

september 2022

# rogplus

magazine

Hoe doe je dat:  
werk, gezin,  
sport én  
mantelzorg?

Nieuwe mensen  
ontmoeten?

Ga 'kluppen'

//

Ik kan niet klimmen,  
maar wél wheelies maken

//

De vrijwilligerstaxi  
is er ook voor u





**03** Voorwoord

**04** Antonia Smaal heeft de spierziekte CIDP: "Dit ben ik"



**07** Betere jeugdhulp



**08** Klup: ontmoet nieuwe mensen en ga samen op pad



**09** Vind een nieuwe hobby met Fief

**10** Strategisch plan 2022 - 2024



**11** Vakantie vieren met een beperking

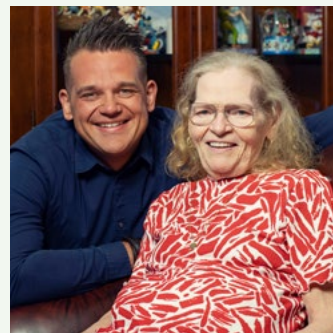


**12** Interview: "Ik laat me niet in een hoek drukken"



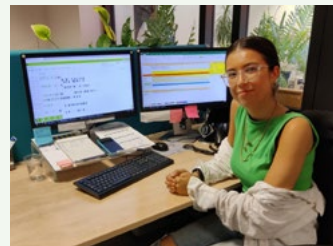
**15** Column Maaïke & Petty

**16** Consulent Tom is ook mantelzorger

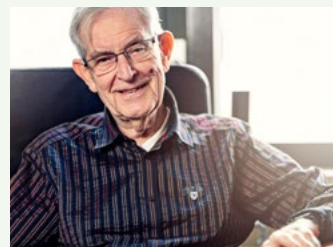


**19** Veelgestelde vragen over de eigen bijdrage

**20** Op pad met de vrijwilligerstaxi



**22** Van de lezers & Gijsbert lost het op



**24** Puzzel

## Voorwoord

# Laat je niet kisten



De boodschap valt niet goed bij een aantal buurgemeenten. Maassluis, Vlaardingen en Schiedam willen een andere richting inslaan met de jeugdhulp. Daardoor verandert de samenwerking.

Jeugdhulp betekent voor ons dat je echt kijkt naar de situatie van het kind. Dat je in gezinnen komt en ervaart hoe het daar gaat. Zodat je hulp kunt bieden die daarbij past en je makkelijker resultaten boekt. Zo gaat het lang niet altijd. Veel jongeren krijgen hulp verder weg, in de gebouwen van de hulpverleners.

Dan maar niet veranderen? Dat vinden onze wethouders geen optie. Want de gemeenten die de jeugdhulp naar tevredenheid uitvoeren, zijn op één hand te tellen. Daarom houden ze hun rug recht, gelukkig maar. Over het resultaat en de rol van Rogplus leest u in dit nummer. We gaan ons vanaf 2023 meer bezighouden met jeugdhulp, naast de Wet maatschappelijke ondersteuning.

Wie ook niet opgeeft, is onze consulent Tom Ernst. U krijgt een kijkje bij hem achter de schermen, waar hij bijvoorbeeld werkt aan een uniek project voor scootmobielen.

Ook op andere vlakken zoeken we steeds naar nieuwe manieren om u beter te helpen. Over de aanpak waarop u van 2022 tot 2024 kunt rekenen, leest u meer op de pagina 'strategisch plan'.

Gaan voor wat je wilt, vraagt vaak moed. Omgaan met tegenstand. Angsten overwinnen. Loslaten. En het levert vaak iets positiefs op. Ook de andere geïnterviewden in dit magazine zijn daar inspirerende voorbeelden van. Zij laten zich niet kisten: geven niet (te vroeg) op.

Gijsbert Los sluit dit magazine af met een artikel dat echt over 'kisten' gaat. Hoe je je voorbereidt op het einde van je leven. Zelfs dan kun je nog dromen najagen.

**Anton van Genabeek**  
Directeur Rogplus



beeld: Sander Nagel

### Rogplus

bezoekadres  
[Westlandseweg 1, Maassluis](#)

postadres  
Postbus 234, 3140 AE Maassluis

telefoon  
010 870 11 11

e-mail  
[info@rogplus.nl](mailto:info@rogplus.nl)

[www.rogplus.nl](http://www.rogplus.nl)

Volg ons ook op [Facebook \(rogplusmvs\)](#) en [LinkedIn \(rogplus\)](#).



Portret

# Antonia Smaal heeft de spierziekte CIDP: “Dit ben ik”



“  
Ik kan wél  
wheelies maken  
”

*Antonia zit in een rolstoel en loopt met spalken. Dat ze ‘stevig in haar schoenen staat’, komt haar goed van pas.*



---

**“Het is gekomen toen ik vijf was”, zegt Antonia Smaal (8). “Toen ging ik ineens wiebeliger lopen. Daarna moest ik naar het ziekenhuis. En toen kon ik helemaal niet meer lopen. Mama en papa moesten me steeds optillen. Heen en weer.” Samen met haar moeder Wendy en vader Wilco vertelt ze haar verhaal over ‘stevig in je schoenen staan’.**

---

“Eerst dachten we dat ze alles lekker op het gemakkie deed”, zegt Wilco. “Loop nou effe door”, zeiden we dan. Daar voelen we ons nog wel schuldig over.”

Antonia zit nu in groep 4 van de Montessorischool Maassluis. “Ik vind het daar leuk en speel graag met Dyce, Reza, Emir en Ben. Thuis speel ik met mijn achterbuurmeisje Nadyne, zij is m’n beste vriendin. We spelen gewoon spelletjes, bijvoorbeeld ‘baby tijger en vader tijger’. Want klimmen en rennen kan ik niet. Glijden mag ik niet... Dat vind ik niet leuk. Maar wat ik wél kan, is wheelies maken en racen in m’n rolstoel.”

### **Wielen als benen**

“De huisarts zei: ‘Dat zijn geen groeipijntjes meer’”, vertelt Wendy. “En het komt ook niet door haar laarzen.” Antonia: “En toen kreeg ik gips.” Wendy: “Dat was pas later, liefje.” Antonia: “Ja, ja, ja, maar ik kreeg wel gips en toen begon ik tafels te schuiven om weer te lopen.”

“En dan krijg je het hele circuit in het ziekenhuis”, zegt Wilco. “Eerst in het Vlietland en later in het Sofia. Allemaal vervelende onderzoeken: scans, ruggenprikken... Ze konden ook niet gelijk vinden wat het was.” “Maar ze was zo stoer en accepteert het eigenlijk gewoon”, vult Wendy aan. “Zo van: dit ben ik. De dag dat ze een rolstoel kreeg: het was net alsof die

wielen haar benen waren, zo bijzonder. Ze racete gelijk door de lange gangen van het ziekenhuis en draaide pirouettes.”

### **Pure pech**

Binnen een paar weken na de eerste klachten zijn Antonia’s benen verlamd. Ook trillen haar armen en gilt ze het soms uit van de zenuwpijn. De isolatielaag rond haar zenuwbanen brokkelt af. Daardoor krijgt ze zenuwontstekingen en werken de signalen naar haar spieren en hersenen niet meer goed.

“Pure pech”, legt Wendy uit. “De spierziekte CIDP kan gewoon beginnen met een simpele infectie of verkoudheid. Je afweersysteem slaat dan op hol.” Wilco: “Het kan zelfs langzaam al je zenuwen uitschakelen, maar je merkt het als eerste bij de lange zenuwbanen van je armen en benen.”

Dankzij onder andere pijnlijke stroomstootjes en urenlange infusen met remmende stoffen, gaat het na een jaar langzaam beter met Antonia. De zenuwbanen herstellen stukje bij beetje. En in revalidatiecentrum Rijndam leert ze om weer veel zelf te doen, zoals vooruitkomen met een loopfiets en rollator, aankleden en naar de wc gaan. Nu zijn alleen de zenuwbanen aan de voorkant van haar benen nog kapot. “Of het beter of minder wordt, is afwachten”, zegt Wilco. “Ze kan nu ongeveer tweehonderd meter lopen met haar spalken, want ze is door haar ziekte ook snel moe.”

## Weinig piepen

Antonia legt haar linkerbeen op de tuintafel en ritst de hele bovenkant van haar speciale gypsen los. Daaronder zit een harde kunststof schoen, die onderdeel is van haar spalk. Zo staat ze stevig in haar schoen. "Je kunt het vergelijken met lopen op stelten", zegt Wendy.

Met haar elektrische rolstoel, driewiel fiets en traplift via Rogplus is Antonia erg geholpen. "Eerst duwden we haar rolstoel en voelde ze zich toch een soort van klein kind", vertelt Wendy. "Nu rijdt ze zelf naar school, ik op de fiets ernaast.

"We mogen eigenlijk blij zijn dat we in Nederland wonen, met alle goede voorzieningen. Zo krijgt Antonia ook begeleiding bij schoolgym. Ze wil alles proberen. Als je zegt: 'Dat kun je beter niet doen', antwoordt ze: 'Ik heb het nog niet eens geprobeerd!'" Antonia gooit wat koekkrumels in de lucht en probeert ze met haar mond te vangen. "Mag ik gamen?", vraagt ze.



Behalve van gamen (daarin kan ze alles), houdt ze ook van zwemmen. Ze zit op speciale zwemles in Delft, waar ze leert om zichzelf te redden zonder beenkracht. "Toen we bij het zwembad eens een meisje zagen rennen met haar vader, zei ze: 'Pap, wanneer gaan wij dat weer eens doen?'" , vertelt Wilco. "Verzin dan maar eens een antwoord."

"Of laatst met haar kinderfeestje", vult Wendy aan. "Toen renden de anderen vooruit. Dan is het: 'Wááácht, wacht op mij!' Maar ze piept weinig. En als ze boos is, zegt ze al snel: 'Ik ben blij dat ik dit of dat nog kan met m'n spalken.'"

## // Dan koop je toch zelf een rolstoel?! //

### Vooroordelen

Op school helpen ze haar goed en de kinderen zijn gewend aan haar situatie. Maar daarbuiten moet ze stevig in haar schoenen staan. "Als je in een rolstoel zit, krijg je helaas gelijk te maken met vooroordelen", zegt Wendy. "Mensen houden haar bijvoorbeeld aan in het winkelcentrum en praten heel kinderlijk tegen haar. Terwijl ze een slimme meid is. Of kinderen staren haar aan. 'Als ze m'n rolstoel zo mooi vinden, kopen ze er toch zelf een', zegt Antonia dan.

"En als er wéér iemand vraagt: 'Wat heb jij?', hoor ik een diepe zucht en zegt ze: 'Ik heb gewoon zieke benen'. En dan gaat ze er weer als een racemonster vandoor."

"Zijn jullie nú al klaar?!", vraagt Antonia, die opging in haar computerspel. "Mag ik straks twee Rogplus Magazines? Dan kan ik er ook een aan oma geven."

*Antonia's motto: kan niet bestaat niet.*



## Betere jeugdhulp

# “We willen problemen normaler maken”

Lang wachten. Steeds je verhaal opnieuw vertellen. Hulp die niet goed past bij je kind of gezin. Dat soort situaties in de jeugdhulp pakken Maassluis, Vlaardingen en Schiedam (MVS) vanaf 2023 groots aan. Rogplus speelt hierin een belangrijke rol. Che Jansen (adjunct-directeur): “Dat wat zo mooi op papier staat, helpen we praktijk worden.”



Rogplus doet al sinds 2015 de administratie voor de jeugdhulp. Che: “Vanaf 2023 letten we er ook op dat Mevis zich houdt aan de afspraken in het contract. Bijvoorbeeld door de kwaliteit van de jeugdhulp te controleren. En we helpen Mevis om de hulp te organiseren op plekken waar dat het beste past in het leven van de jongere. Bijvoorbeeld op school of een (sport)vereniging.

### Doen wat nodig is

“Straks heeft Mevis ook geen standaard producten meer op de plank liggen, maar doet ze wat nodig is”, legt Che uit. “Dus niet meer: ‘bij jouw vraag hoort twaalf uur hulp’. Maar: ‘we helpen je om weer naar buiten te durven of naar school te kunnen, op een manier die bij je past.’”

“Te druk? Dan heb je ADHD. Sociaal onhandig? Autisme. Steeds meer problemen bij de jeugd behandelen we als medisch probleem”, zegt Che. “Ook zien we problemen thuis sneller als extreem. En we verwachten meer van de jeugd, ook omdat de samenleving ingewikkelder wordt. Zo komen te veel jongeren terecht in dure, specialistische hulp ver weg, met lange wachtlijsten. Daarom willen we problemen normaler in plaats van erger maken. Met meer hulp van het wijkteam in de buurt.”

### Eén aanspreekpunt

In plaats van zo'n zestig verschillende organisaties voor jeugdhulp, komt er vanaf 1 januari 2023 één: Mevis. Met daarin de eerste letters van de MVS-gemeenten. Mevis is een samenwerking tussen Timon, MEE Rotterdam Rijnmond, ASVZ, Prokino Zorg en Yulius, en huurt zo nodig ook andere organisaties in. Dus: één aanspreekpunt, minder doorverwijzen en hulp die beter op elkaar is afgestemd.

Een flinke operatie, waar je volgens hem wel een beetje lef voor moet hebben. “Toch zijn we ervan overtuigd dat we deze stap moeten zetten. Van normale jeugdhulp hebben we allemaal voordeel.”



*Che Jansen, adjunct-directeur*

Kijk voor meer informatie op [www.jeugdhulpmvs.nl](http://www.jeugdhulpmvs.nl).

App voor actieve 50+'ers

# Klup: ontmoet nieuwe mensen en ga samen op pad

**“En dan overlijdt je man én begint de coronacrisis. Wat er dan over je heen komt...”, zegt Gieneke op [www.kluppen.nl](http://www.kluppen.nl). Als proef zet ze een activiteit in de Klup-app: wandelen op Koningsdag. Die zit meteen vol en vindt ze heel leuk. “Toen ben ik tuinconcerten en muzieksessies gaan organiseren. Je ontmoet nieuwe mensen en dat is eigenlijk heel geinig.”**

Gieneke heeft een grote vriendenkring, maar dat blijkt toch niet genoeg. “Ik heb geen kinderen en wil ook niet elke keer dezelfde vriendinnen vragen om wat te ondernemen. En met kerst en oud en nieuw is het bij hen toch vaak ‘familie eerst’. Door Klup besepte ik: hé, ik ben niet de enige.”

## Wat is Klup?

Klup is een app voor na je vijftigste. Voor wie het gezelliger vindt om samen op pad te gaan. Via de app meld je je aan voor activiteiten in de buurt. Zo ontmoet je makkelijk nieuwe mensen met dezelfde interesses. Van samen wandelen, fietsen en tennissen tot kookworkshops, culturele activiteiten en reizen. Het draait daarbij om vriendschap, niet om liefde, al kan dat natuurlijk wel ontstaan.

//

**Best spannend, maar het komt goed**

//

## Ik schrok ervan

Als Walter zich inschrijft bij Klup, krijgt hij de volgende dag al een uitnodiging om met een groepje uit eten te gaan. “Ik schrok ervan”, vertelt hij op de website. “Ik kreeg tien jaar terug een burn-out en heb soms nog last van faalangst en paniekaanvallen. Dus ik stap niet zo makkelijk op nieuwe mensen en situaties af.” Toch doet hij in drie jaar tijd meer dan driehonderd leuke dingen met Klup.

## Weer een mooie dag

Veel daarvan organiseert hij zelf. “Als organisator voel ik me geliefd en doe ik ertoe.” Vooraf vindt hij het nog steeds best spannend. “Zo zit ik nu eenmaal in elkaar.” Maar hij weet dat het goedkomt. “Zodra ik andere kluppers zie en spreek, zet ik de knop om en ga ik ervoor. Om daarna opgelucht vast te stellen dat het me weer is gelukt. Er met een stel mensen een mooie dag of een paar leuke uurtjes van maken.”

## Klup uitproberen?

Download de Klup-app op [www.kluppen.nl/download](http://www.kluppen.nl/download) en schrijf u in. De eerste twee activiteiten krijgt u cadeau. Als het bevalt, abonneert u zich vanaf € 4,99 per maand.



*Wie woont er bij u in de buurt met dezelfde interesses?*





Tip van Fief

# Zo vind je een nieuwe hobby

Fief

Herkenbaar? Je hebt een leuke hobby: heel gezond voor lichaam en geest. Maar dan krijg je een beperking, waardoor je 'm niet meer kunt uitoefenen. Ontzettend vervelend. En een kans om een nieuwe hobby te ontdekken. Op Fief.nl delen actieve vijftigplussers hun hobbytips, zoals deze. Ook eens uitproberen?



## Zwemmen

Anja: "Wandelen gaat nu niet door rugproblemen. Maar mijn nicht, die zwemles geeft, vertelde dat zwemmen daar heel goed voor is. Dus stak ik mijn licht op over wat dat voor mij kan betekenen. Dat blijkt best veel: goed voor je conditie, minder hart- en vaatziekten, betere longen, sterkere rugspieren, minder blessures... In elk zwembad is er een breed aanbod van zwemactiviteiten, dus voor elk wat wils. Misschien kom ik je er wel tegen, met of zonder badmuts."



## Je fotoalbum digitaal maken

Ruud: "Vaak staan je fotoalbums in een kast te verstoffen. Ook neem je ze niet makkelijk mee op visite. De oplossing is om je foto's digitaal te maken. Maar wel op zo'n manier dat ze in het album blijven zitten, want je wilt ze niet kapot maken. Dat kan met de app Google Fotoscan. Daarmee scan je je foto's supersnel met je smartphone. Daarna maak je er in Google-foto's een nieuw album van. En dat laat je vervolgens zien op je tablet, smartphone of computer."



## Diamond painting

Tanja: "Diamond painting is een soort schilderen op nummer. Maar dan met kleine, geslepen steentjes die je op een canvas plakt. Op het doek staat een afbeelding met vakjes en symbolen. Die geven aan waar je welke kleur plakt. Ook kun je je eigen foto op een doek laten afdrukken. Zelf ben ik bezig met een schilderij van m'n hondje. Veel werk, maar langzaam zie ik 'm verschijnen. Dat geeft zoveel voldoening. Een bijzondere manier om een herinnering vast te leggen."

//  
**Veel werk, maar langzaam zie ik 'm verschijnen**  
//

Kijk op [www.fief.nl](http://www.fief.nl) voor meer hobby-inspiratie en andere tips om op eigen wijze ouder te worden.

## Strategisch plan 2022–2024

# Op deze aanpak kunt u rekenen

“Het leven is als fietsen”, zei Albert Einstein. “Om in balans te blijven, moet je in beweging komen.” Daarom slaan ook wij als organisatie regelmatig nieuwe wegen in om u beter te helpen. De nieuwste vindt u in ons strategisch plan 2022–2024, met als titel ‘Balans is beweging’. Wat u hierin bijvoorbeeld tegenkomt?

### Positieve gezondheid

Gezond zijn zien we als een betekenisvol leven leiden. Niet als geen ziekte of beperking hebben. Daarom kijken we naar wat u wél kunt en belangrijk vindt. En wat u (weer) wilt kunnen of veranderen. Lichamelijk én geestelijk. Heeft u bijvoorbeeld genoeg controle? Herstelt u goed na stress of tegenslag? Vindt u dat u voldoende meedoet in de samenleving en dat uw leven zin heeft? En wat heeft u nodig om u aan te passen aan een nieuwe situatie?



### Zelf de touwtjes in handen

Zoveel mogelijk zelf de touwtjes in handen nemen. Dat maakt het makkelijker om een betekenisvol leven te leiden. Daarom denken we eerst met u mee wat u zelf kunt doen. Bijvoorbeeld nieuwe mensen ontmoeten of hobby's zoeken, met hulp op vakantie gaan of de vrijwilligerstaxi pakken. Inspiratie hiervoor vindt u ook in dit magazine.

In een adviesgesprek bekijken we daarnaast waar u en de mensen om u heen goed in zijn. Hoe kunt u elkaar helpen? Als het nodig is, geven we u daarbij een steuntje in de rug.

### Hulp die bij u past

Soms kunt u door uw ziekte of beperking helaas niet alle touwtjes zelf in handen nemen. Dan helpen we u waar we kunnen, op een manier die bij u past. En binnen de mogelijkheden van de Wet maatschappelijke ondersteuning. Bijvoorbeeld met hulp in huis, dagbesteding of aanpassingen aan uw woning.

Snelle hulp van hoge kwaliteit heeft daarbij onze prioriteit. Ook vinden we het belangrijk dat u zich gehoord en geholpen voelt. Dat u snel antwoord krijgt. En dat u onze tekst en uitleg begrijpt. We werken er op elk moment aan om onszelf hierin te verbeteren.

### Meer informatie?

Kijk voor het hele strategisch plan op [www.rogplus.nl/over-rogplus/documenten](http://www.rogplus.nl/over-rogplus/documenten)





Avontuur is gezond

# Vakantie vieren met een beperking

Avontuur geeft rust, zelfvertrouwen, geluk en nog veel meer. Gewoon dóén, kleine of grote uitdagingen aangaan en niet weten waar je terechtkomt. Met deze organisaties geniet u van een dagje uit of mooie reis, mét een lichamelijke beperking.

## MundoRado Reizen

MundoRado staat voor 'de wereld ontdekken op wielen'. Deze organisatie biedt verschillende aangepaste groepsreizen. Met begeleiding, persoonlijke verzorging en/of aanpassingen voor mindervaliden. Zoals naar Tenerife, Noorwegen of Curaçao. Ook een reis op maat is mogelijk, bijvoorbeeld met uw gezin. De organisatie werkt met vrijwilligers en zonder winstdoel (net als de meeste andere organisaties voor aangepaste reizen).

[www.mundoradoreizen.nl](http://www.mundoradoreizen.nl)

## Zorgvakantiewijzer

Bent u 65+ en wilt u uw rolstoel, scootmobiel of rollator meenemen op vakantie? Of heeft u persoonlijke verzorging, verpleging of medische hulp nodig? Of moet de reis passen bij uw slechte zicht, hartproblemen of vergeetachtigheid? Dat is allemaal mogelijk met de seniorenreizen die u op deze website vindt.

[www.zorgvakantiewijzer.nl](http://www.zorgvakantiewijzer.nl)

## Mindervaliden bungalows

Een handig overzicht van alle bungalowparken in Nederland met extra voorzieningen. Bijvoorbeeld voor wie in een rolstoel zit of astma of een nierziekte heeft. Hier staat precies beschreven hoe toegankelijk het huisje is en wat voor hulpmiddelen er zijn. Kan ik er naar het toilet? Is het er stofvrij? Of kan ik er dialyseren? Daar hoeft u zich dus geen zorgen meer over te maken.

[www.bungalowparkoverzicht.nl/mindervaliden-bungalows](http://www.bungalowparkoverzicht.nl/mindervaliden-bungalows)

## De Zonnebloem

De Zonnebloem kent u misschien van vaarvakanties met zorg in Nederland en Duitsland. Maar wist u dat ze ook dagjes uit organiseren en vakanties in aangepaste hotels, appartementen en huisjes? Allemaal getest door medewerkers die zelf een lichamenlijk beperking hebben. Daarnaast helpen ze u om een vakantie op maat te regelen. Hun motto? Er kan zoveel meer dan u denkt.

[www.zonnebloem.nl](http://www.zonnebloem.nl)



## Meer tips?

Op internet vindt u meer organisaties die aangepaste vakanties organiseren. Heeft u een leuke tip om te reizen met een beperking? Graag! Mail 'm naar [redactie@rogplus.nl](mailto:redactie@rogplus.nl). Dan noemen we 'm in het volgende magazine.

Portret

# “Laat je niet in een hoek drukken”

//  
Ik heb mijzelf  
geaccepteerd

//



*Als jonge vrouw ligt Isabella maandenlang in coma na een ongeval. Daarna moet ze leren leven met zware handicaps.*





---

**Op haar 23ste is ze verloofd en hoofd van een kleuterschool. Het leven lacht haar toe. Tot die ene dag in één seconde alles verandert: een verkeersongeluk. Ze ligt in coma en ondergaat verschillende operaties. Bij de pakken neerzitten? Niet Isabella Scheper (78). Ze maakt in haar rolstoel de mooiste reizen. "Overall is een oplossing voor."**

---

Ze is geboren in Groningen. Maar haar vader besluit aan het einde van de Tweede Wereldoorlog te verhuizen. "Hij wilde eigenlijk naar Suriname, maar dat wilde m'n moeder niet. Toen kozen ze voor de Randstad, omdat daar meer werk was. We gingen wonen in Naaldwijk, met een oudere broer en jonger zusje."

### **Niet praten en bewegen**

Isabella heeft een heerlijke jeugd in het Westland. Tot die ene dag. Op een kruispunt krijgt ze een aanrijding met een auto. Ze vliegt over de kop. Haar rechterbeen schiet zeven centimeter omhoog, door haar bekken heen. Haar heup is verbrijzeld. En als ze uit haar coma ontwaakt, kan ze niet praten en bewegen. Op haar verzoek komt de autobestuurder op bezoek in het ziekenhuis. "Hij heeft niks gezegd, alleen maar naar me gekeken. Jaren later hoorde ik dat hij hier heel erg last van heeft gehad."

Ze krijgt een pin door haar rechterbovenbeen met een gewicht van zes kilo eraan. Zo probeert de dokter haar been terug naar beneden te trekken. Dat lukt twee centimeter. Ook haar armen zijn gebogen, zo erg dat haar handen zich als vuisten ballen. "Mijn nagels groeiden in mijn handen." Daarom krijgt ze ook een operatie aan haar armen.

Een jaar na het ongeluk verbreekt haar verloofde de relatie. "Weet je, ik zat aardig in de puree. Ik stond er niet heel erg bij stil.

Ik dacht alleen maar: ik moet 'beterder' worden. Ik wist dat ik nooit meer helemaal beter zou worden. Beterder dan maar."

### **De wijde wereld in**

Na vier jaar van opereren en herstellen vragen mensen wat ze wil gaan doen. Of ze misschien niet een hulpje in de klas wil worden. "Onder geen beding, heb ik geantwoord. Ik ben toen als receptioniste gaan werken in een verzorgingstehuis in Naaldwijk. Dat heb ik 17 jaar gedaan. Ik kon toen nog redelijk lopen met elleboogstokken. Ook heb ik mijn rijbewijs gehaald in een aangepaste auto. Heerlijk. Ik kon de wijde wereld in."

En dat is ze ook gaan doen. Ze hoort steeds meer verhalen over vakanties. En het begint te kriebelen. "Via het verzorgingstehuis waar ik werkte, kon ik mee op een groepsreis naar Rudesheim in Duitsland. 's Avonds gingen we klaverjassen, maar ik kon met mijn handen geen kaarten vasthouden. Iemand anders hield ze vast en ik wees ze aan. Overall is een oplossing voor."

Isabella heeft de smaak te pakken. Los Angeles, San Francisco, Florida, Mexico, maar ook dichterbij huis, bijvoorbeeld Normandië. Samen met een nichtje geniet ze volop van de reizen. In het begin nog met elleboogstokken, later in een rolstoel. "In 1990 ben ik naar Rusland geweest. Dat was een indrukwekkende reis. Weet je dat ik in Moskou niet één rolstoel heb gezien? Ik was daar echt een bezienswaardigheid."

### Toon Hermans

Uit interesse schrijft ze een brief naar cabaretier Toon Hermans. "Waar haalt u de humor vandaan, terwijl u zo'n zware jeugd hebt gehad?', schreef ik hem. Hij heeft mij toen gebeld en we hebben een tijd aan de telefoon gezeten. Ik heb hem daarna nog een paar keer opgezocht. Ook zijn vrouw Rietje zat erbij. Zaten we gezellig te kletsen. Ik ben wel vier keer bij een voorstelling van hem geweest met vrijkaarten."

In 2008 verhuist Isabella naar een verzorgingstehuis van Careyn in Maassluis. Ze heeft het er naar haar zin. Ze schrijft verhalen en geeft haar eigen boekjes uit. Ook is ze druk met de cliëntenraad.

"Ik heb mijzelf geaccepteerd, maar ik heb mijn handicap niet aanvaard. Ik herinner mij nog dat ik naar Feyenoord ging. 'Ik wil niet bij de gehandicapten zitten', zei ik. Ze hebben me toen naar boven gedragen. Weet je hoe ze me kwamen ophalen? Met een brancard. Of ik daar bezwaar tegen had. Ik heb toen zo gelachen.

"Het is belangrijk hoe je je als gehandicapte, maar ook als oudere opstelt. Laat je niet in een hoek drukken. Als je gehandicapt bent, gaat alles veel langzamer. Dat vind ik niet erg. Dat hoort toch ook bij het leven? Belangrijker is dat je omgeving het accepteert."

## // Het hulpje worden? Onder geen beding //



*Isabella blikt terug op de mooie reizen die ze maakte met haar elleboogstokken en rolstoel.*



# Maaike & Petty



Clïent, single en overgrootmoeder Petty Oosthof (81) houdt van gezelligheid en zit nooit achter de geraniums.

Kwaliteitsmedewerker Maaike Hilkmann (31) is dol op bakken, reizen en sporten. Ze is getrouwd en heeft twee kinderen.

## Ha Maaike,

Geen haar op m'n hoofd die er aan dacht om 'je' tegen m'n ouders te zeggen. Dat was in mijn tijd heel brutaal. Alle volwassenen sprak je aan met 'u'.

Maar tijden veranderen. Toen mijn kinderen gingen praten, zeiden ze 'je' tegen ons. Ook tegen opa en oma, andere familieleden en vrienden. 'Je' voelde als eigen en 'u' als zakelijk. Alleen tegen vreemden zeiden ze 'u'. Wel leerden we ze dat de toon de muziek maakt. Zo moesten ze respectvol praten tegen oma. Zij was geen vriendinnetje.

Laatst kreeg m'n achterkleindochter haar rits niet dicht. Ongeduldig riep ze: "Oma Petty, wil jij helpen?!" Met m'n voornaam, prima!

Anderen spreken me vaak wel aan met 'u', bijvoorbeeld jongeren op de golfbaan. Daar ontkom je niet aan als je bijna 82 bent. Dan vraag ik ze snel om 'je' te zeggen. Dat is vaak even wennen voor ze. Maar aan het einde van het spel is de stroefheid wel voorbij en vragen ze: "Wat wil 'je' drinken, Petty?".

Laatst keek ik de tv-quiz 'Met het mes op tafel'. De presentator sprak de pianist en bardame aan met 'je'. Maar tegen de kandidaten zei hij 'u', 'mevrouw' en 'meneer', ook al waren ze jonger dan hij. Toen voelde ik het heel duidelijk: 'u' schept afstand. En laat ik nu net iemand zijn die graag dicht bij andere mensen is.

Hoe denk jij over 'je' en 'u', Maaike?

## Hi Petty,

Toen ik jou voor het eerst ontmoette, sprak ik je aan met 'u'. Dat leek me gepast: je bent al wat ouder en we kenden elkaar nog niet. Al snel zei je dat ik 'je' mocht zeggen. Dat voelde meteen goed. Zo doe ik dat meestal: ik begin met 'u' en wacht iemands reactie af. Ook in mijn werk gebruik ik 'u'. Behalve bij collega's: die zijn toch een soort van 'eigen'.

Ik herinner me nog dat anderen voor het eerst 'u' tegen mij zeiden, zo raar. Dat was in een sushi-restaurant. Ik was begin twintig en schrok ervan: ben ik nu opeens een volwassene? Nog steeds vind ik het ongemakkelijk als anderen dat doen. Bijvoorbeeld een arts of medewerker van een winkel. Dan voel ik me zo oud.

Mijn kinderen hoeven familie en vrienden ook niet met 'u' aan te spreken. De juf of meester vind ik dan weer een ander verhaal: die hebben toch een soort gezag. Ze leren hen een jaar lang van alles. Best verwarrend. Soms hebben we het thuis over 'je' of 'u'. Dan geven we onze kinderen wat voorbeelden, zodat ze zelf leren bedenken wat het beste past.

En ook wij leren ze dat de toon en woorden bepalen of een gesprek respectvol is. 'Hallo, zeur niet zo, u moet gewoon effe wachten'. Nee, dat klinkt niet zo netjes. Dan vind ik 'u' zeggen toch minder belangrijk. Daarom wil ik er niet te krampachtig mee zijn.

Conclusie: ik doe maar wat op gevoel. Het zou makkelijker zijn als we een voorbeeld namen aan de Belgen: daar is iedereen 'u'. Of aan de Engelsen met hun 'you'.

Achter de schermen bij Rogplus

# Fulltime werken, een gezin, fanatiek sporten én mantelzorgen?



“

Mijn moeder is al ziek zolang ik me kan herinneren

”





---

**Een mens zou van minder overspannen raken. Maar consulent Tom Ernst (34) vindt het “gewoon een kwestie van prioriteiten stellen”. Naast zijn gezin en 36-urige werkweek, sport hij zo’n elf uur in de week. Ook zorgt hij om de dag voor z’n zieke moeder. En hij opent nieuwe deuren voor u.**

---

“Reed er een ambulance de straat in, dan rende ik als kind naar huis. Negen van de tien keer was het voor m’n moeder.” Tom kan zich niet anders herinneren dan dat zij ziek is en in een scootmobiel rijdt. Zijn keuzes voor werk zijn dan ook niet verrassend.

### **Grootse plannen**

Na de middelbare school begint Tom eerst als monteur van rolstoelen, scootmobielen en andere hulpmiddelen. Maar al na twee maanden zegt zijn baas: “Jij kan veel beter adviseur worden in hulpmiddelen.” Na een studie van tweeënhalf jaar in de avonduren, werkt hij eerst als adaptatie-adviseur bij leverancier Doove Care en later als teamleider bij HartingBank (nu Medipoint). Dankzij de leuke samenwerking, rolt hij zeven jaar geleden binnen bij Rogplus.

Als consulent voor de Wet maatschappelijke ondersteuning, bezoekt hij veel mensen thuis. Hij geeft tips, regelt hulp en meet hulpmiddelen aan. Zo komt hij ook op een ambitieus idee met scootmobielen. Net zo groots als zijn sportplannen.

“Anderhalf jaar terug liep ik nog geen tweehonderd meter hard”, zegt Tom. “Ik was toen nog dertig kilo zwaarder.” Hij is het zat, begint met trainen en krijgt al snel de smaak te pakken. “Ik dacht: waarom ga je niet gewoon trainen voor de marathon in Rotterdam?” Die loopt hij uit, samen met z’n vriendin. “Ik vond het zoveel voldoening geven, dat ik een nieuw doel zocht.

Ook een waarvan ik eerder dacht: dat kan ik nooit bereiken.” Dat doorzettingsvermogen heeft hij niet van een vreemde.

### **Wat heeft ze níét?**

“In plaats van: ‘Wat heeft je moeder?’, kun je beter vragen: ‘Wat heeft ze níét?’, zegt Tom. “De grootste boosdoener is SLE: een ziekte die verschillende lichaamsdelen en organen aanvalt. Daardoor krijgt ze uitval en ontstekingen. Zo loopt ze met een KEVO: een grote beugel om haar linkerbeen. Ook heeft ze een urinestoma, reuma, hartproblemen, ernstige rugklachten, noem maar op.”

Zijn moeder ligt zeker twee tot drie keer per jaar in het ziekenhuis. Toch heeft hij een fijne jeugd gehad. “We hebben ermee leren leven. En toen mijn vader nog leefde, deed hij alles voor haar, tot in den treure. Wat ook helpt, is dat ze een onwijze vechter is. En een superleuke vrouw.” Hij lacht: “Als je er een gulden ingooit, praat ze voor een tientje.” Zijn ervaringen thuis komen hem goed van pas in zijn werk.

Vaak pakt Tom de ingewikkelde vragen op, zoals bijzondere rolstoelen voor meervoudig gehandicapte kinderen. Of grote verbouwingen, zoals een lift in huis of een tijdelijke badkamer in de tuin. Daarover adviseert hij ook collega’s. “De meeste mensen die ik help, ken ik al vijftien jaar. Dat maakt m’n werk persoonlijk en plezierig. Net als m’n leuke collega’s en het scootmobiel-project waaraan ik werk.” Ook privé bereidt hij zich voor op iets uitdagends.



//

**Ik zoek doelen waarvan ik dacht: dat kan ik nooit bereiken**

//

## De ijzeren man

Toms nieuwste sportuitdaging is een Ironman 70.3, een halve triatlon 'voor mannen van ijzer'. 2000 meter zwemmen, 90 kilometer fietsen en 21 kilometer rennen. Hij lacht: "Ik had al geen fiets meer sinds de brugklas." Met deze uitdaging haalt hij meteen geld op voor kinderen met kanker.

Al maanden staat hij om 04.30 uur op en fietst of rent hij vanaf 05.15 uur door Maassluis. In het weekend loopt hij rustig een halve marathon. Waarom zo vroeg? "Op schooldagen breng ik om 08.30 uur m'n dochter van zeven naar school. En de avonden die ze bij mij is, sinds mijn scheiding, zijn heilig."

Tot twee jaar terug woont hij één straat achter z'n ouders in Gouda. Daarna verhuist hij naar Maassluis. Op de dag dat hij de sleutel krijgt, krijgt z'n vader een hartinfarct, waaraan hij overlijdt. Sinds die tijd zorgen hij en zijn zus voor hun moeder. Samen met het nichtje van de buurvrouw en een paar anderen.

"Ik vind mantelzorg onwijs belangrijk. Een fijne mantelzorger betekent zoveel meer dan een boodschappie doen. Een klankbord, leuk contact, menselijkheid..."

"Ik vind het ook niet lastig, al kost het me wel veel tijd. Het is maar wat je belangrijk vindt. En het helpt dat Rogplus me alle ruimte geeft om m'n tijd flexibel in te delen." Ook krijgt hij dus ruimte voor zijn unieke project.

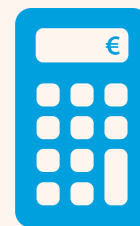
## Naar buiten met die dingen!

In zijn werk komt Tom regelmatig mensen tegen voor wie een scootmobiel een uitkomst zou zijn. Maar een voorwaarde hiervoor is een stalling, en die hebben veel mensen niet. Dat moet toch anders kunnen?, dacht hij. En toen hij overal deel-scooters zag verschijnen: waarom geen deel-scootmobielen?

Dit jaar start hij daarom een proef in twee flats in Vlaardingen. Acht deel-scootmobielen staan al klaar. Hij kan ze op z'n telefoon volgen: waar staan ze en zijn de accu's vol? Het wachten is nu op de aannemer die de stallingen maakt. Na die proef wil Tom zich ook inzetten voor scootmobielen op straat. "Naar buiten met die dingen! Want waarom een scooter wel buitenzetten, maar een scootmobiel niet?" Zijn doel is dat er straks overal in Nederland deel-scootmobielen rondrijden. En als Tom een doel heeft...



# Veelgestelde vragen over de eigen bijdrage



### Wat is de eigen bijdrage Wmo?

Sinds 2020 betaalt iedereen in ons land dezelfde eigen bijdrage voor hulp vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). Het maakt niet uit of u veel of weinig hulp krijgt en of u een hoog of laag inkomen heeft. Dat heet het abonnementstarief en is € 19 per maand. Het idee erachter? Zo stapelen uw zorgkosten zich niet op. Ook is er minder administratie nodig. Maar in de praktijk vragen meer mensen hulp aan, waardoor de kosten voor de gemeenten stijgen. Daarom denkt de overheid na over aanpassingen.

Soms hoeft u geen eigen bijdrage te betalen. Bijvoorbeeld als u een partner heeft en minimaal een van u jonger is dan de AOW-leeftijd.

### Voor welke hulp moet ik een eigen bijdrage betalen?

- + Huishoudelijke hulp (Schoon Huis)
- + Woonvoorzieningen en woningaanpassingen
- + Scootmobiel
- + Dagbesteding
- + Logeren in een zorginstelling
- + Begeleiding
- + Elektrische deuropener
- + Vlonder
- + Beschermd wonen (inkomensafhankelijke eigen bijdrage)



### Kan ik de eigen bijdrage tijdelijk stoppen als ik even geen hulp krijg?

Dat is helaas niet mogelijk. Vergelijk het met een televisie-abonnement: ook als u een maand geen tv kijkt, betaalt u abonnementskosten. De kosten van uw zorg of hulpmiddel zijn nog altijd hoger dan wat u zelf betaalt. Heeft u uw hulpmiddel(en) wel helemaal afbetaald? Dan stopt uw eigen bijdrage vanzelf. Dus kost uw hulpmiddel € 456? Dan hoeft u na 24 maanden geen eigen bijdrage meer te betalen. Want  $24 \times € 19 = € 456$ . Ook als uw zorg stopt of als u verhuist, stopt uw abonnement.

### Ik heb moeite met betalen. Wat kan ik doen?

Meestal is er een afspraak mogelijk over uw betaling. Bel hiervoor het CAK: 0800-1925. Dit kantoor doet voor alle gemeenten de administratie van de eigen bijdragen. Zij helpen u ook met tips bij (beginnende) schulden.

Ook kunt u zich via de gemeente verzekeren voor extra zorgkosten. Zo'n collectieve aanvullende verzekering (CAV) vergoedt bijvoorbeeld uw eigen bijdragen, bril en de tandarts. De verzekeraar geeft hierbij korting en de gemeente betaalt voor een deel mee. De CAV is er voor iedereen met een laag inkomen en/of een chronische ziekte of beperking. U vraagt 'm aan bij Stroomopwaarts: 010 - 246 55 55.

**Meer vragen en antwoorden?**

Ga naar [www.rogplus.nl/eigen-bijdrage](http://www.rogplus.nl/eigen-bijdrage).

## Fotoverslag

# Argos Mobiel: deze vrijwilligers rijden u graag van A naar B

“Voor sommige mensen is tweehonderd meter lopen al te ver. Maar daar rijdt een gewone taxi niet voor”, zegt Belinda Koch, vrijwilligerscoördinator bij Argos. Argos Zorggroep doet dat wel. Naar de markt of huisarts, ergens koffiedrinken... Ruim zestig vrijwillige chauffeurs rijden u van deur tot deur in Maassluis, Vlaardingingen en Schiedam. Van tweehonderd meter tot zes kilometer.



*Tanja van Schie (45) is een van de ruim 4.600 klanten van Argos Mobiel. Na twee weken coma door corona, heeft ze nog veel lichamelijke klachten.*

### Zo blij mee!

“Rogplus tipte me Argos Mobiel. Ik ben er zo blij mee! De planner boekt m’n ritten naar de fysiotherapeut al ruim een maand van tevoren in. Daar heb ik dus geen zorgen over. Toen een afspraak met de fysio niet doorging, belde ik of ik ook naar het winkelcentrum mocht. Ze zeiden: ‘Mevrouw, al wilt u ergens op een pleintje gaan zitten, het maakt ons niet uit. Als u wat leuks gaat doen, is onze dag weer goed.’ Hoe leuk is dat?”



**Al ga ik ergens op een pleintje zitten**



### Voor iedereen

“Je hebt geen medisch bewijs nodig”, legt Belinda uit. “Iedereen kan Argos Mobiel bellen.” We vragen alleen een naam en adres. Nooit waarom je Argos Mobiel gebruikt. We gaan uit van het goede van de mens.”







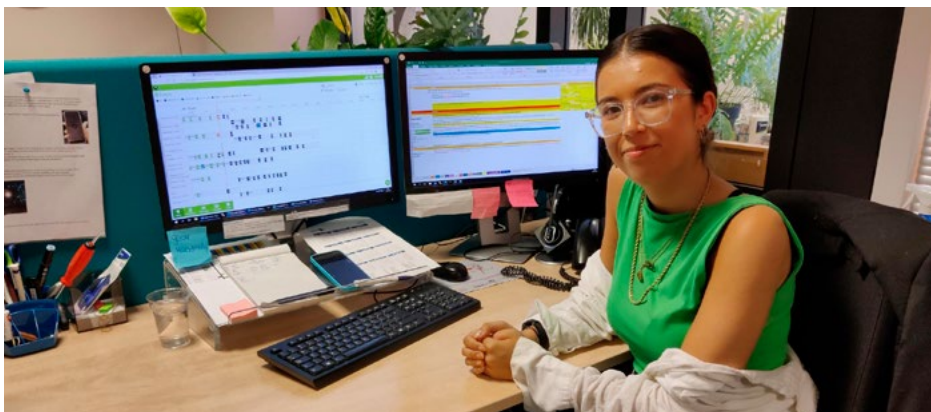
*Willem Hoogstad (74) werkt als chauffeur bij Argos Mobiel. Zijn vrouw overleed vorig jaar, waardoor hij in een flink gat viel. Ze waren bijna vijftig jaar getrouwd.*

## Bijdrage aan de maatschappij

“Een consulente van Rogplus wees me op de website [www.klikvrijwilligers.nl](http://www.klikvrijwilligers.nl). Zo kwam ik bij Argos Mobiel terecht. Ik doe dit werk met veel plezier. Elke dag is anders. Zo moest ik eens een mevrouw snel naar huis brengen omdat ze niet goed werd en haar alarm nodig had. Een ander was gevallen tijdens een wandeling en bracht ik naar de Eerste Hulp. Ik kan weer invulling geven aan mijn dagen en een bijdrage leveren aan de maatschappij. Dat geeft me enorm veel voldoening.”



## Ik voel me weer nuttig



## Dankbaar initiatief

“Mensen zijn ontzettend dankbaar voor dit initiatief”, ervaart planner Roma Gerlach elke keer weer. “En vaste klanten leer ik steeds beter kennen. Even een praatje maken, dat waarderen ze enorm. Dat maakt mijn werk compleet. Het is vaak wel een uitdaging om de planning rond te krijgen. Maar als het is gelukt om iedereen tevreden naar z’n bestemming te brengen, ben ik voldaan.”



## Hoe werkt Argos Mobiel?

### Een rit boeken

Bel 010 – 427 83 90.  
Reserveer op tijd.  
Een rollator kan ingeklapt mee in de kofferbak, een rolstoel past helaas niet.

### Tijden

Maandag tot en met vrijdag van 08.00 tot 20.00 uur.  
Zaterdag en zondag van 09.00 tot 17.00 uur.

### Tarieven

€ 1,35 per persoon per rit van tweehonderd meter tot drie kilometer.  
€ 2,70 per persoon per rit van drie tot zes kilometer.

### Betalen

U betaalt in de auto met PIN of de Argos Mobiel Rittenkaart.

---

Kijk voor meer informatie op [www.argoszorggroep.nl/diensten/argos-mobiel](http://www.argoszorggroep.nl/diensten/argos-mobiel).

---

# Tip, anekdote, bedankje of vraag? Graag!



Heeft u een tip?



Wilt u een anekdote of kiekje met ons delen?



Heeft u een vraag aan Rogplus?



Zoekt u gezelschap?



Zet u graag iemand in het zonnetje?

Stuur dan een bericht naar [redactie@rogplus.nl](mailto:redactie@rogplus.nl) of Redactie Rogplus Magazine, Postbus 234, 3140 AE Maassluis

Het Rogplus Magazine verschijnt in april, september en december. Drie maanden ervoor kiezen we de onderwerpen, dus wees op tijd!

**U maakt dit magazine nog leuker om te lezen.**

## Van de lezers

Ingezonden tips, anekdotes, bedankjes of vragen

# Scootmobieler, let op!

Het is dat ik na de eerste keer een droom had: die man in z'n scootmobiel rijdt me nóg een keer aan. Daardoor was ik op m'n hoede en stond ik schuin in de rij voor de kassa van de Albert Heijn. Anders had hij me zo door de ruit heengereden.

Hij raakte mij en de man voor me, die net stond af te rekenen. Ik belandde op de kassaband en lag zo ongeveer op de kassa. M'n bonnetje van de lege flessen vloog door de lucht, kun je nagaan. Hij zei: "Oh, hij ging opeens uit zichzelf rijden." Ik zat onder de blauwe plekken en had veel pijn.

In datzelfde jaar werd m'n zoon twee keer aangereden door een scootmobiel. De ene keer reed een buurman over z'n voeten heen toen hij uit de Albert Heijn liep. Die rijdt altijd veel te hard. De andere keer raakte een scootmobiel hem ín de supermarkt.

Dus let goed op met uw scootmobiel. En als u er iets gekks aan merkt, vraag dan even aan de leverancier of ze 'm nakijken. Via Rogplus kunt u ook extra lessen volgen. Houdt ook de bijwerkingen van uw medicijnen in de gaten. Ik viel laatst ook doordat ik duizelig werd van m'n pillen.

Het is niet m'n bedoeling om u uit uw scootmobiel te krijgen. Maar de man die mij aanreed, had ook een baby'tje kunnen aanrijden. En soms kun je van kleine ongelukken jaren last houden. Daarom deel ik mijn verhaal. Wees als scootmobiel niet alleen op straat voorzichtig, maar ook in ruimtes binnen! - Mevrouw Kleiweg (Maassluis)



*Mevrouw Kleiweg doet nietsvermoedend boodschappen, net als deze mevrouw. Dan rijdt een scootmobiler haar aan, tot twee keer toe.*



**Gijsbert lost het op**

## Na het overlijden van...

Ja, ik weet het, dit onderwerp is niet populair. Alles wat met ons einde te maken heeft, vermijden we het liefst. Maar vroeg of laat moeten onze nabestaanden aan het werk. Dus help ze alvast een handje.

En dan opeens is het einde daar. Verdriet. Waar is dit? Waar is dat? Is er een testament of zoiets? Nee, er staat niets op papier. Chaos. Extra verdriet.

Waar de huis-tuin-en-keukenspulletjes naartoe moeten, is meestal geen probleem. Dat was vroeger vaak het enige wat nabestaanden moesten regelen. Maar nu hebben ze te maken met toeslagen, verzekeringen, lidmaatschappen... Alles zoveel mogelijk digitaal. Waar moeten ze al die documenten en wachtwoorden vinden?

Zelf heb ik al jaren een 'testament' in de kast staan, met de titel van dit verhaal. Het is een zelfgemaakte lijst met bijvoorbeeld gewenste begrafenisrituelen, adressen, abonnementen, lidmaatschappen en banken. Ik heb geen bijzondere spullen in huis, dus een officieel testament via de notaris vind ik niet nodig. Maar 'iets op papier' zou iedereen minimaal moeten hebben, zeker als je ouder bent.

Een handig hulpmiddel daarbij is het boek 'Mijn belangrijke gegevens overzichtelijk bij elkaar'. Daarin vul je je persoonlijk archief gemakkelijk in. Het telt 225 pagina's, met te veel onderwerpen voor de gewone man of vrouw. Maar het is toch zeer waardevol: alle mogelijke onderwerpen komen aan de orde.

Voor een klein bedrag leg je ermee vast wat er met je bezittingen moet gebeuren, of je begraven of gecremeerd wilt worden, wat je rekeningnummers zijn, en nog veel meer.

De bekende smoes 'dat doe ik later wel, want is nog een hele uitzoekerij', gaat hiermee dus niet meer op.

Zorg wel dat 'Na het overlijden van...' niet in verkeerde handen valt.

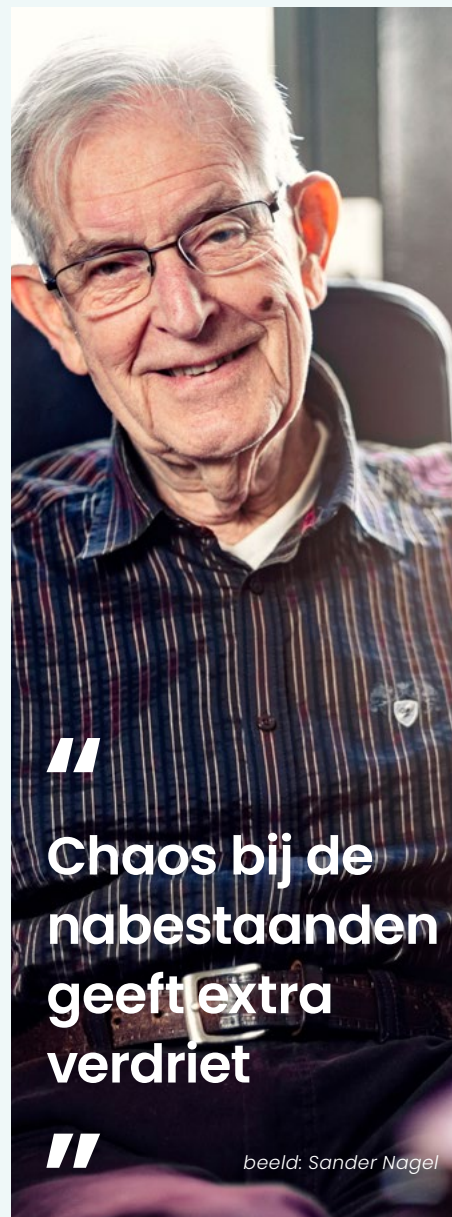
---

Gijsbert Los **Geboren** op 31 oktober 1932 **Woont** in Vlaardingen met zijn vrouw Willy **Werkte** als directeur in het speciaal basisonderwijs **Is** fiets- en schrijffanaat **Heeft** 6 kinderen, 24 kleinkinderen en 24 achterkleinkinderen **Deelt** in elk Rogplus Magazine een oplossing.

---

Foutje herstellen: in het vorige magazine stond dat je je rijbewijs vanaf je 75ste elk jaar moet verlengen. Dat moet zijn: elke vijf jaar (of eerder bij gezondheidsproblemen).

---



“  
**Chaos bij de nabestaanden geeft extra verdriet**  
”

*beeld: Sander Nagel*

*Gijsbert heeft al jaren een zelfgemaakt testament in z'n kast staan en deelt daarvoor een handige tip.*





V	A	V	O	G	N	I	R	A	V	R	E
E	B	E	L	E	V	E	N	I	S	G	T
E	I	N	S	T	U	U	R	B	N	V	H
R	E	T	V	P	G	I	N	I	T	R	C
K	R	A	A	E	A	A	N	N	H	I	J
R	U	E	T	R	R	N	E	I	N	H	W
A	U	D	V	A	I	H	N	N	D	E	R
C	T	E	W	W	R	P	A	I	E	I	E
H	N	G	R	E	E	N	S	L	N	D	V
T	O	E	I	D	I	E	J	N	E	G	N
E	V	S	A	L	K	E	N	T	I	N	O
O	A	V	E	R	T	R	O	U	W	E	N

**Onverwacht**    **Avontuur**    **Veerkracht**    **Reis**  
**Vertrouwen**    **Ervaring**    **Verhalen**    **Vrijheid**  
**Overwinning**    **Inspiratie**    **Spanning**    **Belevenis**

## Ga op avontuur!


Disclaimer: de informatie in dit magazine stelden we met de grootste zorg samen. Toch kan er een fout of onvolledigheid in zijn geslopen. U kunt Rogplus hiervoor niet aansprakelijk stellen of er rechten aan ontlenuen. Artikelen (of tekstdelen) en afbeeldingen opnieuw gebruiken, mag alleen met toestemming van de redactie. Ook moet u aangeven dat ze uit het Rogplus Magazine komen. Stuur u voor vragen en opmerkingen een e-mail naar [redactie@rogplus.nl](mailto:redactie@rogplus.nl). Dit magazine is gemaakt van duurzaam papier. FSC beschermt bossen en de lokale bevolking. Opmaak: b creative agency



## PUZZEL

### Hoe vindt u de oplossing?

Alle woorden staan kriskras door elkaar (van links naar rechts, van boven naar beneden, omgekeerd of schuin). Heeft u alle woorden weggestreept? Dan blijft er een aantal letters over. Lees deze letters van links naar rechts. Veel puzzelplezier!

E-mail de uitkomst van de puzzel voor 1 november 2022 naar [redactie@rogplus.nl](mailto:redactie@rogplus.nl). Gebruik als onderwerp 'puzzel september'.

Of stuur 'm per post naar:  
 Rogplus  
 Redactie Magazine  
 Postbus 234  
 3140 AE Maassluis

Vermeld bij post én e-mail uw naam, adres en telefoonnummer.

We verloten begin november drie cadeaubonnen van € 25 onder de goede inzendingen.

### De prijswinnaars van de vorige puzzel zijn:

Maassluis:    Mevrouw R. Amini  
 Vlaardingen:    Mevrouw J. Brouwer  
 Schiedam:    De heer T. Swaen

De oplossing was:

*'De lente helpt ons herinneren hoe mooi verandering kan zijn.'*

