

PANTEIN

extra

*Tilly kan weer
fijn fietsen*

Uw **tuin klaar** voor
de toekomst

*Persoonsalarmering
geeft een veilig
gevoel*

Slimme technologie
helpt om zelfstandig
te blijven

Inboedelverzekering

Waarom de inboedelverzekering via Aon?

Met de inboedelverzekering via Aon zijn alle losse spullen in en om het huis verzekerd tegen schade, diefstal of huishoudelijke ongelukjes. Het gaat hierbij om spullen die u kunt verplaatsen zoals meubels, elektrische apparatuur of kunst.

Standaard Aon Cyberhulp bij uw inboedelverzekering

De Aon Cyberhulp biedt hulp bij cyberincidenten zoals het hacken van uw bestanden, diefstal van uw identiteit of virussen die uw computer gijzelen.

Voordelen van de inboedelverzekering via Pantein

Extra:

- Brand en diefstal
- Sieraden, antiek en kunst
- Schade door huishoudelijke ongelukjes
- Spullen in uw garage zijn verzekerd
- Gebroken ramen met de aanvullende glasdekking
- Standaard hulp bij cyberincidenten
- Veranderingen aan uw huurwoning

Scan de QR-code en bereken direct uw premie.



Of kijk op <https://www.aonverzekeringen.nl/panteinextra>





4 Dienstverlener aan het woord

Persoonsalarmering geeft een veilig gevoel

5 Xtrkr

6 Uw tuin klaar voor de toekomst

8 Eropuit dit voorjaar

Dagtochten en korte reis met Goeie Reis!

10 Slimme technologie voor thuis

12 Ledenactie: met korting naar Toverland

13 Extra persoonlijk

14 Voorjaarspuzzel

16 Dienstenoverzicht

16 Vernieuwd: Pantein Extra Voordeelplein

9 In beweging blijven met een hometrainer

Jan Lucius (78):

Ik wil elke dag wel op de hometrainer!



Toekomst

Dit voorjaar kijken we graag met u naar de toekomst. Het is goed om daar op tijd over na te denken. Wat is er nodig om zo veilig en comfortabel mogelijk te blijven wonen? Bent u op zoek naar informatie of inspiratie maar weet u niet waar te beginnen? Ook daar ondersteunt Pantein Extra u graag bij.

Wij hebben al een tijdje een fijne samenwerking met T-Huiz in Oss en Den Bosch. Verderop in dit magazine vindt u meer informatie over dit mooie initiatief waar u in de praktijk (technologische) voorzieningen en hulpmiddelen kunt zien en uitproberen. En heeft u in huis alles op orde maar vraagt de tuin nog veel onderhoud in plaats van plezier en ontspanning te geven? Een van onze hoveniers geeft u in dit magazine alvast een paar tips. Ook als u nu gezond en vitaal bent is het verstandig om na te denken over de toekomst. Dan kunt u stap voor stap zaken op tijd regelen. Hopelijk draagt dit magazine daar een beetje aan bij.

Namens Pantein Extra wens ik u een fijn voorjaar en veel leesplezier.

Viviane Kellenaers

Colofon

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

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

Lid worden?

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



Persoonsalarmering geeft een **veilig** gevoel

Met persoonsalarmering maakt u met één druk op de knop contact met een meldcentrale. Bijvoorbeeld als u bent gevallen of u als u zich onveilig voelt. Als het nodig is, wordt een van de contactpersonen ingeschakeld en bij een acute situatie de hulpdiensten. Dat geeft een veilig gevoel.

Soms vindt iemand het zelf belangrijk dat er alarmering komt, maar ook de kinderen of andere mensen uit de omgeving vinden dit vaak een prettig idee. 'Het kost soms even tijd om eraan te wennen dat dit een goede oplossing kan zijn', zegt Toine de Greef, monteur bij CSI Persoonsalarmering. Hij komt bij mensen thuis en installeert de alarmering. 'Iemand kan kiezen voor een alarm om de pols of de hals. Bij het halsalarm kunt u kiezen voor een luxe uitvoering in de vorm van een mooie ketting met hanger.' Toine sluit de alarmering aan en neemt de tijd om uit te leggen hoe alles werkt. Dan wordt de alarmering getest. 'Dan zie je soms echt rust op het gezicht van de klant: nu is het goed geregeld, nu voel ik me veilig. Ik vind dat altijd een mooi moment.'

Altijd dragen Het is natuurlijk belangrijk dat iemand zoveel mogelijk, liefst altijd, de alarmknop draagt. 'Als mensen deze 's nachts afdoen en op hun nachtkastje leggen, moeten ze er wel aan denken om deze weer om te doen als ze naar het toilet moeten. Juist dan is er een groter risico om te vallen, omdat iemand nog slaperig is.'

Ook raadt Toine aan om de alarmknop te dragen als iemand naar de winkel of ergens op bezoek gaat. 'Buiten het eigen huis en de tuin werkt de persoonsalarmering niet. Toch is het beter om deze om te houden. Stel iemand komt thuis met de boodschappen en valt in de keuken, terwijl de alarmknop op de salontafel ligt: dan schiet het zijn doel voorbij.'

In acute situaties is het belangrijk om snel te handelen. Een telefoon is dan vaak te omslachtig. Ook dragen mensen die niet dag en nacht bij zich, zeker niet onder de douche. 'Dat kan met deze alarmering wel. Binnen een halve minuut heeft u contact en de juiste hulp komt op gang.'

Voordeel voor leden Pantein Extra

Als lid van Pantein Extra ontvangt u korting op de aansluitkosten en een maandelijkse korting op de abonnementskosten van sociale alarmering. Bij sociale alarmering worden contactpersonen uit uw eigen omgeving gewaarschuwd als er iets aan de hand is. Wilt u meer informatie of sociale alarmering aanvragen, kijk dan op www.panteinextra.nl/alarmering of bel naar Pantein Extra 0485-84 54 54.

Nieuw:

voordeel op theaterbezoek in uw regio

Sinds kort kunt u op vertoon van uw ledenpas gebruik maken van voordeel op geselecteerde theaters in uw eigen regio. Uw ledenvoordeel bestaat uit korting op uw tickets voor geselecteerde voorstellingen. Deelnemende theaters en voorstellingen vind u op www.panteinextra.nl/theater en op www.panteinextra.nl/voordeelplein.



Gratis puzzelboeken voor leden

Puzzelfans opgelet! PuzzelBrein is een dik puzzelblad. In iedere uitgave staan 36 verschillende puzzels zoals: kruiswoordpuzzels, sudoku's, woordzoekers en cryptogrammen. Met iedere puzzel kunt u een prijs winnen. De waarde van de totale prijzenpot is ruim € 20.000,-. Het puzzelblad komt iedere vier weken uit en wordt verspreid onder de abonnees. Leden van Pantein Extra kunnen nu gratis 2 puzzelboeken ontvangen ter waarde van € 27,50. Zonder verplichtingen. U zit niet aan een abonnement vast en betaalt geen verzendkosten. Na het invullen van het aanmeldformulier ontvangt u het puzzelblad twee keer thuis. U kunt hiermee zelfs meedingen naar de prijzenpot. Op www.panteinextra.nl/puzzelboek leest u alle voorwaarden en kunt u het aanmeldformulier invullen.



Oproep! Loopt u mee met de Vierdaagse?

Pantein Extra zoekt deelnemers van de Nijmeegse Vierdaagse! Het lijkt nog ver weg, de Nijmeegse Vierdaagse start op 16 juli, maar voor veel deelnemers zijn de voorbereidingen weer begonnen. Meer dan 45.000 wandelaars, waaronder vast en zeker ook leden van Pantein Extra, komen in juli naar Nijmegen om vier dagen 30, 40 of 50 kilometer te wandelen. Wij komen graag in contact met deelnemers aan de Vierdaagse die het leuk vinden om in ons Pantein Extra magazine iets te vertellen over hun deelname. Misschien omdat u loopt met een bijzondere beweegreden, uw eerste wandelervaring wilt delen of juist al heel vaak meegedaan heeft. Wilt u uw verhaal en ervaring met anderen delen, mail dan naar: extra@pantein.nl (onderwerp Vierdaagse magazine) of telefonisch via 0485-84 54 54.

Nieuwe dienstverleners

Wij stellen graag onze nieuwe dienstverleners aan u voor. Wilt u gebruik maken van een van onze diensten? Dat kan via de website www.panteinextra.nl of bel naar Pantein Extra: 0485 - 84 54 54.

Anita Cornellissen
Kapster



Silvie van der Wijst
Kapster



Suzanne Hoefnagels
Kapster



Nicky de Vaan
Mobiele fietsenmaker



Willy Habraken
Mobiele fietsenmaker





En zijn volop mogelijkheden om uw tuin klaar te maken voor de toekomst, zodat u vooral tijd hebt om te genieten'



Het veranderende klimaat vraagt om anders tuinieren, onder meer vanwege natte winters en droge, hete zomers. Los van het klimaat heeft u misschien ook wel de wens om uw tuin wat aan te passen zodat het gebruik en het onderhoud makkelijker wordt. Er zijn volop mogelijkheden om uw tuin klaar te maken voor de toekomst, zodat u vooral tijd hebt om te genieten.

Uw tuin klaar voor de toekomst

Tot een jaar of tien geleden hadden mensen heel andere wensen voor hun tuin.

‘Mensen kozen vaak voor onderhoudsvrij, of beter gezegd onderhoudsarm’, vertelt Bernie Verheijen van Deco Tuinen uit Rijkevoort. ‘Veel tegels, weinig groen en niet zo veel aandacht voor de afwatering.’ Tegenwoordig is dat écht anders. ‘Mensen willen hun steentje bijdragen aan het klimaat en zien dat dit ook nodig is. Het is verstandig om meer

groen in de tuin te hebben. Dat hoeft niet veel meer tijd te kosten aan onderhoud als je het goed aanpakt’, zegt Bernie. ‘Het water vasthouden en weer teruggeven aan de tuin kan op verschillende manieren. Ook de beplanting speelt een rol. En het ziet er nog steeds heel aantrekkelijk uit.’

Een tuin in goede balans en met voldoende voedingsstoffen heeft daarna minder onderhoud nodig. Ook kunt u werken met een onderhouds- en bemestingsplan. Voor de grote klussen kunt u iemand inhuren, terwijl u zelf -als u dat wilt- nog heerlijk bezig kunt zijn met tuinieren en het kleinere onderhoud.

Stenen of groen Goede paden en een fijn terras of meerdere plekken waar je kunt zitten, zijn onmisbaar in de tuin. Zo kunt u de tuin vanuit verschillende hoeken bekijken. Het is handig om hier grote tegels voor te gebruiken. Die zijn makkelijker schoon te houden en er kruipt minder onkruid tussen. Ook is het fijn als u bijvoorbeeld wat slechter ter been bent. Mooie borders met planten geven de tuin sfeer. Met de bloemen komen er ook meer insecten in uw tuin. Zij eten bijvoorbeeld bladluizen of rupsen en doen zo nuttig werk.

Afwatering De zomers worden steeds droger. In andere periodes is het vaak erg nat. Infiltratiekragen onder de grond kunnen het overtollige regenwater opvangen en langzaam weer teruggeven aan de tuin. Ook een regenton is heel nuttig. U vangt daarmee water uit de dakgoot op en kunt hiermee de planten water geven.



Een veranderend klimaat vraagt ook om andere planten (die niet al te veel onderhoud vergen). Zo kunt u denken aan lampenpoetersgras, zonnehoed, kattenkruid, verbena of lavendel. Deze kunnen vrij goed tegen droogte. In de winter hebben ze minder last van de natte grond.

Potten en bakken Als u moeite heeft met bukken zijn potten en bakken op hoogte een uitkomst. Dit is trouwens ook heel fijn op

een balkon dat u sfeervol in wilt richten. U kunt er makkelijk bij met de gieter om water te geven of om dode bloemen en blaadjes te verwijderen. De insecten zijn u dankbaar!

Verlichting Mooie verlichting geeft sfeer aan uw tuin of balkon. Maar het is ook praktisch en veilig om goede verlichting te hebben. Denk bijvoorbeeld aan lampen die aanspringen als het gaat schemeren. Zo hoeft u nooit in het donker naar het schuurtje en heeft u goed overzicht.

Techniek staat voor niets Er zijn allerlei handige snufjes voor in de tuin. Denk aan een automatisch beregeningssysteem dat u naar wens in kunt stellen zodat uw tuin niet verdroogt en een robotgrasmaaier die helpt het gras regelmatig te maaien. Zo houdt u de tuin in goede gezondheid. Het is mogelijk om op verschillende plekken in de tuin elektriciteit aan te leggen om bijvoorbeeld een oplaadstation voor uw fiets te plaatsen.

Korting voor leden van Pantein Extra Pantein Extra werkt samen met verschillende hoveniers. Als lid ontvangt u bij deze aangesloten hoveniers een voordeel op de tarieven van hun services. Voor informatie over tarieven en dienstverlening in uw regio belt u naar Pantein Extra, 0485- 84 54 54 of gaat u naar www.panteinextra.nl/tuinservice.

Lekker weg in het **voorjaar** met Goeie Reis!



5 dagen Noordoostpolder 27 mei t/m 31 mei 2024

Ga mee naar de Noordoost polder, waar u verblijft in het sfeervolle hotel 't Voorhuys in het gezellige centrum van Emmeloord. De ideale uitvalsbasis voor een gevarieerde vakantie. Bij het verblijf zijn verschillende excursies inbegrepen zoals het oude vissersdorp Urk, het Windmolenpark, Junglepark Pantropica en natuurreserveaat de Weerribben.



Dagtocht naar Paleis 't Loo Dinsdag 21 mei 2024

Een compleet dagje uit! U start na aankomst met een lunch bij de Koninklijke stallen. Daarna bezoekt u het Paleis. U kunt 2 verschillende audiotours beluisteren. Ook de prachtige barokke tuin wordt natuurlijk niet overgeslagen. Uw bezoek wordt afgesloten met koffie en voordat u thuisgebracht wordt kunt u nog genieten van een 2-gangen diner.



Dagtocht Biesboschmuseum Woensdag 26 juni 2024

Een heerlijk dagje genieten tijdens een vaartocht door de Biesbosch. Deze dagtocht start met een lunch in het museum, daarna vaart u met een fluisterboot door het natuurgebied. Aansluitend is er gelegenheid het Biesbosch Museum te bezoeken en wordt koffie met koek geserveerd om uw bezoek af te sluiten. Op de terugweg wordt gestopt voor pannenkoeken en ijs.

Prijzen en meer informatie? Kijk op www.panteinextra.nl/reizen of bel naar Pantein Extra via 0485 - 84 54 54.

** binnen een straal van 20 km vanaf de gemeente Maashorst wordt u gratis opgehaald en thuisgebracht.*

ADVERTORIAL

Geniet van **lekker eten**, zonder zelf te hoeven koken

Met Maaltijd Thuis heeft u in een handomdraai een lekkere en gezonde maaltijd op tafel. Als maaltijdservice aan huis zijn we er om u te voorzien van de juiste voedzame maaltijden op maat.

Met aandacht bereid Of u nu op zoek bent naar gemak of niet altijd in de gelegenheid bent om te kunnen koken, wij helpen u graag. Kies wekelijks uit meer dan 30 verschillende voedzame maaltijden op ons menu, bereid met verse ingrediënten. Variërend van Nederlandse klassiekers tot verrassende wereldse gerechten. Zo kunt u elke dag zorgeloos gezond eten, ook als u een dieet heeft.

Met liefde gebracht Uw maaltijden worden wekelijks op een vast bezorgmoment door een vaste bezorger persoonlijk bij u thuis gebracht. Zo staat er wekelijks een vertrouwd gezicht voor uw deur waardoor u niet alleen ons leert kennen, maar wij ook u. We doen graag dat stapje extra en zetten bijvoorbeeld met plezier de maaltijden voor u in de koelkast of helpen u bij het plaatsen van een nieuwe bestelling.



Bent u nieuw bij Maaltijd Thuis? Probeer ons proefpakket van 4 maaltijden voor € 24,-. Als lid van Pantein Extra profiteert u altijd van gratis bezorging (t.w.v. € 2,99) en korting op de maaltijden. Kijk voor meer informatie op www.maaltijdthuis.nl of neem telefonisch contact op via 0888 - 10 10 10. *We helpen u graag.*



In beweging met een hometrainer

Met een hometrainer kunt u blijven bewegen. Ook als het slecht weer is of als u (tijdelijk) niet buiten kunt fietsen. Voor Jan Lucius (78) is het ideaal om te revalideren.

Elke dag een halfuur stevig doortrappen. Dat doet Jan sinds een paar maanden op zijn hometrainer, gekocht bij Medicura. 'Ik ben eigenlijk altijd actief geweest en ga graag wandelen en fietsen. Door omstandigheden moest ik revalideren en ging dat niet', vertelt hij. 'Ik ging naar de fysiotherapeut en daar zat ik regelmatig op de hometrainer. Dat beviel me prima, zo iets wilde ik elke dag wel en het bleek ook nog eens goed voor mijn herstel.'

Alle leeftijden Een hometrainer kan helpen bij revalideren maar ook bij conditie trainen, recreatief sporten en zelfs trainen op topniveau. Een hometrainer is dan ook geschikt voor alle leeftijdsgroepen, van beginners tot gevorderden. U kunt op uw eigen niveau blijven bewegen.



Jan had al eerder hulpmiddelen gehuurd en gekocht via de Medicura Zorgwinkel. 'Ze geven goed advies. Met de hometrainer had ik natuurlijk al ervaring bij de fysiotherapeut, dus daar hoefde ik niet veel uitleg over.'

In het voorjaar gaat Jan zeker weer buiten fietsen. 'Maar ik vind dit een goede aanvulling en ik kan er mijn conditie mee verbeteren. Dus de hometrainer blijft zeker niet werkloos stilstaan.'

Advies? Vraagt u zich af welk hulpmiddel het beste bij uw wensen past? Kom dan gerust langs voor advies in de Medicura Zorgwinkel. Leden van Pantein Extra ontvangen korting op alle huur en koopartikelen bij Medicura. Ook op bijvoorbeeld een hometrainer.



1.  

2.  

3. 

Scan de QR-code voor actuele prijzen en meer informatie

medicura.nl/trainingshulpmiddelen

medicura zorgwinkel

Trainingshulpmiddelen

Versterk uw spieren en gewrichten

Bewegen is belangrijk voor een gezond en gelukkig leven. Tijdens het bewegen gebruikt u uw spieren en gewrichten intensief. Daarom is het belangrijk om zowel uw spieren als gewrichten te ondersteunen en te trainen, zeker tijdens een revalidatie. Door het gebruik van de trainingshulpmiddelen nemen uw spieren weer snel in sterkte toe en wordt uw mobiliteit bevorderd. Hierdoor blijft u vitaal en voelt u zich fit.

Thuiszorgwinkels bij u in de buurt

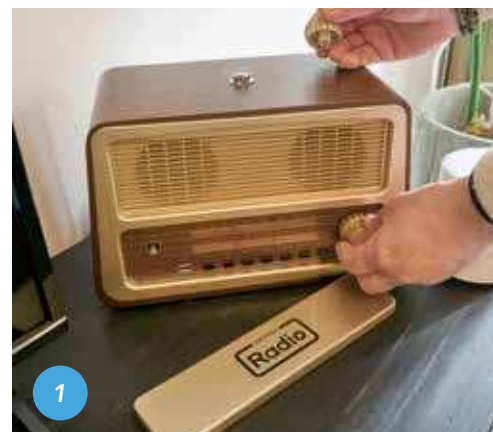
- ▶ Helmond, Geysendorfferstraat 7
- ▶ Uden, Nistelrodeseweg 10
- ▶ Oss, Gezondheidslaan 1
- ▶ Boxtel, Liduinahof 35

088 007 11 00



1. Tunturi F20 hometrainer - art. 1011559 | 2. Fietstrainer - art. 1008289 | 3. Fysic FW-18 elektrische fietstrainer - art. 1008550 advertentie

Slimme technologie helpt om **zelfstandig**



Er zijn veel slimme oplossingen om het dagelijks leven net wat makkelijker te maken. Snufjes en technologie met het oog op comfort, gemak en veiligheid. Zo bent u voorbereid op de toekomst.

Zo op het eerste gezicht is T-Huiz in Oss een heel gewone woning. Dat is het ook als je binnenkomt, behalve dat het hier barst van de handigheidjes. T-Huiz staat voor technologie thuis, met de nadruk op zorg. Hier vindt u allerlei slimme snufjes, technologische oplossingen maar ook eenvoudige hulpmiddelen of aanpassingen die er op verschillende manieren voor zorgen dat iemand thuis kan blijven wonen. T-Huiz heeft twee locaties, een woning in Oss en een woning in Den Bosch. Daar kunt u in de praktijk zien hoe al die technologie werkt en hoe makkelijk het is.

De meeste mensen hebben (on)bewust al heel wat handige technologie in huis. Denk aan de deurbel (Ring) met camera of slimme verlichting. 'Het is niet iets engs of ingewikkelds', vertelt Bernadette Joris. Zij is coördinator bij T-Huiz. 'Er is heel veel mogelijk en het is zonde om daar geen gebruik van te maken.'

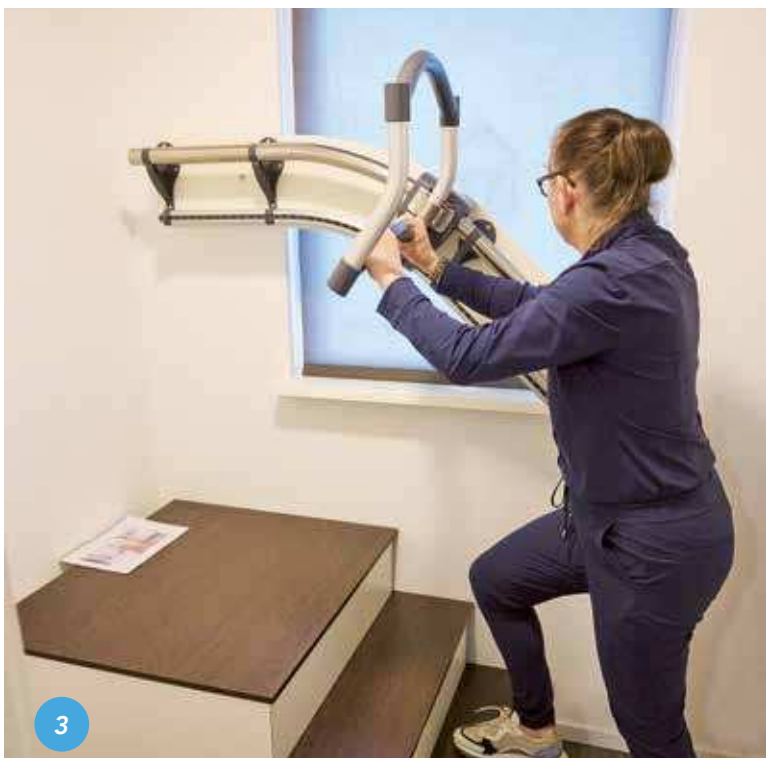
Eigen regie Met hulp van technologie en slimme hulpmiddelen kan de zorg worden ontlast en krijgt iemand zelf meer regie. 'Denk aan mensen die een staaroperatie hebben gehad en hun ogen moeten druppelen. Die krijgen een instructie hoe ze dat met een speciale druppelbril zelf kunnen doen, noemt Bernadette als voorbeeld.

Toepassing Jeroen Hankel is projectleider zorgtechnologie bij Brabantzorg. Hij weet alles van slimme oplossingen. 'Het gaat niet om de snufjes of technologie zelf, het gaat ons om de toepassing. Waar heeft iemand last van of moeite mee en hoe kun je dat oplossen? Dat is altijd het vertrekpunt. Stel iemand slaapt slecht omdat hij piekert, dan kan een speciaal kussen met een hartslag en adembeweging iemand geruststellen. Voor iemand anders kan juist een radio die eenvoudig te bedienen is een uitkomst zijn.'

Toegankelijk T-Huiz is gestart vanuit een initiatief van Brabantzorg, BrabantWonen en Koning Willem 1 College, maar toegankelijk en bereikbaar voor iedereen. Er is een samenwerking met verschillende organisaties waaronder Pantein (Extra). 'Waarom zou je allemaal het wiel zelf uit moeten vinden, terwijl er al zoveel is?', zegt Bernadette. Bij T-Huiz zijn meer dan zeventig oplossingen te vinden, op het gebied van slapen tot huishouden, van medicatie tot voeding en van veiligheid tot sociale contacten.

Denk aan: aangepast bestek of tuingereedschap voor iemand met artrose, een automatische medicijn dispenser die weet of de medicijnen zijn uitgenomen, een loep met licht

te blijven wonen



of een smart-lock die zorgt dat de deur met een druk op de knop of op afstand met een app op slot wordt gedaan.

Meer weten? Via T-Huiz kunt u informatie en advies krijgen en kunt u in de praktijk ervaren hoe kleine voorzieningen al een groot verschil kunnen maken. U kunt op afspraak langsgaan bij T-Huiz maar daarnaast zijn Pantein Extra en T-Huiz ook regelmatig samen op andere plekken in de regio aanwezig om voorlichting en informatie te geven. Daarover informeren we u via onze nieuwsbrief en website.

Veel hulpmiddelen of oplossingen die u bij T-Huiz kunt bekijken en uitproberen, kunt u via de ledenservice met voordeel of advies aanschaffen bij onder andere Medicura, de partner voor hulpmiddelen van Pantein Extra, zie ook www.panteinextra.nl/medicura.

1. **Retro radio.** Te bedienen met een enkele knop.
2. **Easysteppers.** Blijven traplopen, zelfs wanneer het niet meer helemaal lukt om uw benen hoog op te tillen.
3. **Assistep.** Solide en stevige ondersteuning bij traplopen.



Tip van Pantein Extra

Pantein Extra trekt samen op met T-Huiz op het gebied van informatie en voorlichting. Daarnaast bieden we zelf ook slimme oplossingen aan via onze partners Medicura en BBrain.

Leden van Pantein Extra ontvangen € 50,- korting op de aanschafprijs van de BBrain Family.

Meer informatie over deze producten vindt u op www.panteinextra.nl/bbrain.

BBrain

Family klok

De BBrain Family klok is een klok die op afstand te beheren is door familieleden, vrienden en zorgverleners

van ouderen en mensen met dementie. Via een app beheren contactpersonen afspraken in de agenda en kunnen zij herinneringen over bijvoorbeeld het innemen van medicijnen of een bezoek van de fysiotherapeut verzenden. Zo kan de klok ondersteuning geven bij de dagelijkse planning en structuur. Het sturen van berichten, het delen van foto's en de mogelijkheid om te beeldbellen, verhoogt de sociale betrokkenheid en draagt bij aan het verminderen van eenzaamheid.



BBrain muziekspeler

Voor senioren en mensen die lijden aan dementie is het vaak lastig om de hedendaagse radio's of muziekspelers te bedienen.

De BBrain muziekspeler daarentegen is dankzij de eenvoudige functies gemakkelijk te bedienen. Met één druk op de knop, kun je deze muziekspeler persoonlijk instellen zodat je zelf of je partner of familielid geen problemen meer heeft met het bedienen van de muziekspeler.



Met **korting** welkom in Toverland!

**Speciaal
voor
leden**



Op 25 en 26 mei of 1 en 2 juni 2024 bent u welkom met korting in Toverland! Een gegarandeerd magische en betoverende dag voor u en uw gezelschap. Als lid van de Pantein Extra ontvangt u op deze dagen flinke korting op de entreeprijs, gratis parkeren én korting in de horeca. Deze actie is exclusief voor leden van Pantein Extra.

Via www.panteinextra.nl/toverland kunt u tot 24 mei uw tickets, inclusief de gratis parkeerkaart, voor deze leden-dagen met korting online bestellen.

De voordelen op een rijtje:

- Tickets zijn geldig op 25 en 26 mei, 1 en 2 juni 2024.
- Entreprijs volwassenen: € 27,50 euro (i.p.v. € 39,50).
- Entreprijs kind 90 tot 140 cm: € 21,50 (i.p.v. € 31,50).
- Gratis parkeerticket t.v.w. € 10,-.
- 5% korting in alle horeca en winkeltjes van Toverland.

apetito

Met zorg bereid.

Speciaal voor u **Probeer nu een seizoensdoos met 7 lente maaltijden!**

Wat uw woon- of eetsituatie ook is: bij apetito willen we u culinair verrassen. Laten genieten van gemak... met onze keuze uit 130 vriesverse maaltijden! 7 ervan kunt u nu proberen in een lente proefpakket voor circa € 44,-! Normale prijs € 60,-.

Om het pakket compleet te maken, doen we er 2 heerlijke bijgerechten bij, namelijk een lentesoep en appelcompote. Gratis aan huis bezorgd en zonder verdere verplichtingen. Dat smaakt naar meer toch?

Eet u natriumarm, vegetarisch of glutenvrij? Vraag naar de mogelijkheden. Leden van Pantein Extra krijgen 10% korting op alle vervolbestellingen. Ga naar apetito.nl/seizoensdoos of bel 088 - 2012 123 en maak uw keuze. Vermeld bij de bestelling actiecode: 101-PANTEIN04C24. Eet smakelijk!

Deze actie is enkel voor nieuwe klanten en geldt t/m 31 mei 2024. Kijk voor de overige voorwaarden op apetito.nl/seizoensdoos

7 maaltijden
halen, slechts
5 betalen!

www.apetito.nl/seizoensdoos

Tilly Classens (76) kon na een operatie nauwelijks meer lopen en fietsen, terwijl dat haar lust en haar leven was. Een Tworby was dé oplossing. 'Nu heb ik mijn vrijheid weer terug. En dat is ook fijn voor mijn man Henk.'



Tilly Classens: 'Kijk, dit is mijn Mercedes'

Hobby's heeft Tilly nooit echt gehad, behalve fietsen en werken. 'Ik kom uit een groot gezin en daar was geen tijd voor hobby's. Daarna kreeg ik zelf een gezin en heb ik 31 jaar in de komkommerkwekerij van mijn zwager gewerkt.' Na haar pensioen werkte ze gewoon door, in het siringen- en rozenbedrijf van haar dochter. Daar ging ze elke dag op de fiets heen. 'Tien kilometer heen en terug.'

In 2022 kreeg Tilly een nieuwe heup. 'Ik had bergen energie, maar last van mijn heup. Dus ik hoopte na de heupoperatie mijn oude leven weer op te kunnen pakken.' Helaas liep dat anders. Er raakten zenuwen beschadigd, waardoor ze zelfs nauwelijks nog kon lopen. Er volgde een zwaar jaar met veel revalidatie, maar echt goed herstellen deed ze niet meer. 'Het is heel frustrerend, maar je moet er dan toch het beste van maken.'

Fiets om laten bouwen Dat ze niet meer kon fietsen, vond ze verschrikkelijk. 'Wij gingen overal op de fiets naartoe, weer of geen weer. Heerlijk vonden we dat!' Samen met Henk fietste ze toch zeker zo'n 3000 kilometer per jaar. In Noord-Limburg, de regio waar ze wonen, maar ook op andere plekken in Nederland. Dan verbleven ze graag een paar

dagen in een hotel om mooie fietstochten te maken en lekker te eten. 'Echt genieten was dat, het is jammer dat dat niet meer lukt.'

De ergotherapeut wees haar op de mogelijkheid om haar eigen fiets om te laten bouwen tot driewieler: een Tworby. 'We hadden net samen nieuwe elektrische fietsen gekocht, dus dit leek zeker een goede oplossing.'

Ze hadden een Wmo-gesprek met de gemeente over de aanpassing van de fiets en dit kon worden geregeld. 'Ik kan er heel goed mee uit de voeten en ben er zo ontzettend blij mee!' Nu kunnen ze weer zo'n veertig kilometer fietsen, al kost het wel wat meer moeite dan voor de operatie. Tilly: 'Dat geeft niet, dat is een kwestie van accepteren. Deze fiets is voor mij geen driewieler, het is mijn Mercedes. Het geeft me mijn vrijheid terug.'

In sommige gevallen kunt u via de Wmo in aanmerking komen voor een vergoeding bij de aanschaf van de Tworby. Daarover kunt u informatie krijgen bij uw gemeente. Wilt u zelf de Tworby aanschaffen en bent u lid van Pantein Extra dan kunt u gebruik maken van ledenvoordeel. Meer informatie over Tworby: www.panteinextra.nl/tworby.

Voorjaarspuzzel

F	S	Z	I	E	P	L	T	N	R	S
E	R	U	L	L	A	P	P	E	L	W
G	R	S	I	S	J	C	D	K	E	O
I	D	J	T	K	T	N	T	C	V	L
R	N	E	P	R	E	W	N	I	U	K
U	N	E	E	Z	K	R	O	K	E	E
D	R	Z	D	W	K	A	Z	R	N	N
E	O	O	A	A	Z	R	K	I	T	I
G	O	R	U	N	Z	S	O	E	E	A
N	T	F	I	T	S	A	L	O	N	K
O	T	U	A	S	T	O	B	T	S	E

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

- | | |
|----------|------------|
| ACTIE | KWARTO |
| ALLURE | LASTEN |
| APPEL | NOODZENDER |
| BOTSAUTO | ONGEDURIG |
| ENTEN | SALON |
| EUVEL | STIFT |
| GOZER | SUIKERZIEK |
| INWERPEN | TOORN |
| KAKEN | WANTS |
| KENIA | WOLKEN |
| KERKS | ZADEN |
| KETJAP | ZUSJE |
| KICKEN | ZWEED |
| KROOS | |

De oplossing

Doet u mee met onze voorjaarspuzzel? Ook deze editie is er weer een leuke prijs te winnen; een praktische blad/tuinafval mand, een bijpassende paraplu en een mooie buitenplant t.w.v. € 45,- Deze prijs wordt u aangeboden door Deco Tuinen, een van de hoveniersbedrijven waar wij mee samenwerken. U doet mee door de oplossing van deze puzzel voor 15-05-2024 te versturen naar extra@pantein.nl of via de post naar Pantein Extra, Postbus 288, 5830 AG Boxmeer. Vermeld s.v.p. uw naam, adres, telefoonnummer en e-mail bij uw inzending. De winnaar ontvangt persoonlijk bericht en wordt op onze website bekend gemaakt. Over de uitslag wordt niet gecorrespondeerd. De oplossing van de puzzel uit het vorige magazine is 'fijne feestdagen': Wij mochten een voetenwarmer uitreiken aan de prijswinnaar; mevrouw J. Peters uit Veghel. Wij wensen u veel plezier met uw prijs.



** Pantein Extra behoudt zich het recht om foto's te maken tijdens het uitreiken van de prijs en deze foto's gedurende een periode van één jaar na de uitreiking te mogen publiceren in het Pantein Extra Magazine, Pantein Extra website of social media. Over de uitslag kan niet worden gecorrespondeerd.*



Pantein Extra werkt samen met een aantal hoveniers die u graag ontzorgen bij onderhoud, aanleg of herinrichting van uw tuin. Snoeien, maaien of andere werkzaamheden, de hoveniers van Pantein Extra draaien hun handen er niet voor om. Een van deze hoveniers is Deco Tuinen, zij geven in dit magazine enkele tips maar komen ook graag bij u langs om u te ondersteunen bij uw tuin(onderhoud). Deco Tuinen staat voor creatieve tuinontwerpen, tuinonderhoud, tuinaanleg, sierbestrating, boomonderhoud en metselwerk, alles onder één dak voor uw tuin. Meer informatie kunt u opvragen via www.panteinextra.nl/tuinonderhoud of door te bellen naar 0485-84 54 54.



Voor alle zorg thuis

Heeft u zorg nodig?
Wij zijn er graag voor u.
Bel 0900 - 8803

www.thuizorgpantein.nl

Persoonlijke verzorging
Verpleging
Thuisbegeleiding
Specialistische verpleging
Terminale zorg

Pantein Extra maakt uw leven makkelijker

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

Persoonlijke verzorging

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

Handig aan huis

- Belastingenservice
- Budgetcoach
- Computerservice
- Dakgootreiniging
- Fietsenmaker
- Glazenwasser
- Klussenservice
- Mantelzorgmakelaar
- Professional organizer
- Schilderservice
- Sociale alarmering
- Tuinservice
- Verhuisservice
- Witgoedreparatie
- Zicht op Geld

Korting

- BBrain
- Geselecteerde klassieke concerten
- Geselecteerde zwembaden
- Medicura zorgwinkels
- Notaris
- Restaurant Maasziekenhuis
- Restaurants geselecteerde zorgcentra
- Rijbewijskeuring
- Schadeverzekeringen
- Tworby
- Vietsplan
- Voordeelplein
- Zorgverzekering VGZ en CZ

Ontspanning

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

Pantein
extra

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



Gratis een fotoboekje



Gratis 60 dagen Bookbeat; luisterboeken en e-books



Vernieuwd: het Pantein Extra Voordeelplein

Leden kunnen op het Pantein Extra Voordeelplein profiteren van kortingen op de leukste uitjes, workshops en producten. Recent is het Voordeelplein vernieuwd, nog overzichtelijker en toegankelijker voor iedereen. Om gebruik te maken van het Pantein Extra Voordeelplein dient u zich eenmalig te registreren*. Dat gaat vanaf nu eenvoudig met uw lidnummer en uw e-mailadres. Na registratie kunt u gebruik maken van een ruim aanbod speciaal voor u geselecteerde aanbiedingen. Dit seizoen kunt u bijvoorbeeld gratis een leuk fotoboekje maken

t.w.v. € 6,99 of 60 dagen gebruik maken van **Bookbeat**, een app waar u 800.000 luisterboeken en e-books vindt. Gaat u er liever op uit? Probeer dan een van de gratis fiets of wandelroutes van Hiking & Biking, ook terug te vinden op het Pantein Extra Voordeelplein.

Meer informatie www.panteinextra.nl/voordeelplein.

*Heeft u al een account aangemaakt in het verleden hoeft u zich niet opnieuw te registreren, u kunt inloggen met uw bekende gegevens.

Wilt u ook lid worden van Pantein Extra?

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

Gegevens nieuw lid - doorlopende machtiging

Hierbij machtig ik Pantein Extra, Dokter Kopstraat 2, 5835 DV Beugen, om tot wederopzegging, met directe ingang, eenmaal per jaar de lidmaatschapsbijdrage van € 22,50 van mijn bankrekening af te schrijven. Kijk op www.panteinextra.nl.

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

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

Aanmelden kan ook via www.panteinextra.nl/lid-worden, per mail via extra@pantein.nl of telefonisch via 0485 - 84 54 54. De machtiging kan te allen tijde worden ingetrokken. U heeft 56 dagen de gelegenheid om uw bank het bedrag terug te laten boeken. De leveringsvoorwaarden van Pantein Extra vindt u op onze website. Incassant ID: NL85ZZZ410843210000.