De Buitenband

Orgaan van de Vereniging van Gepensioneerden ANWB

Negende jaargang
september 1989
Verschijnt 4x per jaar

Eindredactie
Bram Roozendaal

Redactiecommissie
Tine den Boer
Koos van Drunen
Puck de Rover

Vaste medewerkers
Jaap Jaspersen
Paul van der Meij
Ciska Paanakker
Jan v.d. Starre
Mario Wijnvoort

Produktie
Zet- en drukwerk
Den Haag Offset B.V.

Bestuur VG-ANWB
mw. F.J. Noordervliet, voorzitter
J. van Drunen, vice-voorzitter
mw. J.C. Verniers, secretaris
mw. G.N. Borsje, 2e secretaris
P.C. Jurgens, penningmeester
W.O. de Jongh
W.A.Rombout
A.S. Roozendaal, leden

Secretariaat
Jul. van Stolberglaan 180
2595 CM 's-Gravenhage
Tel. 070 - 85 01 93

Postrekening
t.n.v. Bestuur VG-ANWB
onder nr. 3816027

Kopij voor
het volgende nummer
uiterlijk 31 oktober a.s.
naar de redactie
Breitnerlaan 358
2596 HJ 's-Gravenhage
Tel. 070 - 28 06 29

ECLATANT FEEST

De thuiszitters hebben zichzelf tekort gedaan. Wie weg was, op vakantie, heeft een ongekende ervaring gemist. Zieken, die moesten afzeggen, hebben de dubbele pech van hun leven te betreuren. De tweedaagse Limburgtocht van de jubilerende VG-ANWB is een éclatant feest geweest. Wie erbij was, van de vroege woensdagmorgen tot de late donderdagavond, zal het zich lang heugen. Zich lang het 'dolce vitae' herinneren van aanstekelijke luchthartigheid. Het waren twee dagen van hoogzomers buitenleven. Twee dagen van samen eten en drinken, van samen praten en lachen. Een fotoverslag op pag. 6-7.

STANDAARDPAKKET

Iedereen kan het nu weten. Alle 65-plussers zijn officiëel per 1 mei in de gelegenheid gesteld zich op een Standaardpakketpolis tegen ziektekosten te verzekeren. Met terugwerkende kracht tot 1 januari 1989. De oud-ANWBers hebben dat uit de krant moeten vernemen. Van de verantwoordelijke afdeling hoorden zij taal noch teken. Ongerustheid werd niet weggenomen. Pas na vijf maanden kwamen de brieven, maar met mededelingen, die weinigen begrepen. Op pag. 3 hoe de vork in de steel zit.

WEERSTAND

Heel de Haagse ANWB kreeg met hem te maken. Alle binnenkomende post passeerde zijn lezerscorps. Alle lectuur, alle vaktijdschriften circuleerden volgens zijn systeem. Een gesprek met de bibliothecaris-archivaris, de ongekroonde koning van de bondscatacomben, de papierbeluste octopus, die zijn armen uitstrekte naar de Li's van de weerspannige directoraten. Weerstand heeft hij opgeroepen en gezocht. Weerstand zoekt hij nu vooral op de fiets. 't Verzet zo zwaar als zijn benen kunnen velen. Roel Slegtenhorst, eens een wilde, nog altijd een harde knaap. Pag.4-5.

ANWB

Pensioen Privé

Maar eens beginnen met een niet alledaags bericht. Over Dam Backer, voor alle ANWB-ers, die hem in het directoraat Algemene Zaken hebben meegemaakt, 'mijnheer J.D. Backer', met 'céká', zoals we er altijd aan toevoegden. Vele jaren heeft hij zich ingezet voor het Wereld Natuur Fonds, o.m. als vice-voorzitter onder prins Bernhard en heeft hij deze nationale afdeling vertegenwoordigd in het International World Wild Fund for Nature. Tot dit jaar. Zo hoog zijn zijn verdiensten ingeschat, dat hij deze zomer naar Buckingham Palace werd genodigd om uit handen van prins Philip, de internationale voorzitter, het ere-lidmaatschap te ontvangen. Een bijzondere onderscheiding, waarmee de Buitenband-redactie hem van harte gelukwenst.

In het maartnummer heb ik hem 'de sneeuwman' genoemd. Jo Meyer dus, die in april tachtig was geworden. Maar ik moet hem hier nog eens opvoeren. Nu met zijn vrouw Jean (Van Hoften) met wie hij op 29 augustus j.l. 55 jaar was getrouwd. Een zo lange tijd, dat ik hem vergeef, die kennismaking met Jean niet meer zo

helder voor de geest te kunnen halen. Maar 't was na de kermis in Dubbeldam, toen zij met een vriendin en hij met een vriend of meer vrienden terug wilde naar Dordrecht. Bij de bushalte kwam het tot een gesprek en omdat de bus wegbleef, besloten ze te gaan lopen. Jo meent zich nog te herinneren, dat hij eerst het oog liet vallen op de vriendin, maar dat werd al gauw rechtgezet. Na hun trouwen woonden ze in Den Haag, waar Jo, na zo'n 30 Shell-jaren, chef interne contrôle werd bij de ANWB. Toen de wet een officiële accountant eiste, kreeg hij de functie van rayonchef Zuid voor de bijkantoren. Dat leidde tot verhuizing naar Oosterhout. Vijftien jaren maakte Jo bij de bond vol, toen hield hij het – 63 jaar oud – voor gezien. 'Ik was de eerste vutter', zegt hij. 'Die regeling bestond toen in '72 nog niet eens.' Maar op z'n lauweren rusten deed hij niet. Jo Meyer voltooide een cursus belastingrecht en ging part-time voor een accountantskantoor werken. En echt stil zitten is er nog niet bij.

Wie heeft nog wel eens aan Rita Voorbij-Braat gedacht? Nee, ze is nog niet gepensioneerd. Ze is niet eens aan de vut-leeftijd toe. Rita is nu 58, maar ze heeft al een dikke acht jaar geleden haar collega's op het Hoofdkantoor vaarwel moeten zeggen. Wegens ziekte, een laat verschijnsel van epilepsie. En nu, straks op 28 september, is ze 40 jaar getrouwd met Carel Voorbij en is er reden tot een klein feestje. Klein, omdat er een verhuizing naar een betere en grotere woning binnen Den Haag aan vooraf is gegaan. Hij, hoofdcommies bij Defensie en nu met VUT, heeft daar de ruimte om te schilderen; zij hoeft er geen trappen meer te lopen. Rita leerde Carel kennen bij vroegere buren, waar hij over de vloer kwam. Bij de ANWB begon ze – nog in de Parkstraat – als ponster van adresplaatjes. Ze eindigde, na viering van haar zilveren jubileum, als data entry-typiste.

Het was kort na de oorlog, dat een jonge militair uit 'Rooi', zoals Brabanders Sint Oedenrode noemen, in Eindhoven

voor een etalage stond te kijken. Naast hem had ook een jong meisje belangstelling. Het stel raakte in gesprek en blijkt vandaag de dag nog niet uitgepraat. En dan heb ik het over Ben Derks en Corrie Huibregts, die op 28 oktober a.s. 40 jaar zijn getrouwd. Een klein wonder, vindt Ben zelf. Op 2 mei 1949 was hij bij de Wegenwacht begonnen, maar al voor de 28e mei '82 had zijn hart gewaarschuwd, dat het afgelopen moest zijn. Voor een open hartoperatie heeft hij gebruik kunnen maken van de luchtbrug naar Houston. 'Ik heb een ontzettende angst gehad,' vertelt hij. Ook en vooral voor de vliegreis. 'Ik was verlamd van angst. Ik kon geen voet meer verzetten.' Het is gelukkig allemaal goed gekomen. 'Zo'n operatie doet minder pijn dan een tand trekken. Dat hou je niet voor mogelijk. En de behandeling daar. Je krijgt een zuster voor jou persoonlijk en ze laten je geen minuut alleen.' Werken was er daarna niet meer bij, maar je mag zeggen, dat het hem nu goed gaat daar in het middenlimburgse Kelpen. Daar zijn ze, na zes jaar Grathem, uiteindelijk komen wonen. Overigens rijdt er nog altijd een Ben Derks als wegenwacht over de Limburgse wegen. De oudste zoon, een soort erfopvolger.

ALEXANDRIE

Ambivalente gevoelens en op
de toppen van mijn zenuwen gekomen
fraai uitgedost, hoog vermiljoene konen
rouw ik om de teloorgang van mijn job

Kavafis schreef destijds in zijn gedicht
dat Antonius door zijn God verlaten
de stad Alexandrië los moest laten
en haar groeten, al viel hem dat niet licht

De derde levensfase. In het Frans le troisième age. Een deur slaat dicht
voor eeuwig toe, zal nooit meer open gaan

Herfstige lucht, een tinteling, een glans
om door te gaan. Al ben je dan uit zicht
van de jonge stoet. Pak die kans maar aan.

Tine den Boer

Uit de Volkskrant

Weer is een verenigingslid 90 jaar geworden. De derde van dit jaar. Op 28 augustus bereikte mw. J.H.M.C. Boost-Dalloyaux deze diepgrijze leeftijd. Zij was de echtgenote van de vroegere en helaas overleden directeur Wegen en Verkeer van de ANWB. Aan de gelukwensen koppel ik van harte de wens voor goede, gezonde jaren.
Ro.

GEPENSIONEERDEN TE LANG IN ONGEWISSE OVER ZIEKTEKOSTENPOLIS

MUTATIES NOG NIET VERWERKT

De ziektekostenverzekering heeft de voorbije maanden voor grote verwarring en onzekerheid gezorgd. Bestuursleden van de VG-ANWB zijn overstelpt met telefoontjes; het secretariaat ontving verschillende brieven met vragen, waarop vooralsnog geen antwoord kon worden gegeven. Blaam treft de Salaris Administratie van de ANWB, die geen enkele moeite heeft gedaan de gepensioneerden na de jaarwisseling met een kort briefje clementie te vragen en gerust te stellen. Pas in mei en andermaal medio juli kwamen er excuses. Maar ook ten leste is de afdeling SA er met haar verlate informatie niet in geslaagd volledige duidelijkheid te verschaffen. De laatst gezonden brieven met overzicht van de verschuldigde premies en het nieuwe polisblad, hebben bij de gepensioneerden nieuwe vragen opgeroepen. Daarenboven blijkt verzuimd te zijn de betrokkenen mee te delen, dat ingediende mutaties pas in de tweede helft van dit jaar zullen worden verwerkt.

De afdeling Salaris Administratie heeft het niet gemakkelijk gehad. De door de overheid opgelegde Standaardpakketpolis, moest verwerkt worden in een periode van personele moeilijkheden. Toch kunnen wij ons niet aan de indruk onttrekken, dat er bij de afdeling sprake is van halfbakken behandeling en afhandeling. In de brief van 18 juli j.l. wordt 'volledigheidshalve' verwezen naar de brief van april, die de ondertekening droeg van de hoofddirecteur en naar de circulaire van het UAP d.d. mei 1989. De laatste circulaire draagt echter de datum van maart '89. Ofschoon het voor de duidelijkheid een koud kunstje was geweest, daar de mededeling aan toe te voegen 'zie achterzijde van deze circulaire', is ook dat nagelaten. Voor de ontvangers van het nieuwe polisblad was dat echter onontbeerlijk. Op de achterzijde van die circulaire van de UAP staan namelijk de verzekerde rubrieken 1 t/m 15 (van ziekenhuisverpleging tot en met tandheelkundige hulp) en de bedragen eigen risico.
Pas als de betrokkene die kennis bezit, begrijpt hij de op het polisblad voorkomende regel: DE MET SPP*) AANGEDUIDE VERZEKERDE IS VOOR 3E KLAS VERZEKERD OP EEN STANDAARDPAKKETPOLIS MODEL SPP/KLOZ (VERZ. RUBR. 1 T/M 15).
Ter verduidelijking (want dat vermeldt de brief evenmin): de gebruikte afkorting SPP – Standaard Pakket Polis; de afkorting KLOZ staat voor de organisatie van particuliere ziektekostenverzekeraars.
Het zou eveneens aanbeveling hebben verdiend de oud-ANWB-ers erop te attenderen, dat het polisblad onderdeel vormt van de collectieve verzekering, zoals de ANWB, die met de UAP (voorheen VZVZ, maar vergeet u die naam) heeft gesloten. Daardoor komen op dat polisblad mededelingen en bedragen voor, die voor de verzekerde zelf niet relevant zijn (b.v. de suppletiepremie). Het enige bedrag dat hem werkelijk aangaat, is de wettelijk opgelegde heffing over 12 maanden, zoals die als 'premie exclusief assurantiebelasting,etc.' op het polisblad staat vermeld.

Door dit bedrag te delen door 12, ontstaat het bedrag van de maandpremie. Voor iedere verzekerde heeft de afdeling Sal. Adm. een specificatie gemaakt over het eerste halfjaar van 1989, te weten tot en met 30 juni. Daarop staat het reeds voldane premiebedrag, gebaseerd op de oude en sinds 1 januari vervallen verzekering, en de premie, zoals die nu volgens de Standaardpakketpolis verschuldigd is. Het verschil dient men alsnog te voldoen. Zoals in de brief vermeld staat vóór 31 december a.s.
Onderaan de specificatie wordt de nieuwe premie opgegeven, zoals die per 1 januari 1989 voor de verzekerde is berekend. Helaas is verzuimd te vermelden, dat per 1 juli dat bedrag opnieuw voldaan had moeten zijn. Evenmin is de verzekerde eraan herinnerd, de bankrelatie opdracht te geven, een eventueel lopende automatische afschrijving aan de nieuwe situatie aan te passen. Wij raden onze leden aan, daartoe de nodige stappen te nemen.
De aanbieding van de voor gepensioneerden niet onaantrekkelijke Standaardpakketpolis is voor sommige verzekerden aanleiding geweest schriftelijk om wijziging van hun klasse-aanvulling te vragen. De hiervoor noodzakelijke mutaties zijn in de gegeven specificatie niet verwerkt. Hetzelfde geldt voor aanpassingen, die door de SPP noodzakelijk worden, als bijvoorbeeld de meeverzekerde partner jonger is dan 65 jaar. In dat geval behoudt die jongere partner het oude, zeg bestaande pakket. In het omgekeerde geval, bijvoorbeeld als de partner van een vutter, de gepensioneerde leeftijd reeds heeft bereikt, gaat voor die partner de Standaardpakketpolis in, terwijl de eerste verzekerde voorlopig (tot z'n 65e) het oude pakket behoudt. Een en ander heeft natuurlijk consequenties voor de hoogte van de premie.
Van de zijde van SA is ons meegedeeld, dat alle nog te verwerken mutaties, met terugwerkende kracht vanaf 1 januari, worden verrekend.

Op de jaarvergadering zegde mr. Nouwen spoedige 2 kolom mededelingen toe. Ze bleven onvolledig en attendeerden evenmin op de eigen risico's (f 100 p.p.; f 200 per gezin) voor poliklinische verrichtingen

GROEIEND AANTAL 80-PLUSSERS

Van alle Nederlanders boven de 65 jaar is nu ruim 22 procent 80-plusser. In 1950 bedroeg dit percentage minder dan 13 procent. Deze vrijwel dubbele vergrijzing is volgens het CBS, het gevolg van de voortdurende stijging van de levensduur. Mannen worden nu gemiddeld 73,6 jaar oud, vrouwen 80,2 jaar. Een ander gegeven: echtparen leven langer, dan gescheiden en anderszins alleen overgebleven mensen.

DE BONDSARCHIVARIS

'ER WAS VEEL MEER MOGELIJK DAN BIJ DE ANWB GEBEURDE'

'Gaan we nog fietsen?' De vraag klinkt wat korzelig. Roel Slegtenhorst vindt dat er genoeg is gepraat. Achter zijn huis staat hij al naast de tuinstoel. Daarin hebben we het gehad over zijn jeugd met voetbal en fietsen. Het eerste als stopperspil van de buurtclub, het tweede 'toer-de-fransje' spelend op een gewone fiets. Ook over roomse pesterijen, de jaren van oorlog en verzet en de bevrijding, met hem als 'stoottroeper' in uniform van Engelse snit. Over zijn militaire carrière en zijn drieendertig ANWB-jaren. Maar de 'kriebels', die hem zo'n vijftien jaar geleden op de racefiets brachten, zijn er weer. En even later rijden we samen door het zonnige, maar winderige land van Voorne-Putten. Hij 'een tandje' groter dan ik. Want Roel Slegtenhorst mag zeventig jaar zijn, hij heeft heel wat meer kilometers in de benen. Die laatste verjaardag j.l. juli heeft hij op de fiets gevierd. Met een tourtocht van 160 km. Zijn jaargemiddelde schommelt rond de 5000 km, maar hij geeft eerlijk toe, dat de gemiddelde snelheid is gedaald tot 25. Als een stel knapen in kleurige koerstruien ons voorbij raggen, zegt hij, 'die kan ik rustig laten gaan. Ik weet dat ik me niet moet forceren. De kracht wordt nu eenmaal minder.' Maar als om dat te logenstraffen, rijdt hij opeens weg. De grote versnelling op, pakt hij met één 'jump' tien, twintig meter en kijkt dan afwachtend achterom. Roel Slegtenhorst, concludeer ik, is in een puike conditie.

Op het eerste gezicht zou je dat niet zo zeggen. Bij het koffie drinken, zie ik zijn handen trillen. Bijna zo lang als ik hem ken, is dat beven van de handen en soms van zijn mond me opgevallen. 'De ene keer is het erger dan de andere. Maar ik heb er niet echt problemen mee,' zegt hij. 'Iedereen die ouder wordt, wordt minder vast in de handen.' De oorzaak zegt hij niet te weten. Misschien heeft zijn ineenstorting van 1971 er mee te maken. Een lichte attaque deed hem toen 's morgens ontwaken met een scheve mond. Maar omdat hij armen en benen normaal kon bewegen, stapte hij in de auto en reed naar Den Haag. Gekkenwerk natuurlijk, maar voor Roel Slegtenhorst een normale vorm van plichtsbetrachting. Hij is teruggestuurd en lang met ziekteverlof geweest. Latere gesprekken – wel vijftien – met de toenmalige chef PZ Bouwmeester, haalden de grondoorzaak weg: zijn frustratie over een te beperkte opzet van archief en bibliotheek. 'Ja, dat vrat aan me,' wil hij wel kwijt. 'Ik kwam in 1950 in dienst als bibliothecaris-archivaris, wat die naam eigenlijk niet verdiende. Je kreeg alleen de boeken, die de afdelingen afstootten. Het overschot, dat ze niet meer nodig hadden. Dus daar vroeg nooit iemand om. Het enige dat je had, waren de kranten. Ik had een knipseldienst en een tijdschriftencirculatie. Het archief stelde ook niks voor. Je had wat dossiers, maar 't stond er te staan voor het nageslacht, dat er nooit om zou vragen. Aanvullingen kreeg je amper. Ieder directoraat zorgde voor zichzelf. Had z'n eigen boeken- en archiefkasten. En iedereen vernietigde en gooide weg, wat die zelf wilde. Dat was zeer onbevredigend.'

Voor de radicale veranderingen heeft hij moeten knokken. 'Een archief moet je ontsluiten en toegankelijk maken. Daarvoor had ik eerst de bibliothecaris- en daarna de archivarisopleiding gevolgd. Daardoor wist ik, dat er veel meer mogelijk was dan bij de ANWB gebeurde. Ik heb dus geprobeerd zoveel mogelijk bibliotheek- en documentatie-activiteiten naar me toe te trekken. Soms lukte dat, maar je stuitte op grote weerstand.' In '71 scheen hij het gevecht te verliezen, maar na zijn ziekte en bijgestaan door een extern efficiencybureau, kreeg hij na heldere pleidooien een plan voor reorganissatie door de directie. 'Iedereen zei ja, behalve Kuysten. Van hem heb ik alleen maar tegenwerking gekregen.'

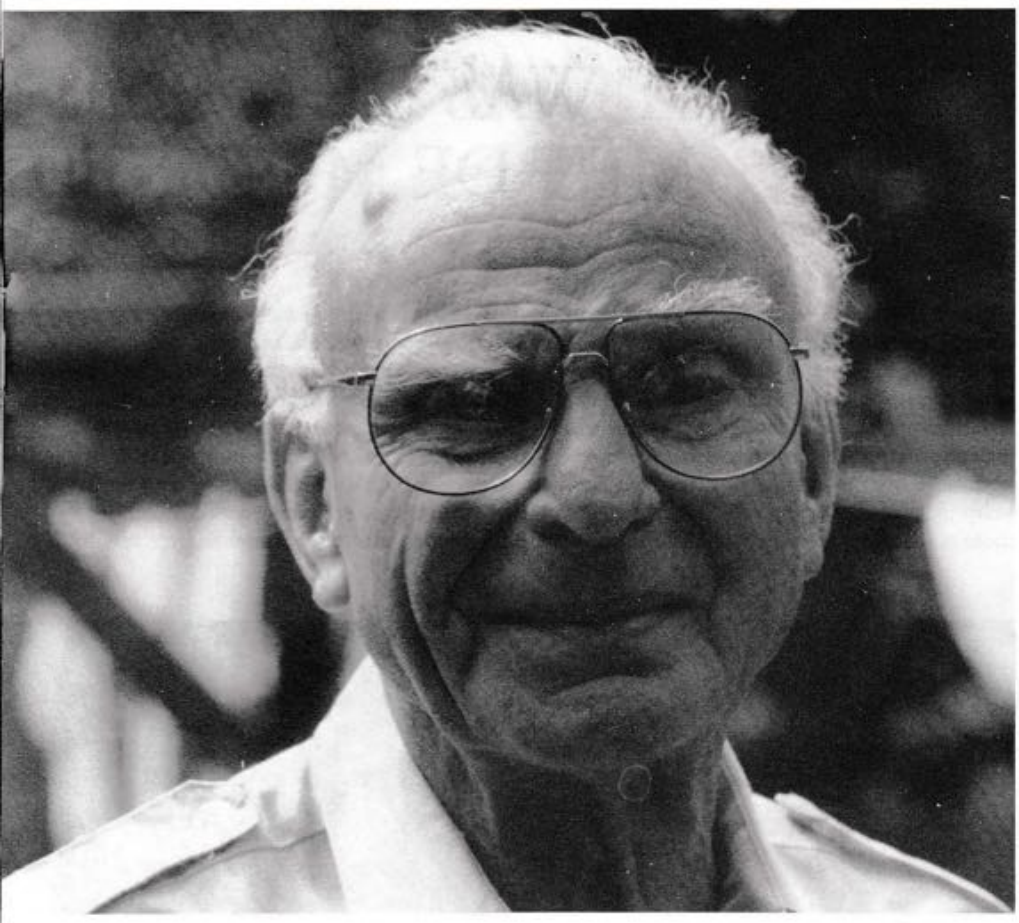
't Is nooit meer goedgekomen tussen die twee. Maar nu, *sadder and wiser,* met naarbinnen gekeerde blik achter glimmende brilleglazen, zegt hij: 'Ergens kan ik het wel begrijpen. Misschien was hij bang, dat die ene man daar beneden te machtig zou worden. Die zou alle touwtjes in handen hebben. Elk directoraat zou voor zijn informatie totaal afhankelijk worden van die ene man.'

Toch heeft Roel Slegtenhorst sindsdien als archivist zijn mannetje gestaan. Zeer professioneel. En dan te bedenken, dat hij bij zijn allereerste aanstelling in deze functie, bij het Centraal Bureau Rijn- en Binnenvaart in Rotterdam, van archiveren net zoveel wist als een koe van vioolspelen. Dat was in 1949. Hij had toen, 30 jaar oud, niet eerder een reguliere baan in de burgermaatschappij gehad. Hij had juist gebruik gemaakt van een algemene demobilisatieregeling. Want het was niet eerder bij hem opgekomen om de *battle dress* uit te trekken. Lang voor het land boven de rivieren was bevrijd, had Roel Slegtenhorst zich bij de 'stoottroepen' gemeld en plichtshalve was hij van het ene militaire avontuur in het andere gerold. Ook al omdat de strepen successievelijk veranderden in sterren. Maar daarover pratend, gaan we terug naar een verder verleden.

Ketter

'Ik ben geboren in Rotterdam, maar toen ik ongeveer anderhalf jaar was, is m'n vader, die bij de Spoorwegen was, overgeplaatst naar Weert. Voor zover ik kan nagaan, was het wel een prettige jeugd. Tenminste thuis. Ik trok veel met m'n broer op, die anderhalf jaar ouder was. Later kwam er nog een zusje, dat zes jaar jonger was en nog weer

zes jaar later een broertje. Maar die toestand in Weert was niet zo prettig. Daar was alles katholiek en wij waren protestant. Ik zat op een gemeenteschool, maar daar werd natuurlijk katholiek godsdienstonderwijs gegeven. Dan kwam de kapelaan op school en die sprak over ketters en werd je



door kinderen op straat nagewezen en nagejouwd als ketter. Toen ik in de zesde klas zat, werd het officieel een RK-school. M'n ouders dienden een verzoek in voor een andere school. 't Was niet vol te houden. Ik ging later naar school en ging vroeger weg. Ik had eigenlijk geen contact meer met die school. Met de kinderen ook niet, die ontweek je. Toen hebben m'n ouders bij de NS een gratis jaarabonnement gevraagd en kon ik naar de MULO in Eindhoven.'

Maar van 't Limburgs katholieke Weert was hij nog niet af. Hij werd er lid van de voetbalclub. Maar de pastoor besliste, dat hij en z'n broer wel met de katholieke jongens mochten voetballen, maar geen functie in de club mochten bekleden, ook niet die van aanvoerder. Daar waren de pesterijen niet meegedaan.

'In 1938, ik was 18 jaar, kwam ik van de MULO, met diploma B. Er was veel werkloosheid. En ik had geen idee wat ik wilde worden. Nou ja, naar kantoor of het een of ander. Toen kwam er een functie vrij op het gemeentehuis, voor assistent-schrijver of zoiets. Ik heb gesolliciteerd. En toen heeft de burgemeester in de raadsvergadering gezegd, 'zolang er één katholieke jongen zonder werk is, mogen andersdenkenden niet benoemd worden.' Nou, dat schoot bij mijn moeder in het verkeerde keelgat. Ze schreef een brief naar de minister en het NVV.' De vakbond hielp hem aan een baan. Bij Philips in Eindhoven.

Toen riep het leger hem op. Even kreeg hij uitstel wegens een boekhoudstudie, maar in augustus '39 wikkelde hij de 'puttees' om. 'Ik kwam in Gouda en werd daar ingedeeld bij het 2de regiment wielrijders.' Niet echt een introductie tot plezierig fietsen, al was die interesse in de zomerse dagen vóór de mobilisatie gewekt. 'Er werkten nog meer jongens uit Weert bij Philips. We gingen dan op de fiets heen en weer en toer-de-fransje rijden. Ja, met klassementen en al. Ik wilde graag wielrenner worden. Ik deed wel aan voetballen, ook nog bij 'Wilhelmina 08', en voor mijn doen speelde ik een aardige partij, maar dat racen leek me wel wat. Maar ja, van m'n moeder kreeg ik daar de lengte niet van. Ze was bang me met gebroken benen thuis te krijgen.'

In dienst was het ook gauw met de fiets gedaan. 'Ik begon als tirailleur op de fiets. Toen ging ik over naar de mitrailleurs op de motor en toen naar het pantserafweergeschut. Zat je in de auto met dat geschut achter je aan.' De hele militaire geschiedenis vertelt hij in details. Mijn poging er tussen te komen en de oorlogsjaren over te slaan, is vergeefs. Zijn 'nee, dat wil ik niet' is beslist. Roel vertelt over de capitulatie, zijn terugkeer bij Philips. Zijn opleiding op de Philipsschool in Strijp tot metaalbewerker onder de argwanende ogen van de *Duitse Verwaltung*, die vroeg: *'Was sind das für Leute.'* Zijn onderduiken om aan de *Einsatz* te ontkomen. Hoe vrienden van de voetbalclub hem in het verzet haalden. De Bevrijding in september '44 van het zuiden. Zijn opdracht als BS-er om het gebied van de Willemsvaart en het kanaal Wessem-Nederweert te schonen van NSB-ers, moffenmeiden en collaborateurs. Een taak, die niet paste bij zijn karakter. 'Nee, dat was niet het militaire werk, dat ik zocht. Ik ben toen bij de stoottroepen gegaan. Me vrijwillig gemeld ja. Ik heb met de Amerikanen gezeten in Frankrijk, België, Duitsland.' Hij kan er een boek over schrijven. Ook over de eerste dagen na de Duitse overgave en zijn omzwervingen vanuit Tudderen, waar hij juist gelegerd was, om via de barrière van de waterlinie naar Holland, naar Rotterdam te komen met wat levensmiddelen voor zijn familie. Gekleed in geallieerd uniform werd hij in de uitzinnige stad ingehaald als bevrijder. Bij de Maastunnel vloog hem een meisje om de hals. Vroeg waar hij vandaan kwam. Toen de naam Weert viel, zei ze, 'daar ben ik geboren.' Ze troonde hem mee naar huis. Voor een kopje koffie. Later zocht hij haar weer op, Cobi Winkelman, sinds 8 april 1947 zijn vrouw. De wilde Roel Slegtenhorst van die bevrijdingsdagen zat nog steeds in dienst. Als sergeant en vervolgens als 1e luitenant. Aan 'Indië' is hij ontkomen. Eerst door ziekte, toen door de afkondiging, dat jongens, die langer dan drie jaar in militaire dienst waren, niet hoefden. In Wezep, in Kampen en in Utrecht heeft hij nog dienstplichtigen 'gedrild', toen vond hij het welletjes. Nog enkele malen moest het uniform aan voor herhalingsoefeningen, inmiddels met de drie sterren van kapitein. Maar de krijgsman was een kantoorman geworden, de archivaris-bibliothecaris, de chef Li van de ANWB. Net als in het leger, een doordouwer en perfectionist, die tegen alle weerstand in, de ANWB een professionele bibliotheek en documentatie wilde geven. Hij bereikte een bijna volledige reorganisatie, die neerkwam op centrale inkoop en centrale registratie. 'Een spannende tijd,' zegt hij. In 1981 maakte hij gebruik van de VUT-regeling, maar op hoog verzoek en via een achterdeur ging hij nog met het archief naar Voorschoten. Om de geschiedenis van 100 jaar ANWB op een rijtje te zetten en geschiedschrijver Jan Ankersmit bij te staan. Na het feest, in '84 ging hij definitief. Maar verbonden aan de ANWB bleef hij. Door zijn twee grote hobbies: fotografie en fietsen. 'Voor allebei heb ik bij de ANWB een club opgericht.' In zijn tijd ging die fotoclub elke maand op fotosafari; de fietsclub organiseerde de Landelijke Fietsdag. In zijn donkere kamer thuis in Spijkenisse staat hij nu wat minder, maar fietsen is bijna een verslaving. Die lichamelijke inspanning heeft hij nodig. 'Ik geloof dat als je het lang volhoudt, je lang gezond blijft.'

Tekst en foto's Bram Roozendaal

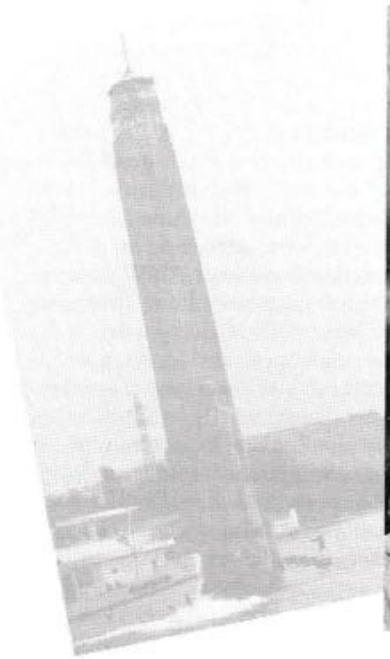
'DIT WAS DE MOOIST MET DE MOOISTE

'Wat hebben we het goed gehad!' Het is de laatste roep van de genieters, die in me blijft rondzingen. We zijn dan al weer op het parkeerterrein van het Hoofdkantoor. Terug van weggeweest. Van twee dagen reizen over hemelsbreed zo'n 350 km zuidwaarts. Maar het lijkt veel langer en verder te zijn geweest. We hebben zo veel gezien, zo veel ervaren. De woensdagmorgen van vertrek is een vage herinnering geworden.

We rijden dan naar Maarsbergen. Nog wat onwennig met elkaar en afwachtend. Ook nog incompleet, omdat één bus vooruit is gesneld om deelnemers 'uit de rest van 't land' uit Utrecht te halen. Maar we vinden elkaar bij de koffie en appelpunt met slagroom. De eerste lafenis uit de hoorn des overvloeds, die 't bestuur van de vereniging langs alle stopplaatsen laat uitpakken. In de Maarsbergse kaasboerderij met museum zie je een splitsing van de interessen. Grijze hoofden verdringen zich voor het 'fotowinkeltje' met de oude klap- en glasplaatcamera's. Weer anderen staan stil bij de knipmutsen, bij de tobbe met wasbord en bij alle andere afgestofte zaken uit eigen jeugdjaren bij moeder- of grootmoeder thuis. En gretig zwemmen de vertederden in de fuik van de kaaswinkel, omdat ze er toch iets van willen meenemen. Maar de bussen wachten en we rijden verder. Met drie touringcars nu. Langs de Veluwezoom en over de grote rivieren. Bekend terrein

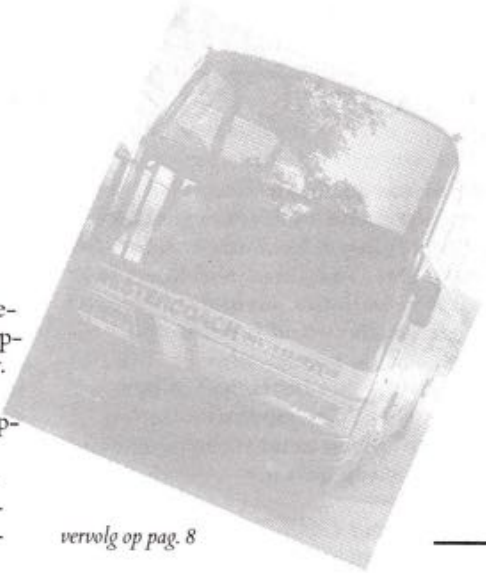
...in de fuik van de kaaswinkel

baliekluiven in het Maastrichtse zonnetje



TE TOCHT
ROUTE'

voor vrijwel al die oud-ANWBers. Hoe vaak zullen ze 't hebben gereden. Met eigen auto, met de caravan, anderen op de fiets. Maar hoe anders ziet dat boerenland eruit vanaf een hoge zetel in een supermoderne bus. We kijken neer op het rustieke en vreedzame platteland, waar alles groeit en bloeit en de boer giert, veeteelt en voortploegt, zoals Werumeus Buning het tot een onverbiddellijke *classic* dichtte. Maar verheven boven de normale ooghoogte is die lappendeken van weiden en akkers als nieuw. De paarden in de wei zijn gracieuser. De koeien, herkauwend in de schaduw van opschietend geboomte en wallen met hakhout, lijken van een schilderij gestapt. De reiger wiekend langs de knotwilgen is opeens een uitheemse wondervogel. We wij-



vervolg op pag. 8

diner in Forst St. Pieter

appelpunten met slagroom in Maarsbergen

manden met broodjes in De Oude Hoeve te Arcen

het afscheidsdiner in De Woerd te Zuilichem

NYPELS MET INITIATIEFWET DE GESCHIEDENIS IN

In de nieuw gekozen Tweede Kamer ontbreekt de bij ouderenorganisaties en -verenigingen bekende Erwin Nypels. Het D-66 Kamerlid heeft het na 22 jaar welletjes gevonden. Nypels (55) heeft zich vooral ingezet voor herstel van de pensioenbreuk. Bovendien nam hij het initiatief tot het wetsontwerp, dat gepensioneerden het recht op een zetel in de pensioenbesturen wilde geven.

Bij zijn afscheid van de Tweede Kamer waren er bloemen en woorden van waardering. Toch kan hij niet helemaal tevreden zijn. De pensioenbreuk bijvoorbeeld is verzacht, maar niet opgelost. Per 1 juni j.l. is voor tweederde van de werknemers (ruim 2,2 miljoen) een regeling getroffen, die bij verandering van werkkring het opgebouwde pensioen min of meer garandeert. Voor de oude gevallen kan echter niets meer worden gedaan. Volgens een woordvoerder van de sociale partners in de Stichting van de Arbeid, zullen de vele tienduizenden werknemers met een nadelige breuk in hun pensioenopbouw moeten leven.

Van de medezeggenschap voor gepensioneerden in de besturen van de pensioenfondsen heeft Nypels een halszaak gemaakt, maar de sociale partners, noch de Kamer mee gekregen. Hij vond ondersteuning bij de ouderenbonden, maar kort voor zijn laatste poging om de Tweede Kamer te vermurwen, lag er nog een brief van de Stichting van de Arbeid, waarin de volksvertegenwoordiging werd ontraden de gepensioneerden een zetel in de fondsbesturen te geven. Niettemin is er toch een voorzichtige basis voor gelegd. Zoals wij in de BUITENBAND van juni j.l. hebben bericht, is besloten tot instelling van een deelnemersraad bij een pensioenfonds met advies- en klachtrecht. Ook hoeven zittende bestuursleden, die 65 jaar worden, op grond van hun leeftijd niet meer op te stappen. Van een deel-succes kan Nypels dus wel spreken.

Tijdens het diner op Fort St. Pieter deelden bestuursleden (hier Gerda Borsje) de blijvende herinnering aan ons jubileum uit, een wegwijzertje naar een verdere toekomst. Alle leden hebben die herinnering inmiddels ontvangen.

BIJ-ZONDERHEDEN

(Herplaatsing wegens wegvallen van de tekening)

Ze was van Buurse naar Enschede gekomen en zou even voor haar zoon naar de ANWB gaan. Ze was het moederlijke type met aangeboren pedagogisch inzicht, zoals bleek uit de wijze, waarop ze probeerde haar beide, woelige kleinkinderen af te houden van de uitgestalde 'oude' fietsen. Op haar beurt wachtend, bestudeerde zij bij herhaling haar boodschappenlijstje en repeteerde voor zich heen wat ze nodig had. Maar het papiertje stak ze weg. Dat vond ze toch beneden haar waardigheid. Ze wist het nu wel, zo oud was ze nog niet.
Ze was aan de beurt. Een autoroute vroeg ze. 'Waarheen mevrouw?' 'Naar Spanje en een snelle, tot Babydorp.' Vraagteken bij de informatrice.
Even spieken. 'Oh nee, het heet Benidorm.' De informatrice verbeet een lach en tekende een gele lijn tot Benidorm.
'En dan een Reis- en Kredietbrief met zo'n plakkertje voor de klapper.' Gelukkig, het kind tegenover haar begreep het zowaar – voor de caravan. En terwijl ze haar blauwe PTT-envelopje en een pen pakte, vroeg ze nog even: 'u accepteert toch wel anti-conceptie-kaarten?'
PUCK

tekening Mario Wijnsoort

vervolg van pag. 7

zen en duiden, kijk daar, en zie je dat. En we blijven het doen, ook als we Arcen en de koffiemaaltijd al voorbij zijn. Het platteland heeft er een dimensie bijgekregen en de zon belicht het op z'n mooist. We boffen. Vooral met het weer. In de bus fluistert de boordradio over *'raindrops keep falling on my head'*, maar Limburg ligt te stoven in de zomerzon. Buiten is het 25 tot 30 graden; binnen houdt de air-conditioning het op de helft.
We hebben 't naar de zin. Ook met elkaar. Dat laten we weten in het hotel, waar vorstelijke kamers worden betrokken met king-size bedden, minibar en kleuren-tv. In de bar, waar 't bestuur vrij drinken aanbiedt en de gastheren en -dames van Golden Tulip Barbizon met bijpassende hapjes rondgaan. We lachen naar elkaar. Sommigen ken je, als vrienden. Anderen alleen uit de verte of van horen zeggen. Maar de ongenaakbaren zijn toeschietelijk, de afstandelijken steken een hand toe. Ze schertsen, maken grappen. 'Zo, dasje om?' en 'meid, wat zie je er sjiek uit.' Want de luchtige vrijetijdskleding is afgelegd. We gaan uit, 'op mooi', dineren op de St. Pietersberg.
Is me dat een uitzicht van het terras van Fort St. Pieter! Aan onze voeten ligt de meest bourgondische stad van het land met de torens van de St. Servaas- en de O.L.

Vrouwekerk. Eerst onder de avondzon, na het 5-gangendiner – jawel, inclusief koffiemet – in de zomernacht onder *floodlight* en duizenden lichtjes. De stemming is vol van tevredenheid. Bij de aanvang van het diner, ingeleid door voorzitster Frankje Noordervliet, die dank verwoordt aan de directie van de ANWB, die voor de viering van het 10-jarig bestaan gulhartig is geweest en aan de chauffeurs, die ons tot dan zonder mankeren hebben gereden. Even verwijlt ze bij de leden, die dit feest niet kunnen meemaken en we zijn een ogenblik stil. Dan heeft ze een verrassing voor ons. Een tastbare herinnering, een verzilverd paaltje dat blijvend aan deze mijlpaal laat denken. Dat trouwens naar alle leden gaat, naar de thuisblijvers. Nog voor we aan het ijs toe zijn, heeft Loes Kolkert (84) de voldaanheid van alle deelnemers al onder woorden gebracht en het bestuur bedankt voor wat is geweest en wat nog komen zal.

VAREN NAAR LUIK

Als we terugrijden, denkt Maastricht nog niet aan slapen. Al is het midden in de week, de subtropische augustusavond wordt lang uitgebuit. Er klinkt muziek, de terrassen zijn vol, levendig, vrolijk. Maar de meeste bondsnestoren verlangen naar hun bed. 't Is mooi geweest vandaag. De andere ochtend aan het uitgebreide buffetontbijt blijkt de nacht kort genoeg te zijn geweest. Maar als de koffers naar de bus worden gedragen, zeggen ze, wel of niet uitgeslapen, 'zo'n luxe hotel, dat is toch een belevenis.' En het volgende hoogtepunt wacht al weer. Langs de Maasboulevard, waar we aan boord gaan van een Stiphout-salonboot. Op het achterdek in de zon is het dringen. Binnen vormen zich aan de tafels groepen van zes. Daar worden ook de gesprekken voortgezet van de vorige dag en avond. 'Oude koeien uit de sloot halen,' noemen ze dat. Verhalen over de 'Parkstraat'. Over de mannen, die 't maar getroffen hadden in het bondsleven, nog wel eens 'een tussendoortje' hadden, leuke ontmoetingen, reisjes, en de vrouwen maar thuis zitten bij de kinderen 'met waterpokken en rooie hond'. Gierend van de lach zegt de een tegen de ander,'Ik merk dat ik niet alleen geleden heb.' En, 'mijn man was met de ANWB getrouwd, maar nu heb ik hem voor mij alleen.' De zegeningen van VUT en pensioen. Onderwijl is er weer eten en drinken. Nog vóór de Stop van Ternaaien koffie met vlaai en op driekwart van de 150 km vaartocht naar Luik een koffietafel van jewelste. Het schutten van de Maas naar het Albertkanaal leidt tot opgetogen interesse en berekeningen. Jan Korstjens komt me vertellen dat er wel 1,2 miljoen liter water in de sluis van Ternaaien gaat. In uitgelaten stemming gaan we van boord en met de wachtende bussen terug van 't 'buitenland' naar eigen Limburg. Maar de chauffeurs van Westercoach, Michèl Peer (bus 1), Jerry Biesaart (2) en Harry v.d. Beek (3), rijden ons niet rechtstreeks noordwaarts. Ze laten ons zien, waarom de liedjesschrijver ooit het 'wie sjoen oos Limburg is' op papier zette. Je leest wel van op hol slaande bussen, maar die van ons klimmen en dalen *smooth* langs het fruit van Gronsveld en St. Geertruid, de vakwerkhuizen en -schuren van Mheer en Noorbeek, door 't rustige Sibbe en het lawaaiige Valkenburg. Hoe bekend het velen ook is, door de blik vanuit een hoge zitplaats ziet iedereen het Mergelland met nieuwe ogen. Zelfs Thorn is later anders. Een witte zondoorbakken smeltkroes, waar we uitwaaieren over de terrassen voor ijs, bier en frisdrank.
Over de snelweg huiswaarts is er na de file bij Brest nog één oponthoud: het afscheidsdiner in De Woerd te Zuilichem: soep, tournedos met alles wat daarbij valt uit te stallen en geflambeerde kersen over een heuvel van ijs en slagroom. Een van de filosofisch ingestelde deelnemers hoor ik zeggen 'ik schep genoegen in het welbehagen'. Maar oud-portier Jo Marinus (83) vat het 'moe maar voldaan' van deze tweedaagse dik tevreden aldus samen: 'Ik heb heel wat tochtjes meegemaakt. Maar dit was de mooiste, met ook de mooiste route.'

Tekst en en foto's Bram Roozendaal

DANK VAN DE VOORZITTER

Bij het afscheid hebben velen van u mij gevraagd, de leden van het bestuur te bedanken voor de fijne dagen, die ongetwijfeld enige voorbereiding hebben gevraagd. Op deze wijze – in de Buitenband – breng ik uw woorden van dank gaarne over. Zij hebben ook tijdens de excursie veel werk verzet, zodat alles als vanzelfsprekend kon verlopen.
Daarnaast verdienen de medewerkers van Westercoach, Rederij Stiphout, Hotel Barbizon en het restaurant Fort St. Pieter onze dank voor hun voortreffelijke dienstverlening.
De directie van de ANWB zijn wij zeer erkentelijk voor de verleende extra subsidie, waardoor het mogelijk werd ter gelegenheid van ons 10-jarig bestaan een tweedaagse tocht te maken.
Ook de leden, die de excursie niet konden bijwonen, zijn in onze gedachten gebleven. De herinnering aan ons jubileum, de miniatuur bondswegwijzer, hebben zij inmiddels via de post ontvangen (zo niet, bericht ons even).
Het bestuur van de Vereniging van Gepensioneerden komt op 18 september weer in vergadering bijeen in het kader van de behartiging van de belangen van onze leden.

Wij hopen dan ook dat uw belangstelling voor 'uw vereniging' blijft groeien. Wij gaan weer verder met het oogsten van datgene, dat tijdens de jonge jaren van de VG-ANWB is gezaaid en met hetgeen in onze tijd de volle aandacht vereist.
Ik wens u allen – namens het bestuur – het beste toe.

Frankje Noordervliet

Oo WeeWee

Achttien jaar geleden schreef ik over de Wegenwacht, over de vindingrijke technici, die altijd een oplossing bij de hand hebben, als je auto het af laat weten. In 1971 om precies te zijn. Een mens wordt er nostalgisch van. Ik ontdekte toen al op station Pauwmolen, dat de heren meer waren dan handige kerels. Ze zijn diplomaten, geruststellers, verplegers bij ongevallen, maar bovenal gastheren langs de weg. Geliefd bij onze leden. Aan psychologen had ik nog niet gedacht. Daarop kwam ik pas na het lezen van de artikeltjes van de voormalige chef Planken Wambuis in de Arnhemse Courant. 'Belevenissen van een Wegenwachter door W.A. Rombout'. Met permissie speel ik leentjebuur.

Jaap Groeneveld uit Bennekom moest op maandagmorgen om half zeven aan de bak. Voor de middag was hij alweer thuis, maar wel met een hand in verband en de arm in mitella. Hoe overkomt een wegenwacht zoiets?

Er was een auto gestopt met een vrouw achter het stuur. Haar auto vertoonde kuren. Achterin zat een loeres van een hond met wel een trouwhartig snuit. Opeens schoot Jaap een voorval te binnen van een collega. Bij hem was tijdens een reparatie plotseling een hond uit de auto gesprongen. En prompt was het dier door twee passerende wagens overreden.
Met deze ervaring in het achterhoofd, verzocht Groeneveld de bestuurster, meer voor de hond dan voor hemzelf, het beest goed in de gaten te houden. Helaas. Toen hij met zijn rechterhand even te dicht bij de auto kwam, hapte de hond toe. Waarschijnlijk om het vrouwtje te beschermen. Met bloedende hand en geschrokken meldde Jaap de 'aanranding' per mobilofoon. Op naar de dokter. Hij kreeg een injectie en moest met de hand een week rust nemen. Weg van de snelweg.

tekening Jaap Jasperen

Wim Rombout heeft nog een moraal achter de hand.äWees voorzichtig met het openen van een portier als je een hond in de auto ziet. Denk er ook aan, dat zo'n dier altijd het bezit van z'n baas wil beschermen. Wees ook voorzichtig met handen schudden door een geopend portierraam. Een gewaarschuwd mens telt voor twee. En een hap-tonoom kun je maar beter uit de weg blijven.

Tine den Boer

UIT DE BESTUURS-VERGADERING

Zoals in de Algemene Vergadering van maart j.l. aan het lid Zijlstra is toegezegd, heeft het bestuur navraag gedaan naar de 'continu reisverzekering', zoals die door ANWB/Unigarant wordt aangeboden. Ondanks dat ook het bestuur van oordeel is, dat de uitsluiting van 65-plussers discriminerend moet worden genoemd, kon vooralsnog geen wijziging worden verkregen. Naar verluidt zou deze reis-, bagage-, ongevallenverzekering bedoeld zijn voor regelmatig reizende zakenlieden. Het bestuur blijft niettemin pogen deze verzekering in het faciliteitenpakket opgenomen te krijgen. Ook zal op verduidelijking in het Handboek worden aangedrongen.
In de bestuursvergadering van 20 juli j.l. is tevens de suggestie van de heer Meijsen besproken. Daar niet meer dan drie adhesiebetuigingen zijn binnengekomen (van de heren Allersma, Koens en Looyen), concludeert het bestuur, dat voor een jaarlijkse medische keuring onder de gepensioneerden onvoldoende belangstelling bestaat. Daarenboven blijkt dat – ook in medische kring – nogal verschillend over de zin van zo'n keuring wordt gedacht. Iedereen kent zijn eigen lichaam het best en kan als daar aanleiding toe bestaat voor het meten van bloeddruk of andere contrôles zijn huisarts raadplegen. Dank zij het Standaard Polis Pakket is men daar zelfs voor verzekerd. Penningmeester Carel Jurgens klaagt dat – ondanks herhaalde maning – ongeveer 25 leden nog steeds hun contributie over 1988 niet hebben betaald. Degenen, die dit aangaat, worden dringend verzocht dat bedragje van f. 15,– op zijn rekening over te maken.

VEEL OUDEREN IN ANWB-TOP

Er is sprake van een ware 'gerontocratie', heerschappij van ouderen, in raden van commissarissen bij bedrijven. Daar heerst een oververtegenwoordiging van ouderen en bovendien van mannen. Dat is ook zichtbaar in instituten als de KNVB en de ANWB. Dit constateert de Leidse antropoloog prof. dr A. Köbben, die een onderzoek naar het functioneren van ouderen publiceerde onder de titel 'Oud en machteloos'. Dat laatste heeft betrekking op de plaats van ouderen in het machtsapparaat. Zo concludeert de zelf 64 jaar oude hoogleraar, dat ouderen nog nooit zo slecht vertegenwoordigd zijn geweest in de Tweede Kamer als nu. Slechts 5 procent van de Kamerleden is ouder dan 60 jaar. Daar staat tegenover dat 17 procent van de bevolking tot de ouderen behoort en dat is 20 procent van de kiezers. Als reden meent hij, dat oudere Kamerleden het enerzijds voor gezien houden en anderzijds zich door de ambitie van jongeren opzij laten duwen. Volgens prof. Köbben vinden ouderen het bijna onbetamelijk zich kandidaat te stellen voor een politieke functie.

Oud en jong samen in de trein, maar voortaan wel na 9 uur 's morgens

KOKEN MET PAUL VAN DER MEIJ

Loempia, lekker! Maar we gaan er nu eens niet voor naar de Chinees. We maken ze zelf. Alleen voor de loempiavellen gaan we naar de toko. Je moet het jezelf ook niet te moeilijk maken. Welaan dan.

LOEMPIA MET KIP

Benodigdheden
8 loempiavellen
1 dubbele kipfilet
100 g taugé
100 g champignons
100 g prei
1 ei

Voor de marinade
1dl zoete soja
halve ui
1 dl witte wijn
1 bolletje gember

Hak de halve ui fijn en doe die bij de soja. Doe hetzelfde met het bolletje gember. Voeg vervolgens de witte wijn toe. Snij nu de kipfilet in reepjes en leg ze 24 uur in de marinade.

De volgende dag wast u de champignons, prei en taugé. Dan de champignons in dunne plakjes snijden en de prei in reepjes. Haal de kipfilet uit de marinade en meng die met de prei, taugé en champignons. Voeg peper en zout naar smaak toe.
Leg de loempiavellen uit en leg de vulling in een baan onderaan op de vellen. Vouw de buitenste randen (niet onder- en bovenrand) plm. 1 cm naar binnen om. Bestrijk nu het gehele loempiavel met het losgeklopte ei. Rol daarna de loempiavellen op en frituur ze in vet van 180° tot de loempia's knappend goudbruin zijn. De marinade kan tevens dienst doen als koude saus.

LOEMPIA MET PADDESTOELEN

Benodigdheden
200 g champignons
200 g oesterzwammen
150 g cantharellen
8 loempiavellen
halve ui
1 teentje knoflook
kwart liter room
50 g bieslook
75 g boter

Was de verschillende soorten paddestoelen en snij ze in stukjes. Hak de knoflook en de ui zeer fijn. Doe de boter in een braadpan en voeg de paddestoelen, ui en knoflook toe. Doe er zout en peper naar smaak bij. Bak dit plm. 10 min.
Schep de paddestoelen uit de pan en laat ze uitlekken in een zeef. Doe nu de room bij het vocht in de braadpan en laat dit inkoken tot sausdikte. Voeg als laatste de in kleine stukjes geknipte bieslook toe. rDoe de saus in een kommetje en houd de saus warm. Leg de loempiavellen uit en ga met de uitgelekte paddestoelen te werk als met de kip bij de vorige loempia's.

LOEMPIA MET VIS

Benodigdheden
100 g gekookte mosselen
100 g Noorse garnalen
halve prei
halve wortel
halve venkel
1 banaan
1 mespuntje kerrie
1 cl pernod

Voor de saus
1dl tomatenketchup
25 g gemberbolletjes
1 sinaasappel
1 mespuntje sambal

Was de prei, wortel en venkel en snij ze in blokjes. Voeg hierbij de mosselen, garnalen en de in plakjes gesneden banaan. Breng alles op smaak met peper, zout, kerrie en de pernod. Meng alles goed door elkaar.
Leg nu de loempiavellen uit en ga met de vulling te werk als bij de kiploempia's.
Pers voor de saus de sinaasappel uit en doe hierbij de gemberbolletjes, tomatenketchup en de sambal. Meng alles goed door elkaar. Serveer de saus bij de gefrituurde loempia's.

150 BEJAARDEN MISHANDELD

In Nederland zijn vorig jaar 150 mensen van 65 jaar en ouder mishandeld. Daarbij ging het niet uitsluitend om lichamelijke mishandeling, maar ook om verwaarlozing en materieel misbruik. In een deze zomer uitgebracht rapport 'Mishandeling van ouderen' van het Nationaal Centrum voor Geestelijke Volksgezondheid worden deze gegevens 'het topje van de ijsberg' genoemd. Er worden voorbeelden gegeven van lichamelijke mishandeling door personeel van bejaardenoorden en verpleeghuizen, van psychische verwaarlozing en van materieel misbruik door eigen kinderen. Het pleidooi van de onderzoekers, een centraal meldpunt voor mishandeling in te stellen, wordt gehonoreerd door de Algemene Nederlandse Bond van Ouderen (ANBO).

HERDRUK

Onderzoek I
Een beet door een mijt kan de oorzaak zijn van een dementieel beeld. Dit staat in het vierde nummer van *Geriatrie in de praktijk,* een blad voor huisartsen over geneeskunde voor 55-plussers. Er is onderzoek gedaan bij vier patiënten, waarvan één man van 75 jaar, die besmet waren.
LeefTijd

Onderzoek II
Ouderen hebben na een maaltijd vaak tijdelijk een lagere bloeddruk. Een van de manieren om dat tegen te gaan, is voor het eten een kopje koffie te drinken. Dit adviseert R. Jansen, die op 2 juni promoveerde op een onderzoek naar bloeddrukdaling bij oudere mensen.
LeefTijd

Onderzoek III
Oudere vrouwen vallen vaker dan oudere mannen. Samen hebben ze gemeen, dat hoe ouder ze worden, hoe groter de kans is om te vallen. Dat blijkt uit een onderzoek, dat in 1988 in Engeland is verricht onder ruim vierduizend mensen, die ouder zijn dan 65 jaar.
LeefTijd

Onderzoek IV
Uit een onderzoek van de Rijksuniversiteit van Groningen naar verschillende vooroordelen over oudere mensen: Gebleken is dat ouderen niet per sé een gevaar zijn in het verkeer. Soms verkeren ze zelfs in een veiliger positie dan jongeren. De capaciteit van de hersenen gaat weliswaar iets achteruit, maar ook dit levert niet noodzakelijk problemen op in het dagelijks leven, aldus de onderzoekers.
LeefTijd

Kwaliteit
De Vereniging van Directeuren van Bejaardenoorden (VDB) gaat een stelsel van kwaliteitsbewaking ontwikkelen. De directeuren willen komen tot een stelsel, waarin onafhankelijke teams samen met de leiding van een tehuis de gang van zaken beoordelen.
Senior

Seniorenlening
Sinds half april kan iedereen met een Seniorenlening van de Verenigde Spaarbanken, die bedoeld is voor mensen van 60 jaar en ouder, een overlijdensrisicoverzekering afsluiten. (..) De kosten voor deze verzekering zijn afhankelijk van de looptijd en van de hoogte van het leenbedrag.
Samen op Weg (ANBO)

MAGISCHE VIERKANTEN

	A				B				C			
I	1 W	2 R	3 A	4 T	1 A	2 R	3 T	4 S	1 T	2 A	3 P	4 S
	2 R	E	C	U	2 R	A	A	T	2 A	U	L	A
	3 A	C	H	T	3 T	A	X	I	3 P	L	U	G
	4 T	U	T	U	4 S	T	I	L	4 S	A	G	E
II	1 E	2 R	3 W	4 T	1 R	2 Y	3 S	4 T	1 S	2 T	3 A	4 I
	2 R	A	A	R	2 Y	V	E	R	2 T	O	K	O
	3 W	A		E	3 S	E	L	A	3 A	K	E	R
	4 T	R	E	K	4 T	R	A		4 L	O	R	K
III	1 A	2 O	3 R	4 S	1 I	2 T	3 E	4 M	1 P	2 E	3 L	4 S
	2 O	O	I	T	2 T	R	I	O	2 E	X	I	T
	3 R	I	T	E	3 E	I	N	D	3 L	I	G	A
	4 S	T	E	M	4 M	O	D	E	4 S	T	A	M

W Aters Nijs Waterniis

A I

1. huidverdikking
2. bewijs van ontvangst
3. cijfer
4. ballet rokje

A II

1. peulvrucht
2. vreemd
3. trekvisnet met zak in het midden
4. tocht/luchtstroom

A III

1. onvriendelijk
2. te eniger tijd
3. cultus gebruik
4. spraakorgaan

B I

1. beroep
2. deel van bijenkorf
3. vervoermiddel
4. rustig

B II

1. graansoort
2. noest
3. rustteken (muziek)
4. leer

B III

1. hetzelfde
2. drietal
3. slot
4. gebruik in kleding

C I

1. konisch
2. gehoorzaal
3. schroefbout
4. volksoverlevering

C II

1. ruimte voor vee
2. Ind. winkel
3. emmertje
4. boom

C III

1. vacht
2. uitgang
4. verbond
4. deel van een boom

De beginletters vormen achter elkaar gelezen de naam van een vogel.

De oplossing van deze 'magische vierkanten' vóór 20 oktober a.s. opsturen naar mw. J.C. Verniers, Juliana van Stolberglaan 180, 2595 CM Den Haag.
De winnaar wacht een cadeaubon ter waarde van f. 25,–.

OPLOSSING JUNI 1989

1. burgemeester, 2. ornitoloog, 3. nertskweker, 4. duivenmelker, 5. slangenbezweerder, 6. varkenshouder, 7. orgeldraaier, 8. oesterkweker, 9. rietdekker, 10. zilversmid, 11. ingenieur, 12. tonijnvisser, 13. touwslager, 14. eendenfokker, 15. rattenvanger.

De eerste letters vormen Bondsvoorzitter.

Uit de goede oplossingen is de naam getrokken van J.K. Looyen te Sassenheim. De prijs is onderweg. Proficiat.

INLOOPMIDDAG REGIO DEN HAAG

De oproep van het verenigingsbestuur, te komen tot gespreide aktiviteiten in de regio, heeft in Den Haag respons gekregen. Daar is het initiatief genomen tot een maandelijkse 'inloopmiddag' voor alle belangstellende leden en hun partners in de Haagse regio. Een aanzet tot bijpraten en/of nader kennismaken ter versteviging van de onderlinge band. Gekozen is voor de 4de dinsdag van de maand. De eerste 'inloopmiddag' waar de VG-ANWBers van Den Haag e.o. worden verwacht is derhalve op DINSDAG 26 SEPTEMBER a.s., vanaf 15.00 uur in café-restaurant CORNER HOUSE, Laan v. Meerdervoort 209 (bij hoek Reinkensstraat). De consumpties zijn uiteraard voor eigen rekening. De volgende inloopmiddagen zijn op dinsdag 24 oktober en op 28 november.
Het bestuur van de VG-ANWB hoopt, dat dit eerste initiatief een kans krijgt. Eveneens, dat ook elders in het land soortgelijke initiatieven worden genomen. De BUITENBAND staat er voor open.

BETER SLAPEN DOOR VITAMINES

Door bepaalde vitamines, mineralen en ginseng (extract van Chinese plantewortel) aan de voeding van ouderen toe te voegen, kunnen storingen in het slaapritme worden tegengegaan. Dit heeft dr G. Kerkhof van de Leidse universiteit geconstateerd na een experiment met de voeding van dertig bewoners van een verzorgingsflat en een verpleeghuis. Een aanvullend onderzoek van de rijksuniversiteit van Limburg wees uit, dat bij 75% van de ouderen die ginseng gebruiken, moeheid en futloosheid afnemen.