde, emulgatoren, booreilanden, jongens met oorringen, hippies, yuppies, dinks en BOM vrouwen.

Wij waren er voor de A27, E9, B747, de RGV, en oecumene en ook voor de AOW, WAO, WW of FUT. Wij hadden nog nooit gehoord van pizza's, Mc Donalds en Instant koffie.

In onze tijd betekende HEMA Hollandse Eenheidsprijzen Maatschappij Amsterdam, en daar kostte een zakhorloge één gulden. Een ijsje kostte 3, 5 of 10 centen. Een brief kon je voor 7 1/2 cent versturen. Een nieuwe auto kostte toen 2000 gulden, maar bijna niemand kon dat betalen terwijl de benzine 10 cent per liter kostte. In die tijd was roken van een sigaret chique en interessant. Aids was het Engelse woord voor helpers.

LAT-relaties kenden we niet. Wij wisten ook niet wat eten uit de muur was. De kleur rose had met baby's te maken en homo betekende mens.

Wij zijn de laatste generatie, die nog dacht dat je een man moest hebben om een baby te krijgen.

Geen wonder dat wij soms zo in de war zijn en dat er een generatiekloof is. Maar wij hebben het overleefd en dat is een reden om het te vieren.

Dit verhaal werd door iemand gevonden tussen wat oude papieren en ik vond het leuk om het door te geven.

Bep (G.L.) De Boer (90 jaar)

13 VRAGEN OVER OP HET STATION INCHECKEN MET BANKPAS OF CREDITCARD

Als u met het openbaar vervoer wilt reizen, heeft u niet per se een trein- of buskaart nodig. Bij de meeste vervoerders kunt u nu in- en uitchecken met uw bankpas of creditcard. In de trein reist u dan in de tweede klas. Reizen met uw bankpas heet OVpay. Maar hoe werkt dat precies?

1. Met welke betaalpassen kan ik reizen?

Als u een betaalpas heeft waarmee u contactloos kunt betalen, kunt u met deze pas ook gebruikmaken van de bus of de trein. Ook als u een betaalpas of creditcard van Mastercard of Visa heeft of uw betaalpas op uw smartphone of smartwatch gebruikt, kunt u reizen met uw betaalpas.

U hoeft uw bankpas niet te activeren of geschikt te maken voor reizen met het OV en u hoeft zich ook nergens aan te melden.

2. Wat moet ik doen om te kunnen reizen met mijn betaalpas?

U checkt op dezelfde manier in als met een OV-chipkaart. U houdt uw betaalpas tegen de kaartlezer, bijvoorbeeld op de incheckpaal of het incheckpoortje. Op de plaats van bestemming checkt u op dezelfde manier weer uit. Het is belangrijk dat u alleen het pasje tegen de kaartlezer houdt en niet uw hele portemonnee.

Als u bent ingecheckt bij NS, kunt u in de trein stappen en reizen in de tweede klas. Als u controle krijgt, laat u aan de conducteur de pas zien waarmee



u bent ingecheckt. De conducteur kan vervolgens zien waar en wanneer u heeft ingecheckt. Uw bankgegevens kan de conducteur niet te zien.

3. Bij welke vervoerders kan ik reizen met mijn bankpas?

Eind 2023 kan dat bij alle vervoerders in heel Nederland. Welke vervoerders precies meedoen, kunt u zien op de website van OVpay.

4. Hoe zit dat met overstappen?

Als u overstapt naar een andere vervoerder moet u uitchecken bij de ene vervoerder en inchecken bij de andere vervoerder. Als beide vervoerders OVpay al hebben ingevoerd, is dat geen probleem. U betaalt dan niets extra's voor het overstappen. Als één van beide vervoerders nog niet meedoet met OVpay, kunt u beter uw OV-chipkaart gebruiken. Anders is er een kans dat u meer betaalt.

5. Wanneer worden de kosten afgeschreven?

U betaalt de kosten de volgende dag. U kunt de afschrijving controleren via internet bankieren of mobiel bankieren. De afschrijving heeft altijd een betaalkenmerk dat begint met NLOV en daarna 14 cijfers en letters. Alle reiskosten die u maakt op een dag, worden in één keer van uw rekening afgeschreven.

6. Hoe kan ik zien wat een losse reis heeft gekost?

Als u met de NS reist, kunt u uw betaalpas koppelen aan MijnNS. Dan kunt u op MijnNS zien welke reizen u heeft gemaakt en wat iedere reis heeft gekost. U kunt uw betaalpas ook koppelen aan OVpay.nl. Dan kunt u online of in de app van OVpay zien welke reizen u heeft gemaakt en hoeveel die hebben gekost. U ziet de kosten meteen na het uitchecken.

7. Wat zijn de voordelen en nadelen van reizen met een betaalpas?

Een voordeel van het reizen met uw betaalpas is dat u geen kaartje meer hoeft te kopen voordat u gaat reizen of saldo moet laden op uw OV-chipkaart. U heeft met uw betaalpas altijd uw openbaar-vervoerbewijs bij de hand. Ook hoeft u pas achteraf te betalen. Het nadeel is dat u geen gebruik kunt maken van korting. Als u vaker met de trein reist, heeft u misschien een abonnement waarmee u korting krijgt in de daluren. Voor dit abonnement heeft u een OV-chipkaart nodig. Als u incheckt met uw bankpas, loopt u deze korting mis.

Ook kunt u alleen reizen in de tweede klas. Wilt u eerste klas reizen, dan moet u extra betalen. U moet dat kunnen aantonen met een vervoerbewijs, zoals een OV-chipkaart.

Ook als u nog andere diensten wilt gebruiken, zoals een OV-fiets, een fietsenstalling op het station of reizigerskorting op een P+R terrein, heeft u nog een OV-chipkaart nodig.

8. Kunnen mijn partner en ik ook samen reizen met één betaalpas? En op dezelfde rekening?

U kunt niet samen reizen op hetzelfde pasje. U moet allebei uw eigen pasje hebben waarmee u in- en uitcheckt. U kunt wel allebei uw eigen pasje van dezelfde en/of-rekening gebruiken.

9. Heb ik mijn pincode nodig?

Nee, u hoeft nergens uw pincode in te toetsen. De limiet voor contactloos betalen geldt ook niet. U kunt dus onbeperkt reizen met uw betaalpas, als u genoeg saldo heeft. De limiet voor contactloos betalen blijft wel bestaan voor andere betalingen.

10. Wat gebeurt er als ik rood sta? U kunt dan wel inchecken. Maar als de kosten een dag later niet kunnen worden afgeschreven, kunt u niet meer inchecken totdat de kosten zijn betaald. Als u met uw bank heeft afgesproken dat u rood kunt staan, dan kunt u deze limiet gewoon gebruiken.

11. Wat moet ik doen als ik per ongeluk heb ingecheckt met mijn betaalpas?

Als u bij NS heeft ingecheckt, kunt u binnen een uur nog uitchecken op hetzelfde station. Dan wordt er geen geld afgeschreven. Als u al onderweg bent of als u pas na langer dan een uur kunt uitchecken, kan het zijn dat er wel geld wordt afgeschreven. U kunt dan geld terugvragen. Bij andere vervoerders kunt u geld terugvragen via het reisoverzicht van OVpay.

12. Wat gebeurt er als ik vergeet uit te checken?

Als u vergeet uit te checken bij NS, wordt er 20 euro van uw rekening afgeschreven. Bij andere vervoerders

kan dit een ander bedrag zijn. Dit bedrag kunt u binnen 6 dagen gedeeltelijk terugvragen via het reisoverzicht van OVpay.

13. Is het wel veilig om met mijn betaalpas te reizen?

Ja. Reizen met uw bankpas is net zo veilig als contactloos betalen. Uw gegevens zijn goed beschermd. Uw bank kan niet zien hoe u reist en de conducteur kan uw bankgegevens niet zien.

Wordt uw betaalpas gestolen of bent u uw betaalpas verloren? Neem dan meteen contact op met uw bank en laat de pas blokkeren. Dit kan vaak ook via de app van de bank.

Bron: RABO, Getty Images, gepubliceerd: 25 april 2023

RECEPT ASPERGESOEP

Ingrediënten

- 500 gr witte asperges
- olijfolie
- 2 sjalotten
- 1 blokje groentebouillon
- 1 aardappel
- verse peper
- 50 ml room

Optioneel

- bladpeterselie
- Parmezaanse kaas
- knoflook crostini

Instructies

Was en schil de asperges, snij de onderste stukjes eraf en snij de rest in kleine stukken. Bewaar de schillen en de onderste stukjes voor de bouillon. Schil en snipper de sjalotten, schil de aardappel en snij in blokjes.

Verhit een scheut olijfolie in een pan en bak de sjalotten kort op laag vuur.

Voeg de aspergeschillen en de onderste stukjes, het groentebouillon blokje met 1 liter water toe en breng aan de kook, laat zachtjes 20 minuten koken.



Schenk de bouillon door een zeef terug in een pan. Voeg de asperges en aardappel toe en laat nog 10 minuten zachtjes koken.

Schep de helft van de aspergestukjes uit de pan, hou apart en pureer de soep met een staafmixer. Voeg de room toe en kook nog even kort. Schep de aspergestukjes weer terug in de pan en maak op smaak met verse peper.

Eet de soep direct.. Yum!

Bron: internet

KIPSALON

Tijd: 25 min. + 10-15 min in de oven
Recept voor 4 personen



Benodigheden

600 gram kipfilet
4/5 aardappels / 2 zakjes voorgekookte
aardappelschijfjes / krieltjes of patatjes
300 gram ijsbergsla
1½ halve komkommer
3 tomaten
flesje knoflooksaus
3 handjes vol geraspte kaas
4,5 theelepel paprikapoeder
1 3/4 theelepel chilipoeder

Aan de slag

Begin met het voorverwarmen van je oven op 200 graden. Schil de aardappeltjes en snijd deze in kleine blokjes.

Giet een scheutje olie in een (wok)pan en bak de aardappeltjes met de deksel erop in circa 15 minuten zacht.

Snijd daarna de kipfilet in blokjes en breng de kip op smaak met de paprikapoeder en het chilipoeder.

Giet een scheutje olie in een pan en bak de kip in circa 5 minuten gaar. Als de aardappeltjes gaar zijn, schep je deze in een ingevette ovenschaal. Verdeel over de aardappeltjes de gebakken kip.

Als laatste een handjevol geraspte kaas over de kip en de ovenschaal kan de oven in voor circa 10-15 minuten totdat de kaas gesmolten is.

Snijd ondertussen de ijsbergsla in reepjes en de komkommer en tomaat in kleine stukjes.

Als de kaas gesmolten is, haal je de ovenschaal uit de oven en verdeel je hier de komkommer, tomaat, ijsbergsla en wat knoflooksaus overheen.

En smullen maar van je kipsalon!

	Groente & Fruit Kant & Klaar Maaltijden Salades, Soepen Losse Thee, Schulp Sappen Fruit Cadeau Kisten Laarderweg 24B, Eemnes, 035-5386257
--	--

FILIPPINE

In witte vakjes met gelijke cijfers staan dezelfde letters. De oplossing is het verticale woord in de grijze vakjes.



- | | | | |
|---|---|----|--|
| 1 | voertuig voor wie moet lopen (schertsend) | 8 | adellijke titel |
| 2 | buurthuis in BEL-gebied | 9 | woon-zorghuis voor groep jongvolwassenen |
| 3 | vroegere vorstelijke feestdag | 10 | beroepsaandoening |
| 4 | ongezonde eetwijze om af te vallen | 11 | giftig dier uit Amerika |
| 5 | plek om padel te spelen zonder overlast | | |
| 6 | vermaard zangkoor | | |
| 7 | te beklimmen (deel)gebouw op Koningsdag | | |

		1	20		9	21			11	12		9			
				2	20	26	11		16		17	6			
3			17	9	24		12			9		10	11	12	
4	19	3	21		16				24		21	8			
5	19	22	16	17		7			26	21	9	20	18		12
	6			21	24	10	21		17	12		26	19		
	7				16	7	8		16	21	9				
				8	20	18			12	16		11	2		
	9	22			22	11	12		9	17	3	18	24	19	
			10	19	8	17	2		17		12	21	9		
	11	16	11	8			26		26	11	9	12			

Onder de inzenders van de goede oplossing wordt een boekenbon van € 20,00 verloot. De oplossing van de vorige keer was Jazzcafeetje; de boekenbon gaat naar Mw. Betty Koekkoek.

Stuur uw oplossing aan: Redactie BasBLAD, Patrijzenhof 80, 3755 ET Eemnes, of per mail: redactie@basblad.nl.

ACTIVITEITENKALENDER

Selectie van interessante activiteiten van BasBEL en andere organisaties.

Correcties of aanvullingen? Graag naar secretaris@basbel.nl

Vervoer nodig? Bel Ellen voor vrijwillige chauffeurs, 035-5316079 of 06-41519803

Deel A) Wekelijks te doen in Blaricum (B), Eemnes (E) en Laren (L)

Dag	Tijd	Wat	Waar
ma-vr	10.00- 12.00	PC Helpdesk voor senioren, ook Apple, vanaf september	Brinkhuis, L
ma	10.00- 12.00	Spelletjes-ochtend, 035-5262902, vanaf september	Malbak, B
ma	13.00- 17.00	Gratis Biljarten	Huis Eemnes
ma-za	12.00- 15.00	Mogelijkheid te lunchen in tent voor Brinkhuis, 035-7513991	Brinkhuis, L
ma-vr	14.30- 16.00	Film; zo mogelijk tevoren reserveren op Hartvanlaren.nl;	Brinkhuis, L
ma	10.00- 16.00	Dagje Blaercom, 06 31995656	Blaercom
ma	11.00- 12.15	Fitwalk met Cor, vanaf 't Bluk, Zuiderheide 2, 06-10506983	't Bluk, L
ma	12.45- 14.00	Zwemmen senioren; water is 30 graden, 035-5314964	Biezem, L
ma	13.00- 14.00	Sport voor Vrouwen, Eliza Bozoglanian, 06-81778111	Schering, L
ma	13.00- 14.15	Fitwalk met Cor, vanaf 't Bluk, Zuiderheide 2, 06-10506983	't Bluk, L
ma	13.00- 16.00	Keramiek, Sabine Kuperus, 035-5262902, vanaf september	Malbak, B
ma	13.00- 16.00	Biljarten senioren, 053-5311887	Huis Eemnes
ma	14.00- 16.00	Koffiemiddag, Sabine Kuperus, 035-5262902, vanaf sept.	Malbak, B
ma	17.30- 18.30	Marian Roskamp kookt verse maaltijd, € 10,50; 06-2727226	Bongerd, E
di	09.15- 11.15	Naailles, Ingrid Hogebrug, 035 5263583, vanaf oktober	Malbak, B
di	10.00- 12.00	Koersbal, 053-5311887	Huis Eemnes
di	10.00- 12.00	Blaer-Kom koffie drinken	Blaercom, B
di	10.00- 12.00	Handwerkoctenden, 035- 526 2902,	Malbak, B
di	10.00- 15.30	De Ontmoeting, dagbesteding, Tosca de Jong, 06-5409026	Huis Eemnes
di	10.30- 12.00	Koffiedrinken en wandelen bij Viore; Oostereng 44,	Hilversum
di	12.30- 13.30	Inloopspreekuur Sociaal Wijkteam Blaricum, 035 7504138	Blaercom, B
di	13.00- 14.00	Inloopspreekuur Wijkteam Laren, 035 3034627	Raadhuis, L
di	13.00- 15.30	Schilderskring, Marijke Kaarsgaren, 035-5311253	Brinkhuis, L
di	13.30- 14.30	60+ in beweging, 035-526 2902	Malbak, B
di	13.30- 16.00	Blaer-Kom handwerken!	Blaercom, B
di	14.00- 15.30	Blaer-Kom Koersballen	Blaercom, B
di	16.00- 17.00	Inloopspreekuur Wijkteam Eemnes, 06-36313865	Huis Eemnes
di	19.30- 22.30	Klaverjasclub Laren, Eemnesserweg 15a, 035-6231100	Schering, L
wo	10.00- 11.00	Formulierenspreekuur Humanitas (bijv. DiGiD)	Malbak, B
wo	10.00- 16.00	'Dagje Blaercom', Lissy Pelikaan, 06 3199 5656	Blaercom, B
wo	10.00-12.00	Brei- en Haak-inloop, vanaf september	Malbak, B
wo	13.30- 15.00	Inloopspreekuur Vrijwilligers	Huis Eemnes
wo	14.00- 17.00	Bieblab: kennismaken met de toekomst;	Huis Eemnes
wo	17.30- 18.30	Marian Roskamp kookt verse maaltijd, € 10,50; 06-2727226	Bongerd, E
wo	20.00- 21.30	Musical Anders, mensen met een beperking; augustus	Malbak, B
do	10.00- 11.30	Blaercom-Kom Koffie Drinken	Blaercom, B
do	10.00- 11.30	Seniorweb. Voor alle vragen over computer, tablet, mobiel	Huis Eemnes
do	10.00- 12.00	Koffieochtend De Malbak, 06-13498334, vanaf september	Malbak, B
do	10.00- 11.30	Koffieochtend met lekkers, 06-82848005	Brinkhuis, L
do	10.00- 12.00	Brei en Haakcafé, Nelly Bleijenbergh, 06 - 3038 8296	Brinkhuis, L
do	10.00- 12.00	Koersballen Senioren, 06 1349 8334	Malbak, B
do	10.30- 12.00	Taalcafé anderstaligen, Afke Nijhof, 06-5737 0520	Schering, L
do	12.45- 14.30	Zwemmen voor senioren; water is 30°C; 035- 531 4964	Biezem, L
do	13.30- 16.00	Bridgen en klaverjassen, Eemnes, Raadhuislaan 80A	Raadsvore, E

do	14.00- 16.00	Koersbal, Paul Molenkamp, 035-5314383	Blaercom,	B
do	14.00- 16.00	Formulieren-inloopspreekuur Humanitas (bijv. DiGiD)	Brinkhuis,	L
do	14.00- 17.00	Textielatelier KnipOog, Annemieke Lute, 035-7504164	Schoter,	E
do	16.00- 17.00	Inloopspreekuur Sociaal Wijkteam Eemnes	Huis Eemnes	
do	19.30- 22.00	Modelspoorclub (MSC), Vincent v.d. Linden, 06-55135749	Malbak,	B
vr	10.00- 11.30	Taalcafé: Nederlands leren of anderen daarmee helpen	Huis Eemnes	
vr	10.00- 12.00	Jeu de Boules (buiten) en Bowls (binnen); 035-5311887	Huis Eemnes	
vr	10.00- 12.00	Geef en neemtafel, Afke Nijhof, 06 - 573 705 20	Brinkhuis,	L
vr	10.00- 12.00	Formulieren-spreekuur Humanitas (bijv. DiGiD)	Huis Eemnes	
vr	15.00- 16.30	E-books en apps spreekuur Bibliotheek; 035 - 5311887	Huis Eemnes	
vr	17.30- 18.30	Marian Roskamp kookt verse maaltijd, € 10,50; 06-2727226	Bongerd,	E
vr	20.00- 23.00	Linedance, Els Vos, 035-5262902	Malbak,	B
zo	11.00- 12.30	Koffieconcert Papagenohuis Laren; € 12,50	Papageno,	L

Deel B) Verder te doen per maand

Mei 2023

do 18	16.00- 19.30	Blaer-Kom Film kijken en dineren	Blaercom	
za 20	10.00- 12.30	Repaircafé Eemnes	De Schoter	E
zo 21	15.00- 16.30	Anne Stibbe-serie: Maat Saxophone Quartet	Rosa Spier	L
di 23	14.00- 15.30	Film Laren; Over de relatie van Hélène en Matthieu	Brinkhuis	L
do 25	16.00- 17.15	Blaer-Kom Cultuur Snuiven, 035-5314383	Blaercom	
do 25	19.30- 21.15	Filmhuis Eemnes: Le Grand Bain; € 5,00	Huis Eemnes	
vr 26	20.00- 21.45	Keep an Eye; 5 pianisten van CvU/HKU	Rosa Spier	L
vr 26	20.15- 21.45	Luistercollege: Het echte verhaal van Karen Carpenter	Huis Eemnes	
di 30	14.00- 15.30	Film Laren; Over Carl en Yaya na zinken cruise	Brinkhuis	L
di 30	17.30- 20.00	Gezellig samen Chinezen met BasBEL (zie Basblad)	Braadkamp	E

Juni 2023

do 1	12.15-15.30	Blaercom-Kom Lunchen en Film Kijken	Blaercom	B
vr 2	14.00- 16.00	Lezingen Big Five Jazz-pianisten; George Gershwin	Brinkhuis	L
vr 2	19.30- 21.00	Aanschuifdiner; € 15,00	Huis Eemnes	
za 3	10.00- 12.30	Repaircafé Blaricum	Malbak	B
za 3	10.15- 12.30	Rouwcafé Versa Welzijn	Brinkhuis	L
za 3	19.30- 21.00	Kindergroep van Deo et Arti: Kruimels en kiezels	Hasselbak	E
zo 4	15.00- 16.30	Muziekcafé: We get request	Huis Eemnes	
zo 4	15.00- 16.45	Kindergroep van Deo et Arti: Kruimels en kiezels	Hasselbak	E
di 6	10.00- 12.00	Juridisch spreekuur Frans recht; Bosscher advies	Brinkhuis	L
wo 7	10.00- 12.00	Inloopspreekuur Toegankelijkheidsteam Laren	Brinkhuis	L
wo 7	19.00- 22.00	Teken- en schilderles Willem Zeegers; € 10,00	Brinkhuis	L
vr 9	14.00- 16.00	Lezingen Big Five Jazz-pianisten; Richard Rodgers	Brinkhuis	L
za 10	10.00- 12.30	Repaircafé Laren, Smeekweg 104	Ons Genoegen	L
di 13	20.15- 22.00	Stand-up comedy (bij mooi weer in Kloostertuin)	Brinkhuis	L
do 15	16.00- 19.30	Blaer-Kom Film kijken en dineren	Blaercom	B
vr 16	14.00- 16.00	Lezingen Big Five Jazz-pianisten; Cole Porter	Brinkhuis	L
za 17	10.00- 12.30	Repaircafé Eemnes	De Schoter	E
zo 18	15.30- 17.00	Jamsessie met Paul Paulissen	Huis Eemnes	
di 20	11.00- 14.30	Basbel-excursie naar Vesting Museum (zie BasBlad)	Naarden	
di 20	20.00- 21.30	Liedjes uit het leven gegrepen; Harry Slinger, Lucas de Bruin	Brinkhuis	L
do 22	16.00- 17.15	Blaer-Kom Cultuur Snuiven, 035-5314383	Blaercom	B
vr 23	10.00- 13.00	Koor 'Zingen voor je leven' van Vioere, Oosterengweg 44	Hilversum	
zo 24	14.30- 16.00	Harmonie NUEVO, Muziek van groot tot klein	Huis Eemnes	

Juli 2023

za 1	10.00- 12.30	Repaircafé Blaricum	Malbak	B
za 1	10.15- 12.30	Rouwcafé Versa Welzijn	Brinkhuis	L
di 4	10.00- 12.00	Juridisch spreekuur Frans recht; Bosscher adv	Brinkhuis	L
wo 5	10.00- 12.00	Inloopsprekkuur Toegankelijkheidsteam Laren	Brinkhuis	L
do 6	12.15- 15.30	Blaercom-Kom Lunchen en Film Kijken	Blaercom	B
di 7	10.00- 11.00	Muziek op de koffie met Joep Lans	Brinkhuis	L
vr 7	17.30- 19.00	Vega-editie Aanschuifdiner; € 15,00	Huis Eemnes	
za 8	10.00- 12.30	Repaircafé Laren, Smeekweg 104	Ons Genoegen L	
wo 12	16.00- 19.00	Vaarttocht BasBEL over de Vecht ; opgave: zie Basblad	Maarssen	
za 15	10.00- 12.30	Repaircafé Eemnes	De Schoter	E
do 20	16.00- 19.30	Blaer-Kom Film kijken en dineren	Blaercom	B
do 27	16.00- 17.15	Blaer-Kom Cultuur Snuiven, 035-5314383	Blaercom	B

MARIAN KOOKT VOOR U (advertentie)

Als professionele dieet-kok met 40 jaar ervaring in de ouderen zorg, kook ik op maandag, woensdag en vrijdag een verse maaltijd.

De maaltijden worden geserveerd in de Bongerd, Jkh.Röellaan15 in Eemnes tussen 17.30 en 18.30 uur. Reserveren is niet nodig! De maaltijd bestaat uit een hoofd- en bijgerecht en dessert, voor € 10.50.

Verder kan ook een vers gekookte warme maaltijd bij u thuis bezorgd worden. Dit kost € 1.00 extra, binnen Eemnes, buiten Eemnes € 2.00.

Vragen bel mij: 06 1272 7226.

Zaalverhuur

De ruimte is te huur voor: (verjaardag) feesten, vergaderingen, cursus, condoleance, clubs. De capaciteit is max. 55 personen. Voor beschikbaarheid, en over informatie en prijzen bel mij.

Catering

Voor al uw feesten, partijen en andere gelegen heden, is catering mogelijk. Van een kopje koffie tot hele buffetten in de Bongerd of thuis bezorgd. De prijs is op aanvraag. Bijvoorbeeld: luxe hapjes, broodjes, high tea, gebak en buffetten koud en warm.





LID WORDEN VAN DE BASBEL?

(voor 50+-ers in Blaricum, Eemnes en Laren)

Waarom?

- Contacten en gezelligheid (koffieochtenden, busreizen, kleine uitjes, kerstdiner)
- Ledenvoordeel (gratis belastingaangifte, korting ziektekostenverzekering, ondersteuning bij WMO-gesprek, enz.)
- Belangenbehartiging van senioren in de BEL (bijv. bij gemeente en woningbouwvereniging)
- Informatie (tweemaandelijks BasBLAD, website, lezingen, activiteitenkalender)

Hoe?

1 Door het **formulier** aan ommezijde in te vullen en op te sturen of in te leveren bij:

Ledenadministratie BasBEL,
Meentweg 29, 3755 PA Eemnes,

of bij:

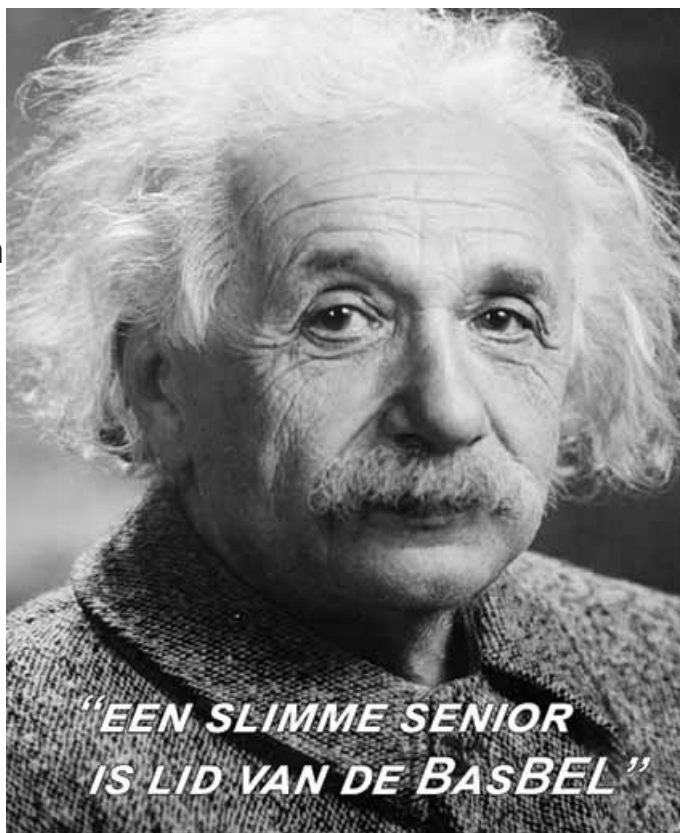
Secretaris BasBEL,
Patrijzenhof 80, 3755 ET
Eemnes

2 Of met een **mailtje** (met naam en telefoonnummer) aan:
secretaris@basbel.nl

3 Of met een **telefoontje** naar :
Ellen (035-5316079 of 06-41519803),
naar Anske (06-47818683),
of naar Jan (06-15074933)

Duur?

Neen. € 25,00 per jaar, en partner op zelfde adres € 15,00.



Wie zich na 1 juli aanmeldt betaalt € 12,50 (of 7,50 voor een partner).



INSCHRIJFFORMULIER BASBEL

Naam m/v:

Adres:

Plaats:

Email:

Geb. datum: Tel:

Ja, ik word lid van de BasBEL. De contributie is € 25,- per jaar; voor een partner op hetzelfde adres € 15,-.

Het bedrag voor mij is daarom: €

Ik machtig de BasBEL de contributie af te schrijven van mijn bankrekening met IBAN-nr. (zie uw pinpas):

NL

Ik vind het wel leuk af en toe enig vrijwilligerswerk te doen. ... ja / neen

Ik weet dat de BasBEL zich houdt aan de geldende privacyregels (AVG), en geef toestemming mijn gegevens op te nemen in het ledenbestand.

Datum:

Handtekening:

.....

.....

Formulier in te leveren of op te sturen naar:

Ledenadministratie BasBEL, Meentweg 29, 3755 PA Eemnes,

of: Secretaris BasBEL, Patrijzenhof 80, 3755 ET Eemnes (tel: 5316079)

HANDIGE ADRESSEN EN TELEFOONNUMMERS

Versa Welzijn BEL: Blaricum: 06 31995656
Laren en Eemnes: 5314514

WMO LOKET: Blaricum tel: 5266092, spreekuur: ma. 10 – 12.30 uur Eemnes tel: 7513344, inloopspreekuur: do. 9.30 – 12.30 uur, Laren: tel: 7513372 , inloopspreekuur: vr. 9.30 – 12.30 uur. Voor alle HBEL (Huizen/Blaricum/Eemnes/Laren) - cliënten: tel: 5281247, spreekuur op alle werkdagen 8.30 – 16.00 uur.

Huisartsenpost: 088-1309600

Tergooiziekenhuizen Blaricum EN Hilversum: 088 753-1753

Gezondheidscentrum de Driesten: Torenzicht 26 Eemnes; www.dedriesten.nl

Prikpost: in het Huis van Eemnes; di, wo, do: 8.00 - 9.00 uur

Algemeen Alarmnummer: 112

Politie: 0900-8844

OuderenOmbudsman: 0900-6080100 ma. t/m vr. tussen 9.00 en 17.00 u.

Dorpshuis de Blaercom, Schoolstraat 3, 1261 EV Blaricum, 035-5314383

Wijkcentrum de Malbak, Wetering 122, 1261 NK Blaricum, 035-5262902

Brinkhuis, Brink 29, 1251 KT Laren, 035-7513991

Schering & Inslag, Eemnesserweg 15a, 1251 NA Laren, 035-6231100

Johanneshove, Eemnesserweg 42, 1251 ND Laren, 035-5394200

De Schoter, Wakkerendijk 66a, 3755 DD Eemnes.

Huis van Eemnes, Noordersingel 4, 3755 EZ Eemnes, 035-5311887

Viore, voor iedereen die leeft met kanker , Oostereind 44, 1212 CN Hilversum, 035-6853532,(iedere werkdag open van 10.00 - 16.00 uur, info@viore.org)

Alliantie, spreekuur in De Bongerd (Jhr. Roëllaan 17, Eemnes), elke dinsdag van 10.00 tot 11.00 uur. De wooncoach is te bereiken via email: wooncoach@de-alliantie.nl

Stichting Vrienden van het Ouderenwerk Blaricum, Eemnes en Laren (steunt activiteiten die nog een financieel zetje nodig hebben) Aartseveen 32, 3755 VC Eemnes; 035-5389297 / 06-11284080 info@vriendenouderenwerk.nl ; website: www.vriendenouderenwerk.nl

FASv (Federatie Algemene Seniorenverenigingen), Florazoom 43, 2719 HS Zoetermeer, 0313-714916, www.fasv.nl ; info@fasv.nl



**EEN BEZOEK AAN MARJAN
HAIRSTYLING IS ONTSPANNEND
EN VERRASSEND.**

**ONZE ERVAREN KAPSTERS
HEBBEN ER PLEZIER IN OM U
BLIJ EN MOOI TE MAKEN.**

**BEL VOOR EEN AFSpraak OF
LOOP ZOMAAR EVEN BINNEN.**

**WIJ HEBBEN OOK EEN
PROFESSIONELE NAILSTUDIO.**

SCHOUTENBOSJE 2, LAREN

TEL: 035 – 5310686

MAIL: HAIRSTYLINGMARJAN@GMAIL.COM

