

PANTEIN extra

*Harry Nabuurs
weet amper wat
stilzitten is*

Eten
verbindt
mensen

*Een beetje
hulp
om warm
te blijven*

Hoe maak je
een sport van
(nog meer) besparen

Verzekerd van de beste zorg

Fit voor het leven

Uw gezondheid is een belangrijk bezit. Aan het einde van het jaar mag u uw zorgverzekering voor 2023 kiezen. In samenwerking met verzekeringsadviseur Aon bieden we collectief ledenvoordeel en extra's bij zowel CZ als VGZ.

Kies voor de voordelen van onze collectieve zorgverzekering

Via Pantein Extra kunt u ook in 2023 weer profiteren van een zorgverzekering met vele extra's. Juist nu, in financieel moeilijke tijden, is het meer dan anders ons doel een zorgverzekering aan te bieden die past bij uw persoonlijke behoefte én betaalbaar de juiste dekkingen biedt.

Profiteer ook van alle voordelen van het lidmaatschap bij Pantein Extra



Kijk op www.aonverzekeringen.nl/zorg/panteinextra





- 4** Dienstverlener aan het woord
'Als je een klus laat doen moet het wel goed gebeuren'
- 5** XtrKrt
- 8** Het Pantein Extra Voordeelplein
- 9** Een beetje hulp om warm te blijven
- 10** Hoe maak je een sport van (nog meer) besparen
Tips en advies van financieel deskundigen
- 12** Erop uit met Goeie Reis!
- 13** Extra persoonlijk
- 14** Winterpuzzel
- 14** Nieuwe naam dezelfde service
- 16** Dienstenoverzicht

6 Eten verbindt mensen
'Omzien naar een ander is iets dat iedereen kan doen'



Samenzijn

Samenzijn en genieten van elkaars gezelschap, in de decembermaand is dat extra fijn. Een gezellige manier om contact te maken, is door samen te eten. Dat is niet voor iedereen vanzelfsprekend. Gelukkig zijn er steeds meer mensen die omzien naar elkaar, bijvoorbeeld door een extra portie te koken voor een buurman of door gezamenlijke eetmomenten te organiseren in een wijk of dorp. Omzien naar een ander zorgt ervoor dat minder mensen zich eenzaam voelen en daarnaast kan het ook een financieel steuntje in de rug bieden. Alles wordt steeds duurder. Pantein Extra heeft diverse diensten die u kunnen ondersteunen bij uw administratie en/of huishoudboekje. In dit magazine geven zij alvast een aantal tips.

Namens Pantein Extra wens ik u in ieder geval een warme, gezellige decembermaand en natuurlijk alle goeds voor 2023. Wij staan ook volgend jaar weer graag voor u klaar met onze bekende en ook nieuwe diensten aan huis en aantrekkelijke voordeelregelingen.

Viviane Kellenaers
Manager Pantein Extra

Colofon

Eindredactie: Viviane Kellenaers (Pantein Extra) **Redactie:** Viviane Kellenaers, Caroline Verwaaijen, Nelleke Louwerse (Pantein), Ellen Broens (Strategyminds Meerssen), Cindy Cloin. **Fotografie:** Van Assendelft fotografie. **Concept, ontwerp en layout:** Strategyminds Meerssen. **Acquisitie advertenties:** Pantein Extra.

Meer informatie over het lidmaatschap vindt u op www.panteinextra.nl. Na afloop van het lidmaatschap voor bepaalde tijd wordt het lidmaatschap, zonder tijdig tegenbericht, stilzwijgend verlengd voor onbepaalde tijd. Opzegging van het lidmaatschap is mogelijk met inachtneming van een opzegtermijn van één maand. U kunt opzeggen op dezelfde wijze als de overeenkomst tot stand is gekomen, maar bij voorkeur schriftelijk of per e-mail.

**Lid
worden?**

Via www.panteinextra.nl
of bel 0485 - 84 54 54



‘Als je een klus laat doen, moet het wel **goed** gebeuren’

Als zelfstandige komt Wim Kapteijns van Klusser de Klus dagelijks bij mensen thuis. Hij doet daar grote én kleine klussen.

Het was weer een lange werkdag voor Wim Kapteijns. Als klusser met zo'n 45 jaar ervaring waarvan 20 jaar in zijn bedrijf, zit hij nooit stil. Het is een drukke tijd. Veel mensen willen hun huis verbouwen, verduurzamen of aanpassen aan hun leeftijd. 'Ik vind alles mooi om te doen. In de loop van de jaren heb ik zoveel ervaring opgedaan en zoveel opleidingen gevolgd dat ik bijna alles kan maken en oplossen.' Zo renoveert hij badkamers, plaatst hij aanbouwen of isoleert hij een woning. Net wat de klant wil. 'Maar het kunnen ook kleinere klussen zijn, zoals het plaatsen van beugels in de badkamer of extra beveiliging aanbrengen. Groot of klein: ik vind het allemaal even belangrijk.'

Vertrouwen Betrouwbaarheid is van groot belang wanneer iemand bij u thuis aan het werk gaat. Want het is belangrijk dat het goed gebeurt en dat u ervan op aan kunt dat iemand verstand van zaken heeft. Wim: 'Ik hoor best vaak dat mensen vervelende ervaringen hebben. Voor mij is dat nou net het

allerbelangrijkste: mensen moeten je kunnen vertrouwen en je moet goed werk leveren.'

Sinds kort werkt Wim ook voor Pantein Extra. Een mooie toevoeging, vindt hij. 'Ik werk graag voor jong en oud. Het is leuk om contact te hebben met de mensen waar je werkt en het mooiste is natuurlijk dat je de deur uitgaat en dat mensen hartstikke blij zijn met wat je voor hen hebt kunnen doen.'

Klussenservice Pantein Extra Zelf klussen is niet voor iedereen vanzelfsprekend. De klussenservice via Pantein Extra biedt u een helpende hand. De klussenservice is voor de kleinere klussen in huis. Pantein Extra werkt samen met verschillende regionale dienstverleners. Neem gerust contact met ons op voor de mogelijkheden in uw woonplaats.

Kijk op www.panteinextra.nl/random-huis-klussenservice of bel naar 0485 - 84 54 54 voor meer informatie.

Nieuwe locaties rijbewijskeuring

Leden van Pantein Extra ontvangen € 5,- korting op het tarief voor de medische rijbewijskeuring bij een aantal locaties van Regelzorg. Het aantal locaties is uitgebreid met een bezoekadres in Den Bosch en een nieuwe locatie in Oss. Vanaf nu kunnen leden in deze plaatsen, naast Uden, Mill, Veghel, Cuijk, Boxmeer, Boxtel, Groesbeek en St. Michielsgestel, gebruik maken van dit voordeel en de service van Regelzorg. Adressen en meer informatie over deze service vindt u op www.panteinextra.nl/rijbewijskeuring.



Wat als afstand toch kan voelen als heel dichtbij?

Een fysiek bezoek is niet altijd mogelijk. Om elkaar toch te spreken én zien is beeldbellen een uitstekend alternatief. Dat kan best ingewikkeld zijn als u geen ervaring heeft met digitale apparaten. De BBrain Family kalenderklok maakt beeldbellen mogelijk voor mensen zónder digitale ervaring. Zo kunt u bijvoorbeeld digitaal genieten van een lunch met uw kleindochter die op stage is in het buitenland. Ook hoeft u de vakantie verhalen van uw familie niet meer af te wachten, u kunt direct meegenieten. Geen probleem! Met één druk op de knop kunt u beeldbellen via de BBrain Family kalenderklok. Uw familieleden, vrienden en/of zorgverleners installeren de BBrain Portal app. Zij kunnen ook op afstand agenda-afspraken, berichtjes en foto's naar uw BBrain Family kalenderklok sturen. Meer informatie www.panteinextra.nl/BBrain.

Nieuwe naam OMS Vermolen

Al meer dan 20 jaar heeft OMS Vermolen met veel plezier en toewijding in de regio zorg verleend. Zij hebben in goed overleg en met vertrouwen het bedrijf overgedragen aan Schmidt Medica. Schmidt Medica bestaat ruim veertig jaar, is erkend leverancier en heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Schmidt Medica heeft diverse behandelcentra en tevens een vijftigtal servicelocaties. Graag zijn zij u van dienst voor het meten en leveren van onder andere therapeutisch elastische kousen en orthopedische hulpmiddelen aan huis. Meer informatie vindt u op www.panteinextra.nl/steunkousenaanhuis.



Nieuwe dienstverleners

Meer keuze en mogelijkheden voor onze leden van Pantein Extra. Wij stellen graag onze nieuwe dienstverleners aan u voor.



←
Bob Hanen
Glazenwasser



→
Daniël Kraus
Glazenwasser



←
Esther Hermans
Pedicure



→
Marco Hoesen
Glazenwasser



←
Matty Poirters
Glazenwasser



→
Rick Jansen
Glazenwasser

Op onze website www.panteinextra.nl ziet u welke dienstverleners in uw woonplaats beschikbaar zijn of bel Pantein Extra, 0485 - 84 54 54.



Samen eten aan de stamtafel in Uden

Een pannetje eten klaarmaken voor iemand die het zwaar heeft of een etentje en gezellige ontmoeting organiseren voor ouderen. Eten verbindt mensen. Zoals de ouderen die samen eten aan de stamtafel in Uden via stichting 'Met je hart'.

Eten **verbindt** mensen

Samen eten Nu is het weer mogelijk om mensen te zien, maar dat gebeurt niet zomaar vanzelf. Mevrouw Sijbrands besloot zich aan te melden voor 'Met je hart'. 'Ik woon al vijftig jaar in Uden en dan ken je toch heel veel mensen. Het is leuk om anderen (opnieuw) te ontmoeten, lekker te eten en gezellig te praten.'

Paul de Jongh is één van de organisatoren van het initiatief in Uden 'Met je hart'. 'Het is een landelijke stichting die al tien jaar bestaat en zich in tientallen gemeenten bewezen heeft. 'Het is mooi om eenzaamheid op deze manier een beetje te verminderen en deelnemers een leuke middag of avond te bieden', vertelt hij. De ouderen eten bij een ontmoetingsplein of

restaurant en daar zijn vrijwilligers bij aanwezig. Sponsoren zorgen ervoor dat het financieel haalbaar is.

Mevrouw Sijbrands is niet meer zo mobiel en was daarom blij met de breng- en haalservice. 'Anders had ik niet kunnen gaan. 'Voor de volgende keer heeft ze al wat bewoners uit haar buurt meegevraagd. 'Want het was heel gezellig en ontzettend lekker bovendien. Iedereen had zo zijn best gedaan.'

Buurman eet mee met de pot Anouska Hinkert zorgt op een andere manier voor iemand bij haar in de buurt. 'Een oudere man die hier vlakbij woont had een operatie gehad. Hij kon wel wat extra hulp gebruiken en ik besloot hem eten te brengen.' Ook toen het weer beter met hem ging is ze dat blijven doen.



Anouska Hinkert brengt elke dag een pannetje eten

‘Omzien naar een ander is iets dat iedereen kan doen’

‘Elke dag krijgt hij een pannetje met eten, net wat de pot schaft. We komen allebei van Curaçao dus dat zit wel goed. Favoriet is de geitenstoof. En als ik een keer niet kan komen, dan zorgt mijn zus dat hij eten krijgt. Het eten wordt met liefde gemaakt, heerlijk vers en het is voor mij een kleine moeite. Daarnaast komen we zo elke dag even bij hem thuis en maken we een praatje.’

Anouska kreeg het zorgen voor een ander van huis uit mee. ‘Mijn moeder vroeg me altijd: heb je vandaag nog iets gedaan voor een ander? Het hoort erbij. Soms is het puzzelen, want ik heb een druk leven. Maar uiteindelijk lukt het altijd. En zeker in deze tijd is het belangrijk om mensen te helpen die het financieel moeilijk hebben of die alleen zijn. Omzien naar een ander is iets dat iedereen kan doen.’

Oproep vrijwilligers

‘Met je hart’ in Uden wil senioren die dat graag willen elke maand de mogelijkheid bieden om samen te eten. Zo kunnen ze weer een sociaal netwerk opbouwen. Op dit moment kan nog niet iedereen terecht. Met meer vrijwilligers kan ‘Met je hart’ meer doen. Heeft u interesse om als vrijwilliger iets te betekenen voor anderen of wilt u meer informatie?

Laat het dan weten via Tineke Verstegen, 06 - 51994968 of mail naar tineke.verstegen@metjehart.nl.

Ook in andere regio's worden regelmatig initiatieven georganiseerd om samen te komen. Op www.eentegeneenzaamheid.nl vindt u initiatieven in de regio. Pantein Extra kijkt ook graag met u mee, heeft u vragen bel dan naar 0485 - 84 54 54.

apetito

Met zorg bereid.

Speciaal voor u

Probeer nu 5 maaltijden voor slechts € 19,95!

Wat uw woon- of eetsituatie ook is: bij apetito willen we u culinair verrassen. Laten genieten van gemak... met onze keuze uit 150 vriesverse maaltijden! 5 van deze maaltijden kunt u nu proberen in een proefpakket voor slechts € 19,95.

Gratis aan huis bezorgd en zonder verdere verplichtingen. Dat smaakt naar meer toch?

Leden van Pantein extra krijgen 10% korting op alle vervolgbestellingen.

Ga naar apetito-shop.nl/proefpakket of bel 0800 - 023 29 75 (gratis) en maak uw keuze.

Vermeld bij de bestelling actiecode 202-PANTEIN12A22. Eet smakelijk!

Deze actie is enkel voor nieuwe klanten en geldig t/m 28 februari 2023. Kijk voor de overige voorwaarden op apetito-shop.nl/proefpakket.

Ook
natriumarm,
vegetarisch of
glutenvrij.

Bestel
& geniet
van:



Runderlapje in jus
met bloemkool en
aardappelpuree



Runderhachee
met rode kool en
aardappelen



Nasi goreng
met kipsaté



Macaronischotel
met rundergehakt



Grootmoeders
kippannetje

www.apetito-shop.nl

Het Pantein Extra Voordeelplein

Leden van Pantein Extra kunnen gebruik maken van het Pantein Extra Voordeelplein, in samenwerking met onze partner Touch Promotions. Het Voordeelplein staat boordevol kortingen! Geniet van de leukste uitjes en kies uit een groot aanbod van mooie aanbiedingen.

Uw korting kan oplopen tot 70%! U bestelt eenvoudig online kaartjes of kortingsvouchers voor onder andere musea, theater-

voorstellingen, wellness, sporten, hotelovernachtingen, restaurants, e-books, gezonde maaltijden, workshops, cadeaukaarten en nog veel meer.

Via www.panteinextra.nl/voordeelplein kunt u zich gemakkelijk aanmelden voor het Pantein Extra Voordeelplein. Na aanmelding kunt u het volledige aanbod bekijken en uw bestelling plaatsen. Heeft u vragen? Neem dan gerust contact met ons op via telefoonnummer 0485 - 84 54 54.

Voordeelplein Winteraanbieding: 5 gratis fotokaarten



Wilt u dit jaar uw familie een bijzondere verjaardagskaart of kerstkaart sturen? Met uw unieke code bestelt u 5 standaard fotokaarten (14,3 x 10 cm) in liggende of staande uitvoering, helemaal gratis! Kies zelf een ontwerp, voeg uw foto's en persoonlijke tekst toe en leg de kaarten in het winkelmandje. Hier vult u de actiecode in die u ontvangt via het Voordeelplein en de korting wordt verrekend.

Een beetje **hulp** om warm te blijven

Ook bij de Medicura Zorgwinkel in Uden is de energiecrisis het gesprek van de dag. Hoe blijft u warm als u de verwarming lager zet? Medicura heeft verschillende producten die een handje helpen.



‘We hebben van alles in ons assortiment waarmee u heerlijk warm kunt blijven. Warm aankleden en zorgen dat u geen koude voeten heeft. Want dan voelt al gauw het hele lichaam kouder aan. Er is elke winter veel vraag naar bijvoorbeeld kruiken of warme onderkleding’, vertelt Erica Broekhaus, medewerker bij de Medicura Zorgwinkel.’

Warme kleding Angora bedsokken zijn perfect voor mensen met een slechte doorbloeding. Ze zijn namelijk warm, isolerend en luchtdoorlatend. Wollen onderhemden met lange mouwen kunnen makkelijk onder de gewone kleding gedragen worden

en zorgen voor extra warmte op het lichaam. ‘Heel fijn voor mensen met reumatische klachten, maar eigenlijk voor iedereen. Als je de verwarming wat minder hoog wilt zetten, blijf je zo toch warm’, zegt Erica.

Voetenwarmer Bij de Medicura Zorgwinkel zijn ook producten te koop die elektriciteit gebruiken om warmte af te geven, maar dat is nog altijd een stuk goedkoper dan meer gas verbruiken omdat de verwarming hoger staat. Denk bijvoorbeeld aan een elektrisch kussen, onderdeken of een elektrische voetenkruik die ervoor zorgt dat de voeten aangenaam warm worden.

In beweging En wat ook goed helpt: zelf in beweging blijven. Mocht het te koud of guur zijn of bent u (tijdelijk) wat minder mobiel, dan zijn er ook mogelijkheden om binnen te bewegen én dus warm te worden. ‘Denk aan een hometrainer of fiets-trainer, waarbij u een fietsbeweging maakt met de voeten, terwijl u zit of lekker televisiekijkt.’ Bewegen, warm blijven én ontspannen. Zo vangt u wel drie vliegen in een klap! Leden van Pantein Extra ontvangen 10% ledenvoordeel.





1.



2.

3.

medicura zorgwinkel

Voor een warm thuis!

Comfortabele en actieve hulpmiddelen

Het assortiment van Medicura bevat verschillende hulpmiddelen waarmee u zich warm kunt houden, terwijl de thermostaat een graadje lager staat. Hierdoor kunt u in de wintermaanden toch behaaglijk en fijn leven, terwijl u de energiekosten in de hand houdt.

Thuiszorgwinkels bij u in de buurt

- ▶ Uden, Nistelrodeseweg 10
- ▶ Oss, Gezondheidslaan 1
- ▶ Boxtel, Liduinahof 35

088 007 11 00

medicura.nl



advertentie

1. Hometrainer 1011559 | 2. Warmtedeken 1009455 | 3. Voetenwarmer 1013036

Thuisbegeleiders Louise Tops (l)
en Maria Visschedijk



Tips en advies van financieel deskundigen

Hoe maak je een sport van (nog meer)

Het leven is de afgelopen tijd een stuk duurder geworden. Bijna iedereen merkt daar wat van. Hoe houdt u het leven enigszins betaalbaar? Is het mogelijk om te besparen of heeft u recht op toeslagen? Financieel deskundigen van Pantein Extra geven tips en advies.

Voor veel mensen valt het niet mee dit najaar. De boodschappen zijn duurder, de kosten van onder meer verzekeringen en energie zijn hoger en de inkomsten blijven achter. Louise Tops en Maria Visschedijk weten er alles van. Zij zijn allebei thuisbegeleider bij Pantein, waarbij dit onderwerp vaak ter sprake komt. Naast allerlei andere levensgebieden is er ook bijna altijd aandacht voor de financiën. 'We horen behoorlijk wat verdrietige verhalen van mensen die niet meer rondkomen', vertelt Louise. Zij zitten in de kou vanwege de hoge energieprijzen of kunnen minder (gezond) eten kopen. Zorgen over geld veroorzaken spanningen en kunnen ook weer leiden tot gezondheidsproblemen. Dat wil je dus zo veel mogelijk zien te voorkomen.

Overzicht De belangrijkste tip? Overzicht! Het is altijd verstandig om uw inkomsten en uitgaven op een rijtje te zetten. Overzicht maakt de situatie vaak al een stuk beter behapbaar. Vervolgens kunt u uitzoeken waar u allemaal recht op heeft. Toon Meijer helpt als belastingadviseur mensen met het invullen van hun belastingpapieren. Hij heeft daarom ook veel verstand van toeslagen, zoals zorgtoeslag, huur-

toeslag en -nieuw- de energietoeslag. 'Veel mensen weten onvoldoende waar ze recht op hebben. Ze verwachten dat ze buiten de boot vallen, terwijl ze wel degelijk een toeslag kunnen aanvragen. Dus het is altijd goed om dat uit te zoeken. Vooral als er wijzigingen zijn in de thuissituatie. Stel iemand is sinds kort met pensioen, dan is het inkomen lager en kan het zomaar zo zijn dat mensen nu wél recht hebben op huurtoeslag, terwijl dat voorheen niet zo was.'

Energietoeslag Bij de energietoeslag is het belangrijk om te weten dat er gekeken wordt naar het inkomen en niet naar iemands vermogen (dus of iemand een huis vrij van hypotheek of veel spaargeld heeft). 'Iemand met een AOW en klein pensioen heeft vaak recht op de energietoeslag van 1300 euro', zegt Maria. 'Dat wil je natuurlijk niet laten liggen.' Behalve de toeslagen zijn er zeker voor mensen met een laag inkomen verschillende regelingen bij de gemeente.

Uitdaging Maar ook wie geen recht heeft op toeslagen of andere regelingen, kan besparen nu het leven zo duur is. Maria en Louise: 'Kijk eens goed naar al je abonnementen,



Heeft u recht op toeslagen?

Het is verstandig om uit te zoeken of u recht heeft op een financiële tegemoetkoming in de vorm van toeslagen, zoals huurtoeslag, zorgtoeslag en energietoeslag. U kunt zelf hiervoor terecht op de site van de belastingdienst voor een proefberekening. www.belastingdienst.nl/rekenhulpen/toeslagen

De energietoeslag loopt via de gemeente. Mensen met bijvoorbeeld een bijstandsuitkering krijgen dit, als het goed is, vanzelf. Maar als u geen uitkering heeft en uw inkomen is lager dan 120 procent van het sociaal minimum, moet u de toeslag bij de gemeente aanvragen. Daar vindt u ook meer informatie over de energietoeslag.

besparen?

neem wat vaker de fiets in plaats van de auto, doe boodschappen aan de hand van een lijstje om impulsaankopen te voorkomen en zet de thermostaat wat lager. Niks moet natuurlijk, maar je kunt vaak makkelijk nog best wat besparen op de kosten.'

En dat kan een mooie uitdaging zijn om te doen. Nieuwe kleding of servies nodig? Misschien is er best wat leuks bij de kringloop te vinden. Een stuk goedkoper en het is beter voor het milieu om niet alles nieuw te kopen.

Budgetbegeleiding Voor mensen die niet weten waar ze moeten beginnen of die graag hulp willen bij het op een rijtje zetten van hun financiën, is het mogelijk om hier ondersteuning bij te regelen. Pantein Extra heeft diverse diensten die hierbij kunnen helpen.

Kijk op www.panteinextra.nl/handig-aan-huis.

U ontvangt korting op deze diensten als u lid bent van Pantein Extra.



Geniet van lekker eten zonder zelf te koken

Kies voor Maaltijd Thuis

- 1** Altijd een vaste bezorger op een vast bezorgmoment.
- 2** Ambachtelijke maaltijden, kleinschalig bereid.
- 3** Keuzevrijheid in samenstelling, dieetwensen en portiegrootte.

Proefpakket
3 maaltijden
15.00
5 voor 20.00
gratis bezorgd

Maaltijd 
thuis
Met aandacht bereid,
met liefde gebracht

☎ 0888 - 10 10 10

💻 panteinextra.uwmaaltijd.nl

Eropuit met Goeie Reis!



Zaterdag 14 januari 2023

Rotterdam by night

Genieten van de mooiste skyline van ons land, die van de stad Rotterdam. Tijdens de vaartocht kunt u niet alleen genieten van de Rotterdamse havens maar ook van markante bruggen. U wordt thuis opgehaald zodat u om 15.00 uur aan boord kunt gaan. Rond 18.00 uur wordt aan boord een heerlijk buffet en dessertbuffet geserveerd en we meren rond 21.00 uur weer aan. Leden van Pantein Extra betalen € 165,-, niet-leden € 179,- p.p. (incl. vervoer van/naar huis*, zes uur durende vaartocht, koffie met gebak, uitgebreid koud/warm buffet en dessertbuffet, excl. drankjes). Toeslag verblijfsrolstoel/rolstoelbus € 30,- p.p.



Woensdag 1 maart 2023

Bezoek aan Museum De Kantfabriek en vlaai bakken

We halen u in de ochtend thuis op en rijden richting Horst, Limburg waar we worden ontvangen met koffie en vlaai. Hierna gaan we naar het textielnijverheidsmuseum. We lunchen bij bakker Gerards, waarna u een workshop Limburgse vlaai maken volgt. Uiteraard neemt u uw eigen vlaai mee naar huis. Tijdens de workshop is er koffie/thee of fris. Leden van Pantein Extra betalen € 139,-, niet-leden € 149,- p.p. (incl. vervoer van/naar huis*, entree en rondleiding museum, koffie met vlaai, workshop vlaai maken. Toeslag verblijfsrolstoel/rolstoelbus € 30,- p.p., grote verblijfsrolstoelen in overleg.

Wilt u meer informatie? Kijk op www.panteinextra.nl/goeiereis of bel naar Pantein Extra via 0485 - 84 54 54.



Met pensioen? Dat betekent niet dat er niets meer te doen is. Integendeel! Harry Nabuurs (74) weet amper wat stilzitten is.

‘Die handen zijn om wat mee te doen’

Een houten vrijheidsbeeld kijkt uit over de landerijen bij Mill. Ooit stond hier een flinke ceder. Maar toen die weg moest, besloot Harry Nabuurs uit de achterblijvende stronk in zijn voortuin een vrijheidsbeeld te hakken, schaven en schuren. Het kroontje maakte hij van metaal. Het is niet voor het eerst dat Harry met hout aan de slag ging. Houtbewerken is al veel langer een hobby van hem. Net als het bewerken van koper en metaal. Op verschillende plekken in en om het huis staan eigen kunstwerken en -werkjes. Daarnaast heeft Harry een oude auto gerestaureerd, doet hij aan kruisboogschieten en slaat hij de grote trom.

Samen skiën Leeftijd speelt eigenlijk geen rol voor Harry. Hij werkte tot veertien jaar geleden als kranenbouwer op de bouw en in de havens. Toen ging hij met pensioen, maar hij en zijn vrouw Joke staan heel actief in het leven. Zo leerden ze skiën op hun 45e en gaan ze sindsdien met de kinderen en kleinkinderen elk jaar de bergen in. ‘We hebben het pas laat geleerd, maar het is heel leuk om te doen.’

Zwarte Cross Een andere traditie is samen naar muziekfestival Zwarte Cross in de Achterhoek. Harry: ‘Overdag naar de motoren kijken en alles wat hard voorbij komt jakkeren. Dan even naar de camping en ‘s avonds met de jeugd naar de muziekoptredens. Wij volgen hen en zien wel waar we uitkomen. Ik vind eigenlijk alles wel mooi, behalve heavy metal.’



Geen klus te moeilijk Harry en zijn vrouw zijn lid van Pantein Extra, omdat hun dochter hen erop had gewezen dat ze op die manier korting kunnen krijgen op bijvoorbeeld de rijbewijskeuring of (aanvullende) verzekeringen. Als er iets moet gebeuren in huis staat Harry zelf vooraan en steekt de hele familie de handen uit de mouwen. Zo werd onlangs de vloer uit huis gesloopt, zodat hij vloerverwarming kon aanleggen. Ook de meterslange heg in de tuin werd eruit gehaald. Daarna besloot Harry het flinke grasveld te maaien. ‘Ach, het is hetzelfde als anderhalf uur wandelen, maar dan achter de grasmaaier aan’, grapt hij. En dan ‘s avonds lekker televisiekijken? ‘Nee hoor, daar ben ik veel te druk voor. Hooguit ga ik af en toe eens in de hangmat liggen.’ Het ophangstelsel hiervoor heeft hij ook zelf gemaakt, natuurlijk.

Winterpuzzel

BOBSLEE
BOERENKOOL
BUIEN
CURLING
DOOI
GLAD
GUUR
IGLO
KERSTPAKKET
KNUS
LAARZEN
LANGLAUFEN
NEERSLAG
ONGEMAK
OUDEJAARSAVOND
PEGEL
PEKEL
SJAAL
SKELETON

SKIPAK
SLALOM
SLIPGEVAAR
SNEEUWSCHUIVER
SNERT
STAMPPOT
TEMPERATUUR
VORST
VRIEZEN
WANTEN
WARM
WIND
WINTER
IJSHUT
IJSKOUD
IJSKRISTAL
IJSMUTS
IJZEL

[illegible]

Nieuwe naam, **dezelfde service**

Zij bieden u dezelfde kwaliteit en persoonlijke service zoals u gewend bent van OMS Vermolen.

Voor al uw vragen, meer informatie of het maken van een afspraak zijn zij bereikbaar op telefoonnummer 024 - 645 31 65 of kijk op onze website: www.panteinextra.nl/steunkousen-aan-huis.

schmidtmedica
voorheen O.M.S. Vermoeren

Niet zomaar zorg



Niet zomaar zorg

Heeft u zorg nodig? Wij zijn er graag voor u. Onze zorgteams bieden verzorging en verpleging aan huis of in het verpleeghuis, afgestemd op uw persoonlijke situatie. Wilt u meer weten? Bel 0900 - 8803 of kijk op www.pantein.nl. Wij helpen u graag.

- + Persoonlijke verzorging
- + Verpleging
- + Terminale zorg
- + Specialistische verpleging
- + Thuisbegeleiding

Clënten geven ons een 8,5 op ZorgkaartNederland

Thuiszorg * Zorgcentra * Maasziekenhuis * Pantein Extra

Onze kerstwens voor u allen,
is eenvoudig en klein.
Gelukkig samen te leven.
gewoon er voor elkaar te zijn.

*Fijne Kerstdagen en een
heel gelukkig en gezond nieuwjaar!*

Team Pantein Extra:
Sanne, Caroline, Ellen, Leontien en Viviane

Pantein Extra maakt uw leven makkelijker

Als lid van Pantein Extra kunt u gebruik maken van onderstaande diensten aan huis:

Persoonlijke verzorging

- Audicien
- Kapper
- Kledingservice
- Maaltijdservice vriesvers
- Maaltijdservice koelvers
- Masseur
- Mondhygiënist **NIEUW**
- Tandarts aan huis
- Opticien
- Pedicure
- Podotherapie **NIEUW**
- Pruikservice
- Steunkousen
- Steunzolen

Handig aan huis

- Belastingsservice
- Budgetcoach
- Computerservice
- Dakgootreiniging
- Fietsenmaker
- Glazenwasser
- Klusdienst
- Klusdienst
- Mantelzorgmakelaar
- Professional organizer
- Schilderservice
- Sociale alarmering
- Tuinservice
- Verhuisservice
- Witgoedreparatie

Korting

- BBrain **NIEUW**
- Geselecteerde klassieke concerten
- Geselecteerde zwembaden
- Gratis uitleen loophulpmiddelen
- Medicura zorgwinkels
- Notaris
- Pantein Extra Voordeelplein
- Restaurant Maasziekenhuis
- Restaurants geselecteerde zorgcentra
- Rijbewijskeuring
- Schadeverzekeringen
- Zorgverzekering VGZ en CZ
- Vietsplan
- Zie-ZOO

Ontspanning

- Begeleid theaterbezoek
- Dagtochten
- Gezelschap en ondersteuning
- Reizen met zorg
- Schoonheidsbehandeling
- Voetreflextherapie

Pantein
extra

Kijk voor het actuele aanbod en beschikbaarheid in uw regio op www.panteinextra.nl of bel naar: 0485-84 54 54.

Wilt u ook lid worden van Pantein Extra?

Als lid kunt u gebruikmaken van alle voordelen en speciale aanbiedingen. Aanmelden kan heel gemakkelijk met onderstaande bon.

Gegevens nieuw lid - doorlopende machtiging

Hierbij machtig ik Pantein Extra, Dokter Kopstraat 2, 5835 DV Beugen, om tot wederopzegging, met directe ingang, eenmaal per jaar de lidmaatschapsbijdrage van mijn bankrekening af te schrijven. Voor 2023 bedraagt deze bijdrage € 21,95 (met uitzondering van actieperiodes en aanbiedingen. Kijk op www.panteinextra.nl).

Naam:	m/v
Straat:	
Postcode/Plaats:	
Geboortedatum:	Telefoonnummer:
E-mailadres:	
IBAN bankrekeningnummer:	
Datum:	Handtekening:

Stuur deze ingevulde bon naar: Pantein Extra, Antwoordnummer 10023, 5830 VE Boxmeer. Een postzegel is niet nodig.

Aanmelden kan ook via www.panteinextra.nl/lid-worden, per mail via extra@pantein.nl of telefonisch via 0485 - 84 54 54. De machtiging kan te allen tijde worden ingetrokken. U heeft 56 dagen de gelegenheid om uw bank het bedrag terug te laten boeken. De leveringsvoorwaarden van Pantein Extra vindt u op onze website.

Incassant ID: NL85ZZZ410843210000.