

# de VanPaskrant

September 2024  
Uitgave voor houders van de FlorencePas



## Welkom!

Het is weer tijd voor de VanPaskrant. We zijn blij met de vele positieve reacties die we kregen op de vorige editie. Dat betekent dat u deze krant graag leest. Ook dit keer hebben wij weer een mooie VanPaskrant voor u samengesteld. Zijn er onderwerpen waarover u wilt lezen? Laat het ons weten via [florencepas@florence.nl](mailto:florencepas@florence.nl) of 070 - 41 31 000 (optie 4).

## Mondzorg aan huis

De FlorencePas biedt een nieuwe service aan huis: Mondzorg Sondervan. Elin Sondervan is mondhygiëniste en komt graag bij u langs. Goede mondzorg is belangrijk voor uw gezondheid. Kristel Biesbroek en haar partner zijn inmiddels haar vaste klanten. Zij vertellen meer over deze service op pagina 2.

## Brandveilig leven

Niemand wil te maken krijgen met brand in huis. Daarom leek het de FlorencePas een goed idee om met Marc Corijn in gesprek te gaan. Hij is coördinator Brandveilig Leven bij de Veiligheidsregio Haaglanden. Hij weet alles over brandveiligheid en vertelt daarover op pagina 3.



## Meneer en mevrouw Van Dop (73 en 70 jaar)

### ‘We kiezen wat we lekker vinden’

“Kijk, mijn vrouw is dol op gebakken aardappeltjes. Ik houd meer van gekookte aardappelen of aardappelpuree”, vertelt Ben van Dop. “En spruitjes, daar ben ik niet dol op. Geef mij maar andijvie of peen en uien. Met apetito kiezen we zelf uit wat we lekker vinden. We hoeven niet te discussiëren over wat we gaan eten.”

De reden om gebruik te maken van de maaltijden-service is dat het voor meneer en mevrouw Van Dop niet meer zo makkelijk is om lang in de keuken te staan. “Mijn vrouw heeft gezondheidsklachten. Daardoor had ze, als ze had gekookt, soms geen puf meer om het op te eten. Ik heb rugklachten. We waren sowieso niet zo van het uitgebreid koken, dus toen hebben we besloten om apetito te proberen.”

#### Zoveel keuze

Dat bevat het echtpaar na ruim drie jaar nog steeds prima. “Het eten is lekker. Je hebt wel eens van die kant-en-klare maaltijden die naar de verpakking smaken. Dat is bij apetito niet zo! Ik zeg dit niet om apetito te verkopen. Het is gewoon goed. Het smaakt heerlijk en het is genoeg. Ik ben dol op het oerhammetje. Mijn vrouw vindt de pannenkoeken met appel lekker. Er is veel keuze.”

#### Zo op tafel

“We bestellen allebei een maaltijdenpakket”, aldus Ben van Dop. “En we eten het wanneer we er zin in hebben. Soms maken we toch zelf iets klaar.

Bijvoorbeeld een lekkere pan erwtensoepp. Wordt het een avondje apetito? Dan is het de maaltijd naar keuze uit de vriezer halen, tien minuten in de magnetron zetten, op een bord doen én eten maar. Met elke maaltijd sparen we voor leuke extraatjes, bijvoorbeeld gratis soep.”

#### Meer informatie

Met uw FlorencePas krijgt u 10 procent korting op alle maaltijden. U kunt voordelig kennismaken met de seizoensdoos. Daarmee krijgt u zeven maaltijden en betaalt u er vijf. Kijk op [www.apetito.nl](http://www.apetito.nl) of bel met 088 - 201 21 23.

## Gaat u gezellig mee?

De FlorencePasuitjes van de komende maanden staan op pagina 3. Met het formulier bij deze krant kunt u zich inschrijven!



## Zorgeloos verhuizen

Gaat u verhuizen naar een appartement, aanleunwoning of zorginstelling en heeft u daarbij hulp nodig? Sinds kort werkt de FlorencePas samen met Ontzorgd Verhuizen, een gespecialiseerd en erkend verhuisbedrijf voor senioren. Ontzorgd Verhuizen biedt professionele en persoonlijke ondersteuning bij alles wat er bij uw verhuizing komt kijken. U bepaalt zelf welke hulp u nodig heeft. Wilt u meer weten over deze service? Neem dan contact op via [info@ontzorgdverhuizen.nl](mailto:info@ontzorgdverhuizen.nl) of bel 085 - 041 01 01. Ontzorgd Verhuizen maakt graag een afspraak met u voor een gratis huisbezoek. Daarna ontvangt u een vrijblijvende offerte. Als u daarmee akkoord gaat, zorgt Ontzorgd Verhuizen voor een soepele en comfortabele verhuizing.



## Matras om lekker te slapen!

Bij de FlorencePas wensen wij u graag een goede nachtrust toe. Daarom hebben we in samenwerking met Medipoint een speciaal aanbod. Nog tot en met 31 maart 2025 kunt u het stabiele ViscoClimate Ultra Matras kopen met 50 procent korting (449 euro in plaats van 898 euro). Op de rest van het slaapassortiment krijgt u 25 procent korting. Bij aanschaf van het matras krijgt u een gratis bedcheck aan huis (ter waarde van 59,99 euro). Het matras wordt gratis geleverd en uw oude matras wordt gratis afgevoerd (ter waarde van 49,99 euro). Heeft u interesse? Bezoek [www.medipoint.nl/slapen](http://www.medipoint.nl/slapen), of bel tijdens werkdagen met 088 - 10 20 204 voor het maken van een afspraak.



*'Je bent gewoon lekker thuis'*

## Kristel Biesbroek

# 'Mondzorg aan huis is heel comfortabel'

**Kristel Biesbroek en haar partner krijgen elke drie maanden bezoek van mondhygiëniste Elin Sondervan. Dankzij haar hebben ze allebei een stralende glimlach.**

"Mijn vriend en ik hebben angst voor de tandarts", vertelt Kristel. "We raken allebei lichtelijk in paniek van een chirurgische witte omgeving. Toen ik in 2007 bij de tandarts was, werd er gezegd dat mijn verstandskiezen eruit moesten. Ik liep de praktijk uit en ben nooit meer teruggegaan."

### Eigen omgeving

De angst voor de tandarts zorgde er bij zowel Kristel als haar vriend voor dat ze ruim zestien jaar niet op controle gingen. "Via een kennis hoorden we dat Elin was begonnen met het bieden van mondzorg aan huis. We hebben haar benaderd, omdat we merkten dat we allebei last kregen van ons gebit. Elin is geweldig! Ze neemt alles mee: van een mobiele tandartsstoel tot polijstapparatuur."

Met de komst van Elin werd de tandartsangst direct minder. "Dat komt doordat je in je eigen omgeving bent", zegt Kristel. "Je hoeft nergens naartoe. Je zit niet in een steriele wachtkamer. Je drinkt gewoon een kopje koffie thuis en dan staat de mondhygiëniste voor de deur."

### Weer goed gebit

Kristel en haar vriend zijn blij met Elin. "Zij is onze steun en stok achter de deur. Toen ze mijn gebit voor het eerst controleerde, gaf ook zij aan dat mijn verstandskiezen eruit moesten. Dankzij haar heb ik vorig jaar de stap naar de kaakchirurg durven zetten. Mijn gebit ziet er nu prima uit. Mijn vriend en ik hadden allebei veel tandsteen en terugtrekkend tandvlees. Elin komt nu elk kwartaal. Als onze

gebitten weer helemaal op orde zijn, hoeven we nog maar twee keer per jaar een afspraak te maken. Elin is trouwens heel prettig en rustig in de omgang. Ze verstaat haar vak heel goed."

### Mondzorg is belangrijk

Elin vertelt dat ze bewust de tijd neemt voor elk huisbezoek. "Goede mondzorg is cruciaal", zegt zij. "Een gezond gebit heeft positieve invloed op de algehele gezondheid. Dit wordt steeds vaker door onderzoek bevestigd. Parodontitis, een ernstige tandvleesontsteking, wordt bijvoorbeeld in verband gebracht met hart- en vaatproblemen. Mensen met diabetes zijn gevoeliger voor mondklachten. Met mondhygiëne kunnen ze dat tegengaan." Elin weet dat senioren minder vaak naar de tandarts gaan. "Het kost hen vaak te veel energie om er te komen. Omdat een gezond gebit zo belangrijk is, wil ik het mensen makkelijker maken om tandheelkundige zorg te krijgen. We kijken altijd wat er mogelijk is, ook financieel."

En als FlorencePashouders net als Kristel een tandarts eng vinden? "Dan stel ik die graag gerust. Ik zie er sowieso niet uit als een tandarts", zegt Elin met een lach. "Mijn poloshirt is grijs, ik draag een spijkerbroek en al mijn spullen zitten in kleurrijke bakjes."

## Mondzorg aan huis

Mondzorg Sondervan levert professionele mondzorg bij u thuis. Ook kleine reparaties aan uw kunstgebit zijn mogelijk.

Een afspraak maakt u via [contact@mondzorgsondervan.nl](mailto:contact@mondzorgsondervan.nl) en 06 - 82 21 84 04.

**Met uw FlorencePas krijgt u 5 procent korting op de zorg die niet door uw zorgverzekering wordt vergoed.**

# 5 vragen over brandveiligheid

Marc Corijn is coördinator  
Brandveilig Leven bij de  
Veiligheidsregio Haaglanden.  
Hij weet alles over  
brandveiligheid. Tijd voor  
wat vragen!



1

## Wat is een brand eigenlijk?

“Een brand is vuur dat je niet wilt. Een brand veroorzaakt schade en kan zich uitbreiden. Zo'n vuur heb je niet zomaar. Een brand kan alleen ontstaan als zuurstof, brandbare stoffen en warmte in de juiste hoeveelheid bij elkaar komen. Zuurstof is overal om ons heen. Daar kunnen we niks aan doen. Maar we kunnen wel goed opletten en voorzichtig zijn met brandbare stoffen en warmte. Binnen Brandveilig Leven werken we met een groot aantal partners samen om de ruim één miljoen inwoners van de regio Haaglanden bewust te maken over brandveiligheid. Dat is nodig, want 40 procent van de branden bij mensen thuis, had voorkomen kunnen worden.”

2

## Wat kunnen we doen?

“Het begint met u bewust te zijn van hoe een brand ontstaat. Daarnaast is het belangrijk dat u goed oplet. Zo is het gezellig om kaarsen te branden. Dat moet u ook blijven doen, maar zorg wel dat deze in de juiste houders staan. Ze vallen dan niet zomaar om. Zet een kaars ook niet te dicht bij gordijnen. Het klinkt simpel, maar er ontstaan nog steeds veel branden op deze manier. Maar ook door bijvoorbeeld roken in bed.”

3

## Is er meer waarop we kunnen letten?

“Jazeker. We adviseren om verstandig met elektrische apparaten om te gaan. Gebruik bijvoorbeeld voor een mobiele telefoon altijd de originele lader. Die is daarvoor gemaakt en stopt met opladen zodra de telefoon vol is. Bij goedkopere opladers gebeurt dit niet altijd en dan worden ze te warm. Leg apparaten die u oplaadt, zoals een telefoon, laptop en tablet, altijd op een harde ondergrond, bijvoorbeeld een kast of het aanrecht. Die nemen de warmte niet over.”

4

## En het opladen van de elektrische fiets en scootmobiel?

“De accu's in huis opladen, is prima. Ook hierbij geldt dat deze op een harde ondergrond moet liggen. Laat daarnaast geregeld uw accu controleren. Goed onderhoud is belangrijk. Dat geldt ook voor andere apparaten, zoals uw droger. Zorg dat daar niet te veel stof in zit. Veel mensen hebben trouwens een vaste plek in huis om apparaten op te laden. Wij zeggen altijd: hang op die plek zeker een rookmelder. Dan wordt u op tijd gewaarschuwd.”

5

## Wat als we onverhoopt met brand te maken krijgen?

“Ga niet zelf de brand blussen. Verlaat met uw eventuele huisgenoten zo snel mogelijk het huis. Trek de deur achter u dicht, want dan komt er geen extra zuurstof in huis. Bel of laat iemand bellen met 112.”

Meer informatie over brandveiligheid vindt u op [www.haaglandenveilig.nl/brand](http://www.haaglandenveilig.nl/brand)

Brandveilig Leven werkt samen met Onze Klusvrouw (zie pagina 4). Met uw FlorencePas kunt u Onze Klusvrouw een gratis Veilig Wonen-check laten doen. Daarbij wordt uw woning ook gecontroleerd op brandveiligheid.

29 en 31 oktober 2024

## Naar de Tropical Zoo



### U kunt met ons mee op:

- 29 oktober (vertrek om 08.30 uur vanuit Leidschendam en om 09.00 uur vanuit Voorburg).
- 31 oktober (vertrek om 09.00 uur vanuit Rijswijk).
- Kosten: 53 euro. Toeslag introducés: 5 euro.

### Opstappunten:

- Leidschendam: ontmoetingscentrum Duivenvoorde.
- Voorburg: woonzorgcentrum De Mantel.
- Rijswijk: woonzorgcentrum Steenvoorde.

Meld u aan via het bijgesloten formulier!

Tussendoor lunchen we natuurlijk!

26 en 28 november 2024

## Naar de film in De Kuip



### U kunt met ons mee op:

- 26 november (vertrek om 10.45 uur vanuit Rijswijk).
- 28 november (vertrek om 10.15 uur vanuit Leidschendam en om 10.45 uur vanuit Voorburg).
- Kosten: 52 euro. Toeslag introducés: 5 euro.

### Opstappunten:

- Rijswijk: woonzorgcentrum Steenvoorde.
- Leidschendam: ontmoetingscentrum Duivenvoorde.
- Voorburg: woonzorgcentrum De Mantel.

Meld u aan via het bijgesloten formulier!

Natuurlijk genieten we ook tijdens dit uitje van een lekkere lunch.

17 december en 19 december 2024

## Kerstonderzetters maken



### U kunt met ons mee op:

- 17 december (vertrek om 08.30 uur vanuit Leidschendam en om 09.00 uur vanuit Voorburg).
- 19 december (vertrek om 09.00 uur vanuit Rijswijk).
- Kosten: 59 euro. Toeslag introducés: 5 euro.

### Opstappunten:

- Leidschendam: ontmoetingscentrum Duivenvoorde.
- Voorburg: woonzorgcentrum De Mantel.
- Rijswijk: woonzorgcentrum Steenvoorde.

Meld u aan via het bijgesloten formulier!

Met het uitje in december reizen wij af naar Hoorn. Daar worden we in een verwarmde strandtent ontvangen met koffie en wat lekkers. Daarna gaan we aan de slag met het maken van kerstonderzetters. Die zijn leuk om cadeau te doen, of om zelf te houden! Wij genieten ook van een gezamenlijke lunch.

*‘De uitjes zijn leuk en het is erg gezellig in de touringcar. Iedereen maakt een praatje met je. Zo doe je elke keer nieuwe contacten op.’*

Mevrouw Huffman (73) uit Rijswijk gaat graag met ons mee



## Genieten van soep

Het is herfst, dus het is tijd voor een gezonde pompoensoep. U heeft nodig: 1 eetlepel boter, 2 groentebouillontabletten, 800 milliliter water, 1 gesnipperde ui, 2 geperste tenen knoflook, 800 gram pompoenstukjes, fijngesneden peterselie en crème fraîche. Bak de ui, knoflook en pompoen 8 minuten in de boter. Doe vervolgens het water en de bouillonblokjes erbij. Laat de soep 25 minuten koken en pureer deze met een staafmixer. Schep de soep in een kom en doe er wat peterselie en crème fraîche bij. Eet smakelijk!

## Onze Klusvrouw

Zijn er klusjes in u huis waar u zelf niet aan toe komt? Dan kunt u het uitbesteden. De handige en vriendelijke dames van Onze Klusvrouw voeren kleine en grote klussen voor u uit. Van behangen en laminaat leggen tot het ophangen van een schilderij en loodgieterswerkzaamheden. Met uw FlorencePas profiteert u van een voordeliger tarief. Voor een offerte en de mogelijkheden kunt u bellen met Dunja. Zij is bereikbaar via [dunja@onzeklusvrouw.nl](mailto:dunja@onzeklusvrouw.nl) of 06 - 51 38 66 64.

## FlorencePas 2025

Natuurlijk krijgt u voor 2025 weer een nieuwe FlorencePas, samen met een overzicht van alle handige en comfortabele services en diensten. De contributie wordt voor 2025 met één euro verhoogd. Ook in het nieuwe jaar staan we voor u klaar, samen met onze betrouwbare leveranciers. De FlorencePas maakt het u en uw mantelzorgers graag makkelijker.



## Neem gerust contact op!

Mirjam en Mignon zijn bereikbaar via [florencepas@florence.nl](mailto:florencepas@florence.nl) en 070 - 41 31 000 (optie 4). Zij kunnen u alles vertellen over de services aan huis en luisteren naar uw wensen en ideeën.



Mirjam Kuiper



Mignon Duijkers

# Puzzel

Speciaal voor u hebben we weer een mooie puzzel samengesteld.

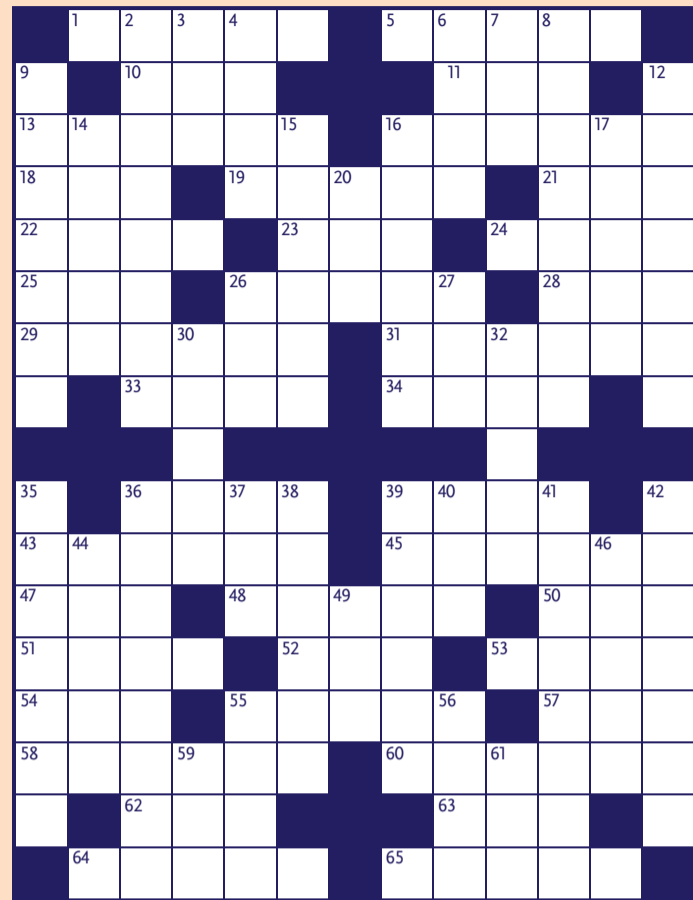
## Los de puzzel op en maak kans op mooie prijzen

Dit keer dagen wij u uit met deze leuke kruiswoordpuzzel. U kunt uw oplossing voor 30 november insturen naar: FlorencePas, o.v.v. Puzzel, antwoordnummer 10110, 2280 VB Rijswijk. Of mail uw oplossing naar: [florencepas@florence.nl](mailto:florencepas@florence.nl). Vergeet niet uw pasnummer te vermelden. Onder de goede inzendingen verloten wij de prijzen. Winnaars krijgen bericht thuis. Over de uitslag kan niet worden gecorrespondeerd.

Breng letters uit de puzzel over naar de hokjes met hetzelfde getal.

**Horizontaal:** 1 houtsoort 5 mannetjeseend 10 een weinig 11 grootvader 13 ouderwets 16 rangtelwoord 18 kielwater 19 machinemens 21 dun 22 voedsel 23 zandheugel 24 naarling 25 deel v.d. mond 26 net aangeschaft 28 pl. in Gelderland 29 onwaarheid 31 grasmachine 33 voerbak 34 pl. in Gelderland 36 rimpelloos 39 in grote mate 43 overvloed 45 verovering 47 hooghartige houding 48 deel v.d. dag 50 gevangenisruimte 51 tijdschrift 52 deel v.e. naald 53 steekwapen 54 kerkstraf 55 hoog bouwwerk 57 ontkenning 58 label 60 watersport 62 domkop 63 afslagplaats bij golf 64 bijenhouder 65 bloot.

**Verticaal:** 2 doodmoe 3 koordans 4 tafelgast 6 één keer 7 pl. in Gelderland 8 zeldzaamheid 9 soort antilope 12 knap 14 benul 15 monarch 16 inhoud 17 rangtelwoord 20 uitroep v. afkeuring 26 nieuw (in samenst.) 27 het vaste land 30 braadspit 32 provinciehoofdstad 35 scheepsdweil 36 kamerplant 37 gravin van Holland 38 vroom 39 deel v.d. hand 40 computertoets 41 onverstoorbaar 42 steeds 44 pl. in Israël 46 strijdgewoel 49 gehoororgaan 55 ver (in samenst.) 56 factuur 59 geluidje 61 één en ander.



## Puzzelprijzen

1 Vijf vriesverse maaltijden van apetito ter waarde van 35 euro.



2 Een leren sleutelorganizer van Windmillkey ter waarde van 29,95 euro.



[www.windmillkey.com](http://www.windmillkey.com)

3 VVV-bon, ter waarde van 10 euro.



## Maak iemand anders lid van de FlorencePas

en ontvang allebei het puzzelboekje van de FlorencePas!

Met het puzzelboekje vol breinbrekers kunt u zich heerlijk ontspannen.



**Ja,** ik ben lid van de FlorencePas en wil graag iemand anders ook lid maken.

Mijn gegevens zijn:

VOORLETTERS \_\_\_\_\_ M/V \_\_\_\_\_

ACHTERNAAM \_\_\_\_\_

FLORENCEPAS-NUMMER:

Vul de bon in en stuur 'm op naar: FlorencePas, antwoordnummer 10110, 2280 VB Rijswijk

Het nieuwe lid betaalt € 28,50\* per jaar.

De gegevens van het nieuwe lid zijn:

VOORLETTERS \_\_\_\_\_ M/V \_\_\_\_\_

ACHTERNAAM \_\_\_\_\_

ADRES \_\_\_\_\_

POSTCODE \_\_\_\_\_

WOONPLAATS \_\_\_\_\_

TELEFOONNUMMER \_\_\_\_\_

GEBORTE DATUM

HANDTEKENING \_\_\_\_\_

Hierbij geef ik de Stichting Gezondheid Service van Florence toestemming om doorlopend € 28,50\* per jaar van mijn rekening af te schrijven voor de FlorencePas.

IBAN:

TEN NAME VAN \_\_\_\_\_

INCASSANT ID: NL22ZZZ 4114 9534 0000

Na ontvangst van deze compleet ingevulde bon ontvangt het nieuwe lid de FlorencePas. **Vragen? Kijk op [www.florence.nl/florencepas](http://www.florence.nl/florencepas), stuur een mail naar [florencepas@florence.nl](mailto:florencepas@florence.nl) of bel Florence, 070 - 41 31 000 (optie 4).**

\*prijswijzigingen voorbehouden