

PRETTIGE FEESTDAGEN

Een periode waarin je de verbinding maakt

De feestdagen zijn een lange periode van ontspanning en gezelligheid. Een tijd om vriendschappen en de familieband aan te halen. Maar ook een tijd om stil te staan bij het afgelopen jaar en vooruit te kijken naar 2024.

Geef je Google de zoekopdracht 'zin in de feestdagen' dan krijg je wonderlijk genoeg vooral resultaten die beginnen met 'Geen zin in...'. Het zet je op het verkeerde been. Kerst is voor de meeste mensen het belangrijkste feest van het jaar. Uit een wat ouder onderzoek van het Jeugdjournaal blijkt dat 94% van de kinderen Kerst leuk vindt. Kerst is een boodschap van licht en vrede. Het kerstfeest is synoniem met verbinding, maar heeft voor veel mensen ook een keerzijde. Vooral senioren voelen juist rond Kerst

de eenzaamheid, door het kleiner worden van het sociale netwerk. De kerstgedachte houdt in dat je naar elkaar omziet en aandacht voor elkaar hebt.

Goede voornemens

Oud en Nieuw is een meer heidens feest, gebaseerd op de oud-Germaanse traditie van het verdrijven van de demonen. Dat gebeurt in het Oosten van Nederland in de vorm van carbidschieten, dat wordt gerekend Nederlands immaterieel erfgoed. De Chinezen luiden hun Chinees

Nieuwjaar in met vuurwerk om de kwade geesten te verdrijven. Het is een afsluiting om een frisse start te maken. Oud en Nieuw is een moment van reflecteren en vooruitkijken naar 2024. Nog even stilstaan bij wat is geweest (wat is er allemaal gebeurd, wat heb je bereikt?) en goede voornemens maken voor wat komen gaat. Naast werken aan jezelf en omkijken naar de ander, zijn er tal van praktische zaken die je op je 'do to'- of wensenlijst voor 2024 kunt zetten. Zoals het verduurzamen van je huis of kiezen voor een nieuw spaardoel. Deze special helpt je op weg.



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

5

De magie en verbinding van de vlam



15

Bespaar op de energierekening



IN SAMENWERKING MET PEIJNENBURG

Peijnenburg lanceert de betere koek: zonder toegevoegde suikers, met de vertrouwde smaak

Zonder toegevoegde suikers en met de vertrouwde smaak is de koek van Peijnenburg het ideale verantwoorde tussendoortje voor elk moment.

Er is jaren aan gewerkt en al na één hap proef je het: dit is vertrouwd en nog steeds heel erg lekker. Gewoon de koek van Peijnenburg zoals die al 140 jaar op ambachtelijke wijze wordt gemaakt, met de iconische smaak en structuur. 'En nu dus zonder toegevoegde suikers,' zegt David Jiscot, marketing director bij Peijnenburg. 'We lanceren hem grootschalig als betere koek. Aan de smaak en textuur is niks veranderd, natuurlijk niet, we zijn niet voor niets al vele generaties favoriet bij elk huishouden. We zijn met deze betere koek nu echt een verantwoord tussendoortje. De

suiker is vervangen, de lekkere zoetheid hebben we behouden. En van nature heeft onze koek een vullend karakter, is vetarm en rijk aan vezels. Met rogge als basisingrediënt.'

Goede energie

De bakkers van Peijnenburg innoveren met een groter doel aan de horizon. Jiscot: 'Tegen 2027 willen we een reductie

'ER IS EEN GROTER DOEL: TEGEN 2027 WILLEN WE EEN REDUCTIE ZIEN VAN 150 MILJOEN SUIKERKLONTJES'



zien van 150 miljoen suikerklontjes. Ambitieuze? Jawel, met het is ook voor iedereen op de werkvloer hier een enorme trigger. We zijn goed op weg en het geeft onze mensen goede energie.' Die goede energie komt ook uit de verbeterde koek waarvan je zorgeloos, op elk moment van de dag en in elke situatie kunt genieten. 'In de 'geen toegevoegde suikers'-variant werken

we met cichoreiwortelvezel en xylitol van natuurlijke oorsprong,' zegt Jiscot. Zo hebben we onze geliefde smaak behouden. Wist je trouwens dat het roggemeel dat we gebruiken van nature meer vezels bevat dan tarwemeel? Rogge past perfect in een gezonde leefstijl: het zit boordevol goede voedingsstoffen en geeft snel een verzadigd en voldaan gevoel.' Jiscot wijst tot slot op de 100% recyclebare verpakking: 'Je ideale, verantwoorde tussendoortje zit nu ook in een frisser, rood jasje met herkenbare groene band.'



Meer informatie? Scan de QR-code.



race experience

Rij bij Race Planet zelf in Porsches, Lamborghini's, Ferrari's, Formule RP1's en nog véél meer droomauto's op Circuit Zandvoort.

**KERST
CADEAU
TIP**

Hybride warmtepomp is binnenkort verplicht

Als het aan het demissionaire kabinet ligt, ben je als huiseigenaar vanaf 2026 verplicht om een hybride warmtepomp te installeren bij het vervangen van de cv-ketel. Wat betekent dit? En vanwaar deze verplichting?



Twee op de tien woningeigenaren hebben nog nooit gehoord van een hybride warmtepomp. Drie op de tien hebben er wel van gehoord, maar weten niet wat het is, blijkt uit onderzoek onder 1.028 woningeigenaren door Motivaction, in opdracht van Milieu Centraal.

Voordelen

Zelfs als de soep niet zo heet wordt gegeten omdat, de maatregel wordt aangepast na de verkiezingen, is het interessant om je als huiseigenaar te verdiepen in de voordelen van de hybride warmtepomp. Want ook zonder verplichting wordt de aanschaf van een hybride warmtepomp fors gestimuleerd met een stevige subsidie. Tot en met 2030 is 150 miljoen euro beschikbaar. Iets wat slechts drie op de tien woningeigenaren weten, blijkt uit het eerdergenoemde onderzoek. De hybride warmtepomp heeft een aantal belangrijke voordelen: de installatie is compact en past in vrijwel elke woning. Een extra voordeel

is dat je de hybride warmtepomp kunt bijplaatsen bij je bestaande cv-ketel. Je hoeft dus niet te wachten tot je bestaande cv-ketel toe is aan vervanging. Bovendien bespaar je tot 70 procent op je gasverbruik, ook als je huis nog niet goed is geïsoleerd. Dit is de belangrijkste reden voor de verplichtstelling door het kabinet. De installatie van tussen de 1 en 2 miljoen hybride warmtepompen tot 2030 levert een forse bijdrage aan de doelstellingen van het klimaatakkoord. Tegelijkertijd is het een gunstige oplossing voor een woning met hoge stookkosten.

Energierkening

De verplichting geldt niet voor monumenten en appartementen of als de terugverdientijd langer is dan 7 jaar. Hetzelfde geldt als er dure aanpassingen nodig zijn aan het verwarmingssysteem. Niet iedereen heeft het spaargeld op de rekening staan voor de installatie van een hybride warmtepomp. Je kunt geld opzijzetten voor het moment dat de

cv-ketel toe is aan vervanging of een lening afsluiten. Om de investering toch mogelijk te maken is het Nationaal Warmtefonds in het leven geroepen voor huizenbezitters die ouder zijn dan 75 jaar of die onvoldoende 'leenuimte' hebben. Het fonds verstrekt een lening onder zeer gunstige rente- en aflossingsvoorwaarden. Het is het overwegen waard niet te wachten tot je het geld voor de warmtepomp bij elkaar hebt gespaard en een rekensom te maken. Grote kans dat de conclusie luidt dat je elke maand dat je langer wacht geld laat liggen, dankzij een lagere energierekening in het vooruitzicht.

JE HOEFT NIET TE WACHTEN TOT JE BESTAANDE CV-KETEL TOE IS AAN VERVANGING

EXPERT

RON DEN BRABER

DIRECTEUR-EIGENAAR PRIMECOOK
ECOFRIENDLY COOKWARE

Hoe veilig is een anti-aanbakpan?

'Sinds 1951 gebruiken wij pannen met een Teflon anti-aanbaklaag. Wij weten nu dat PFOA, één van de bestanddelen van Teflon, een gevaarlijke PFAS-variant is. Bij hoge temperaturen wordt Teflon zacht, waardoor de anti-aanbaklaag snel beschadigt als je er met een spatel overheen gaat. Daar merk je niet direct iets van, maar de stoffen komen op verschillende manieren in ons lichaam terecht en breken uiterst langzaam af. Bij de nieuwe generatie pannen is PFOA vervangen door de hulpstof GenX. Maar ook dat is nog steeds een niet-natuurlijke chemische verbinding die vergelijkbare gezondheidsproblemen veroorzaakt. De laatste jaren zie je vooral keramische anti-aanbaklagen, gemaakt van silicium. Nadeel is dat deze vrij snel aan werking verliest. Een goed alternatief voor Teflon, GenX en keramisch is de Ecoshield anti-aanbaklaag. Dat is veilig, zonder giftige stoffen en heel prettig in gebruik.'

Wanneer moet je een pan vervangen?

'Een goedkopere pan om de 5 jaar. Een klassieke anti-aanbakpan moet je vervangen voordat de bodem is beschadigd. Wat mensen onderschatten, is het risico van een zogenoemde thermische shock. Dit ontstaat bij het te snel verhitten of koelen van een pan. Pas daarom op met de boost- of powerfunctie op de inductieplaat. Een te snelle en te hoge verhitting doet geen enkele pan goed en kan de pan onherstelbaar beschadigen. Een laatste tip: was je pannen gewoon af met de hand! Dat is beter.'

Topic Media Agency B.V. Herengracht 440 1017 BZ Amsterdam, www.topicmedia.nl Info@topicmedia.nl | Mediaconsultant Jurriën Drijver | Redactie Hans Pieters en Jacques Koch | Artdirectie en vormgeving Lilian Dapaah | Druk Mediahuis Nederland Drukkerij | Deze bijlage valt niet onder verantwoordelijkheid van de hoofdredactie van De Telegraaf.

IN SAMENWERKING MET PRIMECOOK

Primecook, gifvrij en gezond koken zonder PFAS in de anti-aanbaklaag

Het Italiaanse merk Primecook is er in geslaagd een keiharde Ecoshield-coating te ontwikkelen die gladder is dan teflon, maar zonder PFAS, nikkel of andere chemische stoffen. De coating is slijtvast, krasvast en bestand tegen hoge temperaturen.

De Primecook-pannen zijn geschikt voor inductie en kunnen zelfs in de oven. De siliconen handgrepen geven een goede grip en maken het gebruik van pannenlappen overbodig.

Veiliger en gezonder

Inmiddels is iedereen doordrongen van het gevaar van de aanwezigheid van PFAS in de anti-aanbaklaag van teflonpannen. Bij hoge temperaturen verandert de anti-aanbaklaag in een

soort plastic soep en verspreidt deze schadelijke dampen. Om maar te zwijgen van de zware verontreiniging die bij de productie van PFAS vrijkomt in het milieu. Als alternatief voor de giftige teflonpan wordt veelal een pan met keramische bodem aanbevolen. Alleen beschikken keramische pannen niet over dezelfde eigenschappen als pannen met een gladde teflonlaag, en verliezen ze al snel hun anti-aanbak-eigenschappen.

Primecook is voortgekomen uit een gedreven idealisme om het koken veiliger en gezonder te maken en is er in geslaagd om een veilig en in alle opzichten beter alternatief voor teflon te ontwikkelen. De pannen en ovenschalen zijn ontwikkeld op basis van het inzicht dat een pan werkelijk vrij moet zijn van welke schadelijke stof dan ook en zo duurzaam als mogelijk



moet zijn. Dus: gifvrij, ecologisch en echt gezond. De PFAS-vrije anti-aanbakpannen van Primecook zijn innovatief en duurzaam, dankzij de unieke Ecoshield-coating. De antiaanbaklaag is kras- en slijtvast, ultraglad, maakt aanbakken onmogelijk en is geschikt voor bakken met een minimum aan olie of vet. Naast pannen heeft Primecook

inmiddels ook een ambachtelijke mes-senlijn ontwikkeld met dezelfde gladde en veilige coating en een 100% voedselveilige snijplank van het slijtvaste antibacteriële Paperstone®.

Italiaans design

Primecook maakt koken met de feestdagen een stuk leuker. De fraaie saliegroene designpannen en -ovenschalen stelen de show in de keuken en op tafel. Maar ze doen het natuurlijk ook fantastisch als cadeau onder de kerstboom!



PRIMECOOK
ECOFRIENDLY COOKWARE

Bestel nu met 10% korting. Gebruik bij het afrekenen de couponcode PANNENZONDERPFAS.

De hybride warmtepomp: de verstandigste oplossing voor portemonnee en klimaat

De aanschaf van een hybride warmtepomp is de snelste stap naar een lagere energierekening. Het is een eenvoudige oplossing voor de verduurzaming van de bestaande bouw. Met een relatief klein en licht apparaat wordt een enorme besparing in het energieverbruik bereikt.

‘Bij een woning met een gasgebruik van zo’n 1000 m³ per jaar of meer is het altijd een aantrekkelijke investering,’ verklaart technisch directeur Peter Cool van Intergas. ‘Los van de klimaatwinst is het financieel gezien een verstandige oplossing, ook voor de toekomst. Teruggebracht tot de vraag: doe ik het voor het klimaat of doe ik het voor mezelf, luidt het antwoord: in ieder geval voor jezelf. Zelfs met de huidige energietarieven is de hybride warmtepomp zeer rendabel. Je krijgt een fors lagere energierekening en hebt de investering in een paar jaar tijd terugverdiend (zie kader).

Terugverdientijd

Vanaf 2026 wordt de hybride warmtepomp de standaard voor het verwarmen van woningen, als het aan het demissionaire kabinet ligt, vertelt Cool. ‘Ik houd niet van verplichtingen, net als de meeste mensen. Maar kijk je puur naar de hybride warmtepomp, dan is het economisch een aantrekkelijke oplossing waarmee je je eigen portemonnee bedient en het klimaat een stap vooruit helpt. Een hybride warmtepomp verdient zich altijd terug, alleen het tempo verschilt, afhankelijk van je huidige gasverbruik.’

‘Aan het begin van de Oekraïneoorlog zag je dat mensen gingen rekenen. Maar ook nu de gasprijs weer is gedaald, is de aanschaf de moeite waard,’ stelt Cool. Hij maakt de vergelijking met de aandelenmarkt. ‘Je weet niet hoe de gas- en elektriciteitsprijs zich gaan ontwikkelen. Nu is de gasprijs laag.’ Het is geen reden om de investering uit te stellen, meent hij: ‘Als de prijs weer stijgt, gaat je terugverdientijd omlaag.’

'DE INSTALLATIE VAN EEN HYBRIDE WARMTEPOMP IS EEN LOGISCHE EN LAAGDREMPelige UITBREIDING VAN JE VERWARMINGSSYSTEEM'



Sociale oplossing

Cool is een fervent pleitbezorger voor de hybride warmtepomp als dé technologie voor de verduurzaming van bestaande woningen. Het is vooral ook een sociale oplossing, benadrukt hij: ‘Als je met heel veel subsidiegeld een paar woningen volledig van het gas afhaalt, is dat oneerlijk tegenover al die andere mensen waarbij je dat niet doet. Het is veel slimmer en socialer om te kiezen voor de makkelijkere oplossing. Een hybride warmtepomp is een betaalbare optie, zeker voor oudere woningen en woningen met een hoog gasverbruik. De klimaatdoelen worden sneller en eenvoudiger gehaald met de “hybride route”. Je bespaart 75 tot 80 procent aan gas en gebruikt de cv-ketel voor warm water en in de koude winterweken. Een oplossing waarbij je woningen isoleert en all-electric verwarmt is duur en inefficiënt. Je hebt een voorraadvat nodig. Die kun je in veel woningen niet kwijt. En in winterse weken moet je extra elektriciteit opwekken en transporteren om de huizen te verwarmen. Financieel en praktisch gezien is dat een onmogelijke opgave. De markt en het elektriciteitsnet kunnen dat niet aan.’ ‘De installatie van een hybride warmtepomp is de “laaghangend-fruitstrategie” voor verstandige mensen. Het is een logische en laagdrempelige uitbreiding van je verwarmingssysteem. Je hoeft niks te veranderen of verbouwen aan de



MET EEN HYBRIDE WARMTEPOMP BESPAAR JE GEMIDDELD 75 PROCENT OP JE GASGEBRUIK

woning. Het is compact en betaalbaar, je hoeft alleen maar een doos van 40 kilogram te plaatsen. Je haalt 75 procent van de energiebesparing met een veel lagere investering – misschien maar een kwart van het geld. Voor die laatste 20 procent gasgebruik kun je daarna weer een slimigheid verzinnen.’

ISDE-subsidie

De aanschaf en installatie van de hybride warmtepomp kost in totaal tussen de 6000 en 7500 euro. Een groot deel van de kosten ontvang je terug via de ISDE-subsidie. Deze wordt uitgekeerd via de RVO. Daar bovenop is er vaak steun op provinciaal niveau. ‘De procedure is vrij makkelijk. De rekening kun je via de site uploaden, samen met de meldcode die je van de installateur hebt ontvangen. Voor onze Intergas-installatie is de ISDE-subsidie op dit moment € 2400. We gaan onze warmtepomp nog verder opvoeren,

WAT BESPAAR JE?

Intergas heeft samen met vijf collega-producenten onderzoek gedaan naar de energiebesparing bij woningen waar een hybride warmtepomp is geïnstalleerd, zonder verdere verduurzamingsingrepen. Van 120 uitlopende woningen qua type en bouwjaar is minimaal een jaar lang het energiegebruik gemonitord. ‘Het goede nieuws is dat de besparing fors is,’ zegt Peter Cool van Intergas. Uit het Demonstratieproject Hybride Warmtepompen, met ondersteuning van onder andere het ministerie van BZK en RVO, blijkt dat het gemiddelde gasverbruik 75% lager is. Het elektriciteitsgebruik gaat omhoog, maar per saldo levert de installatie een besparing op van bijna 1000 euro per woning op de jaarlijkse energierekening, blijkt uit het onderzoek. ‘Berekend tegen de energietarieven volgens het prijsplafond (€ 1,45/m³ gas; € 0,40/kWh) verdienen de bewoners uit het onderzoek bijna € 1000 per jaar terug. Dat betekent dat de investering na vier jaar is terugverdiend.’ Voor huizen met zonnepanelen is de besparing nog groter.

waardoor deze als het goed is in een nog hogere subsidieklasse kan vallen.’ Uiteindelijk resteert een bedrag van rond de 4000 euro voor de woningeigenaar. ‘Zodra je die hebt terugverdiend, is de rest pure winst.’



Intergas heeft voor elke situatie een duurzame warmteoplossing.

Met B Corp kies je voor een economie voor iedereen en de planeet

Nederland telt 257 B Corp bedrijven. Wereldwijd gaat het om 7800 bedrijven met een heel diverse achtergrond, van kleding- en beauty industrie tot advies- bureaus en maakbedrijven. Samen hebben ze de droom om de economie een duurzame, eerlijke kant op te helpen.

B Corp wordt gezien als dé standaard voor bedrijven die een positieve impact willen maken qua milieu, goed bestuur, werknemers, klanten en de gemeenschap. 'We zien allemaal om ons heen de klimaat- en grondstoffencrisis en de groeiende ongelijkheid. Dat zien ondernemers ook. Bedrijven realiseren zich dat de huidige manier van zakendoen om moet naar een duurzame manier. En dat dat de weg is naar de toekomst. Als B Lab proberen we daar een rol in te spelen, door bedrijven daarbij te helpen,' vertelt Tessa van Soest, directeur B Lab Benelux, de non profit achter de certificering. De B Corp certificering biedt een praktische, toepasbare manier om te kijken waar je als bedrijf staat op het gebied van een aantal indicatoren. 'Daarmee krijg je direct ook inzicht op welke manier je dingen in je bedrijfsvoering kunt aanpassen om nog socialer en duurzamer te ondernemen.'



'B LAB'S MISSIE EN DROOM IS EEN WERELDECONOMIE DIE TEN GUNSTE STAAT VAN IEDEREEN'

Bedrijven helpen continu verder te verduurzamen

'B Lab is een wereldwijde organisatie, met als missie en droom om de

wereldeconomie te veranderen naar een die ten gunste staat van iedereen. Met oog voor alle mensen, de gemeenschap waarin bedrijven actief zijn en de planeet,' stelt Van Soest. 'Met een B Corp-certificering geven bedrijven aan dat ze niet alleen financiële waarde belangrijk vinden, maar ook meerwaarde voor mens, milieu en maatschappij nastreven. Gelukkig zien we dat steeds meer bedrijven die koers inzetten en

daarvoor bij ons aankloppen.' B Lab heeft voor bedrijven en organisaties een gratis B Impact Assessment ontwikkeld 'Met deze tool kun je de "röntgenfoto" van je bedrijf maken. Je krijgt meteen feedback over je huidige prestaties op maatschappelijk verantwoord ondernemen en ideeën hoe je die kunt verbeteren.' Bij een score van minimaal 80 punten - van de maximale 200- kan een bedrijf een aanvraag van de B Corp-certificering doen en alle informatie door B Lab onafhankelijk laten controleren. Transparantie vormt een belangrijk onderdeel van de B Corp-certificering. 'We hebben een online database waar je de prestaties van alle B Corp bedrijven wereldwijd kunt zien op de vijf onderdelen. Zodat je ziet waar bedrijven staan, maar ook hoe ze aan blijvende verbetering werken.' Ten slotte moet een B Corp bedrijf in de statuten vastleggen dat ze financiële, sociaal-maatschappelijke en milieu winst nastreven.

Van Soest is blij dat steeds meer bedrijven B Corp zijn. Samen vormen zij de B Corp community. 'Deze community is echt een meerwaarde. Omdat je als bedrijf dezelfde datapunten hebt, kun je makkelijk met elkaar praten.' Als voorbeeld noemt ze de B Beauty Coalition die het doel heeft om de afvalstroom met 95% te verminderen. 'Geen van de B Corps doet het nu al perfect. Je kunt altijd meer doen. Je bent nooit klaar. Het certificaat geldt voor drie jaar. Daarna moet je opnieuw aantonen dat je nog steeds aan de criteria voldoet. Wij verwachten van B Corps dat ze blijvend met verbetering bezig zijn.'

IN SAMENWERKING MET BOLSIOUS

Bolsius International kiest voor mens en planeet

Het Nederlandse kaarsenbedrijf Bolsius heeft zich aangesloten bij de groeiende B Corp beweging van bedrijven die zich inzetten voor een meer inclusieve, eerlijke en circulaire economie.

'Het B Corp-certificaat sluit aan bij de drie pijlers van de impactstrategie van ons als kaarsenmaker, waarbij verbinding een belangrijke rol speelt,' vertelt Bolsius CEO Marco-Paul Meinen. 'De balans tussen geven en nemen van de planeet staat centraal. 'We willen op een verantwoordelijke manier omgaan met de mens en de planeet.' Bolsius committeert zich aan de doelstellingen van het klimaatakkoord van Parijs met een 42% vermindering in 2030 van de directe en indirecte CO2-uitstoot (zogenoemde scope 1 en 2 emissies, red.) en 25% vermindering van de missies in de waardeketen (scope 3).

Head of Sustainability Stacie Raymond is blij met de B Corp-certificaat: 'Als team hebben we daar lang en hard aan gewerkt. Tegelijkertijd is het ook een begin. We kijken nu al uit naar de hercertificering over drie jaar. Met de standaarden die B Corp hanteert kunnen we nieuwe stappen zetten in hoe we met onze mensen en de planeet omgaan.' Meinen: 'Het is voor ons een manier om te kijken waar we onze positieve impact kunnen vergroten. Het draait om verschillende thema's, van werknemers tot grondstoffen, de planeet, de gemeenschap en de klanten.'

Continue verbetering

De impactstrategie van Bolsius heeft drie pilaren: Reduce, Care en Engage. Duurzaamheid - het terugdringen van plastic, het investeren in duurzame energie en het inzetten op circulaire en hervulbare innovaties - staat hoog op de prioriteitenlijst. 'We hebben



'B CORP SLUIT AAN BIJ DE DRIE PIJLERS VAN ONZE IMPACTSTRATEGIE'

duidelijke business groeidoelstellingen die we jaarlijks willen realiseren. Een belangrijk onderdeel is dat de helft van het materiaal van onze kaarsen uit regeneratieve grondstoffen

afkomstig moet zijn. Dat houdt in dat we voor onze producten natuurlijke, plantaardige grondstoffen gebruiken, die niet zorgen voor uitputting van de aarde. Momenteel bestaan de Bolsius-kaarsen al voor 30% uit regeneratieve grondstoffen,' aldus Meinen. Ook zorg voor mens en planeet en verbinding staan bij Bolsius hoog in het vaandel. Zo doneerde het bedrijf - naast voedsel en kleding - wax aan Oekraïense gezinnen, zodat ze zelf kaarsen in blik konden maken. Bovendien investeert Bolsius momenteel in een volledige implementatie van de 2 Tonnes trainingsprogramma's voor duurzaamheidsbewustzijn in de hele organisatie.



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

Schijn je licht op een ander, maak het verschil

De decembermaand is de tijd van samenzijn, van je licht laten schijnen op anderen. Bolsius roept alle mensen in Nederland op om écht om te kijken naar iedereen die nog wat extra licht in het leven kan gebruiken. In donkere dagen kun je het verschil maken voor een ander. De connectie maken. Dat doe je door er voor iemand te zijn, door de verbinding met elkaar op te zoeken.

Een vlam is elke keer anders. Het geeft rust, je voelt je iets gelukkiger als je een kaars aansteekt. Het geeft troost als je verdrietig bent. Maar het brengt natuurlijk ook warmte in huis bij belangrijke feestdagen en bij speciale vieringen. Het zorgt voor extra licht, juist nu. De kaarsen en geurproducten van Bolsius geven je huis net dat beetje extra. Licht brengen zit al ruim 150 jaar in de kern van het Nederlandse familiebedrijf.



De magie en verbinding van de vlam

Kaarslicht speelt een rol op belangrijke momenten in het leven. Van een geboortekaars tot een doopkaars tot kaarsen voor de feestdagen en gedenkkaarsen. Het is een veelvoorkomend ritueel om een kaars aan te steken op het graf van een overleden dierbare, om diegene te herdenken en troost te vinden. Marco-Paul Meinen, CEO van Bolsius: 'Het aansteken van een kaars zorgt voor verbinding en reflectie op bijzondere momenten. Niet alleen bij het vieren van nieuw leven of het herdenken van mensen die je liefhebt, maar ook thuis als je rust zoekt en behoefte hebt aan een momentje voor jezelf. Kaarslicht brengt ook warmte op verjaardagen of

'HET AANSTEKEN VAN EEN KAARS ZORGT VOOR VERBINDING EN REFLECTIE OP BIJZONDERE MOMENTEN'

als je met vrienden of familie een etentje hebt, thuis of in een restaurant.'

Bolsius is marktleider in Europa met 1400 medewerkers. De kaarsen worden

in 60 landen wereldwijd verkocht. Sinds 1870 versterkt Bolsius magische momenten voor vele generaties. De rijke historie kent tal van hoogtepunten, zoals de vervaardiging van speciale kaarsen voor het huwelijk en bruiloftsdiner van Prinses Beatrix en Prins Claus. In 1927 werd Bolsius de eerste gecertificeerde kaarsenmaker van het Vaticaan. Nog steeds worden in Roermond handgemaakte kerkkaarsen gemaakt, zoals de jaarlijkse Paaskaarsen.

Liefde voor mens en planeet

Het vakmanschap van Bolsius zit in de genen, de kwaliteit staat altijd voorop. De producten van Bolsius stimuleren stimuleren de zintuigen, met de perfecte vlam en heerlijke geuren. Het bedrijf is leidend in de Europese markt en zich bewust van de verantwoordelijkheid om bij te dragen aan een betere planeet nu en voor toekomstige generaties. Dit is wat het recent B Corp-gecertificeerde bedrijf elke dag drijft: zorgen voor miljarden momenten van verbinding. Ieder jaar opnieuw. 'De missie van B Corp past bij de doelstelling die wij als bedrijf hebben: om het leidende kaarsenbedrijf in Europa te zijn, met liefde voor mens en planeet. We verkopen niet alleen kaarsen, maar proberen ook licht te brengen in het leven van mensen. De missie van Bolsius is dat we producten van superieure kwaliteit maken om de magie van de vlam te delen, zodat mensen met zichzelf en met hun naasten in verbinding kunnen komen voor nu en

volgende generaties. Het zijn belangrijke momenten van connectie,' aldus Meinen. Het voordeel van een familiebedrijf is dat er een lange-termijnvisie op de bedrijfsvoering is. Dit geldt ook voor de manier waarop met innovaties wordt omgegaan. Bolsius is een middelgrote multinational en is ervan laat zien dat het juiste doen voor mens en planeet hand in hand kan gaan met een gezonde bedrijfsvoering.

CLEANLIGHT: MEER SFEER, MINDER AFVAL

Een voorbeeld van de innovatieve kracht van Bolsius is de CleanLight, een navulbare geurkaars van plantaardige wax. De houder met dubbelwandig glas zorgt dat de wax smelt, waardoor de geur niet verbrandt en deze extra goed verspreid wordt. De geïntegreerde technologie tussen het dubbelwandige glas en de was zorgt ervoor dat de kaars volledig opbrandt, tot de laatste druppel. Daardoor is minder grondstof nodig: nog maar 80% van de reguliere hoeveelheid wax. Bovendien is de geurkaars navulbaar. Minder glasafval, meer genieten.



Scan de QR-code voor meer informatie over Bolsius CleanLight



Eenzaamheid onder senioren tijdens Kerst: een uitdaging in de feestdagen

Met de kerstdagen voor de deur wordt eenzaamheid voor veel senioren extra voelbaar. Hoewel kerst veelal wordt gezien als een feest van vreugde, is het van belang ook stil te staan bij de uitdagingen waarmee senioren in deze tijd worden geconfronteerd.

Kerst, ooit beschouwd als een tijd van vereniging en warmte, onthult paradoxaal genoeg een donkerder aspect, vooral voor senioren. Onderzoek werpt licht op de uitdagingen waarmee deze bevolkingsgroep wordt geconfronteerd tijdens de feestelijke periode. De gebruikelijke druk om deel te nemen aan uitgebreide festiviteiten, gecombineerd met de scherpe herinneringen aan verloren geliefden, fungeert als een voedingsbodemp voor eenzaamheid.

Studies benadrukken dat de verwachtingen die met kerst gepaard gaan, een significant effect hebben op de eenzaamheidsgevoelens van senioren.



De samenleving legt soms onrealistische nadruk op het idee van 'samen zijn', wat oudere individuen kan isoleren, vooral als mobiliteitsproblemen hen belemmeren deel te nemen aan traditionele vieringen. Het missen van dierbaren tijdens deze festiviteiten fungeert als een emotionele trigger, waardoor de behoefte aan verbinding des te intenser wordt.

BEWUSTWORDING EN ACTIE ZIJN DE SLEUTEL TOT HET VERMINDEREN VAN EENZAAMHEID ONDER SENIOREN TIJDENS DE FEESTDAGEN

Senioren worden vaak geconfronteerd met mobiliteitsproblemen en het wegvallen van sociale netwerken, waardoor ze tijdens de kerstperiode een gebrek aan verbondenheid ervaren. Familieleden die ver weg wonen, vrienden die niet meer in staat zijn om elkaar te

ontmoeten vanwege gezondheidsproblemen - deze situaties dragen bij aan een gevoel van isolatie. Het verlangen naar de warmte van menselijk contact wordt versterkt door de feestelijke ambiance, waardoor de eenzaamheid scherper aanvoelt.

Het is van cruciaal belang dat gemeenschappen en families zich bewust zijn van dit fenomeen. Actief stappen ondernemen om een inclusieve kerstomgeving te creëren, is niet alleen een morele plicht, maar ook een manier om het welzijn van senioren te verbeteren. Een bezoek brengen, het delen van maaltijden en het betrekken van ouderen bij feestelijke activiteiten zijn eenvoudige gebaren met aanzienlijke impact. Lokale gemeenschapscentra kunnen als knooppunten fungeren voor sociale interactie en steun, waardoor senioren een gevoel van betrokkenheid en waardering ervaren.

Kerst zou een tijd van inclusie moeten zijn, waarin niemand zich buitengesloten voelt. Door ons bewust te zijn van de eenzaamheid onder senioren en concrete stappen te ondernemen, kunnen we een betekenisvolle bijdrage leveren aan het herstellen van de kerstvreugde voor alle leeftijdsgroepen. Laat deze feestdagen een oproep zijn tot verbinding, warmte en zorgzaamheid voor degenen die het het meest nodig hebben.

IN SAMENWERKING MET MEDIRECT

Hoe eerder je begint, hoe meer rendement je maakt

Juist de jonge generatie, beneden de 40 jaar, heeft er extra veel baat bij om zo vroeg mogelijk te beginnen met sparen en beleggen, adviseert Erik Schriemer van MeDirect.

MeDirect is al 10 jaar een bekende naam in België. De bank is sinds dit jaar ook actief in Nederland. 'We zijn een volledige, volwaardige online bank. Met spaar- en beleggingsproducten.'

Veilige buffer

Met name 50-plussers beleggen. 'Dat begrijp ik, want je hebt geld nodig om te kunnen beleggen. Alleen is de impact veel groter als je al vóór die leeftijd begint. Ons doel is om het de

jonge generatie zo makkelijk mogelijk te maken om te beginnen met beleggen en sparen.'

Mensen weten over het algemeen heel goed wat ze nodig hebben voor als de wasmachine kapot gaat, stelt Erik. 'Maar als je vraagt wat je nodig hebt als je inkomen onverwacht een tijdje wegvalt. Of als je een paar jaar eerder met pensioen wil, dan is het opeens een stuk lastiger in te schatten.' De rekentools van Nibud zijn daar een handig hulpmiddel voor, tipt hij. 'Het belangrijkste is de bewustwording waarvoor en hoeveel het geld nodig kan zijn.'

Sparen of beleggen

De afgelopen jaren was sparen niet interessant vanwege de lage rente. Veel

mensen keken daarom naar beleggen. Beleggen is altijd een goed middel om je geld te laten groeien, zeker als je spaardoel wat verder weg ligt. Maar dankzij de hogere rente is de ouderwetse spaarrekening nu ook weer interessant. Je kunt weer verdienen met je spaargeld.

'TWEE JAAR EERDER GAAN SPAREN LEVERT €10.000 EXTRA OP, EN KOST JE MAAR €7.200 INLEG'

Eerder starten

Een veelgemaakte denkfout is dat je in 5 jaar de helft spaart van wat je in 10 jaar spaart. 'Dat is niet zo. De rente-op-rente heeft op de lange termijn heel veel impact. Hoe eerder je begint, hoe makkelijker het is om vermogen op te bouwen, adviseert Erik.

'Als je 25 jaar bent, en over 10 jaar een huis wil kopen, dan heb je € 42.000 als je iedere maand € 300 apart zet op je spaarrekening. Begin je 2 jaar later met sparen, op je 27ste, dan is je spaarpotje op je 35ste nog maar € 32.000. Die twee jaar scheelt je € 10.000! Je legt € 7200 minder in, en de rest is het rente-effect.' Voor eerder stoppen met werken geldt hetzelfde. 'Je maakt het jezelf makkelijker door vroeg te beginnen.'

me direct

Doe jezelf een hoge spaarrente cadeau

3,17%
rente per jaar



medirect.nl





Kom er ook bij! Word lid van MAX

U bent al lid voor slechts € 8,50 per jaar. Met uw steun kunnen we blijven opkomen voor uw belangen én mooie programma's maken, zoals Tijd voor MAX, Denkend aan Zwitserland en Sterren op het Doek. **Dat wilt u toch ook?**

Uw voordelen:

- Gratis ondersteuning en advies van MAX Ombudsman
- 5x per jaar het MAX Ledenblad in uw brievenbus
- Toegang tot exclusieve ledenactiviteiten en evenementen

Zonder leden geen Omroep MAX. Word ook lid!

Voor
€ 8,50
per jaar

IKWORDLIDVANMAX.NL | 0900 – 5555 000 €0,10 p/m



Een solide nichebank met de hoogste rentes

Yapi Kredi Nederland is wellicht een minder bekende naam onder de Nederlandse banken, maar bestaat al ruim 25 jaar, sinds 1996 in Nederland. Met aantrekkelijke rentes op spaarrekeningen en spaardeposito's bevindt de bank zich in de Europese kopgroep. De bank valt onder het Nederlandse depositogarantiestelsel.

De bank is ontstaan uit een fusie tussen Koçbank Nederland en het voormalige Yapi Kredi Nederland. 'We zijn een kleine bank voor Nederland, maar hebben een grote moederbank achter ons, Yapi Kredi, met rond de 800 kantoren in Turkije.

'We zijn een solide bank, met een solide balans. Het spaargeld van onze klanten investeren we in onze bekende zakelijke klanten, waar we veel verstand van hebben. Dat zijn structureel winstgevendende activiteiten, waardoor we hoge spaarrentes kunnen bieden. We volgen de rentestijgingen van de Europese Centrale Bank (ECB) en geven deze positieve ontwikkelingen graag door aan onze klanten. We hebben de beste rente van alle Nederlandse banken als het om spaardeposito's gaat,' vertelt CEO Pinar Salci trots. 'We vermijden risico's door ons rentebeleid te koppelen aan het ECB-beleid. Als de ECB de rente verhoogt, volgen wij. En omgekeerd ook.'

Digital onboarding

De Yapi Kredi Nederland heeft twee spaarproducten: een Euro Plus Spaarrekening en een Euro Plus Deposito. Voor de traditionele spaarrekening geldt een hoge rente van 2,75%, en er is geen minimumleg vereist. De rente wordt uitbetaald per kwartaal. Aan deze rekening zijn voor particulieren geen extra kosten verbonden. Het spaargeld kan worden overgemaakt door gebruik te maken van internetbankieren of de Yapi Kredi Nederland-app, dan wel telefonisch tijdens werkuren van maandag tot en met vrijdag tussen 9.00 en 17.00 uur. 'We zijn een solide nichebank. We varen een duurzame koers. Een nieuwe (gezamenlijke) rekening openen gaat snel en moeiteloos. Met de digitale onboarding app van Yapi Kredi Nederland ben je in een paar minuten klant. De app is beschikbaar voor iOS en Android-apparaten. Met de app heb je tegelijkertijd ook toegang tot internetbankieren. 'Naast deze veilige en snelle weg is het ook mogelijk om op de oude, traditionele manier een spaarrekening te openen, als je liever geen digitale klant wilt zijn,' benadrukt Salci.

Hogere spaarrente

Consumenten die hun geld vastzetten op een Euro Plus Deposito profiteren van een nog hogere spaarrente, tot een maximumrente van 3,75% bij een looptijd van 2 tot 10 jaar. De kortste looptijd is 3 maanden, de langste 120 maanden. De minimumleg voor een Euro Plus Deposito is €2.000. Er is geen maximumbedrag qua spaartegoed en er zijn voor particulieren geen extra kosten. Net als bij een spaarrekening, kan de Euro Plus Deposito worden geopend via internetbankieren of de Yapi Kredi Nederland-app. Niet te vergeten, beide spaarproducten vallen onder het depositogarantiestelsel. De Yapi Kredi Nederland werkt



Pinar Salci

EEN NIEUWE (GEZAMENLIJKE) REKENING OPENEN GAAT SNEL EN MOEITeloos.

onder een volledige bankvergunning van de Nederlandsche Bank (DNB) en valt daardoor logischerwijs onder het toezicht van DNB. Dit betekent dat uw spaargeld wordt beschermd door het depositogarantiestelsel. Hierdoor is uw spaargeld gegarandeerd tot een bedrag van maximaal € 100.000 per persoon, per bank. Heeft u een en/of- rekening met uw partner, dan is uw geld dus tot € 200.000 beschermd.

ONDERDEEL VAN KOÇ GROUP

Yapi Kredi Nederland is via Yapi Kredi onderdeel van de Koç Group, het grootste conglomeraat van Turkije en het enige Turkse bedrijf in de FORTUNE Global 500. De Koç Group bestaat al sinds 1926. De totale omzet staat gelijk aan 9% van Turkije's BBP en de holding is goed voor 7% van de totale export van Turkije.



Open snel en eenvoudig een spaarrekening bij Yapi Kredi Nederland.

Spaargeld met een sprankeling!

Spaarrekening

2,75%

Euro-Plus Deposito*

3,60%

1 JAAR

3,75%

2 JAAR



Zorgeloos op weg met je **elektrische auto**

Fastned heeft een missie: het versnellen van de omschakeling naar elektrische mobiliteit. Dat doen we met ons snelgroeiende netwerk van meer dan 280 snellaadstations in Europa. Op onze stations laad je in 10-15 minuten tot wel 300 km bereik.

Met Europa's meest betrouwbare, gebruiksvriendelijke en plezierige laadervaring willen wij miljoenen autorijders inspireren om te rijden op energie van zon en wind, zodat we samen klimaatverandering tegengaan.



 **Fastned**

Sparen kan weer met een glimlach

In één jaar tijd heeft de rente stapsgewijs de weg omhoog ingezet. Wat ook helpt is dat de hogere rente ook voorzichtig de concurrentie tussen banken op gang brengt. Voor spaarders loont het om weer rond te kijken waar het spaargeld het meeste opbrengt.

In Trendzicht 2024 constateert AFM een internationalisering van de financiële sector in Nederland. Samen met een andere trend, een toenemende digitalisering, zorgt dit voor toenemende dienstverlening over de landsgrenzen heen. Dat betekent meer aanbod, en dus ook meer concurrentie. Voor de Nederlandse spaarder is er meer te kiezen. Dat is te zien in de cijfers. De hoeveelheid spaargeld in het buitenland is niet groot, 1,8% van het totale spaartegoed, maar is in twee jaar tijd evengoed verdubbeld. De AFM waarschuwt tegelijkertijd voor financiële criminaliteit, in de vorm van malafide buitenlandse aanbieders. Controleer dan ook goed of het spaargeld onder het depositogarantiestelsel valt, zodat u uw geld terugkrijgt – tot € 100.000 – als de bank failliet gaat.

Depositosparen

Er is nog een andere trend: depositosparen maakt een gestage opmars. In een jaar tijd, tussen oktober 2022 en oktober 2023, is het totaal aan spaargeld met vaste looptijd met 15 miljard euro gegroeid tot € 73,8 miljard. De reden



ALS JE JE SPAARGELD BIJ EEN ANDERE BANK HEBT STAAN, IS HET MAKKELIJKER OM VAN HET GELD AF TE BLIJVEN

hiervoor ligt in de ontwikkeling van de oplopende spaarrentes die banken bieden. Het verschil in rente tussen een vrij opneembare spaarrekening en een spaardeposito met een vaste looptijd ligt veelal meer dan 1,0% uit elkaar. Ook als je je geld niet voor langere tijd wilt vastleggen, omdat het geld van je spaarrekening vooral ook je buffer is: is er genoeg voordeel te halen als je verder kijkt dan je eigen bank. Banken binnen Nederland en in het buitenland bieden vaak veel hogere spaarrentes. Wat ook handig is, als je je spaargeld bij een

andere bank hebt staan is het makkelijker om van het geld af te blijven. Het is echt je spaargeld. Dit past ook goed in het advies in het boek Slappend Rijk van Oeds-Jan Postma. Je moet de tijd z'n werk laten doen en vooral niet te veel aan je geld komen. Hij heeft nog een andere bruikbare tip: schrijf je droom op papier. Heel veel mensen hebben een financiële droom, maar handelen er niet naar. Zonder concrete stip op de horizon blijven je dromen onbereikbaar. En door je droom op papier te zetten, breng je je droom één eerste stap dichterbij. Oeds-Jan Postma's droom was miljonair met een gewone baan te worden, de titel van zijn eerste boek. Ook hierin staat een simpel advies: uitgaven laten je vermogen afnemen, met sparen en investeren groeit je vermogen. Het is een simpele eyeopener. Als je nu minder uitgeeft, ben je harder op weg naar financiële onafhankelijkheid.

UITGELICHT

EELCO HABETS,
ALGEMEEN DIRECTEUR
RAISIN NEDERLAND

Blijft de spaarrente stijgen?

‘Met de huidige renteniveaus is het een goed moment om te overwegen je geld en de rente vast te zetten op een spaardeposito. Het rentebeleid van de Europese Centrale Bank (ECB) komt steeds dichterbij een kruispunt. De ECB lijkt een pas op de plaats te maken met hun rentetarieven. En te lang afwachten is sowieso geen goed idee: hoe eerder je begint en kiest voor hogere rente, hoe sneller je spaargeld over de jaren groeit, mede dankzij het rente-op-rente-effect.’

Wat is het voordeel qua beleggen?

‘Sparen is minder gebonden aan een tijdshorizon en je hebt geen last van waarde-schommelingen. Bij beleggen moet je de lange termijn voor ogen houden, terwijl je bij sparen vooraf kunt bepalen of je liever voor de korte of lange termijn spaart en welk rendement dat oplevert. Het ligt er ook aan of je bereid bent om de risico's te nemen die bij beleggen horen. De gemiddelde Nederlandse particulier kiest over het algemeen voor de zekerheid van sparen, zelfs de afgelopen jaren, met de lage en zelfs negatieve rente.’

Gaat iets veranderen in belastingbox 3?

‘De nieuwe regels voor box 3 zijn nog een goede reden om te sparen. Sinds dit jaar, vanaf de aangifte over 2023, kijkt de Belastingdienst naar hoeveel spaargeld je daadwerkelijk hebt. Voor de aanslag wordt gekeken naar de gemiddelde spaarrendement van Nederlandse banken, te weten 0,36%; beleggingen worden een stuk hoger belast. ‘In het buitenland krijg je al tot 4 procent rente op jaarbasis. Dus wordt je spaargeld veel lichter belast dan je spaargeld groeit.’

IN SAMENWERKING MET NIBC

Je hoeft niet de grens over voor een hoge spaarrente

Je hoeft niet naar het buitenland voor een goede spaarrente,’ vertelt Michel Kant, hoofd hypotheek en sparen bij NIBC. Op een gewone NIBC-spaarrekening is de variabele rente 2%. De termijndepositorrente is tot 3%.

Nederlanders zijn een spaarzaam volk. ‘Het uitstaand spaargeld stijgt al jaren. Op dit moment is het gegroeid tot een bedrag van 450 miljard euro. Het merendeel daarvan is vrij opneembaar spaargeld.’ Het aandeel termijndeposito's, spaargeld met een vaste (hogere) rente en een vaste looptijd, ligt rond de 15%. ‘Dat is best substantieel.’ En daarbij is het spaarbedrag op termijndeposito's in Nederland dit jaar toegenomen met 20 à 25%, dankzij het hogere rendement. Het is een aantrekkelijk product, met looptijden

vanaf enkele maanden tot 10 jaar. Vooral de termijndeposito's met een looptijd van 1 jaar of korter zijn populair. Door te kijken naar je spaardoelen en daarop je termijndeposito af te stemmen, kun je een aantrekkelijk rendement halen. Zo creëer je tegelijkertijd voldoende flexibiliteit om over je spaargeld te beschikken.

Aantrekkelijke, hoge rentes

Voorzichtig beginnen meer particulieren te kiezen voor termijndeposito's met een looptijd van tussen de 2 en 5 jaar, constateert Kant. ‘De

BIJ NIBC PROFITEER JE VAN AANTREKKELIJKE HOGE RENTES

verwachting van de markt is dat de ECB rente niet verder stijgt en het komende jaar zal dalen. Als spaarders zich hiervan bewust worden sluit ik niet uit dat meer spaarders hierop gaan anticiperen door spaargeld langer vast te zetten in een termijndeposito.’

Spaarders kunnen voor Nederlandse, maar ook voor buitenlandse banken kiezen. ‘Dat aandeel is met minder dan 2% redelijk beperkt.’ Je hoeft niet naar het buitenland, benadrukt Kant. ‘Bij NIBC profiteer je van aantrekkelijke, hoge rentes. NIBC biedt als Nederlandse bank voor veel mensen meer vertrouwen zonder taalbarrière, andere fiscale regels en een Nederlands depositogarantiestelsel.’ Bij de keuze voor een spaarrekening zijn vier zaken belangrijk, stelt hij vast: ‘De rente, de kosten, eventuele beperkende voorwaarden en de verplichte betaalrekening. Bij NIBC

kun je een online spaarrekening openen, zonder betaalrekening. En de spaarrekening is helemaal gratis. Zo haal je nog meer rendement uit je spaargeld.’

Over NIBC

NIBC is een Nederlandse bank met meer dan 75 jaar ervaring. NIBC ondersteunt klanten bij het realiseren van hun ambities, door het aanbieden van hypotheek- en spaarproducten voor consumenten en kredieten voor bedrijven.



**Wakker worden!
Laat geen spaargeld
liggen en open nu een
spaarrekening bij NIBC.**

Sparen loont weer, vooral over de grens

Steeds meer Nederlandse spaarders zoeken hun heil over de grens vanwege de hogere rentes. In twee jaar tijd is het geld bij buitenlandse banken verdubbeld, naar ruim € 10 miljard. Spaarplatform Raisin biedt Nederlandse spaarders toegang tot 28 banken uit heel de EU, waar ze een veel hogere rente ontvangen.

Steeds meer mensen weten de weg te vinden naar Raisin. 'We zien elke maand het aantal spaarders en de spaarbedragen op ons platform sterk toenemen,' vertelt Eelco Habets, algemeen directeur Raisin Nederland. Via het spaarplatform van Raisin openen spaarders eenvoudig en snel spaar- en depositorekeningen in de EU, met rentes tot wel 4,45% per jaar.

Hogere spaarrente

Eind september stond voor € 10,5 miljard aan tegoeden van Nederlanders geparkeerd bij banken in andere EU-landen, blijkt uit cijfers van De Nederlandsche Bank (DNB). Daartegenover staat er voor € 566,7 miljard op rekeningen bij Nederlandse banken, waarvan het grootste deel bij de drie grootbanken. Ondanks het feit dat je bij buitenlandse banken een veel hogere rente op je spaargeld krijgt, verhogen de drie grote banken hun rentes maar mondjesmaat. Maatschappelijke onvrede over de lage



'BINNEN DRIE MINUTEN OPEN JE DRIE REKENINGEN BIJ DRIE VERSCHILLENDE BANKEN IN DRIE VERSCHILLENDE LANDEN'

rente kan spaarders verleiden om over te stappen naar (buitenlandse) banken, constateert DNB in een recente studie.

Habets licht de verschillen in de spaarrente toe. 'Door de vergrijzing in Nederland hebben we enorm veel geld opgepot. De vraag naar kredieten, en dus de vraag van banken naar spaargeld, is daarentegen niet zoveel veranderd of relatief zelfs afgenomen de afgelopen jaren. Veel aanbod van spaargeld, en minder vraag, leidt automatisch tot een lagere geboden rente.' Daarnaast zijn de Nederlandse banken sterk vertegenwoordigd in de hypotheekmarkt. Veel mensen hebben de afgelopen jaren hun hypotheek voor

lange tijd vastgelegd tegen historisch lage rentes. Hierdoor zijn banken minder flexibel in het meebewegen met de spaarrentes en kunnen dus minder snel verhogen dan in andere landen.

Hoogste spaarrente binnen handbereik

Raisin.nl heeft inmiddels 28 partnerbanken uit heel de EU, waar Nederlandse spaarders een veel hogere rente dan bij Nederlandse banken krijgen. 'Dit verloopt volledig online op je computer of de app, vanaf één centraal account.' Overall in de EU geniet je geld dezelfde bescherming als in Nederland. 'Je banktegoed, ongeacht waar dit staat in de EU, wordt tot een bedrag van € 100.000 per bank gegarandeerd, of een gelijkwaardig bedrag in de lokale valuta.'

De Nederlandse spaarmarkt is, in vergelijking met andere landen, meer geconcentreerd en minder beweeglijk. Veel Nederlanders zijn niet gewend om met hun spaargeld naar een andere bank te gaan, bijvoorbeeld omdat ze denken dat dat moeilijk is of omdat ze hun betaalrekening moeten meenemen. Dit klopt echter niet: de meeste

rente uit je spaargeld halen is veel eenvoudiger dan vaak gedacht. En hier komt een van de andere grote voordelen van sparen via Raisin, naast de hogere rentes bij buitenlandse banken, naar voren. Habets legt uit, 'Je registreert en identificeert je eenmalig, waarna je Raisin-rekening wordt geopend – je Raisin-rekening is je centrale transactierekening bij Raisin Bank. Vervolgens open je naar wens deposito- en spaarrekeningen bij verschillende banken in verschillende landen, zonder telkens opnieuw per bank het hele aanmeldingsproces te moeten doorlopen: binnen drie minuten open je drie rekeningen bij drie verschillende banken in drie verschillende landen,' legt Habets uit. 'Veel van onze klanten gaan naast de eigen bank op zoek naar een tweede of derde bank voor een deel van hun spaargeld. Bij een spaardeposito levert dat al gauw tot 3 procent per jaar meer op'.

Depositoladder

Wanneer je je geld vastzet in spaardeposito's is het het overwegen waard om je spaargeld op te knippen, verspreid over verschillende rekeningen, adviseert Habets. 'Je kunt bijvoorbeeld een spaarbedrag van € 25.000 in vijf stukken verdelen, die je vervolgens op vijf verschillende depositorekeningen met verschillende looptijden wegzet. Één rekening met een looptijd van één jaar, één met een looptijd van twee jaar, enzovoort. . Daarbij profiteer je van rente op rente. Tegelijkertijd behoud je je flexibiliteit, omdat het spaargeld op verschillende momenten vrijvalt. Dat noem je de depositoladder. Na de verstreken looptijd kun je het bedrag en de ontvangen rente omzetten in een nieuw spaardeposito.'



raisin

Ga nu naar www.raisin.nl en open via één gratis account deposito- en spaarrekeningen bij banken in de EU, met toprentes tot wel 4,45% per jaar.



Herken de trucs van de internepper

De mails, sms'jes en appjes waarmee internet-criminelen je proberen te foppen word steeds beter. Geen wonder dat zoveel mensen erin trappen. Hoe herken je deze neppers? En wat doe je bij twijfel?

Zo'n 2,2 miljoen mensen kregen vorig jaar te maken met online criminaliteit. Het kan iedereen gebeuren. Door de slimme manieren van online misleiding trap je voordat je het weet in de val. Je wordt op een slimme manier aangesproken, dat je gevoelige informatie deelt of geld betaalt. Ze doen dit door gebruik te maken van eigenschappen die we allemaal hebben zoals nieuwsgierigheid, hebberigheid, behulpzaamheid of angst. Je hebt bijvoorbeeld een hotel geboekt, en kort voor vertrek krijg je een bericht van het hotel dat je de creditcard-gegevens moet bevestigen. Je hebt 24 uur de tijd, anders wordt de boeking geannuleerd. Het slimme aan de mail is dat je snel moet handelen. De kans is groot dat je meteen in actie komt, op de link klikt en braaf je gegevens doorgeeft. En pas later, als het te laat is, begint te twijfelen. Het is een typisch voorbeeld van een misleidend bericht van een internepper. Je krijgt geen bedenktijd, het bericht heeft een dwingende toon en de consequentie is dat je hotelboeking vervalt. Interneppers ofwel internet-criminelen doen zich voor als iemand anders om jouw gegevens te stelen of om je op te lichten via mail, sms



DOOR DE SLIMME MANIEREN VAN ONLINE MISLEIDING TRAP JE VOORDAT JE HET WEET IN DE VAL

of WhatsApp. Het bericht of de e-mail komt op het eerste gezicht van een partij die je vertrouwt. Het kan ook een vriend of gezinslid zijn, die zogenaamd in nood zit en geld nodig heeft. Een internepper doet aan Social Engineering. 'Social Engineering' is een term voor wisselende trucjes, waarmee mensen online worden bedrogen. Door zich voor te doen als iemand anders en door handig in te spelen op persoonlijke situaties, krijgen internetcriminelen het voor elkaar om je op het verkeerde been te zetten. Engineering betekent eigenlijk 'iets bouwen'. Bij social engineering bouwen criminelen als het

ware een omgeving of situatie waarin ze jou zo manipuleren dat je gevoelige informatie deelt of geld betaalt. Als diegene voor je neus staat, trap je er misschien niet zo snel in, maar online is dat een stuk lastiger. De beste manier om hiermee om te gaan? De afzender checken. Een vals e-mailadres heeft vaak vreemde tekens of een (bedrijfs)naam die afwijkt van het bekende e-mailadres. Het beste kun je via een algemeen bekend telefoonnummer of e-mailadres contact opnemen met de afzender. En als je het niet vertrouwt of twijfelt: niet op een link klikken. En heb je de link toch aangeklikt: bij twijfel meteen weggklikken!

Zo herken je misleidende berichten

- Je krijgt geen bedenktijd
- Het bericht heeft een dwingende toon
- De aanbieding is te mooi om waar te zijn
- Een bekende vraagt dringend om jouw hulp

UITGELICHT

LIEKE DUIJMELINGS,
COMMERCIEEL DIRECTEUR FASTNED

Met Fastned willen jullie elektrisch rijden stimuleren, waarom eigenlijk?

'Simpelweg omdat wij Nederlanders dankzij elektrische mobiliteit echt iets kunnen doen aan de klimaatuitdagingen. Cijfers wijzen uit dat de mobiliteitssector verantwoordelijk is voor maar liefst 19 procent van alle CO2-uitstoot. Over de hele levensduur van de auto, dus inclusief productie, heeft een elektrische auto 50 tot 75 procent minder uitstoot dan een benzineauto.' Fastned is bekend van de snellaadpalen. 'Je elektrische auto laden kan op allerlei manieren. Via een laadpaal thuis of via een publieke laadpaal langs de kant van de weg. Snelladen gebeurt op speciale snellaadstations, zoals de onze. Het woord 'snelladen' zegt het al: het is een laadmethode die aanzienlijk sneller is dan andere manieren. In 10 tot 15 minuten kun je je elektrische auto tot wel 300 kilometer bijladen. Dit is wel afhankelijk van je auto en hoe vol of leeg je batterij is. Bovendien maakt snelladen gebruik van gelijkstroom, zodat je als consument geen laadverlies hebt tijdens het laden, wat bij langzaam laden wel het geval is. Soms denken mensen nog weleens dat snelladen slecht is voor de batterij van hun auto, maar de hoeveelheid slijtage van de huidige generatie batterijen door snelladen is echt verwaarloosbaar klein.'

Wat zeg je tegen mensen die niet met hun elektrische auto op wintersport durven?

'Die angst is onnodig. Het aantal laad- en snellaadstations groeit enorm, zowel in Nederland als in de rest van Europa. Het wordt dus steeds makkelijker om met je elektrische auto op vakantie te gaan én de strijd aan te gaan tegen klimaatverandering.'

IN SAMENWERKING MET ECP

Cybercriminelen spelen in op onze nieuwsgierigheid

Twee miljoen mensen krijgen jaarlijks te maken met cybercrime. De nu lopende 'Laat je niet Interneppen' campagne wil het tij keren.

'De cijfers zien er niet fraai uit', zegt Esther Mieremet van Veiliginternetten.nl (een project van ECP het Platform voor de InformatieSamenleving), dat de overheids campagne promoot en ondersteunt. 'In 2022 heeft zo'n zeventig procent van de bevolking met cybercrime te maken gehad. Vijftien procent daarvan is ook werkelijk slachtoffer geworden; meer dan twee miljoen mensen.' Veiliginternetten.nl heeft hier de afgelopen jaren in samenwerking met scholen en bibliotheken aandacht voor gevraagd onder meer middels de campagne laatjeniet-interneppen.nl en sociale media. Zo werd in de voorgaande campagne

'Woensdag Ongehackeddag' de nadruk gelegd op veilig gedrag als inloggen in twee stappen en het belang van een sterk paswoord.

Social Engineering

Bij de nu gestarte en meerjarige 'Laat je niet interneppen' campagne is het voornaamste doel de bewustwording omtrent Social Engineering te bevorderen. Daarbij misbruiken cybercriminelen heel gewone menselijke eigenschappen om slachtoffers te manipuleren. 'De ene keer is het een telefoontje van 'de bank', of van een 'helpdesk' in een ver land', zegt Mieremet, 'Een andere keer is het een mailtje van 'de overheid', of een appje van een kleinkind in nood.' Natuurlijk bestaat daar een enorme variatie in maar er zijn ook duidelijke patronen. Zo spelen cybercriminelen veelal in op nieuwsgierigheid, heb-



OPGELICHT WORDEN KAN IEDEREEN OVERKOMEN, ONGEACHT LEEFTIJD OF OPLEIDINGSNIVEAU

berigheid, behulpzaamheid en angst. 'Denk aan een mooie aanbieding waarop je snel moet reageren', zegt Mieremet, 'een boete die verhoogd zal

worden als je niet direct betaalt, iemand die in nood zit en dringend hulp nodig heeft. De boodschap is dwingend, je krijgt geen bedenktijd en er wordt je wijsgemaakt dat alles uit de hand loopt als je niet snel reageert.'

Emotionele schade

Cybercriminelen passen hun technieken voortdurend aan. Het grote doel van deze campagne is hen voor te zijn. Mieremet: 'Opgelicht worden levert ook emotionele schade op. Natuurlijk willen we graag kwetsbare groepen beschermen maar het kan iedereen overkomen, ongeacht leeftijd of opleidingsniveau. Een ding is duidelijk, als je weet hoe het werkt ben je veel beter bewapend.'



Meer informatie?
Scan de QR-code.

KABINET,
STEUN JE EIGEN
AGROSECTOR
RUIL HET _____
NEDERLANDSE KIPPENVLEES
_____ **NIET IN**

- Pleit **tegen** extra import van niet duurzaam vlees.
- Pleit **tegen** de Mercosur-deal.



Benieuwd hoe veilig, gezond en duurzaam Nederlands pluimveevlees is?

kipinnederland.nl



Duurzaam wooncomfort begint met een comfortabel gevoel creëren

Volgens Nationaal Instituut voor Budgetvoorlichting (Nibud) is het beter als je niet meer dan een derde van je inkomen besteedt aan woonlasten. Met de hoge energierekening valt dat niet altijd mee. Op de huur- of hypotheeklasten hebt je weinig invloed, maar er zijn genoeg besparingskansen.



1. Isoleren en besparen

Met de winter op komst is er goed nieuws vanuit het Centraal Bureau voor de Statistiek. Het energieverbruik, omgerekend per inwoner, is terug op het niveau van 1970. De daling hangt samen met het energiezuiniger worden van woningen. Het isoleren van je woning is de eerste stap bij aan het terugdringen van de energierekening. Dat is soms een kwestie van een rondje door je huis, op zoek naar de plekken waar tocht of koude lucht naar binnen komt. Misschien wel de vloer. Daarna volgt stap 2 en eventueel stap 3: energie besparen en zelf energie opwekken. Bijvoorbeeld door de aanschaf van een warmtepomp – een investering die zichzelf in een paar jaar tijd terugverdient – en bij elke vervanging in huis kiezen voor de meest energiezuinige variant die op dat moment verkrijgbaar is. Stap 3, zelf energie opwekken, hangt af van je woonsituatie. Niet iedereen heeft een eigen dak om zonnepanelen te plaatsen.

EEN EXTRA BUITENSHUISDEKKING IS FIJN ALS JE JE LAPTOP OF TABLET VAAK MEENEEMT

2. Verzekeringen en contracten

Per 1 januari 2024 houdt het prijsplafond voor gas, stroom en stadsverwarming op te bestaan. Houd je niet van verrassingen of heb je weinig buffers? Dan is dit een goed moment om een vast energiecontract te nemen. Daarmee heb je zekerheid over de hoogte van je energietarieven. Woonverzekeringen hoor je gewoon te hebben, want bij een ongeluk wil je in ieder geval gedekt zijn voor de schade bij diefstal, brand of lekkage. Verschillende verzekeringen bundelen is vaak voordeliger. En je kunt slim combineren. Een extra buitenshuisdekking is bijvoorbeeld wel fijn. We zijn steeds vaker met

de eigen laptop, tablet of fotocamera op pad en is fijn als die eigendommen ook onderweg verzekerd zijn.

3. Betaalbaar design

Je hoeft niet per se alles nieuw te kopen als het om je 'nieuwe' inrichting gaat. Je kunt ook op zoek naar de moderne klassiekers en mooie afdankertjes voor je inrichting. Die vind je niet in de kringloopwinkel, want daar hoopt iedereen z'n slag te slaan en de bijzondere designmeubelen vinden elders een nieuwe bestemming. Voor het echte werk moet je online op zoek, bijvoorbeeld op Marktplaats en Catawiki. Maar ook op minder bekende designsites, zoals Reliving en Whoppa. Het kost meer tijd. Geduld is nodig en het helpt als je goed voorbereid je (online) speurtocht begint, met een duidelijk doel voor ogen. Maar de beloning is groot: voor een mooie prijs een unieke (design) lamp, bank, stoel of kast waar je lang plezier gaat hebben. Voor je het weet heb je een nieuwe hobby.

AAN HET WOORD

CORINA VERMEULEN
PRODUCTMANAGER
DISTRIBUTIE ZEKUR

Hoe belangrijk is een woonverzekering?

'Je inboedel is het minimale wat je moet verzekeren als je op jezelf gaat wonen. Bij een inbraak of brand lopen de kosten snel op. Tel maar eens van alle spullen die je hebt de prijs op, voor als je alles nieuw moet kopen. Alleen al qua nieuwe kleren gaat het alles bij elkaar om veel geld. Vergelijk je dan de premie die je betaalt met het risico, vanaf zo'n tien euro per maand inclusief aansprakelijkheidsverzekering, dan zou je bijna willen dat het wel verplicht is. Uit onderzoek van Hart van Nederland blijkt dat een half miljoen huishoudens, vooral onder de dertig jaar, geen woonverzekering heeft. Dit is een probleem, want als er een keer iets gebeurt, kan je zomaar al je spullen kwijt zijn. Voor de meeste mensen is dit een onbetaalbaar risico. Een inboedelverzekering is dan een kleine moeite die je veel ellende kan besparen. En je ook kan helpen met de afhandeling van de schade.'

Wat is het verschil met een opstalverzekering?

'Een inboedelverzekering is er voor je spullen. Een opstalverzekering heb je nodig voor de schade aan je huis bij bijvoorbeeld brand of waterschade die buiten je schuld om is ontstaan. De meeste mensen hebben niet een paar ton liggen voor een nieuwe woning voor als hun huis afbrandt. Maar een opstalverzekering regelt bijvoorbeeld ook de schoonmaak na een brand of het opruimen en herstellen van braakschade na een inbraak. In de inboedelverzekering is hiervoor ook een dekking opgenomen voor de spullen in je huis. Bij appartementen is de opstal vaak gezamenlijk verzekerd via de VVE.'

IN SAMENWERKING MET ZEKUR

Goed verzekerd, met één woonverzekeringsbundel

Verzekeringen zijn voor de meeste mensen vervelend en moeilijk. Je hebt geen zin om erover na te denken en het is lastig om uit te zoeken of je goed verzekerd bent. ZEKUR maakt de keuze eenvoudig door de belangrijkste verzekeringen slim te bundelen.

Een WA-autoverzekering en de basiszorgverzekering zijn wettelijk verplicht. Maar rondom wonen, aansprakelijkheid en reizen maak je zelf de keuze of je je verzekert en op welke manier. Toch zijn dit verzekeringen die je nodig hebt, ook al zijn ze niet verplicht. Het afsluiten van een verzekering kan best lastig zijn en er soms bij inschieten. Uit onderzoek van Hart van Nederland blijkt bijvoorbeeld dat een half miljoen huishoudens geen woonverzekering heeft. En van de huishoudens die wel

een woonverzekering hebben, kiest niet iedereen voor de juiste dekking. Met alle gevolgen van dien. 'Als mensen zelf moeten kiezen hoe ze zich verzekeren, kiezen ze vaak voor de laagste dekking. Daardoor kan het zijn dat je er pas achter komt dat je niet de juiste keuze hebt gemaakt als je schade hebt,' vertelt Henk Valkenburg, Businessmanager bij ZEKUR. 'Daarom biedt ZEKUR de belangrijkste woonverzekeringen aan in bundels die wij hebben samengesteld.'

Met zorg samengesteld

Henk Valkenburg: 'We denken goed na over welke dekkingen we in onze bundels opnemen, zodat je geen onbetaalbare risico's loopt. Zo kan je bij onze woonverzekering ook kiezen voor een doorlopende reisverzekering. Daarin zit bij ons standaard een dekking voor medische kosten en een 100% werelddekking. Want als je een



MET ÉÉN BUNDEL ZIJN DE GROOTSTE RISICO'S VERZEKERD

keer buiten Europa op vakantie gaat of ineens naar het ziekenhuis moet in het buitenland, kan het erg in de papieren lopen. Dan ben je zo 10.000 euro kwijt. Dat komt regelmatig voor.



Wil jij ook jouw woonverzekeringen in één keer goed regelen? Je kiest bij ZEKUR tussen 3 bundels: Gewoon ZEKUR, waarin de verzekeringen zitten die je in ieder geval nodig hebt om goed verzekerd te zijn. Wil je je uitgebreider verzekeren, dan kan dat met de bundels Extra ZEKUR en Super ZEKUR.

Isoleer nu de vloer met TONZON en bespaar flink op de energierekening



TONZON

Lagere energiekosten en een warm huis?

TONZON zorgt al 44 jaar voor de warmste vloer met de hoogste isolatiewaarde (Rc-waarde van 5,0 m²K/W of hoger). De beste keuze voor het milieu en jezelf. Met TONZON Vloerisolatie bespaar je effectief energie en creëer je een aangenaamere temperatuur in huis. Veel begane grondvloeren in Nederland zijn niet voorzien van (goede) vloerisolatie. De koude vloer genereert een gevoel van optrekkende kou waardoor je gauw de thermostaat hoger zet.

Een andere techniek met een beter effect

TONZON Vloerisolatie met Thermoskussens is gebaseerd op andere natuurkundige principes en isoleert effectiever dan andere vloerisolaties. Door de Thermoskussens wordt de vloer sneller warm en houdt de vloer de warmte langer vast. De vloer wordt zelfs warmer dan de luchtlaag vlak boven de vloer. Met het vierkamer Thermoskussen bereik je Rc > 7 m²K/W. Bij niet geïsoleerde vloeren met vloerverwarming kan de besparing zelfs oplopen tot 18 m³ gas/m².

Dubbele aanpak

De meeste begane grondvloeren in Nederland zijn niet of slecht geïsoleerd. De dubbele aanpak van de kruipruimte is de perfecte maatregel om mee te beginnen. TONZON Bodemfolie op de bodem van de kruipruimte stopt de verdamping van vocht uit de bodem. Dit betekent minder vocht in de woning en een optimale werking van de Thermoskussens. Een warmere vloer en een drogere kruipruimte. Vul dat aan met het optimaliseren van de warmteafgifte van je cv-installatie.



Meest mens- en milieuvriendelijke vloerisolatie

TONZON Vloerisolatie is geheel opvouwbaar zodat het zelfs door het allerkleinste kruipruimteluik past, daardoor heb je geen vrachtwagen nodig voor transport. Met een minimaal gebruik van grondstof en energie, bereik je een maximaal effect.

Volgens Milieu Centraal wordt de energie om isolatiemateriaal te maken, tijdens de levensduur 40 tot 400 keer terugverdiend. Woningisolatie is dus goed voor het klimaat. Bij de Thermoskussens van TONZON bedraagt deze factor maar liefst 6.500. Zo gering is de CO₂ uitstoot van deze uitvinding. Het isolatiemateriaal bevat geen stof, vezels of giftige gassen waardoor je thuis kan blijven tijdens de montage.

TONZON Vloerisolatie is zelf eenvoudig te monteren maar laat je het liever over aan professionals? Neem dan contact op met TONZON voor een vrijblijvende offerte.

Laat je het installeren kijk dan op de website van de overheid (www.rvo.nl) wat je moet doen om in aanmerking te komen voor de subsidie voor woningisolatie. Je kan nu ook in aanmerking komen voor de subsidie met 1 maatregel.

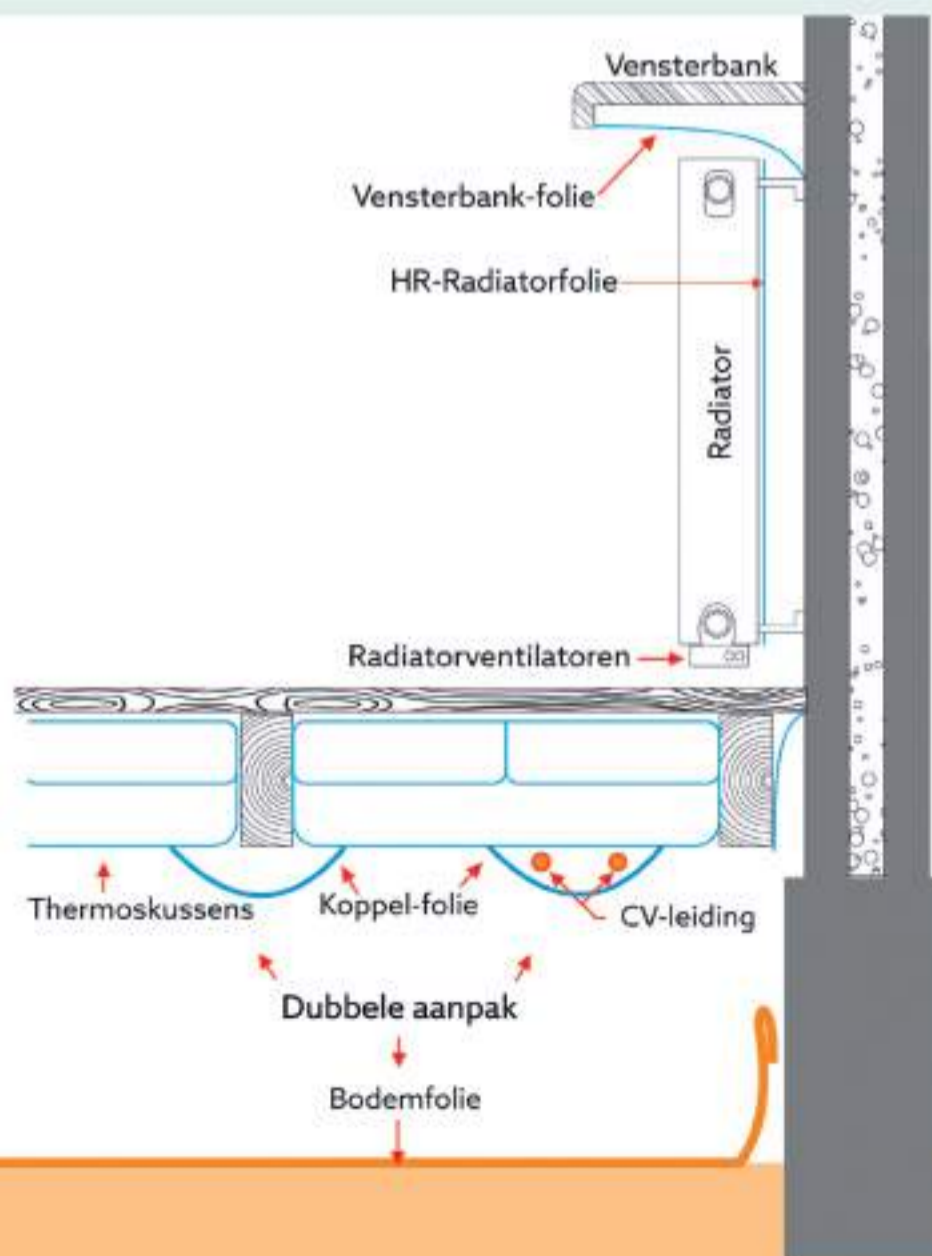


Wil je meer informatie over vloerisolatie?
Scan dan de QR-code

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.



Geen pijn meer door revolutionaire 'SmartLoop' neurostimulator

Lisa Franke (24) heeft CRPS (Complex Regionaal Pijn Syndroom) en had 24 uur per dag vreselijke pijn, die haar zelfs in een rolstoel deed belanden. Die pijn verdween nadat ze in 2021 een nieuw type neurostimulator geïmplanteerd kreeg. 'Ik heb mijn leven terug.'

Als je Lisa Franke ziet, is het bijna niet te geloven dat ze iets meer dan twee jaar geleden nog in een rolstoel zat en volledig afhankelijk was van anderen. Lisa heeft CRPS en had 24 uur per dag vreselijke pijn, die op het laatst nooit onder pijnscore 9 kwam (10 is de meest denkbare pijn). Inmiddels is ze volledig pijnvrij en kan ze alles weer. En dat allemaal door het revolutionaire Evoke™ SmartLoop systeem, een apparaatje dat wordt geïmplanteerd bij het ruggenmerg. Het stimuleert de zenuwen in het ruggenmerg door kleine elektrische prikkels, waardoor ernstige zenuwpijn, bijvoorbeeld ten gevolge van CRPS, grotendeels of soms dus zelfs volledig verdwijnt.



Prof. Dr. Huygen, Erasmus MC

'Ik had drie jaar lang afschuwelijke pijn aan mijn voet. Die pijn werd eigenlijk alleen maar erger,' vertelt Lisa. 'Op een dag was mijn voet helemaal grijs. Later zwol hij ook helemaal op en werd paars. Daarnaast had ik oncontroleerbare spasmen en voelde het alsof er

'IK RIJD ZELFS WEER PAARD, MIJN ABSOLUTE PASSIE'

gloeihete olie over mijn been werd gegoten.' Lisa's moeder herkende de symptomen. 'Zodoende werden we verwezen naar een arts in het Radboud UMC in Nijmegen. Hij stuurde me door naar professor Huygen in het Erasmus MC in Rotterdam, die veel ervaring met CRPS heeft.'

Opzienbarendere resultaten

Ook al is het kleine ingreep, een neurostimulator implanteren blijft een operatie, dus eerst moeten er andere mogelijke oplossingen worden onderzocht. 'Die hielpen bij Lisa niet of niet voldoende, dus kwam ze in 2021 in aanmerking voor het Evoke™ SmartLoop systeem', vertelt anesthesioloog pijnspecialist prof. dr. Frank Huygen. 'Neurostimulatie is op zich niet nieuw, maar met dit zogenaamde 'SmartLoop' systeem behalen we opzienbarendere resultaten.'

Met de technologie van Saluda Medical, het bedrijf dat het Evoke™ SmartLoop systeem heeft ontwikkeld, is het voor het eerst mogelijk om het signaal dat in het ruggenmerg aankomt te meten en aan te passen zodat de patiënt altijd optimale therapie ontvangt. 'Het systeem past zich razendsnel automatisch aan', zegt prof. Huygen. 'Hierdoor kun je veel evenwichtiger en efficiënter de zenuwvezels die gestimuleerd moeten worden, bereiken, dit in tegenstelling

WAT IS CRPS?

Complex Regionaal Pijn Syndroom (CRPS) is een complicatie die meestal na een letsel of een operatie, aan een arm of been ontstaat. Symptomen kunnen zijn; brandende pijn, verschil in huidskleur (rood, blauw, paars, grijs), zwelling, verschil in huidtemperatuur, aanrakingspijn, afname van spierkracht en bewegingsbeperking door pijn en stijfheid. Symptomen verergeren meestal in de loop der tijd.

tot andere neurostimulatoren. Daarnaast zie je patiënten niet vaak terug, wat de druk op de zorg verlicht.'

Voor Lisa bleek het haar redding. 'Mijn ouders moesten alles voor me doen, ik was compleet afhankelijk. Op die manier wilde ik niet meer leven. Ik heb nu mijn leven terug, ik rijd zelfs weer paard, mijn absolute passie.'

**Herkent u het ziektebeeld CRPS of de genoemde klachten, neem dan contact op met uw huisarts, het Centrum voor Pijn geneeskunde van het Erasmus MC of met de patiëntenvereniging voor CRPS (www.crips-vereniging.nl).*



**Meer informatie over CRPS?
Scan de QR-code**

Stijlvolle cadeaus om uw geliefde mee te verrassen



Voor onvergetelijke feestdagen samen



Verrassende cadeaus



Verleidelijke nachtkleding



Samen genieten

"Wat een fijne website! Eindelijk een site om me eens goed te oriënteren op dit gebied. Veel goede uitleg en advies waar ik wat aan heb. Mijn nieuwe aanwinst inmiddels ontvangen en nog eens extra verrast door de mooie verpakking."

Fantaseer, Lach en Durf
voor een Leven Lang Liefhebben



De Paarse Keizerin
www.depaarsekeizerin.nl