

jaargang 9

Basblad

Verenigingsblad van de BasBEL met nieuws, informatie en activiteiten.

nr. **2** | April 2025



BasBEL
SENIORENVERENIGING
BLARICUM | EEMNES | LAREN



COLOFON

Het BasBlad is de periodieke uitgave van de Brede Algemene Seniorenvereniging Blaricum Eemnes en Laren. (BasBEL). KvK nr 67637264.

Doelstelling: De BasBEL wil zoveel mogelijk het zelfstandig functioneren van 55-plussers in de BEL gemeenten en omstreken bevorderen, door middel van overleg met gemeenten en instellingen, het geven van praktische informatie en hulp, en de sociale contacten stimuleren door het organiseren van gezellige etentjes en excursies.

Website: www.basbel.nl

Bestuur:

Joke de Ruiter	voorzitter@basbel.nl	06-52660433
Bram Turkenburg	secretaris@basbel.nl	06-46202631
René Diesveld	penningmeester@basbel.nl	06-20410453
Elly Kramer	info@ellykrameruitvaartzorg.nl	06-17166468
Mary Eijsma	maryeijsma@basbel.nl	06-53610452

Ledenadministratie: Opgeven nieuwe leden en mutaties: via www.basbel.nl (basbel/lid worden of basbel/contact), of mail naar ledenadministratie@basbel.nl, of spreek uw gegevens in op 06-23218606. Op verzoek of zo nodig wordt u teruggebeld.

Redactie: René Diesveld, Mary Eijsma, Elly Kramer, Joke de Ruiter, Jan Sanders, Bram Turkenburg, Seniorenjournaal.

Foto's: Joke de Ruiter, René Diesveld, Freepik (licencie).

Lay out: Nico Groenewoud. Lay out omslag: Arlène Jansen. Grafische productie: Dit is Drukwerk. (Eemnes)

Verspreiding: Saskia de Wit (coördinatie), Francien Bijl, Ria Wijnberg, Tjebbe van Hees, Boudewijn Quint, Jaap Groeneveld, Dini van Hensbergen, Wil Horst-Wikkerman, Margot BusLeRutte, Mary Eijsma, en Ankie Perdijk-van Dijk.

Berichten over de inhoud naar: redactie@basbel.nl

Redactie website: www.basbel.nl: René Diesveld i.s.m. Lenski.nl

Redactie Nieuwsbrief: René Diesveld. Verzending: YMLP (België)

Aanmeldingen voor activiteiten: Arda de Ruijgt

Postadres secretariaat: BasBEL, De Minnehof 46, 3755AK Eemnes.

Telefoonnummer BasBEL: 06 2321 8606 (spreek svp in op voicemail)

Opgeven activiteiten: Alles hierover staat op een van de laatste pagina's van dit blad.

Foto omslag: Joke de Ruiter. Bloeiende krentenbomen in 't Harde in Blaricum, misschien wel de mooiste exemplaren van het hele Gooi.

Het copyright van de artikelen met naam en foto's berust bij de auteurs, tenzij anders vermeld.

INHOUD

COLOFON	2
Woord vooraf	5
Welkom nieuwe leden	7
Jaarvergadering 2025	8
BINGO	9
Verslag van de info middag Palliatieve zorg	10
Tante Bello	11
Dutje overdag of goede nachtrust	13
Dinsdag 20 mei: een smakelijk avontuur bij de Chinees van Eemnes	14
Dinsdag 10 juni met de bus en de boot van Kerkdriel naar Zaltbommel en de Waal	15
Donderdag 10 juli weer een zomerse BasBEL HIGH TEA	17
Editie 2025 bij De Derde Helft-BEL	17
Woensdag 27 augustus weer de jaarlijkse BasBEL BARBECUE	18
Mary Eijssma, nieuw bestaarslid	18
Onze wijnvoorkeuren	19
Woensdag mei: ondermijnende digitale criminaliteit en uw digitale veiligheid	19
Honderd jaar Sint Jan – een familiegeschiedenis	21
Hartige taart met asperges	22
Straatje open, straatje dicht; waar zijn ze mee bezig?	22
Wat gebeurt er allemaal met Windows op uw computer	24
Kort Seniorennieuws	26
Hoe geeft u zich op voor BasBEL activiteiten	30
Filippine	31
Activiteiten	32
Opgave nieuw lid BasBEL	34
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
Versa welzijn	Manterlzig	

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

Mantelzorg Ondersteuning 2025

Blaricum
Eemnes
Laren

MANTELZORGCAFÉ BLARICUM

een fijne ontmoetingsplek, waar u in ontspannen sfeer ervaringen met andere mantelzorgers kunt uitwisselen onder het genot van iets lekkers.

Elke eerste donderdag v.d. maand van 10:30 tot 11:30 uur in De Malbak, Wetering 122 in Blaricum. Kosten: geen.

MANTELZORGCAFÉ LAREN

Een fijne ontmoetingsplek, waar u in ontspannen sfeer ervaringen met andere mantelzorgers kunt uitwisselen onder het genot van iets lekkers.

Reeds bekende data in 2025: Donderdag 27 feb, Donderdag 20 maart, Donderdag 17 april en Donderdag 22 mei van 15.00 tot 17.00 uur. Neem gerust contact op voor de nieuwe data.

Locatie: Het Brinkhuis, Brink 29, 1251 KT Laren. Opgeven is gewenst. Kosten: geen.

WORKSHOP BORDJE VOL

Interactieve workshop die inzicht geeft en handvatten biedt om de mate waarin u belast bent te verminderen.

Deze workshop start bij 5 aanmeldingen. Mail/ app of bel voor meer info of aanmelden.

MANTELZORGBIJEENKOMSTEN

een reeks van 5 Informatieve, gezellige en inspirerende bijeenkomsten speciaal voor mantelzorgers

Data: april, mei en juni. De bijeenkomsten vinden plaats in het Brinkhuis en/of de Blaercom. Opgeven is noodzakelijk en kan bij Afke Nijhof. Bel gerust voor meer informatie. Kosten: 25 euro voor 5 bijeenkomsten

INLOOFSPEEKUREN MANTELZORG

Vragen over mantelzorg? Kom langs!

Dinsdag 15.00 tot 16.00 uur - Huis van Eemnes

Donderdag 10.30 tot 11.30 uur - De Malbak in Blaricum

Donderdag 12.30 tot 13.30 uur - Het Brinkhuis Laren

MANTELZORGFILM

Ga alleen of samen gratis naar de film in het Brinkhuis!

Kom alleen of met degene voor wie u zorgt naar de film in het Brinkhuis (Brink 29 in Laren).

Tijd di 14.00 - 15.30 uur & wo 19.30 - 21.00 uur. Bel of mail voor meer informatie en aanmelden.

RESPIJTZORG

Behoeft u meer tijd voor uzelf? Vraag naar onze mogelijkheden voor de dag-ontmoeting of mantelzorgmaatje

Onze dag-ontmoeting is bedoeld als leuk dagje uit voor degene voor wie u zorgt. Het helpt u als mantelzorger om het leven in balans te houden, zodat u de zorg langer vol kunt houden. Wij bieden dag-ontmoeting aan in Blaricum, Eemnes en Laren.

Mantelzorgmaatjes komen op bezoek om gezellig koffie te drinken of een spelletje te doen of gaan er samen op uit met degene voor wie u zorgt. We gaan altijd op zoek naar een fijne match. Zo krijgt u als mantelzorger wat ruimte voor uzelf.

Heeft u behoefte aan individuele ondersteuning? Neem dan ook contact met ons op!

Heeft u vragen of wilt u zich aanmelden? Mail of bel ons gerust.

✉ zorgvoorelkaar@versawelzijn.nl



06 57 37 05 20 (Afke Nijhof) of 06 31 99 56 56 (Serena Stad)



WOORD VOORAF



Joke de Ruiter

Even wennen! Dit is de eerste keer dat ik het voorwoord in ons Basblad mag schrijven.

Sinds drie jaar ben ik lid van onze vereniging waarvan het laatste jaar secretaris. Bram Turkenburg en ik hebben van rol gewisseld. En Elly Kramer is vicevoorzitter geworden. Ik heb best wat bestuurlijke ervaring maar heb nog niet eerder zoveel plezier binnen een bestuur gehad. Er moet behoorlijk aan getrokken worden om in feite elke maand een activiteit te kunnen presenteren, maar het samenzijn en ontmoetingen met onze leden is geweldig.

Voor wie mij niet kent even een korte c.v. Geboren en getogen in Laren op de Melkweg (1944). Sinds 2020 woonachtig in Eemnes.

Opgeleid als maatschappelijk werker en na mijn stage in Laren/ Eemnes nog ruim 30 jaar daarna werkzaam bij wat uiteindelijk Thuiszorg Gooi en Vechtstreek is gaan heten.

Dit jaar 20 jaar gepensioneerd, maar

naast de BasBel ook bestuurlijk actief zowel nationaal als Europees. En niet alleen ik mag mij hier voorstellen, in het Basblad vindt u ook een bijdrage van Mary Eijnsma die ons bestuur komt versterken.

Het eerste kwartaal zit er al weer op. Na de nieuwjaarsborrel, de jaarvergadering met bingo en de lezing over Palliatieve Zorg (zie het verslag verderop) kijken we uit naar de Paasbrunch.

Een gouden ouwe kunnen we wel zeggen waar elk jaar de aanmeldingen al snel voor binnenkomen.

20 mei volgt dan ons jaarlijkse buffet bij de Chinees van Eemnes.

U vindt in het Basblad hiervoor een uitgebreide uitnodiging.

Zoals inmiddels bekend kunnen aanmeldingen via het speciale telefoonnummer of per e-mail of de website.

Heel blij zijn we als bestuur dat mevrouw Arda de Ruijgt heeft aangegeven dit als taak op zich te willen nemen.

Zij luistert het antwoordapparaat af en voegt dit samen met de aanmeldingen via de e-mail en website tot een lijst, en bevestigt iedereen zijn aanmelding.

Tot nu toe werd dit door René Diesveld gedaan.

Heeft u vragen aan uw gemeente, of een andere instantie en weet u niet hoe of waar, neem contact met het BasBEL bestuur. We beloven geen oplossing, maar wel een gewillig oor. Via de website (contact), secretaris, mail (redactie@basbel.nl) , bellen 06-2321 8606 of schiet ons aan, alleen aan. Zoekt u mede bridgers, klaverjassers, duo fietsers, schrijf ons iets leuks met u vraag er in en wij kijken of we uw vraag kunnen doorspelen.

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



Oogwereld Turnhout

Twijfelt u aan uw zicht?

Met onze moderne apparatuur kunnen we uw ogen zeer nauwkeurig meten en zo de beste zichtoplossing aanbieden.

Maak vandaag nog een afspraak voor een uitgebreide oogcheck ook als u contactlenzen draagt.

Burg. van Nispenstraat 11 - Laren

tel: 035-5387724

email: turnhout@oogwereld.nl



Maar die is ook al onze penningmeester, zorgt voor de ledenadministratie en is de hoofdredacteur van ons Basblad, en onderhoudt de contacten met de drukker. Zorgt ook voor de tussentijdse nieuwsbrieven en de website.

De vormgeving van het Basblad doet hij samen met Nico Groenewoud en Bram Turkenburg

Wat mij meteen bij het volgende brengt: wie van onze leden heeft of zelf, of misschien wel een kind of kleinkind die redactioneel werk voor onze vereniging wil doen, of zich actief met onze website bezig wil houden.

Ons bestuur voelt zich zeker gesteund door een groep vrijwilligers. Ons Basblad, bezorgd in de drie gemeenten door actieve leden, Jan Sanders die de Philippine maakt en samen met Bram Turkenburg zorgt dat alle adverteerders een present exemplaar krijgen.

En dan nog onze vaste vrijwilligers die als gastvrouw/heer bij activiteiten klaar staan.

Mijn motto is: een vereniging zijn we samen!

Voelt u zich niet direct geroepen om vrijwilliger te worden, maar bent u met overtuiging lid van onze vereniging, vertel dat ook aan anderen.

En probeer of u een nieuw lid kunt aanbrengen.

Voor de komende tijd wens ik u allen een mooi voorjaar toe en graag tot ziens.

Joke de Ruiter - Zwanikken

WELKOM NIEUWE LEDEN

Mevr. Joke Janmaat (Laren)
Mevr. Carin Janmaat (Laren)
Dhr. Jan-Willem Hillebrandt (Eemnes)
Mevr. Ania Hillebrandt (Eemnes)
Dhr. Zygmunt Kulicki (Laren)
Mevr. Jolanta Zulicki (Laren)

Emmy en Timo Wiggerts 60 jaar getrouwd

Emmy en Timo Wiggerts, al een aantal jaren trouwe leden van de BasBEL zijn 60 jaar getrouwd! Emmy is een zeer gewaardeerde gastvrouw op veel BasBEL evenementen.

Namens de BasBel reikte Joke de Ruiter een bos bloemen aan.

Gefeliciteerd Emmy en Timo!



JAARVERGADERING 2025

Bram Turkenburg

Op 18 februari werd de jaarvergadering van de BasBEL gehouden in Johanneshove in Laren. Er waren ca. 60 leden aanwezig. Voor het bestuur waren aanwezig: Bram Turkenburg (voorzitter), René Diesveld (penningmeester) Joke de Ruiters (secretaris), Elly Kramer en Enno Douma. Hierbij een verslag:

1. Opening

De voorzitter, opent de vergadering om 14:05

2. Verslag jaarvergadering 22 februari 2024

De vergadering keurt het verslag met algemene stemmen goed.

3. Verslag secretaris over 2024

Aan de hand van een PowerPoint presentatie gaat de secretaris uitgebreid in op de activiteiten en veranderingen in het jaar 2024.

De vergadering kijkt geanimeerd naar de presentatie en toont met applaus haar tevredenheid over het afgelopen jaar.

De BasBEL heeft nu 273 leden per 1 januari 2025. (Blaricum 66, Eemnes 127, Laren 68, en diversen 12).

De activiteiten zijn in 2024 wat achtergebleven, meestal door de hoge kosten en een te klein animo (Pantropica, de Speuit en Rosa Spier).

We hebben een cursus Compaan tablet georganiseerd, we zijn 7 keer uit eten geweest, er was 1 muzikale bijeenkomst met Gerard Wortel en 2 informatiemiddagen (notaris en mantelzorg), we hebben meegedaan aan de vrijwilligersmarkt in Laren op 30 september.

Het BasBlad is in 2024 5 keer

uitgekomen en er werd een geheel nieuwe website opgezet.

4. Vaststelling financieel verslag 2024, begroting 2025 en bevindingen kascommissie

De penningmeester presenteert met een Powerpoint presentatie de inkomsten, uitgaven en de bezittingen en schulden van de BasBEL, met daarbij de voorgestelde begroting voor 2025. Gedetailleerde cijfers staan op het uitgereikte document. Zowel het afgelopen jaar als de begroting zijn in evenwicht.

Voor 2024 is de gemeentelijke subsidie veranderd in een algemene en onvoorwaardelijke subsidie. Dat maakt de armslag wat groter.

Opvallend is dat contributies maar een kwart van de begroting uitmaken. De rest is vooral deelnemersbijdragen voor activiteiten en subsidies. De totale "omzet" van de Basbel over 2024 bedroeg ca €23.000,-

De kascommissie heeft volgens kascommissielid Herman Zoetman alles steekproefsgewijze gecontroleerd en adviseert de leden de cijfers goed te keuren.

De vergadering gaat bij acclamatie akkoord met de cijfers over het afgelopen jaar 2024 en de begroting 2025.

5. Mutaties in het bestuur

Aftredend is de heer Enno Douma en de functies van voorzitter en secretaris worden gewisseld. Elly Kramer wordt benoemd tot vicevoorzitter.

De voorzitter bedankt Enno voor het werk dat hij in het bestuur voor de BasBel heeft gedaan en hoopt hem voor

extra werk nog “te mogen inhuren”.

De voorzitter geeft aan af te treden als voorzitter en aan te treden als secretaris, hij vraagt de secretaris om af te treden als secretaris en aan te treden als voorzitter. Elly Kramer wordt vicevoorzitter. De voorzitter en secretaris wisselen van plaats en de leden wordt gevraagd dit goed te keuren. Onder “stormachtig applaus” verwisselen zij van functie.

Aan de vergadering wordt voorgesteld als bestuurslid te benoemen Mary Eijmsma, zij heeft zich onlangs enthousiast gemeld om het bestuur te komen versterken. Mary presenteert zich voor de vergadering en wordt met handgeklap en gejuich tot algemeen bestuurslid benoemd.

6. Uitnodiging om toe te treden tot het bestuur of tot te vormen commissies

De voorzitter benadrukt nog eens dat een vereniging alleen goed kan werken met voldoende vrijwilligers. Dat hoeft niet altijd in het bestuur te zijn, maar dat kan ook vrijblijvend in een commissie. Het kan heel leuk zijn af en toe bij elkaar te komen met een kopje koffie of wellicht een wijntje. Elly Kramer nodigt gegadigden met “drempelvrees” uit om er bij een gezamenlijke lunch over te komen praten.

Het bestuur zoekt voor het Basblad nog een hoofdredacteur, en verspreiders. Ook een redacteur voor de website en nieuwsbrief. Dit kan ook worden gemeld via het stembiljet.

7. Opgave nieuwe activiteiten.

De leden doen per briefje voorstellen voor activiteiten.
Hierbij de opsomming:

Pannenkoeken	6
Boottocht naar Amersfoort	4
Pubquizz	3
Midget Golf	3
Lunch Huis van Eemnes	3
Chinees	2
BBQ	2
Boottocht Vecht	2

Dit zijn de activiteiten die de meeste stemmen hebben gekregen.

8. Rondvraag

De voorzitter is bij de financiën vergeten een nieuwe kascommissie te benoemen. Die omissie wordt nu goedge maakt. Herman Zoetman en Paul Holdorp worden weer voor 1 jaar benoemd als kascommissie.

9. Sluiting

De voorzitter sluit om 16 uur de vergadering.

Hierna pauze, en een kwartier later begint de BINGO o.l.v. Elly Kramer in een volle van Wulfenzaal.

BINGO



VERSLAG VAN DE INFO MIDDAG PALLIATIEVE ZORG

Joke de Ruiter



Dinsdag 25 maart werd door de BasBel een bijeenkomst georganiseerd rond palliatieve zorg.

Achter de tafel de palliatieve verpleegkundige vanuit Vivium, de directeur van het hospice uit Huizen en de regionale Coördinator Vrijwillige Palliatieve en Terminale Zorg (VPTZ).

Aanwezig een twintigtal geïnteresseerde aanwezigen.

Vanuit de opzet van deze middag kwamen eerst de “deskundigen” aan het woord.

Er werd uitgelegd wat palliatieve zorg is: passende zorg die gegeven kan worden nadat iemand te horen heeft gekregen dat genezing niet meer mogelijk is.

Er zit geen tijdslimiet aan deze zorg, soms duurt het dagen of weken, maar vaker maanden of meer dan een jaar. Palliatieve zorg is gericht op een zo goed mogelijk leven.

De palliatief verpleegkundige krijgt het contact met patiënten veelal via huisartsen. Zij helpt zowel de zieke als de naasten, door haar bekendheid met diverse mogelijkheden van ondersteuning zowel praktisch als psychologisch als eventuele levensvragen. Zij is voor betrokkenen het aanspreekpunt en voorkomt dat in een toch al moeilijke situatie mensen zelf “op zoek” moeten gaan.

Zij beschikt over een goed netwerk en korte lijnen.

De VPTZ zet geschoolde vrijwilligers in die praktische en emotionele ondersteuning bieden, waarbij aan de naasten de mogelijkheid geboden wordt wat te rusten dan wel iets voor zichzelf te kunnen gaan doen.

Aanvragen hiervoor kunnen rechtstreeks gedaan worden.

Zie website stichting VPTZ, telefoonnummer 06-11330830.

Het hospice in Huizen, biedt zorg in de allerlaatste levensfase waar verzorging thuis niet (langer) mogelijk is. Dit gebeurt in een huiselijke sfeer. Vele vrijwilligers bieden persoonlijke aandacht en zorg en zorgen ervoor om het hospice

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

draaiende houden door te koken, gastvrouw te zijn en alles te doen wat nodig is.

Er is 24 uur altijd een verpleegkundige aanwezig.

Men gaat uit van een verblijf dat meestal niet langer is dan drie maanden.

Er is een goede samenwerking met de hospices in Hilversum en Naarden.

Na een korte pauze voor koffie en thee mengden de inleiders zich, samen met een tweetal vrijwilligers vanuit de VPTZ aan de tafels van de geïnteresseerde aanwezigen en ontstonden persoonlijke gesprekken. Om vier uur bedankte de voorzitter eenieder voor zijn of haar aanwezigheid en inbreng en deelde namens de BasBel aan de inleiders bijzondere eierdoosjes uit met paaseitjes.

Noot: achteraf bleek dat in dezelfde week vanuit de praktijk van de huisartsen Tas en Buys uit Laren in het Brinkhuis een bijeenkomst was georganiseerd rond het thema levenseinde.

Een aantal BasBellers die bij deze praktijk horen waren daar aanwezig. Ook deze avond was heel informatief en goed georganiseerd, zeker lof voor een huisartsenpraktijk die zoiets organiseert.

TANTE BELLO

Elly Kramer

Sinds januari dit jaar is Eemnes een tante rijker. Een tante die aandacht heeft voor eenieder die het nodig heeft. En daarnaast ook nog maaltijden voorzet voor diegene die zelf geen zin heeft om te koken en voor hen die dankzij Tante

Bello ook nog een gezonde maaltijd thuisbezorgd krijgen.

Tante Bello woont aan de Jhr. Roelllaan in Eemnes. Zij heeft een gezellige huiskamer die zij openstelt op maandag, woensdag en vrijdag. Bij binnenkomst komen de heerlijkste geuren je al tegemoet en er wordt hard gewerkt en tussen door hard gelachen in de, toch wel, bescheiden keuken. De tafels zijn gezellig gedekt en nodigen uit om zeer betaalbaar een hapje te gaan eten.

Maar wie is nu eigenlijk Tante Bello? Ik vroeg het aan Carin, die het roer begin dit jaar heeft overgenomen van Marian. Ik had bedacht dat ik het nuttige met het aangename kon verenigen door bij Tante Bello te gaan eten. Ik kwam om 17.00 uur binnenwandelen en het was al een ware bijenkorf: vrijwilligers die in- en uitvlogen met de koffertjes met eten om aan inwonenden van Eemnes uit te delen.

Ik vroeg aan één van de gasten of zij hier vaker kwamen: jawel, drie keer in de week! Het voelde als een ontmoetingsplaats waar men de laatste nieuwtjes en tips kan delen en stiekem



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

ook wel eens verkapt commentaar kan leveren om daarna weer lachend het water aan elkaar door kan geven. Het eten wordt uitgeserveerd aan tafel: een amuse vooraf, met gehakt gevulde aubergine en daarover een laagje gegratineerde kaas, een schaalje sla en yoghurt met vers fruit toe. Carin, de kok, komt nog voor een praatje, is geïnteresseerd in de mensen en (sinds 3 maanden daar werkzaam) al bekend met het wel en wee van de mensen die hebben gegeten.

Ik vroeg haar of zij het druk heeft. Daar hoefde zij niet lang over na te denken: het is erg druk. En bijna in 1 zin zegt ze er achteraan: ik zou nog wel vrijwilligers kunnen gebruiken, het zijn soms lange dagen, dagen waarop zij eigenlijk niet toekomt aan datgene wat altijd op de achtergrond zit: de administratie. Maar de lach blijft op haar gezicht en zij wenst mij nog een plezierige avond, terwijl zij bezig is met het inschenken van de koffie. Afrekenen doe je contant. Per maaltijd betaal je € 11,50. Je kunt ook kiezen voor een 10-maaltijden kaart, dan hoef je niet te zoeken naar kleingeld zoals ik nu wel moest. Reserveren is niet nodig.

Oh ja, en wie is nu die tante? Tja, dat blijft een vraag, maar ik zou zeggen: kom gewoon een keer bij Tante Bello langs, dat vindt zij fantastisch!

DUTJE OVERDAG OF GOEDE NACHTRUST ?

Senioren journaal/Trouw



Hij slaapt veel, zij slaapt juist oppervlakkig en onrustig. Hoe slaap je beter en kun je nu beter wel of geen dutje doen overdag?

Daarover gaat het in de Trouw-rubriek Het Consult.

Vooropgesteld, zegt in Trouw longarts-somnoloog bij het Nederlands Slaapinstituut Lisette Venekamp, varieert de slaap per

NOTARISKANTOOR 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



persoon heel sterk. Gaat iemand ineens meer slapen, dan kan dat een fysieke, psychische of medische oorzaak hebben, zoals slaapapneu. Maar het kan ook te maken hebben met veranderingen in een levenssituatie. “Ik zie vaak mensen die bijvoorbeeld gaan verhuizen en door alle stress ontzettend moe worden. Dus het hoeft niet altijd een medisch probleem te zijn.”

Minder prikkels

Mensen op oudere leeftijd gaan soms meer slapen overdag omdat ze minder meekrijgen van wat er om hen heen gebeurt, aldus Het Consult in Trouw. Ze krijgen minder prikkels waardoor ze van verveling in slaap dommelen. “Op een gegeven moment kom je op een leeftijd waarop je merkt dat je lichaam steeds meer behoefte krijgt aan middagdutjes. Middagdutjes zijn een hele natuurlijke en gezonde behoefte. Doe je 20 à 30 minuutjes een dutje en voel je je daarna energiever? Prima, alleen maar gezond. Maar ga niet uren slapen want dat gaat ten koste van je nachturen.” Ook zijn er juist studies die aangeven dat ouderen de neiging hebben iets minder te slapen in de nacht, stelt Venekamp in Trouw. “Maar het is niet een heel groot verschil met halverwege het leven, het zijn geen uren.”

Maak je niet druk 's nachts
Naarmate je ouder wordt, verandert je slaappatroon sowieso: de slaap wordt minder diep en ook vaker onderbroken. “Ouderen slapen vaker in twee of drie delen met een wakkere periode tussen die slaapperiode in.” Ze verzekert dat vaker wakker liggen helemaal niet verkeerd is. Wel is het belangrijk dat je rustig kan wakker liggen. Maak je daar dus vooral niet druk over, want daar krijg je juist slaapproblemen van. Het is volgens Venekamp prima om een half uur ontspannen wakker te liggen. “Lukt dat ontspannen nou niet zo goed, ga dan wat lezen, puzzelen, muziek luisteren of een rustig televisieprogramma kijken”, tipt ze.

DINSDAG 20 MEI: EEN SMAKELIJK AVONTUUR BIJ DE CHINEES VAN EEMNES!

Een echte BasBEL traditie! *Huanying* (welkom) In mei komen we weer samen voor een gezellig diner bij de Chinees van Eemnes. Dit jaar vieren we de zesde editie – altijd uitverkocht én gegarandeerd een avond vol gezelligheid!.

Wat staat er op het menu? Een heerlijk voorgerecht, een rijk buffet met volop keus, én een smakelijk essert. Drankjes zijn voor eigen



Primera

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



rekening, maar het plezier krijg je er gratis bij!

Wij starten om 18 uur en wij verwachten dat wij om ca. 20:00 uur klaar zijn. Er is plaats voor maximaal vijftig BasBEL leden, Wees er snel bij, want het kan snel vollopen met reserveringen, net zoals in vorige jaren.

Datum: dinsdag 20 mei. Adres: Chinees van Eemnes, Torenzicht 16.

Opgeven: op de website, of inspreken op 06-2321 8606 of via een mail naar deelname@basbel.nl. Vermeld naam, adres, en ook uw dieet- of vervoerswensen.

Prijs € 20 exclusief drankjes, introducees € 25

DINSDAG 10 JUNI: MET DE BUS EN DE BOOT VAN KERKDRIEL NAAR ZALTBOMMEL EN DE WAAL!

Geniet van een ontspannen dag vol natuur en gezelligheid tijdens de bijzondere tocht van Kerkdriel naar Zaltbommel! Onze bustocht en lunchvaart is dé manier om even helemaal iets anders te doen terwijl u geniet van het prachtige landschap, een smakelijke lunch en unieke ervaringen. De route is van Laren en Eemnes met de bus naar Kerkdriel en met de boot naar Zaltbommel, met daarna nog een mooie

rondrit met de bus, en weer terug naar huis.

De route op de Waal is levendig met veel scheepvaartverkeer en met fraaie natuur langs de uiterwaarden. De doorgang van de ene naar de andere rivier gaat via de sluis bij St. Andries. Het schutten in de sluis is een bijzondere ervaring op zich.

De kapitein zal u over de bezienswaardigheden informeren. Na de boottocht kunt u nog even passagieren in Zaltbommel. Wat heeft het toch zijn charme, zo varend lunchen!

Wij gaan met de bus van Eemland naar Kerkdriel. Onderweg stoppen wij natuurlijk voor koffie en gebak. Daarna gaan wij naar de boot. U komt daar aan tegen 12 uur. Wij hebben dan een broodjeslunch met soep en kroket geregeld. Na de tocht met de boot over de mooie Waal gaan wij met de bus nog een leuk toertje Bommellerwaard maken. De bus vertrekt bij Johannesheve, Eemnesserweg 42 in Laren om 8:45 uur en om 9:00 uur bij het Huis van Eemnes. Terugkomst om 17:30 uur.

Datum: Dinsdag 10 juni

Tijd: 8:45 – 17:30 uur

Opstappen bij Johannesheve Eemnesserweg 42 in Laren (uiterlijk 8:45 uur) of Huis van Eemnes Noordersingel 4 in Eemnes (om uiterlijk 9.00 uur).

Prijs voor leden € 59.

Voor introducés € 70.





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

Het bedrag wordt via automatische incasso geïnd van uw bankrekening. Voor diegenen die minder mobiel zijn: Vervoer naar de opstapplaats en weer terug € 2,50 per persoon. De reis gaat door bij een minimum aantal deelnemers van 30. Het maximum is 49 personen. Opgeven: Kan op 3 manieren: Via de website; via een mail naar deelname@basbel.nl, of mondeling door in te spreken op de BasBEL telefoon op 06-2321 8606. Vermeldt svp uw naam en adres, of u een dieet heeft, en of u vervoer nodig heeft.

DONDERDAG 10 JULI WEER EEN ZOMERSE BASBEL HIGH TEA !

Aan de voet van de mooie Zuiderheide in Laren, vlak bij de grafheuvels en midden in de ongerepte natuur, ligt Theehuis 't Bluk.

Daar organiseert de BasBEL op donderdag 10 juli een heerlijke High Tea van 15.00 – 17.00 uur. Vorig jaar kreeg zowel de high tea zelf als de locatie veel waardering van de aanwezige BasBellers.

Het is daar niet alleen lekker eten en genieten. Het kan ook perfect gecombineerd worden met een

heiwandeling (parkeer de auto bij het St Janskerkhof en dan 1,6 km wandelen) of met een bezoek aan de nabijgelegen grafheuvels, of met een fietstocht (Eemnes 5,6 km) of vanuit Laren (2,5km). Maar 't Bluk is ook goed bereikbaar per auto met als laatste stuk een onverharde weg van 500 meter. Datum: Donderdag 10 juli van 15-17 uur. Plaats: Theehuis 't Bluk, Zuiderheide 2, 1251 SE Laren.

Opgeven via de website, of mail uw bericht naar deelname@basbel.nl, of spreek het in op 06-2321 8606. Vermeld uw naam en uw adres, en uw eventuele dieet- en/of vervoerswensen.

Prijs € 26 per persoon incl. thee.

Andere drankjes voor eigen rekening. Introducties € 32. Toeslag vervoer € 3 per persoon. Het deelnamebedrag wordt via automatische incasso ingehouden op uw bankrekening.

EDITIE 2025 BIJ DE DERDE HELFT-BEL

Op dinsdag 15 april organiseert De Derde Helft-BEL voor het 3e jaar op rij 'Doortrappen'. Dit landelijk initiatief van het Ministerie van Infrastructuur & Waterstaat ondersteunt 'Veilig fietsen tot je honderdste'.

Het programma voor de 5e editie is:

- 09.45 uur opening door wethouder Jan van Midden
- 10.00 - 11.15 uur fietsparcours bij SV Laren'99 begeleid door Ivo Smit, fietsdocent van de fietsbond
- 11.15 - 12.00 uur worden gratis fietsspiegels geplaatst op de fietsen van deelnemers door Q-bike
- 12.00 - 13.00 uur gratis lunch voor



deelnemers in de kantine van SV Laren'99.

13.00 - 14.00 uur fietstocht

Voor deelname aan deze activiteit

kunt u zich vanaf **dinsdag 25**

maart 2025 aanmelden via de mail:

dederdehelftbel@svlaren99.nl of op

dinsdagmorgen aan de bar tijdens

onze wekelijkse activiteitenochtend.

Locatie: SV laren '99 - Schuilkerkpad 2 -

1251 SN Laren

Deelname is gratis, maar VOL=VOL.

Maximaal aantal deelnemers is 25

WOENSDAG 27 AUGUSTUS: WEER DE JAARLIJKSE BASBEL BARBECUE !

De BasBEL gaat weer uit barbecueën! Woensdagmiddag 27 augustus staat de staf van Johanneshove in Laren weer klaar voor u om u te verwennen met lekkere barbecue gerechten en salades. En na afloop een toetje. De barbecue start binnen, maar als het weer het toelaat gaan wij al snel naar buiten toe. Het is elk jaar niet alleen lekker maar vooral ook gezellig! Dieetwensen svp even apart opgeven. Als het mooi weer is gaan dan is de mooie tuin van Johanneshove wel een heel mooie plaats om bij te praten, en anders maken we het binnen weer heel gezellig. De prijs is inclusief drankjes.



Datum: woensdag 27 augustus Plaats: Johanneshove Eemnesserweg 42 Laren.

Tijd: 13:00 – 16:30 uur. Prijs:

Leden € 26,50, inclusief de drankjes.

Introducées: € 32,50

Opgeven via de website, of mail uw bericht naar deelname@basbel.nl, of spreek het in op 06-2321 8606.

MARY EIJSMA, NIEUW BESTUURSLID

Mijn naam is Mary Eijsma. Ik woon sinds 1973 in Eemnes

maar kom

oorspronkelijk

uit Den Haag/

Rijswijk. Toen ik

met mijn ouders

in Eemnes kwam

wonen zat ik nog

op school en ben

toen direct naar

de Heideveld

MAVO in Laren

gegaan. Mijn



vervolgopleidingen zal ik jullie besparen want dat zijn er vele omdat ik heel leergierig ben, dus altijd op zoek ben naar nieuwe uitdagingen.

Na wat omzwervingen in omroep land, want ja dat is dat is hier in de buurt toch zo'n beetje de grootste werkgever geweest, heb ik de laatste 29 jaar van mijn werkzame leven bij Natuurmonumenten in 's-Graveland gewerkt. Helemaal anders! Want ja, ik was natuurlijk nog steeds die stadse meid die nog geen mees van een vink kon onderscheiden. Dat is inmiddels

helemaal goed gekomen want voor vrienden en bekenden geef ik nu af en toe een rondleiding door het mooie natuurgebied Eemland waarin wij wonen. Sinds 2022 ben ik met pensioen gegaan. Ik was 65 en vond dat ik lang genoeg had gewerkt. Ik ben nu graag in beweging en zwem, doe klassiek ballet, yoga en maak af en toe een korte wandeling. Ook heb ik een nieuwe hobby; naar de bioscoop gaan. Ik heb de Cineville kaart ontdekt. En natuurlijk naar het theater.

Nu dus BasBEL waar ik mij graag voor wil inzetten.

ONZE WIJNVOORKEUREN

René Diesveld

De laatste jaren neemt de wijnconsumptie in de wereld af. Dat gebeurt vooral omdat jonge mensen onder de 40 minder wijn drinken dan vroeger. Bij mensen boven de 40 jaar is dat nog steeds hetzelfde als een paar jaar geleden.

Opvallend is ook dat jongere mensen vooral witte wijn drinken. En dat doen zij dan meestal voor het eten. Dat verklaart wellicht ook waarom de mousserende wijnen steeds populairder zijn. Niet zozeer de

(veel te dure) champagne, maar vooral de veel prettiger geprijsde mousserende wijnen als een goede Prosecco, een Franse Cremant of een Spaanse Cava. Dat is niet



verwonderlijk. Zelfs veel wijnkenners zijn niet in staat kwaliteitsverschillen met een fles uit de Champagnestreek te proeven. Ook rosé is in opmars, niet alleen als wijn maar ook in de mousserende variant. Ook is er een trend naar een wat lager alcoholpercentage.

De voorkeur bij het kopen van wijn gaat uit naar de betere kwaliteitswijnen, maar er wordt minder van gedronken. Daarnaast zijn ook speciaalbieren populair. Het aanbod is sterk toegenomen.

Door deze veranderingen overtreft op dit moment de Franse witte wijnproductie voor het eerst die van rode wijn.

De rode wijnen hebben nog steeds de voorkeur bij de wat oudere mensen, en de wijn wordt dan vooral bij het eten gedronken. Maar omdat deze groep niet het eeuwige leven heeft neemt de consumptie wel elk jaar wat af, en dat geeft veel zorgen voor de wijnindustrie. Verder is er bij de rode wijnen een kleine verschuiving naar de Italiaanse wijnen en naar flessen met een lichter alcoholpercentage. Ook worden deze rode wijnen tegenwoordig soms wat meer gekoeld gedronken.

WOENSDAG 21 MEI : ONDERMIJNENDE DIGITALE CRIMINALITEIT EN UW DIGITALE VEILIGHEID

Een interessante & leerzame bijeenkomst die u meeneemt in de wereld van ondermijnende criminaliteit en digitale (on)veiligheid ofwel cybercrime. Deze bijeenkomst wordt georganiseerd door de Gemeente Eemnes.

Wat kunt u onder meer verwachten van de bijeenkomst:



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, diervoeding 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



Uitleg van meerdere professionals over de verschillende vormen van ondermijning en cybercriminaliteit en hoe u hier het beste mee om

kunt gaan. Dit onder het genot van een kop koffie/thee en wat lekkers. Het is gratis!

Wanneer?

Woensdag 21 mei in het Huis van Eemnes (Dijkzaal B).

Van 10.00 - 13.00 uur.

Graag ontvangen zij een aanmelding zodat zij weten op hoeveel mensen we mogen rekenen.

Dit kunt u doen door een email te sturen naar veiligheid@belcombinatie.nl

HONDERD JAAR SINT JAN – EEN FAMILIEGESCHIEDENIS

Joke de ruiter

Nu er artikelen verschijnen over het honderdjarig bestaan van de St.Janbasiliek moet ik steeds denken aan het verhaal dat mijn vader Jan Zwanikken(1895) met enige regelmaat over het tot stand komen van de kerk vertelde.

Mijn vader heeft na de onverwachte dood van mijn moeder ruim 16 jaar bij ons gewoond. Hij was een Laarder in hart en nieren en een graag verteller. En een van de verhalen ging over pastoor Hendriks en de manier waarop het geld geïnd werd voor de totstandkoming van de kerk.

Het is ongeveer als volgt gegaan:

Op enig moment kwam de pastoor op bezoek bij mijn vaders moeder. Mijn oma dus. Zij was een zeer vrome vrouw, volgens mijn vader zelatrice van het een of ander in de parochie en feitelijk” zo vroom als gemalen poppenstront” Uiteraard was ze ingenomen met het bezoek. Zoals gebruikelijk werd het gezin besproken, van de negen kinderen was in ieder geval al een getrouwd en een in het klooster gegaan.

De volwassen kinderen hadden allen werk en de jongsten moesten hand en spandiensten verrichten in huis, tuin en boerderij.

Er was na jaren eindelijk geen honger meer in het gezin en er was gespaard om er een koe bij te kopen.

Het spaargeld circa honderd gulden zat in een nooit gebruikte theepot in de kast van de mooie kamer. Precies de plek waar meneer pastoor nu zat.

Na het inleidende gesprek kwam de pastoor tot zaken. De hele katholieke Larense gemeenschap ging bijdragen aan de bouw van de nieuwe kerk. En hij kwam eens horen hoeveel deze familie Zwanikken zou geven.

Oma dacht aan het spaargeld, ging naar de theepot en pakte tien gulden. In die tijd een week salaris van opa waarvoor hij dagelijks van Laren naar Naarden ging, eerst lopend maar uiteindelijk op een fiets. Al was hij erfgooiër, het dagelijks brood werd bij een tuinder in Naarden verdiend die ook een boerderij had, waar opa al het werk deed.

Zij gaf het geld aan de pastoor die het verontwaardigd afwees. “ Zo’n goed katholiek gezin met werkende kinderen moest toch wel wat meer kunnen geven” Er werd met een plek in de hemel gewerkt en oma ging om en gaf de

pastoor al het spaargeld voor de koe. Ze zei er niets over tot na een week opa met een zoon de koe zou gaan kopen, naar de theepot ging en deze leeg vond. "Gerritje, weet jij hier iets van?"

Dat was het moment vertelde mijn vader dat ze aan tafel ging zitten krijten(huilen) dit bleek ze altijd als wapen te gebruiken als er iets moeilijks was.

Door al het gekrijt heen kwam het verhaal eruit, de pastoor, de tien afgewezen guldens, de plek in de hemel. Vader en zoon vloekten op zijn Larens stevig,vergoeme maar het geld was weg en er moest opnieuw gespaard worden.

Mijn vader besloot het verhaal altijd af met hoe hij dit ervaren had en dat was niet gunstig voor de pastoor.

Heel veel jaren later, ik zat in de gemeenteraad, moesten de twee straten op het terrein van het St. Jan ziekenhuis namen krijgen.

Met " Onder de Bogen " had ik geen moeite, maar stemde met een verklaring tegen het Pastoor Hendrikspark.

HARTIGE TAART MET ASPERGES

Koken met Joke

Dit recept kan zowel vegetarisch als met hamblokjes gemaakt worden.

Gebruik wat meer geraspte kaas voor een vegetarische variant

1 rol koelvers bladerdeeg

1 kuipje crème fraîche

2 eieren

Bakje hamblokjes

100 geraspte kaas

500 gram witte asperges

iets zout en peper

Kook de asperges ca. 15 minuten vóór, laat ze op een schone theedoek zo goed mogelijk uitlekken en drogen. Verwarm intussen de oven op ca. 190 graden

Rol op een bakblik de bladerdeeg uit,rol langs de randen het deeg om.

Klop crème fraîche, eieren, kaas, peper en zout dooreen, roer eventueel de hamblokjes erdoor.

Beleg de taart met de asperges, dikke exemplaren in de lengte doorsnijden.

Bak de taart ca. 30 minuten, ligt aan oven of het iets langer moet.

Deze taart kan ook met groene asperges gemaakt worden, of met roosjes bloemkool/ broccoli, of een combinatie van beiden.

Ook koud de volgende dag lekker. Eet smakelijk



STRAATJE OPEN, STRAATJE DICHT; WAAR ZIJN ZE MEE BEZIG?

René Diesveld

Alle straten 2 keer open, een gootje graven, en het niet al te secuur weer dichtmaken: We hebben het over de aanleg van glasvezelkabel in de 3 BEL gemeenten.



Een aantal jaren geleden verzocht de gemeente Laren om glasvezel aan te leggen in hun gemeente. Maar KPN vond dat niet interessant.

Totdat Delta zijn kans zag en begon met de aanleg van glasvezel. Toen wilde KPN plotseling wel. En niet de kabel van Delta huren, nee zij moesten plotseling ook hun oude koperkabels vervangen door eigen glasvezel. Dus weer de straat open. Keiharde concurrentie dus, maar slim? Ik denk van niet.

Waarom wordt er glasvezel aangelegd?

Glasvezel is een Chinese uitvinding van 50 jaar geleden. Via heel dunne glasvezels kan supersnel licht worden getransporteerd. Met lasers wordt dit verder versnelt. Gegevens kunnen daardoor in grote hoeveelheden razendsnel verzonden worden. Bijna alle gegevenskabels zijn al glasvezel, dus nu is het laatste stukje aan de beurt, de huisaansluitingen.

Heeft u nu een KPN aansluiting (internet en/of tv, of van KPN, of een andere leverancier die de KPN kabel gebruikt)?

KPN maakt in de BEL nog steeds gebruik van oude koperen telefoonleidingen. Uitgevonden zo'n 150 jaar geleden. Eerst voor de telefoon, en

de laatste 30 jaar ook voor internet. En die koperen leiding zit daarmee overvol. De snelheid van internet is daardoor erg beperkt. Ook vereisen koperen leidingen veel dure centrales. Glasvezel is vele malen efficiënter, energiezuiniger en véél sneller. Het is dus logisch dat KPN binnenkort al zijn koperen leidingen van het net gaat afkoppelen en gaat vervangen door glasvezel. Als je dus internet en wellicht TV van KPN betreft zal je dus moeten mee veranderen, want uit uw koperen leiding komt binnenkort geen signaal meer. Je kan overgaan naar glasvezel van KPN. Maar je kunt ook kiezen voor Delta glasvezel, of naar Ziggo gaan.

Heeft u thuis een Ziggo aansluiting?

De meeste mensen in de BEL hebben internet en tv van Ziggo. Ongeveer 60 jaar geleden gingen de straten ook open om naast de koperen KPN kabel een zg. coax kabel aan te leggen. Dat was voor televisieontvangst via de kabel. Daarna gingen snel alle tv antennes van de daken. Want via die kabel kon je niet twee of drie, maar 18 tv zenders ontvangen. En dat werd in de loop van de jaren uitgebreid tot 200 radio- en tv zenders. Maar toen internet ca. 30 jaar geleden begon moest er ook internet door dezelfde kabel. Er was nog wat ruimte voor, maar in de loop der jaren werden de snelheden hoger en dat kost meer ruimte. Dat is met wat vallen en opstaan goed gelukt. Ziggo is erin geslaagd om met die volle kabel hoge snelheden te bereiken. Maar die oplossing zit nu ook voorlopig aan zijn limiet.

In principe hoef je niets te doen als je tevreden bent met Ziggo. De tv kwaliteit is vaak beter dan de tv ontvangst via

internet (iptv), zoals bij glasvezel. Ook kan Ziggo op dit moment nog redelijk meekomen met de snelheid van glasvezel, maar de storingsgevoeligheid is wel wat groter met zo'n coax kabel die eigenlijk alleen voor tv bedoeld was.

Wat moet je in alle gevallen wel doen?
KPN en Delta bieden beide aan om gratis een aansluitkastje in je huis aan te leggen. Het is verstandig om dat door alle twee te laten doen. Daarmee heb je later de vrijheid om te kiezen voor wat anders, en je huis is meer toekomstgericht. Het kost niets en verplicht tot niets. Maar als je het later alsnog wilt laten aanleggen, dan zit je zo op € 1000. In de wat verdere toekomst gaat glasvezel het overal winnen.

Waar loop je tegen aan als je met tv en internet naar een andere leverancier (provider) gaat?

Je krijgt een ander modem en vaak ook andere wifi punten in je huis. Meestal doet de monteur dat gratis. Als je nu een coax tv kabel van Ziggo naar je tv hebt lopen, moet die bij glasvezel vervangen worden door een breedbandkabel (internet) en een externe box bij de tv. Alles wat met internet werkt moet daarna opnieuw ingesteld worden. Dat is werk, maar eenmalig.

Maar vervelender is als je een mailadres hebt van je vorige leverancier, dus op het eind @ziggo, of bij kpn: @kpnmail, @hetnet.nl, @kpnplanet of @worldonline. Dan kan je je mailadres niet meer houden als je van provider wisselt. Dan moet je een nieuw mailadres nemen. En dat moet je aan iedereen gaan doorgeven.

Daarom: neem nooit opnieuw een mailadres van een internet provider,

maar iets neutraals of iets van je zelf, bijvoorbeeld @gmail.com, @outlook.com, @hotmail.com of je eigen domein bij een neutrale mail hosting provider.

Als je over wil gaan, wie moet je kiezen?

De Ziggo coax kabel biedt alleen Ziggo aan, maar bij de glasvezelkabel van Delta kan je meer providers kiezen dan Delta alleen, zoals bijvoorbeeld Caiway en Odido. Ook via de kabel van KPN zal je uit verschillende providers kunnen kiezen. Let goed op de (hoge) kortingen die worden geboden en de tevredenheidsscore. De kabel zelf is bijna altijd prima, maar er is verschil in kwaliteit tussen aangeboden modems en wifi punten en de service. Dat kan het verschil maken tussen aanbieders. Huishoudens met een of twee personen hebben vaak genoeg aan een lage internetsnelheid. Betaal dus niet meer voor iets dat u niet gaat gebruiken!

WAT GEBEURT ER ALLEMAAL MET WINDOWS OP UW COMPUTER?

René Diesveld

Misschien heeft u nog een computer of laptop die Windows 10 als besturingssysteem heeft. Of misschien nog wel Windows 9 of 8. Als die computer al een paar jaar oud is dan is die kans groot. Hoe weet je dat? Klik met de rechtermuisknop op het windows logo benden, dan op systeem en dan op specificaties.

Als u die computer nog regelmatig gebruikt, dan is het belangrijk om te weten dat Windows 10 vanaf oktober niet meer van beveiligingsupdates wordt voorzien. Dat betekent dat die computer heel kwetsbaar gaat worden voor indringers wanneer die nog steeds met

het internet is verbonden. Normaal ga je automatisch via een update van Windows 10 naar Windows 11. Dat is al de laatste jaren gebeurd Maar Microsoft, de maker van Windows, heeft heel veel oudere computers daarvoor afgekeurd. Dat doen zij door de overgang naar Windows 11 op je computer te blokkeren. Dus als uw computer nog steeds op Windows 10 staat, dan is die waarschijnlijk niet geschikt voor Windows 11.

Er is best wel veel kwaadheid onder gebruikers over deze gang van zaken. Je bent dus eigenlijk verplicht om een nieuwe computer aan te schaffen. Maar Microsoft haalt zijn schouders daarvoor op. Je kan nog wel voor een extra bedrag (\$61 + btw) een jaar veiligheidsupdates erbij kopen, maar dat is uitstel van executie. Want een jaar later verdubbelt Windows die prijs.

Wat te doen?

Allereerst moet je je afvragen, of je als senior nog een Windows computer nodig hebt. Met een smartphone (een Android mobiel bijvoorbeeld van € 200 tot 300 euro, of een Iphone) kan je heel veel doen, zoals mailen, whatsappen, foto's maken, Digi D, veilig bankieren, alles opzoeken etc. Hij past in je zak en je kan hem overal gebruiken. Nadeel: Je kan er alleen niet gemakkelijk lange stukken op typen, en je hebt geen groot scherm. En bijvoorbeeld je belastingaangifte invullen kan wel, maar is wat onhandig. Kan je daarmee leven? Ok.

Wel een tip: mocht je een nieuwe smartphone willen aanschaffen wees dan voorzichtig met soms Chinese Android



mobiel, want die zijn technisch weliswaar prima, maar worden vaak slecht geüpdatet door de fabrikant. Een Samsung (Zuid Korea) bijvoorbeeld is daarom een veiliger keus. Ook kan je naar een Apple Iphone gaan. Makkelijk te bedienen, prima toestel, maar de prijs is wel vanaf € 550 veel hoger en deze

heeft een kleiner scherm.

Als alles goed werkt op je mobiel haal je vervolgens je oude computer van het internet af, en je kan nog lang alles raadplegen wat erop staat, zonder gevaar.

Een tweede mogelijkheid is om een Apple Ipad te nemen. Die heeft een bijna 2 x zo groot scherm als een smartphone, en je kan er makkelijker op typen. Apple vind ik zelf meestal (te) duur, maar de goedkoopste Ipad is nu voor ca. € 400 te koop en een prima toestel voor die prijs. Apple geeft jarenlang updates en is veilig. Veel senioren zijn er erg blij mee. Alternatief hiervoor: Een Android tablet. Maar de updates voor Android tablets zijn jammer genoeg wat minder vanzelfsprekend dan van een Ipad, omdat deze afhankelijk zijn van de service van de fabrikant.

Wil je toch weer een Windows computer, dan is een goede nieuwe laptop al te koop vanaf € 425. Er zijn vooral grote merken te koop (HP uit de USA, Acer en Asus uit Taiwan en Samsung uit Zuid Korea), en in dit geval kan je ook een goede Chinese laptop kopen (bijvoorbeeld Lenovo). Dat komt omdat Windows zelf voor de updates zorgt op de computers, en niet de fabrikant, zoals

bij Android telefoons.

Koop er wel een met minimaal een Intel Core I5 processor of hoger, of een AMD Ryzen 5 processor of hoger. En liefst 16Gb werkgeheugen. Dat is veilig voor de toekomst want aan het eind van het jaar komt waarschijnlijk Windows 12 er al aan.

En last but not least, je kan ook overgaan naar een Apple Macbook laptop. Je gaat dan van Windows over naar de Apple wereld, en die is wat rustiger dan die van Windows. Is wel even wennen als je van Windows komt, maar het is goed te doen. Hoge kwaliteit, maar wel een vanaf prijs van €1100 voor de eenvoudigste laptop.

Persoonlijk advies nodig of begeleiding? De PC Helpdesk in de bibliotheek kan je voor enkele euro's over alles adviseren en helpen, van telefoon tot Ipad en laptop. Maar je kan ook voor € 40 per jaar lid worden van Seniorweb. Die doen hetzelfde, maar geven daarnaast ook cursussen, hebben veel documentatie, en komen tegen een acceptabele vergoeding ook bij je thuis als er een probleem is.

Het zijn natuurlijk best flinke aankoopbedragen. Maar bedenk dat de prijzen in de loop van de jaren fors zijn gedaald, zeker als je rekening houdt met inflatie en wat zij nu allemaal kunnen. En je hebt er weer jaren plezier van.

KORT SENIORENNIEUWS:

(bronnen: media over de BEL; senioren-journaal; eigen research)

Gemeentebesturen:

In Laren leek burgemeester Nanning

Mol weer aan te blijven voor een nieuwe termijn, maar het laatste nieuws is dat hij zal worden voorgedragen tot burgemeester van Dordrecht.

In Eemnes houdt wethouder Theo Reijn er mee op. Hij heeft dit 6 jaar in Eemnes gedaan, en dat als inwoner van Kortenhoef. Hij weet nog geen datum, want hij wil de plannen voor de herinrichting Laarderweg, woningbouw in Zuidpolder Zuid en de ontwikkeling van het Occrietterrein nog met de raad bespreken. Maar zelf denkt hij aan de zomer 2025.

Nieuw logo voor de BEL GEMEENTEN:



Dit is het nieuwe logo van de gezamenlijke BEL gemeenten. Het kostte wel € 75.000 tot ongenoegen van een aantal raadsleden. En daar komt nog nieuwe bedrijfskleding, bestickering aanpassingen website en briefpapier etc bij. Maar stijlvol is het wel.

Sociale kaart Blaricum, Eemnes en Laren beschikbaar

Goed nieuws! De gemeenten Blaricum, Eemnes en Laren hebben een boekje gemaakt over zorg en ondersteuning in onze drie gemeenten. In dit boekje vindt u informatie over bewegen, ontmoeten, meedoen, zorg en financiële ondersteuning. Ook worden verschillende maatschappelijke organisaties genoemd die activiteiten aanbieden.



Een fit en vitaal leven is ontzettend belangrijk. Het helpt om een goede weerstand te hebben, rust in het hoofd te vinden en van het leven te genieten. Dat wensen we voor alle inwoners in onze gemeenten. En als het (even) niet lukt, zijn er organisaties die ondersteuning kunnen bieden.

U kunt het boekje ophalen bij het gemeentehuis, huisartsenpraktijken en dorpshuizen.

Voor vragen over dit boekje of voor vragen rondom welzijn, bewegen en leefstijl bent u van harte welkom bij het Leefstijlpunt in het Brinkhuis, het Huis van Eemnes of de Malbak!

Mogelijke veranderingen in de AOW

Bij de AOW krijg je een boete als je gaat samenwonen. Als alleenstaande ontvang je nu € 1.580 bruto per maand. Ga je bij elkaar wonen dan ontvang je alle twee nog maar € 1.081 bruto. Samen ga je

er dus € 1.000 euro bruto per maand op achteruit op het moment dat je gaat samenwonen. En dat maakt het niet aantrekkelijk om een van de twee huizen vrij te maken voor woningzoekenden. Het leven van de gemiddelde Nederlander ziet er heel anders uit dan toen de AOW in 1957 in het leven werd geroepen. Dat zegt Simon Sibma, die eind deze maart afscheid nam als voorzitter bij de Sociale Verzekeringsbank (SVB), in het FD. 'Destijds gingen we uit van getrouwd of alleenstaand. Maar nu hebben we te maken met minimaal eenentwintig verschillende leefvormen, van vrienden die een huis delen tot iemand met een inwonende mantelzorger of een echtpaar waarvan een in het verpleeghuis woont.' Daar komt nog bij dat 19% van de AOW-gerechtigden tijd in het buitenland heeft doorgebracht, waar andere regels gelden.

Nederland kan daarom niet om een stelselwijziging heen, zegt Sibma in het FD. Maar makkelijk zal het niet worden. 'Je moet hier echt generaties over doen. De hypotheekrenteaftrek hebben we ook niet in vijf jaar afgeschaft, maar dat gaat nu toch vrijwel geruisloos. Zo zou je het eigenlijk ook met de AOW moeten doen. Alleen: dat vraagt wel een politiek die bereid is verder te kijken dan slechts vier jaar vooruit. We hebben lef nodig, en visie.'

Ook in Den Haag heeft men nu gezegd dat ernaar gekeken gaat worden, maar iedereen dezelfde AOW, dat gaat ca. 8 miljard per jaar extra kosten, dus de oplossing is niet eenvoudig. Maar er zijn wellicht door zo'n verandering minder nieuwe huizen nodig.

Bridgen in Blaricum en Laren op Koningsdag en een Bridgeproeverij op 24 mei

In Blaricum organiseren de vier samenwerkende bridgeverenigingen verenigt in “Harten Vier” verschillende cursussen bridge, voor de beginnende tot de gevorderde bridger, tegen een sterk gereduceerd tarief.

Wij verwelkomen u graag op Koningsdag in Blaricum en Laren voor informatie over het cursusaanbod 2025-2026. Bij de Harten Vier bridge kramen kunt u ook ontdekken of bridge bij u past door mee te doen met een korte Kwik Bridge clinic. Bent u geïnteresseerd geraakt in het bridgespel dan kunt u zich opgeven voor de Bridgeproeverij op zaterdagmiddag 24 mei in de Blaercom.

De bridgeproeverij start met een korte introductie over bridge en daarna gaat u daadwerkelijk oefenen met het bridgespel. De middag wordt afgesloten met een drankje en verschillende hapjes

De toekomst van contant geld

Minister Heinen heeft een voorstel naar de Tweede Kamer gestuurd dat contant geld beschikbaar moet blijven voor iedereen.

Omdat contant geld een belangrijke maatschappelijke functie heeft komt er een wet die dit gaat garanderen. De wet verplicht grote banken om een landelijk dekkend netwerk van geldautomaten in stand te houden. Dit betekent dat er binnen een straal van 5 kilometer een werkende geldautomaat te vinden moet zijn. Ook regelt de wet dat klanten van grote en middelgrote banken voortaan bankbiljetten kunnen storten bij geldautomaten. De Nederlandsche

Bank (DNB) gaat toezicht houden op de naleving.

De wet regelt dat ook in de toekomst geen tarieven *morgen* worden doorberekend aan particuliere klanten van grote banken bij het opnemen van contant geld.

OVpay & DigiHulplijn: reizen met leeftijdskorting nog makkelijker

Goed nieuws voor reizigers vanaf 65 jaar! Sinds juli 2024 kunnen zij de 34% leeftijdskorting in bus, tram en metro koppelen aan hun betaalpas. Een OV-chipkaart is hiervoor niet meer nodig. Al meer dan 100.000 reizigers hebben hier inmiddels gebruik van gemaakt. Mensen die hierbij ondersteuning willen kunnen voortaan gratis contact opnemen met de DigiHulplijn.

OVpay is het nieuwe in- en uitchecken in het OV. Sinds juni 2023 kunnen reizigers in heel Nederland in- en uitchecken met hun betaalpas, creditcard of mobiel. Later dit jaar wordt ook de nieuwe OV-pas gefaseerd geïntroduceerd. De betaalpas en de OV-pas vervangen op termijn de huidige OV-chipkaart. Niet iedereen is even digitaal vaardig. Daarom werkt OVpay vanaf maart 2025 samen met de gratis DigiHulplijn. Medewerkers van de DigiHulplijn helpen reizigers telefonisch met al hun digitale vragen, onder meer bij het instellen van leeftijdskorting op de betaalpas. De medewerkers zijn opgeleid om reizigers te helpen met OVpay en nemen daar alle tijd voor.

De DigiHulplijn is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 8.00 - 22.00 uur en zaterdag van 9.00 - 18.00 uur. Bel 0800 – 1508 of mail naar vragen@digihulp.nl

Voor meer informatie, bezoek www.digihulp.nl

Behalve leeftijdskorting is het bij de meeste OV-bedrijven inmiddels mogelijk ook andere kortingsproducten te koppelen aan de betaalpas. Meer daarover is te vinden op de websites van de verschillende OV-bedrijven. Meer informatie over het instellen van leeftijdskorting op je betaalpas vind je op onze website: <https://www.ovpay.nl/leeftijdskorting>

MEER OVER DE DIGIHULPLIJN:

De DigiHulplijn is een programma van de Alliantie Digitaal Samenleven en is in 2020 tijdens de Corona pandemie opgericht op verzoek van de overheid. De DigiHulplijn is een gratis helpdesk voor kwetsbare groepen in de samenleving die met 'digitale' vragen zitten en ondersteuning.

IN LAREN WEER DE POFFERTJESKRAAN EN DE NIEUWE VIJVER KLAAR

De bekende poffertjes kraam staat er weer in Laren. En de volledig nieuw aangelegde natuurvijver op de Brink ernaast is nagenoeg klaar. Wel nog een beetje kaal, want het ingezaaide gras moet nog uit de grond komen. De oude vijver van beton moest wijken omdat het centrum van Laren een opvangplaats nodig had om overtollig regenwater op te vangen. De natuurvijver heeft daardoor een sterk wisselend waterpeil, en dat is nog even wennen.

En ernaast viert de St Jan basiliek dit jaar zijn honderd jarig bestaan. Op St Jan (22 juni) worden er een aantal extra feestelijkheden georganiseerd. En op Open Monumentendag (13-14 september) eveneens. Er is een fonds gevormd om een aantal verbeteringen in de basiliek door te voeren voor een bedrag van ca. €175.000



HOE GEEFT U ZICH OP VOOR BASBEL ACTIVITEITEN:

U kunt u op verschillende manieren u opgeven voor een activiteit.

1. Als u internet heeft, ga dan naar de website van de BasBEL, www.basbel.nl. Vaak staat de activiteit al op de homepagina. Zo niet ga dan boven naar activiteiten. Als u zich voor iets wilt opgeven, vul de bon dan ik die onder de activiteit staat, en verzend die met de knop.
2. U kunt ook uw eigen bericht naar ons verzenden door uw gegevens te mailen naar deelname@basbel.nl. Graag uw naam en adres, welke activiteit, en of u dieetwensen heeft en/of vervoer nodig heeft.
3. Heeft u geen internet of wilt u dit niet gebruiken omdat een telefoontje makkelijker is, bel dan naar 06-2321 8606. Niemand neemt op, maar na een paar keer overgaan kunt u alles inspreken op de voicemail (antwoordapparaat). Graag ook weer uw naam en adres, de gewenste activiteit, en dieet- en vervoerswensen. Lukt het niet, spreek dan alleen in dat u graag teruggebeld wil worden.

Hoe gaat het verder?

Binnen 1 week krijgt u van ons een bevestiging per email. Heeft u geen email, dan bellen wij u. Kunnen wij u niet bereiken, dan krijgt u een bevestigingsbrief.

U hoeft niets zelf te betalen, want rond de datum van de activiteit schrijven wij het bedrag van uw bankrekening af met een automatische incasso.

Uw deelname kan door u kosteloos tot 1 week van tevoren geannuleerd worden door te bellen of te mailen. Daarna kan dit alleen nog zonder kosten als de BasBEL daardoor geen schade lijdt. U mag ons ook doorgeven dat iemand anders in uw plaats meegaat. Het bedrag wordt dan wel bij u afgeschreven.

Wanneer het voor u moeilijk is naar een activiteit toe te komen, kunt u ons om vervoer vragen. Wij zoeken dan een chauffeur die u ophaalt en later weer thuisbrengt. Hiervoor rekenen wij een kleine vergoeding, afhankelijk van de omstandigheden en afstand. Die vergoeding wordt tegelijk met het deelnamebedrag via automatische incasso geïnd. U hoeft de chauffeur niets te geven. Daar zorgen wij voor.

Maar u kunt ook zelf vervoer regelen via Automaatje van de ANWB. Dat kost 0,35 ct per km, vanaf het adres van de chauffeur, plus eventuele parkeerkosten. In de BEL gemeenten zorgt Versa Welzijn voor de uitvoering. Tel. 035-625 00 05 (9:00 – 12:30 uur) of automaatje@versawelzijn.nl

Het BasBEL bestuur bestaat uit en werkt met vrijwilligers. Wij doen ons best, maar zijn niet aansprakelijk als een activiteit toch niet kan doorgaan. Soms geldt er ook een minimum aantal deelnemers voor een activiteit. U betaalt uiteraard alleen als een activiteit doorgaat.

Uw deelname is wel geheel op eigen risico.

FILIPPINE

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



- 1 Limburgse vruchtentaart
- 2 versiering op palmpasenstok
- 3 gevaarlijk vervoermiddel ouderen
- 4 procedure rond burgemeester Laren
- 5 onderdeel Huis van Eemnes
- 6 parttime baan
- 7 evenement 15 april
- 8 heuvel op grens Blaricum

- 9 eens in vier jaar voorkomend
- 10 zoet borreltje
- 11 rekenkundige wortel uit 729

		1		26	8		1	10			18	14	21		17	12			
					2	26	8			4	3		17		7		22		
			3	25	15			7			26	12		21					
	4	3		8	26	22		10			12		24						
					5	25	9				3	17		21	22				
		6	4			21		12		4	19		8	1					
			7	9		17	25			18	15	3							
			8	3			5	22		3		10		7					
		9		15	3	8		1		21	4	17	24						
		10	26		25					18		14		8					
			11	5		14				18		19			7	12			

Onder de inzenders van de goede oplossing wordt een boekenbon van € 20,00 verloot. De oplossing van de vorige keer was 'lenteklokje'. De boekenbon ging naar Joop Horst. Stuur uw nieuwe oplossing aan: redactie@basblad.nl, of spreek uw naam, adres en de oplossing in op ons nummer 06 – 2326 8606.

ACTIVITEITEN

Deze activiteiten staan ook op onze website met veel meer informatie en handige doorklik mogelijkheden,

Laren: Veel activiteiten zijn in het Brinkhuis. Altijd een overvolle agenda. Raadpleeg de website, daar staat alles. Ook staat bijna alles in het Larens journaal. (uitgeverijvanwijland.nl) Op de website van het Brinkhuis is er ook speciale senioren informatie: www.hartvanlaren.nl/senioren/

De Derde Helft Schuilkerkpad 2 Laren: zij organiseren veel van wat u nodig heeft: bewegen en spelletjes zoals jeu de boules, walking football, kaartspelen, biljarten en wandelen. Heel gezellig. www.svlaren99.nl/1238/nieuws/

Muziekcentrum Schering en inslag, Eemnesserweg 15a www.hartvanlaren.nl/schering-en-inslag

In *Singer* Laren altijd wat te doen: www.singerlaren.nl/nl/agenda

Ook het *Papageno huis* Naarderstraat 77 Laren:

www.papagenohuislaren.nl/agenda

En het Rosa Spier Huis: Hector Treublaan 77 Laren:

www.rosaspierhuis.nl/culturele-activiteiten/

Blaricum:

Veel activiteiten in het dorps huis de Blaercom Schoolstraat 3 Blaricum:

blaercom.nl/activiteiten

Wijkcentrum de Malbak Wetering 122 1261 NK Blaricum Zie op de agenda van Versawelzijn.nl/activiteiten. Ook koffieochtend maandag t/m donderdag 10 uur.

Het Theater Blaricum Huizerweg 13 Blaricum:

hettheater.nl/voorstellingen.

En veel staat ook Hei en Wei:

www.heienwei.nl/archief/

Eemnes:

Veel activiteiten in het Huis van Eemnes o.a. elke maand seniorenbingo.

www.huisvaneemnes.nl/activiteiten/

Theater Deo et Arti Hasselaarlaan 1D Eemnes:

www.deoetarti.nl/programma

De Schoter, Wakkerendijk 66a:

www.versawelzijn.nl/activiteiten/

Nieuws in het blad de Rotonde:

www.derotonde-eemnes.nl/

Uitgaan

Stichting Vier het leven organiseert speciaal voor ouderen uitjes, zoals theater, film of concert met vervoer en met de inzet van veel vrijwilligers en hulp van sponsors.

www.4hetleven.nl/activiteiten

De Zonnebloem: Doet hetzelfde maar dan vooral voor mensen met ziekte en handicap www.zonnebloem.nl

Versa Welzijn organiseert veel activiteiten en cursussen: ww.versawelzijn.nl/activiteiten

B.o.o.k Blaricum: Book Blaricum gaat gezamenlijk met iedereen die belangstelling heeft naar het Concertgebouw en het Muziektheater in Amsterdam. Wel eerst lid worden. www.book-blaricum.nl

Bewegen en welzijn: Het leefstijlpunt met persoonlijke adviezen
www.leefstijlpunt@laren www.leefstijlpunt@eemnes www.leefstijlpunt@blaricum
tel: 06-2533 5939

Vervoer:

ANWB automaatje: bellen metn035-6250 005 € 0,35 per km

Brinkbus: alleen voor Laren bel 06-2893 4013

Rolstoelenvervoer: Stichting rolstoelbus t gooi, wel lid worden, € 0,45 per km www.rollybus.nl of bellen 035-5315 522

of via de Zonnebloem zelf een rolstoelauto huren ww.zonnebloem.nl/zonnebloemauto of bellen 088-0016 717

Maaltijden:

Bongerd Jhr Roeëllaan 15 Eemnes: Eten bij Marjan, maandag, woensdag vrijdag:
www.marjan-kookt-vers-voor-u.jimdosite.com Daar eten of brengen.

Johanneshove Eemnesserweg 42 Laren Eten in het restaurant of ophalen, wel eerst bellen 035-5395 245 of www.vivium.nl/johanneshove-restaurant.

Gooise tafel: verse maaltijdenbezorging www.gooisetafel.nl

Uitgekookt: overal bezorging; www.uitgekookt.nl

AH maaltijd thuis vers uit de AH keuken www.maaltijdthuis.nl

Eemland pizza: bezorging Italiaans eten thuis www.pizza-eemnes.nl



BasBEL
SENIORENVERENIGING
BLARICUM | EEMNES | LAREN

OPGAVE NIEUW LID BASBEL

Opsturen naar : *BasBEL De Minnehof 46 3755 AK Eemnes of mailen naar ledenadministratie@basbel.nl*

Naam : m/v

Voornaam : Geboortedatum :

Adres :

Postcode : Plaats:

Telefoon : Mobiel :

Email :

Ja, ik word lid van de BasBEL. De contributie is € 25 per jaar. Voor een lid op hetzelfde adres € 15. Die ontvangt dan geen eigen BasBlad.

Wie zich na 1 juli aanmeldt krijgt voor het lopende jaar 50% korting.

Voor wie zich na 1 december aanmeldt is de rest van het lopende jaar gratis.

Ik machtig de BasBEL om de contributie en mijn aanmeldingen voor activiteiten af te schrijven van mijn bankrekening : (iban zie pas)

IBAN : NL.....

Ik vind het leuk om af en toe vrijwilligerswerk te doen : ja / nee

Ik ga ermee akkoord dat de BasBEL mijn gegevens opneemt in het ledenbestaan met inachtneming van de geldende privacyregels (AVG).

Datum en plaats

Handtekening

HANDIGE ADRESSEN EN TELEFOONNUMMERS

Maatschappelijke zaken:

Graaf Wichmanlaan 10 1276 KB Huizen

Inloopsprekuren voor alle maatschappelijke ondersteuning:

Blaricum tel: 035-5266092, spreekuur: woe. 9.00 – 11.00 uur Blaercom

Eemnes tel: 035-7513344, inloopsprekuren: do. 9.00 – 11.00 uur Gemeentehuis

Laren: tel: 035-7513372, inloopsprekuren: vr. 9.00 – 11.00 Brinkhuis

Voor alle HBEL (Huizen/Blaricum/Eemnes/Laren) - cliënten:

tel: 035-5281247, elke werkdag 8:30 – 17.00 uur, vrijdag tot 16:00 uur

Mail: info@maatschappelijkezaken.nl

Huisartsen Spoedpost: Laan van Tergooi 2 Hilversum. 088-1309600 , eerst bellen.

Tergooziekenhuis: Laan van Tergooi 2 Hilversum: 088 753-1753

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

Lokale Prikposten: in Huis van Eemnes Noordersingel 4; Regionaal Medisch Centrum Blaricum, Rijksstraatweg 3 en Laren Huisartsencentrum het Raadhuis, Eemnesserweg 19. Uitsluitend op afspraak.

Versa Welzijn: gratis hulp, steun en begeleiding: 035-623 11 00 werkdagen 8:30-17:00 uur

Algemeen Alarmnummer bij spoed: 112

Politie: 0900-8844

Nationale Ombudsman: 0800 -3355 555

Viore, voor iedereen die leeft met kanker

Oosterengweg 44, 1212 CN Hilversum, 035-6853532,

(iedere werkdag geopend van 10.00 - 16.00 uur)

info@viore.org ; website: www.viore.org

DAK Woningnet Gooi en Vechtstreek : 088-1231 500 voor Blaricum en Laren,

DAK woningnet Eemland 0900- 040 0602 voor Eemnes

Gooi en Omstreken (G&O) huurwoningen www.wonenbijgeno.nl

Vivium Zorggroep: huisvesting en zorg www.vivium.nl

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

Wijkcentrum de Malbak: Wetering 122, 1261 NK Baricum tel:035-5262902

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

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

BEL combinatie: Zuidersingel 5 Eemnes tel 14035



**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

