

DE DRAAD

MAGAZINE NR2, 2025 | GRATIS



JONG EN OUD SAMEN

DAGBOEK VAN EEN WIJKVERPLEEGKUNDIGE

Blijven doen wat belangrijk is

Beste lezer,

In al die jaren als wijkverpleegkundige heb ik één ding geleerd: iets werkt pas als het past bij iemands leven en gewoontes. Niet omdat 'de zorg' vindt dat iets beter of veiliger is, maar omdat iemand zélf voelt waarom het belangrijk is.

Neem meneer Klaassen. Een zelfstandige man, 78 jaar, die al zolang hij zich kan herinneren elke woensdagochtend naar de viskraam op de markt loopt. "Even een praatje, een haring en weer door," zegt hij. Maar de laatste tijd gaat hij minder vaak. "Beetje wiebelig op de benen," vertrouwt hij me toe, terwijl hij een hand op de tafel legt om steun te zoeken.

Ik zou nu kunnen zeggen: 'U moet meer bewegen!' of 'Heeft u al een loophulpmiddel overwogen?' Maar ik weet ook dat dat niet werkt. Dus ik vraag: Wat maakt die viskraam zo belangrijk? Meneer Klaassen lacht: "Tja, gewoon... ik hoor erbij."

En daar zit de kern: het draait om meebewegen met wat iemand wil behouden, niet om iets te verplichten. Voor meneer Klaassen betekent dat: blijven lopen, op zijn manier. We bespreken kleine aanpassingen zoals een stevige stoel bij het aantrekken van zijn schoenen en een vaste tijd om dagelijks een rondje te lopen. Kleine gewoontes, grote winst.

Een paar weken later ontvang ik een berichtje: "Woensdag weer naar de viskraam geweest. De haring smaakte heerlijk! Dankjewel voor het duwtje in de rug."

Door tijdig dat zetje te geven, voorkom je dat kleine dingen grote drempels worden. Soms zit het in iets kleins, met groot verschil voor later.

Maria,
de wijkverpleegkundige van Thebe

MAAK KENNIS, KIES 3 maaltijden voor € 18,-

- Hollandse hachee met rode kool en puree
- Kibbeling, Mexicaanse groenten en krieltjes
- Halsarbonade, witlof spekjes en krieltjes
- Babi pangang, groenten ananas, bami goreng
- Kip saté, nasi goreng met Indische groenten
- Gebakken zalmfilet, bladspinazie en puree

Bel 013-544 2513 of stuur op!

In een envelop naar: (frankeren is niet nodig!)
Stichting Maaltijdenexpres (ANBI)
Antwoordnummer 60779, 5000WB Tilburg

www.maaltijdenexpres.nl
info@maaltijdenexpres.nl

Naam _____ m / v

Adres _____

Postcode _____ Telefoon _____

Woonplaats _____

E-mail _____

Wij nemen contact met u op in verband met de bezorging.
(Aanbieding is éénmalig alleen geldig voor nieuwe klanten) 2025



GRATIS OPHAALSERVICE

**HEB JE GOEDEREN DIE JE NIET MEER NODIG HEBT?
NIET WEGGOOIEN!**

La Poubelle haalt de goederen **kosteloos** bij jou op en maakt daarna andere mensen weer blij met jouw spullen. Onze medewerkers spreken een datum en dagdeel met je af. Op het afgesproken dagdeel halen de chauffeurs de goederen bij je op.

OPHAALAFSPRAAK MAKEN? BEL NAAR 013 543 92 22

Onze voorwaarden:

- goederen moeten compleet (functioneel) zijn
- goederen moeten redelijk eenvoudig schoon te maken zijn
- als goederen niet functioneel zijn – moeten we ze eenvoudig kunnen repareren.

WWW.LAPOUBELLE.NL



QR-codes

Op verschillende plekken in De Draad komt u QR-codes tegen. Dit zijn een soort barcodes met zwart-witte blokjes. Via die QR-codes komt u bij extra informatie over dat onderwerp op internet. De QR-codes kunt u scannen met uw telefoon of uw tablet.

Hoe het werkt

Open de app Camera op uw telefoon of tablet. Richt de camera op de QR-code (alsof u een foto maakt). De QR-code verschijnt op het scherm van uw telefoon. Er verschijnt een melding om de site te openen. Tik op de melding. Nu bent u op de website met informatie.



INHOUD

Beste lezer,

Jong en oud komen op tal van manieren met elkaar in contact. Natuurlijk is er de familieband maar ook via kunst, sport, werk of muziek weten verschillende generaties elkaar goed te vinden. Haal er één generatie tussenuit en er gebeurt van alles. Opa's die veel milder zijn voor hun kleinkind, dan ze ooit voor hun eigen kind zijn geweest. Oma's bij wie ineens veel meer mag. Ouders weten soms niet wat ze meemaken en kennen hun eigen vader en moeder nauwelijks terug.

Ook als je jong en oud laat samenwerken gebeuren soms onverwachte dingen. De jongere die in de huid van de oudere kruipt, de senior die zich door junior laat leiden.

Bij jongGoud, het kunstproject dat jong en oud samenbrengt in de wijk, waren de traditionele rollen soms omgedraaid. En ook bij de Nieuwe Koninklijke Harmonie, waar jong en oud samen muziek maken, komt het regelmatig voor dat oud van jong leert in plaats van andersom.

In alle gesprekken die we met jong en oud voerden, kwam steeds één rode draad terug: hoe fijn het is om écht met elkaar in gesprek te gaan en ruimte voor elkaar te maken. Soms letterlijk, als jong en oud samen onder één dak gaan wonen. Soms in figuurlijke zin door open te staan voor het verhaal van de ander en naar elkaar te luisteren. Veel leesplezier.

Etiënne van Breugel
Hoofdredacteur

04 Bliksemstage het Laar

10 Jong en oud brengt elkaar in beeld

16 Bijzondere banden

22 Serve the Grey: jong neemt oud mee op pad

26 Jong en oud maken samen muziek

30 Jonge mantelzorger Mitch

34 Jong en oud: samen in één huis

RUBRIEKEN

03 Voorwoord

08 Voor De Draad Ermeë: Tarik Persad

13 Puzzel

14 Nieuwsgaren

20 De Passie van: Henny Willemsen

24 De Draad Kwijt

BLIKSEMSTAGE BIJ HET LAAR

Kent u de Doff N' Donner? Dat is een handig hulpmiddel waarmee je heel eenvoudig steunkousen aan- en uit kunt trekken. Een groep leerlingen van **Praktijkcollege Tilburg** kreeg er onlangs uitleg over tijdens een bliksemstage bij woonzorgcentrum Het Laar. De leerlingen kregen ook een rondleiding en gingen in gesprek met een aantal bewoners. Een mooie kennismaking met de ouderenzorg.

Tekst **Hans Peters** | Fotografie **Joris Buijs**



Het is donderdagmiddag, eind maart. Langzaam druppelen vijftien leerlingen van het Praktijkcollege Tilburg een van de ontmoetingsruimtes van het Laar binnen. Op uitnodiging van JINC, een landelijke organisatie die jongeren helpt aan een kansrijke start op de arbeidsmarkt, zijn ze in het woonzorgcentrum aanwezig om op laagdrempelige manier kennis te maken met ouderenzorg. Hun latere beroep misschien wel. Na een warme introductie geeft verpleegkundige Marta de jongeren uitleg over een aantal medische hulpmiddelen. Ze legt de zuurstofmeter uit. Marta: "Hiermee meet ik het zuurstofgehalte in het bloed. Is het zuurstofpercentage rond de 98 procent in je lichaam dan is het goed. Is het gehalte onder de 90 procent, dan waarschuw ik de arts", zegt ze streng. Ze meet de zuurstof bij een jongen. "Ah, 97 procent, hier ben ik blij mee. Ik hoef niet te beademen", zegt ze geïnteresseerd.

Dan is de bloedsuikermeter aan de beurt. Marta: "Met de meter bepalen we de hoogte van de bloedsuiker. Je krijgt een prikje in je vinger. Een klein beetje bloed is genoeg om het gehalte te bepalen. Wie durft?" Eén meisje steekt stoer haar hand op, niet bang voor een prikje. "Oké, 6,9 suikergehalte. Dat is prima. Heb je een te hoog suikergehalte, dan dienen we medicatie toe om dit omlaag te krijgen. Heb je een laag suikergehalte, dan krijg je ranja of Dextro; en in noodgevallen een spuitje met glucagon." De stethoscoop vervolgens. Daarmee kun je elkaars hartslag horen. Hoe leuk is dat? Een meisje luistert aandachtig bij een ander meisje. Marta meet de polsslag. Rond de 70. Vervolgens rent het meisje een rondje rond de vijver. Als ze terugkomt, wordt opnieuw de hartslag gemeten. Marta: "144! Een verdubbeling. Dit is wat je hart doet bij inspanning. Ook bij stress, voor een toets bijvoorbeeld." Het meisje zegt dan ook: "mijn hart gaat hard tekeer, niet normaal, man'. Tot slot mogen de leerlingen steunkousen bij elkaar aantrekken met

de Doff N' Donner. Hilariteit alom. Zo'n strakke kous om zo'n jong been. Marta: "We doen nu wel lacherig, maar voor mensen met dikke benen of slechte aderen is zo'n steunkous pure noodzaak. De kous zorgt voor een betere doorstroming van het bloed maar zit nogal strak. Het is geen pretje, vooral niet bij extreme hitte. Wees maar blij dat jullie niet zo'n kous hoeven te dragen."

MINI-MAATSCHAPPIJ

Na de demonstratie geeft receptioniste Marion een rondleiding. In de tuin kunnen de leerlingen zich uitleven op de beweegattributen voor de bewoners. Het is een mooie tuin met een vijver, een volière, een kruidentuin en een jeu-de-boules baan. Bewoners kunnen hier op bankjes van het zonnetje genieten. Marion neemt de groep weer mee naar binnen, langs de koffiehoeke, de winkelstraat met kapper, het internetcafé, de bakker

en mini-supermarkt. Achter het restaurant Chapeau! bevindt zich een stillteruimte. Marion: "Hier steken we elke ochtend de lichtjes aan voor mensen die hun dierbaren willen herdenken of willen mediteren." De leerlingen worden er zelf stil van. Een meisje mijmert: "Het lijkt me best moeilijk als je een tijdje voor iemand zorgt, dat die er dan ineens niet meer is". Marion: "Klopt, dat vinden wij ook steeds weer moeilijk." Naast de stillteruimte ligt de Orangerie. Marion: "Hier eten mensen die het restaurant te druk vinden. Ook gebruiken we de ruimte voor medewerkersbijeenkomsten of voor condoleances. Elke dinsdag en donderdag houden we een soos voor bewoners. Die kunnen hier gezellig een spelletje doen, kletsen en een borreltje nemen."

EEN BOEIEND LEVEN

Dan worden de leerlingen voorgesteld aan twee bewoners: mevrouw van Delft (87) en mevrouw Simons



“Tijdens de bliksemstage worden toekomstzaadjes geplant”



> (91). Ademloos luisteren ze naar hun levensverhalen. Mevrouw Simons: “Ik ben geboren in Hilvarenbeek. Ik zat op een internaat dat werd gerund door de nonnen. Dat was geen pretje. Na de mulo deed ik de administratie bij een praktijk voor fysiotherapie. Mijn man was ook fysiotherapeut. Later deed ik zijn administratie. We kregen twee kinderen, vier kleinkinderen en vijf achterkleinkinderen. Mijn man is overleden. Drie jaar geleden kreeg ik spinaal stenose. Hierdoor kan ik niet meer lopen en zit ik in een rolstoel. Daarom verhuisde ik twee jaar geleden naar Het Laar. Ik ben afhankelijk van 24-uurs zorg.” Ook mevrouw Van Delft is weduwe en woont sinds twee jaar in het woonzorgcomplex: “Ik ben geboren in Tilburg. Op mijn veertiende moest ik gaan werken in een wollenstoffenfabriek; ik was de oudste van het gezin. Toen ik verkering kreeg en zwanger werd, moest ik van de fabriek stoppen met werken. Ik heb een fijn huwelijk gehad. We kregen twee kinderen, twee kleinkinderen en één achterkleinkind. Ik heb een herseninfarct gehad maar door de medicatie gaat het beter met me. Ik kan nog lopen met een rollator en kan zelf in en uit bed komen. De verpleging is behulpzaam, ze helpen me bij het aantrekken van mijn steunkousen en de verzorgenden pellen mijn sinaasappels. Zo lief.”

JE ZELFSTANDIGHEID LOSLATEN

Na de verhalen mogen de leerlingen vragen stellen. Een jongen vraagt ‘hoe is het om afhankelijk te zijn van zorg?’ Mevrouw Simons: “Dat is het moeilijkste. Je moet een stuk van je zelfstandigheid loslaten. Vroeger was ik actief en kon ik alles. Nu ben ik hulpbehoevend: ik heb flink ingeleverd. Dat je op een belletje moet drukken om te vragen of iemand je een kopje thee wil geven of je naar het toilet wil brengen.” Mevrouw van Delft beaamt dat: “Je maakt een nieuwe start in het verzorgingshuis en moet je vertrouwde omgeving achterlaten.” Mevrouw Simons: “En je kampt met groot en klein verdriet. Rouw, eenzaamheid, pijn. Soms doet het heel veel pijn, soms minder. Dan is het heel fijn als iemand binnenwipt. De verpleging, de kinderen, de kleinkinderen en mijn overbuurvrouw, mevrouw Van Delft.”

‘Doen jullie ook mee aan leuke activiteiten?’ vraagt een meisje. “Zeker,” zegt mevrouw Van Delft. “Ik zit op gym, doe mee aan jeu de boules en we houden af en toe toernooien. Vorige week hielden we in de gang een rolstoelrace. Dat was prachtig!” Mevrouw Simons: “Ik ga naar de muziekmiddag en naar gespreksgroepjes. En ik zit al jaren in een leesclub.” “Wat is jullie lievelingseten?” vraagt een jongen nog. Mevrouw van Delft: “Ik hou wel van ovenschotels. En vanavond eten we Grieks.” “Misschien gaan we wel met borden gooien”, lacht mevrouw Simons. Tijd om af te sluiten.

DANKBAAR WERK

Wat vonden de jongeren zelf van de dag? “Het was heel leuk, net alsof je bij je eigen opa of oma op visite was,” zegt een jongen. “Ambiëren ze een loopbaan in de zorg na deze bliksemstage?” “Het lijkt me wel leuk. Ouderen ondersteunen, voor ze zorgen, een praatje met ze maken. Maar ik moet er wel aan wennen om aan iemands lichaam te zitten.” Mevrouw Simons: “Het is heel dankbaar werk. Je ziet veel, hoort veel, maakt kennis met ouderen. En als jij lief bent voor mij, ben ik lief voor jou.” Meester Michel vond het een leerzame dag. “Onze leerlingen, die tussen de twaalf en achttien jaar zijn, kunnen praktijkvakken kiezen, waaronder Zorg. We leiden op tot arbeid. Als ze na vijf jaar van school komen hebben ze een baan. In de bouw, in de zorg of in een winkel. De leerlingen moeten deze maand een keuze maken voor een praktijkvak. Daarom doen we hieraan mee. Het helpt hen die keuze te maken. Zodat ze weten wat ze later willen worden. Ze zien het vak van dichtbij. Dat is enorm leerzaam.”

⚡ **Woonzorgcentrum Het Laar werkt samen met JINC.** Deze landelijke organisatie helpt kinderen van 8 tot 16 jaar aan een goede start op de arbeidsmarkt. Via de JINC-projecten maken ze kennis met allerlei beroepen, ontdekken ze welk werk bij hun talenten past en leren ze solliciteren. Kinderen die opgroeien in een omgeving met veel werkloosheid en minder rolmodellen krijgen dankzij JINC de kans om te groeien en hun talenten te ontdekken. Want je achtergrond bepaalt niet je toekomst.

www.jinc.nl | www.hetlaar.nl

“Tilburg: Een stad waar we omzien naar elkaar!”

Anne Veldhoven,
lijsttrekker CDA Tilburg

Een fijne stad begint met een prettige leefomgeving en betrokkenheid bij elkaar. CDA Tilburg vindt het belangrijk om daarin te investeren. Hoe zorgen we samen voor een stad waarin iedereen – jong én oud – zich gezien, gewaardeerd en thuis voelt?

Deze keer denken we graag met u na over hoe we in Tilburg de kracht van ouderen beter kunnen benutten. En hoe zorgen we ervoor dat ouderen in Tilburg prettig kunnen leven en zich actief betrokken blijven voelen bij hun omgeving? Wat kan de gemeente doen om dit beter te ondersteunen?

Heeft u ideeën? Laat het ons weten! Mail naar: koffiemetanne@outlook.com



di 27 mei
Opera Zuid
Le Villi & Silenzio

wo 4 jun
Nederlands Dans Theater
NDT 2 | Falling into Shadow

do 5 jun
Nederlands Kamoroor & Muziektheater
Transparant
Between Two Lights

vr 13 jun
Cyrano
Jeroen van Spitzenberger e.a.

Bekijk het programma op:
SCHOUWBURGCONCERTZAALTILBURG.NL



Jij bent erbij in Tilburg!





Met een taart bezoekt De Draad inwoners van Tilburg. We praten over het leven in het heden en in het verleden; wat is er allemaal gebeurd, wat kan er beter? Vandaag overhandigen we de taart aan **Tarik Persad (27)**, sinds kort werkzaam als psycholoog bij Amarant. Sport was Tariks lust en zijn leven, tot een dramatisch ongeval daar een einde aan maakte.

Tekst **Betty Montulet** | Fotografie **Hans Peters**

Tarik zit niet graag stil; de term bezige bij is in zijn geval een understatement: "Ik heb altijd fanatiek aan fitness gedaan, voetbalde bij de vriendenclub van SVG en doe nog steeds aan MMA (Mixed Martial Arts), een vechtsport." Tot die dramatische dag in februari 2023: "Iemand gleed uit en viel met grote kracht op mijn been waarbij ik alle knie-, kruisbanden en mijn meniscus scheurde. De orthopeed zei dat hij nog nooit zo'n puinhoop had gezien. En dan denk je: Laat maar. Alles is kapot!" Een operatie kon pas maanden later en daar zat hij dan, met gestrekt been op de bank; van studie, drie sporten, werken in de zorg naar helemaal niks. "Ik werd er gek van dus vroeg ik mijn zus of ze me naar de sportschool kon brengen, kwam ik daar binnen met mijn stellage van braces en krukken. Ik kreeg veel aandacht, niet altijd even fijn maar toen daagde het wel bij me: hoe moet dit dan zijn voor mensen die altijd zwaar beperkt zijn en deze drempel moeten nemen?"

SAMEN STERK IN BEWEGING

Tarik had makkelijk in een negatieve spiraal terecht kunnen komen maar de slachtofferrol ligt hem niet. "Ik dacht: maak

er het beste van! Omdat hij nu toch tijd te over had, legde hij contact met de Rabobank en organisaties als Inclusive Dance en Podotherapie van der Kaa. "Dankzij hun adviezen kon ik al in de zomer de stichting SterkInBeweging (SIB) opstarten. Met als doel mensen met een beperking aan het bewegen te krijgen; kleinschalig en op maat." Tarik legt uit: "We zijn begonnen met het helpen van mensen met het Syndroom van Down. Ik heb daar ervaring mee en weet dat er zoveel positiviteit zit bij deze mensen; ze zijn zo liefdevol, zo bereid om iets voor je te doen. Als je een kind met een beperking hebt, wil je graag dat het zich gewoon kan aansluiten bij bestaande sportclubs. Maar die stap is nu te groot. Wij willen graag die tussenfase zijn. Wij gaan dus ambulante training geven op een woongroep. Dat kost niks, vraagt niet om vervoer; de inspiratie, daar zorg ik voor!"

TOPJAAR 2024

En inspireren doet hij, zo blijkt uit de vele reacties van deelnemers. Dat het werkt bleek in 2024 toen de Stichting de K2 Challenge won, een prijs voor initiatieven die

bijdragen aan het prettig en probleemloos opgroeien van kinderen en jongeren in Brabant. Daar bovenop werd Tarik ook nog eens de Vrijwilliger van het Jaar. Tarik: "Dankzij alle goede mensen om mij heen werd 2024 een prachtig jaar! Daar gaan we op voortborduren!"

SterkinBeweging (SIB) wil zich meer op groepen gaan richten; zo was er vorig jaar een Tilburgse Beweeg- en Borreldag voor Brabant Maatjes, een initiatief van en voor eenzame jongeren. Tarik zorgde ervoor dat de deelnemers fysiek met elkaar in contact kwamen door het boksen, maar hij verzorgde ook een vragenspel voor bij de borrel en de hapjes. SIB wil zich ook gaan richten op mensen met een migratieachtergrond en ouderen: "We helpen allerlei mensen met verschillende beperkingen en van allerlei leeftijden. Denk aan ouderen die alleen thuis wonen en onzichtbaar zijn geworden voor de maatschappij." Zelf is hij wandelmaatje en buddy van ouderen met Parkinson of ouderen die in een sociaal isolement zitten. De bezige bij is inmiddels beziger dan ooit. Zijn knie is goed hersteld alleen heeft zijn rechtersvoet zenuw schade opgelopen met als gevolg dat hij die niet meer op kan tillen. Voetballen gaat dus niet meer.

DRANG EN DWANG

Zat het er altijd al in bij deze jongen? Hij groeide op in een gezin met Surinaamse roots, samen met twee zusjes, in de Reeshof. Tarik lacht: "Mijn schooltijd was een ramp. Ik bezorgde mijn ouders grijze haren maar nu zijn ze trots. Drang en dwang werken bij mij averechts. Dus heb ik op drie verschillende scholen gezeten en kreeg na een slechte CITO-score het advies kader, een soort praktijkopleiding. Maar dankzij de inzet van mijn moeder mocht ik toch naar het VMBO. Ik was een rebel en mijn donkere huidskleur voedde een bepaald beeld, maar goed, ik word liever onderschat dan overschat."

Uiteindelijk doorliep hij havo en vwo en hoewel zijn ouders graag zagen dat hij arts werd, paste de studie psychologie hem als een goed zittende sportschoen: "Ik haalde mijn master in Positive Psychology and Well Being aan de Universiteit van Tilburg en ik denk dat ik daar op persoonlijk vlak ook heel veel aan gehad heb. Ik ben dingen meer in een positief daglicht gaan zien en ben gefocust op de kracht van mensen. Ik hoop dat we in Tilburg nog meer bij elkaar komen, want meer inclusie, daar ligt mijn hart!"



JONG EN OUD IN BEELD GEBRACHT

Jessica Donders van Stoute Schoenen en Daphne Snellaars van Kinderkunstklas brengen met hun creatief verbindingproject **jongGoud** verschillende generaties met elkaar in contact. Onder hun begeleiding schilderen ouderen en kinderen portretten van elkaar. Het kunstproject zorgt voor verbinding in de wijk, levert mooie vriendschappen op én stimuleert talentontwikkeling.

Tekst Etiënne van Breugel, Hans Peters | Fotografie Joris Buijs

jongGoud is inmiddels aan zijn vierde editie toe. In 2023 startte het project met een pilot in de Tilburgse wijk Groenewoud. In vier bijeenkomsten van anderhalf uur leerden jong en oud portretschilderen en werd de band tussen (groot)ouder en (klein)kind verstevigd. In deze vierde editie zijn de oudere en jongere deelnemers géén bekenden van elkaar. Toch blijkt dat geen enkel probleem te zijn. Jessica: "We gaven iedere oudere en iedere jongere een kleurpotloodje. Degenen die dezelfde kleur hadden, werden een duo. Je ziet echt hoe snel het contact tot stand komt. Al na de eerste les denk je: 'die kennen elkaar al heel lang!'"

HILARITEIT

De cursus is opgebouwd uit vier lessen van ongeveer anderhalf uur. En ter afsluiting vindt er een gezamenlijke expositie van alle portretten plaats. In les één worden senior en jongere aan elkaar voorgesteld, gevolgd door een lesje kunstgeschiedenis. En een oefening blind tekenen. Jessica: "Dat is altijd hilarisch. De oudere en de jongere kijken elkaar aan, en tekenen elkaars portret zonder naar het papier te kijken. Dan wordt er flink gelachen. De portretten zien er altijd heel grappig uit. In les twee gaan ze elkaar schetsen, met potlood. Ze krijgen les over techniek en kleuren mengen. En op het einde van les twee beginnen ze met de opzet van het schilderij. In les drie en vier wordt het portret afgemaakt." Daarover leest u zo meteen meer.

Jessica: "Het valt op dat de gesprekken tussen oud en jong heel natuurlijk verlopen. De ouderen zijn geïnteresseerd, de jongeren heel nieuwsgierig. Na een poosje zie je het vertrouwen in de duo's ontstaan. Wat me opviel was dat bij het begin van het project de kinderen de ouderen vaak gerust proberen te stellen. Kinderen beginnen gewoon met schilderen. Ouderen hebben toch iets meer angst voor het grote witte vel; die zitten veel meer in hun hoofd."

ECHE IMPACT

Het is mooi hoe jong en oud tegenover elkaar zitten en met elkaar bezig zijn. Jessica: "Eén van de eerste onderdelen is een mindmap: dat is een manier om informatie te ordenen. In die mindmap zetten de deelnemers dan hun karaktereigenschappen, van welke kleur ze houden, welke hobby's ze hebben en andere informatie die ze graag willen delen. Degene die dan gaat schilderen heeft informatie over degene die hij of zij gaat schilderen."

Jessica zit boordevol anekdotes. Van een jongen die zei dat ie nooit had geweten dat ouderen ook een humeur konden hebben. Of de brassa (omhelzing, red.) die een oudere deelnemster en haar jonge schildervriendin elkaar iedere week gaven voordat ze van start gaan. De lievelingskleuren die een oma in haar geschilderde portret terugziet en die haar zichtbaar ontroeren. Stuk voor stuk voorbeelden van verbindingen die worden gemaakt als twee mensen tegenover elkaar zitten en met elkaar bezig zijn. Jessica: "De echte impact gebeurt op het moment dat men in de workshop bezig is en iets zegt of doet. De ander reageert daarop en er komt van alles in beweging. Het is heel mooi om te zien dat jong en oud zo van elkaar kunnen genieten, ook al kenden ze elkaar van tevoren niet. Er zijn zelfs al vriendschappen uit voort gekomen."

De Draad nam een proef op de som en ging op bezoek bij de laatste workshop van editie vier van jongGoud op vrijdag 11 april in wijkcentrum Spijkerbeemden. ➤

NIEUWSGAREN



QWISTUT OOK BIJ U OP LOCATIE?

Qwistut organiseert in Tilburgse woonzorgcentra en wijkcentra maandelijks een pubquiz op een vaste dag in de maand. Ook de Zonnebloem gebruikt de quizen van Qwistut. Vaak zeggen mensen na afloop: 'ik wist het antwoord wel, maar kon er even niet opkomen'. Vandaar: Qwistut! Het gaat om een gezellige middag of avond van zo'n 1,5 uur. Het is geen wedstrijd, maar geeft wel een beetje spanning. Er zijn quizen rond thema's als sinterklaas, kerst, bevrijding, dierendag, carnaval en koningsdag. De quiz wordt, binnen Tilburg, altijd gratis aangeboden en gepresenteerd. Buiten Tilburg wordt een kleine vergoeding gevraagd. Max. aantal deelnemers: 15. Qwistut heeft zelf een laptop, microfoon, benodigde kabels, maar vraagt van u een geluidsinstallatie, een beamer met scherm of een grotere tv. Ook graag voor een prijsje zorgen voor de winnaars.

Bent u geïnteresseerd in een gratis maandelijke quiz, een éénmalige quiz of een muziekbingo? Neem dan contact op met Dimphe en Jac Oerlemans via 06 202 38 016 of qwistut@gmail.com



PETANQUEVERENIGING LA DONEE ZOEKT LEDEN

Bij petanquevereniging La Donnée kunt u het spel uitproberen met oefenboules voordat u lid wordt en ervaren welke boules qua grootte en gewicht bij u passen. Kom gerust op woensdagavond of zaterdagmiddag langs om een balletje mee te gooien en de gezelligheid te proeven. La Donnée heeft op sportpark De Kluit (Tilburg-Noord) een locatie met 16 buitenbanen, 11 binnenbanen en een sportkantine. Het terrein is toegankelijk voor gehandicapten. De vereniging is aangesloten bij de Nederlandse Jeu de Boules Bond (NJBB) en bij NOC*NSF met diplomeerde scheidsrechters en wedstrijdleiders. Openingstijden voor leden: woensdag van 19.00 uur tot 23.00 uur en zaterdag van 13.00 uur tot 17.00 uur. Eventueel open op verzoek. Contactgegevens: Petanquevereniging La Donnée, Gershwinstraat 28, Tilburg info@ladonnee.nl www.ladonnee.nl

NIEUW IN TILBURG! OVERDAGKOOR D-LIGHT

Heb je overdag tijd en hou je van zingen? Overdag-koor D-light is er voor iedereen! Geen auditie, noten lezen is niet nodig, het gaat om gewoon lekker zingen. Het koor zingt van Beatles tot Coldplay en van Abba tot Son Mieux. De repetitie is elke vrijdagochtend van 10.00 uur tot 11.15 uur in wijkcentrum De Back, Schout Backstraat 33. Gratis proefles! We hebben een handige stempelkaart: daarmee betaal je alleen als je komt. Kom sfeer proeven en zing mee. Ook als je niet kunt zingen. Neem contact op met overdagkoor_light@gmail.com



EXPOSITIE HENK DE WINTER IN WIJKCENTRUM JERUZALEM

Amateurfotograaf Henk de Winter (71) maakt al 20 jaar natuurfoto's in het Leijpark. Henk woonde eerst in Broekhoven, op loopafstand van het Leijpark. Tegenwoordig woont hij in Fatima. Hij deed afgelopen jaren 37 waarnemingen van iets wat nog nooit in het park was gesignaleerd, zoals de lepelaar, de iepenpage en de dotterbloem. Op de Facebook-pagina Leijpark013 plaatst hij, samen met Thierry Dinjens, een verhaaltje over iets dat leeft of groeit in het park alsook natuurfoto's. Die zijn tot eind juni te bezichtigen in wijkcentrum Jeruzalem, Casper Houbenstraat 109 in Tilburg.

17 JUNI: QUEERWANDELING TILBURG

De Queerwandeling in Tilburg start in het Regionaal Archief Tilburg, waar een schaarse collectie documenten laten zien hoe weinig er bewaard is van de LHBTI+ geschiedenis in Tilburg en omstreken. Bewaaren is van belang, want no documents, no history. Daarna leidt gids Martin Luttkholt de deelnemers onder andere langs cafés, ontmoetingsplekken en het eerste pand van het COC van die tijd. Ook op de begraafplaats aan de Bredaseweg wordt een belangrijk verhaal over de queergeschiedenis van de stad verteld. De wandeling wordt afgesloten met een drankje. Meld je hier gratis aan via onderstaande QR-code. Deze wandeling is een samenwerking van Martin Luttkholt (he/him), COC Tilburg Breda en omgeving en gemeente Tilburg.



DE SCHAAMTE VOORBIJ CAMPAGNE VOEDSELBANKEN

Uit recente cijfers van het CBS blijkt dat 540.000 Nederlanders de kosten van hun levensonderhoud door de stijgende prijzen niet meer kunnen betalen. Slechts een klein deel hiervan weet de weg naar de Voedselbank te vinden. Omdat ze zich schamen of omdat ze niet weten hoe ze hulp moeten vinden. Zo ook in onze stad. De Tilburgse Voedselbank maakt zich hier dan ook zorgen over. "Het is belangrijk dat we met z'n allen drempels verlagen en armoede bespreekbaar maken," aldus voorzitter Marina Hesen.

De Tilburgse Voedselbank start daarom samen met de Nederlandse Voedselbanken een informatiecampagne om voedselhulp meer bespreekbaar te maken. Via lokale kanalen, social media en internet richten ze zich op mensen die in aanmerking komen voor voedselhulp, maar zich niet melden uit schaamte of onwetendheid. Ook roepen ze huisartsen, maatschappelijk werkers en gemeentelijke medewerkers op om armoede te herkennen en mensen door te verwijzen naar de Voedselbank.

De Tilburgse Voedselbank heeft in 2024 maar liefst 1355 huishoudens die in financiële problemen zitten geholpen, samen met een team van 170 vrijwilligers. Meer info: tilburgsevoedselbank.nl



Hoe kan sport of hobby de bijzondere band tussen grootouder en kleinkind versterken? Bekijk deze portretten maar eens. Deelt u ook een liefde voor een hobby of sport met één van uw kleinkinderen en wilt u hierover vertellen? Stuur dan een mail naar hanspeters@contourdetwern.nl of bel 013 583 99 99 en vraag naar Hans Peters. Al die mooie portretten gaan we bundelen op onze nieuwe website.

Voor een partijtje biljart draaien **Ton Ebbing (70)** en zijn kleindochter **Selina Smulders** hun hand niet om. Wanneer ze kans zien, biljarten ze samen. Bij de biljartvereniging in café De Koopman aan het Pieter Postplein in Tilburg. Selina: "Biljarten is onze passie. Daar kunnen we lekker samen over praten. En ik vind het interessant om de sport van opa te leren."

BILJARTEN VERSTERKT ONZE BAND

Biljarten is echt een denksport. Ton: "Bij driebanden bijvoorbeeld moet je van tevoren heel goed bedenken hoe je de bal wilt laten lopen. De speelbal moet minstens drie keer één van de randen van de biljarttafel raken, voordat deze de tweede aanspeelbal raakt." Selina: "Ik vond biljarten meer een sport voor ouderen. Van opa heb ik geleerd hoe leuk het is. Toen ik voor de eerste keer aan een damstoernooi meedeed, heb ik de smaak echt te pakken gekregen."

Ton biljart al 26 jaar bij De Koopman. Zijn specialiteit is driebanden. Selina is beter in libre. Dan moet je met één bal twee andere ballen raken. Selina: "Dat lijkt simpel, maar vergt veel concentratie en behendigheid. Je moet weten wanneer en hoe je effect moet geven. En uiteraard moet je je keu goed vasthouden." Ton: "Laatst deed Selina mee aan een damstoernooi. Toen moest ze alles alleen doen; kon ik niks uitleggen. Maar ze deed het heel goed en ging door naar de halve finale. Dan ben ik trots."

Vroeger gingen Selina en haar zusje samen met opa naar het pretpark, het zwembad, de speeltuin, noem maar op. Selina: "Het was altijd feest om bij opa te zijn. Maar ik ben nu wel een beetje te oud voor speeltuin en zwembad. Biljarten is wat ik nu met opa deel. En dat versterkt onze band." Wie wint er het meeste? "Opa!", lacht Selina. "Het komt niet veel voor dat ik win." Ton: "Ik vind het tof als zij wint. Zelf maakt het me niet uit of ik win of verlies. Behalve bij een competitie."



Opa Aart (70) leerde zijn kleinzoon **Ruben (9)** al op vijfjarige leeftijd de basisbeginselen van het dammen. Aart: "Vanaf mijn jeugd heb ik plezier in het damspel. Dat plezier heb ik op Ruben over kunnen dragen." Ruben: "Ik vind het heel leuk om van opa nieuwe technieken te leren. Zoals opvullen."

"IK LAAT RUBEN NU NIET MEER WINNEN!"

Aart: "Bij opvullen zorg je dat je de stenen gesloten naar voren schuift. Zo ontstaan er geen gaten in het speelveld. En kan je tegenstander niet snel een dam halen. Dammen is echt een denksport en vergt tactiek."

Aart is goed in verdedigen. Aart: "Ik zorg ervoor dat ik voortdurend mijn stenen goed aaneengesloten houd en laat hem er niet door komen. Ruben: "Ik ben weer goed in dichtzetten. Doorzie snel zetten en denk al vier of vijf stappen vooruit." Aart: "Hij weet vaak al wat ik ga doen, voor ik het zelf weet. Nou, dan ben je echt een goede jeugdspeler."

Ruben: "Ik ben lid geworden van de damvereniging Dammend Tilburg om nog beter te worden. Vorig jaar deed ik mee aan de Nederlandse Kampioenschappen Dammen voor de benjamins, spelers van acht jaar. Toen werd ik tweede! Dat was geweldig." Aart: "Ik ben apetrots. Zowel de lessen op de vereniging als mijn lessen hebben hun vruchten afgeworpen."

Ruben: "Ik heb aan opa een goede tegenspeler, maar ik vind het ook belangrijk om met andere dammers te dammen. Zoals met mijn leraar Theo." Aart: "Vroeger liet ik Ruben wel eens winnen. Maar hij is nu zo goed dat ik hem echt niet meer laat winnen. Ik word er fanatiek van", lacht Aart. "En als ik verlies is dat niet erg. Want wat is er leuker dan samen met je kleinzoon tijd door te brengen en je passie te delen?"

Voor het derde jaar gaan ze samen naar de thuiswedstrijden van Willem II. opa **Jos (76)** en kleindochter **Lola Derksen (13)**. Op rij 12 van vak F zitten ze, tegen de middellijn aan. Jos is al sinds 1977 supporter. Nadat hij tien jaar op vak C heeft gestaan, verhuisde hij een paar jaar geleden naar een rustiger plekje, op vak F. "Mama en mijn tante hebben een seizoenkaart voor vak C", vertelt Lola. Zij wil dat eigenlijk ook wel. "Veel vrienden en vriendinnen staan daar." Ze houdt wel van dat fanatieke.

SAMEN NAAR WILLEM II

Lola voetbalt zelf ook. Bij VOAB in Goirle, in de MO15-1: het eerste elftal van meisjes jonger dan vijftien jaar. Ze speelt centraal in de verdediging vandaar dat ze ook speciaal op verdedigers als St. Jago, Behounek en Schouten let tijdens de wedstrijd. Opa Jos komt vaak kijken als Lola's zaterdag moet voetballen. Ze zijn al drie keer kampioen geworden en spelen nu eerste klasse. "Ze heeft er wel kijk op hoor", zegt Jos.

Voor iedere thuiswedstrijd haalt Jos Lola met de fiets op. En iedere thuiswedstrijd maken ze een selfie die ze naar de familie-app sturen. "Opa springt vaak te vroeg op tijdens de wedstrijd, dan is het vaak niet eens een doelpunt. En hij gaat tijdens de wedstrijd al kijken op zijn telefoon op welke plek we terechtkomen."

Na de wedstrijd fietsen ze altijd samen terug. "En dan rijd ik gauw terug naar d'n Beitel", grapt Jos. "Nee hoor, dan ga ik gewoon keurig naar huis haha." Lola is wel altijd wat stilletjes op de terugweg als Willem II heeft verloren. Dit seizoen komt dat helaas wat vaker voor. Maar gelukkig duurt dat niet lang. "Na een uurtje ben ik het meestal wel kwijt", zegt Lola.

Opa Jos sponsort de seizoenkaart van Lola. En de consumpties tijdens de wedstrijd. Althans, als de supporters om haar heen dat niet doen. Jos: "We zitten tussen wat oudere supporters. Die hebben Lola wel in hun hart gesloten. "Dan gaan ze koffie halen, en nemen ze voor Lola een gevulde koek mee."



Leander Petit (72) en zijn kleindochter **Josephine (7)** zijn dol op paardrijden. Elke week zijn ze bij manege Thielen aan de Oude Lijn in Tilburg te vinden. Leanders dochter heeft een eigen paard, Expresso. Josephine: "Daar mag ik soms op rijden." Leander: "Onder het wakend oog van opa en tante, uiteraard. Maar we vinden het wel heel stoer van haar."

BESMET MET HET PAARDRIJVIRUS

Elke week krijgen Leander en Josephine les op de manege. Los van elkaar. Leander rijdt altijd op Expresso, Josephine op een manegepony. De paarden rijden netjes in het gareel achter elkaar als ze de oefeningen uitvoeren. Bij de volte maken ze keurig een rondje, ze oefenen de hoefslag, draven en doen balansoefeningen.

Tijdens wedstrijden (carrouzels) rijden de ruiters een proef waarvoor ze punten krijgen van een jury. Leander: "Een keer per jaar doen we als groep ons uiterste best om een carrousel te winnen. Ik zit bij de senioren. Afgelopen zondag hebben we er nog één gewonnen!"

Josephine rijdt sinds één jaar bij de beginners. Ze doet nog niet mee aan wedstrijden. Josephine: "Ik rij niet met opa samen in de manege." Leander lachend: "Maar we spelen wel samen met houten stokpaardjes. Rijden we toch nog een beetje samen."

Josephine is goed in galopperen. "Dat durf ik niet op Expresso, wel op de pony. Ik ben daar beter in dan opa." Leander is goed in figuren en volte. Daarnaast is hij dol op draven met Expresso, het liefst op het ruiterspad in de bossen. Leander: "Dan ga ik er samen met een kameraad op uit en dan galopperen de paarden erop los." Het lijkt hem heerlijk om over tien jaar samen met Josephine bosritten te maken: "Als zij het wil en ik het nog kan; dat zou fantastisch zijn."



Ben Stoopen (70) en kleinzoon Sylvano Pelders (16) zijn lid van hengelsportvereniging De Ruischvoorn. Met vijfduizend leden is het een van de grootste hengelsportverenigingen in Midden-Brabant. Vroeger viste Sylvano bij de jeugd, maar sinds kort kan hij eindelijk samen met opa bij de volwassenen vissen. Ben: "Ik merk aan alles dat hij vissen leuk vindt. En als hij bij viswedstrijden goede resultaten boekt, dan geniet ik daar ook van". Sylvano: "Je ziet dat de lessen van opa werken. Daar ben ik trots op."

VISSEN MET OPA

Hoe werkt zo'n viswedstrijd? Ben: "Eerst wegen we de gevangen vis en daarna tellen we hoeveel het er zijn. Voor zowel de hoeveelheid en het gewicht krijg je dan klassemmentpunten. Die klassemmentpunten worden bij elkaar opgeteld. Degene met de meeste punten wordt uiteindelijk de winnaar."

Sylvano vist al vanaf zijn zesde mee met opa. "Al heel vroeg heb ik van opa de techniek van vissen geleerd." Ben: "Je moet op een bepaalde manier je dobber in het water laten drijven. Hem af en toe oplichten of juist stilhouden. Een goede vangst ligt niet alleen aan de plek waar je vist, maar ook aan het tijdstip en de weersgesteldheid bijvoorbeeld."

Wat is de grootste vis die ze hebben gevangen? Ben: "Ik vis al meer dan zestig jaar. Ik heb een keer een snoek van één meter gevangen. Dat was mijn grootste vis ooit." Sylvano: "Mijn grootste was een brasem van vijftig centimeter." Ben: "Het is altijd spannend als je beet hebt, want je weet niet hoe groot of sterk de vis is." Sylvano: "Ik geef mezelf niet de tijd voor die spanning. Ik wil de vis zo snel mogelijk uit het water hebben, want ik wil zoveel mogelijk vissen vangen. Omdat ik van opa wil winnen."

Sylvano stopt niet met vissen voordat ie van opa heeft gewonnen. "Sylvano hoeft voor mij helemaal niet te vissen hoor. Dat moet hij voor zichzelf doen. Maar als hij van mij wil winnen, dan moet hij nog wel even heel goed zijn best doen," lacht Ben.

Zo'n twee jaar voor zijn pensioen ging Wil Wouts (76) op zoek naar een hobby, om maar niet in het zwarte gat te hoeven vallen. Schaken werd het. Inmiddels heeft hij ook zijn drie kleinzoons aan het schaken gekregen. Faas de Koning (11) is er één van. Hij schaaft op school en is lid van schaakvereniging De Stukkenjagers. Wil is er voorzitter.

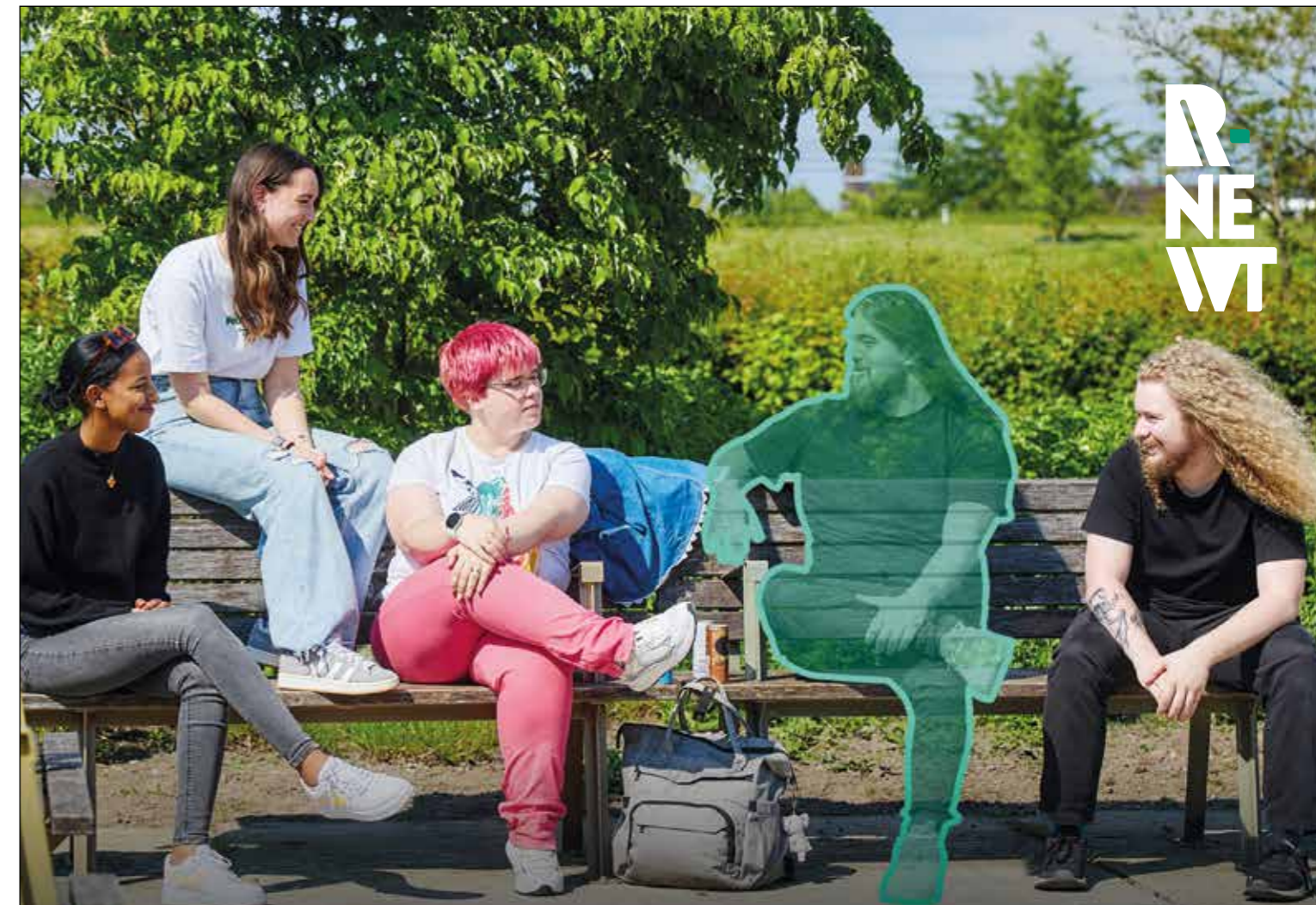
WIL EN FAAS "SCHAKEN VERBINDT"

"Het eerste team van de Stukkenjagers speelt in de meesterklasse," vertelt Wil trots, "dat is vergelijkbaar met de eredivisie bij het voetballen." Wil zit aan tafel in zijn huis in de Tuinstraat, waar hij jarenlang huisarts was. Met kleinzoon Faas speelt hij regelmatig een potje. Faas: "Ik heb van papa leren schaken, maar het duurde niet héél lang voordat ik van hem kon winnen. Van opa win ik nog steeds niet, hij is te goed."

"Zo goed ben ik nu ook weer niet. Bij onze interne competitie zit ik in groep 7 van de 9", relativeert Wil meteen. "Opa heeft heel veel rust en ervaring", zegt Faas, gevraagd naar de sterke punten van opa. "Daar kan ik veel van leren." "Faas' sterke kant is dat hij echt goed kan nadenken. Niet dat hij dan altijd tot de juiste conclusie komt, maar hij kan zich heel goed concentreren. Dat is bijzonder voor kinderen."

Terug naar het bord. We zijn een zet of tien onderweg. Wil: "Kijk, dit is al een hele mooie stelling. Hier heeft Faas nog geen enkele foute zet gedaan." Faas: "Ja, deze opening heb ik van opa geleerd." Wil lachend: "Ik hoop wel dat ik aan de beurt ben, want die loper valt mijn dame aan."

Schaken draait om winst. Maar nog veel meer om de verbinding. "Het is een heel mooie manier om met je kleinzoon in contact te zijn", zegt Wil. "Op de club hebben we Syriërs, Turkse en Marokkaanse mensen: je verstaat elkaar misschien niet altijd, maar aan het schaakbord kan alles." Wil tot slot: "Iedere vrijdagmiddag is het vrije inloop schaken bij Cinecitta in de Willem II straat. Vanaf 13.45 uur. Je kunt zo aansluiten."



R-
NEWT

KORAY IS ER NU NIET

1 OP DE 4 JONGEREN IS MANTELZORGER EN THUIS NODIG.

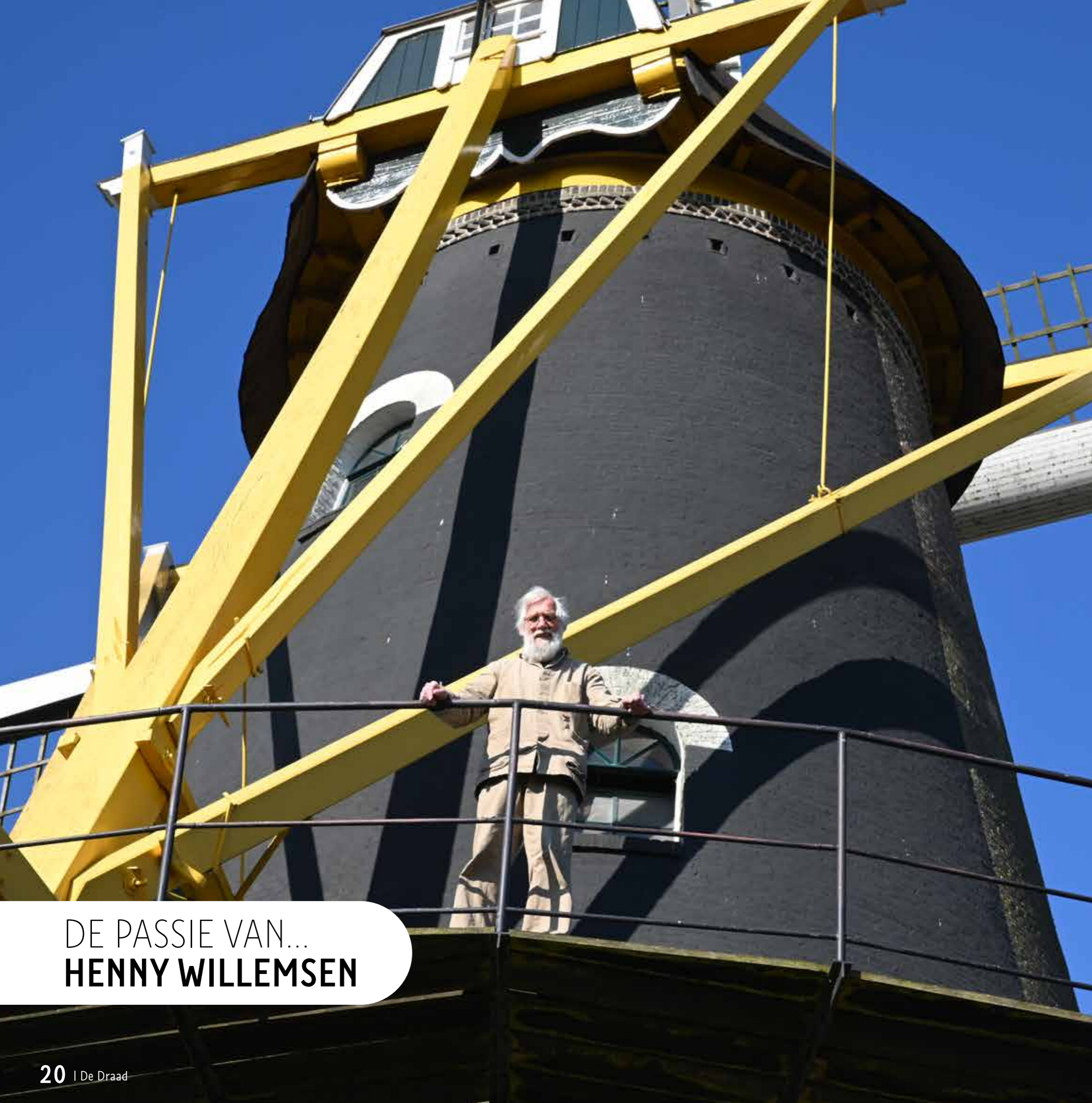
Dat kan dus ook uw kleinkind zijn, of een buurmeisje of -jongen.

Bekijk op r-newt.nl/mantelzorg wat u kunt betekenen,

of bel met jongerenwerk

R-Newt: 013 543 01 40





DE PASSIE VAN... **HENNY WILLEMSSEN**

Wie vanaf de N65 over de Pannenschuurlaan naar Oisterwijk rijdt, kan hem niet missen: de Kerkhovense Molen. De voorgeschiedenis gaat terug tot de 14e eeuw maar de huidige molen werd in 1895 gebouwd. Hij overleefde een grote brand, raakte in verval in de jaren twintig van de vorige eeuw, deed ooit dienst als jeugdherberg en maalt al jaren weer volop dankzij de inzet van vrijwilligers. Er is een team van zeven molenaars en één van hen is de 77-jarige Henny Willemsen uit Tilburg. Henny heeft altijd als 'technéut' in de metaal gewerkt, op de eerste plaats bij de Volt. Het was een collega die hem in 1998 enthousiast maakte voor het molenaarschap. "Ik begon m'n opleiding in Hilvarenbeek en werd in 2001 volwaardig molenaar in Oisterwijk. We zijn toen met z'n drieën gaan malen. Maar nog kleinschalig. Tegenwoordig malen we 25 à 30 ton graan per jaar."

KRAKEN

Drie maal per week wordt er gemaald. "En als de bakkers meer meel nodig hebben, malen we de andere dagen ook." Ja, je mag spreken van een bedrijfje. "Maar we malen niet om het geld. We zijn een stichting en moeten de broek zelf ophouden en het geld is nodig om de molen draaiend te houden."

Op de vraag wat hem zo boeit aan het molenaarschap slaat Willemsen een haast dichterlijke toon aan: "Als je aan het malen bent, de wind waait hard, de molen kraakt, je hoort de wieken langs komen en je ziet het meel stromen in de zak, dan gebeurt er iets en word ik enthousiast." Welke eigenschappen zijn belangrijk om dit werk te doen? "Je moet gevoel hebben voor een stukje technisch inzicht, je moet spieren hebben en alle seizoenen kunnen weerstaan."

EENKOREN EN EMMER

Onder de molen zit ook een winkel waar meel van diverse graansoorten te koop is. "Daar zitten ook eenkoren en emmer bij, twee zeer oude graansoorten", zegt Willemsen. Nee, hij is nog lang niet uitgemaakt. Hij schat zo'n 15 à 20 uur per week op de molen te werken. "Ik zit ook in het bestuur van onze stichting." Dan komt een 'gescheurde bovenas' ter sprake die ze in 2023 voor hun kiezen kregen. "Een half jaar hebben we toen stilgelegen. Maar we hebben wel gemaald met onze elektrische maalstoel zodat we de bakkers en onze winkel toch aan meel konden helpen." En hij eindigt met een stukje reclame: "Wilt u gezond meel? Kom dan naar Oisterwijk, want we malen op échte stenen en leveren écht volkoren meel!"...

Tekst en Fotografie: Joep Eijkens

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

Iedere dinsdagochtend verzamelt een groepje studenten van **Serve the Grey** zich bij Boshuis de Wever in Tilburg. Om te gaan wandelen met bewoners uit het verzorgingstehuis. Soms komen de studenten met vier, een andere keer met zes. Samen met een aantal andere vrijwilligers nemen ze de bewoners mee voor een wandeling door de bosrijke omgeving van Amarant aan de Bredaseweg. Voor sommige ouderen is 't het hoogtepunt van de week.

MET EEN KLEIN GEBAAAR IETS GROOTS DOEN

Tekst **Etiënne van Breugel** | Fotografie **Joris Buijs**



Serve the Grey is onderdeel van Serve the City; een studentenvereniging die in Tilburg in 2010 is opgericht en vrijwilligersprojecten organiseert die de stad een beetje mooier maken. "Onder Serve the Grey vallen alle activiteiten die te maken hebben met ouderen", legt bestuurslid Elin Kloot uit. Eline studeert filosofie, net als Joep en Lieve die vandaag ook meewandelen. Medebestuurslid Moniek die als vierde begeleidster namens Serve the Grey meegaat, heeft een tussenjaar; haar bachelor sociologie heeft ze op zak.

Het is zonnig deze dinsdagochtend, begin april. Zo'n vijftien bewoners van Boshuis De Wever worden vandaag mee uit wandelen genomen. Anja begeleidt het clubje wandelaars vanuit de Wever, samen met een stagiaire. Het is nog best een operatie, want alle bewoners moeten voor die tijd gegeten hebben en aangekleed zijn. Vanaf de eerste verdieping worden ze met de lift naar beneden begeleid. Alle begeleiders worden aan bewoner gekoppeld: even een steun van de rolstoel goed zetten, een plaid over de knieën leggen en de wandeling kan beginnen. De studenten hebben er zichtbaar zin in.

Begeleidster Anja houdt de zaken goed in gaten en begeleidt de wandelaars over het Amarant-terrein. Op de vraag sinds wanneer de wandelingen plaatsvinden, moet ze het antwoord even schuldig blijven. Maar de hulplijn

die ze via de telefoon raadpleegt biedt uitkomst. Sinds 2018. Serve the City is er al vanaf het begin bij. "Ik weet nog goed dat ze een keer met vijftien vrijwilligers op de stoep stonden", vertelt Anja. "Daar werden we wel een beetje door overvallen. Zoveel bewoners hadden we niet eens klaar staan. Sindsdien laten ze een dag van tevoren weten met hoeveel vrijwilligers ze komen. Dan kunnen we daar rekening mee houden."

BOEIENDE VERHALEN

De ouderen genieten zichtbaar van de wandeling in het voorjaarszonnetje. De wandelaars overigens ook. Moniek vertelt dat ze het fijn vindt dat ze met een klein gebaar iets groots kan doen. En ze haalt ook levenslessen uit de gesprekken die ze met ouderen voert. "Neem het zoals het komt", zei een mevrouw laatst tegen mij. Daar heb ik wel verschillende keren aan terug moeten denken. Daar heb ik wel iets aan gehad. Het is soms goed om vanuit een ander perspectief te kijken. Deze mensen hebben het leven al geleefd." Joep en Lieve zijn via studiegenoot Elin met Serve the Grey in contact gekomen. "We vinden het alle twee gewoon heel leuk om met mensen te werken. De verhalen die ouderen vertellen zijn vaak boeiend.

Mensen vertellen over hun jeugd, over het werk dat ze hebben gedaan, over hun liefdesleven. Eigenlijk komen de verhalen vanzelf. We wonen hier nog niet zo lang, dus we leren de omgeving ook nog een beetje kennen." Elin: "Laatst liep ik met een mevrouw die aan het vertellen was over haar twaalf broers. Ze zat helemaal terug in haar jeugd. Dan vraag je je wel af wat er in zo'n hoofd allemaal gebeurt. Maar je merkte aan alles dat ze met heel veel plezier aan het vertellen was. Mijn oma was ook dementerend. Je zou willen dat anderen ook zo iets voor jouw opa of oma zouden doen. Wat voor ons een ochtend of een middagje is, is voor de ouderen soms echt het hoogtepunt van de week. Dat is heel waardevol om te doen." Na de wandeling van ongeveer een uur strijkt het gezelschap neer op het terras van Boshuis de Wever in de zon. De studenten gaan met thee en koekjes rond; ze zijn kind aan huis. Iedereen zit lekker in het zonnetje na te genieten. Volgende week weer.

STOFFIG IMAGO ERAF

Naast de wekelijkse wandelingen organiseert Serve the Grey nog veel meer activiteiten voor ouderen. Samen met Stichting voor je Hart werd een paar weken terug

Studenten van Serve the Grey wandelen met bewoners van Boshuis de Wever

een rondleiding bij de Trappisten in Berkel-Enschot georganiseerd. Dat doen ze vier keer per jaar. Elin: "Toen hadden we ook een gezamenlijke lunch. En heb ik hele leuke gesprekken met ouderen gehad. Op Valentijnsdag hebben we 130 rozen uitgedeeld op een dansmiddag in het verzorgingstehuis. Met kerst hebben we kerststukjes gemaakt, we hebben een buddy barbecue georganiseerd. Het gaat erom dat we ouderen leuke momenten kunnen bezorgen. We willen ook het imago wat opfleuren want vaak kleeft er iets stoffigs aan vrijwilligersactiviteiten voor ouderen. Dat willen we eraf kloppen. De contacten met ouderen zijn juist heel open en sociaal."

AFSLUITEN MET EEN KNALLER

Om het bestuursjaar goed af te kunnen sluiten en het stoffig imago voorgoed af te schudden, is de commissie nog op zoek naar een knaller van een afsluiter. Het kan een pannekoekenfestijn worden, of een live muziek bingo. Moniek: "Ik liep laatst langs Villa Maria en ik dacht, hé wat leuk, ik bel gewoon 's aan. 'Hallo, wij zijn Serve the City. Lijkt het jullie leuk om samen met ons iets voor ouderen te organiseren?'. Met hen zijn we nu in gesprek. Zo in de spontaniteit ontstaan vaak de leukste plannen."



Deze rubriek is bestemd voor mensen die gratis spullen aanbieden, voor verenigingsnieuws en voor mensen die op zoek zijn naar contact, vriendschap of een relatie.

GEZOCHT: De heer P. van Eijkeren spaart wereldmunten. Ze zijn waardeloos, maar erg mooi. Intussen heeft hij al heel wat kilo's dubbele munten. Wie wil met hem ruilen? Info via 06 514 07 222.

GEZOCHT: Bij Werkvloertaal komen dagelijks mensen om Nederlands te leren via spreek- en schrijfoefeningen. Werkvloertaal zoekt hiervoor vrijwilligers. Hiermee helpt u mensen echt een stapje verder. Geïnteresseerd? Kom een keer proefdraaien of neem contact op met mevrouw C. van Eijden via 06 204 20 823 of via carien@werkvloertaal.nl.

GEZOCHT: Man (69) zoekt een taalmaatje met de Spaanse nationaliteit die bezig is om de Nederlandse taal te leren. Het zou interessant zijn om kennis van elkaars moedertaal uit te wisselen. Graag in de omgeving van Tilburg. Interesse? Neem contact op met de heer J. Marijnissen via 06 446 25 171.

GEZOCHT: Volleyballeden voor omnisportvereniging De Blaak. De vereniging biedt sinds 1982 verschillende sporten voor senioren aan, zoals volleybal. De volleybalgroep speelt op woensdagavond van 19.30 uur tot 21.00 uur in sporthal De Blaak, Grebbe 65 in Tilburg. De gemiddelde leeftijd ligt rond de 65 maar ook jongere spelers zijn van harte welkom. Spelers mogen tot de zomervakantie gratis deelnemen. In schoolvakanties is er geen training. Andere sporten van de vereniging zijn pilates, yoga, qi gong, bodyshape, bootcamp buiten, zaalvoetbal, badminton senioren en junioren. Geïnteresseerd? Info bij mevrouw M. van den Bogaard (Secretaris SV De Blaak) via secretariaat@svdeblaak.nl of via de website www.svdeblaak.nl.

GEZOCHT: Het 30-koppige vierstemmig koor Les Amis is op zoek naar nieuwe leden. Het repertoire bestaat uit bekende nummers uit musicals en muziek gecomponeerd door dirigent Jan Aarts. De repetities zijn op maandag van 20.00 uur tot 22.00 uur (feestdagen en vakanties uitgezonderd) in De Reitse Plint, Prof. Verbernelaan 37 in Tilburg. Wilt u kennis komen maken, een repetitie bijwonen of lid worden van Les Amis? U bent van harte welkom. Meer info op www.koorlesamis.nl of via r.hultman@kpnplanet.nl.

GEZOCHT: Biljartclub Goirke-Hasselt zoekt biljarters. De club speelt elke woensdag en donderdag van 13.00 uur tot 16.00 uur in wijkcentrum De Poorten, Hasseltstraat 194 (op de 2e verdieping). Biljartclub

Goirke-Hasselt is een onderdeel van KBO Goirke-Hasselt en speelt intern competitie en bij Senioren (netwerk) Biljarten Tilburg. Geïnteresseerd? Kom langs of bel naar de heer M. Remkes, secretaris, via 06 549 95 052.

GEVRAAGD: Hulp voor kleine klusjes in en om het huis. Met gesloten portemonnee. Bent u die klusser? Neem dan contact op met mevrouw M. Haans via 06 512 86 691.

GRATIS AF TE HALEN: Katholieke illustratie, 1e jaargang, van sept 1926 tot sept 1927. Gebonden en in prima staat. Harde koft met vooropdruk. Afm. 28x28x5 cm. Herinneringsalbum van het 40-jarig regeringsjubileum van Koningin Wilhelmina 1898-1938 (32 blz.). Een echt collectorsitem. Geïnteresseerd? Neem contact op de heer De Cock via 013 535 14 61.

GEZOCHT: Biljartclub 't Overschotje heeft plaats voor 1 of 2 biljarters. Vrouwelijke spelers zijn welkom. Welke dame durft? De club speelt uitsluitend onderlinge competities in diverse spelsoorten: libre, driebanden en bandstoten. De sfeer is vriendschappelijk en gemoedelijk. Elke woensdagavond wordt gespeeld van 19.00 uur tot 23.00 uur in mfa Het Spoor, Schaepmanstraat 36. Kosten per maand: €5,-. Interesse? Kom onaangekondigd en vrijblijvend kijken of een proefpartijtje spelen.

GEZOCHT: (reis) strijkijertjes om te schilderen met bijenwas. Voor het geven van workshops. Neem contact op met mevrouw M. Beijers via 013 571 14 91.

GEZOCHT: Bent u geïnteresseerd in de natuur? En houdt u ook van fotograferen met een camera of met een mobiel? Sluit u dan aan bij de KNNV (Koninklijke Nederlandse Natuurvereniging) fotowerkgroep. Dit groepje enthousiaste amateurfotografen komt iedere vierde dinsdagavond van de maand bij elkaar in Natuurmuseum Brabant, Spoorlaan 434 in Tilburg van 20.00 uur tot 22.00 uur. Ook is er iedere maand een gezamenlijke excursie naar een natuurgebied in of rondom Tilburg. Geïnteresseerd? Neem contact op met mevrouw A. Spijkers via 06 109 16 104 of fotos@tilburg.knnv.nl.



MAATJES GEZOCHT IN BIEZENMORTEL, UDENHOUT EN BERKEL-ENSCHOT

Wilt u een van onderstaande bewoners ontmoeten en kijken of er een klik is? Neem dan contact op met Inge van Erp van ContourdeTwern via 06 836 93 014.

GEZOCHT: Op zoek naar een Rummikub-maatje. Deze oudere dame uit Biezenmortel wil graag overdag thuis Rummikubben.

GEZOCHT: Een oudere dame uit Udenhout zoekt een dame in het bezit van een auto die haar mee neemt om iets leuks te doen. Even eruit is het motto! De onkosten worden uiteraard vergoed. Mevrouw loopt met rollator.

GEZOCHT: Een vrouw van begin 50 jaar uit Udenhout zoekt een vrouw om mee te wandelen. Op maandag- of dinsdagmiddag na 16:00 uur. Ze vindt bewegen belangrijk, maar komt er zelf niet toe. En samen wandelen is veel leuker dan alleen.

GEZOCHT: Vrouw (75) is op zoek naar iemand die het leuk vindt om één keer per maand met haar op pad te gaan in de omgeving. Ze woont in Berkel-Enschot en loopt met een rollator. De onkosten worden vergoed.

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



JONG EN OUD MAKEN SAMEN MUZIEK BIJ DE NIEUWE KONINKLIJKE HARMONIE

De Nieuwe Koninklijke Harmonie (NKH), opgericht in 1843, is de oudste muziekvereniging van Tilburg. Hun jongste muzikant is 15, de oudste 79. Die verschillende leeftijden maken het orkest tot een boeiend geheel, waarbij jong en oud samen genieten van hun gemeenschappelijke passie: muziek maken.

Tekst Hans Peters | Fotografie Joris Buijs

Elke maandagavond repeteert het orkest in het mooie NKH-sociëteitsgebouw aan de Stationsstraat. Op het moment zijn de muzikanten druk bezig met de voorbereidingen voor het Herdenkingsconcert 'De Overval' dat op Dodenherdenking wordt uitgevoerd. Het concert herdenkt de geslaagde overval van Tilburgse gemeenteambtenaren van de Afdeling Bevolking (1944) die met gevaar voor eigen leven honderdduizend Rauterzegels buitmaakten. Die waren nodig voor het levensonderhoud van onderduikers. Het orkest speelt onder meer stukken van Glenn Miller, Vera Lynn en Paul Anka, maar ook klezmer en marsen. Stukken die herinneren aan de Tweede Wereldoorlog, maar er is ook aandacht voor de oorlog in Oekraïne. Anna Savostianenko vertelt haar verhaal en Dalida Ibric zal de prachtige hymne Hey Plye Katcha zingen, onder begeleiding van het orkest.

HEMELS GEVOEL

Klarinettist Amber van Dun (19) is dol op deze hymne. "Ik vind het prachtig dat we tijdens het concert de oorlog in de Oekraïne en de Tweede Wereldoorlog combineren. De verhalen erachter zijn erg indrukwekkend." Muziek is Amber met de paplepel ingegoten. "Ik maak vanaf mijn achtste muziek en speel

al heel lang bij een harmonieorkest in Limburg. De klarinet vind ik het mooiste instrument, daar komt zo'n prachtig geluid uit. Ik speel graag klassieke stukken. Op het moment studeer ik Strategisch Management op de universiteit van Tilburg. Omdat ik geen zin had om heen en weer te reizen naar Limburg, zocht ik hier een orkest. Dat werd de NKH." Amber vindt het heel interessant om met verschillende leeftijdsgroepen samen te spelen. "Iedereen heeft een ander verhaal. Als ik vertel dat ik studeer, vertellen zij over de studie van hun kind of kleinkind. Ik speel al vanaf jonge leeftijd, maar er zijn hier mensen die op hun vijftigste zijn begonnen." Elke keer weer is ze weer onder de indruk van de verbindende factor van muziek. "Iedereen

voelt iets anders, maar je hebt elkaar wel nodig om een muziekstuk te maken. En als al die klanken samenkomen, is dat elke keer weer een hemels gevoel. Dat doen al die generaties samen." Ze heeft het meest contact met de andere klarinettisten, omdat ze tijdens de repetities bij hen zit. Amber: "Maar in de pauzes is er ook ruimte voor contact met andere muzikanten. Wat doen ze? Wat houdt hen bezig? Ik vind de dwarsfluit ook erg mooi. Uiteindelijk heb ik voor de klarinet gekozen, omdat ik de vasthouding iets fijner vind." Tonneke Hermans (75) is een van die dwarsfluitisten. Al 26 jaar speelt ze bij de Harmonie. "Mijn broer speelde dwarsfluit in de VOLT Harmonie. Ik wilde dat ook en heb me aangemeld bij de NKH." Ze kijkt ook uit naar het Herdenkingsconcert. "Het wordt





een indrukwekkend concert dat gaat over tachtig jaar vrijheid, de moed van de verzetshelden in de Tweede Wereldoorlog en de moed die de bevolking van Oekraïne heeft tijdens hedendaagse oorlog. De hymne werd tijdens de Krim-oorlog in 2014 door het volk van Oekraïne gezongen. Dalida zal hem speciaal voor Anna zingen. Een kippenvelmoment." Dat gevoel had ze ook toen ze met tachtig andere dwarsfluitisten het stuk Oblivium van Astor Piazzolla speelde in de Concertzaal. "Onvergetelijk."

Tonneke vindt het heerlijk om samen met jonge muzikanten te spelen. "Hun jeugdig enthousiasme en gedrevenheid houden mij ook jong. Ik probeer ook de jonge dwarsfluitisten bij elkaar te houden in de groep. En ik zet me in om meer jongeren in de Harmonie te krijgen. Zo stonden we op een muziekmarkt op de campus van de universiteit. Daar zijn enkele jonge muzikanten uit België, Frankrijk, IJsland en Hongarije op af gekomen. En tien jaar geleden hadden we een samenwerkingsverband met Montessoribasissschool De Elzen. De leerlingen leerden liedjes, wij leerden de muziek. Na zes weken hadden we een uitvoering met elkaar in de gymzaal van de school. Ik krijg nu nog kippenvel als ik daar aan denk. Na de uitvoering kregen de kinderen van de muzikanten uitleg over de instrumenten en mochten ze zich bij een proefles in het Factorium aansluiten bij Intermezzo, het kinderorkest van de Harmonie. Daar is onze zestienjarige trombonist Anton van overgebleven. Ik ben blij dat ik daaraan heb mogen bijdragen."

MOEDER, IK WIL BIJ DE HARMONIE

Anton is Anton van Mil: hij komt uit een muzikale familie. "Mijn moeder, mijn oom, mijn zus; ze maakten allemaal muziek. Mijn moeder speelde bij de VOLT drumfanfare. Toen ik voor het eerst een trombone zag, was ik meteen onder de indruk. Ik dacht 'moeder, ik wil bij de harmonie!'" Via Intermezzo kwam hij zeven jaar geleden bij de Harmonie terecht. Wat vindt hij zo bijzonder aan de trombone? Anton: "De warme klank, maar ook zijn felle, scherpe kant. En het enorme bereik. Je kunt er alles op spelen. Klassiek, jazz, pop, noem maar op. Mijn favoriete stuk is toch wel 'The Polovtsian Dance' van Alexander Borodin."

Binnen het orkest leert hij veel van zijn maatje Peter Tuerlings, 77 jaar en ook trombonist. Anton: "Peter is een echt verenigingsmens; hij komt elke week trouw naar de repetitie. Van die discipline en trouw kan ik veel leren. Het is ook heel leuk om met meerdere generaties te spelen. Je krijgt de verhalen van vroeger mee, over de historie van de Harmonie, de hoogte- en dieptepunten. En muziek verbreedert. Je ziet dan eigenlijk geen verschil meer tussen jong en oud. Ik heb een goed contact met de andere trombonisten, maar praat eigenlijk met iedereen. Leuk, al die verschillende interesses en mensen." Tijdens het herdenkingsorkest speelt hij een solopartij. "De schoonvader van onze trompettist

was een van de verzetshelden. Dat maakt het heel bijzonder." Anton wil zich heel graag verder bekwamen in het instrument. "Ik wil naar het conservatorium en beroepsmusicus worden."



LIEFDE VOOR MUZIEK

Peter Tuerlings is al vijftig jaar lid van de Harmonie. Peter: "Mijn zwager speelde trompet, dat wilde ik ook. Ik kreeg een keer per week les van de dirigent en mocht pas bij het orkest toen ik het goed kon. In 1987 heb ik de switch gemaakt naar de trombone; die heeft toch een diepere klank dan de trompet." Hij speelt het liefst klassieke stukken, van Mozart en Sibelius bijvoorbeeld. Welk concert is hem bijgebleven? Peter: "Tijdens het 175-jubileum van de Harmonie hadden we in de concertzaal een uitvoering van Peer Gynt van Grieg. Toen speelde Peer de Graaf ook mee. Hij kroop in de rol van Peer Gynt. Hoe leuk is dat?"

Tijdens de repetities is hij blij dat hij naast Anton zit. Peter: "Ik leer veel van hem. Hij is een natuurtalent. Zijn discipline, de manier waarop hij speelt, dat fanatieke, is voor mij aanstekelijk." Hij vindt het heerlijk om met jongeren muziek te spelen. Klassiek en populair. Peter: "En jongere spelers zorgen ook weer voor andere jongere spelers. Dat is een zwaan-kleef-aan-effect. Zij voelen de liefde die wij voor de muziek hebben. En wij kunnen ons enthousiasme weer op hen overbrengen. Je voelt nu dat iedereen zich extra inzet voor het aankomende concert; de saamhorigheid is nog groter is dan eerst."

THE SHOW MUST GO ON

Tonneke sluit af. "Al die generaties bij elkaar, dat is het leven. En muziek is emotie. Hierdoor kunnen vriendschappen ontstaan. Je ondersteunt elkaar. Als een dierbare overlijdt, krijg je geen noot gespeeld. Maar... the show must go on. En samen ben je sterk in muziek. Ben je elkaars metgezel." Verder steekt ze de loftrompet over de gezelligheid. Tonneke: "Daarin blinkt onze vereniging uit. Als er nieuwe mensen binnenkomen, betrekken we ze er meteen bij. Zorgen we ervoor dat ze zich thuis voelen. Of je nu jong of oud bent. Ik wil hen hetzelfde gevoel geven dat ik had toen ik voor het eerst bij de Harmonie kwam."

Benieuwd naar de Nieuwe Koninklijke Harmonie?
harmonieorkesttilburg.nl
of check hier de QR-code




MAAK VAN JE OUDE DAG EEN NIEUWE DAG

Wanneer u ouder wordt, wilt u zoveel mogelijk dingen zelfstandig blijven doen en zelf kiezen hoe u uw dag invult. Bij De Wever vinden we het belangrijk dat u uw leven kunt blijven leven zoals u dat gewend bent. Mocht er toch een zorgvraag ontstaan, dan gaan wij graag met u in gesprek. We bekijken dan samen wat u nog zelf, of met behulp van familie en vrienden en/of hulpmiddelen kunt en waar professionele ondersteuning noodzakelijk is.

Kijk voor meer informatie op www.deweever.nl




Aangenaam Het Laar

Het Laar zet zich in om u het leven te laten leiden zoals u dat wenst. Of het nu gaat om wonen, (thuis)zorg, eten en drinken of bijvoorbeeld kunst en cultuur, samen met Het Laar blijft u langer zelfstandig.

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



JONGE MANTELZORGER

Soms kom je als jongere in een positie terecht die helemaal niet bij je leeftijd past. Dat overkwam **Mitch van den Broek** (25) die al van jongs af aan mantelzorger is voor zijn moeder. De traditionele rolverdeling jong-oud is omgedraaid bij Mitch thuis en al op heel jonge leeftijd neemt hij verantwoordelijkheden op zich die eigenlijk niet bij zijn leeftijd horen. Hij vertelt openhartig over de consequenties en heeft nog wel wat tips voor andere jonge mantelzorgers.

Tekst Hans Peters en Etiënne van Breugel | Fotografie Hans Peters

Ter achtergrond: ongeveer een kwart van de Nederlandse kinderen en jongeren onder de 25 jaar is mantelzorger. Zij helpen mee met de zorg voor een dierbare die op een of andere manier hulp nodig heeft. Vanwege een chronische ziekte, een beperking, een psychische kwetsbaarheid of bijvoorbeeld een verslaving. Jong dus, met volwassen verantwoordelijkheden. Omdat ze hiermee opgroeien, en niet anders gewend zijn, zien ze de hulp die ze bieden als vanzelfsprekend. Vaak herkennen ze zichzelf niet als jonge mantelzorger. Onbezorgd kind of jongere zijn zit er niet in en er blijft steeds minder tijd over voor school, huiswerk of bijvoorbeeld spelen met vrienden. En dat

kan zomaar tot stress en psychische problemen leiden. Zolang hij zich kan herinneren is Mitch mantelzorger van zijn moeder. Mitch: "Mijn moeder heeft Multiple Sclerose (MS), een chronische aandoening aan het centrale zenuwstelsel. Vanwege haar ziekte gaat mijn moeder lichamelijk steeds verder achteruit. Al op mijn vierde kwam ze in een rolstoel terecht. Mijn vader en ik namen steeds meer taken over. Al op heel jonge leeftijd hielp ik met schoonmaken en koken. Ook ging ik mee naar de huisarts. Later hielp ik haar in en uit bed. Dan zette ik haar in de rolstoel, deed ik de boodschappen. Als mijn vader van zijn werk kwam, nam hij het van me over." Van een onbezorgde jeugd was geen sprake.

ZORG EN SCHOOL EISEN ZIJN TOL

De zorg die Mitch al op jonge leeftijd vanzelfsprekend vindt, eist zijn tol. "Ik werd overgeplaatst naar het speciaal onderwijs; ze dachten dat ik autisme had. En Jeugdzorg bepaalde dat ik twee keer per week naar de naschoolse opvang moest. Maar daardoor kon ik weer niet thuis zijn om voor mijn moeder te zorgen. Of bij mijn vrienden te zijn." Later op de middelbare school raakt Mitch in een isolement. "Van extravert werd ik heel introvert, naar binnen gekeerd. Ik had geen behoefte aan gesprekken met leerlingen of leraren. Maar alles wat thuis gebeurde, nam ik wel in mijn hoofd mee naar school. Vooral toen mijn moeder vanwege een

longembolie werd opgenomen in het ziekenhuis. Dat had een enorme impact. Ik belandde in een depressie. Ik was vaak afwezig en mijn schoolprestaties holden achteruit." En dat terwijl de zorgtaken toenemen. Mitch: "Ik haalde mijn moeder elke ochtend uit bed, zette haar in de rolstoel, bracht haar naar de traplift, en zette haar beneden weer in de rolstoel. 's Avonds herhaalde dat ritueel zich, maar dan in een omgekeerde volgorde. Pas toen ik zeventien werd, kregen we tilliften. Dat scheelde een stuk."



"Ik vond mijn hulp vanzelfsprekend en zag mezelf als een normale jongen, die een beetje meer voor zijn moeder zorgde dan andere jongeren."

“MIJN MOEDER HEEFT ER NIETS AAN ALS IK WORD UITGESCHAKELD”

Voor Mitch hoort de intensieve zorg voor zijn moeder er 'gewoon' bij. Hij is het gewend. Zijn drukke zorgtaken weerhouden hem er niet van een opleiding tot ruimtelijk vormgever te gaan volgen. Mitch: "Ik was veel met kunst bezig. Nu nog steeds, eigenlijk. Toch zat ik er niet op mijn gemak. Ik had bij leraren de thuissituatie doorgegeven maar ik had niet het gevoel dat er echt naar me werd geluisterd." Ook bij het tuincentrum waar hij stage moest lopen, moest hij zowat dubbele uren draaien. "Op school zeiden ze 'maak maar gewoon je stage af'. Dat doe je dan maar, tegen beter weten in", aldus Mitch. Toen hij bij een volgende stage zware decorstukken van 25 kilo van een hoge plank moest tillen, weigerde Mitch. "Ik heb een te kleine knieschijf en zou met dat kunststukje zomaar mijn knie uit de kom kunnen schieten. De opzichter zei 'je doet dit, of je gaat weg'. Toen koos ik het laatste. Mijn moeder heeft er niks aan als ik word uitgeschakeld."

Het gevolg is niet mals. Mitch moet met z'n opleiding stoppen. Hij kiest voor de opleiding Social Work. Inmiddels zit ie in het laatste jaar. Sociaal werk is me op het lijf geschreven. En mijn zorgachtergrond komt me goed van pas. Tijdens mijn stage heb ik activiteiten georganiseerd voor mensen met beginnende dementie. Erg leuk en leerzaam om te doen. Ik zie dit werk wel zitten en heb weer een toekomstperspectief."

Thuis is de taakverdeling ondertussen ook meer in balans en gaat het een stuk beter. Mitch: "Mijn vader draait tegenwoordig nachtdiensten en zorgt overdag voor mijn moeder. Als ik van school of stage komt, neem ik het van hem over. Daarnaast hebben we nu betaalde mantelzorg. De hulp haalt haar uit bed en helpt haar twee keer per week onder de douche. Dat geeft veel rust." Verder reist hij heel Nederland, België en Duitsland door om vrienden te ontmoeten van zijn game groep. En maakt hij kunst. Mitch: "Schilderijen, maar ook 3D diorama's. Met popjes van 32mm die in luchtkastelen van piepschuim wonen. Zo komen al mijn passies samen: kunst, reizen en sociaal werk. Ik heb het goed."

EERDER AAN DE BEL TREKKEN

Zo terugkijkend zou Mitch toch wel een aantal dingen anders hebben aangepakt. Hij heeft dan ook wel een paar tips voor andere, jonge mantelzorgers. Mitch: "Ik zou sowieso eerder aan de bel trekken. Ik vond mijn hulp vanzelfsprekend en zag mezelf als een normale jongen, die een beetje meer voor zijn moeder zorgde dan andere jongeren. Dat is ook het lastige eraan. Als ik bij docenten eerder en eerlijker kenbaar had gemaakt wat er werkelijk aan de hand was, dan had ik misschien eerder begrip en hulp kunnen krijgen. Dat kreeg ik pas bij de docenten op de opleiding Social Work. Daar hadden ze de situatie direct door en zagen ze het meteen aan me als er iets aan de hand was."

ONDERSTEUNING GEVEN

Mitch raadt jonge mantelzorgers aan om zo snel mogelijk eerlijk te zijn over hun situatie en erover te praten met anderen. "Je ziet aan de cijfers dat veel jonge mantelzorgers worstelen met gezondheidsproblemen omdat ze zich niet uiten. Als je iemand zoekt met wie je kunt praten en bij wie je je veilig voelt, kan die persoon kijken wat hij voor je kan betekenen als het niet goed gaat. Bijvoorbeeld doorverwijzen naar professionals, ervaringsdeskundigen of mantelzorgondersteuning. Zelf wil ik ook als ervaringsdeskundige ondersteuning geven aan jonge mantelzorgers. Ik wil ze duidelijk maken dat mantelzorg niet vanzelfsprekend is. Dat ze daar best trots op mogen zijn. Maar ik wil ze ook meegeven dat ze aan zichzelf moeten denken en plezier mogen hebben. Er zijn zelfs groepjes met jonge mantelzorgers en ervaringsdeskundigen. Sluit daar gerust 's bij aan."

Meer informatie over mantelzorg vindt u via deze QR-code



Proefpakket
4 maaltijden
24.00
Bestel nu

Edwin en Marina
Uw Maaltijd Thuis contactpersonen

Maaltijd Thuis

Met aandacht bereid, met liefde gebracht

Als zelf koken lastig wordt of als u er gewoon niet zo'n zin meer in hebt, dan koopt Maaltijd Thuis voor u. Lekker gezonde maaltijden zoals u zelf ook op tafel zou zetten. De maaltijden worden door een vaste bezorger persoonlijk bij u gebracht. Hoe makkelijk dat is, kunt u nu heel voordelig ontdekken.

Maaltijd Thuis – Smits | 013 - 82 00 954 | maaltijdthuis.nl

Ergonomisch Zitcomfort

Voorkom klachten door juiste zithouding

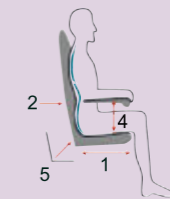


Zit u niet goed in uw bank of fauteuil?
Heeft u regelmatig last van uw rug?
Zit u met een kussentje hier en een kussentje daar?
Heeft u steeds meer moeite met opstaan?

Laat u dan eens adviseren voor een écht goede stoel.

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

De 5 basis voorwaarden voor verantwoord zitten



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



fitFORM

VAN WIJK
ZITSPECIALIST

Kerkstraat 112 Oisterwijk | Tel: 013 - 521 22 23
www.vanwijkzitspecialist.nl

Woensdag t/m vrijdag geopend 13.00-17.00 uur. Buiten deze tijden ook van harte welkom. Maak dan een afspraak bij ons in de winkel of bij u op locatie.



Wieggers Kunstgebitten: voor kwaliteit en service!

Heeft u een kunstgebit of een implantaatprothese nodig? Dan bent u bij ons aan het beste adres! Ook voor reparaties, het opnieuw passend maken van uw huidige gebit, een frameprothese of een antisnurkbeugel staan wij voor u klaar.



Nieuw: digitale mondsan

Met onze 3D mondsan wordt het aanmeten van een prothese voor u een stuk prettiger. Het lastige 'happen' hoeft vaak niet meer en de pasvorm is uit de kunst!

Kunstgebit aan huis

Bent u niet goed ter been? Dan komen we desgewenst bij u aan huis het gebit aanmeten. Ook voor reparaties of aanpassingen bij pijnklachten komen we naar u toe. Wilt u graag een huisbezoek, neem dan contact met ons op en dan bespreken we samen de mogelijkheden.

Een vertrouwd gezicht

Wieggers kunstgebitten is al meer dan 25 jaar een begrip in Tilburg en de Reeshof. Wij werken ook voor De Wever en voor Thebe. Wij zijn aangesloten bij alle zorgverzekeraars, HKZ gecertificeerd en lid van de Organisatie Nederlandse Tandprothetici.

Onze praktijk-hygiëne is conform de landelijke ONT-richtlijnen



Berkenrodelaan 99 | 5043 WH Tilburg | Bel 013 - 20 33 599 voor een afspraak
Groeseindstraat 99 | 5014 LV Tilburg | maarten@wieggerskunstgebitten.nl | www.wieggerskunstgebitten.nl

JONG EN OUD SAMEN IN ÉÉN HUIS

Het woningtekort in Nederland is groot. Ook in Tilburg. Er worden allerlei maatregelen genomen om dat tekort terug te dringen. Zelfs een woondelfvorm als hospita-verhuur zit weer in de lift. **Hospi Housing** is gespecialiseerd in hospita-verhuur en koppelt potentiële huurders en verhuurders aan elkaar via hun online platform. Ook voor ouderen met een ruime woning kan het uitkomst bieden. In gesprek met Daan Donkers, een van de oprichters. Over de voordelen, én de vooroordelen.

Tekst **Etiënne van Breugel** | Illustratie **Nina van Wijk**
Fotografie **Joris Buijs, Dolph Cantrijn**

"In vergelijking met vroeger zijn mensen veel ruimer gaan wonen", legt Daan uit. "De afgelopen dertig jaar zijn we zelfs verdubbeld in het aantal vierkante meters per persoon. Er zijn veel meer eenpersoonshuishoudens. Maar er is ook een enorm woningtekort. In 2025 hebben bijna 30.000 studenten moeite met het vinden van een kamer. Het totale woningtekort is nog eens tien keer zo groot. Tegelijkertijd is er meer behoefte aan sociaal contact. Die ontwikkelingen hebben ons aan het denken gezet: zo zijn we op Hospi Housing gekomen."

BELASTING OP ALLEEN WONEN

Hospi Housing is eigenlijk de hospita-verhuur van vroeger, maar dan met een nieuw jasje. Hospi Housing zorgt ervoor dat verhuurder en huurder elkaar gemakkelijk via hun online platform kunnen vinden en neemt alle regelingen rondom huur en verhuur uit handen. Daan gaat terug in de tijd: "In de jaren vijftig begon hospita-verhuur populair te worden. Mensen met een groot huis in Utrecht werden vanwege de woningnood zelfs verplicht om studenten in huis te nemen. Er werd zelfs over nagedacht om belasting te heffen op mensen die alleen woonden. Hospita's waren toen eigenlijk altijd alleenstaande vrouwen. Vrouwen van wie de man was overleden of vrijgezelle oudere dames. Vrouwen die een of meer kamers over hadden in hun grote huis gingen die dan verhuren. Het huishouden deden ze er dan bij."

De hospita van nu is allang niet meer de alleenstaande vrouw van toen. Bij Hospi Housing is zo'n 55% van de verhuurders alleenstaand; iets meer dan 25% bestaat uit koppels, 15% is gastgezin. Zowat de helft van de verhuurders, bij Hospi Housing praten ze over hosts, is 50+.

De overeenkomst tussen al die aanbieders is dat ze een kamer in huis over hebben. En dat ze het leuk vinden om met anderen onder één dak te wonen. Daan: "Dat kunnen ouderen zijn van wie de kinderen al uit huis zijn. Iemand van wie de partner is overleden maar die toch in het huis wil blijven wonen. Of een jong koppel dat een huis op de groei heeft gekocht. Huurders zijn vaak studenten die geen kamer in een studentenhuis willen of die niet kunnen vinden. Maar voor expats bemiddelen we ook."

Je woning delen heeft financiële voordelen. Daan: "Tot € 6.324 betalen mensen geen belasting over de inkomsten uit kamerverhuur. In de meeste gemeenten is er voor de verhuur van één of twee kamers in huis niet eens een aparte vergunning nodig." Ook op het gebied van toeslagen hoeven mensen niet te vrezen. Daan: "Bij hospita-verhuur is er sprake van onderhuur. En de onderhuurder telt niet mee bij de berekening van jouw toeslagen. Het wordt gezien als 'commerciële relatie' en heeft geen invloed op je toeslagen. Ook niet op die van je AOW."

'IK HAAL DE WERELD NAAR ME TOE'

Behalve dat het financieel aantrekkelijk is, zijn er nog meer voordelen aan kamerverhuur, legt Daan uit. "Je help het woningtekort terug te dringen. En het is heel gezellig. Sommige mensen vinden het leuk om met andere culturen in aanraking te komen en willen bijvoorbeeld alleen buitenlandse studenten als huurders. Ook al omdat ze dan een vreemde taal kunnen leren. Anderen doen het weer voor de sociale contacten. Een van onze hosts is een man van 83. Die verhuurt al twintig jaar kamers. In het verleden had hij altijd veel gereisd. Hij zei: 'Ik ben nu eigenlijk te oud om de wereld te zien. Dus haal ik de wereld maar naar mij toe!'"

Maar hoe werkt het nu eigenlijk? Daan: "Mensen kunnen op onze website een profiel aanmaken. De verhuurders geven aan welke ruimte ze in de aanbieding hebben, tegen welke kosten. En ze geven persoonlijke voorkeuren op. Welke talen spreek je? Wil je veel contact of juist niet? Hoe vaak wil je samen eten? Bij Hospi Housing vinden we veiligheid het



allerbelangrijkst. Voordat een verhuurder zijn woning mag aanbieden vindt er eerst een persoonlijk contact met ons plaats. Wij checken dan de host, de ruimte, en of die tegen een redelijke prijs wordt aangeboden. Dat doen we op locatie. De huurder vult op zijn beurt ook allerlei wensen in en vervolgens worden vraag en aanbod aan elkaar gematcht. Als er matches zijn, dan worden huurder en verhuurder daarvan op de hoogte gesteld en kunnen ze kijken of er een klik is. Dat gebeurt via een afspraak op locatie of online. En is die klik er en komt het tot een overeenkomst, dan maakt Hospi Housing alles in orde: van contact tot en met contract.

PRIVACY

Hoewel er al meer dan duizend matches zijn gemaakt via Hospi Housing, is het potentieel nog veel groter. Vaak is het opgeven van een stukje privacy wat mensen ervan weerhoudt een kamer die over is te verhuren. Daan: "Maar het grappige is dat hospita's die het eenmaal doen, allemaal zeggen dat het reuze meevalt." Hoeven mensen niet bang te zijn voor feestvierende of lallende studenten? Of dat de badkamer voortdurend is bezet? Of de kamer wel heel blijft? Daan: "Nee, ik denk dat de echte feestvierders wel hun best doen om in een studentenhuis terecht te komen. Je ziet het zelfs juist ook de aan de motivaties vanuit de kamerzoeker; rust en een schone omgeving worden vaak genoemd op ons platform. En over het gebruik van de badkamer kun je heel goed afspraken maken."

PROEFTIJD VAN NEGEN MAANDEN

"Een andere misvatting over hospitaverhuur is dat mensen denken dat wanneer ze eenmaal een huurder in huis hebben, ze er nooit meer vanaf komen. Maar als jij een kamer verhuurt in de woning waar je zelf woont, of dat nou een huur- of koopwoning is, dan gelden de eerste negen maanden als proeftijd. Dat is specifiek voor hospita-verhuur. En dat betekent dat je in die periode als verhuurder, als hospita, eenzijdig de huurperiode mag beëindigen. Zonder opgave van reden. Oftewel; als het niet klikt of als je denkt, nou, dit is het niet, dan kun je altijd nog terug. Maar dat komt eigenlijk nooit voor. Er zijn hosts die soms tijdelijk een student nemen, dan een pauze inlassen en vervolgens weer een nieuwe student in huis nemen. Dat kan dan ook weer met zo'n proefperiode. Per student mag je één keer een proefcontract van negen maanden gebruiken. Daarna wordt het een contract voor onbepaalde tijd."

Of het weleens misgaat? "Dat is op een hand te tellen", aldus Daan. "En als er soms irritaties zijn, dan gaat het echt om heel kleine dingetjes. Doordat iemand de verwarming iets te hoog zet, zijn schoenen niet uitdoet of te laat gaat koken. Dingen waarvan je denkt: spreek dat tegen elkaar uit. Maar dat gebeurt dan niet, en dan gaat het mis. Dan zijn wij er altijd nog om te mediaten. Dat is op al die ruim duizend matches slechts een paar keer voorgekomen."

www.hospihousing.com/nl



ONLINE ARTIKEL KONINGSOORD

In Koningsoord in Berkel-Enschot wonen jong en oud gebroederlijk samen in het voormalig klooster. Om de verschillende generaties nog meer met elkaar in contact te brengen, is een poos geleden een werkgroep opgericht. Met jonge en oude bewoners. Het doel? Een hechte community vormen, over generatiegrenzen heen. De Draad ging op bezoek en sprak met Community Manager Isolde Verhoeven en bewoner Guus Verschuren. Lees hier het artikel online.



De band met John en Marion is goed; ze zien elkaar niet overdreven veel. Een keer in de maand ongeveer eten ze samen. Er zijn afspraken gemaakt over het gebruik van de douche en de keuken. John: "Ik ben 's ochtends al vroeg in touw en ik douche 's avonds. Marion juist vroeg in de ochtend. Al die uren daartussen, kan Kristina de douche gebruiken. En ook het gebruik van de keuken stemmen we op elkaar af. Dat is nog nooit een probleem geweest." Kristina: "John en Marion laten je heel erg welkom voelen. Laatst was ik jarig. Had ik cadeautjes gekregen en was het huis helemaal versierd. Dat vond ik echt geweldig. John heeft me de mooie plekken van Tilburg op de fiets laten zien, zoals de LocHal en de LocBrewery." John lachend: "Ja dat fietsen was nog wel een dingetje. Kristina mag gewoon onze fietsen gebruiken, maar toen ik haar de eerste keer op de fiets weg zag rijden, hield ik mijn hart vast. Gelukkig is dat allemaal goed gekomen."

Voor Kristina hebben John en Marion al een aantal keren eerder studenten in huis gehad. De een wat ouder, die

was al aan haar tweede master bezig. Maar ook een heel jonge, uit Utrecht. Marion: "Dat meisje hebben we echt zien groeien. Voor haar waren we de veilige plek van waaruit ze aan de stad en aan het studentenleven kon proeven. Zij is ook doorgestroomd naar een studentenhuis." Ze houden van de reuring in huis, de gesprekken met jongeren. Maar ze willen ook niet midden in de nacht wakker worden en zich zorgen maken over de studenten. John: "Dat hebben we met onze zoons al gehad. Dat hoeft niet meer."

VERTROUWEN

John en Marion zijn laatst op vakantie geweest in Finland. En binnenkort vertrekken ze weer voor een weekje weg. Dan heeft Kristina het rijk alleen. John: "We vertrekken met een gerust hart. Als je aan iemand in je huis een kamer verhuurt, dan is het belangrijk dat je het gevoel hebt dat je iemand kunt vertrouwen. Daar draait het uiteindelijk om. En dat gevoel hebben we bij al onze huurders tot nu toe altijd gehad. En bij Kristina nu ook weer."

De Draad nam de proef op de som en ging op bezoek bij **hosts John en Marion** in Tilburg. Zij verhuren sinds januari een kamer aan Kristina. Via Hospi Housing. Kristina komt uit Slowakije en is Erasmus Exchange student. Ze is voor één semester in Tilburg, van januari tot en met juli, en volgt vier vakken op Tilburg University. "Door John en Marion voel ik me helemaal thuis."

KRISTINA WOONT BIJ JOHN EN MARION

Het huis van John en Marion, een oude apothekerswoning in de Tilburgse wijk Loven, is enorm ruim en heel smaakvol ingericht. John (68) heeft het eigenhandig opgeknapt. Sinds hun zonen uit huis zijn, verhuren ze kamers.

John: "Dat doen we nu zo'n tien jaar. Eerst hebben we drie jaar een vriend van ons in huis gehad die wat problemen had. En daarna met tussenpozen studenten. We willen de ruimte gebruiken voor mensen die het nodig hebben." Kristina woont in de oude kamer van een van de zonen

van John en Marion. Ruim dertig vierkante meter. Ze was op zoek naar een kamer voor een half jaar en via Hospi Housing kwam ze bij John en Marion terecht. "Het is voor de eerste keer dat ik in het buitenland studeer. Ik was op zoek naar een rustige kamer tegen een redelijke prijs. Die heb ik hier gevonden. De kamer is heel groot, ik vind de kleuren en het meubilair prachtig. Ik moet heel veel studeren dus ik ben veel op mijn kamer. Dan is het fijn dat hij er mooi uit ziet. Soms spreek ik weleens met vrienden van de universiteit af."



In het centrum van Rijen wonen **Anja (62) en Ton (62) Hendrickx** samen met zoon Tim in een groot vrijstaand huis met een enorme tuin. En buitenzwembad. Waar Anja tien jaar geleden nog een Bed & Breakfast in gedachten had, verhuren ze nu kamers aan drie studenten: één uit Australië, één uit Polen en één uit Noord-Holland. Een soort mini-studentenhuus in hun eigen woning.

DE DRIE DAMES VAN ANJA EN TON

➤ Toen hun twee dochters uit huis gingen, bleven Anja en Ton met een grote lege ruimte achter. Wat gaan we daarmee doen vroegen ze zich hardop af. Anja komt via via bij Hospi Housing terecht. Anja: "Wij hadden vroeger een boerderij thuis, acht kilometer hier vandaan. Altijd waren er mensen over de vloer. Was er een klus op het land, dan schoof iedereen aan tafel. Daar komt het vandaan denk ik. We hebben ook iemand van 72 een keer een half jaar opgevangen hier in huis. En een kennis die in de problemen zat. Die gastvrijheid zit een beetje in mijn aard." Ton: "En ik doe gewoon met haar mee."

REACTIES VANAF DAG EEN

Als Anja in 2023 met Hospi Housing in contact komt, gaat het heel snel. Anja: "In juli hebben we geïnformeerd en in september zaten de eerste studenten er al in. In sneltreinvaart hebben we alles in orde gemaakt. Ton is heel handig, en we hadden bijvoorbeeld al een aparte badkamer voor onze dochters gemaakt. Vanaf toen is het eigenlijk vanzelf gegaan." Vanaf dag één hebben Ton

en Anja veel reacties gekregen. Ton: "Er reageerden ook studenten uit Amsterdam. Maar we hebben toch gekozen voor studenten uit Tilburg. Als je een beetje doorstapt, ben je in tien minuten op het station. Maar toch pakken ze vaak nog de bus. Daar moet ik stiekem toch wel om lachen."

Drie studentes hebben ze nu in huis. Een van 18, een van 19 en een van 21. Met zijn drieën delen ze een badkamer en een keuken. "Die meiden kunnen het heel goed met elkaar vinden. Ze zitten aan het begin van hun studie, net onder de vleugels van huis uit. We hebben met ze afgesproken dat we geen drugs en overmatig alcoholgebruik tolereren. En als ze weggaan voor een langere periode, laten ze dat weten in onze app-groep."

MOEDEREN

Anja kan het niet laten om de moederrol een beetje op zich te nemen. "Als ze ziek zijn of zich niet lekker voelen, dan vind ik het ook fijn dat ze dat even laten weten. Als ik ze een paar dagen niet zie, dan check ik vaak even waar ze zijn. Laatst was er een 's ochtends weggegaan en 's avonds om tien uur stond de deur nog open. Ik dacht is er iets aan de hand? Stuurde ze een appje. Dat ze de deur open had laten staan omdat onze poes op haar kamer was. Ik weet dat ik er niet bovenop moet zitten maar dat is dan toch je moederinstinct. We hebben de ouders hier allemaal over de vloer gehad. Zodat ook zij hebben kunnen zien waar hun dochters terecht zijn gekomen."

Naast de inkomsten vinden Ton en Anja het fijn dat ze jonge mensen ook in de gelegenheid stellen om een opleiding te volgen en dat ze dat niet in hun uppie hoeven doen maar ook iets met elkaar kunnen opbouwen. Ton: "Het is fijn dat ze met z'n drieën zo'n goed contact hebben." Praktisch is het ook. "Het heeft ook voordelen dat al die ruimtes worden gebruikt. De dames zijn hartstikke netjes, ze maken zelf de kamers schoon. Dan blijft het gewoon zuiver. En met het energieverbruik valt het reuze mee. Daar waren we in het begin wel bang voor, maar we hebben beneden een palletkachel staan en de dames hebben een radiator op de kamer. Dat werkt prima", aldus Anja.

ZWEMBAD

Dan het zwembad tot slot. Is daar al gebruik van gemaakt? Anja: "Nee nog niet. We hebben gezegd: als je hier een keer een feestje wil geven, dan kan dat. In de zomer misschien. Tot nu toe spreken we ongeveer één keer in de vier weken met elkaar af. Dan eten we gezamenlijk iets of we gaan lekker iets drinken. Maar eigenlijk doen we allemaal ons eigen ding en weten we elkaar te vinden als het nodig is."



GEZOCHT: ENTHOUSIASTE BEZORGER VOOR HET ZAND

De wijk het Zand bevat onder ander het Westerpark, Montfortanenlaan, Postelse Hoeflaan, Predikherenlaan, Albertus Magnusstraat en Mercuriusstraat en telt ca. 1.550 adressen. De vergoeding bedraagt €116 voor de hele wijk. Liever een kleinere route? We kunnen de wijk ook splitsen.

U bezorgt aan de hand van een adressenlijst en hebt een week de tijd om de bladen rond te brengen. We leveren de bladen bij u thuis af. Heeft uw kleinzoon of kleindochter interesse? Of kent u iemand die dit leuk zou vinden? Neem contact met ons op! Dat kan via brigitteschoggers@contourdetwern.nl

De Draad verschijnt in 2025 nog op: 4 juli, 3 oktober en 12 december.



REAGEREN OP DEZE DRAAD?

Neem contact op met de redactie van De Draad, Spoorlaan 444, 5018 CH in Tilburg of Postbus 3078, 5003 DB TILBURG of dedraad@contourdetwern.nl of volg ons op Facebook www.facebook.com/dedraadmagazine.nl

DE VOLGENDE DRAAD

De derde editie van De Draad in 2025 wordt verspreid tussen 4 en 11 juli. De sluitingsdatum voor de kopij is op vrijdag 6 juni. Wilt u De Draad niet meer ontvangen, mail dan uw naam en adres naar dedraad@contourdetwern.nl

DE JUISTE OPLOSSING

van de puzzel in De Draad nummer 1 (2025) is NIEMAND GAAT VRIJWILLIG DE ARMOEDE IN. De twee gelukkige prijswinnaars zijn mevrouw P.J.M. van de Wouw – Vrijhoeven en mevrouw Füchten, beiden uit Tilburg. **VAN HARTE GEFELICITEERD MET JULLIE PRIJS!**

WAT U NOG MOET WETEN

Dit is De Draad nummer 2, 2025, jaargang 11. Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen zonder toestemming van de redactie. De Draad is een uitgave van Stichting De Draad en ContourdeTwern en verschijnt vijf keer per jaar. De redactie acht zich niet verantwoordelijk voor de juistheid van de teksten van derden zoals nieuwsberichten en advertenties.

ADVERTEREN IN DE DRAAD

Bereik alle 60-plussers van Tilburg (oplage 38.500) en adverteer in De Draad. Bel 013 583 99 99 en vraag naar Etiënne van Breugel of mail dedraad@contourdetwern.nl

DE DRAAD IS EEN SOCIAAL KOMPAS, GEMAAKT VOOR - EN DOOR - INWONERS UIT DE GEMEENTE TILBURG.

COLOFON

Hoofredactie
Etiënne van Breugel

Redactioneel
Etiënne van Breugel
Joep Eijkens
Betty Montulet
Hans Peters

Concept & Creatie
Dennis Buster

Illustratie
Nina van Wijk

Fotografie
Etiënne van Breugel
Joris Buijs
Dolph Cantrijn
Joep Eijkens
Hospi Housing
Hans Peters

Stagiaire
Romy Peeters

Oplage
38.500 exemplaren

Verspreiding
Vrijwilligers ContourdeTwern
Diamant-groep

Drukwerk
Moderna Printing

Coverfoto
Joris Buijs

Met dank aan de samenwerkende partners
ContourdeTwern
Gemeente Tilburg
KBO Kring Tilburg
Het Laar
Seniorenraad Tilburg
Thebe
De Wever



Lieve mensen, BEDANKT!



DANKJE

SAMEN

ZORGEN

Dat je af en toe boodschappen doet voor die oudere buurvrouw, die alleen is achtergebleven. Dat je meehelpt op de zorglocatie waar je vader woonde, ook nu hij er niet meer is.

Kortom, dat je klaar staat voor een ander.

Thebe zegt: dankjewel. Tegen alle naasten, mantelzorgers, buren, vrijwilligers en buurtbewoners die hulp bieden aan ouderen.

Wij worden er ook blij van. Want als jij iets voor een ander doet en wij de essentiële zorg verlenen... dan redden we het samen wel!

Samenzorg ★ BINGO ★

Hallo, ik wil graag iets voor u betekenen.
Waar kan ik u bij helpen?



		Wandelen
Koffie/thee drinken met wat lekkers erbij	Dagelijkse verzorging	Boodschappen doen	Een spelletje doen
Kletsen en lachen	Oefeningen van de fysio doen	Samen koken en eten	In of uit bed helpen
Een goed gesprek voeren	Foto's kijken	De krant lezen	Gezicht opmaken

