

DE UITSTRALING

Magazine

Foto: Man met Camera



Guus Lombarts

*"Ik vind het altijd leuk de ontwikkelingen
in de wereld te volgen"*

Makelaardij

Wat is het verschil tussen
vraagprijs en verkoopprijs

**Barend
Meihuizen**

Uitvaart

Is balsemen thuis mogelijk?

de Bakker CV service

onderhoud | storing | installatie



Uw betrouwbare partner op het gebied van warmte!

- ✓ Periodiek onderhoud van uw cv-ketel
- ✓ Reparatie van uw cv-ketel
- ✓ Installatie van uw nieuwe cv-ketel



✓ KOOLMONOXIDE VRIJ
✓ VEILIGE INSTALLATIE



06-81085219



info@debakkercvservice.nl



Bezoek de website
www.debakkercvservice.nl





Waar word je blij van?

Het klinkt als een eenvoudige vraag en je kunt het waarschijnlijk terugvinden in kleine dingen. Misschien word je blij dat je de zon op je gezicht voelt schijnen nadat het dagen geregend heeft. Of geniet je er juist van om heerlijk in de regen te lopen, lekker nat worden en dan thuis een warme douche nemen?

Een puppy die aan je hand likt kan je doen glimlachen of een vreemde die je groet als je hem tegenkomt op straat. Een ontmoeting met iemand die je al lang niet hebt gezien? Is het de geur van versgebakken brood of het laatste stukje van een lastige puzzel wat eindelijk op zijn plaats valt? Of is het de knuffel van je kleinkind, een omhelzing van een goede vriend of een tekening die je krijgt van je leerling? Het hoeven geen grote dingen te zijn, ook al is de hoofdprijs in de loterij natuurlijk niet verkeerd.

Blijdschap kun je vinden in je werk, bijvoorbeeld een klant die erg blij is met de hulp die je hebt gegeven. Maar ook hobby's kunnen je opbeuren; het winnen van een wedstrijd, de laatste steek van een breiwerk, toekijken hoe de verf droogt van het kastje wat je hebt opgeknapt.

Delen maakt smart kleiner maar het maakt de vreugde zelfs groter. Dus laat ons weten wat jou blij maakt en dat hoeft niet groot te zijn. We willen graag meedelen in die vreugde. Waarschijnlijk zullen de verhalen die je nu in je handen hebt al een begin maken.

Veel leesplezier
De redactie

Inhoud

- 2 Colofon
- 3 Column
- 5 Groene energie
- 6 Gedicht
- 7 Wie fietst er niet?
- 8 Op de koffie bij...
- 10 Natuurlijk gezond
- 11 Barend Meihuizen
- 13 Bloemsierkunst
- 15 Dovemansoren
- 17 Uitvaart
- 18 Fashion Eyes
- 20 Column
- 21 Dier & gezondheid
- 22 Financieel
- 23 Fährad Khider Quasem
- 25 Natuurlijk mooier
- 27 Notaris
- 28 Advocaat
- 29 Oisterwijk in beeld
- 30 De auto
- 31 Makelaardij
- 33 Uit kinderland
- 34 Ingezonden
- 35 Sport
- 36 Goed gezien!
- 37 Geef het stokje door

Heeft u een tip voor een leuk artikel over een persoon of vereniging?

Mail dan naar:
Oisterwijk@deuitstraling.nl

Inleveren kopij editie week 46
voor dinsdag 4 november 09.00 uur

De volgende uitgave
verschijnt vanaf 13 november



Verf- en behangspecialzaak
Marco van den Berg

50% korting
op de 2^e emmer muurverf

25% korting
op binnenlakken

Deze actie loopt tot 1 december

Boxtelsebaan 28 • 5061 VD Oisterwijk
Tel.: 013 - 528 21 62 • info@marcovandenbergh.nl
www.uwverfenbehang.nl



Drs. Toine Vermeer,
Tandarts voor
orthodontie
BIG nr.19024535902



Wij hanteren geen wachtlijsten!
Aangesloten bij alle verzekeraars.



Kwaliteitsregister
Orthodontische Vereniging
van Algemeen Praktijk

Moergestelseweg 18a • Oisterwijk • Tel.: 013-5773733
www.orthodontieoisterwijk.nl • info@orthodontieoisterwijk.nl

Colofon

Uitgeverij De Uitstraling b.v.
Postbus 21, 5520 AA Eersel
Telefoon/WhatsApp: 06-57667760
[Instagram.com/uitgeverij_de_uitstraling](https://www.instagram.com/uitgeverij_de_uitstraling)

Advertentieverkoop:
Hans de Valk, tel. 06-51227336
Daniëlle van der Schoor, 06-83563575

De Uitstraling gemeente Oisterwijk wordt
gratis 4-wekelijks huis-aan-huis verspreid.
Totale oplage ruim 12.000 exemplaren.

Uitgever: Uitgeverij De Uitstraling b.v.

De Uitstraling verschijnt in 8 gemeenten in
Zuidoost-Brabant met een oplage van ruim
65.000 exemplaren.

Bezorging: Uitgeverij De Uitstraling b.v.
Bezorgklachten: tel. 06-23264872
bezorging@deuitstraling.nl

Tenzij anders vermeld ligt het copyright van
de in deze uitgave gepubliceerde foto's bij
Uitgeverij De Uitstraling b.v., haar correspon-
dent of www.adobe-stock.com.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze
uitgave mag worden opgeslagen in een elek-
tronisch bestand, verveelvoudigd, of open-
baar worden gemaakt in enige vorm of op
schriftelijke wijze, hetzij elektronisch, door
foto-kopieën, opnamen of enige andere man-
ier, zonder voorafgaande schriftelijke toe-
stemming van de uitgever.

© 2025

**Wilt u net als deze
aardbei goed opvallen?**

**Adverteer dan in
De Uitstraling!**

Voor meer informatie mail naar: info@deuitstraling.nl



Column



Door Marja Smeulders

Wie heeft wie aan de lijn...

Als fervent hondenbezitter en vooral hondenliefhebber weet ik één ding zeker: we willen allemaal het beste voor onze viervoeters. We willen ze ruimte geven, laten snuffelen, ontdekken, hun eigen tempo lopen en noem maar op. En dus -ik niet overigens, laat dat duidelijk zijn- grijpen we massaal naar dat handige ding: de flexilijn. Zo'n oprolbaar touw van vijf meter waar je hond alle kanten mee op kan. Ideaal, toch? Nou... verre van!

Want hoe vaak er ook gedacht wordt 'lekker vrij voor de hond', het resultaat is altijd het tegenovergestelde. De lijn raakt ergens vast, de hond loopt voor, dan achter, dan ineens dwars over de stoep - en de eigenaar? Die staat ergens in het midden met nul komma nul controle over de hond. En dat laatste is nog het ergste. Want door die lange lijn is de hond letterlijk en figuurlijk al lang op de plek waar hij niet hoort te zijn, namelijk bij mij en mijn hond. En wij allebei, jawel allebei, worden daar niet goed van en voelen ons voor het blok gezet. Letterlijk.

Die lange lijn is zelden
een succes

Mijn hond wil niet, en dat geldt dan ook zeker weer voor mij, een viervoeter van de andere kant van de straat ineens voor zich hebben. De lijnen raken verstrikt, de honden voelen zich bedreigd, zeker als ze elkaar niet kennen en de chaos is compleet. Waardeloos die lange lijnen! En dan heb ik het nog niet eens over de mensen om ons heen. Wandelaars die moeten zigzaggen, kinderen die schrikken, fietsers - en fatbikes!- die onverwachts moeten remmen omdat zo'n hond ineens oversteeft en daartoe ook de ruimte heeft! Voordat je de lijn, en dus eindelijk je hond, hebt binnengehaald is het leed al geschied.

Die lange lijn is zelden een succes. Niet voor de hond, niet voor de baas en niet voor je omgeving. Ik ga niet preken wat te doen, maar kijk gewoon naar de situatie. Reageer op je hond en houd de lijn kort. Als ik iemand aan zie komen met een lange lijn, loop ik een extra rondje. Is de hond ook weer blij.... Zo, dat is er uit.

Merkbaar de beste

SMITS VAN REE
MEUBELSTOFFEERDERIJ

www.smits-vanree.nl



Floresstraat 1, Tilburg | T 013 513 23 45 | E info@smits-vanree.nl

"De nieuwe tv-wand geeft een prachtig opgeruimd beeld. Weer helemaal verliefd op onze woonkamer."
Fam. de Ridder

KLUS VOOR KO

Klussen als renovaties,
vloeren leggen, horren,
interieurbouw en meer...

klusvoorko.nl

In de omgeving Oisterwijk, Moergestel en omstreken

Te huur/gevraagd

In Zeeland pal aan de Oosterschelde met strand, een comfortabel ingerichte vrijstaande recreatievilla voor acht personen met sauna, twee badkamers en vier slaapkamers. Parkeerplaatsen aan huis, ruime kindvriendelijke tuin op het zuiden met terras, tuinhuis en fietsen. Ook voor weekend en midweek. Gratis wifi. Geen huisdieren. Tel. 06-44830022. E mail: toostimmermans66@gmail.com

Gevraagd: oude bromfietsen, jukebox, elektrische fiets, flipperkast, buitenboordmotor, boot, oude benzinepomp, automaten snoep en drank, singeltjes voor de jukebox. Tel. 06-46331823.

Nu ook actief in Oisterwijk



Thuiszorg Alzorg



Thuiszorg



Dementie



Particuliere Zorg



Rechterstraat 6b | Boxtel
06-22845681 | 085-5000130
info@thuiszorgalzorg.nl
www.thuiszorgalzorg.nl



robben**groene**energie

INNOVATIEVE THUSBATTERIJ-OPLOSSINGEN VOOR IEDEREEN!

Optimaliseer je energieopslag zonder de huidige zonnepaneelomvormer te vervangen

Betaalbare Thuisbatterijpakketten van Robben Groene Energie! Naadloos compatibel met je bestaande zonnepaneelsysteem. Perfect voor elk huishouden of bedrijf.

Profiteer van lagere energiekosten en verhoog je onafhankelijkheid!



Moergestelseweg 3 - Haghorst - T. 013 2400048 - www.robbenenergie.nl



Door Tim van Strijdhoven
Robben Groene Energie

De energiewereld staat niet stil. Wij hebben een aantal nieuwsberichten verzameld waar jullie als lezer waarschijnlijk iets aan hebben, of waar we onderweg veel vragen over krijgen.

De draaischijfmeter gaat écht verdwijnen

De vertrouwde meter met het draaiende schijfje heeft zijn beste tijd gehad. Vanaf 1 januari 2026 geldt een wettelijke plicht om analoge meters te laten vervangen door een digitale of slimme meter. Je kunt zelf kiezen of je nieuwe meter 'slim' is (op afstand uitleesbaar) of niet; in alle gevallen wordt de analoge meter vervangen. Dit is vooral handig voor zonnepaneelbezitters, want zo wordt zowel verbruik als teruglevering netjes geregistreerd. Kies je voor een slimme meter, dan kan dit bovendien voordelig uitpakken. In sommige gevallen kan zo'n meter namelijk worden gekoppeld aan een laadpaal of thuisbatterij, waardoor je apparaten automatisch aangestuurd worden op de meest gunstige momenten.

Steeds meer uren met negatieve stroomprijzen

Op zonnige of windige dagen is er soms zoveel aanbod dat de prijs kort onder nul duikt. Onderzoek verwacht dat het aantal uren met negatieve stroomprijzen richting 2030 kan verdubbelen. Dit biedt kansen: laad je auto, zet je boiler of warmtepomp aan wanneer de prijs laag of negatief is, of sla goedkope stroom op met een slimme thuisbatterij.

Salderen: nog tot en met 2026, daarna verandert het

De salderingsregeling blijft bestaan tot en met 31 december 2026. In 2026 pakt salderen zelfs een tikje gunstiger uit dan eerder voorzien, omdat de energiebelasting op stroom minder snel daalt. Vanaf 1 januari 2027 stopt de salderingsregeling en ontvang je alleen nog een terugleververgoeding van je energieleverancier. Hoe hoog die vergoeding precies zal zijn, is helaas nog niet bekend.

Doe de meter-wissel!				
	Analoge meter	Digitale meter	Slimme meter	
		GEEN VERBODING MOGELIJK	VERBODING UIT	VERBODING AAN
Normaal- en dalrtarif	×	×	✓	✓
Inzicht in teruglevering zonne-energie	×	✓	✓	✓
Maandelijks gebruiksoverzicht	×	×	×	✓
Automatisch doorgeven meterstanden	×	×	×	✓
Automatische updates/storingsmelding	×	×	✓	✓
Dynamisch contract	×	×	×	✓

Tip: vergroot je eigen verbruik (bijvoorbeeld door te wassen, drogen of je auto te laden overdag of bij lage prijzen), zodat je minder afhankelijk bent van de vergoeding na 2026.

Iets lagere energiebelasting in 2026

Goed om te weten: in 2026 gaat de energiebelasting op elektriciteit omlaag. Dat gebeurt onder meer via een hogere vaste belastingvermindering op de energierekening. Hierdoor wordt stroomgebruik, en dus ook het overstappen op elektrische oplossingen zoals verwarmen, koken en rijden, net wat aantrekkelijker.

Extra steun voor verduurzaming in 2025

Naast veranderingen in meters, salderen en energiebelasting is er goed nieuws voor wie wil investeren in verduurzaming van de woning. Het kabinet stelt in 2025 ruim 509 miljoen euro subsidie beschikbaar via de ISDE-regeling. Deze regeling ondersteunt maatregelen zoals isolatie, de aanschaf van (hybride) warmtepompen en zonneboilers.

Bronnen

Rijksinspectie Digitale Infrastructuur (RDI): wettelijke plicht digitale of slimme meter per 1 januari 2026

Aurora Energy Research via Solar Magazine: uren met negatieve stroomprijzen kunnen richting 2030 verdubbelen

Rijksoverheid: salderingsregeling loopt tot en met 2026, stopt per 2027

Solar Magazine: in 2026 nét iets meer salderen door minder snelle daling energiebelasting

Deloitte (Belastingplan 2026): verlaging lasten op elektriciteit o.a. via hogere belastingvermindering

Solar Magazine – "Komend jaar 509 miljoen euro subsidie voor isolatie, warmtepompen en zonneboilers"

Gedicht

Date

Kerkwerf daar woonde ze.
Aan het einde van de regenboog,
dat mailde ze en ook dat ze niet
kon wachten.
De tijd die vloog.

Ik belde haar mobiel
en vroeg;
‘Waarom zo’n haast?’
De arme ziel, haar antwoord duurde maar:
Een half uur later
wist ik het,
deze date dat wordt een flater.

Zij had o.a. een gave die haar zeer
verblijdde.
Ze werkte samen met engelen
aan gene zijde.
En ik, ik had geluk
met mijn geboortedatum elf, elf kon ik niet
stuk.

Zo hoog spiritueel, was zij ook zelf, haar
vorige relaties, haar kinderen en haar
aangenomen kind,
haar vele vrienden en vriendinnen, haar
hondjes en de kat.

Je kan het niet verzinnen,
operaties, allergieën,
ze had het allemaal gehad
en kregen haar niet op de knieën.

Na het gesprek kon ik alleen maar
knielen;
Lieve heer aan gene zijde, wat zijn
er aan deze kant,
toch een hoop arme zielen

Coste

2025

Oisterwijk

Henk Baars
HILVARENBEEK

BIKE
SPORTS

Diessenseweg 45
013-5042379
Ma-di-do-vrij: 9.00-18.00 uur
Za. 9.00-16.00 uur
Koopavond op afspraak



MEGA SALE!

Op voorraad fietsen*

*Vraag naar de voorwaarden

Cube-Kalkhoff-Gazelle-Flyer-Trek-Santos-Sensa

WEBSHOP 

HENKBAARS.NL



Elektrische fietsmotor van Bosch



Door Henk Baars
Henk Baars Bike Sports

Deze keer de uitleg over een elektrische fietsmotor van Bosch. Bosch is een zeer betrouwbare motor die weinig onderhoud vraagt. Bosch heeft een goede reputatie qua duurzaamheid van de motor en via dealers een goed onderhoudsprogramma voor een lange levensduur. Deze middenmotor zit in de trapas, dus het zwaartepunt van de fiets is beter verdeeld. Dat zorgt voor stabielere en veiliger stuurgedrag en een natuurlijker gevoel tijdens het fietsen. Er zijn diverse soorten naar kracht en toepassing. Van rustig tour en stadsgebruik tot een sterke mountainbike of vrachtlaster motor. Het geluid of stilte van de motor hangt uiteraard af van de sterkte van de motor.

Bosch biedt niet alleen de motor, maar het hele eBike systeem, motor + accu + display + regelsoftware + apps (Flow / Smart System) wat zorgt voor betere afstemming, updates, navigatie, diefstalbeveiliging, extra features et cetera. En een goede service en slijtage vervanging onderdelen programma achteraf. Voor jarenlang fietsplezier. En tevens uiteindelijk veel minder kosten naar gelang de jaren verstrijken.

De verschillende typen motoren: t/m 25 km per uur snelheid

Active Line met ca. 40 Nm kracht, ontworpen voor rustig en comfortabel rijden; ondersteuning tot ca. 250 procent van je trapvermogen. comfortabel woon-werkverkeer en Stadsgebruik, vlak terrein, lange en korte afstanden, zeer zuinig in gebruik voor de accu. Vaak geplaatst bij een goedkopere prijsklasse van een elektrische fiets.

Active Line Plus met iets meer koppelkracht (ca. 50 Nm); betere ondersteuning, voor de langere afstanden vooral op vlak of licht glooiend terrein. Toch nog een stillere motor. Zeer zuinig in gebruik voor de accu. Met 500 Watt kan je over de 100 km fietsen. Toerfietsers, woon-werkverkeer.

Net iets krachtiger bij lichte hellingen. Wie iets steilere hellingen tegenkomt of wat zwaardere bagage meeneemt, maar geen extreem krachtige motor nodig heeft. Hij is dus al voldoende om in Limburg mee te kunnen fietsen.

Performance Line ca. 75 Nm kracht, met zeer goede ondersteuning (onder andere hoger percentage versterking van trapvermogen, snelle respons). Toerfietsers, forensen, gevarieerd terrein: heuvels, langere afstanden, of voor wie zelf erg weinig trapkrachtvermogen heeft. Vanaf deze motor word een ijzer tandwiel gebruikt omdat deze motor krachtiger is, wat ook meer geluidsrespons oplevert. Vaak gekozen in combinatie met een accu vanaf 625 watt.

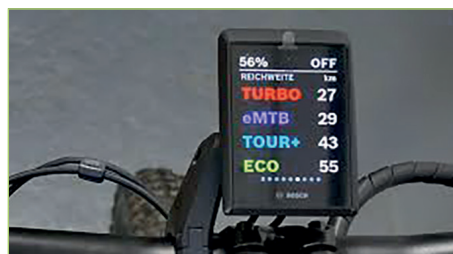
Performance Line CX 85 tot 100 Nm hoge ondersteuning tot meer dan 300-340 procent trapvermogen. Speciaal gericht op sportief gebruik, mountainbikes, steilere hellingen. Wie sterker wil rijden, zwaardere belasting, steile hellingen, ruig terrein, fietsvakantie met bekapping, mountainbike gebruik. Door de hogere kracht verbruikt deze dan ook meer accu. Kies voor een grotere 750-800 watt accu voor een goede reikwijdte.

Cargo Line 85 Nw, met een zeer hoog koppel, voor gemakkelijk opstarten. speciaal ontworpen voor zware belasting / lading: bakfietsen, transport, longtail fietsen et cetera. Zwaar beladen gebruik, route met vaak veel start-stop met zwaar gewicht.

Daarnaast is er ook een speciale speedline motor geschikt voor de snellere E-bikes die 45 km per uur mogen rijden. Maar wel met kentekenplaat en bromfiets/auto rijbewijs.

Proefrit maken!

Vind u het moeilijk om te kiezen wat bij u past, maak dan eens een korte of langere proefrit op een testfiets met de verschillende motoren. U kunt deze reserveren voor een hele dag. Ik wens u veel fietsplezier toe!



Wie fietst er niet?

Guus Lombarts

"Ik vind het altijd leuk de ontwikkelingen in de wereld te volgen"



Door Margriet Liefink
Foto: Man met Camera

Guus Lombarts en zijn partner Kiki zijn kortgeleden de trotse ouders geworden van baby Lieve. Ook broertje Floris is erg blij met zijn kleine zusje. Naast twee kindjes hebben Guus en Kiki ook nog twee honden, waarmee veel gewandeld wordt in de mooie omgeving van hun woonplaats Oisterwijk.

Stamboom

Guus werd geboren in Tilburg, maar groeide op in Berkel-Enschot. In zijn studententijd hield hij als bijbaantje tuinen bij. Dat begon voor een ouder dametje dat in de buurt van zijn ouders woonde. "Andere mensen zagen dat ik het best netjes deed. Ze vroegen me ook, en zo bouwde ik een adressenlijst op van mensen voor wie ik de heg knipte, het gas maaide, et cetera. Ik vond dat leuker dan vakken vullen." Hij studeerde internationaal recht in Maastricht, Tilburg en Buenos Aires. "Als extra taal heb ik Spaans gedaan. Ik had naar Barcelona kunnen gaan, dat is een leuke stad. Maar dat vond ik niet zo spannend. En mijn broer woonde toen al in Brazilië, dus ik kon hem opzoeken. Het is heel goed bevallen." Hij werkt als jurist bij de Rijksoverheid, een uitdagende baan. Eerder had hij een andere baan bij dezelfde werkgever, maar omdat hij daar veel minder voldoening uithaalde besloot hij van functie te veranderen. "En daar heb ik geen moment spijt van gehad." Guus en Kiki woonden een aantal jaren in Tilburg. Maar ze gingen maar zelden naar het centrum, dus toen Kiki zwanger werd besloten ze te verhuizen naar een kleinere plaats. En de bossen en vennen van Oisterwijk gaven de doorslag. "Mijn vader heeft onze stamboom uitgezocht: de naam Lombarts komt zeshonderd jaar geleden al voor op het Kerkplein hier. En nu wonen wij er dus weer!"

De hardcore variant

Sinds zijn achtste heeft Guus diabetes type I. Dat werd ontdekt toen hij van een heel energiek kind veranderde in een futloos jongetje, dat ook veel gewicht verloor. "Type I is echt de hardcore variant, je produceert dan niet of nauwelijks insuline. Ik injecteer mezelf viermaal per dag. Je moet zorgen dat er geen pieken naar beneden of naar boven komen, de zogeheten hypo's of hypers. Dat gaat over het algemeen goed, al krijg ik soms na het sporten laat in de nacht nog een lager suikergehalte, waardoor ik iets moet eten of drinken." Hij heeft een sensor op zijn arm, zodat hij niet alleen de hoeveelheid glucose van dat moment kan zien, maar ook of er een dalende dan wel stijgende lijn is. Indien nodig kan daar dan op geanticipeerd worden. Mogelijk is er een verband tussen de suikerziekte en een acute reuma ontsteking aan zijn knie op zijn vierde. "Van de een op de andere dag kon ik niet meer lopen, omdat ik zo'n pijn aan m'n knie had. Het is eigenlijk een auto-immuun reactie, dus je

lichaam keert zich tegen zichzelf. Misschien heeft dat mijn alvleesklier aangetast, maar dat staat niet vast.” Gelukkig was de reuma niet chronisch.

Subway Art

Guus omschrijft zichzelf als iemand die zowel een denker als een doener is. Zijn hobby's zijn hockeyen en mountainbiken. En hij is creatief. “Veel mensen in mijn familie houden zich bezig met kunst. Mijn grootvader was een goede pianist, mijn grootmoeder deed aan beeldhouwen en schilderen. Een instrument bespelen is niet aan mij besteed, maar ik luister heel graag naar muziek, allerlei genres, van Chopin tot Xzibit.” In zijn jeugd kreeg Guus tekenles van Jeannette van der Aa in Heukelom. Bij haar leerde hij werken met potlood, houtskool, olieverf en ook aquarelleren. Hij heeft muurschilderingen bij mensen thuis gemaakt, en de geboortekaartjes van Floris, Lieve en een ander kindje in de familie heeft hij zelf ontworpen. Maar wat hem het meest aanspreekt is de graffiti stijl. Als jong kind bekeek hij het boek ‘Subway Art’ bij een neef thuis en dat sloeg in als een bom. “Ik ging alles bekijken, langs het spoor en in viaducten, en thuis op kladblokken oefenen. In Tilburg mocht je bij de Hall of Fame de muren ‘beklieden’. Dat deden mijn vrienden en ik maar al te graag. Op onze middelbare school mochten we in het laatste jaar op de muren van een noodlokaal ook onze gang gaan. We hebben toen iets gemaakt dat alle leerlingen verbond, namelijk de eindexamenreizen. Het werd een skyline waarin Rome, Venetië, Barcelona, Griekenland en de skireis in de bergen samenkwamen. Hartstikke leuk om te doen.” Minder leuk was de HALT straf die hij op zijn veertiende kreeg. Samen met vrienden had hij in Loon op Zand een muurtje ‘beklad’. “De politie noemde het ‘vernieling’, terwijl wij juist iets moois wilden creëren. Het was ook niet de muur van een huis of een bedrijf, maar ergens op gemeenteground bij een paadje. Toen was ik er niet trots op en mijn ouders waren er uiteraard ook niet blij mee, maar achteraf gezien leer je er ook weer van. Als onderdeel van die straf moesten we in een garage in een soort schacht onder de autobrug, die helemaal betegeld was, de roetzwarte tegels poetsen. Dat was wel een bijzonder klusje. Uiteindelijk zagen ze er weer blinkend wit uit.”

Waardevol

Gevraagd naar een positieve eigenschap van zichzelf zegt Guus: “Ik ben geen zwart-wit denker. Ik kan goed relativeren en zoek altijd de nuance. Omdat de wereld nou eenmaal niet zwart-wit is.” Medemenselijkheid is heel waardevol in zijn ogen. Respect in de omgang met de ander. “Hoe afgezaagd dat ook moge klinken.” Wat de toekomst betreft hoopt hij zijn kinderen te zien opgroeien tot mooie, volwassen, eigen personen. “Ik geniet van m'n gezin, het samenzijn, ook met de familie. Dat je alle mooie, maar ook moeilijke kanten van het leven samen kunt beleven.”



Op de koffie bij...



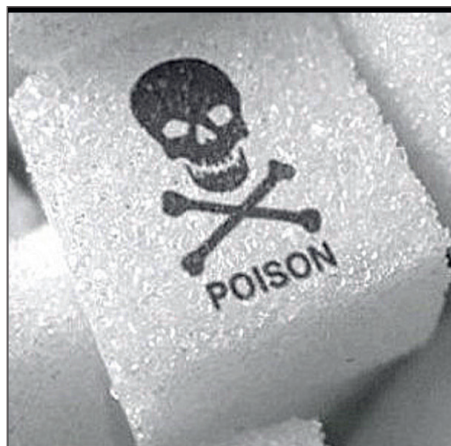
Door Petra Coppens
PTherapie

Wat is insulineresistentie en wat zijn de gevaren ervan?

Insuline is een hormoon dat gemaakt wordt in de alveesklier. Bij een verminderd vermogen van insuline om bij normale concentraties effectief te functioneren spreken we van insulineresistentie.

Wat er dan gebeurt is dat, ondanks voldoende insuline, de suikers niet meer vanuit het bloed de cel in kunnen worden gebracht. Insuline is simpel gezegd de sleutel die dat mogelijk maakt, maar in het geval van insulineresistentie weigert de cel zich te openen om suikers binnen te laten, omdat hij al te vol zit met suikers en/of vetten.

Omdat hoge suikerconcentraties in de bloedbaan levensgevaarlijk zijn, blijft de pancreas grote hoeveelheden insuline maken waardoor het uiteindelijk wél lukt. Maar ondertussen ondermijnt de te hoge insuline belangrijke processen in elke lichaamscel waardoor je gezondheid langzaam en ongemerkt achteruit gaat. Het gevaar van veel insuline in je bloed is dat het een trigger is voor heel veel chronische aandoeningen. De bekendste zijn diabetes types 2 en hart- en vaatziekten, maar het is volgens wetenschappelijke studies ook betrokken bij PCOS, jicht, erectiestoornissen, mannelijke kaalheid en alopecia areata, goedaardige prostaatvergroting, bijziendheid, skintags, Alzheimer en andere cognitieve stoornissen.



WARNING

Wat zijn de symptomen?

Extra buikvet, skintags (vooral onder de oksels), altijd honger, vaak dorst, gewrichtspijn, moeilijk van vooral zoete dingen af kunnen blijven, gewichtstoename, prikkelbaar als je niet op tijd kunt eten, vaak plassen, futloos, dips in je energie, PCOS.

Bij mensen met een goede insulinegevoeligheid stijgen de insulinespiegels tijdens en na de maaltijd, vooral na koolhydraatrijke maaltijden. Deze spiegels dalen weer naar de basislijn tussen maaltijden en 's nachts. Bij inmiddels meer dan de helft van de wereldbevolking blijft de insuline hoog als gevolg van insulineresistentie. Dit komt ook steeds vaker voor bij kinderen.

De grootste boosdoener bij deze situatie zijn koolhydraten die uiteindelijk allemaal worden afgebroken tot suikers en alle producten waar koolhydraten in zijn verwerkt. Dat betekent dus niet alleen gebak, snoep en alles waarvan iedereen weet dat het veel suikers bevat, maar ook zo goed als alle bewerkte voeding. Vooral bij light producten is het goed om op je hoede te zijn; daarin zijn vetten vervangen door suikers en/of chemische zoetstoffen. Lees dus altijd goed de ingrediëntenlijsten op producten en kijk welke verschillende suikers erin

zijn verwerkt en hoeveel. Zelfs aan vleeswaren worden suikers toegevoegd! We zijn sinds de jaren 50 bang gemaakt voor vetten, maar juist suikers zijn de boosdoeners. Die geven ontstekingen en worden omgezet in vetten, zeker bij te weinig beweging.

Vooral fructosestroop en varianten daarvan zijn al in kleine hoeveelheden schadelijk voor het lichaam. Omdat in bijna alle bewerkte producten deze suikers zitten is het gezonder om alleen onbewerkte echte voeding te eten zoals groenten, fruit, eieren, vlees, vis, noten, zaden en peulvruchten.

Als je echt gemotiveerd bent kun je overwegen om ketogene te gaan eten; dan eet je maximaal 30-50 gram koolhydraten per dag, waarvan veel mensen enorm opknappen. Het laat zowel insulineresistentie als diabetes verdwijnen, maar mensen zien ook verbetering in veel andere klachten. Volgende keer meer hierover.

Natuurlijk gezond

Barend Meihuizen



Door Anita van Dooren

Impact op de wereld door zijn passie voor natuur

Alles waar Barend Meihuizen (24) audiovisueel specialist van beroep, zich mee bezighoudt ademt groen uit. Daarnaast is hij 'groen opgevoed', in zijn vrije tijd vaak in de natuur en hij houdt ervan om wat aan te klooien in de tuin. Niet zo gek dus dat hij op zoek ging naar een kans om naast zijn werk als filmmaker wat meer in de natuur bezig te zijn en daar impact op te hebben. Toen hij hoorde dat er een regio coördinator werd gezocht voor 'Meer Bomen Nu', greep hij zijn kans.

Aan de vooravond van een verre reis naar Nieuw-Zeeland maakt de twintiger, die overigens voornemens is daar zijn vriendin te verrassen met een huwelijksaanzoek, tijd voor een interview. Vanuit een horecagelegenheid in Oisterwijk achter een nul.nul vertelt hij: "Ik heb de filmopleiding gedaan op het Sint Lucas in Eindhoven. Vijf jaar geleden studeerde ik af. De afgelopen jaren heb ik me vooral beziggehouden met commercieel werk. Mijn ouders zijn echt natuurmensen. Beiden volgden ze de bosbouwopleiding Larenstein in Velp. Het ligt in mijn roots dat ik ook iets in die richting wil. Ik was al een tijdje op zoek naar een maatschappelijk project waar ik iets kon betekenen voor de wereld."

Groentraineeship

"Vorig jaar volgde ik een groentraineeship dat werd georganiseerd door IVN, Natuurmonumenten en Brabants Landschap. We kwamen wekelijks met een groep jongeren tussen de zestien en dertig jaar samen. Ik leerde de wereld van groenbeheer en vrijwilligersgroepen kennen. Zo leerde ik dat vrijwilligerswerk heel inspirerend is en het beroep boswachter minder interessant is dan je zou denken. We organiseerden tijdens dat groentraineeship een 'Nature Impact Day' om jong volwassenen te bereiken. Er kwamen veertig deelnemers. We maakten insect-hotels, maakten een boswandeling en aten gezamenlijk. Voor de helft van het traineeship waren we zelf aan het leren in plaats van organiseren, en werkten we mee met vrijwilligersgroepen in de natuur. We verwijderden exoten op de Kampina en in de Loonse en Drunense Duinen. Daarnaast werkten we mee aan de aanplant van een voedselbos. We kregen als opdracht om vijfhonderd berkjes en wilgen te planten. Ik dacht: 'waar komen al die bomen vandaan? Die zijn normaal mega duur.' Toen ik hoorde dat ze via 'Meer Bomen Nu' kwamen en dat deze elders als kansloze zaailingen werden geoogst omdat ze verwijderd moesten worden en nu door ons herplant werden om op te mogen groeien, vond ik dat kei vet en reuze interessant."

Aanzoek

Een paar maanden later reageerde Barend op de functie van Regiocoördinator omgeving Tilburg bij MeerBomen.nu. "Ik wil graag die coördinerende rol oppakken. Ik ben aan het netwerken. Zo heb ik een lijstje met goede ideeën >>>



WARNING

Wil je weten welke voeding voor jou werkt om je beter te voelen en gezond(er) te zijn?

Ik help je graag met vakkundig en persoonlijk advies.



Therapie

ORTHOMOLECULAIR VOEDINGSADVIES & THERAPIE

SPORT/ONTSPANNINGSMASSES • MANUELE LYMFEDRAINAGE

SPORT & BEWEGADVIES • SPORTVASTEN • PHYSIOKEY THERAPIE

DARMTHERAPIE



Vergoeding van behandelingen mogelijk

P-THERAPIE • NATUURGENEESKUNDIGE PRAKTIJK

ALMYSTRAAT 26, OISTERWIJK • T 06 104 56 173 • WWW.PTHERAPIE.NL

waar ik op termijn iets mee kan doen. Morgen vertrek ik eerst met mijn vriendin voor een maand naar Nieuw-Zeeland. We gaan een rondreis maken. We huren een auto, gaan kamperen en veel wandelen in de natuur. De ring voor het aanzoek heb ik netjes in mijn tas verstopt”, aldus Barend.

Ik dacht: ‘waar komen al die bomen vandaan?’

Zin om mee te helpen?

“Als ik terugkom heb ik nog een paar dagen voor mijn eerste evenement voor ‘Meer Bomen Nu’. Op 1 november gaan we op de Landelijke Natuurwerkdag, samen met de Natuurwerkgroep van IVN Oisterwijk en medewerkers en cliënten van Landpark Assisië, zwarte elzen, populieren, berken en wilgen oogsten uit het waterretentiegebied zodat deze later gratis herplant kunnen worden. Bij interesse in zaailingen of om gewoon lekker mee te helpen ze uit te steken kan men zich aanmelden. Ik heb er hartstikke veel zin in. Landpark Assisië is een instelling voor mensen met een verstandelijke beperking. We beginnen die dag om 09.00 uur en verzamelen bij Parkeerplaats 1, Hazenpad, Biezenmortel. Mocht je mee willen doen denk dan aan laarzen of goed schoeisel.” Aanmelden kan via de website meerbomen.nu app of via de website. Meer vragen? tilburg@meerbomen.nu.



Meer bomen met Barend


Bloemen en Groen
STYLING

Uw bloemenspecialzaak met passie en vakmanschap!

SCHOOLSTRAAT 3, MOERGESTEL 013-513 36 12

WWW.BLOEMENGROENSTYLING.NL



Seizoenswisseling...

De herfst hangt nu echt in de lucht: De atmosfeer verandert, het wordt vochtiger, er is dauw op het gras, de paddenstoelen springen uit de grond, je ruikt de aardse geur en er hangen heel veel spinnenwebben op vaak onverwachte plekken. Het is herfst. Heerlijk!



Door Koen Swinkels
Bloem en Groen Styling

Geniet van dit prachtige seizoen. Trek eropuit. Haal de herfst naar binnen, je kunt er volop en lang van genieten. De meest prachtige producten zijn beschikbaar. Het is de oogst van de zomer, en daar kunnen we nu van profiteren. Bottels, bessen en grassen geven je interieur dat echte herfsttintje. Haal buiten naar binnen. Heerlijk toch?



Bloemsierkunst

**STA-OP FAUTEUIL
AL VANAF**

€797



DE GROOTSTE COLLECTIE VAN DE REGIO

GRATIS THUISBEZORGING

Eenvoudig te bedienen sta-op fauteuil
in diverse materialen en kleuren

KREITENMOLENSTRAAT 107 • UDENHOUT • TEL: 013-5113650

WWW.MOLENAARMEUBELN.NL

Openingstijden: maandag van 13.00 -17.00 uur en dinsdag t/m zaterdag: 10.00-17.00 uur

Dovemansoren

Kan ik mijn hoortoestellen dragen in een fikse regenbui?

De herfst is weer begonnen! De bomen kleuren goud, de lucht ruikt fris, en de regen lijkt soms met bakken uit de hemel te vallen. Fijn om lekker buiten te wandelen - maar wat als je hoortoestellen draagt? Kun je ze gewoon ophouden in de regen, of is dat vragen om problemen?



Door Wendy van Genechten - Renders
Hoorspecialist Oirschot

Laten we eerlijk zijn: de meeste moderne hoortoestellen kunnen best wat hebben. Ze zijn tegenwoordig goed bestand tegen een spatje water of wat zweet. Fabrikanten geven vaak een IP-classificatie aan die laat zien hoe goed het toestel beschermd is tegen stof en vocht. Maar - en dat is een belangrijke maar - hoortoestellen zijn niet volledig waterdicht. Dus in een fikse herfstbui kun je ze beter een beetje beschermen.

Wat kun je doen bij regen?

Een beetje motregen is meestal geen ramp. Draag je een capuchon, hoed of paraplu, dan is dat vaak al genoeg om je hoortoestellen droog te houden. Wordt het echt nat, dan kun je ze even uitdoen en in een droog en veilig doosje bewaren tot de bui voorbij is. En mocht je onverhoopt tóch door de regen zijn overvallen: geen paniek. Dan komt de droogdoos goed van pas!

Waarom een droogdoos zo handig is

Een droogdoos is eigenlijk een kleine spa-behandeling voor je hoortoestellen. 's Avonds leg je je toestellen erin, en de droogdoos verwijdert al het vocht dat zich heeft opgehoopt - of dat nu komt door regen, zweet of condens. Dat is belangrijk, want vocht kan:

- het geluid dempen of vervormen
- batterijen aantasten of sneller leegtrekken
- en op de lange termijn zelfs schade aan de elektronica veroorzaken

Met een droogdoos blijven je toestellen dus langer goed werken en gaan ze vaak ook langer mee. Bovendien is het een makkelijke gewoonte: hoortoestellen eruit, batterijklepje open (of accu eruit), in de droogdoos - en klaar. De volgende ochtend zijn ze fris en droog, klaar voor een nieuwe dag.

Kortom

Ja, je kunt je hoortoestellen gewoon dragen in de herfst, ook als het een beetje regent. Zolang je ze maar goed beschermt en zorgt dat ze 's avonds in de droogdoos gaan. Zo houd je ze in topconditie, wat voor weer het ook is.

**Maak nu
een afspraak
0499-831038**

Hoorspecialist Oirschot



Uw vakaudicien in de buurt



Ingang de poort, 1ste etage

**De Loop 38 C | Oirschot
0499-831038 | www.hoorspecialistoirschot.nl**

Man met Camera

de fotograaf voor foto's waar
je trots op kunt zijn



www.manmetcamera.nl | 0639697583

O' wat een mooi kunstgebit!



Uw glimlach verdient de beste zorg. Bij Kunstgebit Centrum Oisterwijk krijgt u een kunstgebit dat comfortabel zit en er natuurlijk uitziet. Óók inwoners uit Oirschot kiezen voor ons vanwege onze deskundigheid en nieuwste technieken. Zo bent u verzekerd van kwaliteit én een stralende lach. U bent van harte welkom in Oisterwijk.

We make your smile.



Scan de QR-code.



**KUNSTGEBIT
CENTRUM.NL**

kunstgebit klikgebit mondhygiëne

Spoorlaan 52, 5061 HB Oisterwijk 013 523 00 85
oisterwijk@kunstgebitcentrum.nl www.kunstgebitcentrum.nl



ELS UITVAARTZORG

AANDACHT EN STIJLVOL EERBETOON

Persoonlijke dienstverlening ongeacht
óf en waar u verzekerd bent

ELS BARNHOORN | 06 22 130 999



els@elsuitvaartzorg.nl | www.elsuitvaartzorg.nl

Een overlijden melden? Bel dag en nacht: 088 21 40 400

Is balsemen thuis mogelijk?



Door Els Barnhoorn
Els Uitvaartzorg

Zoals steeds vaker voorkomt, word ik uitgenodigd door een echtpaar op leeftijd. Mevrouw is ongeneeslijk ziek en heeft niet lang meer te leven. Zij willen samen met mij bekijken of hun wensen ingewilligd kunnen worden met betrekking tot de periode na overlijden en het afscheid.

Mijnheer geeft aan dat hij al lange tijd mantelzorger is voor mevrouw. Hij doet dat met alle liefde en het belangrijkste streven is dat hij er alles aan wil doen om zijn vrouw thuis te laten blijven. Dat is de wens van mevrouw en die wil hij graag vervullen.

Zijn wens is dat zijn vrouw ook na overlijden gewoon naast hem kan liggen, hij wil niet zo'n koeling met gebrom waarop de overledene koud wordt. Nee, hij wil graag dat mevrouw gebalsemd wordt waardoor haar lichaam de temperatuur van de omgeving aanneemt en dus niet zo koud wordt. Dat heeft hij gezien bij een opbaring van één van 'mijn' eerdere uitvaarten en dat vond hij veel aangenamer. Maar hij heeft ook begrepen dat de overledene uit huis gehaald moet worden om gebalsemd te kunnen worden. Dat het balsemen op een andere plek dan thuis dient te gebeuren en dat vindt hij ontzettend onprettig. Hij wil dat zijn vrouw echt thuis kan blijven tot de dag van het afscheid. Helaas moet ik hem vertellen dat thuis balsemen per 1 september 2025 niet meer is toegestaan.

Enkele weken later overlijdt mevrouw. Zij wordt even naar een locatie vervoerd waar het uitvoeren van de lichte balseming is toegestaan en direct erna weer naar huis gebracht. Vervolgens verzorg ik mevrouw samen met mijnheer, wij kleden haar in de door haar zelf gekozen kleding en mevrouw wordt in prachtig beddengoed op haar eigen bed gelegd. Zo kan mijnheer tot de dag van de uitvaart naast zijn eigen vrouw slapen, precies zoals hij het graag wilde.

Tijdens het nagesprek gaf mijnheer aan dat alle prima was verlopen en dat hij het eigenlijk niet anders had gewild. Hij vond het een belangrijke eerste stap in zijn rouwverwerking.



Lichte balseming, ook wel genoemd Thanatopraxie is een tijdelijke conservering van het lichaam na overlijden. De behandeling lijkt op nierdialyse, alleen wordt nu een balsemvloeistof ingebracht en verlaat het bloed het lichaam. Door een speciale vloeistof met onder andere kleurstof, water en een weinig formaldehyde, wordt ontbinding vertraagd en bacteriegroei geremd. De vloeistof verliest na verloop van dagen langzaam zijn werking, maar is meestal voldoende om de tijd tussen overlijden en het afscheid zijn werk te laten doen. Alle vloeistoffen zijn volledig biologisch afbreekbaar en vormen geen belasting voor het milieu. Let wel: helaas staan niet alle natuurbegraafplaatsen gebalsemde overledenen toe.

Voordelen:

- Natuurlijke uitstraling: De overledene behoudt een natuurlijke en verzorgde uitstraling
- Geen koeling nodig, dus geen gebrom en uit- en aanslaand apparaat: Het lichaam hoeft niet gekoeld te worden en kan thuis of in een rouwcentrum worden opgebaard
- Waardig afscheid: Het lichaam blijft in de meeste gevallen langer in een betere conditie, voor een prettig afscheid. Zeker ook, als nabestaanden pas later in de week afscheid kunnen nemen

Focus op

Advertorial
Door Jan Stael

Fashion Eyes Hilvarenbeek

Oogmode en oogzorg met een visie

Een bril koop je niet zomaar. Het is een hulpmiddel, een modeaccessoire én bovenal een investering in je gezondheid. Bij Fashion Eyes in Hilvarenbeek staat die laatste factor voorop: je hebt immers maar één paar ogen en daar moet je zorgvuldig mee omgaan.

“Natuurlijk volgen we de trends in de optiekwereld. Op beurzen zoals de BOLD Optical Fair, de grootste optiekbeurs in Nederland waar zich meer dan driehonderd fabrikanten presenteren, zien we nieuwe materialen als carbon, hout en hoogwaardig titanium. Die inspiratie nemen we mee, maar bij ons gaat het nooit alléén om uiterlijk. We kiezen bewust voor merken en leveranciers die kwaliteit en duurzaamheid hoog in het vaandel hebben”, vertelt eigenaar Rob van der Zalm. “Zo vind je in onze winkel monturen die niet massaal in lagelonenlanden worden geproduceerd, maar met zorg en vakmanschap zijn gemaakt. Onze overtuiging: een bril moet niet alleen mooi staan, maar ook lang meegaan en prettig dragen.”



Deskundigheid dichtbij huis

“Wat ons écht onderscheidt, is dat wij veel verder kijken dan het aanmeten van een bril of contactlenzen. Bij Fashion Eyes werken we met een team waarin deskundigheid en persoonlijke aandacht centraal staan. Ik ben zelf optometrist - een specialisme dat je niet in elk dorp tegenkomt - en dat maakt dat wij oogzorg van hoog niveau in Hilvarenbeek kunnen bieden. Onze medewerkers volgen regelmatig opleidingen en bijscholingen. Zo blijven we op de hoogte van de nieuwste technieken en inzichten. Bij Fashion Eyes kun je erop vertrouwen dat je altijd te maken hebt met vakmensen die weten waar ze over praten.”

Oogzorg die verder gaat

Rob: “Veel mensen denken bij een bezoek aan de opticien vooral aan een oogmeting. Maar bij Fashion Eyes gaat dat veel verder. We kijken niet alleen of je de letters op een bord kunt lezen, maar onderzoeken ook de gezondheid van je ogen. Een man die bijvoorbeeld last krijgt van beginnende staar, kan bij ons terecht voor een uitgebreid onderzoek. Natuurlijk kunnen we hem een nieuwe bril aanmeten, maar belangrijker is om te beoordelen of dat wel zinvol is. Zo houden we de vinger aan de pols en zorgen we dat problemen niet onnodig groter worden. Ook bij acute klachten is het verschil merkbaar. Zie je plotseling lichtflitsen? Dat kan wijzen op een scheurtje of loslating van het netvlies. Dankzij onze optometrische onderzoeken kunnen we zulke signalen tijdig herkennen en zorgen dat iemand snel de juiste behandeling krijgt.”

Hoogwaardige apparatuur

Om dit mogelijk te maken, hebben we in Hilvarenbeek de beschikking over geavanceerde apparatuur. Denk aan het OCT-apparaat, waarmee we alle lagen van het netvlies zichtbaar kunnen maken. Zo sporen we afwijkingen op die met het blote oog niet te zien zijn, zoals bij glaucoom of maculadegeneratie (slijtage van je netvlies). Optical Coherence Tomography is eigenlijk een echografie, maar dan met licht in

plaats van geluidsgolven. De lichtbundel weerkaatst tegen uw netvlies. Zo wordt bijvoorbeeld uw netvlies in gekleurde laagjes zichtbaar op het scherm. Een scheurtje of andere afwijking is zo snel te herkennen.

Daarnaast maken we gebruik van Fundusfotografie, waarbij de binnenkant van het oog in detail wordt vastgelegd. Daarmee kunnen we niet alleen afwijkingen vroegtijdig opsporen, maar soms zelfs aanwijzingen voor ziektes buiten het ooggebied ontdekken, zoals diabetes.

Specialistische oplossingen

Sommige mensen lopen jarenlang rond met klachten waarvoor ze geen oplossing konden vinden. Voor hen bieden wij specialistische lenzen, zoals de sclerale contactlens. Deze grotere lens rust niet op het gevoelige hoornvlies, maar op het oogwit. Dat zorgt voor een beschermende vochtlaag die droge en pijnlijke ogen kalmeert. Voor veel klanten betekent dit een enorme verbetering van hun dagelijks leven.

Efficiënt en dichtbij

Wist je dat je bij Fashion Eyes ook terecht kunt voor de oogkeuring bij het verlengen van je rijbewijs? Samen met de



medische keuring door de huisarts worden de gegevens rechtstreeks doorgestuurd naar het CBR. Geen lange wachttijden in het ziekenhuis, maar snel en efficiënt geregeld, gewoon in je eigen dorp.

Persoonlijke aandacht als kracht

Wat klanten vaak waarderen, is dat wij de tijd nemen. We luisteren naar je klachten, geven uitleg in begrijpelijke taal en zoeken samen naar de beste oplossing. Dat kan een modieuze montuur zijn, een specialistische lens of juist een doorverwijzing naar de oogarts. Die persoonlijke aandacht, gecombineerd met onze deskundigheid, maakt dat steeds meer huisartsen hun patiënten direct naar ons sturen.

Meer dan een bril

Fashion Eyes staat voor Oogmode én Oogzorg. De mode volgen we, maar nooit zonder de gezondheid uit het oog te verliezen. We maken bewuste keuzes in ons assortiment, investeren in apparatuur én in de kennis van ons team. Zo zorgen we dat iedereen in Hilvarenbeek en omgeving dichtbij huis terecht kan voor oogzorg van hoog niveau. Want één ding staat vast: een bril koop je misschien eens in de paar jaar, maar je ogen heb je elke dag nodig."

Wat doet een optometrist eigenlijk?

Een optometrist onderzoekt niet alleen de sterkte van je ogen, maar kijkt ook naar de gezondheid van het hele oog. Denk aan het meten van de oogdruk, het controleren van het netvlies en het opsporen van afwijkingen zoals glaucoom, staar of netvliesproblemen. Zo kan een optometrist oogziekten in een vroeg stadium ontdekken en je, als dat nodig is, direct doorverwijzen naar de oogarts. Het voordeel? Je hoeft niet onnodig lang te wachten, krijgt sneller duidelijkheid én de juiste zorg. Bij Fashion Eyes in Hilvarenbeek kun je gewoon in je eigen dorp terecht voor dit specialistische onderzoek. Je ogen regelmatig laten controleren is belangrijk, ook als je nog goed ziet. Een oogonderzoek is aan te raden als je:

- wazig of dubbel ziet
- last hebt van lichtflitsen of zwarte vlekjes
- vaak hoofdpijn of vermoeide ogen hebt
- droge, geïrriteerde of pijnlijke ogen ervaart
- ouder bent dan 40 of een familiegeschiedenis van oogziekten hebt

FASHION EYES

OOGMODE & OOGZORG



Door Lieve Roovers

De lat ligt laag

Als tiener beschouwde ik de politiek als een saaie ver van mijn bed show. Inmiddels heb ik al twee decennia wél interesse, omdat natuurlijk is gebleken dat de samenstelling van de regering op verschillende manieren invloed uitoefent op het leven van alle inwoners van Nederland. Toch zijn er een hoop mensen die zich afgekeerd hebben van Den Haag en zelfs niet meer stemmen bij de verkiezingen. Ik begrijp het sentiment - je moet de laatste jaren bijna onder een steen hebben geleefd om nog een snufje vertrouwen in de politiek te behouden; als je daarentegen hebt opgelet dan zakt de moed je in de schoenen, want het is met het huidige niveau echt heel erg moeilijk om tot een andere conclusie te komen dan dat alle politici graaiers, minkukels of een combinatie van beiden zijn - maar niet gaan stemmen: nee, dat snap ik dan weer niet. Dan geef je het kleine beetje zeggenschap wat je hebt over hoe en door wie ons land bestuurd wordt helemaal uit handen. Kijk, dat is mogelijk, hè. Je kunt begrip hebben voor een gevoel, maar tegelijkertijd geen begrip voor een daad die daaruit voortvloeit. Zo heb ik ook sympathie voor mensen die vinden dat de wereld een stuk beter af is zonder Charlie Kirk, maar keur ik de moord op hem volledig af. Maar dat allemaal even terzijde.

Als tiener beschouwde ik de politiek
als een saaie ver van mijn bed show

Zoals gezegd houdt de politiek me nog niet zo lang bezig. Daarom vraag ik me af: dat Nederlandse politici wetten, internationale afspraken en verdragen, uitspraken van rechters en nu zelfs de Grondwet naast zich neerleggen, dat ze dringend advies van hun eigen ambtenaren en desbetreffende deskundige instanties voortdurend naast zich neerleggen, dat de precieze gevolgen van wetsvoorstellen pas getoetst en duidelijk worden nadat een wet al aangenomen is, dat activistische bewegingen door de Tweede Kamer worden bestempeld als terroristische organisatie omdat Trump een soortgelijke wens heeft getweet, is dat een recente ontwikkeling? Ik vrees dat als het antwoord 'ja' is, dat ik dan een van die stomvervelende mensen zal worden die op den duur zal gaan beweren dat 'vroeger alles beter was'. Nou ja, op naar de stembus maar weer. Ik ben zo atheïstisch als de pest, maar ik doe toch een schietgebedje voor een middenkabinet. Bij voorkeur wil ik vooruit, maar ik ben al tevreden als we als land érgens naartoe gaan. De lat ligt laag.



**Wij staan met veel plezier elke dag
klaar voor u en uw huisdier.**

**Heeft u vragen, wilt u even
kennismaken, is het tijd voor de
jaarlijkse vaccinatie van uw huisdier
of heeft uw huisdier medische
hulp nodig?**

**Kom gerust langs of maak
een afspraak.**

Openingstijden

- Maandag t/m vrijdag 9.00-18.00 uur
- Zaterdag va 9.00-12.00 uur

Boxtelsebaan 15, Oisterwijk

013 - 590 22 28

info@dierenkliniektspoor.nl

www.dierenkliniektspoor.nl

Volg dierenkliniektSpoor op 

Wat zit er in de brokjes van mijn huisdier?



Door Monique Carton
Dierenkliniek 't Spoor

Weet u wat er in de brokjes van uw huisdier zit? Wellicht is het u vast wel opgevallen dat de ene brok beter verteerd wordt door uw huisdier dan de andere brok. Maar hoe kunt u het verschil zien?

Het etiket

Om te weten wat er precies in een voeding zit kijken we naar het etiket. Elke verpakking van een voeding moet voorzien zijn van een ingrediëntenlijst. Op deze lijst staat vermeld wat de ingrediënten van de voeding zijn. Het is verplicht om deze ingrediënten in volgorde te noteren. Van het eerste ingrediënt op de lijst zit er het meeste in, van het onderste ingrediënt op de lijst het minste.

Trucs met de ingrediëntenlijst

Daar worden overigens wel trucs mee uitgehaald. Wil een fabrikant dat het lijkt of 'vlees' het belangrijkste ingrediënt is, maar zitten er zitten er procentueel meer granen in?

Dan wil hij het niet als 'Granen 40%, Vlees 20%' noteren. Hij zou dan de granen kunnen uitsplitsen bijvoorbeeld 'Vlees 20%, Tarwe 10%, Gerst 10%, Sorghum 10%, Rogge 10%' en dan lijkt het alsof vlees het belangrijkste ingrediënt is.

Ook kan een fabrikant die een voeding heeft gemaakt op basis van bijvoorbeeld lam, heel groot op de voorkant van de verpakking zetten dat de voeding lam bevat. Maar op de ingrediëntenlijst zou kunnen staan: 'Lam 30%, Kip 20%, Eieren 15%, Gevogeltemeel 10%'. De voeding bevat dan inderdaad lam, maar het grootste gedeelte is kip, terwijl de voorkant van de verpakking anders doet vermoeden.



Moet een voeding altijd dezelfde ingrediënten bevatten?

In principe moet een voeding de ingrediënten bevatten die het beloofd. Maar hoe strikt is dat? Als een voeding 'gevogelte' bevat, dan is dat meestal kip. Want dat is het goedkoopste gevogelte. Maar als de kip een keer heel duur wordt?

Dan mag de fabrikant er een andere vogel in stoppen. Bevat een voeding 'Vlees en dierlijke bijproducten'. Dan kan het de ene keer kip zijn en de andere keer rund, of kip én rund. Of een ander dier of dieren. Meestal net wat er goedkoop te krijgen is. Is dat erg dan? Voor de meeste huisdieren is dat geen probleem. Maar voor een huisdier dat gevoelig is op een eiwit wel. Die kan het op een voeding goed doen en zich bij een nieuwe verpakking, opeens stuk minder goed voelen.

Wanneer is een voeding een goede voeding?

Als u huisdier de brokken graag eet, vrolijk is, energie heeft, niet overgeeft, stevige en het liefst weinig ontlasting heeft, de vacht er goed uitziet, hij heeft geen jeuk, hij laat geen windjes, heeft geen rommelende buik, niet aankomt of afvalt, niet opeens vreemde dingen gaat eten en de anaalklieren goed leegt dan is de voeding die hij eet voor hem een goede voeding.

Is het voor uw huisdier bij een van de bovenstaande dingen anders? Dan hoeft dat natuurlijk niet per se aan de voeding te liggen, maar dat kan wel. Probeer dan gerust eens een andere voeding. Het liefst met een andere eiwitbron. Kijk dan eerst naar de ingrediëntenlijst van de voeding die u nu geeft, zijn de belangrijkste ingrediënten kip, rund of bijvoorbeeld granen? Kies dan maar eens een voeding op basis van een ander dier of een vegetarische voeding. Lees wel goed de ingrediëntenlijst of er geen trucs zijn toegepast. En geef de nieuwe voeding een aantal weken de tijd om goed aan te slaan? Is uw dier ziek? Wacht dan niet af en laat controleren of er niets anders speelt.

Staat er geen ingrediëntenlijst op de verpakking van uw voeding? Vraag hem dan maar eens op bij de fabrikant. Het is altijd goed om te weten wat u uw huisdier geeft. Eet smakelijk!



Door Joost Maas
Veldsink De Lind
Adviesgroep

Wintersportverzekering: welke dekkingen heb je écht nodig?

De krakende sneeuw onder je ski's, de adrenaline van een goede afdaling en daarna ontspannen met een warme chocolademelk of een Weizenbiertje in de zon. Veel mensen kijken uit naar hun wintersportvakantie. Helaas gaat er ook wel eens iets mis.

Je hebt vaak dure materialen bij je en ondanks alle veiligheidsmaatregelen loop je over het algemeen meer risico. Van onverwachte medische kosten tot verloren uitrusting: een goede reisverzekering is essentieel voor een zorgeloze vakantie.

Is wintersport standaard gedekt in je reisverzekering?

Helaas niet. Voor wintersportactiviteiten, zoals skiën of snowboarden, is meestal een aanvullende dekking nodig. Zonder deze extra dekking worden kosten vaak niet vergoed.

Welke dekkingen zijn handig voor een wintersportverzekering?

Afhankelijk van je plannen op de piste, kun je verschillende aanvullende dekkingen overwegen.

1. Reddings- en vervoerskosten: Bij een ernstig ongeval op de piste kan een reddingshelikopter nodig zijn. Dit soort kosten worden vaak alleen gedekt door een wintersportdekking. Zo voorkom je dat je zelf de hoge kosten moet betalen.

2. Medische kosten: Een ongeluk zit in een klein hoekje. Basiszorgverzekeringen dekken medische kosten in het buitenland vaak maar tot het Nederlandse tarief. In wintersportlanden zoals Oostenrijk of Zwitserland kunnen de werkelijke kosten veel hoger uitvallen. De aanvullende dekking medische kosten zorgt ervoor dat je niet met onverwachte rekeningen blijft zitten.

3. Skilessen en skipassen: Ben je ziek of raak je geblesseerd tijdens je vakantie? Met de juiste dekking kun je de ongebruikte dagen van je skilessen of skipas vergoed krijgen.

4. Uitrusting: verlies, diefstal of schade: Wintersportuitrusting is prijzig. Of het nu gaat om je eigen spullen of gehuurd materiaal: een wintersportverzekering kan schade of diefstal vergoeden. Let op dat de vergoeding per verzekeraar kan verschillen: van € 250,- tot wel € 5.000,- per persoon.

5. Risicovolle activiteiten: Houd je van avontuur? Off-piste skiën zonder gids of ijsklimmen worden vaak niet standaard gedekt. Check vooraf of je voor dit soort activiteiten een extra dekking nodig hebt.

6. Langlaufen of wandelen: Goed nieuws voor langlaufers of wandelaars: vaak is de standaard reisverzekering voldoende. Toch is het slim om dit even te controleren bij je verzekeraar.

Vergeet je Europese zorgverzekeringspas niet

Ga je op wintersport in Europa? Neem je Europese zorgverzekeringspas (EHIC) mee. Hiermee hoef je rekeningen voor medische kosten niet zelf voor te schieten. De EHIC staat meestal op de achterkant van je zorgpas. Staat die er niet op? Vraag hem gratis aan bij je zorgverzekeraar.

Wintersport en aansprakelijkheid

Een ongeluk op de piste is zo gebeurd. Als je per ongeluk schade veroorzaakt bij anderen kan een aansprakelijkheidsverzekering uitkomst bieden. Onmisbaar bij sporten waar een botsing snel kan gebeuren.



Wat is een passende dekking voor jouw wintersportvakantie?

Het is verstandig om reisverzekeringen goed te vergelijken, aangezien de vergoedingen en voorwaarden per aanbieder sterk kunnen verschillen. Let vooral op zaken zoals medische kosten, schade aan of diefstal van je uitrusting en de keuze tussen Europa- of werelddekking.

Heb je vragen of twijfel je over welke dekking het beste bij jou past? We adviseren je graag over de beste reisverzekering voor jouw wintersportvakantie. En denk je ook aan een annuleringsverzekering? Sluit deze zo snel mogelijk af na het boeken van je reis. Verzekeraars hanteren namelijk een maximumtermijn van zeven dagen. Een zorgeloze vakantie begint namelijk met de zekerheid van een goede verzekering.

Farhad Khider Quasem



Door Margriet Liefink

"Onafhankelijk zijn is heel belangrijk voor mij"

Sinds augustus 2024 woont Farhad in Oisterwijk. Daarvóór woonde hij een paar jaar in Griekenland en Turkije. Al in zijn geboorteland Irak was hij begonnen om via YouTube filmpjes Engels te leren. Dit interview vindt dan ook plaats in het Engels, hoewel hij ook druk bezig is Nederlands te leren. Wonen in Oisterwijk bevalt hem zeer.

Zijn jeugd in Irak was een gelukkige tijd, totdat de oorlog uitbrak. Hij komt uit een gezin met nog twee broers en een zus. Zij wonen allemaal nog bij elkaar, hij is de enige die weggegaan is. Met een ironische glimlach: "Ik was 'the chosen one'. Ze wilden niet dat ik zou vertrekken, het was een heel emotionele periode, maar ik heb ze er toch van weten te overtuigen dat het beter voor mij was." Hij belt wel veel met z'n familie. Op de dag van vertrek ging hij in z'n eentje. Over de reis wil hij niet veel kwijt, alleen dat het geen pretje was. "Ik werd echt uit mijn comfortzone getrokken. Ook al woon je ergens waar de situatie nou niet bepaald ideaal voor je is, op het moment van afscheid ben je toch verdrietig, omdat je weet dat je waarschijnlijk nooit meer terug zult komen." Want ook als de politieke situatie in Irak sterk verbeterd zou zijn, wil hij niet meer terug. "Ik heb niet het gevoel dat ik daar echt mezelf kan zijn." Achteraf gezien is hij van mening dat het goed is voor een mens om uit je comfortzone te stappen, ook al is het soms angstaanjagend. "Ik ben niet bang, en dat vind ik een goede eigenschap. Want angst belemmert je vaak om de dingen te doen die je echt wilt." >>>





**Persoonlijk advies
in de buurt.**

*Joost
Veldsink - De Lind, Oisterwijk*

Burgemeester Verwielstraat 44, Oisterwijk | 013 - 52 33 100 | oisterwijk@veldsink.nl | veldsink.nl



Hypotheken | Verzekeringen | Pensioenen | Betalen en sparen | Geld lenen

Eigen baas

In Irak heeft Farhad zijn middelbare school niet afgemaakt, want al voordat hij afstudeerde verliet hij zijn land. Dat is nu vier jaar geleden. Zodra zijn kennis van het Nederlands op peil is, wil hij via het hbo Bedrijfskunde studeren. Zijn droom is een eigen zaak te hebben, en hij is ervan overtuigd dat dat gaat lukken. Sowieso is onafhankelijk zijn essentieel. Werken in loondienst is niets voor hem en het is niet voor niets dat hij zijn talen leert via YouTube in plaats van in een leraar-leerling situatie. Er goed uitzien vindt hij heel belangrijk, dus hij doet fanatiek aan bodybuilding. Verder houdt hij van paardrijden en zwemmen.

Life goes on

Farhad beschouwt zichzelf als een realist. "Ik leef niet in een soort droomwereld, maak mezelf niets wijs. Mijn levensmotto is: 'Life goes on'. Wát er ook gebeurt - mensen kunnen je verlaten of je verliest je baan - het leven gaat nou eenmaal doodleuk verder, daar doe je niets aan." Gevraagd naar wat hij waardevol vindt in zijn leven, zegt hij: "Mezelf blijven ontwikkelen, blijven groeien, elke maand verder zijn dan de maand ervoor. Tot nu toe lukt dat best goed."

DE UITSTRALING zoekt jou!

Word jij onze nieuwe correspondent?

Als je schrijven leuk vindt ben je van harte welkom

Beschik jij over een vlotte pen, ben je woonachtig in deze gemeente, wil je je eigen werktijden kunnen bepalen en verschillende mensen ontmoeten en hun verhalen omzetten naar een leuk artikel? Dan zijn wij op zoek naar jou!

Tegen een leuke vergoeding kun jij onze correspondent worden.

Interesse? Stuur een mail naar eenvlottepen@deuitstraling.nl met vermelding van jouw woonplaats en we nemen spoedig contact met je op.



DOKTERDEIBEI



Neem de tijd voor een vrijblijvend kennismakingsconsult: want de mooiste resultaten beginnen met een goed gesprek.

Voor echt persoonlijke aandacht ben je hier op het goede adres

De juiste kliniek kiezen: waar gevoel belangrijker is dan grandeur



Door Dionne Deibel
Dokter Deibel

Het kiezen van een kliniek voor een cosmetische behandeling is tegenwoordig bijna net zo lastig als het kiezen van de behandeling zelf. De ene belooft 'Hollywood-resultaten', de andere adverteert met spectaculaire voor-en-na foto's. Maar wat bepaalt nu echt of je de juiste plek hebt gevonden? Spoiler: het is zelden de glanzende wachtruimte of het aantal volgers op Instagram.

1. Kijk verder dan het merk - kijk naar de mens

Een goed resultaat begint niet bij het merk filler of het type naald, maar bij de arts die luistert. In een markt met veel ketens waar snelheid en volume soms de norm zijn, is een persoonlijke benadering essentieel. Een eenmanspraktijk biedt vaak die rust: één arts die je gezicht kent, je verwachtingen begrijpt en de tijd neemt om eerlijk te adviseren, ook als dat advies betekent dat er beter níet behandeld kan worden.

2. Let op ervaring én visie

Een arts die gespecialiseerd is in injectables kijkt verder dan de rimpel. Hij of zij beoordeelt de balans van het hele gezicht, de huidkwaliteit en het natuurlijke verouderingsproces. Ervaring met de producten, van fillers tot collageenstimulerende middelen zoals Sculptra is belangrijk, maar visie is onmisbaar. Het doel is immers niet om iets te veranderen, maar om jouw eigen uitstraling te behouden. We gaan voor frisser, niet anders.

3. De sfeer zegt veel

Een kliniek waar je op je gemak bent, waar het licht warm is en de geur niet aan een ziekenhuis doet denken, zegt meer dan het meest flitsende meubilair. Schoonheid is iets persoonlijks; je moet je kwetsbaar durven opstellen. Dat kan alleen in een omgeving die veilig en vertrouwd voelt.

4. Vraag naar eerlijkheid

Een goede arts verkoopt geen milliliters, maar resultaten. Transparantie over wat een behandeling kan (en niet kan) is een teken van professionaliteit. Laat je niet verleiden door spectaculaire beloftes of korting per spuit, een zorgvuldige aanpak levert op lange termijn de mooiste én veiligste resultaten.

5. Vertrouw op je gevoel

Na het intakegesprek weet je het meestal al. Als de arts écht luistert, rustig uitlegt en niet haastig naar de volgende patiënt gaat, dan zit je goed. Cosmetische geneeskunde draait niet om perfectie, maar om vertrouwen. Een goed resultaat begint niet met een spuit, maar met een gesprek.



Een goede arts verkoopt geen
milliliters, maar resultaten

Natuurlijk mooier

da's thuiskomen...



Roel van Hoof,
makelaar

Gitte van Hoof,
assistent-makelaar

De makelaar voor al uw woonwensen.²⁶

Bij het kopen en verkopen van een huis komt veel kijken. Een specialist kan u daarbij helpen. DorpsWonen heeft ruime kennis van de regio waar ze actief zijn.

Vertrouwen is de basis van onze dienstverlening. Met een persoonlijke benadering brengt DorpsWonen uw woonwensen in vervulling.

DorpsWonen Makelaardij
regio Midden-Brabant
Bukkumweg 24 H
5081 CT Hilvarenbeek
T 013 - 234 03 40
E vanhoof@dorpswonen.nl

www.dorpswonen.nl
www.landelijk-wonen.nl



Bent u een echte verzamelaar?
En wilt u hier graag over vertellen.

Mail ons:
oisterwijk@deuitstraling.nl

BS B. SMETSERS
KEUKENS & MAATWERK INTERIEUR
Oisterwijk

+31 6 15955073
Info@smetsersinterieur.nl
www.smetsers-interieur-timmerwerken.nl

**DE HAIR
VRIJDAG**

notarissen & adviseurs

De Balbian Versterlaan 6 - Oisterwijk - Tel 013 - 52 33 400
www.dehairvrijdag.nl

Wilsbekwaamheid en uw testament, regel uw testament op tijd



Door Hella Slegt-Moens
De Hair-Vrijdag Notarissen & Adviseurs

Veel mensen schuiven het maken van een testament voor zich uit. Logisch, het gaat tenslotte over een onderwerp waar we liever niet te vaak bij stilstaan. Toch is het belangrijk om dit op tijd te regelen. Een cruciale voorwaarde voor een geldig testament is namelijk dat u wilsbekwaam bent op het moment dat u tekent.

Wat betekent wilsbekwaamheid?

Wilsbekwaam zijn betekent dat u begrijpt wat er in uw testament staat, welke gevolgen dat heeft en dat u de belangen van uzelf én van anderen kunt overzien. Met andere woorden: u moet zelf weloverwogen keuzes kunnen maken.

Hoe toetst de notaris dit?

De notaris heeft de taak om vast te stellen of u wilsbekwaam bent. In de meeste gevallen is dat duidelijk. Maar als er twijfel is - bijvoorbeeld door hoge leeftijd, ziekte, verblijf in een zorginstelling, geheugenproblemen of druk van buitenaf - dan neemt de notaris extra stappen. Denk aan:

- een uitgebreid gesprek met u alleen
 - het stellen van open vragen en het stellen van controlevragen
 - en zo nodig een beoordeling door een onafhankelijk VIA-arts. Deze artsen zijn specifiek opgeleid en geregistreerd in het register van de Vereniging Artsen Volksgezondheid (VAV), die het VIA-register beheert
- Dit gebeurt niet om u te 'testen', maar juist om uw wensen te beschermen en latere discussie te voorkomen.

Wat als u niet wilsbekwaam bent?

Wordt achteraf geoordeeld dat u op het moment van ondertekening niet wilsbekwaam was, dan kan het testament (gedeeltelijk) ongeldig worden verklaard. Dat kan leiden tot ruzie in de familie, hoge juridische kosten en een verdeling van de nalatenschap die u zelf nooit had gewild.

Een voorbeeld uit de praktijk

In de rechtspraak zien we dat dit geen overbodige luxe is. Onlangs kwam onlangs een zaak voorbij waarin een man op hoge leeftijd kort voor zijn overlijden nog een testament had gemaakt. Na zijn dood bleek dat sommige van zijn kinderen vonden dat hij door zijn afnemende geestelijke gezondheid niet goed meer had begrepen wat hij had geregeld. Het gevolg was een langsepende procedure waarin de rechter uiteindelijk het testament ongeldig verklaarde. Hierdoor moest de nalatenschap worden verdeeld volgens de wet, en dat leidde tot scheve gezichten en blijvende spanningen in de familie.

Waarom nu al regelen?

Niemand weet hoe de toekomst eruitziet. Gezondheid kan snel veranderen en het is zonde als daardoor uw laatste wensen niet meer goed vastgelegd kunnen worden. Door tijdig een testament te maken voorkomt u onzekerheid en geeft u uw nabestaanden duidelijkheid en rust. Een testament maken is dus geen zaak om eindeloos uit te stellen. Het is een investering in zekerheid - voor uzelf én voor de mensen van wie u houdt.



In de rechtspraak zien we dat
dit geen overbodige luxe is

Notaris

Advocaat



Door mr. Milou van Asseldonk
Bouwman Advocaten & Mediators

Overeenkomst gesloten via WhatsApp: rechtsgeldig of niet?

In de huidige samenleving worden steeds vaker afspraken gemaakt via WhatsApp, e-mail of andere berichtenapps. Maar hoe zit dat juridisch? Kun je met een simpel appje echt een rechtsgeldige overeenkomst sluiten? Of moet een contract altijd 'officieel' op papier worden vastgelegd?

Volgens artikel 6:217 van het Burgerlijk Wetboek (BW) komt een overeenkomst tot stand door een aanbod en de aanvaarding daarvan. De wet vereist niet dat een overeenkomst schriftelijk moet zijn, ook een mondelinge of digitale afspraak kan dus rechtsgeldig zijn.

Dat betekent dat ook een reeks WhatsApp-berichten, waarin duidelijke afspraken worden gemaakt en bevestigd, in principe een geldige overeenkomst kan vormen. Denk aan afspraken over een dienst, betaling of levering van goederen.

Wanneer is een appje bindend?

De inhoud van het WhatsApp-gesprek is doorslaggevend. Is er sprake van een concreet aanbod en wordt dat aanbod geaccepteerd? Dan kan er een overeenkomst ontstaan, ook als dat gebeurt via WhatsApp. Het gaat er niet om waar of hoe iets wordt afgesproken, maar wat er wordt afgesproken en of beide partijen het daarmee eens zijn. Een overeenkomst per app is dus mogelijk maar het is niet altijd even verstandig.

Bewijs

Hoewel digitale communicatie steeds vaker als bewijs wordt geaccepteerd, is dat niet zonder risico's. Een appje kan ver-

keerd worden geïnterpreteerd of onvolledig zijn. Ook kunnen berichten worden verwijderd of gewijzigd. Daarnaast is niet altijd duidelijk wie precies achter een bericht zit, vooral bij het gebruik van een gedeeld apparaat of bedrijfsaccount.



Bij belangrijke afspraken is het daarom aan te raden om een bevestiging per e-mail of schriftelijke overeenkomst te maken. Dat verkleint de kans op discussie achteraf.

Conclusie

Een via WhatsApp overeengekomen overeenkomst kan aldus rechtsgeldig zijn, mits aanbod en aanvaarding voldoende duidelijk zijn. Toch is voorzichtigheid geboden, vooral als het gaat om financiële of zakelijke verplichtingen. Zorg dat je communicatie goed vastligt, en wees alert op interpretatieverschillen.

Heb je te maken met een WhatsApp-geschil of twijfel je of een digitale afspraak bindend is? Laat u dan goed adviseren.



**BOUWMAN ADVOCATEN
& MEDIATORS**
oprecht geregeld

Spoorlaan 404d
Tilburg

WWW.BOUWMANADVOCATEN.NL

Oisterwijk in beeld



Door Marja Smeulders

Festival Nova in Oisterwijk

Ondanks, of misschien wel dankzij de grijze lucht en een van de eerste regenachtige herfst dagen, ging Festival Nova rustig van start op zondag 5 oktober.

Tussen de hier en daar glimmende regenjassen stonden kraampjes opgesteld met enthousiaste deelnemers en standhouders die zorgden voor energieadviezen, advies op het gebied van duurzaamheid, circulaire producten en groene ideeën. Er waren knutselactiviteiten voor kinderen, maar ook kon er worden deelgenomen aan workshops zoals vilt en sieraden maken en was er gelegenheid om hippe en duurzame presentjes te kopen.

Muzikale klanken vanuit de kiosk, twee steltlopende dames in kleurige, duurzame kleding begeleid door een zangeres, een modeshow met tweedehandskleding die professioneel en kleurrijk werd getoond, lekker even in een luie stoel je sneakers een tweede leven laten geven, het kon allemaal. Koffie, even zitten op het terras, kortom een leuk, kleinschalig en gemoedelijk festival met een thema waarmee we allemaal te maken hebben en krijgen, duurzaamheid.

Festival Nova bewees dat een beetje regen geen spelbreker is - eerder een sfeermaker. En de duurzaamheid? Die zat overal in, van herbruikbare bekken tot slimme workshops. Klein maar fijn, een beetje nattigheid, maar hartverwarmend.



Modeshow!



De auto



Door Sabrina Penning
Autospecial Mandemakers

Auto herfstklaar maken

Zou het dan nu toch echt herfst gaan worden? In de herfst is het extra belangrijk dat je auto in goede staat verkeerd. Je zult dan te maken krijgen met zwaardere weersomstandigheden die invloed uitoefenen op het functioneren van de auto. Lagere temperaturen, gladheid maar ook bladeren en veel regen kunnen het rijden met de auto uitdagend maken.

Hoe leuk is het om als verrassing een tripje naar een vakantiepark te boeken. Lekker last-minute boeken spullen inpakken auto volladen en hop we kunnen vertrekken. Daar zit nu juist het probleem! Het is altijd verstandig om de auto voor een lange afstand te laten checken door uw garage. Op vakantie met de auto vergt toch echt een inspectie. De belangrijkste punten zijn banden, remmen, accu, verlichting, vloeistoffen, het elektrische systeem en de sloten op je auto.

Rubbers van de deuren is een eerste onderdeel. Als deze vies zijn of uitgedroogd zullen ze breken en minder goed zorgen voor een vacuum waardoor de deuren minder goed zullen sluiten. Er zal veel kou de auto inkomen wat een belasting is op het verwarmingssysteem. Ook kunnen de deuren makkelijk dichtvriezen als je de rubbers niet invet of schoonmaakt met talkpoeder.

De auto moet voldoende koelvloeistof hebben om de auto te koelen. Dit moet ook de juiste koelvloeistof zijn die tegen eventuele vrieskou kan zodat het niet bevriest. Een bevroren koelsysteem kan voor veel schade zorgen.

Ruitenwissers lijden ook bij herfstweer. Er komt meer vuil en regen tussen de wissers waardoor de rubbers stuk gaan. Hierdoor krijg je een waas op de ruiten. Als de auto langer stilstaat zet de ruitenwissers dan omhoog. Ook de ruitenvloeistof ver-

dient extra aandacht. Ook deze moet tegen onverwachte vrieskou kunnen anders bevriest ook dit systeem.

Verlichting is van levensbelang zeker in de donkere maanden. Controleer dan ook echt alle verlichting. Zorg ook voor reserve lampen in de auto.

Accu moet voldoende spanning hebben om te kunnen blijven starten. Bij lage temperaturen kan het vermogen teruglopen waardoor het kan voorkomen dat de auto niet meer wil starten. Laat de accu even doormeten en vervang deze op tijd.

Let goed op de regels van het land waar je naartoe gaat welke regels hun hebben voor banden, sneeuwkettingen en veiligheidshesjes.

Stel ook op tijd een setje klaar om niet voor verrassingen te komen staan bij eventuele onverwachte vorst. Ruitontdooier; slotontdooier bewaar deze natuurlijk buiten de auto, ijskrabber.

Vraag ook altijd aan de garage naar het juiste type motorolie van de auto, nog beter is om een literfles mee te nemen zodat je bij een eventuele melding olie bij kan vullen.

Bij twijfel is het beter om de auto naar de garage te brengen voor een controle check.



Garagebedrijf Mandemakers

**Voor compleet onderhoud en reparatie
van alle merken auto's**

Gespecialiseerd in BMW, Audi, Mercedes en Volkswagen



Gasthuisstraat 14-a Oisterwijk Tel. 013 5362513 of 06 53955995
www.autospecialmandemakers.nl

Makelaardij

Wat is het verschil tussen vraagprijs en verkoopprijs

Als je een woning koopt of verkoopt, kom je vaak de termen vraagprijs en verkoopprijs tegen. Hoewel ze veel op elkaar lijken, betekenen ze iets heel anders. Het onderscheid is belangrijk om goed te begrijpen hoe de woningmarkt werkt.



Door Stijn de Laat
De Laat Makelaardij

De vraagprijs

De vraagprijs is het bedrag waarvoor de woning in de markt wordt gezet. Die prijs wordt altijd in overleg tussen verkoper en makelaar vastgesteld. Daarbij wordt gekeken naar de ligging, de staat van de woning en recente verkoopcijfers in de buurt. Soms adviseert de makelaar een wat lagere instapprijs om meer kijkers en bidders aan te trekken, terwijl in andere gevallen juist een hogere prijs passend is. De vraagprijs is dus vooral een strategisch startpunt.

De verkoopprijs

De verkoopprijs is het bedrag dat koper en verkoper uiteindelijk met elkaar overeenkomen. In de huidige markt, waarin de vraag vaak groter is dan het aanbod, komt de verkoopprijs nog steeds regelmatig bóven de vraagprijs uit. Kopers zijn bereid meer te bieden om hun kans op de woning te vergroten. Dit betekent dat de vraagprijs steeds vaker slechts een ondergrens vormt en geen harde indicatie is van wat de woning echt oplevert.

Waarom het verschil ertoe doet

Voor kopers is het belangrijk om te weten dat de vraagprijs meestal niet het eindpunt is, maar een uitnodiging tot bieden. Voor verkopers is een goede strategie samen met de makelaar cruciaal: een slim gekozen vraagprijs kan leiden tot meer belangstelling en uiteindelijk tot een hogere opbrengst.

Conclusie

De vraagprijs wordt samen met de makelaar bepaald en is een slimme zet op het speelveld van vraag en aanbod. De verkoopprijs laat uiteindelijk zien wat kopers écht bereid zijn te betalen - en dat is tegenwoordig vaak meer dan je in eerste instantie dacht.



Weet jij wat je huis waard is?

Vraag geheel vrijblijvend een
GRATIS waardebepaling aan
t.w.v. € 250,-!

www.delaatmakelaardij.nl | 013 - 20 70 413
Schoolstraat 6A-01 | 5066 EE Moergestel

 **DE LAAT**
MAKELAARDIJ



flow
sleeping

Innovatieve slaapsystemen van
Flowsleeping bieden u;

- Bewegingsvrijheid voor aangenaam slapen
- Ergonomische aanpassing aan jouw lichaam
- Natuurlijke, huidvriendelijke materialen

NATUURLIJK SLAPEN MET EEN PLUS

Uw Flowsleeping
dealer in de regio: **Koos Kluytmans**



12 Pastoor van Beugenstraat 35, Oisterwijk, telefoon: 013 - 528 48 15, vrijdag koopavond.
www.kooskluytmans.nl



*Van groei
naar bloei*

DIRECT
INSCHRIJVEN?
www.humankind.nl

Aangenaam, wij zijn Humankind Oisterwijk!

*Groeien kan een kind overal, maar écht
tot bloei komen? Daar is meer voor nodig.*

Bij Humankind kan en mag daarom veel. Zelf ervaren,
ontdekken, beslissen én fouten maken, zodat vandaag wél
kan, wat gisteren nog niet lukte. Op onze locaties krijgt je
kind de ruimte om volop te ontdekken, te spelen én te leren.
Ook van andere kinderen!

Meer weten?

Maak een afspraak of kom gerust eens langs!

Bel 073 - 711 94 00 of stuur een mail naar
regiomiddenbrabant@humankind.nl

Scan de QR code
voor locaties



humankind
KINDEROPVANG EN -ONTWIKKELING

www.humankind.nl



Natuurkr8: laat kinderen groeien in de natuur

IVN Natuureducatie en Humankind delen dezelfde missie: kinderen meer laten buitenspelen en de natuur laten beleven. Met Natuurkr8 brengen we die missie in de praktijk. Ook Oisterwijk heeft een Natuurkr8-locatie. Hier zijn Kinderdagverblijf De Groene Parel, Peuteropvang Dribbel en BSO Het Kompas gevestigd. Daar gaan kinderen dagelijks op avontuur: ze struinen door het groen, ontdekken insecten, bouwen hutten, spelen met takken en bladeren en beleven de seizoenen van dichtbij.

Voor gezonde en betrokken kinderen

Kinderen die veel buitenspelen zijn gezonder, gelukkiger én creatiever: "Buiten spelen en contact met de natuur is essentieel voor de sensomotorische, sociale en creatieve ontwikkeling van kinderen", vertelt José Lenders, beleidsmedewerker bij Humankind. "En andersom: de natuur heeft kinderen nodig. Als ze zich ermee verbonden voelen, willen ze haar ook beschermen." Door kinderen letterlijk onder te dompelen in de natuur, geven we ze iets mee wat blijvend is: natuurkracht.

Met hart voor kind en natuur

Bij Humankind geloven we dat kinderen niet alleen groeien door kennis op te doen, maar vooral door zelf te ervaren. Natuurkr8 is een concrete vertaling van onze missie: ieder kind de kans geven op een gezonde, betekenisvolle en natuurlijke opvoeding. Samen met pedagogisch professionals en ouders brengen we stap voor stap een cultuur van natuurbelieving tot bloei.

Tips voor ouders

Kindkracht in de natuur: Waarom buiten spelen zo belangrijk is. Spelen in de natuur is niet alleen ontzettend leuk voor kinderen, het is ook essentieel voor hun fysieke, sociale en emotionele ontwikkeling. Maar waarom doen we het eigenlijk ook alweer?

1. Ontwikkelen met alle zintuigen

Kinderen leren door te doen. Buiten gebruiken ze hun hele lichaam én al hun zintuigen. Ze voelen of iets zwaar, koud, zacht of ruw is. Ze klimmen, sjouwen met takken, kruipen door struiken en bouwen hutten. Deze vrije manier van spelen zorgt niet alleen voor plezier, maar ook voor diepgaande leerervaringen.

2. Natuur beleven en zorgdragen

Tijdens het buitenspelen komen kinderen dieren en planten tegen. Een klein moment, zoals het vinden van een lieveheersbeestje, kan aanleiding zijn tot verwondering en zorgzaamheid. Kinderen geven het diertje een blaadje, maken een huisje of stellen vragen zoals: "Waar woont hij? Gaat hij naar zijn vrienden?" Dit soort interacties stimuleren emotionele ontwikkeling en empathie.

3. Fysieke vaardigheden en zelfvertrouwen

Bomen beklimmen, over slootjes springen en rollen van een heuvel zijn niet alleen spannend, maar ook leerzaam. Kinderen leren inschatten wat ze durven en aankunnen. Door te oefenen en fouten te maken, bouwen ze zelfvertrouwen op. Ze leren hun eigen grenzen kennen - een waardevolle levensles.

Benieuwd naar meer redenen waarom buitenspelen onmisbaar is? Scan de QR-code.

Wil je meer weten over deze locatie of persoonlijk advies voor jouw situatie? Neem contact op met regiokantoor Midden-Brabant via 073-7119400 of regiomiddenbrabant@humankind.nl.



Uit kinderland

Ingezonden

Een EerbeTOON aan de laatste der mohikanen

Op zondag 24 augustus namen Toon en Emelie Coppens afscheid van hun bruine kroeg. Het was gezellig druk, het weer was prachtig. Toon en Emelie waren eraan toe. Ik zag het allemaal aan en de vele herinneringen kwamen vanzelf naar boven.

Toon heeft een groot klein hartje. Hij is sociaal bewogen en stond altijd klaar voor zijn collega's. Hij organiseerde onder andere mede vele evenementen die plaatsvonden. Zijn inzet en hulp werden gewaardeerd.

Toon is een echte ouderwetse kroegbaas met het hart op de tong. Zijn zwartgallige cynische humor hoorde daarbij, hij kon je om de oren slaan met zijn uitspraken. Maar in werkelijkheid bedoelde hij: Ik mag jou, ik ben blij dat je er bent.

Toon was niets zonder zijn Emelie. De rust zelve en hield de boel goed in balans.

Het is een hele uitdaging, vanaf 1994 begonnen in de Kerkstraat, zo lang dit vak uit te oefenen. Er moet hard voor gewerkt worden. Ik wens Toon en Emelie alle geluk en gezondheid, die zij zo verdiend hebben.

Dank voor al die mooie jaren. Ik wens de nieuwe eigenaren Kees en Henny alle succes.

Toon het was je grote wens 'jouw kroeg' in al zijn hoedanigheid te behouden voor de toekomst. Ik ben blij dat je dat gelukt is met de nieuwe eigenaren.

Wie we niet mogen vergeten is jouw moeder. Corrie heeft jullie altijd met hart en ziel bijgestaan. Legendarisch waren onder andere haar zelfgemaakte bitterballen en hazenpeper. Eens zei ze: "Gè kunt toch nie geleuve da dè menne zòh is! Die is v ààn un ààndere planeet." Helaas is Corrie te vroeg overleden.

Ik vroeg toen aan Toon of ze begraven of gecremeerd zou worden. Toon antwoordde: "Och, ons moeder wordt gewoon boven op ons pa gekwakt." Tja, Toon ten voeten uit.

Maik van Schayik, Oisterwijk



An advertisement for Reload Studios. It features a woman, Ine van der Burg, who is 90 years old, smiling while running on a treadmill. The text '“VITALITEIT KENT GEEN LEEFTIJD”' is prominently displayed in large white letters. Below it, 'INE VAN DER BURG (90 JAAR)' is written. To the right, there is a yellow circle with the text 'NU: DE EERSTE 4 WEKEN GRATIS SPORTEN' and a QR code. Next to it is a black circle with the text 'RESULTAAT IN 30 MINUTEN' and a list of benefits: '2 unieke trainingsconcepten voor het hele lichaam van slechts 30 minuten!', 'Echte persoonlijke aandacht', 'Kleinschalige sportschool', and 'Gegarandeerd resultaat'. At the bottom left, the 'RELOADSTUDIOS' logo is shown, followed by the addresses 'OISTERWIJK - LINDEPLEIN 6' and 'BERKEL-ENSCHOT - KONINGSOORD 131', and the website 'RELOADSTUDIOS.NL'. The treadmill has a 'TECHNOGYM' logo and the number '2' on its handle.

Sterk ouder worden, de kracht van krachttraining

We worden allemaal ouder, maar hoe we ouder worden, daar hebben we wél invloed op. Veel mensen denken bij krachttraining aan jonge sporters met grote halters, maar juist voor 50-plussers is het één van de beste manieren om gezond, energiek en vitaal te blijven.



Door Jan-Willem Mooren
Reload Studios

Vanaf ons dertigste verliezen we ieder jaar een beetje spiermassa. Dat merk je niet meteen, maar naarmate de jaren vorderen, wordt het verschil voelbaar: opstaan uit een lage stoel gaat wat moeizamer, een boodschappentas voelt zwaarder, en traplopen kost meer moeite. Gelukkig is daar iets aan te doen, met krachttraining.

Waarom krachttraining zo belangrijk is

Krachttraining helpt om spiermassa te behouden en zelfs weer op te bouwen. Sterkere spieren zorgen niet alleen voor meer kracht, maar ook voor betere balans en stabiliteit. Dat betekent minder kans op vallen en blessures, een belangrijke winst op latere leeftijd.

Daarnaast heeft krachttraining een positief effect op de botten. Door belasting worden ze steviger, waardoor de kans op osteoporose kleiner wordt. En dat is nog niet alles: krachttraining stimuleert de stofwisseling, helpt bij het reguleren van de bloedsuikerspiegel én geeft een mentale boost. Veel mensen voelen zich na een training energiever en vrolijker.

“Je bent nooit te oud om sterker te worden”

Hoe begin je ermee?

Je hoeft echt niet meteen met zware gewichten te slepen. Het gaat erom dat je de spieren prikkelt, dat kan al met je eigen lichaamsgewicht of lichte halters. Denk aan oefeningen zoals opstaan uit een stoel, lichte squats of het opdrukken tegen een muur. Twee tot drie keer per week een halfuurtje is vaak al genoeg om verschil te merken. Belangrijk is dat je de bewegingen rustig en gecontroleerd uitvoert. En doe het vooral onder begeleiding als je net begint: een ervaren trainer kan je helpen met de juiste techniek en een passend programma.



Beweging met plezier

In Oisterwijk en omgeving zijn plekken waar je op een laagdrempelige manier kunt werken aan kracht en vitaliteit. Vaak in kleine groepen, met persoonlijke begeleiding en aandacht voor wat wél kan, niet wat niet meer lukt. Dat maakt het niet alleen effectief, maar ook gezellig en motiverend.

Krachttraining hoeft geen topsport te zijn. Het is een investering in jezelf, in vrijheid en zelfstandigheid. Want hoe sterker je bent, hoe meer je kunt blijven doen of het nu gaat om fietsen met de kleinkinderen, tuinieren of een wandeling door de bossen van Oisterwijk.

Dus: wacht niet tot je spieren het laten afweten. Begin vandaag met bouwen aan een sterkere toekomst.



Goed gezien!



Door Rob van der Zalm
Fashion Eyes

"Ben ik nachtblind?"

We zitten alweer in oktober. Dat betekent dat de dagen korter worden, dus het gaat weer vaker voorkomen dan we in het donker gaan autorijden of fietsen. Als je dan voor je gevoel net die ene voetganger te laat zag, heb je dan last van nachtblindheid?

Die vraag krijg ik met enige regelmaat. Maar nachtblindheid is een zeer zeldzaam verschijnsel. Veel vaker is de reden van slechtfziendheid in het donker, dat iemand een refractieafwijking heeft, simpelweg een bril nodig heeft. In het donker heb je daar nou eenmaal eerder last van dan met voldoende licht.

Een fototoestel heeft iets weg van het menselijk oog. Wanneer je weinig licht heb, kan je het diafragma vergroten om meer licht binnen te krijgen, maar vaak wordt je foto dan minder scherp. Wanneer het donker is wordt ons pupil ook groter; met dezelfde reden. Echter bij een kleine sterkte afwijking en een klein pupil (in het licht) heb je er weinig last van. Met een kleine sterkte afwijking en een groot pupil (in het donker) heb je daar een stuk meer last van.

Ook heb je in het donker meer last van lichtbronnen, zoals lantaarnpalen of lampen van de tegenliggers. Een gele bril helpt tegen deze vorm van verblinden, maar mooi is het niet. Gelukkig bestaat er tegenwoordig een coating op heldere brillenglazen welke deze schitteringen enorm reduceert.

Een meting van de ogen is dus nuttig wanneer het zicht in de avond minder is. Daarnaast kan een optometrist altijd een uitgebreider onderzoek doen wanneer blijkt dat u in de avond slecht ziet zonder dat u een sterkte nodig heeft.

Twijfelt u aan uw zicht, raadpleeg een optometrist.

"Er is altijd een optometrist in de buurt"



**"Heel de maand november 30%korting
op alle monturen in de winkel"**

FASHION EYES

Diessensweg 20, Hilvarenbeek

Tonny Vredebregt



Door Marja Smeulders

Gewoon lekker je eigen ding doen...

Woonplaats: Oisterwijk

Leeftijd: 75 jaar

Kinderen: Drie dochters,
vijf kleinzonen

Waarom Oisterwijk?

“Geboren en getogen in Rotterdam, maar voor de liefde naar Oisterwijk gekomen. Hier heb ik mijn man leren kennen tijdens een vakantie. In 1967 zijn we verloofd, daarna getrouwd en zijn we hier blijven wonen.”

Zou je in het buitenland willen wonen?

“Nee, ik ben erg gehecht aan Nederland en wil graag dicht bij mijn kinderen en kleinkinderen zijn. Maar een paar maanden overwinteren lijkt me wel wat.”

Beste/slechtste eigenschap?

“Ik praat wel makkelijk ergens doorheen. Dan wil ik graag snel wat vertellen, anders vergeet ik het weer en ik heb ook wel eens moeite met luisteren. Maar ach, ik heb er zelf geen last van....”

Waar erger je je aan?

“Aan mensen die voordringen, bijvoorbeeld om als eerste in de bus te willen zitten.”

Wat zou je niet kunnen missen?

“Mijn vriendenclubs! Ik zit in diverse clubs onder andere een vriendinnenclub, een vrouwenapp met twaalf vrouwen, een vriendenclub van vroeger, een leesclub. Op maandagavond rikken we, spekken we de pot en daarvan gaan we samen op reis naar een grote wereldstad of gaan we op zaterdag een keer stappen. We doen veel samen.”

Sportief?

“Ik sport drie keer in de week in de sportschool en al vanaf mijn vijftienvigste bowl ik. Eerst met mijn man en mijn schoonzus, toen speelden we samen wedstrijden. Ik ga nu nog steeds iedere week spelen.”



Als je iemand mocht rondleiden, wat zou je die dan willen laten zien?

“Allereerst het bedrijf dat we hier zelf opgebouwd hebben, daar ben ik trots op. Maar ook Oisterwijk als dorp door bijvoorbeeld een stadswandeling. De verhaaltjes overall bij vertellen, daar ben ik wel van.”

Hoe zouden vrienden jou omschrijven?

“Zonder bijdehand te willen antwoorden: Ik ben heel gezellig maar ga de discussie ook niet uit de weg.”

Vakantie?

“Van de wereld heb ik al heel wat gezien. Bali, Java, Thailand, Afrika, maar ook Spanje, Italië, Turkije en nog zo veel meer. Binnenkort ga ik de vierdaagse lopen in Marbella. Dat is een evenement dat daar al jaren wordt gehouden, net zoiets als de Vierdaagse van Nijmegen hier. Orkestjes langs de kant, gezelligheid, twintig kilometer lopen maar ook een paar dagen lekker rustig aan.”

Levensmotto?

“Je niet zoveel aantrekken van wat anderen zeggen. Gewoon lekker je eigen ding doen. ‘Laat mij en laat ze.’”

Ik geef Het Stokje door aan:

“Riky Bakx.”



Geef het stokje door

Rugslapers opgelet!



**26 oktober
koopzondag**

Bladel: 13.00 - 17.00 uur



Bij aankoop van
een boxspring

**50%
KORTING**

op de **upgrade
naar elektrisch
verstelbaar**

Actie is geldig t/m 30 november 2025. Korting geldt op de prijs van de elektrische upgrade, niet op de boxspring. Hoog-laag frames zijn uitgezonderd van deze actie. Vraag naar de voorwaarden.

Diessen | **Bladel**
Willibrordusstraat 1 | Sniederslaan 41
Tel.: 013 504 2823 | Tel.: 0497 38 24 33
www.delaatslaapexpert.nl



dé SLAAP
EXPERT **Laat**