Senioren
Vereniging Waalwijk

sinds 1950

Belastingaangifte 2025

Belastingaangifte doen

Belastingaangifte doen is **verplicht** als je een aangiftebrief van de Belastingdienst hebt ontvangen. De aangifte moet je voor 1 mei indienen. Het beste kun je aangifte doen in de tweede helft van maart. Zeker als je geld terugkrijgt. Dan heb je het geld voor 1 juli op je bankrekening staan.
Wij geven je **tips** voor het invullen van de belastingaangifte. Van het verzamelen van de informatie tot en met wat je nog kunt doen als je een vergeten belastingvoordeel ontdekt ná verzending van de aangifte.
Ook leggen we uit of je **fiscaal partner** bent of niet. Als fiscaal partners kun je bepaalde inkomsten en **aftrekposten** op de voordeligste manier verdelen bij de belastingaangifte.
Bekijk ook:
Aan de slag met je aangifte (stappenplan)

Nieuw in de aangifte inkomstenbelasting over 2024

De vermogensrendementsheffing verandert. Dit is de **belasting over je vermogen.**

Je kunt kiezen of je belasting betaalt over je **werkelijke rendement** of voor de belasting over het rendement dat de Belastingdienst bepaalt. In je aangifte kun je nog niets met het werkelijke rendement. Dat wordt achteraf geregeld met een speciaal formulier.
Alle veranderingen en de wijzigingen in het aangifteprogramma staan in het artikel: '**Nieuw in de aangifte 2024**'.

Tips voor belastingaangifte

De Belastingdienst vult veel informatie voor je in, maar de meeste **aftrekposten** moet je zelf aandragen om belastingteruggave te kunnen krijgen. Denk aan de aftrek voor zorgkosten, giften en aanvullend **sparen voor je pensioen**. Hoeveel je terugkrijgt hangt af van je **belastingtarief in de belastingschijf** waarin je valt.
Lees meer over:
Gebruik deze tips voor het invullen van de belastingaangifte

Hypotheek en je belastingaangifte

Heb je ook zo'n moeite met die vragen over de hypotheek? Goed nieuws, we hebben alle vragen voor je uitgewerkt en voorzien van toelichting. En we beantwoorden de meestgestelde vragen over hypotheeksituaties.
Lees meer over:
uitleg over de hypotheekvragen
Veelgestelde vragen over hypotheken en je aangifte

Stappenplan controle belastingaangifte

We hebben ook een stappenplan gemaakt om je aangifte nog een keer te controleren voor je deze gaat verzenden. Zo loop je de meest voorkomende aftrekposten nog eens langs.
Bekijk ook:
Wij helpen je de belastingaangifte te controleren

Mijn persoonlijke situatie

Met onze handige overzichten die toegespitst zijn op doelgroepen haal je meer uit je belastingaangifte. Ben je een **jongere**, (bijna) **gepensioneerd, net gescheiden** of een **huizenbezitter?** Dan wijzen we je op extra aandachtspunten. Ook bij het afwikkelen van de aangifte inkomstenbelasting voor iemand die is **overleden,** kan wat extra informatie en tips soms goed van pas komen.

Tips voor belastingaangifte

De Belastingdienst vult veel informatie voor je in, maar de meeste **aftrekposten** moet je zelf aandragen om belastingteruggave te kunnen krijgen. Denk aan de aftrek voor **zorgkosten**, giften en aanvullend **sparen voor je pensioen**. Hoeveel je terugkrijgt hangt af van je **belastingtarief in de belastingschijf** waarin je valt.

Lees meer over:
Gebruik onze tips voor het invullen van de belastingaangifte

Hypotheek en je belastingaangifte

Heb je ook zo'n moeite met die vragen over de hypotheek? Goed nieuws, we hebben alle vragen voor je uitgewerkt en voorzien van toelichting. En we beantwoorden de meestgestelde vragen over hypotheeksituaties.
Lees meer over:
Uitleg over de hypotheekvragen
Veelgestelde vragen over hypotheken en je aangifte

Stappenplan controle belastingaangifte

We hebben ook een stappenplan gemaakt om je aangifte nog een keer te controleren voor je deze gaat verzenden. Zo loop je de meest voorkomende aftrekposten nog eens langs.
Bekijk ook:
Wij helpen je de belastingaangifte te controleren

Mijn persoonlijke situatie

Met onze handige overzichten die toegespitst zijn op doelgroepen haal je meer uit je belastingaangifte. Ben je een jongere, (bijna) gepensioneerd, **net gescheiden** of een **huizenbezitter?** Dan wijzen we je op extra aandachtspunten. Ook bij het afwikkelen van de aangifte inkomstenbelasting voor iemand die is **overleden**, kan wat extra informatie en tips soms goed van pas komen.

Belastingaangifte: te laat of oneens

Als je verwacht niet op tijd belastingaangifte te kunnen doen, dan kun je tot 1 mei 2025 gemakkelijk **uitstel aanvragen** bij de Belastingdienst. Dit kan je wel geld kosten: rente. Dit kun je voorkomen met een **voorlopige aanslag**. Maar ben je onaangekondigd te laat, dan is de kans dat het je geld kost nog groter. De Belastingdienst kan daarvoor namelijk een boete opleggen, maar dat doen ze **pas na herinneringen.**
Ben je het oneens met een aanslag inkomstenbelasting, dan kun je **bezwaar tegen deze aanslag maken**. Dat kan ook als je het oneens bent met een aanslag erfbelasting of een **toeslag**.

Belasting besparen

Je kunt veel belasting besparen als je sommige dingen nét even anders doet. Niet alleen op het moment van de aangifte, maar vooral ook door het jaar heen. Bijvoorbeeld door aan het einde van het jaar onze belasting **eindejaartips** door te nemen, als je eind 2024 meer vermogen hebt dan het heffingsvrije vermogen voor het belastingjaar 2025. Maar ook de meeste aftrekposten kun je veel beter benutten als je vooraf de regels kent.
Lees meer over:

Gebruik onze 10 belastingtips om in 2025 belasting te besparen

---

Senioren Toneel Waalwijk

Senioren Toneel Waalwijk bestaat ruim 46 jaar

Het Senioren Toneel Waalwijk is een prachtige groep die met veel enthousiasme en toewijding het toneelspel beoefent. Met 18 actieve leden zijn ze al 46 jaar een vaste waarde in Waalwijk en brengen ze jaarlijks een mooi stuk op de planken. In het verleden droeg het de naam ‘Bejaarden Toneel Waalwijk (BTW)’ en heet nu Senioren Toneel Waalwijk. (STW). De dinsdagmiddag repeteer-sessies, onder begeleiding van een ervaren regisseuse, zorgen ervoor dat de spelers hun rollen goed kunnen voorbereiden en perfectioneren.

Het is mooi om te zien dat de spelers ook buiten de reguliere repetities om met elkaar samenwerken, bijvoorbeeld door thuis te oefenen. Dit getuigt van hun betrokkenheid en liefde voor het theater. Het plezier dat ze beleven aan het toneelspelen straalt ongetwijfeld af op hun uitvoeringen, waardoor ze het publiek keer op keer weten te vermaken. Het Senioren Toneel Waalwijk is een waardevolle aanvulling op de culturele scene in de regio en biedt een inspirerende activiteit voor ouderen die hun passie voor theater willen delen. Heeft u interesse om mee te doen? Of misschien wilt u gewoon eens komen kijken? U hoeft zich geen zorgen te maken over ervaring; de regisseuse staat klaar om u te begeleiden en te ondersteunen in het proces.

Na de repetities op Dinsdagmiddag is er altijd tijd voor een gezellig samenzijn met een kopje koffie of thee, waar we kunnen napraten en ervaringen delen.
Als u nieuwsgierig bent en meer wilt weten, aarzel dan niet om contact met ons op te nemen via het mailadres van Ben van den Bogaard de secretaris van het gezelschap .
benvandenbogaard@gmail.com

Tot slot heeft Senioren Toneel Waalwijk een optreden in Theater de Leest in Waalwijk op Zondag 30 Maart.
Het optreden begint om 14.30u en de kosten zijn 15,= euro. Incl. pauzedrankje
Zij spelen :"HET KAN NIET GEKKER" , het stuk bestaat uit drie leuke eenakters.

We kijken ernaar uit om u te verwelkomen in onze toneelgroep.

Oog voor Elkaar

Praat vandaag over morgen.
Senioren zijn zelf aan zet!

Het Platform Oog voor Elkaar, een samenwerkingsverband van ouderenverenigingen Sprang-Capelle, Waalwijk en Waspik, organiseert een aantal bijeenkomsten onder het motto: *Praat vandaag over morgen.* Het is bedoeld voor alle inwoners van 55+. Het doel is de zelf- en samenredzaamheid van senioren te vergroten en te komen tot initiatieven die aansluiten bij de (lokale) behoeften en mogelijkheden.

Niet goed voorbereid
Senioren willen graag in hun vertrouwde omgeving blijven wonen, hun zelfstandigheid zoveel mogelijk behouden, naar elkaar omzien, maar ook passende zorg krijgen als dat nodig is. Maar dat is allemaal niet meer zo vanzelfsprekend in deze tijd. Dat komt onder andere door de sterke vergrijzing en het personeelstekort in de zorg. Het uitstellen van beslissingen over de eigen woon/zorg-toekomst en pas iets gaan ondernemen als het te laat is, kan er toe leiden dat senioren de regie verliezen die ze juist zo graag willen behouden.

Van vergrijzingsangst naar samenredzaamheid
Om wonen, zorg en welzijn nu en in de toekomst goed vorm te geven is een krachtenbundeling van seniorenverenigingen, gemeenten, zorgaanbieders en woningcorporaties nodig. Van vergrijzingsangst naar samenredzaamheid is onze gezamenlijke opdracht! Maar dat begint met goed geïnformeerd zijn en samen nadenken over de toekomst.

Bijeenkomsten
De eerste bijeenkomst geeft een kijkje in de toekomst. We gaan ook in gesprek over concrete casussen en we bespreken de rol van de buurt als het gaat om eenzaamheid en veiligheid. Deze bijeenkomst wordt in alle kernen georganiseerd volgens het volgende schema:

Sprang - Capelle	23 april 2025, 14.00 – 16.30u	065457657
Waalwijk	15 mei 2025, 14.00 – 16.30u	065457657
Waspik	20 mei 2025, 14.00 – 16.30u	065457657

Na de zomer zullen ook nog 2 bijeenkokmsten worden georganiseerd. Een met speciale aandacht voor het ***Wonen*** en de ander voor ***Zorg***.

Interesse?
De bijeenkomsten zijn gratis inclusief een kopje koffie. U kunt zich aanmelden via bovenstaand telefoonnummer.

Dit project wordt mede mogelijk gemaakt door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport in samenwerking met Senioren Brabant-Zeeland.

Parkeerschijf

Mag u de tijd afronden of verzetten van een parkeerschijf en meer vragen en antwoorden
Op plekken met een blauwe zone kan een parkeerschijf gebruikt worden om gratis een beperkte tijd te parkeren. Mag u de tijd dan afronden bij het instellen van de schijf? En mag u die verzetten wanneer de tijd is verstreken? De antwoorden op deze en meer vragen vindt u hieronder.

Hoe werkt een parkeerschijf?
In veel gemeenten wordt gewerkt met blauwe zones, oftewel parkeerzones. In zo'n zone geldt een maximale parkeerduur. Gangbaar is 2 uur, maar het kan ook korter of langer zijn. De maximale parkeerduur wordt aangegeven met verkeersborden. Daarnaast is de stoeprand in deze gebieden gemarkeerd met een blauwe lijn. Er geldt tevens een parkeerverbod indien er langer wordt geparkeerd dan de parkeerduur die op het bord is aangegeven. Op de parkeerschijf stelt u de tijd in waarop u de auto parkeert, niet tot hoe laat u er wil staan. Parkeert u in zo'n zone, dan is een parkeerschijf verplicht, maar het is niet verplicht om de schijf standaard bij u te hebben.

Waar moet een parkeerschijf geplaatst worden?
De parkeerschijf moet goed zichtbaar zijn in de auto. Leg hem daarom achter de voorruit, zodat controleurs hem direct zullen zien.

Mag u de tijd op de parkeerschijf afronden?
Het is toegestaan om de tijd op de parkeerschijf tijdens het instellen naar boven af te ronden, is te lezen op de website van de overheid **(Artikel 25, punt 4)**. U moet hem namelijk instellen op het hele of halve uur. Parkeert u om 14.03 uur, dan mag u hem dus op 14.30 uur zetten. Op die manier kunt u dus 27 minuten langer parkeren dan de maximale parkeertijd.

Mag u de tijd van de parkeerschijf opnieuw instellen wanneer die verstreken is?
Is de maximale parkeerduur verstreken, dan mag u de tijd op de parkeerschijf níét verzetten naar een volgende maximale parkeerduur. Doet u dit wel, dan kunt u daar een boete voor foutparkeren voor krijgen, van 120 euro. Het is dan weer wel toegestaan om de auto naar een andere plek in de blauwe zone te verzetten en de parkeerschijf opnieuw in te stellen. Dit wordt gezien als een nieuwe parkeeractie. De parkeerschijf mag ook geen automatisch mechanisme hebben dat tijdens het parkeren de tijd aanpast.

Parkeerschijf op gehandicaptenparkeerplaats
Ook voor een gehandicaptenparkeerplaats kan een maximale parkeerduur gelden. In dat geval moet u ook een parkeerschijf gebruiken. Ze hebben niet altijd een blauwe stoeprand, dus let goed op de borden. Voor de rest geldt in een gebied met een blauwe zone meestal dat er naast de gehandicaptenparkeerkaart geen parkeerschijf neergelegd hoeft te worden, maar dat verschilt per gemeente, dus controleer dat altijd. Bijvoorbeeld via **gehandicaptenparkeerkaart.nl**.

Mag een Nederlandse schijf ook in een ander land met een parkeerschijfzone gebruikt worden?
Zolang u hem in een auto met een Nederlands kenteken gebruikt, mag u uw Nederlandse parkeerschijf in de gehele Europese Unie gebruiken. Rijdt u in een auto met een buitenlands kenteken, dan heeft u een lokale schijf nodig. De ANWB tipt dat die vaak bij benzinepompen verkrijgbaar zijn.

(Bron: Rijksoverheid.nl, ANWB. Foto: Shutterstock)

ZonMw

Maart Darmkankermaand

Deze maand is het darmkankermaand. ZonMw financiert verschillende onderzoeken op het gebied van het vroeg opsporen van darmkanker. Want bij vroegtijdige ontdekking, is de kans op genezing groter en de behandeling minder zwaar.

› Meer over darmkankeronderzoek

Voor de gehele nieuwsbrief van ZonMw
Klik Hier..

Mayonaise maken

Zo maakt u zelf gemakkelijk mayonaise

Velen hebben het kant-en-klaar in de koelkast staan: een pot of tube mayonaise. Maar deze saus is ook heel gemakkelijk zelf te maken. We geven 2 manieren en tips waar u op moet letten bij het maken.

2 manieren om zelf mayo te maken

Patat of friet met mayonaise, gebakken aardappeltjes, op een broodje, waar kan mayo eigenlijk niet bij gegeten worden? Daarom misschien wel zo leuk om het eens zelf te maken, in plaats van de kant-en-klare uit de supermarkt te gebruiken. Het is namelijk niet zo heel ingewikkeld. Er zijn 2 manieren om zelf mayo te maken: door te kloppen met de hand of de staafmixer te gebruiken.

Zo maakt u zelf gemakkelijk mayonaise

Velen hebben het kant-en-klaar in de koelkast staan: een pot of tube mayonaise. Maar deze saus is ook heel gemakkelijk zelf te maken. We geven 2 manieren en tips waar u op moet letten bij het maken.

2 manieren om zelf mayo te maken

Patat of friet met mayonaise, gebakken aardappeltjes, op een broodje, waar kan mayo eigenlijk niet bij gegeten worden? Daarom misschien wel zo leuk om het eens zelf te maken, in plaats van de kant-en-klare uit de supermarkt te gebruiken. Het is namelijk niet zo heel ingewikkeld. Er zijn 2 manieren om zelf mayo te maken: door te kloppen met de hand of de staafmixer te gebruiken.

Welke ingrediënten zitten er in mayonaise?

- 1 ei (met de staafmixer) of 2 eidooiers (met de hand)
- 1 eetlepel mosterd
- 1 eetlepel (witte wijn)azijn
- 200 milliliter neutrale olie zoals zonnebloemolie of arachideolie
- snufje zout
- snufje peper

Mayonaise met de staafmixer maken

De snelste en makkelijkste manier is om mayonaise met de staafmixer te maken. Zorg dat u werkt met echt schone materialen en dat alle ingrediënten op kamertemperatuur zijn. Anders kan de mayonaise gaan schiften. Gebruik in dit geval het hele ei.
Pak een hoge maatbeker voor deze methode. Doe het ei, de mosterd, azijn en zout en peper hierin. Giet daar de olie rustig op. Zet de staafmixer op de bodem van de beker en zet hem daarna pas aan. Trek hem heel langzaam omhoog. Zo zult u zien dat er steeds meer een mayonaise structuur ontstaat. Is het niet in één keer gelukt? Beweeg de staafmixer dan nog een keer van beneden langzaam omhoog. Proef of de mayonaise goed op smaak is.

Mayonaise maken met de hand

Ook bij deze methode is het belangrijk dat u werkt met vetvrije materialen en dat alle ingrediënten op kamertemperatuur zijn. Anders kan de mayonaise gaan schiften. Gebruik in dit geval 2 eidooiers.
Doe de dooiers, mosterd, azijn, zout en peper in een kom en klop alles met de garde goed door. Een handmixer met gardes gebruiken kan ook. Voeg daarna de olie al kloppend toe. Begin langzaam met een heel dun straaltje. Wanneer de olie goed opgenomen wordt, kunt u de olie iets sneller gaan gieten. Proef of de mayonaise goed op smaak is.

Mayonaise houdbaarheid
Heeft u zelf mayonaise gemaakt? Eet de saus dan het liefst zo snel mogelijk op. Omdat er gewerkt wordt met rauwe eieren, is de houdbaarheid beperkt. Bewaar het maximaal 1 week in de koelkast, in een afgesloten bak of pot.

Wie kan beter geen zelfgemaakte mayonaise eten?

De eigengemaakte mayonaise bevat rauwe eieren en wordt ook niet verhit. Ouderen, zwangeren en mensen met een verminderde weerstand wordt afgeraden om gerechten te eten waarin rauwe eieren zijn verwerkt. Deze groepen mensen zijn namelijk gevoeliger voor voedselinfecties en worden niet altijd vanzelf beter. Bepaal dus zelf of het voor u slim is om deze zelfgemaakte saus te maken of het toch te houden bij de pot uit de supermarkt. De eieren die in een pot mayo verwerkt zijn, zijn namelijk gepasteuriseerd waardoor de bacteriën onschadelijk zijn gemaakt.

Recepten met mayonaise

Zoals gezegd in het begin, een klodder mayo kan bij meer dan alleen een portie friet. Kijk eens deze **receptenpagina** voor alle recepten waar mayonaise in zit!

Lees ook: Mayonaise of fritessaus, wat is het verschil?
Lees ook: Waarom mayonaise in elk land anders smaakt

(Bron: Miljuschka. Foto: Shutterstock)

Aardbeien kweken

Aardbeien kweken: dit is de beste tijd om daarmee te beginnen

Het allerlekkerste zijn toch wel aardbeien van eigen kweek. Als u een moestuin heeft, kunt u ze daarin laten groeien, maar heeft u daar geen ruimte voor, dan is het ook al heel goed mogelijk in potten. We vertellen wat er bij aardbeien kweken komt kijken, van het zaaien tot het aanplanten en vervolgens het vermeerderen.

1 grote oogst of langer genieten?

Bij aardbeien kweken kunt u kiezen voor eenmaal-dragende of doordragende rassen. In het geval van een eenmaal-dragend ras, heeft u 1 grote oogst. Bij doordragende rassen spreidt de oogst zich over een langere periode uit, met wat minder aardbeien tegelijk. Die vanaf half juni tot eind september aan de planten kunnen verschijnen. U kunt hier dus vooraf een keuze in maken of 2 soorten rassen door elkaar heen planten voor beide opties.

Aardbeien kweken door middel van zaaien

De voorpret voor uw aardbeienkweek begint al in de winter. Dan kunt u namelijk binnen al beginnen met het zaaien van de zaden. De beste tijd daarvoor is vanaf eind februari. Eerder is er nog te weinig licht, waardoor het resultaat kan tegenvallen. Het is mogelijk om hiervoor de pitjes uit een rijpe aardbei te gebruiken. Die kunt u er vanaf schrapen. Maar dit is geen garantie voor succes, want die doen het niet altijd even goed.

Beter kunt u daarom een zakje zaadjes gebruiken. Zaai ze volgens de aanwijzingen op de verpakking. Meestal betekent dit dat u ze met een flinterdun laagje grond moet bedekken, aangezien aardbeien lichtkiemers zijn. Wat inhoudt dat ze licht nodig hebben om te ontkiemen. Zet de potjes in een kweekbak op een lichte plek, bij een temperatuur van rond de 20 graden. Houd de grond steeds licht vochtig, want de grond mag niet uitdrogen, maar zeker ook niet doornat worden. Wanneer de zaailingen 2 tot 4 blaadjes gevormd hebben, kunt u ze in eigen potjes zetten: verspenen. Begin mei kunt u beginnen met ze overdag buiten te zetten wanneer het niet vriest: afharden. Na de IJsheiligen (12, 13, 14 mei) kunnen ze dan naar buiten. Waar u ze in de volle grond kunt planten of in een pot. In een eerder artikel geven we **meer tips voor het zaaien, verspenen en afharden**.

Aardbeien kweken met aardbeienplantjes

U kunt het zaaigedeelte ook overslaan en iets later in het jaar beginnen met aardbeienplantjes, die u kant-en-klaar koopt. Ze kunnen vanaf maart buiten geplant worden, wanneer het niet vriest. Maar vanaf april zijn de omstandigheden over het algemeen nog wat beter. Ze moeten zo diep in de aarde komen dat de wortels helemaal bedekt zijn, maar de verdikking aan de basis van de plantjes net boven de grond blijft.

U kunt ze in de volle grond uitplanten of in potten. De redactie heeft met beide mogelijkheden goede ervaringen. Kies in het geval van een pot voor een exemplaar waar een flinke hoeveelheid potgrond in kan. Hij moet voorzien zijn van gaten in de bodem, zodat overtollig water weg kan en het handigst is het om te kiezen voor een hoge pot, zodat de vruchten de grond niet raken. In plaats daarvan kunt u ook voor grote hangpotten kiezen, die geven hetzelfde effect. In dat geval kunnen ook slakken er niet bij. Heeft u geen mogelijkheid om ze op te hangen, dan kunt u de potten ook voorzien van kopertape. **Deze en meer tips tegen slakken, vindt u in dit artikel.**

Plant afhankelijk van de grootte van de pot 3 tot 5 planten en plaats ze aan de rand van de pot, zodat ze eroverheen kunnen groeien en de aardbeien niet op de grond in de pot zelf terecht komen.

Beste plek voor aardbeien kweken

Ze hebben een plek nodig waar ze veel zon krijgen, met op zijn minst een aantal uur zon per dag. Maar waar ze niet de hele dag in de volle zon staan. Ze hebben daarnaast een hoge waterbehoefte en een hekel aan droogte. Houdt de grond daarom steeds licht vochtig. Ook voldoende voedsel is nodig voor een goede opbrengst. Kies voor een mestsoort die speciaal bedoeld is voor fruit, zodat de vorming van de vruchten wordt gestimuleerd. Er is ook mest speciaal voor aardbeien verkrijgbaar, dan zit u altijd goed. Heeft u ze in een pot geplant, dan zit er meestal al voor enkele weken meststof in de grond. Controleer dat op het etiket, voordat u voeding geeft, want anders kunnen de plantjes verbranden.

Wisselteelt en combinatieteelt

Voor de meest ideale omstandigheden is het aan te raden rekening te houden met wisselteelt en combinatieteelt. Bij wisselteelt zorgt u dat u niet jarenlang hetzelfde soort gewas op dezelfde plek kweekt. Maar de gewassen steeds afwisselt. Dit voorkomt dat er zich bepaalde ziekten of plagen ontwikkelen of dat de bodem uitgeput raakt, doordat een plantsoort jaar na jaar dezelfde voedingsstoffen verbruikt. Bonen, erwten, koolrabi en radijzen zijn goede opties om aardbeien mee af te wisselen.
Bij combinatieteelt houdt u er rekening mee welke gewassen liever wel en niet naast elkaar groeien. Zo staan aardbeien liever niet naast bloemkool en juist wel graag naast prei, spinazie, komkommerkruid, bieslook, en uien. Het is niet zo dat ze helemaal niet willen groeien als ze bij elkaar staan, maar als u zich er een beetje in verdiept kunt u wel nog betere resultaten krijgen.
Plaats daarnaast liever nooit aardbeien op een plek waar het jaar ervoor aardappelen of koolsoorten gestaan hebben.

Aardbeien beschermen tegen schimmelen en rotten
Door de grond rondom aardbeienplanten in de volle grond te bedekken, voorkomt u dat de vruchten gaan schimmelen of rotten. Ook voorkomt het onkruid, houdt het de grond langer vochtig en kunnen uitlopers zich niet meteen aan de grond hechten. U kunt er een laagje stro voor gebruiken, worteldoek of dik karton.

Aardbeien beschermen tegen vraat

Hierboven hebben we al een tip gegeven tegen slakken. Maar u kunt ook een fijnmazig net over de planten spannen, net voordat de vruchten rijp zijn. Zo houdt u ook vogels, pissebedden en muizen tegen. Heeft u een doordragend ras, dan moet u het net wel steeds tussendoor enige tijd verwijderen, zodat de bloemen die weer nieuwe vruchten vormen, bestoven kunnen worden.

Aardbeien oogsten en bewaren

Aardbeien beschadigen snel, dus wees voorzichtig tijdens het plukken en leg ze meteen in bijvoorbeeld een schaaltje waar ze in kunnen blijven liggen totdat u ze opeet. Als u ze op dezelfde dag eet, hoeven ze niet in de koelkast bewaard te worden. Wilt u ze langer bewaren, dan kunt u ze het beste wel gekoeld bewaren. Ze zijn dan ongeveer 3 dagen houdbaar. In **dit artikel** leest u meer over het bewaren en invriezen van aardbeien.

Uitlopers stekken om de aardbeienplanten te verjongen

Het 2e en 3e jaar is de oogst bij aardbeien het grootst. Daarna neemt die steeds een beetje af en dan is het gunstiger om weer met een schone lei te beginnen. Daarvoor is het niet nodig om nieuwe plantjes te kopen. U kunt ze ook eenvoudig zelf creëren, door de uitlopers van de bestaande plantjes te stekken. Aardbeienplanten vormen namelijk vanzelf uitlopers, waar kleine plantjes aan groeien. Voor de plant is het sowieso beter om die er niet allemaal aan te laten zitten, aangezien het vormen ervan veel energie kost en dat ten koste gaat van de oogst. **In dit eerder artikel** vertellen we hoe u uw aardbeienplanten kunt vermeerderen door de uitlopers te stekken.

(Bron: Archief, Groei & Bloei, VT Wonen, Landidee, Directplant. Foto's: Shutterstock)

•

RIJBEWIJSKEURING

voorkeur
RIJBEWIJS- EN MEDISCHE KEURINGEN

Zorgeloos uw rijbewijs verlengen !
Keuringen op afspraak boeken via:
www.voor-keur.nl
085-0607065
of
0118-724999

laatste nr is alleen bereikbaar tussen 8 en 12 uur
of maak via de mail een verzoek voor een afspraak via
keuring@marlisa.nl

Vaste prijzen (tarief vanaf 1 mrt 2021)

75+ senioren B/E € 50,00
Groot rijbewijs C/D/E € 70,00
Taxipas, Medibus, Touringcar € 70,00
Medische keuring € 50,00

KBO leden krijgen € 5,00 korting
op vertoon van pasje

RIJBEWIJSKEURING
Handig om te weten:

Keuringsverslag
Keuring voor rijbewijs 75+
cbr
Uw unieke ZD code:
Uw gegevens
Naam arts
Straat en huisnummer
Postcode en plaats
Telefoonnummer
BIG-registratienummer

Wat neemt U mee naar de keuring:

- Uw unieke ZD code (zie afbeelding) en voor taxipas het KIWA formulier.
- Uw rijbewijs.
- Uw urine (maximaal 2 uur van te voren) of uitslag recent onderzoek glucose van bijvoorbeeld de huisarts. U mag de urine niet op de locatie achterlaten.
- Uw medicatieoverzicht (aan te vragen bij huisarts of apotheek.
- Uw recente oogmeting van een opticien *indien mogelijk,* gegevens sterkte brilglazen, sterkte contactlenzen.

Folders

Profiel Belastinginvuller

Folder Vrijwillige Ouderadviseur

Folder Clientondersteuner

inschrijfformulier
Senioren Vereniging Waalwijk

GO fit FIETSTRAINING

FIETSTRAINING

VOOR 55-PLUSSERS!

GO fit

11 APRIL & 23 MEI

Wil je veilig en met plezier (leren) fietsen? Op vrijdag 11 april en vrijdag 23 mei organiseren we twee fietstrainingsdagen. Het doel is om de fietsvaardigheid te vergroten en met meer plezier en vertrouwen te fietsen.

Tijdens de trainingsdagen kunnen de deelnemers onder meer een elektrische fiets en ook een driewielfiets uitproberen. We besteden vooral aandacht aan veiligheid, om met meer vertrouwen en plezier te fietsen. Het worden informatieve en zeker ook gezellige dagen. We sluiten de dag af met een mooie fietstocht.

Fietstrainingsdagen

U kunt kiezen uit twee data: vrijdag 11 april of vrijdag 23 mei. Er is per training ruimte voor 25 deelnemers, wonend in Sprang-Capelle, Waalwijk of Waspik.

- Beide dagen duren van 10.00 tot 16.00 uur.
- De startlocatie is De Paardenvriend, Drunenseweg 23 in Waalwijk.
- Deelname aan de fietstraining kost €5,-. Dit is inclusief lunch!

U mag altijd even bellen met GO Fit-beweegcoach Ine (**06-33041431**) of Annika (**06-22750374**)

MELD U AAN VIA DE DE QR CODE OF VIA DE LINK BENEDEN

contourdetwern · MADDEX · Mobiliteit op Maat · doortrappen · GOOFORIT

WWW.GOWAALWIJK.NL/FIETSTRAININGEN

GO SPORT GEZONDHEID CULTUUR BEWEGING

Wijziging

Gaat u binnenkort verhuizen of bent u verhuisd of een ander e-mailadres?

Geef dit tijdig door zodat het Infoblad, het blad ONS en Nieuwsbrief bij u bezorgd kan blijven worden.

Stuur een berichtje naar ledenadministratie@seniorenverenigingwaalwijk.nl

Het kan ook zijn dat u deze nieuwsbrief niet meer wilt ontvangen dan kunt u zich onderaan de nieuwsbrief afmelden.

Wie doet Wat

Voorzitter	Ad van Hamond	tel: 06-40322291
Secretaris	Paulien Verzijl	tel. 06-38325047
1e Penningmeester	Ad van Hamond	tel: 06-40322291
2e Penningmeester	Louis Snoeren	tel. 06-36515078
Bestuurslid	Diel Zijlmans	tel. 339606
Bestuurslid	Jan van de Wiel	tel. 335017
Bestuurslid	Hubert Bink	tel. 06-22020591
Bestuurslid	Ton van de Ven	tel. 06-27272957
Bestuurslid	Annie vd Velden	tel. 06-53149083

Secretariaat info@seniorenverenigingwaalwijk.nl

Ledenadministratie: ledenadministratie@seniorenverenigingwaalwijk.nl
Ton van de Ven tel. 06-27272957

Sociaal Domein
Jan van de Wiel tel. 335017
Hubert Bink tel. 06-22020591

Activiteitencommissie
Ad van Hamond tel: 06-40322291
Piet Jonkers tel. 330069
Annie vd Velden tel. 06-53149083

Belastinginvullers
Marie-Louise Mol-Coret tel. 338273
Ad van Oirschot tel. 277721
Hans van Tuyl tel. 650829

Hans van den Acker tel. 276960
Kees van Wezenbeek tel. 06-46635583

Vrijwillige
Ouderenadviseurs
Marie-Louise Mol-Coret tel. 338273
Louis Hofmann tel. 06-55827505

Clientondersteuner / thuisadminitrateur
Marie-Louise Mol-Coret tel. 338273
Louis Hofmann tel. 06-55827505
Marie José Vloemans tel. 06-30246405
Yolande Houben tel. 337319
Hubert Bink tel. 06-22020591
Hans van den Acker tel. 276960

Redactie Infoboekje – Korting pasjes
Diel Zijlmans tel. 339606

Bezorging Infoboekje -
ONS
Ton van de Ven tel. 06-27272957

Redactie Nieuwsbrief / Website
Ad Floren tel. 333502

Computerondersteuning
Bert Spitzers tel. 338148

Senioren Vereniging Waalwijk

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.• Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich hier afmelden. • U kunt ook uw gegevens inzien en wijzigen. • Voor een goede ontvangst voegt u a.floren@home.nl toe aan uw adresboek.

Laposta