

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: De Sint Jansprocessie in Laren loopt men op zondag als die zondag OP 24 juni valt, en anders de zondag die het dichtst bij 24 juni ligt. De processie is al zeer oud en bestaat vanaf de jaren 1800.

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
Van de voorzitter	4
Nieuwe leden	7
BasBEL BarbeCue	7
Geslaagd bezoek Vestingmuseum	8
Welkom in het Taalcafé Eemnes	8
Klaar – Over	9
Uitnodiging	10
Oud worden in deze tijd.	12
Middag Valpreventie	13
Sint Jans Processie juni Laren	15
Gezondheidstips	19
Buiten de Wmo blijven?	20
Louis Braille [1809-1852]	21
Weggoeien? Mooi niet!	22
De Kazerne	23
Behoudende woonvisie Blaricum en Laren	25
Avocado	27
Filippine	29
Activiteitenkalender	30
Marian kookt voor u	32
Lid worden van de BasBEL?	33
Handige adressen en telefoonnummers	35

OPGEVEN VOOR EVENEMENTEN:

inspreken op tel. 06-2321 8606 of mail naar: basbeldeelname@gmail.com

Onze adverteerders:

De Biezem	Zwembad	Laren
Notariskantoor Eemnes	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.

VAN DE VOORZITTER



Basbel-leden zijn niet gek en laten zich niet door een ander in de boot nemen. Maar als ze er zelf voor kunnen kiezen, stappen ze graag in voor een vaartochtje. Het bezoek aan het vestingmuseum in Naarden werd afgesloten met een mooie rondvaart over de verdedigingsgrachten. Als u niet zelf mee was hebt u vast de foto's gezien op onze website Basbel.nl. Een mooie tocht over de Vecht maken we op 12 juli, juist terwijl dit nieuwste nummer van het BasBlad bij de drukker ligt. Op het moment dat ik dit schrijf, begin juli, zijn alle 50 plaatsten op de luxe salonboot Dame van Amstel uitverkocht.

Verder, als onderdeel van onze zomerreis naar Den Bosch op 1 september, gaan we op een heel bijzondere manier varen, op de 'ondergrondse' Binnendieze. Geeft u zich snel op, anders zijn alle plaatsen bezet, zeker nu we deze busreis voor een heel schappelijke prijs kunnen aanbieden.

We doen ook andere dingen. Verderop leest u onder andere over de oefenen informatiemiddag valpreventie in Johanneshove. Dat klinkt misschien wat serieus – en dat is het ook. Jaarlijks overlijden duizenden senioren als gevolg van een gebroken heup na een ongelukkige val. Op 12 september in Johanneshove, in de vertrouwde Van Wulffenzaal, geeft een coach wat eenvoudige tips waarmee je de kans om te vallen flink verkleint.

In diezelfde zaal was er in februari onze Woonmiddag met de drie wethouders volkshuisvesting van de BEL-gemeenten. Die waren blij met ons enquête-rapport

'Samen oud, samen thuis' en beloofden tegenover de zaal vol leden BasBEL als gesprekspartner te zien bij de verdere opstelling van de Woonvisie. Wat daarvan terecht kwam en hoe het verder loopt, leest u ook in dit nummer. Na de duidelijke signalen die u afgaf tijdens de ledenvergadering beschouwen wij als bestuur het organiseren van gezamenlijke maaltijden maar als onze favoriete hobby. Voor de rest van het jaar hebben we nog een paar etentjes in petto; in dit julinummet alvast de uitnodiging om u op te geven voor de barbecue op 24 augustus.

Wie gaat alle betalingen daarvoor weer registreren en incasseren? Je begrijpt soms niet dat onze penningmeester René Diesveld, ondanks al z'n werk aan contributies, betalingen, BTW en excel-sheets, zo'n opgeruimde vent blijft. Maar zo vrolijk als laatst, zag ik hem nooit. Hij zong het liedje van Wim Sonneveld: *Poen, poen, poen, poen // 't Zal je gedacht zijn wat je allemaal met poen ken doen // Je hoort vaak zeggen dat geluk niet zo te koop is // Maar geld doet wonderen en vooral als 't een hoop is!* Hoe dat zo? Dies – zo heet hij bij ons in het bestuur – had juist bericht ontvangen dat onze subsidie-aanvraag door de drie gemeenten is toegekend. Een 'hoop' geld is het niet, maar het geeft wel 'geluk'. Diverse activiteiten kunnen we nu net iets makkelijker rond rekenen, en de subsidie is ook een erkenning van de waarde van het werk van onze vereniging. Vandaar dus.

Ik wens u een niet al te warme, maar wel zonnige zomer, en zie u graag in de bus, op de boot of bij de barbecue.

Jan Sanders

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

Mevr. Eijnsma, Eemnes
Mevr. Rigter, Laren
Hr. Overbeeke, Eemnes
Mevr. Keizer, Laren
Mevr. Koster- Tiesema, Laren
Hr. en Mevr. de Beer, Naarden.

BASBEL BARBECUE

Welkom, beste mensen van de BasBEL, voor een gezellige Barbecue middag op donderdag, 24 augustus 2023 in Johanneshove.

We hopen op mooi weer, zoals vorig jaar. Maar als het regent gaan we allemaal naar binnen.

De Plek. We hebben er weer de van Wulffenzaal. Het buiten-gebeuren is te bereiken via een grote deur. Een grasveld met hoge bomen die schaduw geven. Er zijn daar tafels en stoeltjes. Buiten- stoelen blijven buiten en de binnenstoelen binnen. Logisch.

Kok Ruud en zijn helpers, u kent ze ondertussen, staan klaar met lekkere dingen. Er is: gegrild vlees en vegetarisch eten. Het wordt door gastvrouwen / heren rondgebracht. U kunt u ook zelf lekkere dingen gaan halen.

Op **het menu** staan: kipsaté, hamburgers, procureurlapjes, garnalenspiesjes, en pindasaus, knoflooksaus en mayonaise. Er zijn ook frietjes en huzarensalade. Volop stokbrood, boter en kruidenboter.

Water en frisdrank vindt u op de tafels en die horen bij de barbecue. Aan het einde van de barbecue komt er nog iets lekkers, of koffie/thee. Uw keuze.

Alcoholische dranken die moet u zelf betalen en afrekenen bij de kassa in de grote zaal.

Het programma:

1. Vooral gezellig met elkaar zijn, kennis maken met anderen, eten en drinken en genieten.

2. Er is voor degenen, die dat leuk vinden een diavoorstelling te bekijken, die binnen in de Wulffenzaal gedraaid. Het is een overzicht van allerlei activiteiten die de Basbel organiseerde.

Herinneringen. Wellicht kunt u uzelf op die dia's terug vinden. Het is een steeds doorlopende voorstelling.

Er is ook levende muziek. U mag natuurlijk weer meezingen, graag zelfs. Als u nog vragen hebt kunt u bij mij (Ellen) terecht, bij de andere bestuursleden en bij onze gastvrouwen/ heren.

We beginnen 13.00 uur en eindigen tussen 16.00 en 16.15 uur.

De kosten zijn per persoon € 20.00 en voor introducé € 25.00



Wij wensen u een hele fijne middag,
geniet van het eten en natuurlijk van
elkaar.

EdV

OPGEVEN VOOR de Barbecue :
inspreken op tel. 06 2321 8606 of mail
naar: basbeldeelname@gmail.com
Uiterlijk: 20 augustus

GESLAAGD BEZOEK VESTINGMUSEUM

Op een mooie juni-dag ga je naar
buiten en drink je iets op een
terras. Saai toch, om dan naar een
museum te gaan? Nou nee, niet
als je naar het vestingmuseum
Naarden gaat.

Het bezoek met de groep Basbel-
leden begon al goed, in een koele
kazemat (bunker) met koffie en
appelgebak. Daar stelden zich de
gidsen voor. Met enthousiasme
en humor vertelden zij over de
wonderbaarlijke geschiedenis van
Naarden.

Niets beter dan aanschouwelijk
onderwijs. Met een vaartocht over de



brede vestinggrachten toonden de
gidsen mooie details.

De Basbel-leden hoorden het met
belangstelling aan, terwijl ze ondertussen
genoten van het vaartochtje.

Het plezier wordt er alleen maar groter
op als iedereen moet 'duiken' om een
lage brug te passeren. Beter dan hier
op het water kon je het niet hebben op
zo'n warme dag. Al was het even later
in de schaduw van de grote eik met
een gezellig afscheidsdrankje ook niet
verkeerd.

WELKOM IN HET TAALCAFÉ EEMNES

Het is vrijdagochtend 26 mei, tien uur,
Huis van Eemnes. Mohamed uit Syrië
komt het Taalcafé Eemnes binnen. Hij
heeft zijn collega en vriend Abdullah uit
Algerije meegenomen. Zij schuiven aan
tafel bij Liesbeth, een van de vrijwilligers
van het Taalcafé. Even later hoor je hen
hardop en smakelijk lachen met elkaar.

In de afgelopen zes jaar zijn er
bezoekers uit veertig verschillende
landen binnen komen lopen op een
vrijdagochtend tussen tien uur en half
twaalf. Vandaag zijn er mensen uit Peru,
Engeland, Oekraïne, Irak, Afghanistan,
de Filippijnen, Marokko, Italië, Turkije,
Oost-Turkestan en Hong Kong.

Het zijn mensen die als nieuwkomer
vanuit het buitenland in Eemnes of
directe omgeving zijn komen wonen
en die onze taal willen leren. Ze zijn
hierheen gekomen, omdat ze een
Nederlandse partner hebben, omdat ze
werk hebben gevonden in Nederland of
omdat ze gevlucht zijn.

Vierentwintig mensen zijn vanochtend
gekomen omdat ze Nederlands willen

leren. Twee tolken zijn aanwezig en zestien vrijwilligers uit Eemnes zijn er om met deze bezoekers te praten. En daar gaat het om in het Taalcafé: elkaar ontmoeten, samen koffiedrinken, praten over eten en andere alledaagse dingen en over je kind dat het goed doet op school. Immers, een taal leren is veel meer dan een schoolboek.

Jij ik wij
Nederlandse les

Jij bent niet ik, ik ben niet jij,
maar jij en ik zijn samen wij.

Jullie zijn wij zonder mij.
Zij zijn jullie niet en toch

zij en hij en jullie en ik
zijn samen weer wij

en iedereen heeft gelijk,
want iedereen weet:

dit ben ik en dat ben jij
en wij zijn wij.

Aut. Gerard Beentjes

De taal is de sleutel naar de samenleving en dus naar het vinden van je eigen weg in onze samenleving.

Maar u las het goed: vierentwintig bezoekers en zestien vrijwilligers. We kunnen dus best versterking gebruiken op de vrijdagochtenden tussen tien uur en half twaalf in het Taalcafé Eemnes, natuurlijk in het Huis van Eemnes. En het is een café, dus vrij van komen en gaan. Loop een keer binnen, om te zien of het iets voor u is: mensen ontmoeten uit een andere cultuur, mensen

ontmoeten die onze taal willen leren. U hoeft geen leraar te zijn. U praat gewoon Nederlands, bent geïnteresseerd in andere mensen en hun culturen en heeft tijd op vrijdagochtend.

Wilt u meer weten? Stuur een mailtje naar goedebureneemnes@gmail.com ,kom vrijdagochtend bij ons langs, of kijk even op www.goedebureneemnes.nl , onze website.

Gerard Beentjes
Werkgroep Taalcafé Eemnes

KLAAR – OVER
Bep (G.L.) De Boer

Ik kwam vanaf de Barbiersweg in Laren bij de Eemnesserweg. Ik moest naar het Raadhuis aan de overkant.



*Vervaardiging: tekenaar Felix Hess
datering 1888. 0943, Wikipedia*

Het was loei druk op de Eemnesserweg en oversteken was op dat moment een waagstuk.

Op de hoek van Schoolpad en de Eemnesserweg zag ik een klein oud dametje staan. Ze wilde natuurlijk ook oversteken maar dat lukte ook niet. Ze droeg een bril en keek met geknepen ogen. Ze kon misschien ook heel slecht zien.

Op het moment dat ik wilde oversteken zag ik aan de overkant twee meisjes van 10 á 11 jaar die zingend en huppelend de oude dame naderden. Ze stonden heel gezellig met het vrouwtje te babbelen.

De dame wees met haar stok naar de overkant. Ze wilde dus wel degelijk oversteken. En dat lukte haar steeds niet door de doorstromende auto's van uit het dorp richting Eemnes en naar het dorp toe.

En toen zag ik het gebeuren. De meisjes gaven de oude dame ieder een arm en zo liepen ze met z'n drieën naar de overkant van de weg.

Het aanstormende verkeer remde even af, één automobilist toeterde en stak zijn duim op. Het was een heerlijke vertoning dat stel te zien oversteken. De oude dame gaf de meisjes een hand. Ze zal ze wel bedankt hebben.

De meisjes vervolgden hun weg aan de andere kant van de Eemnesserweg en de oude dame wandelde rustig verder.

Het was hartverwarmend om dat te zien. Daar word ik nou blij van.

UITNODIGING

Vrijdag 1 september: de Zomer Busreis naar DEN BOSCH.

Het gaat weer een groots uitje worden!

Na het succes van het stoomuitje van vorig jaar naar Enkhuizen -Medemblik en Hoorn, toen we met gemak een bus vol met gegadigden hadden als deelnemer, hebben we besloten opnieuw een busreis te organiseren. De keuze is dit jaar gevallen op Den Bosch. Een stad met een rijk verleden!

Om 12:15 uur worden we verwacht in het party centrum Nistelrode voor een uitgebreide koffie tafel. Daarna rijdt de bus door naar het startpunt van een boottocht op het riviertje de Binnendieze. De bus levert ons ter plekke af, u hoeft dus niet ver te lopen. We varen in twee groepen met fluisterboten over de rivier. De rivier ligt natuurlijk vrij laag en biedt daarom een bijzondere kijk op de stad.

De BinnenDieze speelde vroeger een belangrijke rol in de bevoorrading van de stad. Verder gebruikte de ijzer- en lakenindustrie het water voor het



productie proces. Het water werd verder gebruikt als drinkwater, maar ja, niet zo fijn, het riviertje deed toen natuurlijk ook dienst als open riool.

Om 14:15 uur start de boottocht voor de eerste groep bij de "Kring Vrienden in 's-Hertogenbosch". De boottocht voor tweede groep start 15:15 uur. De boottocht duurt ongeveer 50 minuten.



Als de andere groep op het water is kunt u het centrum Den Bosch gaan verkennen en mogelijk een kijkje nemen in de St. Jans Kathedraal.

De deelnemers bijdrage is 35 euro voor leden en voor introducés 42,50 euro. Dankzij een subsidie van de drie BELgemeenten hebben wij de prijs laag

kunnen houden.
Deelname: minimaal 35 en maximaal 50 deelnemers.
We vertrekken om 10:30 uur vanaf Johanneshe in Laren of als u dat beter uitkomt om 10:45 uur vanaf het Huis Van Eemnes in Eemnes. Vertrek uit Den Bosch ca. 16:30 uur. Het streven is om ongeveer 18:00 uur weer thuis te zijn. Als u een rollator meeneemt, wilt u deze dan voorzien van naam en adres?

U kunt zich tot aanmelden tot **24 augustus**, door een WhatsApp berichtje, een

SMS-je of een berichtje in te spreken op de BasBel telefoon 06-2321 6606.

U kunt ook een mail te sturen naar basbeldeelname@gmail.com.

Denk eraan eventuele dieetwensen tijdig aan te geven.

Uw aanmelding wordt bevestigd.

Foto's: Door Dondersteen - Flickr.com, CC BY 2.0,



NOTARISKANTOOR EEMNES



MR. E.H. SCHADE, NOTARIS
MR. D. SMIT, NOTARIS
MW. MR. W.A. BONT, OUD-NOTARIS/LID NOVEX

- (TWEETRAPS)TESTAMENTEN
- PATCHWORK-TESTAMENTEN
- LEVENSTESTAMENTEN
- HUWELIJKE VOORWAARDEN
- SAMENLEVINGSCONTRACTEN

- LEVERINGEN EN HYPOTHEKEN
- FLEX BV, STICHTINGEN
- SCHENKEN OP PAPIER
(EIGEN BIJDRAGE ZORG)

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

LAARDERWEG 19 - 3755 AK EEMNES

TELEFOON (035) 533 67 04 - [INFO@NOTARISKANTOOOREEMNES.NL](mailto:info@notariskantoooreemnes.nl)

[WWW.NOTARISKANTOOOREEMNES.NL](http://www.notariskantoooreemnes.nl)

oud worden in deze tijd.



Het is gewoon niet voor te stellen
Je moet met een mobieltje bellen
Je kunt er ook een tekst op lezen
Je moet altijd bereikbaar wezen.
En dat kan dus niet gewoon
Met een doodgewone telefoon.

Wil je een treinkaartje kopen,
nee, niet naar de balie lopen,
Daar is niemand meer te zien,
je kaartje komt uit een machien.
Je moet dan overal op drukken
in de hoop dat het zal lukken.
Pure zenuw sloperij,
achter jou zie je een rij
Kwaad en tandenknarsend staan,
Want de trein komt er al aan.

Bij de bank wordt er geen geld,
netjes voor je uitgeteld.
Want dat is tegen de cultuur,
nee, je geld komt uit de muur.
Als je maar de code kent,
anders krijg je vast geen cent.
Om je nog meer te plezieren,
mag je internet bankieren
Allemaal voor jou gemak,
heb je alles onder dak.
Niemand die er ooit naar vroeg,
blijkbaar is het nooit genoeg.

Man, man, man, wat een geploeter,
alles moet met een computer.
Anders sta je buiten spel,
en www, punt. Be of nl
Vind je alle informatie,
wie behoed je voor frustratie?
Als dat ding het dan niet doet,
dan wordt je toch niet goed,
Maar dan roept men dat je boft,
je hebt immers Microsoft,

Ach, je gaat er onderdoor,
je raakt gewoonweg buiten spoor.
Nee, het is geen kleinigheid,
oud worden in deze tijd.

Uit: Theograaf nr.4 – aug.sept. 2014

MIDDAG VALPREVENTIE

BasBel organiseert 12 september een oefen- en informatiemiddag valpreventie. De vorige keer vonden de deelnemers de middag 'verrassend en nuttig'. Goed dus om er bij te zijn.

Als je denkt dat er per jaar in Nederland

65-plusser op de SEH (spoedeisende hulp) na een val.

Dat is ongelukkig en domme pech. Maar – hoewel de dokter te wijs is om het zo te zeggen – het is soms ook gewoon 'een beetje dom'. Er worden ouderen op de stoep aangereden door scooters,



honderden 65-plussers in het ziekenhuis terecht komen na een ongelukkige val, en dan op internet nog even de precieze cijfers erbij zoekt, dan schrik je een hoedje. Of – om in stijl te blijven – dan val je stijl achterover. Want het zijn er niet honderden per jaar, maar tienduizenden. Zoals een afbeelding op de site van het Utrechts UMC vertelt, belandt er elke vier minuten een

ja dat komt voor, maar veruit de meeste ongelukken vinden thuis plaats. Gammele trapjes en losse matjes zijn vaker oorzaak dan snelle scooters. Met wat eenvoudige tips voor de aankleding van het huis en voor een betere lichaamshouding, kun je de kans op vallen flink verkleinen.

lees verder op pagina 15



**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.



| Elly Kramer
UITVAARTZORG

Overlijden melden
24/7 bereikbaar
06 17 16 64 68

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

Komt u daarom allemaal naar de valpreventie-middag op **12 september in de Van Wulffenzaal in Johanneshove**. De bijeenkomst begint om 14.00 uur en is gratis toegankelijk, ook voor introducés (met dank aan de gemeente voor een kleine financiële bijdrage).

Het officiële gedeelte duurt tot ongeveer 15.30 uur. Aansluitend doen we nog een gezamenlijke oefening om het vallen te beperken, namelijk door tijdens het gezellig napraten het gebruik van alcoholische drankjes tot maximaal 2 te beperken.

SINT JANS PROCESSIE JUNI LAREN

Een middeleeuwse processie is niet bekend. In het laatste kwart van 18e eeuw werd een processie in de schuilkerk geïntroduceerd. Een gezamenlijk tocht over de openbare weg is pas in het eerste kwart van de 19e eeuw (na 1802) ontstaan uit de 17e- en 18e-eeuwse stille omgangen. Het was aanvankelijk een groepsgewijze

bidtocht onder leiding van de pastoor met alleen een kruis en vaandel. Sinds ca.1858 werd de bidtocht van meer attributen voorzien en langzaam uitgebouwd. In 1886 werd ze door de lobby van pastoor Hartman en de RK burgemeester Velthuisen tot een echte sacramentsprocessie gemaakt. Een bisschoppelijke vergunning daarvoor werd in 1896 'voor eeuwig' gegeven.

De Larense rooms-katholieke burgemeesters, zoals Jan van den Brink, hebben een belangrijke functie voor de processie gehad.

Latere burgemeesters werden juist bekritiseerd omdat ze als broedermeester vooraan in de processie liepen, met de ambtsketen om. Van 1942-1944 werd de processie verboden door de Duitse bezetter; toen werd de processie weer in de kerk gehouden.

In 1965 vond een aantal Laarders de processie "een anachronisme" (is iets wat niet helemaal in zijn tijd past). Men stond voor de keuze: moderniseren of laten afsterven. Men besloot tot een



versoberde, niet-triomfale vormgeving: het moest weer een bidtocht worden zonder de bestaande scheiding in geslacht, leeftijd of stand en zonder geüniformeerde sporters en muzikanten. Binnen enkele jaren werd ze onder invloed van nostalgie, folklorisering en versterking van de eigen identiteit weer



allengs naar de oude vormgeving terug veranderd.

De 20e eeuw zette nog in met een snelle groei van het aantal deelnemers; in 1906: '6000' deelnemers. Door toename in publiciteit en uitbouw van de processie stroomden steeds meer toeschouwers toe. Gemiddeld '10.000' aanwezigen met uitschieters in 1910 en 1928, toen de bisschop van Utrecht erbij aanwezig was: '25.000'. In 1945 namen ook nog eens 400 Canadezen aan de processie deel. In de jaren vijftig waren er volgens de kranten tienduizenden deelnemers en belangstellenden. In 1991 waren er



2500 deelnemers.

De processiesamenstelling was in 1886 als volgt: kruisdrager, twee misdienaars, twee grote en twee kleine vanen, vier zangers, vier bruidjes, het Allerheiligste, gedragen door aartsbisschop Snickers, vier lichtdragers met baldakijn, vier 'wierokers' en de gelovigen. Sindsdien heeft een enorme uitbreiding van de processie in groepen en attributen plaatsgevonden (30 groepen in 1937, 35 in 1939, 45 in 1947 en 60 in 1964). Opmerkelijk is dat in de processie geen beeld van St. Jan wordt meegedragen; dit gegeven laat zich verklaren uit feit dat de processie gaat van het ene Jansbeeld naar het andere.

De processie volgt de volgende route: Brink, Zevenenderdrift, Vredelaan, Langakker, Kerkhof, Hilversumseweg (tot 1980 ook door de fietstunnel), St. Janstraat, Brink. De processieroute wordt versierd met blauw-wit en rood-blauwe banieren. Halverwege, bij Zevenend, worden sinds de jaren tachtig ook twee beelden, St. Jozef en de Goede Herder, langs de route geplaatst.

In 2020, ten tijde van de coronapandemie, kon de processie geen doorgang vinden. De viering van de mis kon via een livestream thuis worden gevolgd, terwijl een klein groepje inwoners informeel een alternatieve voettocht hield naar het kerkhof, net zoals in de 18e eeuw individueel lopend over de Eng.

Versiering van de route

Erebogen: sinds 1886 maken lokale architecten ontwerpen voor de erebogen. In 1947 waren er al zeven erebogen

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.



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



of -poorten door de buurten gebouwd en verzorgd, met veel sparrengroen.

Dit leidde tot het gebruik van 'bogen kijken' de avond tevoren of de dag erna. Voor het jubileum in 1986 werden twee extra nieuwe bogen gemaakt.



Overige versieringen: Op verzoek van de pastoor worden sinds 1896 versieringen aan de huizen en in de tuinen aangebracht: altaartjes, bloemen, lichtjes en Johannesbeelden (St. Jannekes: kleine beeldjes).

Bron: Wikipedia

GEZONDHEIDSTIPS

Diabetes

Regelmatig bewegen verkleint het risico op diabetes, omdat beweging een goede stofwisseling in het bloed bevordert. Regelmatig bewegen biedt vaak ook voordelen voor mensen die al diabetes hebben. Zij kunnen vaak met minder medicijnen toe en hebben minder kans op complicaties. Diabetes is een belangrijke risicofactor voor **slagaderziekte**.

Hoge bloeddruk

Hoge bloeddruk ontstaat doordat de weerstand in de kleine slagaders toeneemt. Bij hoge bloeddruk staan de vaatwanden extra onder druk en wordt het risico op slagaderziekte groter. Door regelmatig te bewegen, train je niet alleen je kuitspieren maar ook je bloedsomloop. De kleine slagaders verwijden en vernauwen zich door spiercellen die net als de spiercellen in je kuit sterker en soepeler worden als je ze regelmatig gebruikt.

Stress

Regelmatige beweging kan helpen tegen stress. Ook stress is een risicofactor voor een hartziekte. Stress ontstaat door overprikkeling van de sympathicus, een deel van het autonome zenuwstelsel waar je geen bewuste controle over hebt en dat actief wordt als reactie op bepaalde emotionele omstandigheden. Bij een langdurige en hevige prikkeling van de sympathicus ontstaat stress. De sympathicus wordt eveneens geprikkeld door lichaamsbeweging, maar meer gelijkmatig en zonder dat dit stress tot gevolg heeft. Als je regelmatig en intensief beweegt wordt de sympathicus getraind om minder snel overbelast raken.

BUITEN DE WMO BLIJVEN?

Er ligt veel druk op de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). In 2025 gaat die wet veranderen. De kosten zullen hoger worden en de wachttijden gaan niet meteen verdwijnen. Wat kun je zelf doen om minder afhankelijk te zijn van gemeenten?

Als je langer thuis wilt blijven wonen, kun je via de Wmo een beroep doen om hulp en ondersteuning te krijgen. Bijvoorbeeld huishoudelijke hulp die ervoor kan zorgen dat je huishouden blijft draaien, je zelf boodschappen kunt blijven doen met behulp van een scootmobiel of dat je dankzij een traplift niet hoeft te verhuizen naar een gelijkvloerse woning.

Lange wachttijden

Hulp aanvragen gaat via het Wmo-loket van de gemeente, die met een Wmo-consulent persoonlijk beoordeelt of de aanvraag wel of niet in behandeling wordt genomen. Dit is een tijdrovend proces, zeker als je weet dat er in 2019 1,1 miljoen (!) mensen gebruikmaakten van een maatwerkoplossing uit de Wmo. Gemeenten moeten **binnen een termijn van zes weken reageren** op een aanvraag, maar door de druk op de Wmo kan dit zomaar tien tot twaalf weken, of zelfs nog langer duren. Deze lange wachttijd is - zeker voor mensen met een urgent probleem (bijvoorbeeld het aanvragen van een rolstoel na een val), lastig.

Hoge(re) kosten

Maar een lange wachttijd is niet het enige gevolg van de grote druk op de Wmo. Vanaf 2025 gaat geld ook een rol spelen. Dan gaat namelijk de eigen bijdrage veranderen. Dat zit zo.

Nu betaalt iedereen die via de gemeente hulp krijgt vanuit de Wmo, een eigen bijdrage van 19 euro per maand. In **2025 gaat dat veranderen**: dan wordt de eigen bijdrage vanaf 30.000 euro inkomensafhankelijk. De eigen bijdrage kan dan oplopen tot maximaal 255 euro per maand.

Overbezette loketten

De achtergrond van deze verhoging is gelegen in het feit dat veel mensen hun particuliere - en vaak veel duurdere - hulp in de huishouding vaarwel zeiden. Immers: hulp via de gemeente was goedkoper. Het gevolg: overbelaste Wmo-loketten en nóg meer mensen die moeten wachten op iemand die daadwerkelijk de badkamer schoon komt maken of de was kan komen doen.

Staatssecretaris Van Ooijen van Volksgezondheid, Welzijn en Sport benadrukte dat Wmo-hulp vooral bedoeld is voor kwetsbare mensen: "Het is niet bedoeld om de eigen particuliere hulp in te ruilen."

Terug naar de werkvloer.

Het effect van deze maatregelen om de wachttijden te verkorten is niet morgen zichtbaar. En misschien heb jij morgen opeens wel een rolstoel nodig, of een traplift.

Daarom is het goed nu al na te denken over dan - en over later. We kunnen onze kop in 't zand steken, maar we weten allemaal dat het - als het gaat om sociale voorzieningen - eerder minder dan meer wordt. Dus kijk vooruit en kijk om je heen.

Wil je niet wekenlang wachten op de Wmo?

Ga dan op zoek naar alternatieven. Misschien ken je iemand in je familie,

buurt of omgeving die kan helpen met het zoeken van een goede tweedehands rollator, stok of traplift?

Misschien is er wel een nichtje die best een handje wil helpen bij het stoffen en stofzuigen?

LOUIS BRAILLE [1809-1852]

Aut. Lies Tingen

Louis Braille werd in 1809 in Coupvray [Frankrijk] geboren. Zijn ouders waren Simon Rene en Monique Braille.

Er waren ook zusters en broers.

Vader was zadelmaker. Hij maakte in zijn werkplaats zadels, beugels en riemen voor paarden.

Op driejarige leeftijd verloor Louis bij een ongeluk in de werkplaats een oog. Daarna raakte zijn andere oog geïnfecteerd en werd hij volledig blind. Hij ging naar de dorpschool en kon dankzij zijn uitstekende geheugen de lessen volgen en onthouden. Zijn vader had hem het alfabet geleerd met behulp van nagels (spijkers) die hij in een houten plank klopte.

Op tienjarige leeftijd ging Louis naar het Koninklijk Instituut voor jonge blinden te Parijs. Daar ging het heel goed en al op 19 jarige leeftijd maakte hij deel uit van het onderwijzend personeel. Louis was ook zeer muzikaal en speelde orgel bij meerdere parochies in Parijs.

De leerlingen leerden lezen en schrijven met behulp van Romeinse letters in reliëf, maar deze methode werkte slecht. De ontwerper hiervan was Valentin Haüy. Charles Barbier [1767-1841] bedacht de “sonografiecode”. De leerlingen kregen een prikpen en prikboarden en lazen een soort puntschrift. Dat was al een verbetering, maar het was toch niet volmaakt, omdat er geen rekening werd gehouden met spellingsregels en ook was er geen mogelijkheid om leestekens, getallen en muzieknoden te schrijven. Daarbij ging het systeem tot 12 punten en dat was te hoog om met de vingers te lezen.

Louis probeerde het Barbier systeem te verbeteren. In 1825 presenteerde hij een eerste versie van zijn systeem. Twee jaar later kwam er een verbeterde versie van het braille systeem en in 1837 kwam de definitieve versie van braille-alfabet tot stand. Het systeem bestaat uit zes verhoogde puntjes, die met de vingers gelezen kunnen worden. Met die zes puntjes kunnen tientallen combinaties gemaakt worden. Je kunt hiermee het alfabet, de leestekens, de getallen, de muzieknoden en een aantal wiskundige symbolen op papier zetten.

Het brailleschrift was onmiddellijk een enorm succes en werd wereldwijd

ingevoerd. In 1837 gaf het Koninklijk Instituut voor jonge blinden het eerste boek in braille uit. Een probleem was wel dat het brailleschrift heel veel ruimte nodig had. Veel later is ook het braille-kortschrift ingevoerd, dat is een soort steno.





Louis Braille had een zwakke gezondheid. Hij kreeg tbc en vanaf 1840 gaf hij alleen nog maar muziekles. Hij overleed op 6 januari 1852. Hij werd in zijn geboorteplaats Coupvray begraven. Honderd jaar later werd hij overgebracht naar het Pantheon te Parijs.

De uitvinding van Louis Braille was en is nog steeds van groot belang voor blinden en slechtzienden. In de tweede helft van de twintigste eeuw zijn er veel hulpmiddelen ontwikkeld die het leven van blinden en slechtzienden verbeteren, maar het brailleschrift is nog altijd van cruciaal belang voor deze groep “visueel gehandicapten”.

Mijn vader, Frits Tingen, heeft in zijn werkzame leven ook zijn bijdrage geleverd om het leven van zijn lotgenoten te verbeteren.

WEGGOOIEN? MOOI NIET!

Verdikkeme! Doet ie het ineens niet! U kent dat wel. Een stofzuiger. Een koffiezet apparaat. Een elektrische kachel. Een lamp. Een computer. Een elektrische heggenchaar of

boormachine.

Nu kan het zijn dat u dat apparaat toch al bijna niet gebruikt, dus niet getreurd. Maar het kan ook zijn dat u het apparaat jaren hebt gebruikt, er tevreden over bent en er zagezegd gehecht aan bent geraakt. Is zo'n apparaat te repareren? Het Repair-café kan u daarbij helpen.

Het Repair-café wordt “bemenst” door een aantal vrijwilligers met bijna altijd een technische achtergrond. Daarnaast zijn er enkele dames beschikbaar voor kledingreparaties of om verstelwerkzaamheden aan kleding te doen.

Wat kan het Repair-café wel repareren en wat niet? Natuurlijk kan niet alles worden gerepareerd. De apparaten van tegenwoordig zijn steeds meer voorzien van petieterige elektronica, daar is weinig eer aan te behalen. Vaak is het al een hele uitdaging om een apparaat open te krijgen vanwege het kliksysteem van kunststof delen en de voor het zicht verborgen schroeven.

Met een beetje mazzel kunnen we constateren dat het een simpel onderdeel is dat het heeft begeven. Een thermische zekering. Of een vies contact. Of een snoer dat inwendig een breuk heeft. Daar kunnen we



meestal wel wat mee.

In het andere geval zit er niks anders op om afscheid te nemen van het apparaat en het naar een inzamelpunt te brengen. Maar dan wel met wat meer zekerheid dat het apparaat echt niet meer te repareren is!

Soms kunnen we (door veelal internet te raadplegen) ontdekken dat een defect onderdeel te vervangen is, en dat dan bestellen, waardoor reparatie alsnog mogelijk is.

Vaak moeten we iets solderen. Solderen is iets anders als lassen. Lassen is een spectaculair proces met vuur&vlam. Solderen is met je soldeerbout (de punt van de soldeerbout is zo'n 300 graden) een beetje tin zodanig verhitten dat het smelt, zodanig dat het verbinding maakt tussen de metalen delen, en later weer stolt.

Tips: Denk aan het tijdig ontkalken van stoomstrijkijzers en koffiezetters. En het schoonhouden van alle (!) filters in uw stofzuiger.

Laat geen elektrische apparaten achter in een vochtige omgeving. Verwijder batterijen uit apparaten die u lang niet gebruikt zodat zuren uit doorgeslagen batterijen niet de contacten in het apparaat kunnen aantasten.

Het Repair-café bestaat al een aantal jaren in de BEL-gemeenten en is doorgaans éénmaal per maand open per locatie. Kijk daarvoor in de agenda van het BasBel-blad. Het bezoek aan het Repair-café is gratis. Wel stellen we een "gift in de pot" op prijs om het gereedschap op peil te houden en natuurlijk ook om iedereen van een bakkie koffie te kunnen voorzien!



Enno Douma

Het Repair cafe vindt u:

Blaricum, 1^e zaterdag van de maand in de Malbak, <http://www.repaircafesbel.nl/blaricum/>

Laren, 2^e zaterdag in de maand in Ons Genoegen, <http://www.repaircafesbel.nl/laren/>

Eemnes, 3^e zaterdag in de Schoter, <http://www.repaircafesbel.nl/eemnes/>

DE KAZERNE

Frans Ruijter

Naast de brandweerkazerne in ons dorp hebben we nog een gebouw, wat in de volksmond 'De Kazerne' wordt genoemd. Dit gebouw staat aan de Meentweg en er zijn vier woningen in geprojecteerd. Het gebouw heeft de huisnummers 17, 19, 21 en 23. Omdat er in dit gebouw meerdere woningen zijn, werd er door de Blaricummers de naam 'De Kazerne' aan gegeven. Er werd ook wel beweerd dat er ooit soldaten in gelegd zouden zijn geweest. Daar heb ik echter geen bewijs voor kunnen vinden. Ik ga er dan ook vanuit dat dit een fabeltje is.



Geveltekst

Miranda de Gooijer woont met Berend Hensbergen op nummer 19. Zij kreeg voor haar 35e verjaardag de toezegging dat Frank Vos, zoon van de legendarische Cor Vos en van beroep erkend hoefsmid, de naam 'De Kazerne' van smeedijzer zou maken.

Op zaterdag 16 april 2010. was het zover. De Meentweg werd even afgesloten en de broer van Miranda, Ed de Gooijer, kwam met zijn hoogwerker assisteren om de tekst aan de gevel te bevestigen. Wat bijzonder dat iets wat in de 'volksmond' al jaren bestond, op deze wijze realiteit wordt.

Woningverbetering

Vanuit het bouwarchief van de gemeente is er over dit gebouw niet veel bekend. Er is een paar keer een verzoek om woningverbetering gevraagd en ook verkregen. Ook zijn er verschillende aanvragen geweest om uit te bouwen. Dit geeft aan dat het maar kleine huisjes waren en de gezinnen die er in kwamen wonen groter van samenstelling waren.

Trappetjesgevel

Het huis is vermoedelijk rond het begin van de vorige eeuw gebouwd. Waarschijnlijk was de Blaricummer Kokje de aannemer. In tegenstelling tot wat we later rijtjeshuizen zijn gaan noemen, zijn er in dit gebouw wel meerdere woningen, maar verschillen ze aan de

buitenkant nogal van elkaar. Opvallend aan het gebouw is dat het een duidelijke scheiding kent tussen de middelste twee woningen en de twee buitenste. Het huis is voorzien van een bijzondere trappetjesgevel boven de nummers 19 en 21. Dit geeft een heel bijzondere dimensie aan dit huis.

Bewoners

Vele mensen hebben in 'De Kazerne' gewoond. Het was niet mogelijk alle namen te achterhalen, maar met behulp van verschillende mensen ben ik toch nog tot een respectabel aantal gekomen. Opmerkelijk vind ik altijd, wanneer je bij mensen komt om inlichtingen, dat het altijd veel herinneringen losmaakt. Daardoor ontstaan er vaak boeiende gesprekken over het wel en wee in Blaricum uit het verleden.

Nummer 17

Op Meentweg 17 woonde in de Tweede Wereldoorlog de weduwe Marie Beek-Puijk. Haar man, Gijs Beek, was enkele jaren na hun huwelijk al overleden. Zij bleef met drie jonge kinderen achter. Zij hadden aan de Mosselweg-zijde een winkeltje waar allerlei huishoudelijke



artikelen verkocht werden. Op deze wijze kon zij toch nog in de primaire levensbehoefte voor haar gezin voorzien. Het was in een tijd dat bijna niemand in Blaricum over enig geld beschikte. Ook heeft Bep Raven (van Kleine Meep) met zijn Elsbeth en hun zonen Peter en Bert op nummer 17 gewoond. Nu woont Elly de Gooijer-Distelblom er alweer verschillende jaren.

Nummer 19

Nummer 19 is al jaren in eigendom van de familie de Gooijer. Van 1936 tot 1950 woonde Tjimen en Suze Beek er. Alle drie de kinderen zijn daar geboren. Suze vertelde mij dat ze op nummer 19 ontzettend leuk en gezellig gewoond heeft. En dan te weten dat ze maar de beschikking hadden over twee kamers. Dat is iets wat we ons nu niet meer voor kunnen stellen. Jan en Aal de Gooijer (de ouders van Bud de Gooijer) waren al eigenaar, maar werden nu de volgende bewoners. Ook zij kwamen er wonen met drie kinderen. Daarna kwamen respectievelijk hun kleinkinderen Erik en, zoals hierboven al gememoreerd, Miranda er wonen.

Nummer 21

Op nummer 21 woonde les van Arie Lanphen. les was groenteboer en ventten groenten uit in het dorp met zijn 'Hittenkar'. Jos v.d. Zwaan kocht het huis in 1969, nadat in het begin van de jaren zeventig de vrouw van les Lanphen naar een seniorenwoning ging, verderop aan de Meentweg. Jos heeft het met zijn vrouw Ria helemaal verbouwd en heeft er ruim veertien jaar gewoond. De volgende bewoonster was Babet van Ogtrop. Daarna de familie Wagweningen en al weer geruime tijd woont Petra Janssen er.

Meentweg 23

In de oorlogsjaren woonde daar mevrouw Koopmans. Wie er daarna gewoond heeft, is mij niet helemaal duidelijk geworden. Later zijn Anton van Delft en zijn vrouw Jeanette de Gooyer er komen wonen. Nu wonen Ab en Annemarie Buwalda hier alweer jaren met veel plezier.

BEHOUDENDE WOONVISIE BLARICUM EN LAREN

Eind juni en begin juli stelden de gemeenteraden van Blaricum en Laren een gezamenlijke Woonvisie vast. Het bestuur van BasBEL keek er belangstellend naar uit.

Waardering

Als het om woonbeleid of volkshuisvesting gaat kunnen gemeenten veel zelf beslissen en een eigen sociaal beleid voeren. Toen de drie BEL-gemeenten aankondigden een nieuwe Woonvisie te maken, heeft BasBEL zich ingespannen het beleid een duwtje de goede kant op te geven.

Onder de leden – u weet het nog – werd een enquête gehouden naar woonwensen onder senioren. Het eindrapport 'Samen oud, samen thuis' werd aangeboden op de Woonmiddag van BasBEL op 16 februari in Johannesshove. De wethouders Volkshuisvesting van de drie gemeenten spraken hun waardering uit voor het rapport. Instemmend knikten ze bij de conclusie dat er meer collectieve seniorenwoningen zijn, bijvoorbeeld in de vorm van seniorenhofjes. Dan sla je twee vliegen in een klap. Senioren hebben meer steun aan elkaar, zijn minder eenzaam,

en vragen minder zorg. En daarnaast brengen seniorenwoningen doorstroming ('verhuisketens') op gang, zodat woningen vrijkomen voor jongeren en starters.

Behoudend

Goede ideeën dus, en de wethouders beloofden BasBEL als gesprekspartner te betrekken bij de verdere opstelling van hun woonvisies.

In Eemnes (dat pas begin volgend jaar een nieuwe woonvisie vaststelt) kan de uitnodiging voor een gesprek nog komen. In Laren en Blaricum kwam de uitnodiging er niet en is via de krant vernomen dat een Woonvisie voor deze twee dorpen is opgesteld. Daarin blijkt weinig gedaan met de adviezen, niet alleen van BasBEL, die pleitten voor doorstroming en meer combinatie van wonen en zorg. De wethouders Frits Westerkamp (Larens Behoud) en Annemarie Kennis (Hart voor Blaricum) presenteren een behoudende Woonvisie die de loftrompet steekt over het woonklimaat in de dorpen en geen verandering wil in het bestaande beleid. Voor de problemen op de woningmarkt, zoals die ook bestaan in Laren en Blaricum, biedt de Woonvisie geen oplossing.

Scheef

Het is een oppervlakkig document dat niet is gebaseerd op demografisch onderzoek naar de vraag welke soorten huishoudens (jongeren, gezinnen, alleenstaanden) er over 10 of 20 jaar zullen zijn. De beleidsvisie gaat door op de oude voet en staat vooral gezinswoningen toe. De visie gaat

voorbij aan de nu al scheve verhouding bestaat tussen het aandeel



Nieuwe woningen in Laren – mooi, maar niet voor iedereen toegankelijk

gezinnen (ruwweg 35%) en het aandeel eengezinswoningen binnen de huidige woningvoorraad (meer dan 80%).

Op sociale aspecten zoals eenzaamheid van ouderen en het verplicht thuiswonen van jongeren, gaat de visie evenmin in. Oplossen van maatschappelijke problemen op de woningmarkt wordt overgelaten aan grote buurgemeenten. Het bestuur van BasBEL pleitte nog voor gelegenheid tot inspraak vanuit de bevolking alvorens de Woonvisie vast te stellen. Daar wilden de twee gemeentebesturen echter niet aan.

2024

De huidige Woonvisie is niet het einde. Volgend jaar al is een herziening nodig vanwege de wettelijke plicht voor gemeenten om vanaf 2024 een 'woonzorgvisie' te hebben. En zorg gaat daarbij niet alleen over professionele zorg (in gebouwen als Johannesheve en Theodotion). Die zorg zou nog als apart hoofdstukje kunnen worden toegevoegd aan de huidige woonvisie. Maar het ligt ingewikkelder. Alleen al omdat er voor professionele zorg straks

onvoldoende 'handjes' zijn – er is een enorm personeelstekort – is het nodig om het wonen en de zorg voor ouderen anders in te richten.

De beide ministeries voor Wonen (VRO) en Gezondheid (VWS) en de koepel van zorgorganisaties (Actiz) pleiten daarom voor veel meer collectieve woningen voor ouderen. Dat bespaart, wat in de praktijkbelangrijk is, op de 'aanrijtijden' per afzonderlijke cliënt. Maar seniorenhofjes en andere collectieve woonvormen stimuleren vooral de onderlinge 'informele' zorg ('nabuurschap'), wat de professionele zorg ontlast. Voor een echte Woonzorgvisie zal de vastgestelde woonvisie dus volgend jaar weer even terug moeten naar de tekentafel.



Straks in Blaricum minder villa's ...

Hopelijk schenken de gemeenten dan aandacht aan het belang van de oudere inwoners van Laren en Blaricum die graag in hun eigen dorp willen blijven wonen (liefst een beetje samen, en in de buurt van winkels, bushalte en apotheek). Dat is ook een noodzakelijke voorwaarde voor de vereiste vermindering van de druk op professionele zorgverleners. En het is zeker ook in het belang van jongeren,



en meer hofjes?

die dolgraag de woningen betrekken die ouderen nu (vaak ongewild) bezet houden.

Wordt vervolgd, dus!

AVOCADO

RECEPT AANRADER

Probeer avocado eens op een sandwich met rammenas!

Interessante weetjes over avocado!
Tegenwoordig heeft bijna elk restaurant wel een gerecht op de menukaart staan met avocado. Maar behoren ze eigenlijk tot groente of fruit? En waarom zijn ze gezond ondanks dat ze veel vetten bevatten? Wij vertellen je meer!

Is avocado gezond?

In 1 avocado (180 gram) zit in totaal 35,1 gram vet, daarvan is 4 gram verzadigd en de overige vetten zijn onverzadigd. Onwijs veel onverzadigde vetten dus!



Nu vraag jij je wellicht af of dit dan wel zo gezond is. Onverzadigde vetten verlagen het LDL-cholesterol. Een te hoog gehalte aan LDL-cholesterol is niet goed voor de bloedvaten en dit kan uiteindelijk zorgen voor hart- en vaatziekten. Gelukkig zorgt avocado er dus voor dat het gehalte wordt verlaagd. Door het eten van een avocado krijg je de gezonde vetten binnen.

Toch is het wel opletten met het eten van (te veel) avocado's. Doordat avocado's veel vetten bevatten, of dit nou de gezonde of ongezonde vetten zijn, zitten er veel kilocalorieën in. 1 gram vet levert 9 kilocalorieën, dus met een hoog gehalte aan vet schieten de kilocalorieën snel omhoog.

Simpele oplossing? Eet eens een halve avocado in plaats van een hele, hierdoor bespaar je een hoop kilocalorieën.

Fruit of toch groente?

Avocado is een geval apart. Avocado is namelijk een vruchtgroente. Hij wordt vaak als groente gegeten en daarom wordt hij ingedeeld bij de groente. Avocado kun je dus meerekenen tot de 250 gram groente die je per dag minimaal moet eten.

Om de kans op kanker te verkleinen raden wij aan om zoveel mogelijk

plantaardige voeding te eten. Hieronder vallen volkoren producten, groente (ook avocado), fruit en peulvruchten. Deze voedingsmiddelen zitten boordevol voedingsvezels. Vezels zijn goed voor je! Ze verkleinen de kans op dikke darmkanker. Lees meer over onze aanbeveling Eet gezond.

Fun facts:

Wist je dat 1 avocado (358 kcal) bijna evenveel kilocalorieën bevat als 26(!) opscheplepels broccoli (351 kcal)?

Om te voorkomen dat een avocado bruin kleurt als je hem hebt opengesneden of als je er bijvoorbeeld guacamole van hebt gemaakt, kun je het best een beetje limoen- of citroensap toevoegen om kleurverandering tegen te gaan.

Er bestaan heel veel verschillende soorten avocado's, hierbij een aantal namen die veel voorkomen: Hass, Fuerte, Ryan en Lamb Hass.

Vanwege de geribbelde structuur van de schil wordt een avocado ook wel krokodillenpeer genoemd.

Naast gezonde vetten en vezels bevatten avocado's ook veel vitaminen en mineralen, zoals kalium, magnesium, vitamine A, verschillende B- vitaminen, vitamine C en E.

Bron: Voedingscentrum



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 woonwijk
- 2 ambtelijk assistent gemeenteraad
- 3 eigenschap soort driehoek
- 4 eetvoorkeuren
- 5 onbekwaam met computer
- 6 comfortabel vaartuig
- 7 andere naam 's Hertogenbosch
- 8 lokaal vaarwater

- 9 luxe autobus
- 10 tuinmaaltijd
- 11 ongeval-bestrijding voor senioren
- 12 evenementenplein

					1	5	18		14		8	15			
2	9	14			16	25	24			19	19		12	9	
			3	24			26		15		18	16	22	24	
	4	16					10			11	25	12			
			5	16	22	24			5		12	10			
				6			14		2	11	5		2	10	
		7			12	10			16	2		15			
			8			26	3		25	20		14	9	10	
9	10	2	3				11		8	14	9				
			10	5		9	5		8	3	12				
			11	20	14	26				20			10	22	12
	12	15			9		22		10	12		9			11

Onder de inzenders van de goede oplossing wordt een boekenbon van € 20,00 verloot. De oplossing van de vorige keer was 'Weidevogels'; de boekenbon gaat naar Hennie van Kesteren.

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 of Jan voor vrijwillige chauffeurs, 035-5316079 of 06-41519803

In vakantietijd kunnen sommige activiteiten tijdelijk stilliggen.

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	Brinkhuis	L
ma	10.00- 12.00	Spelletjes-ochtend, 035-5262902	Malbak	B
ma	10.00- 13.00	Gemeentelijk Leefstijlpunt BEL; 06-25335939	Brinkhuis	L
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	B
ma	11.00- 12.15	Fitwalk met Cor, vanaf 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 Bluk, Zuiderheide 2, 06-10506983	't Bluk,	L
ma	13.00- 16.00	Keramiek, Sabine Kuperus, 035-5262902	Malbak,	B
ma	13.00- 16.00	Biljarten senioren, 053-5311887	Huis Eemnes	
ma	14.00- 16.00	Koffiemiddag, Sabine Kuperus, 035-5262902	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	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	Handwerkochtenden, 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,	Zkhs H'sum	
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	14.00- 17.00	Gemeentelijk leefstijlpunt BEL; 06-25335939	Huis Eemnes	
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	Formulieren-inloopspreekuur 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	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; verse maaltijd, € 10,50; 06-2727226	Bongerd,	E
do	09.00- 12.00	Gemeentelijk Leefstijlpunt BEL; 06-25335939	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 en mobiel	Huis Eemnes	
do	10.00- 12.00	Koffieochtend De Malbak, 06-13498334	Malbak,	B
do	10.00- 11.30	Koffieochtend met lekkers, 06-82848005	Brinkhuis,	L
do	10.00- 12.00	Brei en Haakcafé, Nelly Bleijenberg, 06-30388296	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- 5314964	Biezem,	L
do	13.00- 15.00	Viore: moment voor mantelzorgers, Oosterengweg 44	H'sum	
do	13.30- 16.00	Bridgen en klaverjassen, Eemnes, Raadhuislaan 80A	Raadvsvore,	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 - 57370520	Brinkhuis,	L
vr	10.00- 12.00	Formulieren-inloopspreekuur 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

juli 2023

za 1	10.00- 12.30	Repaircafé Blaricum	Malbak	B
za 1	10.15- 12.30	Rouwcafé Versa Welzijn	Brinkhuis	L
zo 2	15.00- 17.00	Muziekcafé, gratis toegang	Huis Eemnes	
ma 3	10.30- 12.00	Vriendschapscafé; gratis toegang	Huis Eemnes	
ma 3	14.00-16.00	Culturele middag senioren	Brinkhuis	L
di 4	10.00- 12.00	Mr Bosscher: juridisch spreekuur Frans recht	Brinkhuis	L
di 4	14.00-15.30	Film: Zee van Tijd	Brinkhuis	L
di 4	14.00- 16.00	Seniorenbingo	Huis Eemnes	
wo 5	19.30-21.00	Film: Over de familie Crawley	Brinkhuis	L
do 6	12.15- 15.30	Blaercom-Kom Lunchen en Film Kijken	Blaercom	B
vr 7	10.00- 13.00	'Zingen voor je Leven', Viore, Oosterengweg 44	Hilversum	
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	
di 11	14.00- 15.30	Film over poplegende Bowie	Brinkhuis	L
wo 12	16.00- 19.00	Vaartocht BasBEL over de Vecht (zie BasBLAD)	Maarssen	
vr 14	10.00- 11.30	Lezing klassiekers; over Plinius Sr.	Brinkhuis	L
za 15	10.00- 12.30	Repaircafé Eemnes, Wakkerendijk 60	De Schoter	E
di 18	14.00- 15.30	Film over de familie Crawley	Brinkhuis	L
do 20	16.00- 19.30	Blaer-Kom Film kijken en dineren	Blaercom	B
do 20	18.00- 21.00	Wijnproeverij Laren Orange Wine Club	Brinkhuis	L
vr 21	10.00- 11.30	Lezing klassiekers; over Plinius Sr.	Brinkhuis	L
di 25	11.00- 12.00	Wandelen bij Viore, Oosterengweg 44	Hilversum	
di 25	14.00- 15.30	Film Laren, George Clooney en Julia Robberts	Brinkhuis	L
do 27	16.00- 17.15	Blaer-Kom Cultuur Snuiven, 035-5314383	Blaercom	B
do 27	19.30- 21.15	Film 'Ticket to Paradise' met Clooney en Roberts	Huis Eemnes	
do 27	20.00- 21.30	Citygames, Sherlock Holmes	Huis Eemnes	
vr. 28	10.00- 11.30	Lezing klassiekers; over Plinius Sr.	Brinkhuis	L
zo 29	10.00- 11.30	Workshop: Reanimatiecursus	Huis Eemnes	

augustus 2023

di 1	14.00- 15.30	Filmkomedie over Ada Harris	Brinkhuis	L
wo 2	10.00- 12.00	Inloopspreekuur Toegankelijkheidsteam Laren	Brinkhuis	L
wo 2	14.00- 15.30	Film Laren, over de relatie Helène en Matthieu	Brinkhuis	L
do 3	12.15- 15.30	Blaer-Kom Lunchen & Film Kijken	Blaercom	B
vr 4	18.00- 19.30	Aanschuifdiner: Eemnes kookt!	Huis Eemnes	
za 5	10.00- 12.30	Repaircafé Blaricum	Malbak	B
zo 6	15.00- 16.45	Muziekcafé, met Guy Harris	Huis Eemnes	
ma 7	10.30- 12.00	Vriendschapscafé	Huis Eemnes	
za 12	10.00- 12.30	Repaircafé Laren, Smeekweg 104	Ons Genoegen L	
di 15	11.00- 12.00	Wandelen bij Viore, Oostereng 44	Hilversum	
wo 16	14.00- 15.30	Filmkomedie over Ada Harris	Brinkhuis	L
do 17	16.00-19.30	Blaer-Kom Film Kijken & Dineren	Blaercom	B
za 19	10.00- 12.30	Repaircafé Eemnes, Wakkerendijk 60	De Schoter	E
zo 20	15.30- 17.15	Jamsessie met Paul Paulissen	Huis Eemnes	
di 22	12.30- 14.00	Zomerse lunch, Viore, Oosterengweg 44	Hilversum	
do 24	13.00- 15.30	Basbel-barbecue (zie info op site en in BasBLAD)	Johanneshove L	
wo 30	10.30- 12.00	Start nieuwe leesclub; gratis toegang	Huis Eemnes	
do 31	20.00- 21.45	Workshop Wijnproeverij	Huis Eemnes	

september 2023

vr 1	10.30- 18.00	Busreis BasBEL Den Bosch (zie BasBLAD)	Joh.hove / Huis E
di 12	14.00- 15.45	Info-BasBEL Valpreventie (zie BasBLAD)	Johanneshove L

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 belastingsaangifte, 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:

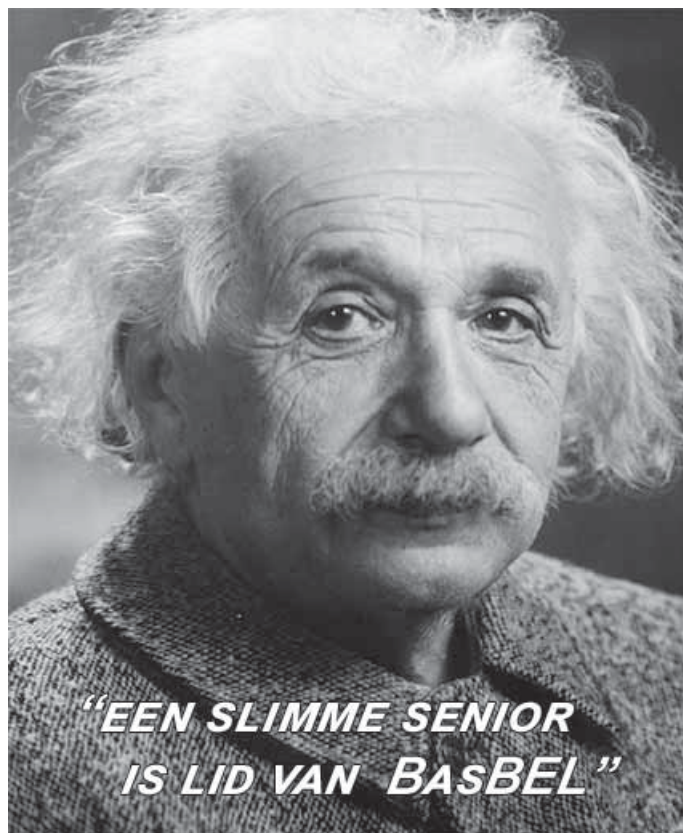
Secretaris BasBEL,
Patrijzenhof 80, 3755 ET
Eemnes

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),
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,-.

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

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. Roëlllaan 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

