

BEWUST OUDER WORDEN



Zorg, beweging en welzijn voor iedereen

In deze uitgave richten we ons op het belang van persoonlijke oogzorg, het belang van regelmatig bewegen en wandelen voor een vitaal leven, en de impact van testosterontekort bij mannen. Samen richten deze onderwerpen zich op een gezonde en actieve levensstijl.

Ouder worden is een natuurlijk proces dat voor iedereen anders verloopt. Hoe we dit proces ervaren hangt vaak af van onze leefstijl, gezondheidszorg en bewustwording van onze eigen behoeften. In deze special leggen we de nadruk op drie essentiële elementen van bewust ouder worden: oogzorg op maat, het belang van bewegen, en het herkennen van een testosterontekort bij mannen. Een van de grootste uitdagingen naarmate we ouder worden, is het behoud van een goede ooggezondheid. Naarmate de jaren verstrijken, kunnen zichtproblemen zoals staar, maculadegeneratie en glaucoom de kwaliteit van

leven beïnvloeden. Oogzorg op maat speelt hierbij een cruciale rol. Door tijdig oogonderzoek en gepersonaliseerde zorg kunnen veel van deze aandoeningen effectief worden aangepakt, zodat iedereen zo lang mogelijk van optimaal zicht kan genieten.

Naast oogzorg is voldoende bewegen een van de meest effectieve manieren om fit en vitaal te blijven. Regelmatig wandelen is een toegankelijke manier om aan lichaamsbeweging te doen, vooral voor ouderen. Wandelen verbetert niet alleen de conditie en spierkracht, maar heeft ook positieve

effecten op de mentale gezondheid. Het stimuleert de bloedsomloop, versterkt de spieren en helpt om sociale contacten te onderhouden – allemaal essentieel voor een gezond en bewust ouder worden. Ten slotte richten we ons op testosterontekort bij mannen, een vaak onderschat en onbesproken probleem. Een daling van het testosterongehalte kan leiden tot vermoeidheid, een lager libido en verlies van spiermassa. Door dit tijdig te herkennen en behandelen, kunnen mannen langer energiek en gezond blijven. Bewust ouder worden draait om balans, zorg en actie. In deze special ontdek je hoe oogzorg, beweging en aandacht voor hormonen bijdragen aan een vitaal leven.



Lees het gehele dossier op onze website. Scan de QR-code.

5
Leren leven met een Zelfzame oogziekte



7
Beleef de herfst op de Veluwe



IN SAMENWERKING MET DENTICIEN

Denticien, voor een zorgeloze lach

Net als je voor de bril naar de opticien gaat en voor het gehoorapparaat naar de audicien, kun je sinds een paar jaar in de winkelstraat bij Denticien terecht voor een kunstgebit. Wat ook nog eens voor het grootste gedeelte wordt vergoed vanuit de basisverzekering voor zowel het kunstgebit als de implantaten.

Denticien-oprichter Germen Versteeg vergelijkt het aanmeten van een nieuw gebit of het plaatsen van een implantaat met een bezoek aan de opticien. 'Je tanden zijn een deel van je look, net als een brilmontuur dat is. We willen met Denticien het kunstgebit uit de taboe sfeer halen. We helpen mensen een nieuw gebit uitzoeken, dat bij ze past en bijna niet te onderscheiden is van een echt gebit. Zodat ze weer trots zijn op hun gebit. We willen in heel Nederland iedereen

voorzien van een zorgeloze lach.' Net als de opticien vind je Denticien in de winkelstraat, met een mooie, sfeervolle inrichting waar je als bezoeker gastvrij wordt ontvangen. 'De klant moet zich op zijn gemak voelen. We willen geen klinisch gevoel als in een normale tandartspraktijk, maar een prachtig mooie winkel die aanvoelt als een huiskamer.'

3D-technologie

Denticien maakt hoogwaardige gebitsprothesen door middel van innovatieve 3D-technologie, met oog voor de persoonlijke wensen van de klant. 'Bij

'ALS JE NIET ZIET DAT HET EEN KUNSTGEBIT IS, HEBBEN WIJ ONS WERK GOED GEDAAN'



de intake laten we zien wat mogelijk is, met dank aan 3D mondscantechnologie,' vertelt Versteeg. De nieuwe prothese wordt door middel van een foto natuurgetrouw in de mond geprojecteerd, waarbij de persoonlijke wensen worden besproken op basis van 3D-simulatie. Met een 3D printer wordt in de winkel een proefprothese uitgeprint die de klant zelfs mee naar huis kan nemen om te testen en te laten zien aan familie en vrienden. Een

door een Denticien-tandprotheticus aangemeten kunstgebit is mooi, comfortabel en natuurlijk, zodat je weer zelfverzekerd kunt lachen. 'Als je niet ziet dat het een kunstgebit is, hebben wij ons werk goed gedaan.' Vier jaar geleden opende in Alkmaar de eerste Denticien-winkel. Inmiddels is de keten doorgroeid naar 5 vestigingen in Alkmaar, Haarlem, Harderwijk, Hoorn en Rijswijk. Dit jaar komen daar nog 3 nieuwe Denticien-winkels bij.



Denticien heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Er is geen verwijzing van de tandarts nodig voor een behandeling. Maak snel en eenvoudig online een afspraak.

'tmeest
waardevolle
vervoer
in de regio



Word ook WdK chauffeur!

- Parttime chauffeur groepsvervoer
- 3 tot 5 dagen per week
- Mail naar: vacature@wdkgroep.nl
- Of bel: 026 - 365 31 53

Geen Taxipas? GRATIS OPLEIDING.
Wel een Taxipas? BONUS OPLOPEND TOT € 850,-

BONUS
OPLOPEND TOT
€ 850,-



Vragen?
Stuur een bericht!
06 132 705 39

Willemsen de Koning
vervoert met zorg

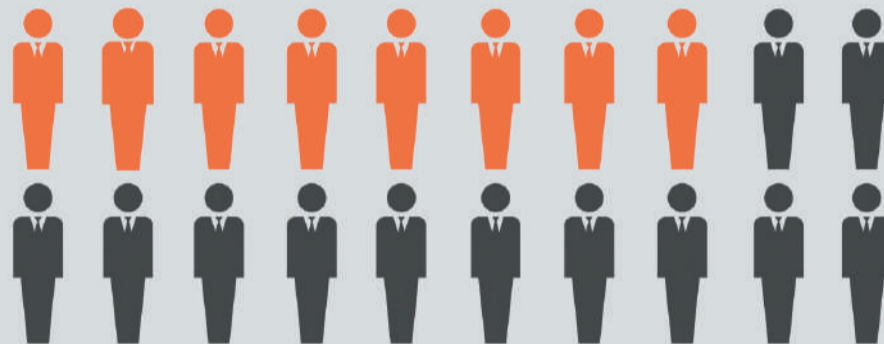
Ook mannen kunnen in de overgang zijn

Penopauze, burnout, midlifecrisis. Mannen zitten rond hun 50ste vaak met onrust in hun lijf. Voelen zich niet meer de man die ze ooit waren. Net als vrouwen kunnen mannen last hebben van de overgang, al zijn de klachten anders. De oorzaak is een verminderd testosteron.

Een tekort aan testosteron kan grote impact hebben op het welzijn van de man, maar ook op de gezondheid van de man. Nu is een testosterontekort echter niet altijd gemakkelijk te herkennen, doordat het vaak een combinatie van klachten is. Denk aan vermoeidheid, somberheid, gebrek aan motivatie, slaapproblemen, afname van de spierkracht en minder zin om te vrijen. Op lange termijn kan een tekort aan testosteron zelfs de gezondheid van de man schaden en zorgen voor ernstige aandoeningen zoals botontkalking en bloedarmoede.

Meet de testosteron waarde

Met het ouder worden neemt het testosterongehalte geleidelijk af. Dit is een normaal proces. Het vormt pas een probleem als er klachten ontstaan. Mochten mannen klachten hebben dan is het dus belangrijk dat ze hun testosteron waarde laten meten. Meten is weten. En als de testosteronwaarde dan normaal is, dan weet je in ieder geval dat het niet daaraan ligt. Is er wel sprake van een testosteron tekort, dan is van groot belang dat het tekort wordt aangevuld. Er is een tekort en de balans is verstoord dus het is zaak om de balans weer te herstellen.



40%

Bijna 40% van de mannen van 45 jaar en ouder heeft een tekort aan testosteron. Bij mannen met overgewicht en/of diabetes komt het zelfs vaker voor

BIJ EEN TEKORT AAN TESTOSTERON IS HET VAN GROOT BELANG DAT HET TEKORT WORDT AANGEVULD

Vaak blijken mannen die al langere tijd tobben met hun gezondheid uiteindelijk een laag testosterongehalte te hebben. Mannen met overgewicht hebben een grotere kans op het ontwikkelen

van een tekort aan testosteron. Het verbeteren van de leefstijl is in dat geval stap één, ook vanwege onderliggende risico's, zoals diabetes. Een goede nachtrust, gezond eten en meer bewegen verminderen meestal de klachten als gevolg van het testosteron tekort. Bij een bloedonderzoek kan het testosteron worden gemeten. Is de waarde aantoonbaar te laag, dan kan het tekort worden aangevuld met een testosteron gel voor op de huid. Daarmee herstelt de hormoonbalans en verdwijnen de klachten.

MEEST VOORKOMENDE KLACHTEN

moeheid afname libido spierzwakte
 gebrek aan energie en motivatie
 stemmingswisselingen slaapproblemen
 slechte concentratie en geheugen
 depressieve gedachten erectie stoornissen



PATIËNT AAN HET WOORD

'DOOR TESTOSTERON THERAPIE HEB IK MIJN LEVENSLUST WEER TERUG'

Max Kooistra is 55 jaar en werkt zo'n dertig jaar als reisbegeleider van groepsreizen in Azië en Zuid-Amerika. 'Na de coronaperiode kostte het me steeds meer moeite om me fysiek en mentaal op te laden voor een nieuwe reis. Ik heb altijd gesport, voor mijn werk moet je fit zijn. Maar een paar jaar geleden ging m'n conditie opeens hard achteruit. Bij het opstaan was ik vaak zo moe dat ik het liefst zou blijven liggen. Ik was vaak somber, maar dacht dat het een nasleep was van corona. Het eind van m'n reizen haalde ik op het laatst op m'n tandvlees, terwijl ik altijd onvermoeibaar was.' Een kennis wees hem op een arts die gespecialiseerd is in de behandeling van testosterondeficiëntie. Onderzoek toonde aan dat zijn lichaam bijna geen testosteron meer aanmaakte. 'Dat was een shock, maar het was ook een opluchting dat ik eindelijk wist wat de oorzaak was. Naarmate je ouder wordt, maakt je lichaam minder testosteron aan. Bij mij was de aanmaak nihil.' Hij krijgt nu testosteron toegediend door middel van het smeren van een gel. 'Je kunt je niet voorstellen hoe goed ik me weer voel. Ik heb weer de levenslust en energie terug van toen ik als twintiger mijn eerste groepsreis begeleidde. Ik ben enorm blij dat de diagnose is gesteld. Somberheid en moeheid wordt al snel geassocieerd met een depressie of een midlifecrisis. Terwijl het gaat om een hormoontekort dat makkelijk te behandelen is!'



Wil je weten of je last hebt van een tekort aan testosteron, scan dan de QR-code of ga naar testosterontekort.nl en doe de test en krijg direct de uitslag.

5% wordt behandeld



Er wordt geschat dat slechts 5% van de mannen met Testosteron Deficiëntie wordt behandeld met testosteron therapie

Afvallen en een gezonde levensstijl zijn belangrijk in combinatie met testosteron therapie





Niet meer de man die je (hij) ooit was?

- Gebrek aan energie
- Verminderd libido
- Overgewicht / buikvet
- Slaapstoornissen
- Erectiestoornissen
- Depressieve klachten

Bij mannen vanaf 45 jaar kunnen deze symptomen wijzen op een tekort aan testosteron. **Doe de test op testosterontekort.nl en spreek er daarna over met je arts.**



testosterontekort.nl

Leber opticus atrofie

Een uitdaging voor ogen en geest

Leber Opticus Atrofie (LOA), ook bekend als Leber Hereditary Optic Neuropathy (LHON), is een zeldzame erfelijke oogandoening die het leven van patiënten drastisch kan veranderen. Deze 'ziekte van Leber' tast de oogzenuw aan, wat leidt tot een snel verlies van het centrale gezichtsvermogen.

LOA/LHON wordt veroorzaakt door mutaties in het mitochondriale DNA, wat de energieproductie in de oogzenuwcellen verstoort. Deze genetische afwijking wordt via de moeder doorgegeven, maar manifesteert zich vaker bij mannen dan bij vrouwen.

De symptomen beginnen meestal in de jonge volwassenheid, met een plotselinge achteruitgang van het zicht in één oog, gevolgd door het andere oog binnen weken of maanden. Patiënten ervaren wazigheid, verlies van scherp-te en kleurenblindheid, wat dagelijkse activiteiten aanzienlijk kan bemoeilijken.

Hoop voor de toekomst

Hoewel de meeste patiënten visueel gehandicapt blijven, is er hoop. Dankzij medicamenteuze therapie kunnen sommigen een deel van hun zicht terugkrijgen. Er is een goedgekeurde medicamenteuze therapie beschikbaar die de kans op partieel visueel herstel significant vergroot. Deze therapie wordt voorgeschreven in



HET BEGINT VAAK MET EEN PLOTSELINGE ACHTERUITGANG VAN HET ZICHT IN EEN OOG

de drie behandelcentra in Nederland: het Oogziekenhuis Rotterdam (OZR), Maastricht UMC+ (MUMC) en UMC Groningen (UMCG).

Het gebruik van visuele hulpmiddelen en leefstijlaanpassingen kunnen de kwaliteit van leven verbeteren. De emotionele impact van LOA/LHON is groot. Opeens ben je ernstig slechtziend. Professionele begeleiding en steungroepen spelen een belangrijke rol in het verwerkingsproces. Er zijn twee belangrijke patiëntenverenigingen in Nederland: de Patiëntengroep LOA/LHON (onderdeel van de Oogver-

eniging) en de Belangenvereniging LOA/ LHON. Beide bieden waardevolle informatie en lotgenotencontact. Onderzoek naar nieuwe behandelingen, zoals genterapie, is in volle gang en biedt hoop voor de toekomst. Patiënten worden aangemoedigd om op de hoogte te blijven van de laatste ontwikkelingen. Voor optimale zorg is het essentieel dat patiënten worden doorverwezen naar het enige officiële expertisecentrum in Nederland, het Oogziekenhuis Rotterdam (OZR). Bewustwording over LOA/LHON is cruciaal. Door meer begrip te creëren, kunnen we niet alleen de ondersteuning voor patiënten verbeteren, maar ook het onderzoek naar deze zeldzame aandoening stimuleren. Met de juiste behandeling, ondersteuning en aanpassingen kunnen LOA/LHON-patiënten een vervullend leven leiden, ondanks de uitdagingen die de aandoening met zich meebrengt

UITGELICHT

Nu de zomerse temperaturen elk najaar langer aanhouden, duurt ook het tekenseizoen steeds langer, tot voorbij eind november. Het is daarom verstandig je hond ook na de zomer goed te blijven beschermen tegen teken.

Een tekenbeet vormt een risico voor de gezondheid van je hond. Een teek kan verschillende ziektes overdragen, waaronder de ziekte van Lyme. Onderzoekers denken dat ongeveer 10 tot 50 procent van de teken besmet zijn met Lyme. De ziekte verstoort de werking van de zenuwen en kan uiteindelijk leiden tot verlamingsverschijnselen. Hoe eerder Lyme wordt behandeld met antibiotica, hoe groter de kans op herstel. Houd tekenbeten bij je hond dus goed in de gaten. Een besmetting in een vroeg stadium is te herkennen aan een rode kring rondom de beet.

Zo helpt een tekenhalsband de nare beestjes af te weren. Je kunt ook kiezen voor tekendruppels of een tekentablet. Deze behandelingen werken meestal voor een maand en moeten daarna herhaald worden. Echter, ook met een preventief middel adviseren dierenartsen de vacht van uw hond dagelijks goed te controleren. Tekenen komen veel voor in bosrijke gebieden of ongerepte natuur, maar vergis je niet: ook in een keurig onderhouden tuin kunnen ze goed overleven. Besmette teken vormen niet alleen een risico voor honden, maar ook voor mensen. Controleer dus ook jezelf als je je hond in een omgeving met veel gras en begroeiing hebt uitgelaten. Een tekenbeet is niet helemaal te voorkomen, maar je kunt je hond wel op verschillende manieren beschermen.

FRONTPRO®

ZORGeloos

SAMEN



FRONTPRO® kauwtabletten.



Bescherm je hond tegen vlooien en teken voor maar liefst één maand met FRONTPRO®. De lekkere kauwtablet werkt snel en effectief en doodt vlooien binnen 8 uur en teken binnen 48 uur. Makkelijk te geven, zowel met, als zonder eten.



FRONTPRO®

ZORGeloos SAMEN

LHON awareness dag wordt gesteund door Oogkunde Ziekenhuis Rotterdam.

**19 SEPTEMBER
LHON
AWARENESS
DAY**

Het belang van meer erkenning van oogziekte Lhon

Patiënten informeren en zeker ook: er- en herkenning geven. Zaken die essentieel zijn bij een zeldzame reditairy Optic Neuropathie (LHON). Een podcastreeks van Het Oogziekenhuis Rotterdam biedt uitkomst.

Wat is LHON?

Judith Van Everdingen, oogarts van het OZR: 'Het staat voor Leber's Hereditary Optic Neuropathie (LHON), ook wel bekend onder de oude Nederlandse naam Leber Opticus Atrofie (LOA). Bij deze erfelijke en zeldzame oogziekte word je plotseling blind of slechtiend aan beide ogen. Dat gebeurt doorgaans bij vrij jonge mensen. Doordat LHON zo zeldzaam is, wordt het niet altijd snel herkend. Daardoor gebeurt het helaas nog steeds dat mensen met Leber-symptomen bij een neuroloog belanden, omdat MS wordt vermoed. Of nog erger: dat men naar een psychiater wordt gestuurd omdat de klachten worden weggezet als psychisch.'

Welke zorg komt er kijken bij deze oogziekte?

'Teamwork is essentieel. Bij deze aandoening draait het niet alleen om tijdig de juiste diagnose te stellen. Maar zeker ook om de juiste leefregels mee te geven, evenals passende begeleiding en waar nodig medicatie. Naast de oogarts hebben ook de patiëntenvereniging, revalidatie en medisch maatschappelijk werker en klinisch geneticus een belangrijke rol. Want de diagnose LHON kan invloed hebben op



de hele familielijn én op een eventuele kinderwens. Verder is revalideren essentieel, zodat men leert omgaan met minder zicht. Want het merendeel van de mensen met Leber moet leren leven met een blijvende visuele handicap.'

Waarom een podcast?

'Het Oogziekenhuis Rotterdam is expertisecentrum voor LHON en behandelt samen met academisch ziekenhuis Groningen en Maastricht alle nieuwe LHON-patiënten. Als een serviceproject voor patiënten hebben we met alle betrokken instanties een brainstormsessie gedaan. Waar lopen mensen met Leber tegenaan? Door deze knelpunten en thema's in een podcastserie te gieten, geven we niet alleen juiste informatie, maar ook steun en (h)erkenning. Plus dat het in deze vorm ook gemakkelijk toegankelijk is als je slechtiend bent. Bovendien kun je zelf bepalen wanneer

**'ALS TWINTIGER
WILDE IK ME
BEZIGHOUDEN MET
STUDEREN EN FEESTEN,
NIET MET EEN
ZELDZAME OOGZIEKTE'**

en hoeveel je wilt luisteren. Wel zo prettig, want net na de diagnose komt er al zo veel op je af.'

Hanna, jij was begin twintig toen je de diagnose LHON kreeg. Hoe was dat?

'Zes jaar geleden merkte ik op dat ik een vreemde vlek in mijn gezichtsveld had. Opeens kon ik mensen in de verte niet meer herkennen. De huisarts weet mijn klachten aan studiestress en verwees me door naar de psycholoog. Maar mijn moeder wist dat Leber in de familie zit en trok aan de bel. De diagnose zette alles op zijn kop. Ik wilde me richten op studeren en feesten, niet op een zeldzame oogziekte. Direct moest ik stoppen met mijn studie, want lezen lukte al vrij snel niet meer. Bovendien was het ook totaal onduidelijk waar mijn zicht heen zou gaan. Dat eerste jaar was een soort van depressief afwachten; erg zwaar.'

Welke impact heeft deze oogziekte op jou?

'Inmiddels heb ik zo'n 6 à 7 procent gezichtsscherpte. Dat betekent dat ik niet kan lezen, geen gezichten kan herkennen en ook niet kan zien of iemand lacht of juist huilt. Maar lopen zonder taststok lukt nog wel. Door een intensief revalidatietraject heb ik leren omgaan met mijn beperking. Zo weet ik nu hoe ik tekst op mijn telefoon en computer kan laten voorlezen. Ook ben ik mentaal sterker geworden.



Judith van Everdingen, oogarts van het OZR



Heeft u behoefte aan meer informatie, scan de QR-code en luister naar de podcast 'Leven met LHON'



'DAT EERSTE JAAR NA DE DIAGNOSE KAN ER VEEL OP JE AFKOMEN'

Dat alles heeft ertoe geleid dat ik mijn studie weer heb opgepakt. En dit jaar heb ik zelfs een wereldreis gemaakt! Een beperking hoeft dus niet het einde van je leven te zijn. Wat wél erg vervelend kan zijn: vooroordelen van anderen, zoals dat blinde mensen automatisch ook minder capabel zijn. Ik hoop dat de samenleving toegankelijker wordt.'

Wat betekend deze Podcast voor jou en voor anderen met LHON?

'Heel veel. Het is laagdrempelig: je hoeft niet meteen koffie te gaan drinken met een vreemde om diens ervaringen over Leber te horen. Toen ik net de diagnose kreeg, had ik een grote behoefte aan ervaringsverhalen, aan hoe gewone mensen zoals ik een leven met deze oogziekte ervaren. Je hoort meestal alleen over degenen die uitzonderlijk zijn, zoals paralympische sporters. Deze podcast is herkenbaar en geeft hoop. Heel fijn!'

PM-2024-12556



Hanna Nijenhuis, ervaringsdeskundige

Luister binnenkort de nieuwe podcast op www.oogziekenhuis.nl. Scan deze code



Wereldreis in luxe stijl

Altijd al gedroomd van verre reizen? Een cruise biedt de perfecte gelegenheid om de wereld te ontdekken, met alle comfort aan boord. Ontsnap aan het dagelijks leven en ga op avontuur!

Ontdek nieuwe horizonnen

Voor 50-plussers is er geen betere manier om lang gekoesterde reisdromen waar te maken dan met een cruise. Terwijl je comfortabel aan boord van een luxe schip verblijft, ontdek je de verste uithoeken van de wereld. Of je nu altijd al de mystieke fjorden van Noorwegen, de exotische eilanden in de Stille Oceaan of de adembenevende ijsvlaktes van Antarctica wilde zien, cruises maken dit op een relaxte

manier mogelijk. Het mooiste? Alles wordt voor je geregeld: van maaltijden en entertainment tot excursies op land. Dit betekent dat je volledig kunt genieten van de reis zonder je zorgen te maken over praktische zaken. Het fijne aan een cruise is dat je een drijvend hotel bij je hebt. Na een dag vol ontdekkingen kun je terugkeren naar je comfortabele hut en gebruikmaken van de vele faciliteiten aan boord. Denk aan restaurants met culinaire hoogstandjes, ontspannende spa's, zwembaden, en zelfs entertainment zoals theatershows of workshops. Deze unieke combinatie van avontuur en comfort maakt een cruise de ideale manier om te reizen voor 50-plussers die nieuwe ervaringen willen opdoen, zonder in te leveren op gemak en luxe.

Begin aan jouw droomreis!

Nu is het moment om die verre oorden waar je altijd van hebt gedroomd, te verkennen. Laat je inspireren door de wereld om je heen en geniet van de prachtige uitzichten vanaf het dek. Elke dag brengt je naar een nieuwe bestemming, een nieuwe beleving. Boek vandaag nog je cruise en laat je meevoeren naar een onvergetelijk avontuur!

ELKE DAG BRENGT JE NAAR EEN NIEUWE BESTEMMING

Wandelen voor meer vitaliteit

Wandelen in de natuur biedt talloze gezondheidsvoordelen, vooral voor 40-plussers. Het ontspant lichaam en geest, vermindert stress en inspireert tot een vitaler leven. Ontdek hoe wandelen je leven kan verrijken!

Gezondheid en rust in de natuur

Regelmatig wandelen in een natuurlijke omgeving verbetert niet alleen je fysieke gezondheid, maar werkt ook positief op je mentale welzijn. Tijdens het wandelen daalt het stressniveau door de rustgevende omgeving. De frisse lucht en het contact met de natuur zorgen voor een verfrissende energieboost, terwijl je in beweging blijft. Bovendien kan wandelen in de natuur helpen bij het verlagen van de bloeddruk, het verbeteren van de bloedsomloop en het versterken van je spieren en gewrichten. Dit maakt het een uitstekende activiteit om je conditie te verbeteren zonder de intensiteit van sporten in de sportschool.

Naast fysieke voordelen biedt wandelen in de natuur inspiratie. De rustige omgeving stimuleert creativiteit en geeft ruimte om na te denken. Het helpt je om even los te komen van de dagelijkse drukte en



biedt de gelegenheid om nieuwe ideeën te laten opborrelen. Veel succesvolle mensen gebruiken wandelingen in de natuur om helderheid te krijgen over belangrijke beslissingen of om creatieve doorbraken te bereiken. Het geeft je ook de kans om weer in contact te komen met jezelf, je gedachten te ordenen en meer in het moment te leven.

Begin vandaag nog!

Of je nu kiest voor een korte wandeling in het bos, langs het strand of door een park, het is nooit te laat om te beginnen. Trek je wandelschoenen aan en ontdek zelf de krachtige voordelen van wandelen in de natuur. Je lichaam én geest zullen je dankbaar zijn! Voeg wandelen toe aan je routine en geniet van de positieve impact die het heeft op je gezondheid en levensvreugde.

JE LICHAAM EN GEEST ZULLEN JE DANKBAAR ZIJN!





Vanaf
€11.750 pp
**INCLUSIEF
BUSINESS CLASS
VLUCHT***

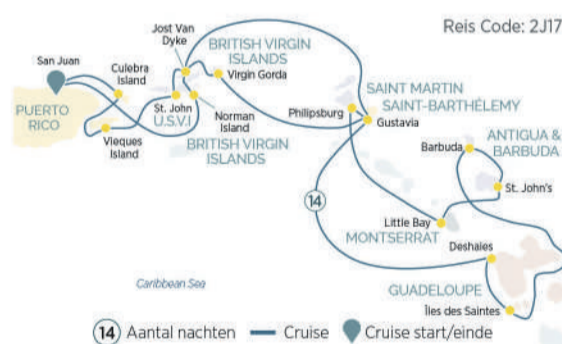
Scan voor
meer info



Discover the Yachting Islands of the Caribbean

15 Dagen | San Juan tot San Juan**

Vertrekperiode: December 2024 - Februari 2025



Uw Cruise Hoogtepunten

- 's Avonds kajakken in de magische bioluminescente baai van Esperanza in Vieques, waarbij elke peddelslag het water verlicht met een neonblauwe gloed tegen de donkere nacht.*
- Saint Barthélemy combineert Franse joie de vivre met Zweedse netheid, met exquise boetieks, adembenemende stranden en uitmuntende restaurants. Verblijf een nacht in een van 's werelds favoriete bestemmingen voor jachten en ontdek nog veel meer.
- Little Bay, Montserrat. Een unieke, verborgen parel met weelderige landschappen en de allure van alleen-zijn. Ervaar ongerepte schoonheid en aanschouw de actieve vulkaan Soufrière Hills.

Bij Emerald Cruises is er zo veel inbegrepen...

- Luchthaven transfers
- Alle maaltijden aan boord
- Gratis dranken aan boord
- Minibar en dagelijks aangevuld water
- Selectie van inbegrepen excursies
- Ultramoderne koffiezetapparaten en theevoorzieningen
- Wi-Fi aan boord
- Alle taksen en havengelden
- Alle fooien aan boord en aan wal

*Business Class-vluchten zijn beschikbaar voor alle 15-daagse cruises van dec24-feb25. **Inschepen/ontschepen is ook mogelijk in Saint Thomas en St. John's. Er is een toeslag voor DiscoverMORE.

Wild avontuurtje? Beleef de herfst op de Veluwe!

Een weekendje weg naar de Veluwe omvat meer dan alleen het beleven van de uitgestrekte natuur; het is een avontuur dat je onderdompelt in de rijke historie en cultuur.

Naast oneindige kilometers aan fiets- en wandelpaden en uitdagende mountainbikeroutes vind je er eeuwenoude kastelen en Hanzesteden, interessante musea, heerlijke streekgerechten zoals wild en luxueuze hotels midden in de natuur voor de ultieme ontspanning. Wij kunnen natuurlijk van alles zeggen maar kom het vooral zelf ervaren!

Actief de natuur in

Herfst op de Veluwe betekent een explosie van kleuren, met goudgele, orangerode en diepgroene tinten die het landschap sieren. Trek je wandelschoenen aan of spring op de fiets en ontdek dit levende schilderij van dichtbij. Start je dag met een rustige wandeling door bos, heideveld of langs vennen. Als je vroeg uit de veren bent, kun je de mist zien optrekken boven de velden en wie weet spot je wel een edelhert in de schemer.

Na een vredige ochtendwandeling wissel je de rustige paden in voor de zinderende mountainbikeroutes van de Veluwe. Deze routes zijn perfect voor de avonturiers onder ons, met paden die kriskras door het gevarieerde landschap slingeren. De adrenaline begint te stromen terwijl je over heuvels jaagt, diepe dalen in duikt en langs uitgestrekte zandverstuivingen rijdt.

De middag leent zich uitstekend voor een meer ontspannen fietstocht op de uitstekend onderhouden fietspaden waar de Veluwe bekend om staat. Je fietst rustig van het ene pittoreske dorpje naar het andere, waarbij de frisse herfstlucht en het betoverende uitzicht voor een perfecte afsluiting van je actieve dag zorgen. Elk element van de Veluwse wildernis biedt een uniek avontuur, van vreedzame ochtendwandelingen tot opwindende mountainbiketochten en rustige fietstochten in de middag.

Een schatkist aan culturele ontdekkingen

De ware schoonheid van de Veluwe ontvouwt zich echter niet alleen in haar natuurlijke landschappen. De regio heeft een rijke geschiedenis en deze komt met name tot leven in de Veluwse Hanzesteden, waar het verleden nog steeds tastbaar is. In Elburg voel je tijdens een wandeling over de kenmerkende keitjesstoepen nog de geest van de vissersvesting en de musea en monumenten vertellen je het verhaal van oude tijden. Harderwijk biedt daarentegen een speelse



mix van historische charme en moderne bedrijvigheid, waarbij de oude handelsgeest voelbaar is in de unieke boetieks en innovatieve conceptstores. Hattem, dat pittoresk langs de rivier de IJssel ligt, is niet alleen een magneet geweest voor kooplieden maar ook voor kunstenaars; Jan Voerman, beroemd om zijn schilderijen van wolken boven de IJssel, is hier slechts een voorbeeld van. Zijn werken zijn te bewonderen in het Voerman Museum, dat een eerbetoon is aan de artistieke geschiedenis van de stad.

De Veluwe biedt verder een schat aan museale parels, elk met hun eigen unieke verhaal. Beleef een unieke combinatie van kunst, architectuur én natuur bij het Kröller-Müller Museum. Sta oog in oog met de tweede grootste Vincent van Gogh-collectie ter wereld en bewonder topstukken van moderne meesters als Monet, Picasso en Mondriaan. Ontdek in de uitgestrekte beeldentuin maar liefst 160 sculpturen van beeldbepalende kunstenaars. Het CODA Museum prikkelt de zintuigen met zijn hedendaagse kunstcollecties,

van schilderijen en sculpturen tot grafische werken en sieraden, waarmee het de diversiteit en dynamiek van moderne kunst tentoonstelt.

Culinaire hoogstandjes op de Veluwe

Een dag vol verkenningen vraagt uiteraard om momenten van rust en ontspanning. De Veluwe kent een ruime keuze aan gastvrije horecagelegenheden, van sterrenrestaurants tot knusse brasseries. En genoeg terrassen waar je, zelfs in de frisse buitenlucht, verwarmd kunt genieten van lokale hapjes en drankjes. Een versgemalen koffie om de dag mee te beginnen, een lokaal gebrouwen biertje als beloning na een lange wandeling of een heerlijk wildgerecht als afsluiter van een onvergetelijke dag.

Wakker worden midden in de bossen

Om de veelzijdige Veluwe echt te kunnen ontdekken, is het bijna een noodzaak om er te overnachten. Je vindt hier een diverse range aan accommodaties, van luxe hotels tot charmante



wellnesshuisjes, die alle garant staan voor een comfortabel verblijf. Wakker worden midden in de natuur en de serene rust ervaren terwijl de zon opkomt, is een ervaring die de Veluwe onvergetelijk maakt.

Ontdek de Veluwe deze herfst

De Veluwe heeft elk seizoen iets nieuws te bieden waarbij het landschap in de herfst transformeert in een kleurenpalet dat je met eigen ogen gezien moet hebben. Of je nu op zoek bent naar een actieve, culturele of culinaire getaway, op de Veluwe vind je het perfecte evenwicht tussen ontspanning en avontuur.

veluwe



Kijk voor meer inspiratie op [veluwe.nl/najaar](https://www.veluwe.nl/najaar) of scan de QR-code.

PERSONAL LIFESTYLE



Petitie om onjuist energielabel aan te passen

Het huidige energielabel is onbetrouwbaar en ongeschikt als sturingsinstrument voor energiebesparing bij huur- en koopwoningen.

Kopers betalen vaak meer voor woningen met een gunstig energielabel, maar kunnen bedrogen uitkomen als blijkt dat de woning veel meer energie verbruikt dan de naastgelegen woning met een slechter label. Dit leidt niet alleen tot hogere kosten, maar ook tot frustratie en teleurstelling. Verhuurders laten vaak vloerisolatie achterwege, omdat dit nauwelijks meetelt voor het energielabel. Hierdoor komen huurders in een woning terecht die weliswaar een goed label heeft – en daardoor een hogere huurprijs –, maar die in werkelijkheid niet comfortabel, energiezuinig en vaak ook ongezond is door vochtproblemen.

Vloerisolatie stiefmoederlijk behandeld

Het is tijd om actie te ondernemen

en deze misleiding te stoppen. De ambtenaren die verantwoordelijk zijn voor het energielabel hebben de berekening van de energiebesparing door vloerisolatie altijd kunstmatig laag gehouden en gedaan alsof vloerverwarming geen invloed heeft op het warmteverlies naar de kruipruimte. De projectgroep die verantwoordelijk is voor het energielabel, heeft recent geconcludeerd dat dit onjuist en onhoudbaar is. Toch weigert het ministerie de noodzakelijke aanpassingen door te voeren en wil het nog minstens vijf jaar doorgaan met het huidige energielabel, ondanks de gebreken. Dit heeft niet alleen gevolgen voor bestaande woningen, maar ook voor nieuwbouw en de leveringszekerheid van onze energievoorziening.

Netcongestie door stroombehoefte warmtepompen

Nieuwe woningen worden tegenwoordig vrijwel altijd voorzien van een warmtepomp en vloerverwarming. Omdat de nieuwbouwnorm voor vloerisolatie met $R_c=3,7 \text{ m}^2\text{K/W}$ veel te laag is, gaat er veel warmte onnodig verloren via de vloer. Dit betekent dat de warmtepomp extra hard moet draaien om voldoende warmte te leveren. Wanneer het buiten echt koud wordt, verbruiken de warmtepompen samen zoveel stroom dat dit afgelopen winter al leidde tot problemen in bepaalde wijken. TenneT waarschuwt dat deze situatie, mede door de snelle toename van het aantal warmtepompen, de leveringszekerheid ernstig zal ondermijnen na 2030, tenzij er nu maatregelen worden getroffen.

Verbeterde energie-efficiëntie

De meest voor de hand liggende oplossingen zijn het verhogen van de nieuwbouwnorm voor vloerisolatie en

het aanpassen van het energielabel voor bestaande woningen. Energieadviseurs en -consulenten zijn momenteel opgeleid met de overtuiging dat vloerisolatie weinig relevant is voor de verduurzaming van woningen. In werkelijkheid is goede vloerisolatie essentieel voor het creëren van een energiezuinige, comfortabele en gezonde woning. Hoe beter de begane grondvloer is geïsoleerd, des te meer de woning qua energie-efficiëntie kan concurreren met een etagewoning. Bij betere vloerisolatie is de behoefte aan extra verwarming van de woonruimte korter en wordt er minder energie verbruikt om een comfortabel binnenklimaat te behouden. Bovendien zorgt een goed geïsoleerde vloer voor een hogere vloertemperatuur, wat bijdraagt aan het voorkomen van vochtproblemen.



Teken de petitie: [verbeterenergielabel.petities.nl](https://petities.nl)

IN SAMENWERKING MET SPARK

Het meest sympathieke fietsmerk van Nederland: SPARK

Spark Bike is een jonge, innovatieve Nederlandse fietsenfabrikant die met een uniek fietsontwerp en een persoonlijke aanpak de aandacht trekt.

Uitgangspunten bij het ontwerp van de opvouwbare e-bikes zijn rijcomfort en fietsveiligheid, om mensen zo lang mogelijk te laten fietsen. De vouwfiets is er in twee modellen, de Touring en de Luxury. De Touring is onlangs bekroond met de titel 'Beste Koop' in zowel de ADR fietstest (Nederland) als de HLN fietstest (België). Dit najaar wordt een nieuw model gelanceerd, de Compact, die uit één compleet frame bestaat. De verkoopprijs is met opzet zo laag mogelijk gehouden, zonder dat op de kwaliteit is beknipt. De Spark modellen zijn al verkrijgbaar vanaf onder de € 2.000. De Luxury met extra achtervering leent zich ook voor avontuurlijke fietstochten buiten de gebaande paden. De Touring is

onlangs bekroond met de titel 'Beste Koop' in zowel de ADR fietstest (Nederland) als de HLN fietstest (België). De makers hebben bij het ontwerp bewust gekozen voor universele, A-kwaliteit onderdelen van bekende merken, zoals een Shimano-versnelling, Bafang motor, Samsung-accu en schijfremmen van Tektro. 'Als er iets gebeurt kun je gewoon door de lokale fietsenmaker worden geholpen.'

Op de persoon afgestemd

'We willen fietsen toegankelijk maken voor iedereen,' vertellen de drie oprichters van Spark Bike, Olivier Parmentier, Stefan Schuurman en technisch man Danny Postema. Persoonlijke aandacht

DE SPARK TOURING IS BEKROOND MET DE TITEL 'BESTE KOOP'



is daarin een belangrijk uitgangspunt. 'Het persoonlijke contact en de persoonlijke benadering vinden we het belangrijkste.' Elke fiets wordt volledig met de hand, op maat, in elkaar gezet. 'We kiezen er bewust voor om de fiets alleen via onze eigen locatie aan te bieden, in Nijkerk, zodat de fiets helemaal op de persoon kan worden afgestemd. Ieder mens heeft een verleden met een fiets, zowel positief

als negatief, waarop we ons advies baseren voor de samenstelling van de fiets.' Het motto op de bedrijfsmuur luidt: "Recharge your life", blij bewegen. 'Er is eigenlijk geen enkele reden waarom je niet tot op late leeftijd kan blijven fietsen. Op een Spark voel je je comfortabeler dan op een gewone fiets, dankzij de lage opstap en met het lage zwaartepunt heb je extra stabiliteit. Mensen die niet meer kunnen fietsen met een normale fiets kunnen dat dankzij onze e-bike wel weer.'



Benieuwd naar onze prijswinnende fietsen? Scan de QR-code.

SPARK
RECHARGE YOUR LIFE



TONZON VLOERISOLATIE

Doe het nu, doe het goed!



Toekomstbestendig isoleren met minimaal $R_c=5,0 \text{ m}^2\text{K/W}$

Het is verstandig om bij vloerisolatie te streven naar een hogere isolatiewaarde dan de minimale eis voor subsidie. Milieu Centraal raadt voor vloerverwarming een R-waarde van ten minste $5,0 \text{ m}^2\text{K/W}$ aan. Goede isolatie is essentieel, ook zonder vloerverwarming. Met een betere isolatiewaarde gaat er minder warmte verloren, voelt de vloer warmer aan en bespaar je meer energie. Investeren in vloerisolatie loont, kies voor een isolatiewaarde van minimaal $R_c=5,0 \text{ m}^2\text{K/W}$ en wees klaar voor de toekomst.

Vloeren nieuwbouwwoningen nog onvoldoende geïsoleerd

Afname warmtestroom richting kruipruimte met TONZON Thermoskussens			
Bouwjaar woning	Bouwbesluit R-waarde	afname met 3 kamers	afname met 4 kamers
voor 1983	0,45	92%	94%
1983 - 1993	1,3	80%	84%
1993 - 2013	2,5	68%	73%
2013 - 2021	3,5	61%	66%

Optimaliseer de cv-installatie en isoleer de boiler

Verbeter direct de warmteafgifte van jouw cv met de radiatorfolie (die onzichtbaar zijn werk doet), de vensterbankfolie en de verbeterde leidingisolatie van TONZON. Ook boilers en close-in boilers pak je in met TONZON folie. Kijk op onze website voor meer informatie.

Duurzame isolatie: TONZON zet de standaard

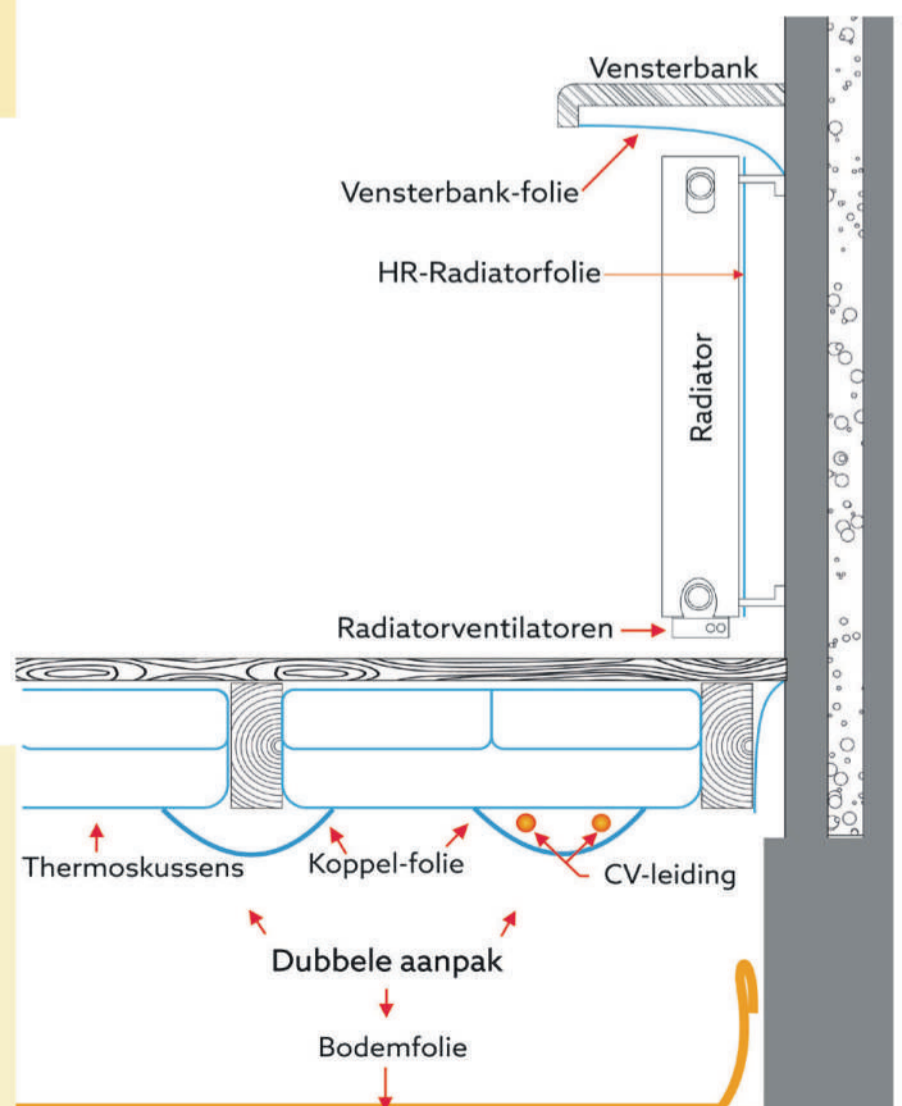
TONZON, opgericht in 1980, volgt de Me-Mo-principes (Mens- en Milieuvriendelijk Ondernemen). Dit maakt onze producten tot de meest duurzame en milieuvriendelijke isolatiematerialen op de markt, zelfs ecologischer dan bio-based alternatieven.

Onderzoek van W/E Adviseurs en NIBE heeft de levenscyclusanalyses (LCA's) van verschillende isolatiematerialen vergeleken en bevestigt de lage klimaatimpact van TONZON's producten. Door de focus op koolstofarme, circulaire en klimaat efficiënte oplossingen, stelt TONZON de standaard voor duurzame isolatie in de bouwsector.

Voor meer informatie, bezoek: tonzon.nl/over-tonzon/duurzame-isolatie/



Wil je meer informatie? Scan dan de QR-code of kijk op www.tonzon.nl



Beleggers zoeken houvast en vertrouwen

‘De belangrijkste reden waarom beleggers bij ons aankloppen, is omdat ze een vertrouwde, persoonlijke partij zoeken die deskundig is en geld voor ze verdient. Dat doen we met een bewezen, consistente Core-Satellite strategie,’ vertelt vermogensbeheerder Edwin Wierda.

Een keuze voor Wierda Vermogensbeheer is een keuze voor persoonlijk contact. ‘Veel beleggingsinstellingen en vermogensbeheerders hebben de laatste jaren een slag gemaakt naar nog meer standaardisering en automatisering. En daarmee minder focus in mijn beleving,’ stelt vermogensbeheerder Edwin Wierda. ‘Alles draait om efficiency, kostenvoordelen en zoveel mogelijk geld verdienen, met weinig aandacht voor de klant. Met name grote banken, waar veel mensen beleggen, hebben steeds meer standaardpakketten waar de klant min of meer verplicht in wordt “gedrukt”.’

Geld verdienen

‘Ik denk dat het belang van persoonlijk contact wordt onderschat door banken en platforms. Veel klanten denken daar anders over,’ is Wierda’s overtuiging. ‘Er is een grote groep mensen die het persoonlijk contact waardeert en de behoefte heeft aan een vaste contactpersoon. Jaarlijks vindt er een gesprek plaats op kantoor in Assen of Laren of bij mensen thuis. Bij ons wordt de telefoon gewoon opgenomen en niet doorverwezen naar de AI chatbox. De belangrijkste reden waarom beleggers bij ons aankloppen, is samen te vatten in één woord, “houvast,” vertelt Wierda. ‘Beleggers kennen ons. We hebben, sinds onze oprichting in 2008, een goede reputatie. De organisatie staat goed. Ze komen omdat we focus en rust hebben en klanten vertrouwen hebben dat we geld voor ze gaan verdienen.’ Met al zijn ervaring weet Wierda dat aandelen een solide belegging vormen, zelfs of juist op het moment dat het beurs-sentiment even wat minder is. ‘In de historie veroorzaken koersvallen altijd rimpeltjes. Ik doe dit nu al een jaar of dertig. Elke situatie biedt weer kansen, zolang je maar op die momenten het overzicht behoudt.’

Angst en hebzucht

Op de beurs spelen emoties een rol, weet Wierda. ‘Als ik het samenvat, zeg ik altijd: angst en hebzucht zijn de twee belangrijkste emoties op de beurs. In slechte tijden angst om geld te verliezen en in goede tijden juist bang zijn om de boot te missen. Daar moet je verstandig mee omgaan. Het

is onze taak als vermogensbeheerder om met voldoende afstand naar de markt te kijken. Als het moet grijpen we in; als het niet hoeft, doen we niets.’ Hij legt uit dat de beurs uit ratio bestaat – ‘dat zijn de feiten waarop je stuurt, op basis van grondige analyses’ – en uit een stukje emotie. ‘Ik zeg niet dat we geen rekening houden met de emoties, maar we laten ons er niet door leiden. In goede tijden overdrijft de beurs, maar ook in slechte tijden.’ Als voorbeeld gebruikt hij de doorbraak van ChatGPT en andere AI-toepassingen, die de koersen van Tech-aandelen omhoogstuwen. ‘De grote vraag is in welke mate AI de samenleving gaat veranderen? En de tweede vraag is in welke mate bedrijven hier heel veel geld mee gaan verdienen? Daarover zijn de meningen verdeeld. De optimisten roepen: de omzetten gaan exploderen. De meer kritischere analisten zijn afwachtend en vinden dat de koersen van AI-bedrijven te hoog staan. De waarheid ligt zeer waarschijnlijk ergens in het midden.’

‘Core-Satellite’-strategie

Wierda Vermogensbeheer kiest voor focus en fundamentele analyse. ‘We hanteren de “Core-Satellite”-strategie’. We beleggen in de grote bekende namen, de “core” bedrijven, en ook in een aantal satellietbedrijven. Dat zijn vaak kleinere bedrijven die niet bij iedereen bekend zijn. Of bedrijven die in slecht weer zitten. De pareltjes waar we extra rendement op denken te halen. Bank en grote fondsbeheerders kopen over het algemeen alleen maar de grote bedrijven, met een notering in de AEX of Dow Jones. Die aandelen kopen wij ook, maar met de satellieten maken we het verschil en onderscheiden we ons van andere bedrijven. Het kunnen bedrijven zijn die klein zijn en waarvan we denken dat ze gaan worden overgenomen. Of een bedrijf dat het moeilijk heeft, waardoor de aandelenkoers laag is, maar dat een goed herstelplan heeft. Maar de kern van de portefeuille zijn de core-aandelen wereldwijd.’

Passend bij het profiel

‘Het is nog altijd zo dat beleggen op de lange termijn loont en een hoger rendement oplevert dan alleen sparen. Het is onze taak en verantwoordelijkheid om het vermogen zo goed mogelijk te beheren. We maken een afspraak over het risicoprofiel en gaan voor onze klanten aan de slag. We hebben bewezen dat we dat een betrouwbare partij zijn. Ik weet waarom we bepaalde dingen doen. Ik beleg niet in bedrijven die ik niet ken. En ik kies vooral voor consistentie. De basis is fundamentele analyse, we kijken naar de waarde die een bedrijf heeft onder de gegeven omstandigheden en wat de koers zou moeten zijn. Is die veel lager is dan de huidige beurskoers dan koop je aandelen in het bedrijf. Is de koers hoger, dan verkoop je. Wij zijn er om dat te monitoren, om zo geld voor onze klanten te verdienen.’



‘HET IS ONZE TAAK EN VERANTWOORDELIJKHEID OM HET VERMOGEN ZO GOED MOGELIJK TE BEHEREN’

Meer weten over ons en onze passie voor het vak? Bel 0592-301550 of kijk op www.wierdavermogensbeheer.nl



Wierda Vermogensbeheer

Assen-Laren

Beleggen kent risico’s. Uw geld kan minder waard worden.

VRAGEN OVER ONZE DIENSTVERLENING?

Aarzel niet om contact met ons op te nemen. In een persoonlijk gesprek bespreken we uitgebreid uw beleggingshorizon, rendementsverwachtingen, risicoacceptatie en persoonlijke omstandigheden. Op basis van uw wensen en doelstellingen stellen wij een op maat gemaakte portefeuille voor u samen, passend bij uw profiel. De kenmerken van deze portefeuille kunnen variëren van defensief, neutraal tot (zeer) offensief. Samen zetten we een koers uit die het beste bij u past.

Sparen met de hoogste rente bij Yapi Kredi Nederland

Na een heerlijke zomer, is het tijd om vooruit te kijken. Bijvoorbeeld naar een weekendje weg of volgende vakantie. Dan is wat extra geld handig. Bij Yapi Kredi Nederland kun je veilig sparen tegen de hoogste rente. Eén tarief voor iedereen; of je nu nieuwkomer of bestaande klant bent, iedereen profiteert van dezelfde aantrekkelijke rente.

Als je besluit te sparen, wil je ook dat je spaargeld wat oplevert. Yapi Kredi biedt de hoogste spaarrente in Nederland. Als je je geld op elk moment wilt kunnen opnemen, kun je het beste kiezen voor de Euro-Plus Spaarrekening. Kun je je geld voor langere tijd missen (van 1 tot 10 jaar) dan is de Euro-Plus Deposito wellicht iets voor jou.

Euro-Plus Spaarrekening nu met 2,6% rente

Laten we ervan uitgaan dat je mooie plannen hebt, waarvoor je wilt sparen



maar ook flexibel wilt zijn. De Euro-Plus Spaarrekening is makkelijk te openen, biedt een hoge rente en je kunt kosteloos opnemen wanneer je maar wilt. Bovendien is de spaarrekening voor iedereen; ongeacht leeftijd. Je kunt dus ook voor je (klein) kind een spaarrekening openen.

Met de Euro-Plus Spaarrekening geniet je van:

- Gemakkelijk openen van een (gezamenlijke) rekening,
- Zelf bepalen hoeveel en wanneer je spaart, zonder minimumbedrag,

- Flexibel en kosteloos opnemen van je geld,
- Een hoge rente van op dit moment 2,6%,
- Dagelijkse renteopbouw op je rekening,
- Kwartaalbetaling van de rente.

Een nieuwe rekening openen is snel en eenvoudig geregeld

Het openen van een nieuwe (gezamenlijke) spaarrekening bij Yapi Kredi gaat snel en moeiteloos. Met de Yapi Kredi Nederland app voor Android of iOS kun je je binnen enkele minuten

SPAARREKENING VOOR JONG EN OUD BIJ YAPI KREDI MET DE HOOGSTE RENTE

aanmelden als nieuwe klant. Met de app heb je tegelijkertijd toegang tot internetbankieren. Uiteraard is het ook mogelijk om telefonisch een rekening bij ons te openen op werkdagen tussen 9.00 en 17.00 uur via telefoonnummer 0900 - 9274.

Yapi Kredi Nederland heeft een grote moederbank, Yapi Kredi, achter zich met rond 800 kantoren in Turkije en werkt onder een volledige bankvergunning van de Nederlandsche Bank. Yapi Kredi Nederland valt daarmee onder het Nederlandse depositogarantiestelsel.



Kijk voor actuele rentetarieven en meer informatie op www.yapikredi.nl of open snel en eenvoudig een spaarrekening bij Yapi Kredi Nederland.

Dit nieuws maakt je goede dag nog beter!

Euro-Plus Deposito*

3,00%

1 JAAR

2,80%

5 JAAR

3,05%

10 JAAR



Wilt u meer weten? Bel ons via 0900-9274 (normale belkosten), bezoek onze website www.yapikredi.nl, of scan de QR-code.
*Rente wordt aan het einde van de looptijd uitgekeerd op spaar- of tegenrekening (geen rente-op-rente effect).

Collectieve Zekerheid: De sleutel tot een vervullende tweede levensfase

De tweede levensfase biedt unieke kansen voor persoonlijke groei en maatschappelijke bijdragen. Collectieve zekerheid vormt de basis voor een zorgeloze en betekenisvolle toekomst.

De tweede levensfase, vaak geassocieerd met pensionering, is een cruciale periode die zowel uitdagingen als mogelijkheden biedt. Het is een tijd waarin financiële zekerheid, welzijn, en gemeenschapszin samenkomen om een fundament te leggen voor een vervullend leven.

Financiële producten die zekerheid bieden met gegarandeerde kapitalen en een solide beleggingsbeleid zijn essentieel in deze fase. Deze producten stellen mensen in staat om met vertrouwen naar de toekomst te kijken, wetende dat hun financiële basis stabiel is. Het principe van 'samen sterk; samen zeker' staat hierbij centraal, waarbij risico's collectief worden gedeeld en het belang van de gemeenschap voorop staat. Hoewel financiële zekerheid cruciaal is, draait de tweede levensfase om meer dan alleen geld. Het gaat ook om welzijn, passende huisvesting, en een gevoel van verbondenheid met de gemeenschap. Persoonlijke dienstverlening speelt hierbij een belangrijke rol, waarbij maatwerk wordt geboden om aan individuele behoeften te voldoen. De tweede levensfase biedt een unieke kans om terug te geven aan de samenleving. Of het nu gaat om vrijwilligerswerk, mantelzorg, of het delen van opgedane kennis en ervaring, de bijdra-



HOEWEL FINANCIËLE ZEKERHEID CRUCIAAL IS, DRAAIT DE TWEEDE LEVENSFASE OM MEER DAN ALLEEN GELD

gen van mensen in deze fase zijn van onschatbare waarde. Dit versterkt niet alleen de gemeenschap, maar geeft ook een gevoel van zingeving en voldoening aan het individu.

Door te kiezen voor oplossingen die collectieve zekerheid en gemeenschapszin omarmen, profiteert men niet alleen van gedeelde risico's en solide kapitaalopbouw, maar investeert men ook in een ondersteunende gemeenschap. Dit creëert een dubbele zekerheid: zowel persoonlijke als collectieve stabiliteit en welzijn.

Uitdagingen aangaan

De tweede levensfase brengt ook uitdagingen met zich mee, zoals het verlies van professionele identiteit en fysieke veranderingen. Het is daarom belangrijk

om proactief te zijn in het vormgeven van deze nieuwe levensfase. Dit kan door tijdig na te denken over geschikte woonoplossingen, het onderhouden van sociale contacten, en het blijven ontwikkelen van nieuwe vaardigheden en interesses.

Door bewust bezig te zijn met de invulling van de tweede levensfase, investeren mensen niet alleen in hun eigen toekomst, maar dragen ze ook bij aan een sterkere, meer verbonden samenleving. Het principe van maatschappijwinstdeling zorgt voor een sterke solvabiliteit en een gezonde financiële basis voor alle betrokkenen.

De tweede levensfase biedt een unieke kans om het leven opnieuw vorm te geven en tegelijkertijd van betekenis te zijn voor anderen. Door deze fase te omarmen als een periode van groei, bijdrage en verbondenheid, kunnen we samen bouwen aan een samenleving die de waarde van elke levensfase erkent en benut. Met de juiste financiële producten, persoonlijke dienstverlening, en een focus op collectieve zekerheid, kan iedereen vol vertrouwen genieten van een rijkere, vervulde tweede levensfase.

AAN HET WOORD

MICHEL LANGEZAAL,
MEDEOPRICHTER EN CEO
VAN FASTNED

Sind kort is Fastned het B Corp-gecertificeerd. Wat houdt dat in?

'Als B Corp maken we deel uit van een wereldwijde community van bedrijven die voldoen aan hoge standaarden op het gebied van governance en die een positieve impact hebben op maatschappij en milieu. Om B Corp-gecertificeerd te worden moet een organisatie voldoen aan de strengste eisen op het gebied van transparantie en accountability en worden de prestaties ook op het sociale en duurzaamheidsvlak bekeken.'

Waarom past B Corp zo goed bij jullie?

'De afkorting B Corp staat voor "Benefit Corporation". Het houdt in dat je als bedrijf niet alleen financiële waarden nastreeft, maar ook waardevol wil zijn voor mens en milieu. De B Corp-certificering heeft betrekking op alle activiteiten van een bedrijf en omvat vijf 'impactgebieden': Bestuur, Werknemers, Gemeenschap, Milieu en Klanten. Ons bedrijf is bij uitstek een vertegenwoordiger van de nieuwe economie. Al in 2013 werden de eerste vier laadstations geopend in Nederland, in een tijd dat oliebedrijven niet wilden investeren in laadvoorzieningen in elektrische auto's. Naast het betrouwbaar, gemakkelijk en aangenaam maken van elektrisch rijden, is Fastned altijd bezig geweest met het bouwen van iets groters. Voor Fastned en de medewerkers is de B Corp-certificering een logisch gevolg van de manier van werken die er sinds de start is. Door het creëren van positieve veranderingen voor het milieu, de samenleving en onze medewerkers, geloven we dat we met elkaar een betere plek om te werken en te leven kunnen realiseren. Dat we nu B Corp-gecertificeerd zijn helpt ons om dit goed uit te leggen.'

IN SAMENWERKING MET ONDERLINGE 'S-GRAVENHAGE

Je lijfrente komt vrij. Wat zijn de keuzes?

Wanneer een lijfrenteverzekerings einddatum bereikt, sta je voor een belangrijke keuze. Je kunt het vrijgekomen kapitaal omzetten in een periodieke uitkering of dit nog even uitstellen.

Wat is wijsheid bij het bereiken van de einddatum lijfrenteverzekerings? Voor de meeste mensen is die vraag begrijpelijkerwijs lastige materie. Want wat zijn de opties als je kiest voor uitkeren? Wat kan en mag? En wat betekent de keuze voor je persoonlijke situatie?

Periodieke uitkering

De lijfrenteverzekerings is een aanvulling op de AOW of je pensioen dat je via werkgever opbouwt en het alternatief voor pensioen als je zzp'er of zelfstandig ondernemer bent. Maar kan ook worden

ingezet om eerder te stoppen met werken. Het opgebouwde kapitaal wordt gebruikt om een periodieke uitkering aan te kopen. Daarbij heb je een aantal keuzes:

- Je kunt kiezen voor een levenslange lijfrente of een tijdelijke lijfrente, zoals voor een periode van 5 of 10 jaar. De duur hangt af van de fiscale regels die van toepassing zijn op je lijfrenteverzekerings.
- Een verzekering op 1 of 2 levens, zodat de lijfrente-uitkering bij het overlijden van de eerste verzekerde doorloopt. Je kunt ook kiezen voor een lagere uitkering voor de langstlevende.

Uitkeren of uitstellen?

Ten slotte is er nóg een belangrijke keuze: het uitstellen van de uitkering. Vaak zijn lijfrenteverzekeringen zo'n 30 jaar geleden afgesloten, in de tijd dat de AOW-leeftijd 65 jaar was en eerder



JE HEBT DE OPTIE OM DE EINDDATUM VAN DE VERZEKERING EEN PAAR JAAR UIT TE STELLEN

stoppen met werken heel gewoon was. Je hebt de optie om de einddatum van de verzekering een paar jaar uit te

stellen, tot je echt stopt met werken. Heeft een lijfrenteverzekerings recent de einddatum bereikt of gebeurt dat binnenkort? Dan is het zaak om op tijd actie te ondernemen. Onderlinge 's-Gravenhage biedt verschillende vormen van lijfrente tegen een aantrekkelijk rendement. Een financieel adviseur kan helpen om de verschillende keuzes en mogelijkheden te matchen met de persoonlijke wensen en situatie.



Heeft een lijfrenteverzekerings recent de einddatum bereikt of gebeurt dat binnenkort? Laat je helpen om de juiste keuzes te maken. Scan de QR-code en lees meer over de mogelijkheden.



Fastned gaat aan kop in de snelgroeiende markt voor elektrisch rijden

Het aantal elektrische auto's op de weg groeit flink. Op dit moment is zo'n vier tot vijf procent van de voertuigen op Europese wegen elektrisch. De overtuiging in de markt is dat dit aantal in 2030 rond de 20 - 25 procent zal liggen. Met nog verdere groei in de jaren daarna. Al die elektrische auto's moeten ergens kunnen opladen, waarvoor snellaadstations langs de snelweg nodig zijn.

Al in 2012 zagen Michiel Langezaal en Bart Lubbers in dat als we elektrisch rijden echt mogelijk willen maken, mensen zorgeloos van A naar B moeten kunnen rijden met hun elektrische auto en onderweg niet bang hoeven te zijn dat ze met een lege batterij komen te staan. Daarom richtten ze in 2012 snellaadbedrijf Fastned op, waarmee ze als één van de eerste in Europa snellaadstations langs de snelweg openden. Elektrische rijders kunnen op de stations van Fastned in zo'n vijftien minuten tot 300 kilometer bereik bijladen om zo hun reis snel voort te kunnen zetten.

In twaalf jaar tijd is het snellaadbedrijf uitgegroeid tot een top drie speler in Europa. Met inmiddels ruim 500 locaties in negen Europese landen om snellaadstations te bouwen waarvan al 318 stations operationeel zijn, is het bedrijf

hard op weg om in 2030 1.000 stations in Europa te hebben.

Prijs batterij daalt, vraag naar elektrische auto's stijgt

Door het bouwen van snellaadstations met de snelste en betrouwbaarste laders op plekken waar veel verkeer is, ziet Fastned de vraag naar snelladen de laatste jaren heel hard groeien. Michiel Langezaal, CEO en medeoprichter van Fastned, vertelt: "We zien dat de prijs van batterijen - die voor een groot gedeelte de prijs van een elektrische auto bepaalt - de laatste tijd hard daalt. De komende periode komen er elektrische auto's op de markt die 20 - 25 duizend euro kosten. Daarmee zijn deze modellen echt vergelijkbaar met wat een nieuwe brandstofauto kost. En dan moet je bedenken dat de prijs voor batterijen alleen maar verder zal dalen de komende jaren, door de ontwikkeling van de technologie. Het duurt niet lang tot we tot het punt komen dat de elektrische auto het goedkopere alternatief is om aan te schaffen. De totale kosten van aanschaf, onderhoud en opladen zijn al lager dan die van een brandstofauto. Tel daar bovenop dat tweedehands elektrische auto's ook steeds aantrekkelijker worden door de lagere prijs en blijvende goede kwaliteit van de batterij. Dit gaat zorgen voor een gigantische toename van het aantal elektrische auto's op de weg die allemaal opgeladen moeten worden."

Locatie, locatie, locatie

Als top drie speler in Europa staat Fastned er heel goed voor om al deze elektrische auto's op de weg op te laden. Langezaal legt uit: "Vanaf het begin hebben wij gekozen voor het bouwen van grote snellaadstations met de snelste en beste laders op plekken waar veel verkeer is. We vergelijken het zelf

'AAN HET SNELLAAD-CONCEPT HEBBEN WE TWAALF JAAR GEWERKT WAARDOOR WE HET BESTE CONCEPT IN DE MARKT HEBBEN'

soms met het bouwen van supermarkten op plekken waar veel mensen willen winkelen, maar in steden die nog maar voor vier procent bewoond zijn. Daarmee verdien je op dit moment al geld, maar als die steden voor 20 procent bewoond zijn, is dat echt winstgevend. Zeker als je concept met laadervaring heel goed is. Aan dat snellaadconcept hebben we twaalf jaar gewerkt waardoor we het beste concept in de markt hebben. Met vier tot vijf keer meer elektrische rijders op de weg in 2030 dan vandaag, gaan wij de komende jaren heel hard groeien."

Groeiend elektrisch wagenpark zorgt voor groei Fastned

Ondanks dat er soms gesproken wordt over een minder harde groei van de verkopen van nieuwe elektrische auto's dan de hoge verwachtingen, groeit de totale markt voor elektrisch rijden nog steeds heel hard. Het afgelopen jaar groeide het aantal elektrische auto's met 38 procent in Europa. Fastned groeit zodra er meer elektrisch gereden wordt en is dus niet alleen afhankelijk van verkochte nieuwe elektrische auto's. De groei van het elektrische wagenpark ziet, het aan de Euronext beurs genoteerde, Fastned dan ook terug in zijn cijfers. Langezaal: "Het eerste halfjaar hebben we 37,8 miljoen omzet gedraaid. Dat is een toename van 45 procent vergeleken met het eerste halfjaar van

2023. Ook de hoeveelheid elektriciteit die wij op onze stations aan klanten leveren, steeg met 50 procent in het afgelopen jaar vergeleken met het jaar ervoor."

Nieuwe markt kent ook uitdagingen

Dat we overgaan op elektrisch rijden mag dan duidelijk zijn, toch gaat dit niet zonder hobbels. Langezaal legt uit: "We zien op dit moment dat het sentiment in de markt afwachtend is. De consument wacht op het moment dat de goedkopere elektrische modellen op de markt komen, mede door het wegvallen van subsidies die hebben gezorgd voor het op stoom komen van deze markt. Deze onzekerheid zien wij ook terug in onze beurskoers, terwijl onze resultaten laten zien dat de markt voor elektrisch rijden hard groeit en wij daar optimaal van profiteren."

Investeren in groei van het netwerk

Verder investeren in de uitrol van nieuwe snellaadstations blijft cruciaal voor Fastned. Langezaal: "Als we geen nieuwe stations zouden bouwen, waren we nu al snel een zeer winstgevend bedrijf. Maar we willen graag voorop blijven gaan in deze snel groeiende markt en dus blijven we investeren in de uitbreiding van ons netwerk met snellaadstations. Met 146 miljoen euro in kas zijn we daarvoor goed gepositioneerd. We staan klaar om de volgende groei aan nieuwe elektrische rijders te kunnen faciliteren met de beste laadervaring."



**Meer informatie?
Scan de QR-code.**

Bewegen houdt fit!

Bewegen is essentieel voor een gezond leven en helpt ons vitaal ouder te worden.

In een tijd waarin de vergrijzing toeneemt is het van cruciaal belang om aandacht te besteden aan de gezondheid en het welzijn van 50-plussers. Een van de meest effectieve manieren waarop ouderen hun fysieke, mentale en sociale gezondheid kunnen verbeteren, is door regelmatig naar buiten te gaan en te bewegen.

Beweegrichtlijn

Ondanks de toenemende bewustwording van een gezonde leefstijl en het belang van bewegen, voldeed in 2022 slechts 44,3% van de Nederlanders van vier jaar en ouder aan de meest recente beweegrichtlijnen. Volwassenen en ouderen zouden volgens deze richtlijnen wekelijks 150 minuten moeten bewegen, verspreid over meerdere dagen, met activiteiten zoals wandelen, fietsen, golven, zwemmen of huishoudelijke taken. Dit verbetert de conditie, en verlaagt het ziekterisico. Beweging is van onschatbare waarde voor het behoud van spierkracht, flexibiliteit en balans bij ouderen. Valincidenten zijn namelijk een van de belangrijkste oorzaken van letsel zijn bij deze groep. Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) valt één op de drie mensen ouder dan 65 jaar minstens één keer per jaar. Regelmatige lichaamsbeweging, vooral die gericht is op het verbeteren van kracht en balans, kan het risico op vallen en de ernst van letsel bij een val verminderen. Volgens de International Osteoporosis Foundation (IOF) lijden wereldwijd ongeveer 1 op de 3 vrouwen en 1 op de 5 mannen ouder dan 50 jaar aan osteoporotische fracturen.



GELUKKIG EN GEZOND: HET BELANG VAN EEN LEVEN LANG BEWEGEN

Regelmatige lichaamsbeweging

Oefeningen die gewichtsdragende activiteiten omvatten, zoals wandelen, joggen of dansen, kunnen de botdichtheid verbeteren en het risico op osteoporose en fracturen verminderen. Volgens het National Institute on Aging (NIA) hebben meer dan 85% van de mensen ouder dan 65 jaar een hoge bloeddruk. Regelmatige lichaamsbeweging kan helpen bij het verlagen van de bloeddruk, het verminderen van het risico op beroertes en hart- en vaatziekten en bij het verminderen van het risico op veel chronische aandoeningen, waaronder diabetes type 2.

Beweging geeft talloze fysieke voordelen, maar ook aanzienlijke voordelen voor de geestelijke gezondheid. Uit onderzoek blijkt dat zowel stress als stemmingsstoornissen zoals depressie en angst door beweging kunnen verminderen, terwijl cognitieve functies worden verbeterd. Regelmatige lichaamsbeweging wordt zelfs geassocieerd met een verminderd risico op dementie en andere leeftijdsgerelateerde cognitieve achteruitgang.

Ten slotte bieden groepsactiviteiten zoals wandelen of deelnemen aan sporten voor ouderen niet alleen lichaamsbeweging, maar ook waardevolle sociale interactie. Door regelmatig naar buiten te gaan en te bewegen, kunnen ouderen dus niet alleen hun fysieke gezondheid verbeteren, maar ook hun algehele welzijn bevorderen. Het is een simpele, maar effectieve stap naar gezonder en vitaler ouder worden.

AAN HET WOORD

A.AALBERS
CEO AALBERS|WICO
DEFENCE & SECURITY

Hoe kijken jullie naar de klimaatdoelen?

‘Onze doelstelling is om de onderneming dermate te verduurzamen zodat we een schoner productieklimaat scheppen voor de toekomst. Wij zijn in Nederland als producerende industrie niet altijd het netste jongetje van de klas geweest. Wij nemen onze verantwoordelijkheid. Bij alles wat we doen geldt als uitgangspunt: we doen het goed of we doen het niet. Dat geldt ook met verduurzamen. We hebben al bereikt dat het energieverbruik met 50 procent is teruggebracht, met een groeiende productie en omzet.’

Tegen welke hobbels lopen jullie aan?

‘De overheid zegt dat het moet, maar zegt niet hoe. Onze uitdaging is om de komende jaren energie neutraal te worden. Daar hebben we een aantal stappen voor te zetten. Verduurzamen en vergroenen gaan prima samen met produceren. We zijn serieus bezig met groene waterstof. Alleen krijg je te maken met ambtenaren en politici die daar geen kennis van hebben. Want onbekend maakt onbemind. We hebben ambitieuze vergroeningsplannen en vervolgens lopen we tegen de regelgeving aan. De gemeente bouwt in ons dorp Renswoude nieuwbouwwijken die ze helemaal elektrisch willen maken. Dat kan niet, want de capaciteit is er niet. Dus die halen ze bij de bedrijven weg. Er is nu een werkgroep bezig om de gemeente te adviseren om de huizen toch een gasaansluiting te geven, zodat deze in plaats van elektra of aardgas de wijken met groene waterstof kan verwarmen. Want dat is de toekomst.’



KRIJG UW ELEKTRISCHE FIETS IN BEWEGING

MET **E-BIKEACCU.NL**

DESKUNDIG ADVIES

UITGEBREID ASSORTIMENT

2 JAAR GARANTIE

Bouwkundige en elektronische beveiliging op het allerhoogste niveau

‘Een effectieve deur verliest zijn waarde met een inferieur toegangscontrolesysteem, net zoals een geavanceerd toegangscontrolesysteem nutteloos is bij een zwakke deur,’ vertellen Koen van der Aa van aalbers|wico en Eduard de Knegt van Recogtech. Samen buigen ze zich over de oplossing van beveiligingsvraagstukken.



aalbers|wico is gespecialiseerd in bouwkundige beveiligingsmaatregelen. Recogtech neemt als specialist in biometrische beveiliging het elektronische gedeelte voor haar rekening. Gezamenlijk verzorgen ze stap twee en drie van de drietrapsbeveiligingsraket: het treffen van Organisatorische, Bouwkundige en Elektronische maatregelen (OBE). Beide bedrijven behoren tot de internationale top op het gebied van bouwkundige en elektronische beveiliging. aalbers|wico is gespecialiseerd in inbraakwering, kogelwering, explosiewering en brandwering. ‘We werken aan oplossingen voor organisaties en bedrijven over de hele wereld. Dat doen we onder meer voor de nationale en internationale overheden. Ook privéwoningen en kantoren worden zowel bouwkundig als biometrisch beveiligd door ons bedrijf,’ stelt Van der Aa trots. Recogtech verzorgt de elektronische tweefactor toegangsbeveiliging. Daarbij wordt gebruikgemaakt van de biometrische herkenning van het unieke aderpatroon in de handpalm.

Waterdicht

“aalbers|wico en Recogtech staan bekend om onze uitstekende maatwerkoplossingen waarbij geen specificatie over het hoofd wordt gezien. Steeds vaker is advies het startpunt van het beveiligingsproject”, vertelt Van der Aa. Daarbij gaat het ook om wettelijke eisen waar organisaties aan moeten voldoen. Bijvoorbeeld de verplichtingen die worden gesteld aan de beveiliging netwerk- en informatiesystemen, de NIS2-richtlijn, of de AVG. De laatste jaren zijn de risico’s toegenomen, vooral qua diefstal van hoogwaardige kennis. Logistieke dienstverleners hebben weer te maken met diefstal met hulp van binnenuit. ‘Iedere organisatie moet nadenken over beveiliging. Soms lezen de beveiligingsexperts over incidenten, waarvan ze denken: hoe heeft dat kunnen gebeuren! Het heeft toch alles te maken met onvoldoende inzicht in de risico’s. De bewustwording wat beveiliging inhoudt en waarom

‘DE BEWUSTWORDING WAT BEVEILIGING INHOUDT EN WAAROM HET NODIG IS, LOOPT NOG STEEDS ACHTER’

het nodig is, loopt nog steeds achter in Nederland.’ Als voorbeeld gebruikt De Knegt de toegangscontrole met pasjes. ‘Die is gewoon niet waterdicht qua identiteitscontrole’. De oplossing is er: een toegangssluis waarbij in de sluis wordt gecontroleerd of het wel de juiste persoon is, met dubbele verificatie in de vorm van toegangspas en biometrische beveiliging. Zodat je zeker weet dat je de persoon in de sluis ook toegang kan geven. ‘Die stap moet je gaan zetten.’

Beveiligingszones

‘Het gebeurt regelmatig dat een vrachtwagen vol luxeartikelen vanaf een distributiecentrum wordt gestolen,’ weet De Knegt. ‘Dat is een serieus probleem. Je hebt allerlei extra maatregelen die je kunt treffen. Door te denken in beveiligingssituaties kun je de risico’s verkleinen. Dat draait om vragen als: komt een medewerker alleen aan, of zit er nog een tweede persoon in de auto? Het begint met zeker weten dat je de juiste persoon toegang geeft. Dat kan met biometrie. Daarmee weet je in elk geval welke personen op het moment van de diefstal op het terrein waren. Met cameraprotectie kun je vervolgens zien of bij het uitstappen een tweede persoon uit de auto tevoorschijn duikt. Of überhaupt voorkomen dat toegang

wordt verleend. Er is veel mogelijk.’ Van der Aa: ‘De bewustwording moet omhoog, ook bij architecten. De meest kritische dingen moeten in de kern van het gebouw zitten. Waardoor je door diverse zones van het gebouw moet om überhaupt daar te kunnen komen.’ Als voorbeeld gebruikt hij de beveiliging van een distributiecentrum. ‘Minder attractieve goederen, zoals T-shirts kunnen prima aan de buitengevel liggen. Maar voor elektronische apparatuur kun je in het pand een aparte ruimte aanleggen, met extra maatregelen en bevoegdheden. Compartimenteren is de oplossing,’ benadrukt hij. ‘Er zijn ruimtes in ons pand waar ik of een ander niet mag komen.’ De Knegt valt hem bij: ‘Op het moment dat iemand een pasje meegeeft aan een ander, wat vaak in de logistiek gebeurt, heb je weinig aan al je bouwkundige beveiligingen.’ aalbers|wico richt zich op het bouwkundige deel van de beveiliging, vaak ook van historische panden. ‘Hoe zwaar het niveau van de gewenste beveiliging ook is, we komen vrijwel altijd met een oplossing die ook esthetisch gezien aan de verwachting voldoet,’ aldus Van der Aa. ‘Ik probeer mensen altijd mee te nemen in het gesprek. Hoe ziet mijn oplossing eruit en waarom móet mijn oplossing op die manier? Aan een architect vraag ik altijd wat de opdrachtgever aan beveiligingsmaatregelen stelt. We leveren maatwerk, conform de regelgeving waar onze opdrachtgevers van deze bedrijven zich aan dienen te houden.’ Hij vertelt: ‘De informatie die ik zie en krijg, neem ik mee terug in mijn adviezen. Ik ben liever een goede adviseur dan een goede verkoper. Je moet “nee” tegen een klant kunnen en

TOEGANGSCONTROLE EN PRIVACYWETGEVING

‘De AVG is van toepassing op biometrische toegangscontrole,’ vertelt De Knegt. ‘Verwerking van biometrische gegevens van werknemers mag alleen als die noodzakelijk is voor authenticatie of beveiligingsdoeleinden.’ Een tweede restrictie is dat ze niet te gebruiken mogen zijn door anderen. ‘Soms zijn de gegevens eenvoudig na te maken door derden. Een vingerafdruk valt hierdoor af als herkenningmethode. Die is te makkelijk na te maken.’ De Knegt verwacht hetzelfde probleem voor gezichtsherkenning. ‘Door AI is dat ook niet meer waterdicht.’ Aderherkenning van de handpalm is een veilig en eenvoudig identificatiemiddel. ‘Om de privacy optimaal te waarborgen, anonimiseert Recogtech de informatie,’ vertelt hij. ‘We splitsen de persoonsgegevens uit. We gebruiken nummers en biometrie. Die koppelen we aan elkaar, zonder dat we weten om wie het gaat. Want dat hoeven we niet te weten? Het enige dat voor ons van belang is, is dat de juiste persoon toegang wordt verleend.’



recogtech

durven zeggen. We zitten op zo’n hoog niveau van beveiliging dat we geen concessies willen doen ten aanzien van de kwaliteit. We acteren op het allerhoogste niveau qua kennis en mogelijkheden. Bij de beveiliging van monumentale panden is sprake van een spanningsveld tussen de architect, die de uitstraling van het monument wil behouden, en de veiligheid. Daar vinden we altijd wel een oplossing in, maar we doen geen concessies doen qua veiligheid en kwaliteit. Dat wil je niet.’



**Meer informatie?
Scan de QR-code.**

Nieuw: Phonak Audéo Sphere™ Infinio

Het beste hoortoestel dat we
ooit hebben gemaakt

Probeer
vrijblijvend
uit!

Helder spraak verstaan

AI technologie zorgt voor de beste persoonlijke luisterervaring en onderdrukt rumoer.

Altijd met alles verbonden

Snelle, stabiele bluetooth® verbinding met meerdere apparaten tegelijk.

Waterbestendig

Dus kan tegen een buitje.

Minder vermoeid aan het eind van de dag

Versterkt spraak en vraagt minder luisterinspanning.



Test het zelf en maak direct
een afspraak via:

www.schoonenberg.nl/infinio

Schoonenberg
HoorSupport

