
DE DRAAD

----- *met raad & daad* -----

LIEVER
THUIS

FIJN THUIS

‘Zo lang mogelijk thuis wonen, dat wil toch iedereen’. Het staat ergens in een mooie folder. Het klinkt zo mooi, maar in de praktijk zie ik ook hoe moeilijk het kan zijn. Oud worden en allerlei klachten krijgen, de dagelijkse dingen die steeds moeilijker gaan, afhankelijk zijn van anderen, dierbaren die overlijden, kinderen die ver weg wonen. Nee, het leven is dan echt niet altijd fijn, ook al woon je nog in je eigen huis. Dan merk je pas hoe hard je elkaar nodig hebt, want met wat hulp van anderen kom je een heel eind.

Zoals bij Koos en Jannie, allebei rond de 80 jaar en geboren en getogen in de wijk waar ik werk. Koos is dementerend en het laatste jaar gaat hij zienderogen achteruit. Ook zij willen het liefst zo lang mogelijk samen thuis wonen. Dat gaat nog steeds, ook al is soms zwaar. Koos raakt de grip op zijn leven kwijt. Geleidelijk verliest Jannie haar vertrouwde Koos. Een goed gesprek is niet meer mogelijk. Soms weet hij de weg in huis niet meer en het lopen gaat steeds moeilijker. Jannie durft Koos niet meer alleen te laten. Sinds kort komt ons buurtteam om Koos te helpen met douchen.

Wat helpt om zo lang mogelijk thuis te wonen? Een netwerk van familie en vrienden. En dat hebben Jannie en Koos. Hun dochter woont in de buurt en loopt regelmatig binnen. Even een praatje of een boodschap doen. Hun zoon komt bijna elke week, doet een klusje in huis en kijkt samen met Koos voetbal. Ondertussen kan Jannie even bijpraten en haar hart luchten bij haar schoondochter. De kaartclub van Koos blijft trouw elke woensdagmiddag komen, hoewel kaarten niet meer gaat. Ze kletsen wat, drinken een bakkie. Op die middag heeft Jannie haar wekelijkse zwemuurtje. Hun buurman doet samen met Koos de tuin. En zijn broer Jos gaat regelmatig met Koos wandelen. Dan kan Jannie thuis even haar eigen gang gaan.

Lieve mensen om je heen, die voor je klaar staan. Ook in moeilijke tijden. Dat helpt Jannie en Koos, het brengt verlichting, gezelligheid en afleiding. En een luisterend oor. Dat gun ik iedereen!

*Maria, de wijkverpleegkundige
van Thebe*



ZOEK JE IEMAND DIE JOU BEGRIJPT?

Kom dan eens langs bij Het Kiemuur. Een ontmoetingsplek voor contact, steun en advies: elke week te vinden in het wijkcentrum of een locatie bij jou in de buurt. Zonder wachtlijst, je kunt gewoon (gratis) aanschuiven. We zien je graag!

Meer informatie?
Kijk op www.hetkiemuur.nl of bel
06 159 044 92. Je kunt je vraag
of opmerking ook mailen naar
info@hetkiemuur.nl



Gezond ouder worden met Qigong

De beste gymnastiek komt uit China! Voor plezier en ontspanning, maar zeker ook om ouderdomsklachten te verminderen of te voorkomen. Gratis proefles!



Bezoekadres Groeseindstraat 91, Tilburg
Informatie over ons lesaanbod www.cngo.nl

LIEVER THUIS

Als thema voor de laatste editie van 2018 is gekozen voor Liever Thuis, wat uiteraard ook aansluit bij de komende feestdagen. Maar wat is dat eigenlijk, liever thuis? Een lezer attendeerde ons erop dat hij in De Draad vaak las over gelukkige mensen die hun thuis hebben gevonden maar dat dit voor veel mensen niet geldt, denk alleen maar aan migranten. En dat je niet alleen de drempels moet verlagen voor een rolstoeler maar ook voor hen die zich hier anders nooit thuis zullen voelen. Je thuis voelen is immers sterk afhankelijk van acceptatie door anderen. Dus we zullen met z'n allen die drempels moeten verlagen. Een mooie kerstboodschap voor 2019 Je kunt ook liever thuis zijn omdat de buitenwereld door depressies, angsten en / of fysieke problemen, te onveilig lijkt, ook daar hebben we nu eens aandacht aan besteed. En ook aan het feit dat die buitenwereld je kan belagen in je eigen huis door middel van babbeltrucs, nogal shocking als je 95 jaar bent! Daar staan tegenover een senior die diep geworteld is in zijn wijk omdat hij daar al 80 jaar woont en een sprankelend initiatief als Vier Het Leven dat vrijwilligers koppelt aan ouderen die dolgraag naar het theater gaan maar dat te veel gedoe en regel vinden. En nu kan dat weer! Zo zie je maar wat een staaltje creatief denken vermag. We hebben dus geprobeerd van alle markten thuis te zijn om geen al te eenzijdig beeld te schetsen. Resten nog de komende feestdagen. Na Zwarte Piet, de dubieuze kerstman en het vuurwerkembargo zal waarschijnlijk de onschuldige oliebol het volgende doelwit zijn. Maar laat je je daardoor niet weerhouden om een fijne sfeer te scheppen tijdens de feestdagen waar je immers ook in je eentje, met een mooi boek en een lekker glas wijn, enorm van kunt genieten, lekker thuis.

Betty Montulet

"VOLGEND JAAR
PAKKEN WE
DE DRAAD WEER OP!"

INHOUD

- 03 Inhoud & voorwoord
- 04 Babbeltrukendoos: opgepast!
- 08 Vier je leven in het theater
- 10 Karma is a bitch
- 16 Liever thuis, dan graag een woning
- 22 Thijs terug op de landkaart
- 33 Oost, west, thuis niet best
- 35 Overal wordt brood gebakken

RUBRIEKEN

- 15 Invulpuzzel
- 18 Juridische informatie
- 19 Draadloos: Airbnb
- 24 Voor de Draad Ermee: Jan Haens
- 26 Nieuwsgaren
- 31 De Draad Kwijt
- 37 De Passie van



OPGEPAST VOOR DE BABBELTRUKENDOOS

Goed nieuws: ouderen blijven langer zelfstandig wonen. Keerzijde: ze zijn steeds vaker slachtoffer van babbeltruc-criminaliteit. In 2018 waren er ruim honderd van dit soort gevallen in de regio. KBO-PCOB voert al jaren campagne tegen deze laffe vorm van oplichting door middel van flyers, posters en voorlichtingsmiddagen. Werk aan de winkel!

In juli was mevrouw Bensing (95) uit Berkel-Enschot de dupe. Het gevolg? Talloze slapeloze nachten. Die maand vierde ze de Vier Generaties-dag nog uitbundig. Op de foto zit mevrouw Bensing trots tussen de kinderen, klein- en achterkleinkinderen. Een verknochte familie die haar er wel doorheen helpt, maar toch liep haar vertrouwen in de mensheid een flinke deuk op.

Als weduwe woont ze al meer dan twintig jaar liever thuis in een piekfijn appartementencomplex. En al gaat het lopen wat moeizamer, dankzij rollator en scootmobiel kan ze zich uitstekend redden. Tot die zaterdagavond, eind juli. "Om 19.00 uur werd er gebeld via de intercom. Een man van midden twintig meldde een lekkage." Ze dacht ook de wegduikende schaduw van een jonge vrouw te zien. "Ik vond het een vreemd tijdstip, maar liet hem toch binnen. Hij klonk betrouwbaar en zag er keurig uit. Hij sprak beschaafd en vriendelijk." Wel vond ze het raar dat hij geen gereedschap bij zich had. En nog vreemder: dat zijn linkerhand was omwikkeld met dik plastic waar stekels uitstaken. "Maar ja, dat zag ik pas toen hij al binnen was. Ik vond het ook heel gek dat hij mijn meubels begon te checken op het vochtgehalte. 'Hoezo, zit daar dan het vocht in?' vroeg ik nog."

ALLEMAAL FOETSIE

"Enfin, hij breide het zo dat ik op mijn stoel zat met de rug naar de hal en begon heel liefjes te keuvelen: 'Wat is het toch fijn dat wij hier zo gezellig samen zitten te praten. En zal ik u nu eens iets leuks vertellen? Ik heb uw man heel goed gekend! Als ik hem moest geloven, waren ze de beste vrienden geweest.' Ik zei: 'Maar hoe lang is dat dan geleden?' Vijf jaar, dacht hij. 'Ik zei: Dat is toch eigenaardig, ik ben al 22 jaar weduwe!' Geen reactie, ik moest meteen mee naar de badkamer. Hij haalde een buisje tevoorschijn met een bijtende, blauwe vloeistof die hij in de wastafel liet verdwijnen. Wat ik nooit zal vergeten, is die triomfantelijke kop van hem op dat moment." Nadat hij haastig vertrok, liep ze wat confuus door het huis. In de slaapkamer zag ze het: haar hele sieradencollectie - collier, horloge, armband, broches, kettingen - ter waarde van zo'n 10.000 euro was uit de laden verdwenen. Dierbare herinneringen aan haar overleden man. Allemaal foetsie.

HETERDAADSLAGKRACHT

Mevrouw Bensing: "Wat er toen door mij heen ging! Er moet iemand op kousenvoeten mee naar

Laat uw geheugen u weleens in de steek?
Hebt u iemand in uw omgeving die vergeetachtig is?
Valt die zorg u zwaar?
Vindt u het belangrijk om zo lang mogelijk in uw eigen omgeving te kunnen blijven wonen?
Vindt u persoonlijke aandacht en begeleiding belangrijk? Dan is Convivio iets voor u.

Wonen in de Goirkestraat

Onze bewoners van de **Goirkestraat 69** hebben een dagelijks levensritme. Onze medewerkers verlenen zorg vanuit een huiselijke relatie. Ze stellen de sfeer, behoeften en wensen van bewoners centraal. Met als motto: zorgen dat wat gewoon zou moeten zijn ook gewoon is, namelijk persoonlijke aandacht en zorg. Gezelligheid delen we met iedereen en speciale momenten vieren we met elkaar. Zo ontstaat vanzelf een ongedwongen samenzijn in een huiselijke sfeer. Dit roept veel herinneringen aan vroeger op, wat past bij achtergrond en leefwereld van de bewoners.

Convivio Dagbesteding

Het pand aan de **Goirkestraat 178** waar we dagbesteding hebben is het voormalig pand van pianohandel Simons en ligt vlakbij het Wilhelminapark, het Textielmuseum en museum De Pont. Het is een ruim pand met een mooie, ruime binnentuin met een jeu de boules baan, kersenbomen en notenbomen. Er is ook een eigen atelier waar deelnemers tal van creatieve activiteiten kunnen uitvoeren. Vanaf het station ongeveer een kwartier lopen maar er zijn genoeg bushaltes in de buurt.

De 4 plussen van Convivio

- + Convivio heeft persoonlijke aandacht en begeleiding hoog in het vaandel.
- + Convivio biedt gastvrijheid, rust, geborgenheid en plezier.
- + Convivio heeft zowel 24 uur zorg als dagbesteding voor de ouder wordende mens met geheugenproblemen.
- + Convivio heeft eigen chauffeurs die u uit en thuis brengen van en naar de dagbesteding aan de Kobaltstraat.

Vergoedingen Iedereen met een indicatie voor Dagbegeleiding of individuele begeleiding kan zich bij Convivio aanmelden. Vergoedingen zijn te krijgen via de WMO (gemeente) en de WLZ (zorgkantoor).

Deelname is mogelijk vanaf 4 uur per dag tot maximaal 5 hele dagen per week. Tevens zijn wij op zaterdag van 09.00 – 16.30 uur geopend.

Interesse? Zie www.convivio-zorg.nl
Convivio Dagbegeleiding & Wonen.
Elleke Inderfurth-Veenendaal of
e.inderfurth@convivio-zorg.nl
Of l.inderfurth@convivio-zorg.nl

Alles onder
1 monumentaal-
dak in de oude
AaBe Fabriek
in Tilburg

**Leen
Bakker**

Leen Bakker
AaBe Fabriek Tilburg

Aabestraat 27 | Tilburg | 013 - 5801227

www.leenbakker.nl



meubels, gordijnen, verlichting, vloerbekleding, textiel...
wij komen graag bij u thuis inmeten, bezorgen snel
bij u thuis en bieden een montage service.



Op vertoon van deze waardebon krijgt u 10% korting op de
gehele collectie van Leen Bakker AaBe Fabriek.

m.u.v. folderaanbiedingen, prijstoppers, maatwerk en diensten.

10% korting

Alleen in te wisselen bij Leen Bakker AaBe Fabriek, Aabestraat 27 in Tilburg. Geldig t/m 31-12-2019.

binnen zijn geslopen, waarschijnlijk die vrouw. En die kon weg omdat ik in de badkamer zat. En natuurlijk krijg je later van die reacties als: 'Ja, dat zou mij niet gebeurd zijn, ik had gelijk de politie gebeld!' Makkelijk gezegd. Want als ik al de kans had gehad om de telefoon te pakken, dan had ik natuurlijk die stekels in mijn gezicht gehad of anders dat spul uit dat buisje." De politie complimenteerde haar juist met haar laconieke houding. Jurre Weber van de politie district Hart van Brabant: "Doe altijd aangifte! Wat wij vooral meemaken, is dat ouderen denken: 'Dit overkomt mij niet'. En dat eerst de kinderen worden gebeld en dan pas de politie. Logisch, maar wij zien dat toch graag andersom. Dat vergroot onze heterdaadslagkracht."

BEWUSTWORDING & ASSERTIVITEIT

De babbeltruc is een vorm van oplichterij, vooral gericht op alleenstaande senioren met als doel hen met slinkse smoesjes geld, pinpas of kostbaarheden te ontfutselen. Om daar korte metten mee te maken, geeft KBO Kring Tilburg, in samenwerking met politie en seniorennetwerken, voorlichtingsmiddagen in de

MAG IK EVEN UW TELEFOON GEBUIKEN

vorm van sketches. Waargebeurde babbeltrucs worden daar in scène gezet met uitleg hoe die te voorkomen. Want je bewust worden van een mogelijke babbeltruc is al een reuzenstap vooruit. Daarnaast lanceerde KBO-PCOB onlangs een app om ouderen weerbaarder te maken zodat die uiteindelijk vastberaden en assertief de oplichters kunnen afwijzen.

Mevrouw Bensing is belezen en bereisd en niet naïef, en toch overkwam haar de babbeltruc. Nog dagelijks piekert ze over het hoe en waarom. De politie denkt dat slachtoffers willekeurig worden gekozen, maar daar denkt zij toch anders over: "Namen ze dan maar aan dan dat ik die sieraden had? En dat ik alleenstaand ben en hardhorend? Verder waren ze wel erg goed op de hoogte van de indeling van mijn huis. Wat bezielt die mensen toch? 's Nachts lig ik er af en toe wakker van en dan blijf ik maar piekeren over de moeder van die jongen. Je zult maar zo'n zoon hebben!"

Inmiddels heeft mevrouw Bensing een camera aan de deur!

ANTI-BABBELTRUCS

Een gezonde portie wantrouwen heeft nog nooit iemand kwaad gedaan. Zelfs moeders met kinderen kunnen oplichters zijn. Zeg 'nee' tegen elke onbekende en laat hem of haar niet binnen.

Zet de deur op een kier met bijvoorbeeld een kierstandhouder of een ketting en voer zo de conversatie. En installeer een camera aan uw deur. Zo kunt u iemand beter observeren. Zegt uw gevoel nee, ga daar dan in mee.

Vraag om een legitimatiebewijs. Vertegenwoordigers van instellingen als de woningbouw, thuiszorg en energiebedrijven komen nooit langs zonder afspraak. Vertrouwt u het niet? Bel 112.

Geef nooit uw pincode af. En zorg dat er niet te veel geld op uw rekening staat.

DE KBO-PCOB lanceerde onlangs een app om ouderen weerbaarder te maken tegen babbeltrucs. De app bevat zes virtuele trainingen waarin een babbeltruc wordt nagebootst. De app herkent of een gebruiker assertief genoeg spreekt. De eerste reacties hierop zijn positief. De app is gratis beschikbaar via Google Play Store (voor iOS 11 of hoger) en de App Store (Android 7 of hoger) onder de naam 'trucs tegen babbeltrucs'.

VIER HET LEVEN GEEFT EEN RONDJE THEATER

Liever thuis, maar af en toe ook graag naar het theater voor een avondje cultuurhappen? Helaas gaat dat, eenmaal op leeftijd, niet meer zo één-twee-drie. Want je moet kaartjes kopen, vervoer hebben en liefst ook gezelschap regelen. Gelukkig biedt Stichting Vier het Leven uitkomst. Vrijwilligers halen je thuis op met hun auto, gaan mee naar de voorstelling, borrelen gezellig na en brengen je daarna weer thuis.



Stichting Vier het Leven werd in 2005 opgericht door twee dames uit 't Gooi en kent sindsdien een stormachtige groei, met meer dan 1800 vrijwilligers en ruim 60.000 deelnemende ouderen. Dat mag geen wonder heten, want de menselijke aanpak, de persoonlijke aandacht en het wegnemen van drempels zijn de troeven van de stichting die dit najaar ook in Tilburg aftrapte. Vrijwilliger Constantijn Viezee (29): "Dat was op 17 oktober, met de theatertour van Jan Smit. Dankzij een uitstekende samenwerking met Theaters Tilburg verloopt alles prima. Het concept vind ik een vondst, maar is tegelijkertijd zo simpel. Zelf ben ik cabaretliefhebber, dus waarom zou ik dan niet een avond per maand iets leuks terugdoen? Als vrijwilliger haal ik (maximaal drie) senioren op; voor die avond zijn dat mijn 'gasten'. We drinken koffie, genieten van de voorstelling en doen daarna nog een drankje terwijl we napraten over de show." Middels fondsenwerving bekostigt Vier het Leven de entree en drankjes voor de vrijwilliger. De vrijwilliger verzorgt op zijn beurt met zijn eigen auto het vervoer.

VAN ANNIE MG SCHMIDT TOT KLASSIEK

De verplichting is gering en de drempel is heel laag. Wat wil je nog meer? "In het begin ben je misschien wat terughoudend", zegt Constantijn, "maar dat is zo over na een aantal leuke ervaringen. Die heb ik ook. Er ontstaat geleidelijk een band, al is het maar door de gedeelde liefde voor het theater, zowel tussen vrijwilligers en hun gasten als tussen de gasten onderling. Ik ga nu naar voorstellingen waar ik normaliter niet direct een kaartje voor zou kopen. Zo ben ik naar toneel geweest, de musical Annie MG Schmidt, klassieke concerten en een stuk over dementie. Maar of ik dat zelf nu zo leuk vind, doet er eigenlijk niet toe. Het gaat erom dat je iemand anders een groot plezier doet. Als we dit met z'n allen een avondje doen, dan komen we toch een heel eind?"

SAMEN UIT, SAMEN GENIETEN

De tachtigplussers mevrouw de Bruijn en mevrouw Tonk hoorden van Vier het Leven tijdens een middagje KBO Brabant. Mevrouw de Bruijn: "Ik was altijd een theaterdier, maar als alleenstaande oudere ben je toch wat huiverig om 's avonds de deur uit te gaan. Dat is nu geen probleem meer. Ik heb me meteen aangemeld voor het abonnement." Een leuke bijkomstigheid is dat ze haar achterbuurvrouw mevrouw Tonk zo beter leerde kennen. Mevrouw Tonk: "We zijn allebei in de tachtig, de kinderen wonen verspreid over het land en de mensen om ons heen vallen weg.

Probeer dan zelf maar eens een avondje uit te organiseren. Alleen het vervoer al! Vier het Leven lost dat voor je op."

Mevrouw de Bruijn: "Eén keer per maand komen we bij elkaar om het programma te bekijken. Wat we leuk vinden, kruisen we aan. Het is zo'n ontzettend leuk initiatief. Alles is tot in de puntjes geregeld. Je bent veilig en zorgeloos uit en thuis, geniet van de voorstelling en je hebt gezellige praat met vrijwilligers en andere deelnemers die je steeds weer terugziet."

Mevrouw de Bruijn: "Een feest van herkenning."

Getroffen met de gastvrouwen en -heren

Beide dames zijn dolblij dat cultuur weer terug is in hun leven. Mevrouw de Bruijn: "Ik heb genoten van de Carmina Burana, Wien bleibt Wien en het Zwanenmeer. En onlangs die musical over Annie M.G. Schmidt."

Ook bij mevrouw Tonk zijn Carmina Burana en het Zwanenmeer favoriet: "Maar ook de theaterversie van Hendrik Groen, fantastisch!" Over Vier het Leven raken ze niet uitgepraat. Mevrouw Tonk: "We hebben het enorm getroffen met de gastvrouwen en -heren. Ik

ben superenthousiast." Mevrouw de Bruijn: "Je wordt door de vrijwilligers verzorgd van begin tot eind. Niet alleen opgehaald en gebracht, maar ook je jas en tas worden bij de garderobe afgegeven, je zitplaats is gereserveerd en een consumptie staat voor je klaar. Ik vind dat het absolute einde."

Begeleiding, vervoer, entree en consumpties zijn allemaal inbegrepen in de arrangementsprijs die de deelnemer betaalt. Alle vrijwilligers zijn zelf cultuurliefhebbers. Zij bieden de broodnodige ondersteunende arm en de individuele aandacht. Onder het motto 'Samen uit, samen genieten' kunnen ouderen vanaf 65+ zich vrijblijvend en kosteloos aanmelden om op de hoogte te blijven van het programma: www.4hetleven.nl of via T 035 5245156 (Huizen). Na aanmelding ontvang je het programmaboekje van de eigen regio en kun je zelf je keuze maken.

Weer terug in het theater



“TOEN STROOMDE HET NOG”

*Hoezo, liever thuis?
Er zijn mensen die
er dolgraag op uit
willen, maar dat
om welke reden ook
niet (meer) kunnen.
Nora (67) heeft een
evenwichtsstoornis
waardoor ze amper
in staat is om de
deur uit te gaan. En
sinds kort kampt
ze ook nog met
een depressie.*

tekst & fotografie
Hans Peters

Nora is lifecoach, maar lijdt sinds tien jaar aan BPPD (Benigne Paroxysmale Positie Duizeligheid). “Tien jaar geleden kreeg ik mijn eerste aanval. De laatste dag dat mijn zoon nog thuis was. Bij zo’n aanval gaat alles om me heen draaien en kan ik geen kant meer op. Doodeng. Bovendien is het chronisch. Er zijn geen medicijnen voor. Ik moet ermee leren leven”, legt Nora uit.

En dan de depressie. “Op 25 september sloeg alles om. Het was zo’n fijne dag buiten. We waren in de wei, hebben de paarden nog geknuffeld. Maar toen ik thuiskwam, voelde ik me leeg. Mijn eigen ‘ik’ was weg. En dat in de beste tijd van mijn leven.” Via Facebook kwam ze weer in contact met haar oude jeugdliefde en sindsdien heeft ze een fijne relatie. “Alles wat je in de wereld maar kunt beleven, hebben we gedeeld.” Gelukkig denkt hij – hij is psychotherapeut - heel erg mee. Nora: “Dan denk ik, een nieuwe liefde in een nieuwe fase van mijn leven, waarom word ik dan nu depressief?”

Haar hele leven kampt ze al met psychosomatische klachten. “Ik heb last van verlatingsangst door gebeurtenissen in mijn jeugd en zat al vaker in therapie. Maar zo erg als nu is het nog nooit geweest. Terwijl het juist enorm goed met me gaat! Ik vind dit zo raadselachtig, wat is hier nu de oorzaak van?”

GEEN ENERGIE

Omdat ze niet meer sliep, kreeg ze medicatie en sindsdien gaat het wat beter. Antidepressiva durft Nora niet aan. “Ik ben een actief en sociaal mens, maar nu heb ik te weinig om handen. Ik heb nul energie en ben lusteloos.” Hiervoor was Nora druk met verschillende fora over lichamelijke klachten, zoals bij de overgang (“Daar heb ik veel aan gehad”), richtte clubjes op, maakte samen met een groepje mandala’s, werkte veel in haar tuin, deed met behulp van een buurman de boodschappen en was druk

ACTIVERING IN DE REESHOF:

Buurtpunt Gesworen Hoek, complex Singelzicht, Borculolaan 106 – 170,
Voor vragen of ideeën over zorg en welzijn. Op woensdag van 9.00 – 12.30 uur.

Burenhulp. Vrijwilligers uit de buurt helpen je met een klein klusje (klein tuinonderhoud, hond uitlaten, boodschappen doen). Aanmelden via vrijwilligerspuntreeshof@contourdetwern.nl

Het Tilburgs Maatje of een buddy biedt een steuntje in de rug. Komt bij u thuis en heeft oog voor dingen die u goed kunt of graag doet. Kunt u ook ondersteuning en gezelschap van een maatje gebruiken? Neem dan contact op met adviespunt@contourdetwern.nl. T 013 – 549 86 48

De Vriendschapsbank brengt mensen bij elkaar die een vriend(in) zoeken om leuke dingen mee te doen. Info: annemarievermeulen@contourdetwern.nl of T 013 542 16 64 of 06 451 33 696.

In wijkcentrum **Heyhoef**, Kerkenbosplaats 1. T.: 013 – 572 83 83. Kunnen ouderen o.a. terecht voor trefpunt 50+, Heyhoef Cinema, Kookclub ‘Samen koken, samen eten’, Meer Bewegen voor Ouderen en de OpStapbus. Zie www.contourdetwern.nl voor activiteiten in Heyhoef

In ontmoetingsruimte **De Driehoek**, Gendringenlaan 179. T.: 013 – 571 78 06 kunnen ouderen o.a. terecht voor bingo, bridge, dammen, geheugenfitness, kaarten, koersbal, wijkklunch en wijkrestaurant. Zie www.dedriehoekreeshof.nl

met de kleinkinderen. Nora: “Nu houd ik me alleen nog bezig met lezen en een beetje tv-kijken. Dat is alles waar ik aan toekom. De ochtend is het ergste. Ik ben blij als het avond is, dat is de beste tijd van de dag. Al mijn lichamelijke beperkingen vind ik minder erg dan dit. De verlatingsangst, de fysieke klachten, daar kan ik allemaal mee leven. Maar van die depressie moet ik af.”

OVERVERHIT

Een najaarsdepressie is het in geen geval, want Nora heeft een fobie voor licht en hitte. De afgelopen zomer met al die elkaar opvolgende hittegolven en als toetje een indian summer waren een hel voor haar: “Ik zat hier wekenlang met de gordijnen potdicht. En de airco op volle sterkte. Sowieso is alles in mijn huis zo donker mogelijk. Ik wacht met smart op de winter. Klinkt raar, maar ik verlang naar sneeuw en ijs.” Zou die huidige depressie een verlate reactie kunnen zijn op die oververhitte hondsdagen? Nora betwijfelt het. “Dat lijkt me te simpel. Ik zou willen schreeuwen en huilen, maar ik kan het niet.” Ze heeft genoeg mensen om zich heen met wie ze diepgaande, intellectuele gesprekken kan voeren. Alleen ontbreekt haar nu de energie. “Het is of ik continu een masker op heb. Ik moet dan ook echt weer in therapie; misschien is er nog iets wat ik niet heb verwerkt.”

KARMA IS A BITCH

Op zich woont ze fijn in de Reeshof. Haar interieur doet erg oosters aan, dankzij de donker- rode tinten en de Boeddhabeelden. En ook zwerven er overal heksen. Niet voor niks staat er op haar deur ‘wicked witch’. Nora: “Ja, ik hou van heksen. En ben ingesteld op spiritualiteit en de Oosterse cultuur, al ben ik geen Boeddhist.” Hoe is het dan met haar karma gesteld? Volgens het boeddhisme hebben al je gedachten, intenties en uitspraken een bepaalde karmische uitwerking, hetzij positief, hetzij negatief. Is karma zo’n bitch? Dat ze, nu ze eindelijk gelukkig is, het niet mag zijn? Nora: “Dat wil ik niet denken, want dan straf je jezelf eindeloos. Ik wil terug naar 24 september, toen stroomde alles nog.”

WIJ STAAN KLAAR VOOR UW COMFORT



Verzorgingsbedden

Mooie en praktische bedden van hoge kwaliteit die uw gemak dienen. Verschillende modellen zijn mogelijk in 1-persoons en 2-persoons uitvoeringen, waarbij de 2-persoons uitvoeringen ook nog vaak verrijdbaar geleverd kunnen worden. Ook voorzien van een elektrisch verstelbare bedbodem en soms is een bedlift mogelijk.



Relaxfauteuils met sta-op-hulp

De relaxfauteuils van Meubelfabriek De Toekomst zijn op maat leverbaar en met al de gewenste verstelfuncties, zoals de sta-op-hulp motor en de elektrisch verstelbare rugleuning en voetenbank.



Bankstel op maat

De maatwerk zitmeubelen van New Sity bieden al de aanpassingsmogelijkheden om uw juiste zitcomfort te leveren. Zo zijn er bij ieder model schuifzittingen leverbaar, waardoor u altijd de juiste diepte van de zit zelf kunt instellen.

www.kooskluytmans.nl

info@kooskluytmans.nl

OPENINGSTIJDEN:

maandag 13-18u
dinsdag t/m vrijdag 10-18u
zaterdag 10-17u



Koos Kluytmans

P GRATIS Pastoor van Beugenstraat 35 5061 CR OISTERWIJK tel. 013-5284815

**Specialistische
hulpverlening
nodig in de
thuissituatie?**



Wat biedt Buro MAKS?

Buro MAKS biedt gespecialiseerde ambulante hulpverlening aan kinderen, jeugdigen en volwassenen met een psychiatrische problematiek.

Door middel van het versterken van de eigen kracht en de steun van het sociale netwerk zorgen we dat u zo snel mogelijk verder kunt zonder afhankelijkheid van specialistische ondersteuning.

Meer weten?

Kijk op: www.buromaks.nl,

Mail naar: info@buromaks.nl

of bel naar: (088) 4008800.

PROFESSIEONEEL ZITCOMFORT

Voorkom klachten door juiste zithouding



Maak een afspraak met zitspecialist Miranda van Wijk voor advies en passing in onze showroom of bij u thuis!
T: 013 - 521 22 23

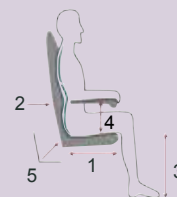
*Zit u niet goed in uw bank of fauteuil?
Heeft u regelmatig last van uw rug?
Zit u met een kussentje hier en een kussentje daar?
Heeft u steeds meer moeite met opstaan?*

**OOK VOOR
VERHUUR**

Laat u dan eens adviseren voor een écht goede stoel.



De 5 basis voorwaarden voor verantwoord zitten



1. de juiste zitdiepte
2. de juiste lendensteun
3. de juiste zithoogte
4. de juiste armleghoogte
5. de juiste zithoek

VAN WIJK
ZITSPECIALIST

Kerkstraat 91A Oisterwijk Tel: 013 - 521 22 23

www.vanwijkzitspecialist.nl

Open: woe. t/m za. van 10.00 tot 17.00 u. of op afspraak.



30%
KORTING

WAARDEBON

TEGEN INLEVERING VAN DEZE BON KRIJGT U

30% KORTING OP UW LUNCH*

RESTAURANT WAANZINNIG

Willem II Straat 52a
5038 BH tilburg
013-5425229

Dinsdag t/m zaterdag geopend
van 11.00-22.00 (keuken dicht om 20.00)

**niet geldig in combinatie met andere acties*

WWW.RESTAURANTWAANZINNIG.NL



Met gemak een goede
maaltijd thuis



Met passie voor het vak
zorgen we graag voor
uw verse, verantwoorde
en vertrouwde maaltijd
thuis!



Vertrouwd

We selecteren per seizoen voor u de beste ingrediënten en eerlijke producten, waar mogelijk van lekker dichtbij (Dongen, Diessen en Goirle). Deze ondernemers hebben dezelfde passie voor hun product als wij en dat proeft u!

Uitgebreide keuze

U kiest uit een keur van diverse gerechten, maar u kunt ook aangeven of u kleine of grote porties wenst. Volgt u een dieet, bijvoorbeeld glutenvrij, eiwitbeperkt of eet u graag vegetarisch: ook hierin is een breed assortiment voor u beschikbaar. Bij Puur Culinaire bepaalt u zelf hoe uw maaltijd wordt samengesteld. Wij variëren, zodat u kunt combineren.



Verse & verantwoorde gerechten

Daarmee bereiden onze koks uw maaltijden volgens de moderne sous-vide kooktechniek. Verse, ambachtelijke uitstraling en pure smaken blijven behouden.

Uw maaltijd is extra gezond door maximaal behoud van vitamines en mineralen, en door werking van natuurlijke zouten voegen we er gemiddeld 75% minder zout aan toe.



Kiezen

Keuze uit 'Puur voor U' producten (in losse verpakkingen) of 'Menu op maat'.



Bestellen

Bestel via menukaarten, bestelformulieren of op internet.



Bezorgen

Onze vrijwilligers brengen 1x per week de maaltijden bij u thuis.



Bewaren

Bewaar de maaltijden in uw koelkast en bepaal zelf iedere dag wat u wenst te eten.



Aan tafel

Kies zelf het moment waarop u wilt eten. En geniet van een verse, verantwoorde maaltijd.



www.puur-culinaire.nl

Ontvangt u onze maaltijden graag thuis en/of heeft u vragen? Bel gerust naar 013-464 54 46. Wij helpen u graag!



GGz Breburg

GGz Breburg is op zoek naar vrijwilligers

Er is altijd iets dat bij je past.

Stuur vrijblijvend een e-mail naar:

vriendendienststilburg@ggzbreburg.nl

Kijk voor meer informatie op
www.werkenbijggzbreburg.nl/vrijwilligers

MAAK VAN JE OUDE DAG EEN NIEUWE DAG

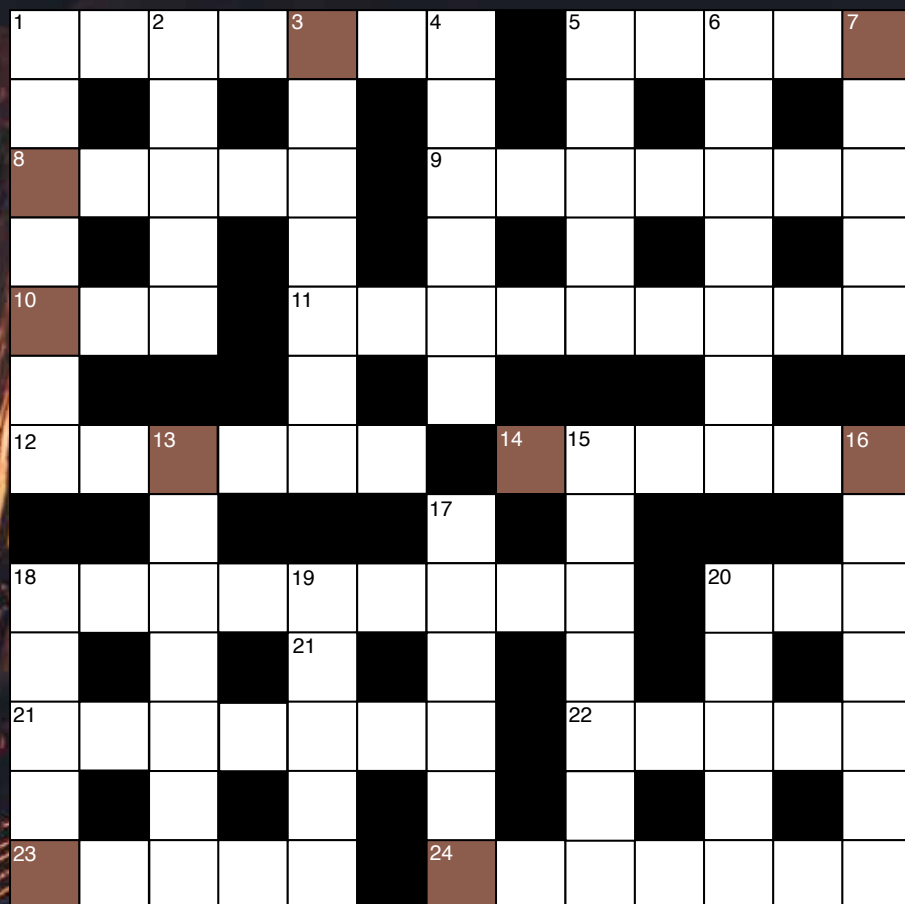
ALLE ZORG EN AANDACHT, ELKE DAG WEER

Als u niet meer alles zelf kunt of door omstandigheden niet meer zelfstandig kunt wonen, vindt u bij De Wever uw nieuwe thuis. Op elke locatie geven onze kundige medewerkers alle zorg en aandacht die u nodig hebt. Wij begrijpen dat het lastig is om hulp te moeten vragen. Van die verandering maken wij een verbetering. Kom gerust eens kijken. U bent altijd welkom. De koffie staat klaar!

Kijk op deweaver.nl voor meer informatie.

WV
De Wever

*Maak kans
op een cadeaubon!
Met onze invulpuzzel.*



3 LETTERS

ALM
DAS

5 LETTERS

AROMA
CAVIA
DRIFT
DUVEL
EERST
ENORM
ISSUE
MOLTO
MOTOR
OKSEL

6 LETTERS

DANSEN
LOMMER
REIGER
TSHIRT

7 LETTERS

ANSICHT
DIAMANT
DREMPEL
HAMSTER
LOOPPAS
MATROOS
NASLAAN
PIASTER
RATELEN
SETTING

9 LETTERS

INMIDDELS
TREURSPEL

© Puzzelcorner.nl

*Zet de letters in de juiste volgorde
en stuur de oplossing naar de draad.*

7	3	23	16	13	8	10	24	14

Stuur uw antwoord
voor 2 november naar:
Redactie De Draad
p/a Spoorlaan 444
5038 CH Tilburg of naar
dedraad@contourdetwern.nl



MINDER WONINGEN VOOR MEER SENIOREN

Liever thuis, maar in welk huis? De woningmarkt is oververhit. De prijzen stegen afgelopen kwartaal weer eens met 10%, terwijl het aanbod met ruim 30% daalde. Wie op de woningmarkt wil meedoen, moet er niet alleen snel bij zijn, maar ook een goedgevulde portemonnee hebben. Volgens de NVM (Nederlandse Vereniging van Makelaars) is het hoog tijd dat de overheid snel een miljoen woningen bijbouwt. Ook seniorenwoningen.

Senioren die een (te) grote koopwoning bezitten, zorgen voor stagnatie op de woningmarkt, want zij zijn bijzonder honkvast en hun bereidheid tot verhuizen is minimaal, aldus experts. Volgens Jan van Mierlo van makelaardij Alstede van Mierlo ligt dat voor de hand, want het aanbod van geschikte koopappartementen daalt gestaag. Ook in Tilburg.

HET DURE CENTRUM

"Senioren hebben vaak een eigen eisenpakket. Het appartement moet in ieder geval een balkon hebben. En dat is er vaak niet, tenzij inpandig. Ten tweede wil men het liefst een appartement in of nabij het centrum, zodat alles op loopafstand is. Met een parkeerplaats erbij graag. En dat is lastig", vertelt Van Mierlo. Door deze gestegen vraag zijn appartementen in het centrum behoorlijk duur. "Neem het gewilde Pieter Vreedeplein, daar praat je al gauw over drie tot vier ton. Boven het budget van een grote groep senioren", concludeert Van Mierlo. Ook in de nog gezochtere Piushaven vangt men vaak bot. "Door de financiële en de daarop volgende huizen crisis van 2008 tot circa 2015 werd er amper verkocht en kwamen al deze woningen in de verhuur. Nu komen ze mondjesmaat op de markt en vliegen ze weg voor tienduizenden euro's boven de vraagprijs. Kan een gemiddelde senior ook niet betalen."

GEVANGEN IN EEN TE GROOT HUIS

Een bijkomend probleem: na pensionering daalt het inkomen vaak fors terwijl tegelijkertijd de inkomensnorm voor hypotheek is aangescherpt. Ergo: ouderen kunnen veel minder lenen bij een bank. Dus zitten ze vaak gevangen in hun pakweg dertig jaar geleden gekochte koopwoning. Want daarvoor betalen veel senioren een lage hypotheek van € 500, terwijl ze voor een nieuwe woning al snel het dubbele, zo niet driedubbele, op tafel moeten leggen. Kortom, senioren kunnen in 2018 met gemak hun huidige woning kwijt. Maar dan? "Huren is lastig, want je zit met een modaal pensioen plus AOW al snel boven de huursubsidiegrens. Of je komt in de particuliere sector terecht en die is al net zo oververhit. Zit je al



van groot wonen



gauw boven de € 1500. Het sluit allemaal niet aan.” De oplossing ligt ook volgens Van Mierlo bij de overheid, die zou moeten gaan bouwen met veel minder beperkende regels en voorschriften, want juist die remmen de ontwikkeling van bouwprojecten. En niet te weinig ook. “Verder maken de energietransitie, die enorm hoge eisen stelt aan nieuwbouwwoningen, en de schaarste aan bouwmaterialen alles veel duurder. Kortom, we zitten in een impasse. Er moet wat gebeuren zodat de woningmarkt doorstroomt, te beginnen bij de groep senioren die grote en gewilde woningen achterlaten. Mits ze zelf een geschikt appartement kunnen vinden.”



VIRTUELE VERKOOP: EEN OVERBRUGGING

Ter overbrugging denken makelaars, waaronder Alstede van Mierlo, aan een oplossing door het zogenaamde ‘virtueel verkopen’ van de huidige woning. Aangezien in deze stagnerende markt veel ouderen twijfelen over verkoop, kan dit een oplossing zijn. U verkoopt pas als u eraan toe bent, maar onderneemt wél alvast de nodige stappen. Ten eerste wordt uw huis verkoopklaar gemaakt: met een gratis waardebepaling en een complete woningpresentatie staat uw huis met foto’s en film alvast op Funda. Zo ervaart u hoe uw woning in de markt ligt. De volgende stap: uw huis wordt binnenkort in de verkoop gedaan. Hierdoor wordt de belangstelling van potentiële kopers gepeild. U kunt nu uw verkoopstrategie gaan bepalen. Stap drie: deze kopers kunnen virtueel alvast uw woning bekijken. Zonder dat u de stress en drukte van bezichtigingen hebt. U heeft nu de markt gepeild, weet wat de animo is en welke prijs u ongeveer kunt verwachten. Door deze uitgebreide online presentatie kunt u in alle rust op zoek naar uw droomhuis. Heeft u die eenmaal gevonden dan kunt u die alvast kopen en vervolgens staat met één druk op de knop uw oude huis te koop.



En de rol van de makelaar in deze? Van Mierlo: “Wij zoeken actief mee naar een volgende woning, bemiddelen bij alles en willen optimaal van dienst zijn.”



naar kleiner

LEVENSVZERZEKERINGEN EN ERFBELASTING

De notaris krijgt steeds vaker te maken met (de gevolgen van) levensverzekeringen. Aan veel hypotheek is namelijk een levensverzekeringsproduct gekoppeld, meestal een overlijdensrisicoverzekering. Via de maandelijkse annuïteiten of de lineaire aflossingen wordt tegenwoordig de hypotheekschuld in (meestal) dertig jaar geheel afgelost. Maar als de verzekerde voor het einde van de looptijd overlijdt, moet de resterende schuld vaak direct worden afgelost. Als er sprake is van een aflossingsvrije hypotheek, dan moet de volledige hoofdsom bij overlijden worden terugbetaald. Soms is over de waarde van de levensverzekering erfbelasting verschuldigd. Twee elementen zijn daarbij van belang: de vraag wie de premie verschuldigd is en de vraag wie begunstigde is (oftewel: wie het geld krijgt).

Geen erfbelasting door premiesplitsing

De Successiewet bepaalt dat een uitkering van een overlijdensrisicoverzekering geldt als erfrechtelijke verkrijging waarover erfbelasting moet worden betaald. Als de overledene de premies zelf heeft betaald, moet de begunstigde over de uitkering erfbelasting betalen. Zijn de premies maar voor een deel voor rekening van de overledene gekomen, dan wordt erfbelasting geheven over een deel van de uitkering dat overeenkomt met het deel van de premies dat ten laste van het vermogen van de overledene is gekomen.

Heffing van erfbelasting kan worden voorkomen door ervoor te zorgen dat er helemaal geen premie aan het vermogen van de overledene wordt onttrokken.

Daarvoor dient aan de volgende voorwaarden te zijn voldaan:

a. premieverschuldigheid

Er moet worden vastgelegd, dat de begunstigde voor de overlijdensuitkering de premie aan de verzekeringsmaatschappij verschuldigd is. Partners verzekeren dus in feite over en weer (kruislings) elkaars leven. Om buiten de heffing te blijven, is het voldoende dat in de polis de kruiselingse verschuldigheid is vastgelegd.

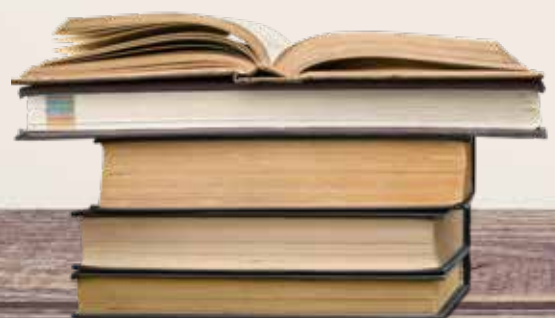
b. samenlevingscontract of huwelijks-/ partnerschapsvoorwaarden

De premie voor de overlijdensrisicoverzekering moet niet alleen door de begunstigde verschuldigd zijn, maar ook voor rekening van de begunstigde blijven. De premies van levensverzekering mogen dus niet tot de gemeenschappelijke kosten van de huishouding worden gerekend of ten laste van een gemeenschap van goederen worden voldaan, want dan betaalt de andere partner eraan mee en wordt de uitkering belast. Het kruislings sluiten moet ook overeenkomen met wat daarover in de huwelijks- of partnerschapsvoorwaarden dan wel in het samenlevingscontract met betrekking tot premies van levensverzekering is bepaald.

c. beoordelingstijdstip

Het tijdstip van overlijden is beslissend voor de beoordeling of de premie daadwerkelijk ten laste van de begunstigde is gekomen; mocht de andere partner per ongeluk toch aan de premie hebben meebetaald dan kan dit dus tijdens leven nog worden gecorrigeerd.

Indien de uitkering van een levensverzekering valt in de nalatenschap van de overledene met een partner en kinderen én er erfbelasting over is verschuldigd, is het soms voordeliger om de uitkering aan de langstlevende partner te laten toekomen omdat deze een grote vrijstelling voor de erfbelasting heeft en de kinderen maar een relatief kleine (naar het tarief van 2018 een bedrag van € 643.194,00 voor de partner en € 20.371,00 voor de kinderen). Het nadeel is dat de erfenis van de langstlevende partner te zijner tijd groter zal zijn, waardoor de aanvankelijk bereikte besparing wellicht later weer teniet wordt gedaan. In mijn volgende column, zal ik hier nog verder op ingaan.





LIEVER THUIS IN ANDERMANS HUIS

Een kamer over? Verhuur 'm via Airbnb. Handig en leuk voor wanneer u weleens zin hebt in een praatje met een avontuurlijke toerist die hotels omzeilt. En zeker ook om extra inkomsten te genereren. Maar wat is Airbnb precies, en hoe verdient u daar geld aan? De Draad zocht het uit.

Goedkoop alternatief voor een hotelkamer

Airbnb is een woning- en kamerverhuurwebsite die de concurrentie met hotels aangaat. De website is in 2008 opgericht, maar maakt pas sinds 2014 een overweldigende groei door. Het idee van Airbnb? Particulieren stellen (een deel van) hun woning beschikbaar voor tijdelijke verhuur. Voor een huurder is een kamer of woning via Airbnb huren vaak goedkoper dan een hotelkamer, en juist om die reden is de woningverhuurwebsite niet meer weg te denken van het wereldwijde web.

Een riant zolderkamer in Zorgvlied

In Tilburg en omstreken is Airbnb meer en meer in opkomst. Een kijkje op de verhuurwebsite wijst uit dat je als huurder prima kunt vertoeven op een riant zolderkamer inclusief privé-badkamer in Zorgvlied, een kamer van 15 m² nabij Moerenburg of een volledig appartement met eigen entree in Tivoli. Of daar gebruik van wordt gemaakt? Zeker! De accommodaties hebben

meer dan honderd recensies van huurders die Tilburg om welke reden dan ook hebben aangedaan de afgelopen maanden. Die huurders variëren van dagjesmensen die voor het eerst hebben geboekt via Airbnb tot zakenlui die eens in een ander deel van de stad willen verblijven.

Extra zakcentje

Voor een verhuurder biedt Airbnb een extra inkomstenbron. Hoeveel u voor uw kamer vraagt, mag u zelf bepalen. In Tilburg is het gemiddelde tarief per nacht € 75. Reken maar uit: dat kan op maandbasis een aardig extra zakcentje opleveren! Houdt u er wel rekening mee dat u de huurinkomsten opgeeft bij de Belastingdienst. Ook het sociale aspect is een reden om te huren én verhuren via Airbnb. In de meeste gevallen ontvangt u de gasten zelf, wat ruimte biedt voor een praatje. En misschien wil uw gast zelfs wel aanschuiven voor het avondeten?

Weigeren is toegestaan

Maar... als verhuurder haal je dus een vreemde in huis? Dat klopt. Om vooraf 'kennis te maken' kunt u online berichten uitwisselen met uw toekomstige gast. En wanneer de huurder al vaker van Airbnb gebruik heeft gemaakt, zal hij recensies van andere verhuurders op zijn profiel hebben staan. Uiteindelijk beslist u zelf of u een gast toelaat of niet. Weigeren mag!



Met Regiovervoer Midden-Brabant reist u comfortabel, voordelig en veilig naar uw bestemming in de regio.

www.regiovervoermiddenbrabant.nl
Rit reserveren: 0900-0595
Informatie en klantenservice: 0900-7755862

Bravo
Brabant vervoert ons

samen met **Regiovervoer**
Midden-Brabant

Nieuw bij Alstede van Mierlo Makelaardij: Virtueel Verkopen: pas verkopen als u er aan toe bent!



Met Virtueel Verkopen maken wij uw woning alvast verkoopklaar en presenteren wij uw huis enkel aan serieuze kopers. Met Virtueel Verkopen kunt u: zich rustig oriënteren op een andere woning, ontdekken hoe uw woning in de markt ligt en snel schakelen, indien gewenst! Na de aankoop van uw nieuwe woning, staat u met een druk op de knop op Funda met een uitgebreide woningpresentatie. Uw verkoopstrategie is dan al bepaald en er is zelfs al een lijst met potentiële kopers. Ideaal toch? Wilt u weten hoe Virtueel Verkopen werkt? **Bel of mail ons om een vrijblijvende afspraak te maken!** Of kijk op onze website voor meer informatie: www.alstede van mierlo makelaardij.nl

Alstede  Makelaardij
Van Mierlo

POWERED BY **woonaccent**
mensen voor huizen

WWW.ALSTEDEVANMIERLOMAKELAARDIJ.NL
013-590 19 64 | WILLEM- II-STRAAT 39



kringloopbedrijf
LA POUBELLE



Kringloopwinkel Tilburg

Hoefenseweg 3, Tilburg
maandag 13.00 - 18.00 uur
dinsdag - vrijdag 10.00 - 18.00 uur
zaterdag 10.00 - 17.00 uur

Inname goederen Tilburg

Havendijk 20, Tilburg
maandag - vrijdag 9.00 - 18.00 uur
zaterdag 10.00 - 17.00 uur



werk voor mens en milieu

Kringloopwinkel en inname goederen Goirle

Nobelstraat 18a, Goirle
maandag 13.00 - 17.00 uur
dinsdag - zaterdag 9.30 uur - 17.00 uur

Ophalen goederen

Wij halen goederen bij u op die nog geschikt zijn voor hergebruik. Dat kan een bankstel zijn, maar ook tafels, stoelen, lampen, textiel, boeken, (defecte) fornuizen en wasmachines enz. Brengen mag natuurlijk ook altijd! Afspraak maken? T 013 543 92 22 of E info@poubelle.nl

www.lapoubelle.nl



maaltijdenexpres

MAALTIJD - THUIS - SERVICE

- ✓ Lekker én gevarieerd
- ✓ Ongekende keuze vrijheid
- ✓ Geen bezorgkosten, de beste prijs.
- ✓ Heerlijke feestmenu's
- ✓ Seizoens- en streekproducten, heerlijk!

**BEL VOOR EEN;
KENNISMAKINGS-AANBIEDING!**

013 - 544 25 13

Sinds 1972

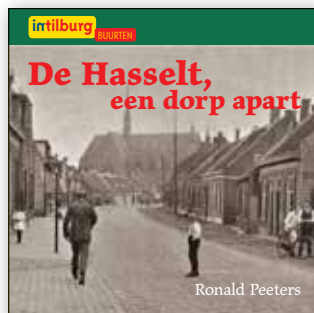
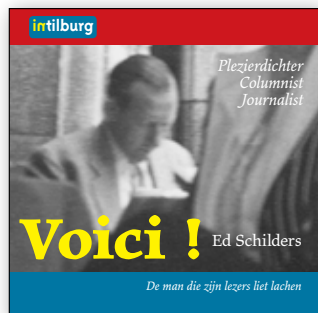
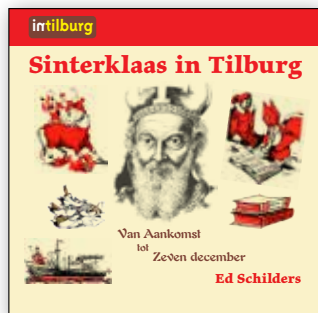
Stichting Maaltijdenexpres Brabant
Wij zijn u graag van dienst!

Boomstraat 161 • 5038GR • Tilburg
Kijk eens op www.maaltijdenexpres.nl

intilburg

Boeken vóór en dóór Tilburgers

GIANOTTEN
printed media



Enkele titels uit de reeks 'In Tilburg'

In de boekwinkel of te bestellen op www.boekenfabriek.nl

TERUG OP DE LANDKAART



Het beeld dat veel mensen hebben van een dak- en thuisloze strookt vaak niet meer met de werkelijkheid. Want niet iedereen is verslaafd aan drank of drugs of veroorzaakt overlast. Veel mensen raakten door de crisis hun baan kwijt, maakten schulden konden de huur niet meer betalen en kwamen op die manier op straat terecht. Een nieuw type dak- en thuisloze werd geboren.



tekst & fotografie **Hans Peters**

Bij SMO Traverse kennen ze dit fenomeen maar al te goed. Door botte pech of verkeerde keuzes kan iedereen dak- en thuisloos worden. Traverse wil mensen helpen om de regie over hun eigen leven terug te krijgen. Zoals bij Thijs Rutten. Thijs huurt sinds een paar maanden een contingentwoning. Dit zijn woningen die de Tilburgse woningcorporaties reserveren voor speciale doelgroepen. Thijs: "Voorwaarde is dat ik een jaar begeleid word door Traverse. Mocht ik mijn huur niet betalen, verslaafd raken of overlast veroorzaken, dan moet ik terug naar Traverse." Zijn coach Esther van Nieuwburg acht die kans bijzonder klein. Esther: "Hij gaat als een trein. Ik heb er alle vertrouwen in." Thijs: "Na dat jaar in goede orde wordt de formule 'omgeklapt' en huur ik weer zelfstandig. Zoals het ooit was."

BUREAUCRATISCHE TREDMOLEN

Ooit dacht hij het allemaal voor elkaar te hebben. Thijs: "Ik kreeg vanwege psychische problemen middels hulpverlenende instanties een eigen woning toegewezen. En ik kreeg een baan bij KPN. Niets aan de hand, zou je denken. Echter, bij KPN had ik een Verklaring Omtrent Gedrag (VOG) nodig. Toen bleek dat

de hulpverlening de woninginschrijving niet goed had geregeld." Hij kwam in een bureaucratische tredmolen terecht. Want zonder geldig adres, geen VOG. En zonder VOG kreeg hij de baan niet. Thijs: "Ik heb geen uitkering aangevraagd, want dacht snel aan een andere baan te komen. Maar het was 2012, middenin de crisis. Vele sollicitaties en afwijzingen volgden, ik werd depressief en kon door financiële problemen de huur niet meer betalen." Toen kwam hij op straat terecht. Thijs: "Ik heb twee maanden in een tentje in het Leijpark geslapen. Dat was middenin de zomer en had wel iets romantisch. Stak je je hoofd uit de tent, zag je een groep jongeren in yogastand voor je." Omdat Thijs van 30 cent per dag moest leven, zat er niet veel meer in de pot dan vier sneetjes brood met chocoladepasta. Vorig jaar klopte hij toch maar aan bij De Loop (Traverse). "Dat is behaaglijker dan je tentje. En iedere dag warm eten is ook wel fijn. Maar ik sliep ook met 24 man op een kamer, die allemaal hun eigen rugzak hadden. Best stressvol."

Al snel kreeg Thijs begeleiding van Esther. Esther: "Na een maand kon hij naar de crisisopvang van Meander. Een tweepersoonskamer bood iets meer privacy. En omdat hij nu weer ingeschreven stond, kon hij zijn financiën op orde brengen. Daarnaast kreeg Thijs via Goed Werk al snel een stageplek als assistent-timmerman bij de BAM Bouwgroep. Ik zag wel dat hij enorm gemotiveerd was om zijn plekje terug te vinden. Voor mij de reden hem aan te melden voor een contingentwoning."

VAN CHOCOPASTA NAAR CHOCOCROISSANTS

Die woning kreeg hij drie maanden geleden. Een flatje aan de Predikherenlaan. Thijs: "Mijn habitat is een baken van rust. Van de vorige eigenares kon ik alles kosteloos overnemen: het laminaat, de gordijnen, een bank en twee tafels. Als tegenprestatie moest ik wel bij haar laminaat komen leggen. Prima, toch?" Thijs is een einzelgänger, graag op zichzelf: "Maar met een kingsize bed en gamebox kan ik de hele wereld aan." Ook qua werk verliep het voorspoedig. Hij solliciteerde verder bij de BAM en sindsdien is hij zwembadmachinist van de drie Tilburgse zwembaden: "Financieel gaat het ook prima. Ik hou € 600 per maand over. Ik kan nu chocoladecroissants kopen in plaats van chocoladepasta!"

Esther verzucht: "Ik heb met bewondering gekeken hoe hij het allemaal regelde. Zijn bankzaken, zijn paspoort, de re-integratie. Ik hoefde eigenlijk niet zoveel te doen." Maar Thijs is óók enorm blij met Esther. "Ze heeft me erg goed geholpen en we hebben een gemeenschappelijke passie: Star Trek." Hij verwijt zijn dakloosheid niemand. Thijs: "Het is een combinatie van factoren. Een bureaucratische fout, dat kan gebeuren. En het was ook niet slim van me om geen uitkering aan te vragen. Je bent altijd verantwoordelijk voor je eigen keuzes. Het gaat erom dat je dan weer in alle rust en ruimte op kunt krabbelen. Traverse geeft je die kans. Ik zie de toekomst weer rooskleurig in."



*"Dat leest een
stuk relaxer"*

“AL TACHTIG JAAR THUIS IN M'N BUURT”

*Met een taart
bezoekt De Draad
inwoners van
Tilburg. We
praten over het
leven, de stad, de
wijk, de straat.
Wat gaat er goed,
wat kan er beter?
We komen terecht
bij de vitale
senior Jan Haens
uit de Lieven de
Keystraat. Al
meer dan tachtig
jaar woont hij in
deze straat in zijn
geboortehuis.*

En met aanstekelijk plezier, wat een beetje verbazend is aangezien de familie Haens behoort tot die groep pensionado's die moeten rondkomen van alleen AOW. En dat is met €1570 in de maand niet bepaald een vetpot. Zoals gebruikelijk in de jaren vijftig trad Jan in de voetsporen van zijn vader en ging in de textiel werken. Tot de Tilburgse textiel in de jaren zeventig niet meer op kon boksen tegen de concurrentie uit het buitenland. Vervolgens werkte hij 32 jaar bij Otten Sanitair aan de Hart van Brabantlaan waar hij afsloot als magazijnchef.

DERTIG SCHUURSPONSJES

“Maar het rommelde bij Otten en op een gegeven moment bleek dat er op grote schaal fraude was gepleegd door de toenmalige directeur en de boekhouder. Er was vijf ton uit de kas verdwenen.” Otten werd later wel overgenomen door een soortgelijk bedrijf maar qua pensioen bleek er voor het personeel niets geregeld: “Ik stopte in 1997 op mijn zestigste - dat kon toen nog- en ik zag de bui al hangen. In die vijf jaar spaarde ik alle houdbare spullen die ik maar kon bedenken en zette ze weg op de vliering. Uit die tijd heb ik nog dertig schuursponsjes”, zegt hij. De toenmalige AOW van 1120 gulden (nu ca 500 euro!) was een behoorlijke inkomstenderving: “Ik vond het puur onrecht dat ik het sporten, de krant, de staatsloterij en alle andere extraatjes moest afzeggen terwijl die boekhouder een Porsche reed en in een villa woonde, om maar wat te noemen.”

TERRASGELD

Zichtbaar hieronder lijden doet hij niet: “Ik spel op maandag de folders, haal de goedkope aanbiedingen in huis en verder hebben we natuurlijk recht op zorg- en huurtoeslag en kwijtschelding van de gemeentelijke belastingen.” Dat is krap maar vooral het eigen risico van €385, - werd steeds meer een probleem. Jan en zijn vrouw slikken allebei medicijnen. “Toen heb ik de collectieve ziektekostenverzekering van de gemeente aangevraagd. Dan betaal je weliswaar iets meer per maand maar heb je geen eigen risico. En bij Essent ben ik overgegaan op het nachttarief. Dat scheelt weer een slok op een borrel.” Daarover gesproken. Op een verjaardagsfeestje klaagde Jan zijn nood tegen zijn zoon: “Ik zou ook wel eens graag op een terrasje willen zitten met een drankje.” Volgens zoonlief lag, voor wie er oog voor had, het geld op straat. En bijna zes jaar lang verzamelde zijn vader huis aan huis metalen en aluminium en bood dit aan: “Dat leverde me een paar tientjes extra op, genoeg om

een paar keer per maand een terrasje te pikken." Met deze bijverdienste verscheen Jan vorig jaar in het programma Nieuwsuur. De reportage liet ouderen aan het woord die na hun pensioen noodgedwongen door moeten werken. Het percentage 65-plussers dat dit deed, verdubbelde de afgelopen tien jaar namelijk naar 12%.

STILZITTEN, NO WAY

De metalen laat hij voortaan roesten; hij heeft zich nu op oude kleding gestort: "Dat levert minder op maar van de dokter moest ik stoppen. Mijn rechterarm trok het niet meer." Toch is het nog altijd genoeg voor een bakkie cappuccino en Jan zou Jan niet zijn als-ie daar op het Pieter Vreedeplein niet €1,50 voor afrekende in plaats van de gangbare prijs. Hij geniet daar zichtbaar van. Als sportfanaat fietste hij in het verleden al in een dag naar Frankrijk. Anno

nu is er gelukkig de Meedoenregeling zodat hij kan zwemmen in De Drieburcht en ook af en toe naar de schouwburg. Jan is dan ook een tevreden gebruiker van alle sociale regelingen van de gemeente. Jan: "Want één ding kan ik niet: stilzitten. Ik was actief en blijf actief." Plakboeken vol heeft hij van de straatfeesten, de reünies en de barbecues in de straat waar hij al tachtig jaar woont en iedereen hem kent. "Ik heb me heel erg ingezet voor het voetbalveldje op het plein. Of ik probeer iets te doen aan de gevaarlijke oversteek voor bejaarden in de wijk of aan de vervuilde vloer in het zwembad als daarover geklaagd wordt." Want hij heeft ze allemaal gesproken, ja zelfs om de keukentafel gehad, de lokale politici van het laatste decennium zoals o.a. Hans Smolders, Nell Schoenmakers, Jan Hamming, Bas Wilthagen. Maar hoezo, bejaarden helpen met oversteken? Wat is hij zelf dan? "Ach, je bent zo oud als je je voelt", zegt deze rasechte Tilburger met een knipoog.



Altijd vrolijk en met een onvoorwaardelijke liefde voor zijn plekkie!



NIEUWS GAREN



De Week van de Eenzaamheid

is allang voorbij, maar de gemeente wil blijvend contact met mensen die zich eenzaam voelen. Daarom gaan wethouders Marcelle Hendrickx (jeugd) en Erik de Ridder (ouderen) hierover met de stad in gesprek: "Er is geen kant-en-klare aanpak om dit probleem te tackelen, daarom willen we eerst met jong en oud in gesprek. Wij gaan luisteren. In wijken, op scholen en bij mensen thuis", aldus de wethouders.

Zo komen we verder, samen met inwoners en professionals, daar zijn beide wethouders van overtuigd. Er is nu een e-mailadres waar bewoners hun tips, verhalen, ideeën en ervaringen naartoe kunnen sturen: ontmoet-elkaar@tilburg.nl Alles is welkom. De ingezonden reacties worden vastgelegd naast het resultaat van de persoonlijke gesprekken.

PALLIATIEVE MOPPERPOTJES

In wijkcentrum Heyhoef in de Reeshof starten inloopdagen voor mensen die ongeneeslijk ziek maar nog niet terminaal zijn. Onder de noemer 'Palliatieve Mopperpotjes' kunnen mensen uit heel Tilburg iedere twee weken samenkomen en ervaringen uitwisselen. Initiatiefnemers Fia en Paul zijn kankerpatiënten. Zij weten dat iedereen zo zijn eigen manier heeft om met dergelijk leed om te gaan. "Maar als je ongeneeslijk

ziek bent, kan het heel waardevol zijn om jouw verhalen en kennis te delen met lotgenoten", vertellen Fia en Paul. "Door over je situatie te praten, verrijk je je leven en leer je te relativeren. En je hebt ook veel aan elkaars ervaringen." Volgens Fia en Paul zijn er veel initiatieven voor mensen die palliatief zijn, maar weten veel patiënten dat niet. "Iedere patiënt heeft eigen ervaringen: zorg gehad van die, meegedaan aan dat initiatief, et cetera. Door die informatie met elkaar te delen, krijgen we allemaal beter zicht op de mogelijkheden." De Palliatieve mopperpotjes komen op donderdag 15 november van 13.30 – 15.30 uur bij elkaar in wijkcentrum Heyhoef aan de Kerkenbosplaats 1. En daarna steeds in de even weken op dezelfde tijd. Wil jij graag jouw verhaal vertellen en ervaringen delen? Kom dan gerust eens langs. Vooraf aanmelden is niet nodig maar je kunt contact opnemen met sociaal werker Döndü Yozgat voor meer informatie: donduyozgat@contourdetwern.nl of T013 572 83 83.

NETWERK VOOR BLINDEN EN SLECHTZIENDEN

verhuisd naar Oud-Noord

Het Netwerk voor Blinden en Slechthzienden is op 7 november verhuisd van het Rode Kruisgebouw aan de Besterdring naar wijkcentrum De Baselaer aan de Hoefstraat 175 in Tilburg. Mensen met een visuele beperking ontmoetten elkaar al dertig jaar in het Rode Kruisgebouw dat nu rijp is voor de sloop. Bij de keuze voor de nieuwe locatie is gelet op toegankelijkheid, bereikbaarheid, akoestiek en licht. De deuren staan wijd open en elke woensdag is iedereen weer welkom bij de inloop tussen 14.00 en 16.00 uur.

Meer informatie: Jannie Haverkamp, 013 5421664 of janniehaverkamp@contourdetwern.nl.

Voor actuele
activiteiten Kerstmis
zie rond 15 december
dedraadmagazine.nl

LUSTRUM WEDUWEN EN WEDUWNAARSKOOR

Een van de activiteiten van het Netwerk voor Weduwen en Weduwnaars is het zangkoor. Het koor bestond op 1 november precies vijf jaar, een lustrum dus. Muziek en zingen werken heel goed bij het verwerken van rouw, zo bleek uit onderzoek. Goed kunnen zingen is dan ook geen voorwaarde bij dit koor. Het repertoire bestaat uit een bonte mix van bekende en leuke liedjes die iedereen mee kan zingen. Er zijn nu zo'n 35 leden die elke veertien dagen repeteren in MFA De Poorten. Elke keer met een presentie van zo'n 90%. De gezellige nazit is daar natuurlijk ook debet aan. Van een koor vanuit een trieste achtergrond is het uitgegroeid naar een mooi bont vriendengezelschap. Meer informatie: Wendy Zwekars, T013 4649210 of wendyzwekars@contourdetwern.nl.



IN TILBURG GEEN VOEDSELVERSPILLING

Tilburg haakt aan bij de app NoFoodWasted. Vanaf nu kan iedereen bij een groot aantal restaurants tegen een gereduceerd tarief overgebleven maaltijden kopen. Via de app kun je zien welke gerechten 'overblijven' bij welke restaurants. Dit aanbod varieert met de dag. Op deze manier wordt er minder voedsel verspild en kan iedereen voor een zacht prijsje een topmaaltijd kopen. De restaurants die meedoen zijn onder meer Houtloods, Doncurado, De Wagon, Villa Vier Jaargetijden, RAW, Eethuis 20 en Grand Café Esplanade. Ook Plus De Rooi Pannen, Stadstuin Piushaven en Albalad Supermarkt zijn verbonden aan de NoFoodWasted-App. U downloadt de app op uw smartphone, via de appstore.

AUTOMAATJE VAN START

Eind september gaf wethouder Oscar Dusschooten het startschot voor ANWB AutoMaatje, een project van ANWB, gemeente Tilburg, KBO Kring Tilburg en ContourdeTwern. Vrijwilligers vervoeren met hun eigen auto minder mobiele mensen. Dat kan zijn voor een bezoekje aan arts of ziekenhuis maar ook voor leuke uitjes zoals koffie drinken in de stad of een vriendin bezoeken. Ben je bijvoorbeeld door leeftijd of gezondheid minder mobiel dan kun je tegen een kleine onkostenvergoeding weer meedoen in de maatschappij. ANWB AutoMaatje startte in Tilburg met twintig vrijwilligers (15 chauffeurs en 5 planners) maar is altijd op zoek naar chauffeurs die stadgenoten graag van A naar B willen brengen. Ook deelnemers kunnen zich altijd aanmelden. Meer info via www.contourdetwern.nl/automaatje. Aanmelden kan via 013 762 06 40 of AutoMaatje@contourdetwern.nl.



A close-up photograph of the rusted red hull of a ship. Two thick green ropes are draped across the frame, running from the top left towards the bottom right. The ship's surface is heavily corroded, with white and brown patches of rust visible. In the background, more ship equipment and a small cylindrical object are visible.

*OOST, WEST,
THUIS IS HET
OOK NIET ALLES*

Wat en waar is thuis? Bij 'Liever Thuis' denk je waarschijnlijk aan een gevoel van geborgenheid. Maar wat als je je continu ontheemd voelt? Zoals we bereid zijn de drempels te verlagen voor een rolstoeler, zo moeten we ook drempels verlagen voor hen die hier anders nooit 'thuis' kunnen worden. Je thuis voelen is immers sterk afhankelijk van acceptatie door anderen. Dit geldt zeker voor migranten, maar ook veel Nederlanders voelen zich niet thuis. Kunnen wij, kunt u die drempel verlagen?
Een verhaal door Ad Mols.

Veel mensen voelen zich niet thuis, zeg je. Wat bedoel je daar precies mee? "

Je thuis voelen' is eigenlijk een vreemde uitdrukking, geladen met emotie. Een erg negatief gevoel. Ik denk dat ieder mens geluk en geborgenheid zoekt. Natuurlijk heb ik zo'n plek ook min of meer. Dat is al geborgenheid met een vraagteken."

Nu roep je allerlei vraagtekens bij mij op?

"Ik ben geboren in de oorlog, in het huis van mijn oma. Kort daarna verhuisde ik naar ons eigen huis, waar ik de eerste jaren met mijn moeder, broer en zussen woonde. Soms was mijn vader er ook, maar als beroepsmilitair zat hij meestal ondergedoken. Om de situatie extra gecompliceerd te maken: mijn moeder was van oorsprong Duits. Ja, ik ben dus een allochtoon! Na de oorlog vertrok mijn vader al snel naar Nederlands-Indië. De vrijheidsoorlog daar was in volle gang. Het gezin reisde hem achterna. Ik was toen zeven jaar, zat in de eerste klas. In de ruim twee jaar in Indonesië verhuisden we vaak en zaten we dus op veel verschillende scholen. Ik bezocht in die tijd vijf (!) lagere scholen en woonde in evenveel verschillende huizen. Soms gingen we helemaal niet naar school of in een militaire truck met gewapende soldaten op de treeplank. Spannend, zeker, maar achteraf gezien met grote minpunten. Toen ik tien was, kwamen we terug. Ik zat op nog twee verschillende lagere

scholen en ging het voortgezet onderwijs in. Via een seminarie (intern natuurlijk, een tijd van veel ruzie en vechten) kwam ik op de HBS, ging ik naar de kweekschool en tenslotte in militaire dienst. Ik ging het onderwijs in, waar ik op mijn 52e volledig afknapte en in een dusdanig zware depressie kwam dat ik nooit meer kon werken."

Heftig, maar wat heeft dat met het onderwerp te maken?

"Het gevoel van eenzaamheid ontstond in mijn jeugd, daar ligt de kiem. In zekere zin had ik het best goed, zeker tot mijn tiende. Maar daarna begonnen de problemen, ons gezin hing als los zand aan elkaar omdat mijn jongere broertje werd geboren met een zware hartafwijking en alle zorg van mijn moeder nodig had. In Indonesië werden we verzorgd door steeds wisselend personeel, dat bij een verhuizing achterbleef. Mijn jongere zus en ik trokken samen op tegen de anderen. Door omstandigheden ging de hechte band met mijn zus teloor. Ik trouwde en kreeg kinderen maar helaas overleed vrij snel daarna mijn vrouw. Toen viel alle grond onder mijn voeten weg. Ik had wel enkele vrienden, maar al snel werden die banden verbroken. Een weduwnaar is een gevaar, nietwaar. Later kreeg ik een nieuwe relatie. Samen kregen we vier kinderen. Een nieuw geluk maar de eenzaamheid bleef. Al die jaren daarvoor leer je geen vrienden te maken want die raak je toch weer



Denken en **doen**



DAAMEN
DE KORT
VAN TUIJL

NOTARISSEN

TILBURG | RIJEN | REESHOF | UDENHOUT

www.dktnotarissen.nl

Brocken
Verhuizingen
Sterk in service

SPECIALIST IN VERHUIZEN VAN SENIORENEN HULPBEHOEVENDE MENSEN

Wij leveren verhuizingen van de oude naar de nieuwe woning, en daarnaast kunnen wij ook veel extra service bieden. Zoals: inpakken/uitpakken, eventueel lampen monteren en audio/internet aansluiten.

Ook kunnen we indien gewenst de oude woning weer bezemschoon opleveren.

Dit alles tegen scherpe tarieven. We maken graag voor u een offerte naar uw wensen. Al onze diensten leveren we met veelzorg en aandacht.

We hopen u van dienst te kunnen zijn.

Telefoon: 013 463 09 20

brockenverhuizingen.nl

VRIJWILLIGERS GEZOCHT!

Voor onze zwemclub voor mindervaliden zijn we dringend op zoek naar uitbreiding van ons zwemteam.

Mensen die onze zwemmers in en bij het zwembad hulp kunnen bieden.

Ben jij degene die ons kan en wil helpen?

Neem dan contact op met
Henny Buster 06 223 102 38 of
mail naar hennybuster@gmail.com



Wij heten u van
harte welkom!



Uitvaartbegeleiding
In Harmonie
Het Afscheidshuis

Een goed afscheid voor iedereen

- **Rouwvervoer** : blauwe en grijze rouwauto, met de mogelijkheid tot het zelf besturen van de auto
- **Persoonlijke begeleiding** : nabestaanden worden bijgestaan door een vaste uitvaartleidster
- **Transparantie in kosten** : vooraf wordt duidelijkheid gegeven middels een begroting
- **Opbaren** : thuis of in een verpleeghuis, maar ook in Het Afscheidshuis aan de Oude Lind 35 in Tilburg

● ● ● T 013 5721822 / 06 24556106
www.uitvaartbegeleidinginharmonie.nl

A large, gnarled tree trunk with a white icon of a person climbing it. The tree has a thick, textured bark and a hollowed-out section. The background is a dense forest with green foliage.

kwijt. Je niet te hechten aan een huis, slechts te vertrouwen op jezelf. Je raakt overwerkt, de depressie komt terug. Je vrienden van jaren staan om je heen, maar je merkt dat jij hen loslaat. Je vrouw is eigenlijk je enige baken; zij houdt je af van onbezonnen stappen. Je thuis voelen wordt dan heel betrekkelijk. Je mist de geborgenheid."

Maar je hebt toch je bestemming bereikt? Met werk, gezin, mensen die van je houden. Hoe kun je je dan toch eenzaam voelen?

"Het is buitengewoon moeilijk dat gevoel te omschrijven. Ik wil er ook niet al te diep op ingaan. Alleen al het schrijven van het voorafgaande kostte me een slapeloze nacht. Maar het is prima verwoord door Herman van Veen in zijn lied Er was een man die dolgraag.... Omdat het zo emotioneel is, heb ik liever ook geen foto van mezelf of mijn naam. Deze foto's passen bij mijn stemming. Een oude, roestige boot, rijp voor de sloop en een knoestige boom die het met moeite nog een beetje redt."

OP ZOEK NAAR CONTACT VRAAG & AANBOD TE KOOP



CONTACT

Weduwe van midden zeventig zoekt langs deze weg een leuke, spontane en betrouwbare man. Het doel is uiteindelijk om te genieten van elkaars gezelschap, uit en thuis. Ik heb voor veel dingen belangstelling. Spreekt je dit aan? Laat dan wat van je horen onder nummer 2018-5-1

Leuke actieve vrouw zoekt een maatje (m/v) met brede interesses, leeftijd vanaf 60 jaar, niet-rokend.

Naast terrasbezoek, wandelen en fietsen ook stedentrips met museabezoek. Muziek, rock-blues en pop. Eventueel vakantie/overwinteren elders. Ben je ook op zoek naar iets dergelijks? Reageer dan onder nummer 2018-5-2

Vitale sportieve weduwe zoekt een dansmaatje tussen 72-80 jaar. Vitaliteit is belangrijker dan leeftijd. Humor werkt als slagroom op de taart. Oftewel: samen genieten van de jaren die ons nog worden gegeven. Wil je mij beter leren kennen, schrijf me dan onder nummer 2018-5-3

Ik, vrouw, ben op zoek naar een maatje (m/v) tussen de 60 en 70 jaar die gezellig met mij een bezoekje aan een museum wil brengen, een terrasje of bioscoop wil bezoeken. Wil jij dit ook? Schrijf me dan via 2018-5-4

69-jarige homoseksuele man zoekt vriend/maatje om gezellige dingen te ondernemen en om eventueel op vakantie naar Bali of een ander land te gaan. Omgeving centrum/station Tilburg. Heb je interesse? Neem dan contact met op via 2018-5-5

BENT U AL BEKEND MET DE VRIENDSCHAPSBANK

Oorspronkelijk bedoeld voor 50-plussers, gemaakt voor vriendschap op maat. Voor gezellig sporten, wandelen, fietsen, uit eten gaan, naar de film en/of een gezamenlijke hobby beoefenen, ook groepsgewijs.

Inmiddels telt de Vriendschapsbank 400 leden. Sinds kort kunnen ook mensen onder de 50 bij de Vriendschapsbank terecht. Coördinator Annemarie Vermeulen: "Ik word regelmatig benaderd door deze leeftijdsgroep. Daarom zijn we met twee activiteiten gestart: samen wandelen en naar de bioscoop." Ben je tussen de 35 en 49 jaar en zie je een nieuwe vriendengroep wel zitten? Waag de stap en neem vrijblijvend contact op met Annemarie Vermeulen van de Vriendschapsbank via T 013 542 16 64 of 06 451 33 696 of via annemarievermeulen@contourdetwern.nl

VRAAG & AANBOD

Ons grand café in het verzorgingshuis wordt druk bezocht door demente bewoners die genieten van de oude liedjes die daar worden gedraaid. Heeft u nog oude grammofoonplaatjes/singeltjes uit de jaren 50, 60 en 70? De bewoners zijn er heel blij mee! Bel me s.v.p. op 06 405 91 412.



Zin in een sportief uurtje? Onder begeleiding krijgt u spierversterkende oefeningen. De lessen zijn op dinsdagavond voor sporters van 45 jaar van 20.00 – 21.00 uur en op woensdagmiddag van 14.00 – 15.00 uur voor sporters vanaf 65 jaar. Wilt u een proefles volgen? U bent van harte welkom, Beneluxlaan 2, Tilburg. Voor informatie: 013 536 41 16

Vrouwengym in wijkcentrum In den Boomtak. Bent u 60 jaar of ouder en wilt u uw spieren soepel houden? Iedere maandag kan dit van 14.00 – 15.30 uur. We beginnen met het opwarmen van de spieren door middel van dans, gevolgd door yoga-, gym- en evenwichtsoefeningen, daarna wordt er weer gedanst om daarna af te sluiten met nog een kwartiertje rugoefeningen op een mat. Wilt u meer informatie? Mail dan naar inezchris@outlook.com

Veel mannen hebben interesse om te zingen in een mannenkoor, maar durven de drempel niet over te gaan. Kom vrijblijvend de gezellige sfeer ervaren bij Mannenkoor La Renaissance. Enthousiaste zangers werken toe naar het tweejaarlijks concert en uitwisselingsconcerten met andere koren. U bent welkom op maandagavond van 20.00 – 22.15 uur in MFA Het Kruispunt, Sinopelstraat 1. Voor meer inlichtingen: 013 468 56 54

Dammen en schaken zijn gezonde denksporten die je geest in beweging houden. Vindt u het leuk om op woensdagmiddag van 14.00 – 16.00 uur gezellig een partijtje te spelen? U bent van harte welkom bij Seniorensoos 't Hazennest. Voor mee info: de heer Van Poppel 06 382 19 028

Muzemento bestaat uit een verfrissende mix van jong en oud, die garant staat voor bijzondere producties en concerten. Omdat iedereen de ruimte krijgt om zijn of haar talenten te ontplooiën kunnen decor-/kledingontwerpers, tekstschrijvers en solisten grotendeels uit het koor zelf worden gehaald. Koorleden kunnen ook zitting nemen in het bestuur en diverse commissies. Is dit iets voor jou? Neem dan contact op via info@muzemento.nl

Het Tilburgs Herderkoor is een klein seniorenkoor. Alle leden stoppen veel energie in dit koor, we zoeken goede teksten en melodieën, er is een zeer goede sfeer en we leven met elkaar mee, helpen elkaar waar nodig. Wilt u hierbij aansluiten? Kom dan tijdens onze repetitie kijken in de Isidorusstraat 6. Iedere donderdag van 14.15 – 16.00 uur. Meer informatie? Bel dan met 013 455 36 63

Ook een gratis advertentie zetten in deze rubriek? Dat kan (schriftelijk) via redactie De Draad, Spoorlaan 444, 5038 CH Tilburg of via dedraad@contourdetwern.nl

Reageren op een contactadvertentie?

Schrijf een brief naar redactie De Draad, Spoorlaan 444, 5038 CH Tilburg en zet in de linkerbovenhoek van de envelop het nummer van de advertentie waarop u wilt reageren, bijvoorbeeld 2018-1-1.

Wij sturen uw brief dan ongeopend door.



TE KOOP

Servies te koop: o.a. koffiekkan, melkkan, suikerpot, kop en schotels, vleeschalen en botervloot. Prijs € 25. Bij interesse 013 543 19 14

Eiken bijzettafel te koop aangeboden. Tevens 4 m2 travertintegels (30 x 85 cm). Prijs nader overeen te komen. Informatie via 013 570 34 53

Hometrainer YT-102P aangeboden voor € 50. Inlichtingen via 013 467 10 73

Aangeboden: (ansichtkaarten)molen op wieltjes geschikt voor 36 kaarten/foto's. Prijs € 25. Meer informatie via 06 406 68 231

13 prachtige Swarovskibeeldjes te koop. € 15 per stuk. In één koop is de prijs € 150. Heeft u vragen, neem dan contact op via 06 108 13 276



“OVERAL WORDT BROOD GEBAKKEN”

Aarden in een woonzorgcentrum, nadat je jaren op jezelf gewoond hebt. Hoe doe je dat? Het viel voor mevrouw Maaijen (88) niet mee. “Twee jaar geleden ben ik hier met mijn man komen wonen. We wilden eigenlijk niet, maar door zijn ziekte moest het wel. Hij overleed al snel. Het was moeilijk alleen te zijn in een gloednieuwe omgeving. Maar ik begin nu wel een beetje mijn draai te vinden.”

Sinds 2006 stond het echtpaar voor de zekerheid al ingeschreven bij Het Laar. Mevrouw Maaijen: “Maar we moesten er niet aan denken om er toen al te wonen. We woonden heerlijk in ons eigen appartement aan de Coba Ritsemastraat in St. Anna.” Ze kregen wel thuiszorg van Het Laar. Toen haar man achteruitging, was het een logische stap naar een appartement in het woonzorgcentrum te verhuizen. “Dat we naar een kleiner appartement moesten verhuizen, was even slikken. Maar ja, elke verhuizing is moeilijk en overal wordt brood gebakken.”

WEG VAN TILBURG

Mevrouw Maaijen is geboren en getogen in 't Goirke. Haar vader was textielarbeider, haar moeder huisvrouw. Een echt Brabants gezin met twaalf kinderen. Ze was de jongste. “Ik zat op de MULO toen mijn moeder ziek werd. Toen kwam ik thuis.” Na de oorlog ontmoette ze haar man. Zij was 18, hij 28. Ze trouwden en woonden zeven jaar in bij een oom van haar man, aan de Bosscheweg. “Daarna hebben we op veel plekken gewoond. Elf maanden in Fatima. Zo’n tien jaar aan de Everjachtstraat in Tilburg-West, vlakbij de Westermarkt. Het langst vertoefden we in Oisterwijk. Daar hebben we 27 jaar enorm fijn gewoond.” Haar man was technisch inkoper bij een Amerikaans bedrijf. Ze kregen een zoon, een dochter, vier kleinkinderen, twee achterkleinkinderen en een derde is op komst. Midden jaren 90 verhuisden ze terug naar Tilburg, naar een seniorencomplex aan de Coba Ritsemastraat. “Het huis in Oisterwijk werd te groot voor ons. En dan hadden we ook nog eens eigen grond. Het beviel ons prima om tussen de senioren te wonen. Met

een oude buurvrouw heb ik nog intensief contact.” Weer terug in haar geboortestad zag ze hoe alles veranderd was. Mevrouw Maaijen: “Er is veel weg van vroeger, alleen op de Oude Markt vind je nog een stukje nostalgie. Ook het centrum was vroeger vrolijker, met een goede variëteit aan winkels met kwaliteit. Het is nu meer business, verzakelijk. Allemaal eenheidsworst. Toch denk ik dat we op de goede weg zijn. Ik vind het centrum niet prettig, maar ook niet onaangenaam.”

THUISKOMEN

In Het Laar staat mevrouw Maaijen 's ochtends op met een lekker bakkie koffie en de krant. Dan gaat ze naar beneden voor een praatje in Chapeau, het grand café van Het Laar. Of haar zoon of dochter met de (achter) kleinkinderen komen op visite. “Die lopen dan meteen naar het raam om het gouden hert te bewonderen, waar ik op uitkijk. Ik heb dan ook een prachtig uitzicht,” zegt een tevreden mevrouw Maaijen. Ze had even de tijd nodig gehad om te acclimatiseren, maar wil er nu weer meer op uit. “Dat is voor mijn kinderen ook fijn. Dan ga ik naar mijn oude buurvrouw, mijn zoon in Oisterwijk, of mijn dochter of schoonzus in Loon op Zand. Of ik ga naar de Westermarkt, dat is toch een linkje met vroeger. Het liefst ga ik met mijn zoon een terrasje pakken aan De Lind. Die sfeer daar, dat voelt voor mij als thuiskomen.” Is ze ook thuis in Het Laar? Mevrouw Maaijen: “Je merkt dat kennissen om je heen wegvallen, dat wordt minder. Ik woon heel graag in Het Laar maar ik vind het ook fijn dat ik me in alle privacy kan terugtrekken in mijn appartement. Als ik hier binnenkom, met dit uitzicht, dan voel ik me thuis.”







DE PASSIE VAN MIEKE-NELIE VAN DER HEIJDEN

"Mijn moeder Jacq van der Heijden-Rutten is geboren op 6 januari 1921, op het Driekoningenfeest. Haar oom Cas was op dezelfde dag jarig en zijn doopnaam was Caspar, één van de drie koningen, naast Melchior en Balthasar. De feestdag van Driekoningen was voor de familie Rutten ieder jaar een bijzondere dag. Mijn moeder kreeg op haar verjaardag altijd wel een paar kaarten waar de Driekoningen op stonden. Voordat ze overleed, heb ik die verzameling gekregen – ik ben de verzamelaar in de familie. En sindsdien heb ik er kaarten bij gekregen of gekocht." Mieke-Nelie van der Heijden (Tilburg, 1948) vertelt haar verhaal thuis, zittend aan een tafel waarop ze al haar kaarten uitgespreid heeft. "Ik schat dat het er ongeveer honderdvijftig zijn", zegt ze. "Er zitten klassieke en moderne bij." Onder de 'klassieke' rekent ze ansichtkaarten met daarop afbeeldingen van beroemde schilderijen zoals 'Aanbidding der Koningen' van Jheronimus Bosch. Bij de moderne zit een exemplaar waarop een heus stripverhaal staat met de Driekoningen in de hoofdrol. "Die kreeg ik van een vriendin uit Canada." Ze heeft haar kaarten één keer tentoongesteld in het inmiddels niet meer bestaande Erfgoeddepot in Riel. "Ik heb ook eens een fotoreportage gemaakt van het Driekoningenzingen door het Hasselts Gemengd Kapellekoor", vervolgt ze. Zelf is ze als kind ook vaak Driekoning geweest: "Op de verjaardag van mijn moeder kregen we extra veel snoep van de ooms en tantes die dan op bezoek kwamen." Op Het Geheugen van Tilburg, de site van het Regionaal Archief Tilburg, heeft ze trouwens ook over de traditie van het Driekoningenzingen geschreven. Het lukt haar maar af en toe om haar verzameling uit te breiden. "Mochten er lezers zijn die kaarten kwijt willen...", lacht ze. Ze pakt een kaart op en zegt: "Kijk, deze komt van het Missiehuis aan de Bredaseweg." Het doet haar denken aan de oudste broer van eerdergenoemde Cas Rutten, pater Henri Rutten MSC. Deze missionaris werd op 31-jarige leeftijd in 1904 samen met negen andere missiepaters en -zusters vermoord in wat nu Papoea Nieuw Guinea heet. Ze schreef verschillende boeken over hem - maar dat is een ander verhaal.

**Wilt u ook graag met uw hobby of andere passie in deze rubriek staan?
Stuur dan een berichtje naar De Draad via dedraad@contourdetwern.nl.**

tekst & fotografie Joep Eijkens

Bijna 70 jaar een begrip in de regio!


Kampshoff Mode
De Speciaalzaak, ook voor de oudere dame!



Voordelig in het NIEUW voor de Feestdagen!

**3 HALEN,
2 BETALEN**

* Goedkoopste artikel gratis.
Geldt niet in combinatie met mode-
cheques of andere aanbiedingen.
Geldig tot 24 december 2018.

**De koffie staat
klaar voor u!**

Wij nemen graag
de tijd voor u, een kopje
koffie of thee zetten wij
graag voor u!



**Persoonlijk &
Vakkundig**

Openingstijden:
maandag gesloten,
dinsdag t/m vrijdag van
10.00 uur tot 17.30 uur
Zaterdag van 10.00 tot
17.00 uur

Kampshoff Mode • Dom.S.Dubuissonstraat 70 • Berkel Enschtot • Tel. 013 5331247 • www.kampshoffmode.nl



Aangenaam leven met Het Laar

Bij Het Laar stellen we ons dagelijks de vraag:
wat kunnen we samen doen om er voor u
een aangename dag van te maken? Een dag
die het waard is om geleefd te worden.

Of het nu gaat om wonen, zorg, eten en
drinken of bijvoorbeeld kunst en cultuur, Het
Laar zet zich in om u het leven te laten leiden
zoals u dat wenst.



Het Laar | Aangenaam

Voor meer informatie, kijk op onze website:
www.hetlaar.nl of bel: 013 465 77 00

GRAAG UW MENING

Wij horen graag wat u van De Draad vindt. Of misschien heeft u een idee voor een artikel / item in een van de volgende uitgaven volgend jaar. U kunt ook deel uitmaken van ons lezerspanel. Dan ontvangt u vijf keer per jaar vers van de pers van ons De Draad met een vragenformulier. Graag binnen drie weken retourneren.

Contact via redactie De Draad, Spoorlaan 444,
5038 CH Tilburg of postbus 3078, 5003 DB Tilburg,
T 013 583 99 99 of E dedraad@contourdetwern.nl

**Zie ook onze website,
www.dedraadmagine.nl &
volg ons op Facebook**

DE VOLGENDE DRAAD

De eerste Draad van 2019 wordt verspreid tussen **8 en 15 maart 2019** en de kopij voor deze editie sluit op vrijdag **25 januari**. Wat is dit nu .. u wilt De Draad NIET ontvangen? Maak dit dan kenbaar door uw naam en adres aan ons te mailen via dedraad@contourdetwern.nl Tevens vernemen wij graag uw reden.

DE JUISTE OPLOSSING

van de puzzel in no. 4 was: **SAMENWERKEN**. De twee gelukkige prijswinnaars zijn: de heer / mevrouw A.C. Chevalking en de heer J. Blokvoort, beide uit Tilburg. De juiste antwoorden van de **HALLOWEENQUIZ** waren:
1) D, 2) D 3) B, 4) Alles goed 5) Alles mogelijk 6) C 7) A 8) D 9) B 10)
Alles oké 11) C En de winnares, de enige met alle 11 vragen goed, is
Barbara Reichgelt uit Tilburg. **Van harte gefeliciteerd met jullie prijs!**

WAT U NOG MOET WETEN

Dit is De Draad nummer 5, 2018, jaargang 4. Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen zonder toestemming van de redactie. De Draad is een uitgave van Stichting De Draad en ContourdeTwern en verschijnt vijf keer per jaar. De Draad wordt mede mogelijk gemaakt door sponsors, adverteerders, maatschappelijke instellingen en de gemeente Tilburg. De redactie acht zich niet verantwoordelijk voor de juistheid van de teksten van derden zoals in nieuwsberichten en advertenties.

BEREIK ALLE 60-PLUSSERS VAN TILBURG (OPLAGE 37.500 EXEMPLAREN) EN ADVERTEER IN DE DRAAD!

**Bel 013 583 99 99 en vraag naar Hans Peters
of mail dedraad@contourdetwern.nl**



Reacties vóór 25 januari richten aan:
Redactie De Draad p/a ContourdeTwern, Spoorlaan 444,
5038 CH, Tilburg. T 013 583 99 99 of
dedraad@contourdetwern.nl
Zie ook: dedraadmagine.nl

Hoofdredactie

Betty Montulet

Eindredactie

Carlijn Bastiaans
Betty Montulet

Redactioneel

Carlijn Bastiaans
Joep Eijkens
Mr. Desirée Laureij
Ad Mols
Betty Montulet
Hans Peters
Puzzelcorner

Concept & Creatie

Dennis Buster

Fotografie & illustratie

Joep Eijkens
Hans Peters
Dennis Buster

Acquisitie

Hans Peters

Oplage

37.500 exemplaren /
Verspreiding geschiedt
door vrijwilligers en
de Diamant groep

Drukwerk

Gianotten printed media

Cover

Tilburg Proost met U.

Met dank aan de samenwerkende partners:

Buro Maks, ContourdeTwern,
Convivio, Feniks, gemeente Tilburg,
GGz Breburg, KBO Kring Tilburg,
La Poubelle, RIBW Brabant, Thebe,
SMO Traverse en De Wever.



IkWoonLeefZorg.nl

Ik woon.

En ik regel zelf een subsidie voor de aanpassing van mijn huis

Ik houd van mijn huis. Op www.IkWoonLeefZorg.nl las ik dat er verschillende mogelijkheden zijn om woningaanpassingen te financieren. Zo kan ik hier ook in de toekomst veilig en comfortabel blijven wonen.

Alles over langer zelfstandig wonen op IkWoonLeefZorg.nl



Rabobank