

de VanPaskrant

Juni 2024
Uitgave voor houders van de FlorencePas



Welkom!

Warme zonnestrallen, smakelijke ijsjes, lekker buiten zijn ... Heerlijk, de zomer is begonnen. Met deze VanPaskrant brengen we u graag wat extra ontspanning. We hopen dat u geniet van deze uitgave. Zijn er onderwerpen waarover u de volgende keer wilt lezen? Laat het ons weten via florencepas@florence.nl of 070 - 41 31 000 (optie 4).

Rijbewijskeuring

We hebben een nieuwe samenwerkingspartner: Rijbewijskeurings-Arts.nl. Dokter Robert Sadiék vertelt wat hij voor u kan betekenen en op welk moment een rijbewijskeuring nodig is. Zo blijft u prettig en veilig achter het stuur zitten. Lees meer op pagina 2.

Na uw pensioen

Gaat u binnenkort met pensioen, of bent u dat al? Dan heeft u tijd om nu ook andere dingen te doen. Zo ook Ineke Noordover. Zij is zes jaar geleden gestopt met werken. Vervelen doet ze zich geen dag. Op pagina 3 vertelt ze hoe ze haar dagen vult en anderen ontmoet.

Gaat u gezellig mee?

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



Mevrouw Ineke Lomartire (70 jaar)

‘Zo leuk! Dit ga ik onthouden’

“Wat een verrassing!” Ineke Lomartire voelt zich extra jarig dankzij de Verjaardagsbox van Versmarkt Vreeburg. Een vriendin had haar deze cadeau gegeven.

De Verjaardagsbox is er eentje om blij van te worden, zo ontdekte Ineke Lomartire tijdens het uitpakken. Van vlaggetjes en Maison Kelder-gebakjes tot bonbons en een heuse verjaardagsmok, het zat er allemaal in. Jack Haneveld van Versmarkt Vreeburg vertelt dat dit de grootste box is die hij aanbiedt. “We hebben ook twee kleinere varianten. De kleinste Verjaardagsbox bestaat uit een fles wijn, bonbons en een verjaardagskaart. We hebben daarnaast Beterschapsboxen. FlorencePashouders bieden we hiermee de mogelijkheid om familie of vrienden even extra te verwennen.”

Verwend gevoel

Verwend voelt Ineke Lomartire zich zeker. “Ik vind het zelf ook altijd leuk om anderen iets te geven. Dat Vreeburg ook Beterschapsboxen aanbiedt, ga ik onthouden.” Gelukkig gaat het bij haarzelf om een Verjaardagsbox en is ze niet ziek. Op haar 70ste voelt ze zich prima. “Met mijn gezondheid gaat het gelukkig goed”, vertelt ze. “Ik loop elke dag zo’n twee uur met onze hond. Mijn man en ik hebben niet echt services aan huis nodig.”

Altijd handig

Toch heeft het stel de FlorencePas. “Die hebben we al zo lang als ik mij kan heugen. Ik heb de FlorencePas alleen ingezet toen ik zelf een keer van de trap was gevallen. Ik vind het wel een fijn idee dat ik met de FlorencePas boodschappen en maaltijden thuis kan laten bezorgen. Nu weet ik dat ik met de FlorencePas ook iemand kan verrassen. Zo leuk!”

Meer informatie

De Verjaardagsbox kost 18,95, 26,95 of 34,95 euro. De Beterschapsbox 18,95 of 24,95 euro. De bezorgkosten zijn gratis. Kijk voor de inhoud van de boxen op www.florence.nl/boxen of bestel direct via 070 - 320 42 52.

‘Leuk om iets te krijgen én te geven’

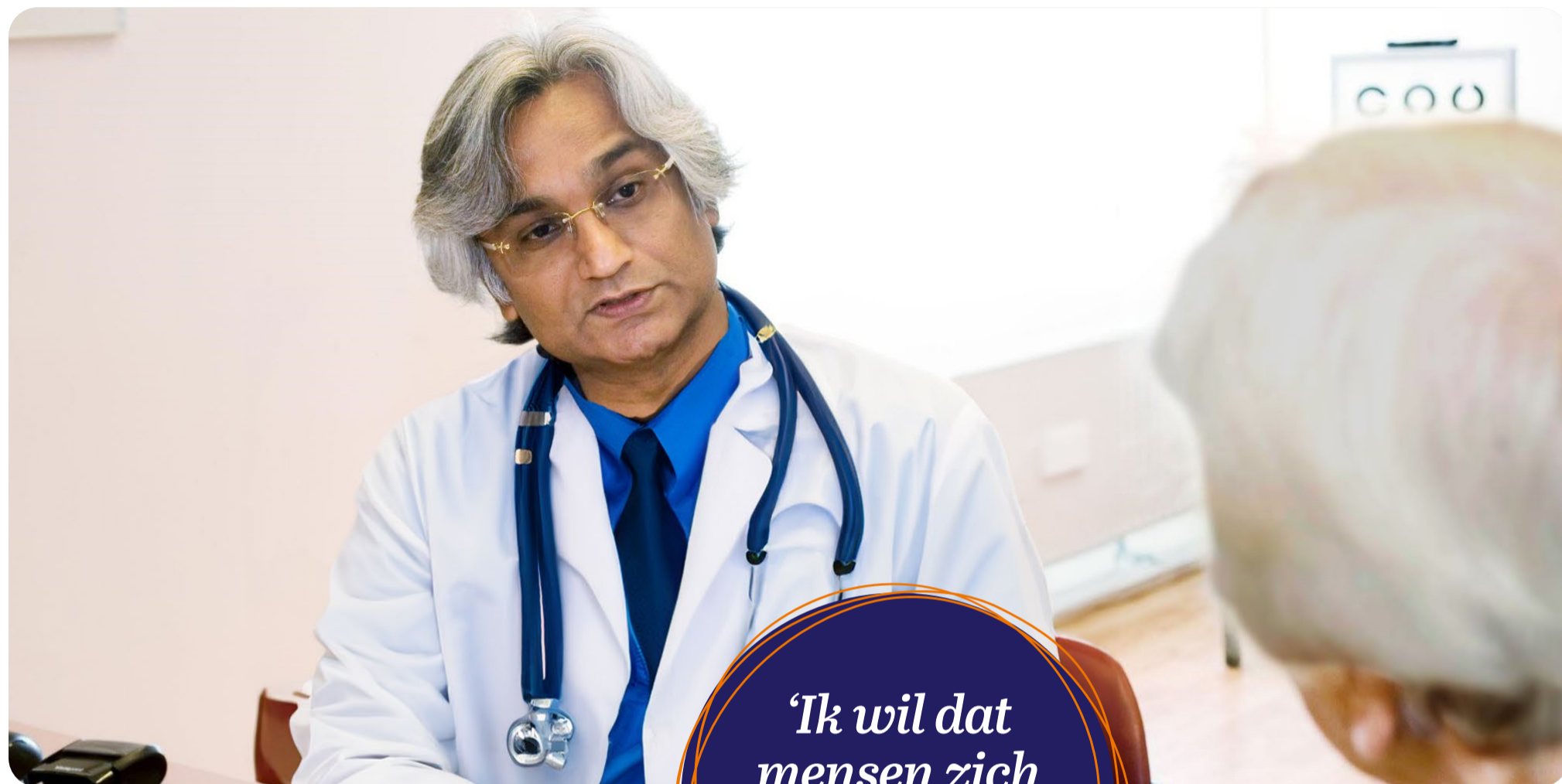
Kleurrijke steunkousen helpen u

Steunkousen of therapeutisch elastische kousen helpen u bij een betere doorbloeding van uw benen. Dat is extra fijn als u er deze mooie zomerdagen een dagje opuit gaat of misschien een vliegreis maakt. Bij Livit Orthopedie denken ze met u mee over welke steunkousen voor u de juiste zijn. Het assortiment is groot en heel kleurrijk. Als de steunkousen op voorschrift van uw arts zijn, worden deze vergoed door uw zorgverzekeraar. Kijk hiervoor in uw polisvoorwaarden. U maakt een afspraak met Livit Orthopedie via www.livit.nl/steunkousen of 088 - 245 20 00.



Lachen is gezond

Weet u nog wanneer u heel hard heeft gelachen? Hopelijk was dat niet lang geleden, want lachen is gezond. Onderzoek toont aan dat lachen goed is voor ons humeur en ons immuunsysteem. Het is dus een goed voornemen om vaak te lachen.



'Ik wil dat mensen zich op hun gemak voelen'

Dokter Robert Sadiq

'Gekeurd de weg op, is veilig de weg op'

Rijdt u nog prettig en veilig? De FlorencePas biedt u samen met RijbewijskeuringsArts.nl een stuk zekerheid.

"Om te mogen rijden, moet u geestelijk en lichamelijk gezond zijn", legt dokter Sadiq uit. "Heeft u een herseninfarct gehad, diabetes of een andere aandoening? Dan is het verstandig om u te laten keuren. Samen bespreken we uw gezondheid. Ik meet uw bloeddruk en hartslag en onderzoek uw zicht, gehoor en reflexen."

Om u te laten keuren vult u eerst een gezondheidsverklaring in bij het Centraal Bureau voor de Rijvaardigheid (CBR). Vanuit het CBR krijgt u vervolgens een verwijzing. Daarmee maakt u een afspraak bij RijbewijskeuringsArts.nl. Dat kan altijd op een locatie bij u in de buurt. "U bent zelf verantwoordelijk om te blijven voldoen aan de eisen voor deelname aan het verkeer", vertelt dokter Sadiq.

"Wat veel mensen niet weten is dat een aandoening altijd gemeld moet worden bij het CBR. Daarna volgt een keuring. Doet u dit niet en krijgt u te maken met een verkeersongeluk, dan kan het zijn dat u niet verzekerd bent."

Voor uw 75ste

"Wordt u bijna 75 jaar? Dan wordt het ook tijd om een rijbewijskeuring aan te vragen", gaat dokter Sadiq verder. "Op uw verjaardag verloopt uw rijbewijs. Ook wanneer u dat nog maar kort geleden heeft laten verlengen. Vanaf uw 75ste mag u wettelijk gezien alleen nog rijden als u een medische keuring heeft ondergaan en bent goedgekeurd. Dit moet vervolgens om de vijf jaar. Ik raad iedereen aan dit ruim van tevoren te regelen. Mochten er

extra onderzoeken nodig zijn, dan heeft u daarvoor de tijd."

Dokter Sadiq geeft aan dat er bij de keuring altijd wordt gekeken naar wat er mogelijk is. "Als het rijden verder goed gaat, maar u kunt bijvoorbeeld niet goed remmen met uw been, dan is er mogelijk een oplossing. De rem en het gas zijn met hendels aan het stuur te bedienen met de hand. Een beperking betekent niet automatisch dat u niet meer kunt rijden."

Persoonlijke benadering

Dat mensen tegen een rijbewijskeuring op zien, snapt de dokter wel. "Daarom hanteer ik altijd een persoonlijke benadering. Ik wil dat mensen zich op hun gemak voelen, zodat ze rustiger worden. Als we dan de bloeddruk meten, is die niet zo hoog als op het moment dat ze binnenkwamen."

Dokter Sadiq weet ook dat het hebben van een auto voor mensen belangrijk is. "De een haalt er zijn wekelijkse boodschappen mee, voor de ander is een auto het contact met de buitenwereld. Autorijden geeft vrijheid. Alleen is het wel belangrijk dat uzelf en uw medegebruikers geen gevaar lopen."

RijbewijskeuringsArts

Dokter Sadiq (of een van zijn collega's) staat voor u klaar. Een afspraak maakt u niet via de FlorencePas, maar via www.rijbewijskeuringsarts.nl (online krijgt u 5% extra korting), afspraken@rijbewijskeuringsarts.nl of 085 - 018 08 00.

Met uw FlorencePas betaalt u vanaf 75 jaar 47,50 euro (in plaats van 64,50 euro) en tot 75 jaar 62,50 euro (in plaats van 77,50 euro).

De prijzen zijn inclusief btw.

5 vragen aan Ineke Noordover

Zes jaar geleden begon Ineke Noordover (nu 70 jaar) met een nieuwe levensfase: ze ging met pensioen. Daarmee liet ze het werkende leven voorgoed achter zich, of misschien toch niet? We vragen haar onder meer hoe ze een nieuw ritme heeft gevonden en of ze nog tips heeft voor een fijne daginvulling.



— 1 —

Hoe was het om met pensioen te gaan?

“Het was en is nog steeds heerlijk. Het voelt elke dag als vakantie. Het is van mij ook echt een bewuste keuze geweest om op mijn 64ste te stoppen. Ik heb gewerkt in veel verschillende functies, waarvan de laatste dertig jaar in de zorg, onder meer als teamleider. Als ik had gewild, had ik kunnen blijven werken, maar ik vond het genoeg. Het werd tijd voor mezelf. Dat kwam ook doordat mijn man al met pensioen was. We wilden samen gaan genieten, zonder dat we elke dag iets verplicht moesten.”

— 2 —

Op welke manier heeft u een nieuw ritme gevonden?

“Natuurlijk was het even wennen toen ik net met pensioen was. De wekker ging ploteling niet meer, ik had de tijd en kon het rustig aan doen. Ik heb er wel heel bewust voor gekozen om niet stil te zitten. Ik vond dat ik actief moest blijven. Als je in beweging blijft, is dat goed voor je. Je blijft fitter en gezonder.”

— 3 —

Hoe blijft u in beweging?

“Op verschillende manieren. Mijn man en ik maken geregeld tochten van zo'n 40 kilometer op onze elektrische fietsen. Ook hebben we nu veel meer tijd voor klusjes in huis. Ik heb toevallig gisteren nog een kast opgeruimd waarin ik papieren van vijftien jaar geleden tegenkwam. Als je werkt, heb je daar geen tijd voor, nu wel. Zo heb ik ook het diamond painting ontdekt. Vroeger kwam ik daar niet aan toe, nu kan ik mij daarmee op een regenachtige dag prima vermaken. Boeken lezen doe ik nu ook veel meer dan vroeger.”

— 4 —

Bent u ook iets heel nieuws gaan doen?

“Ik ben voorzitter van de cliëntenraad van 's Heeren Loo geworden. Mijn 51-jarige zoon heeft een verstandelijke handicap en woont zelfstandig met ambulante begeleiding van deze organisatie. Ik werd gevraagd voor de cliëntenraad. Ze zeiden dat het twee uurtjes per week zou kosten. Dat is heel wat meer, hoor. Elke dag is er wel een telefoontje, maar dat geeft niet, want ik vind het heel fijn om bezig te zijn. Ook ben ik trots op hoe we ons met elkaar inzetten voor de belangen van de bewoners.”

— 5 —

Heeft u nog tips voor mensen die met pensioen gaan of zijn?

“Ik adviseer iedereen om vooral iets te gaan doen wat je leuk vindt, waarvan je hart sneller gaat kloppen. Dat kan van alles zijn. Er is bijvoorbeeld genoeg vrijwilligerswerk om op te pakken. Het mooie is dat je daardoor ook je sociale netwerk vergroot. Of je nu met z'n tweeën of alleenstaand bent, dat is heel goed voor je. Zo blijf je onder de mensen.”

Op www.florence.nl/werkenbij leest u meer over de mogelijkheden van vrijwilligerswerk bij Florence. U kunt ook bellen met 070 - 41 31 000.

23 en 25 juli 2024

Aardbeienterras en huifkartocht



Bij de zomer horen zomerkoninkjes. Daarom gaan we in juli naar het Aardbeienterras in Rijsbergen. Hier ontdekt u de wereld van deze heerlijke zomerse vruchten. De ontvangst bestaat uit koffie en een suikerwafel mét aardbeien. Na een rondleiding over het bedrijf en door de kassen gaan we lunchen. Vervolgens maken we een mooie zomerse tocht met een huifkar. Dat wordt een mooie dag!

U kunt met ons mee op:

- 23 juli (vertrek om 09.00 uur vanuit Rijswijk).
- 25 juli (vertrek om 08.30 uur vanuit Leidschendam en om 09.00 uur vanuit Voorburg).
- Kosten: 49 euro. Toeslag introducés: 5 euro.

Opstappunten:

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

Meld u aan via het bijgesloten formulier!

27 en 29 augustus 2024

Rondvaart en basiliek Oudenbosch



In augustus stappen wij aan boord van de Merijntje Gijzen voor een heerlijk dagje op het water. We worden verwend met koffie en appeltaart. We genieten op de boot ook van een heerlijke lunch. Eenmaal weer aan land gaan wij naar Oudenbosch. Daar brengen we een bezoek aan de basiliek. Dit is een exacte kopie van de Sint Pieter in Rome. Gaat u mee genieten?

U kunt met ons mee op:

- 27 augustus (vertrek om 08.30 uur vanuit Leidschendam en om 09.00 uur vanuit Voorburg).
- 29 augustus (vertrek om 09.00 uur vanuit Rijswijk).
- Kosten: 57 euro. Toeslag introducés: 5 euro.

Opstappunten:

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

Meld u aan via het bijgesloten formulier!

24 en 26 september 2024

Proeftuin van Holland



De Proeftuin van Holland is een unieke locatie. In theeschenerij 'Proef de tuin' worden wij ontvangen met koffie, thee en wat lekkers. Hierna krijgt u een rondleiding. U hoort meer over de bijzondere planten en bomen in de zogenoemde Assortimententuin. Na de lunch krijgen we een workshop. We gaan iets maken met de ingrediënten van Moeder Natuur. Natuurlijk neemt u uw creatie mee naar huis.

U kunt met ons mee op:

- 24 september (vertrek om 09.30 uur vanuit Rijswijk).
- 26 september (vertrek om 09.00 uur vanuit Leidschendam en om 09.30 uur vanuit Voorburg).
- Kosten: 54 euro. Toeslag introducés: 5 euro.

Opstappunten:

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

Meld u aan via het bijgesloten formulier!

‘De Florence Pasuitjes zijn zo gezellig dat het mij eigenlijk niet uitmaakt waar we naartoe gaan.’

Mevrouw Van Hagen (79) gaat regelmatig mee op stap



Zomerse fruitsalade

Een verfrissende en lichte fruitsalade is tijdens de warme zomerdagen altijd welkom. Voor lekker fruit in uw salade kunt u denken aan perziken, blauwe bessen, nectarines, ananas, aardbeien, druiven, bananen en appels. Garneren met verse munt is ook heerlijk. Met een scheutje citroensap voorkomt u dat het fruit verkleurt. Zo kunt u de dag erna ook nog heerlijk van deze salade genieten. Extra lekker: een beetje honing en gehakte amandelen over het fruit.

Verzorgde voeten

In dit heerlijke seizoen loopt u waarschijnlijk graag op open schoenen. Met de FlorencePas laat u heel comfortabel de pedicure aan huis komen. Daarmee zorgt u ervoor dat uw voeten zomerproof zijn! Met uw FlorencePas krijgt u 10 procent korting op de behandeling. U betaalt geen voorrijkosten.

Op www.florence.nl/pedicure vindt u de prijslijst en contactgegevens. Geen internet? Belt u dan met ons via 070 - 41 31 000 (optie 4).

Eropuit met de taxi

Nu het lekkerder weer is, wilt u er wellicht meer opuit. Bijvoorbeeld voor een bezoek aan een museum, een markt, of de IKEA. U kunt ook lekker een terrasje pakken op Scheveningen of Kijkduin. Met uw FlorencePas kunt u de Hofstad Taxicentrale inschakelen voor het vervoer. Ook rolstoelvervoer is mogelijk. Op reguliere ritten krijgt u als FlorencePashouder 10 procent korting. Voor het maken van een afspraak belt u met 070 - 346 26 26. Geeft u bij de reservering gelijk door dat u een FlorencePas heeft.

Neem gerust contact op!

Mirjam en Mignon zijn bereikbaar via 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 woordzoeker. U kunt uw oplossing voor 31 augustus insturen naar: [FlorencePas, o.v.v. Puzzel, antwoordnummer 10110, 2280 VB Rijswijk](mailto:florencepas@florence.nl). Of mail uw oplossing naar: 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.

De woorden zitten horizontaal, verticaal en diagonaal in alle richtingen in de puzzel verstopt. Ze kunnen elkaar ook overlappen. Zoek ze op en streep ze af. De overblijvende letters vormen achter elkaar gelezen de oplossing.

AIRCO	HUISJE	SPEEDBOAT
ARRANGEMENT	JAARMARKT	STRAND
BALLONVAART	JULI	SURFEN
BIKINI	JUNI	TENT
BOEKING	KAMPEREN	TERRAS
BOULEVARD	KERMIS	TIPS
BOUWVAK	KUST	TOURINGCAR
BRADERIE	LESSEN	TRIPJE
BRIESJE	LEZEN	TUINSET
BUNGALOW	LIGBED	UITJE
CAMPING	MAST	VAREN
CEDER	MUGGEN	WANDELTOCHT
CRUISE	ONWEER	WARM
DRANKJE	PATAT	IJSBLOKJES
DROOG	REIS	IJSJE
FEEST	RESTAURANT	IJSKAR
FRISBEE	RUST	ZEE
GOLFEN	SHIRT	ZEILBOOT
HEIDE	SHORT	ZWEMBAD
HORECA	SLUIS	ZWOEL
HOTEL	SNACK	
HUIFKAR	SORBET	



Puzzelprijzen

1 Vijf vriesverse maaltijden van appetito



2 Een tijdschriftenpakket, voor man of vrouw



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, stuur een mail naar florencepas@florence.nl of bel Florence, 070 - 41 31 000 (optie 4).

*prijswijzigingen voorbehouden