

PLUS

■ NIEUW

Amstelring Ledendeals

■ NIEUW

Kluisverhuur

■ **SAMEN KOM JE VERDER!**

Anita Witzier



Blijf in
beweging



Wat zijn de voordelen van een rollator?

Gebruikt u graag een extra houvast bij het opstaan? En bent u niet meer zo stabiel als vroeger tijdens het buiten lopen? Een rollator biedt u de voordelen om er zelfstandig op uit te blijven gaan.

- ✓ U valt minder snel
- ✓ U vergroot uw zelfredzaamheid
- ✓ U behoudt uw sociale kring gemakkelijker

Waarom kiezen voor een rollator

Met een rollator heeft u de vrijheid om boodschappen te doen, een dagje uit te gaan met uw kleinkinderen of op bezoek te gaan bij vrienden. Sommige rollators zijn geschikt voor de boodschappen bij u in de buurt. Andere zijn weer perfect voor binnenshuis. Bij Medipoint is er voor ieder wat wils.

Heeft u moeite met het kiezen van de juiste rollator?

Onze medewerkers adviseren u graag. Wij kijken naar uw persoonlijke situatie en wensen. Kom langs in een van onze winkels of gebruik de online rollatorkieswijzer op www.medipoint.nl/beweging

TRAVIXX TRAVELLER

De lichtgewicht rollator om mee op pad te gaan. Lekvrije banden en comfortabele zitting.



TRAVIXX CLASSIC

De klassieker voor alledaags gebruik. Lichtgewicht en compleet uitgerust.



TRAVIXX DELUXE

Exclusief lichtgewicht model. Met soft wielen voor uitstekende demping.



Winkeladressen: Amstelveen, Laan v/d Helende Meesters 431 • Haarlem, Stephensonstraat 45 (gratis parkeren en invalideparkeerplaats voor winkel) • Heemskerk, Maltezerplein 35 (1e verdieping) • Hoofddorp, Raadhuisplein 300



Amstelring Ledendeals

Nieuwsflits 4

Amstelring Ledendeals **nieuw** 6

Kluisverhuur **nieuw** 8

Interview Anita Witzier 10

Vroeger en Nu 13

PuzzelPlezier 15

Automakelaar aan huis 16

Inboedelruiming en Opruimen 19

Met grote trots presenteren wij speciaal voor u: de Amstelring Ledendeals! Vanaf nu kunt u met uw lidmaatschap genieten van deze prachtige aanvulling op ons aanbod. U vindt met deze Ledendeals diverse aanbiedingen voor zowel thuis als buitenshuis met kortingen die kunnen oplopen tot 70%.

Zelf ga ik graag met mijn kinderen en kleinkinderen naar dierentuinen en pretparken. En ook van lekker een avondje uit eten met vrienden kan ik erg genieten. Met de Amstelring Ledendeals ga ik zeker eens op pad als corona dat weer toelaat! Ook zijn er mooie aanbiedingen, zoals online boeken en tijdschriften of thuis voordelig films kijken die de Amstelring Ledendeals voor mij persoonlijk aantrekkelijk maken.

Bent u ook wel in voor iets nieuws? Kijk dan snel op pagina 6 voor meer uitleg. Zodra u uw persoonlijke inlogcode heeft ontvangen, kunt u op ontdekkingsreis in de online webwinkel van Amstelring Ledendeals.

We wensen u heel veel plezier met de Amstelring Ledendeals!

Ellen Plug
Manager Ledenservice

Kijk voor meer informatie of aanmelden voor een dienst op www.amstelringledenservice.nl

Heeft u vragen? Bel 020 - 333 5100 of mail naar ledenservice@amstelring.nl

Wij staan op werkdagen van 08.30 uur tot 17.00 uur voor u klaar!

Oplage 40.000 ex.

Hoofdredacteur Ellen Plug

Redactie Conny van Kessel, Karin Luttenberg, Saskia Zaal

Samenstelling en realisatie

Muller Print & Sign B.V., Jan Rebelstraat 16A,
1069 CC Amsterdam, www.mullerps.nl

Aan dit nummer werkten mee Dee Snijder, Anita Witzier

Coverfoto Stijn Ghijssen

Vormgeving Think next level, Amsterdam

Lidmaatschap contributie €22,- per jaar per huishouden op basis van automatische incasso.

Opzeggen lidmaatschap, adreswijzigingen of wijzigingen in betalingswijze doorgeven tijdens kantooruren via

telefoonnummer **020 - 333 5100**, per post:

Amstelring Ledenservice, Postbus 2318, 1180 EH

Amstelveen of via ledenservice@amstelring.nl.

De redactie is niet aansprakelijk voor druk- en zetfouten of foutieve prijsvermelding. Amstelring Ledenservice is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de geplaatste advertenties.

Beëindiging lidmaatschap U kunt uw lid-

maatschap maandelijks schriftelijk opzeggen met één maand opzegtermijn. De contributie wordt echter per jaar gegeven. Datum van aanmelding is daarbij het uitgangspunt. Bij beëindiging van het lidmaatschap vindt geen terugbetaling plaats van de contributie (of een deel daarvan).

Amstelring Plus 3 2021 verschijnt in de week van 23 augustus 2021.



Matrasreiniging *aan huis*

Uw matras reinigen? Is dat echt nodig? Onderzoek wijst uit dat 95% van alle matrassen flink vervuild is. Een regelrechte bedreiging voor de gezondheid, zoals klachten aan de luchtwegen en de huid. Een vervuild matras is vaak de oorzaak van de typische slaapkamergeur die zo hardnekkig kan blijven hangen.

Eerst zien, dan geloven? Dat kan. Na een korte, gratis testreiniging ziet u met eigen ogen in welke mate uw matras is vervuild. Pas dan start de matrasreiniger desgewenst met de hoofdreiniging en nabehandeling. Prijzen vanaf € 37,50 voor een eenpersoonsmatras (leden € 30,00). Bel voor meer informatie met Amstelring Ledenservice.

Voordeel

Halotherapie upgrade naar privékamer

Halotherapie is een perfecte alternatieve behandeling tegen luchtwegklachten en longaandoeningen zoals COPD en astma. Bovendien geeft halotherapie het immuunsysteem een enorme boost. Met een rondwendend virus is een sterke en gezonde afweer natuurlijk altijd handig.

Aanbieding: tijdens de gehele maand juni krijgt u bij aanschaf van een strippenkaart voor een groepskamer een gratis upgrade naar een privékamer!



Brievenbustaart





Een kaartje of brief ontvangen is altijd leuk. Hoe speciaal is het als u een heerlijke taart gewoon thuis door de brievenbus krijgt?


U heeft de keuze uit een heerlijke appeltaart, boterkoek van échte roomboter, brownie, amandelcake of een verrukkelijke notencake.

Verras vader voor vaderdag of iemand anders met een van de heerlijke taarten te bestellen via www.brievenbustaart.nl.

Meer info of aanmelden voor een van de diensten:

 www.amstelringledenservice.nl

 ledenservice@amstelring.nl

 020 – 333 5100

Landelijke maatregelen van de overheid rondom corona zijn altijd leidend. Het kan voorkomen dat berichtgeving in het ledenmagazine niet actueel is. Kijk altijd voor recente informatie op de website van betreffende dienstverlener.

NIEUW! *Vegetarisch proefpakket van appetito*

Veel mensen kiezen ervoor minder vlees te eten. Een dag geen vlees betekent een dag meer groente – en groente is gezond!

Probeer en bestel het vegetarisch proefpakket met vijf lekkere en verantwoorde maaltijden van €34,46 voor slechts €19,95. Het proefpakket bestaat uit de maaltijden:



1. Foe Yong Hai met groenterijst
2. Pastaschotel met tortellini gevuld met ricotta
3. Bloemkoolrijst met rode linzensaus en groenten
4. Spinaziestamppot met kaas en pijnboompitten
5. Vegetarisch filetlapje in stroganoffsaus met sperziebonen en gebakken aardappelschijfjes

Tips voor wandelroutes

- www.gezondnatuurwandelen.nl organiseert wekelijks wandelingen die starten op een vaste plaats en tijd. U hoeft zich niet van tevoren op te geven. Na afloop is er de mogelijkheid om samen een kopje koffie te drinken. Ook suggesties om alleen op stap te gaan, met z'n tweeën of zelfs met virtuele wandelmaatjes.
- www.natuurmonumenten.nl brengt u naar de mooiste plekjes in de natuur met meer dan 250 routes en afstanden verspreid over heel Nederland die variëren van één tot twintig kilometer.
- www.wandel.nl laat u genieten van landschap, natuur of van bijzondere architectuur.



Uitslag ledenenquête:

gemiddeld een 8

Dank voor uw deelname en vertrouwen

In Amstelring Plus 4 2020 hielden wij een ledenenquête waarin wij u vragen stelden over uw ervaringen met Amstelring Ledenservice. Onze leden die digitaal informatie willen ontvangen, kregen deze enquête online toegestuurd.

Veel leden missen onze dagtochten. Ook wij kijken er naar uit deze weer te organiseren en u te ontmoeten.

Over het algemeen gaat u een lidmaatschap aan voor de kortingen of om aanvullende zorg voor uzelf of iemand anders te regelen. Met een score van 91% raadt u Ledenservice bij anderen aan. Een resultaat om trots op te zijn, daar zijn we heel blij mee!

Waardering

Website	7,7
Klantvriendelijkheid telefoon	8,0
Ledenmagazine	8,0
Aanbod en korting	8,0

Ruim 96% is tevreden over het ledenmagazine. Artikelen over nieuwe diensten en cursussen en de Nieuwsflits slaat u als eerste open. Mocht er qua onderwerp iets veranderen in het magazine dan kiest u voor activiteiten in de regio en binnenshuis. We hopen dat het nieuwe concept met de Amstelring Ledendeals hierop een goede aanvulling is (zie blz. 6).

Exclusief voor leden



NIEUW

Amstelring Ledendeals

Met trots presenteren wij u: de Amstelring Ledendeals! U ontvangt gratis bij uw lidmaatschap deze royale uitbreiding op het huidige aanbod. In de webwinkel heeft u volop keuze uit de mooiste aanbiedingen in de categorieën Eropuit & Thuis, Culinaire Ideeën en Gezond & Fit. Uw korting kan zelfs oplopen tot 70%. Ontdek en geniet!

Plan, als Covid-19 dat toelaat, een dagje naar de beste bezochte dierentuinen, geniet van een familiedagje in de vele pretparken, beleef vanaf het water een van de vele rondvaarten of praat bij tijdens een heerlijke high tea. Ontspan tijdens een zorgeloze wellness sessie, bekijk cabaret-, musical-, dans-, muziek- en familievoorstellingen of boek supervoordelige overnachtingen. Of bent u meer het ondernemende, sportieve type? Altijd al eens een slipcursus willen volgen, in een Ferrari rijden, zelf een Boeing 737-800 willen besturen? Amstelring Ledendeals biedt het allemaal!

Aanbiedingen voor thuis

Op het moment van het laten drukken van het magazine zijn vele dagjes uit helaas niet mogelijk. Daarom hebben we naast de dagjes uit voor u leuke activiteiten en producten die u thuis kunt doen of uitjes die wel al weer mogen. Bestel bijvoorbeeld online de leukste workshops voor thuis, maak de mooiste foto's na een



digitale fotografiecursus, bak met toegestuurde verse ingrediënten de Bossche bol, kijk met Pathé thuis films wanneer en waar u wilt. Of los met de Denksport puzzelboekjes allerlei puzzels op, prikkel uw brein met een legpuzzel van 5.000 stukjes of sla uw slag met een nieuwe E-bike om mooie fietstochten te maken!

De webshop staat boordevol aantrekkelijke aanbiedingen, mooie producten en ideeën voor uitstapjes. Vraag snel uw toegangscode aan (uitleg bij 'Hoe werkt het?') en kijk waarmee u uw voordeel wilt doen.

Aanbiedingen

1. Fietsenstunt.nl

Ontvang €75,- korting bij aankoop van een fiets vanaf €599,- of profiteer van €150,- korting bij aanschaf van een E-bike vanaf €1.499,-. Fietsenstunt levert de fiets **gratis** en **100% fietsklaar** bij u thuis af, waarbij zij bijbestelde accessoires zonder extra kosten op uw fiets monteren.

2. Bookchoice

Voor slechts €4,99 per maand in plaats van € 11,97 ontvangt u gedurende drie maanden 8 boeken per maand. Deze kunt u als e-Book of audioBook downloaden, waarna u bent verzekerd van 100% leesplezier. De boeken zijn beschikbaar op alle apparaten en te lezen en luisteren in de app. Zo heeft u dus altijd uw favoriete boeken bij de hand! De boekenselectie kunt u vooraf inzien op www.bookchoice.com/boeken, ook voor de volgende maand. Het genre varieert van romans tot thrillers en literatuur tot non-fictie, er is voor ieder wat wils!



3. Online workshop Bossche bol

Ontdek voor € 17,- per persoon (in plaats van €26,-) het geheim van de smid met de 1,5 uur durende online workshop Bossche bol maken. Voorafgaand aan de workshop ontvangt u alle ingrediënten thuisgestuurd. Boek daarom liefst 5 dagen vooraf, zodat u alles op tijd ontvangt. De online workshops gaan door vanaf twee personen en worden via Teams verzorgd. U ontvangt voorafgaand een uitnodiging om online deel te nemen.



©Fietsenstunt.nl

Hoe werkt het?

- Vraag via ledenservice@amstelring.nl onder vermelding van uw lidnummer of via **020 - 3335100** uw persoonlijke toegangscode aan voor de Amstelring Ledendeals. U ontvangt per huishouden 1 persoonlijke code van ons per e-mail.
- Ga naar amstelringledendeals.touchtickets.nl. Klik op 'verzilver uw code' en maak een account aan. Zodra u bent ingelogd, heeft u toegang tot het volledige aanbod.
- Wilt u tickets reserveren, dan klikt u op de aanbieding van uw keuze. Vervolgens doorloopt u de bestel- en betaalprocedure, waarna u de e-tickets per e-mail ontvangt.

Belangrijk om te weten

- Voor het bestellen in de webwinkel van de Amstelring Ledendeals heeft u een computer, tablet of mobiele telefoon nodig en dient u in het bezit te zijn van een e-mailadres.
- Bij beëindiging van het lidmaatschap vervalt uw persoonlijke inlogcode en daarmee de toegang tot de Amstelring Ledendeals.
- Amstelring Ledendeals is onderdeel van een pilot van 2 jaar.

Vragen?

- Voor vragen over het **lidmaatschap of het opvragen van uw inlogcode** neemt u contact op met ledenservice@amstelring.nl of bel: 020-3335100.
- Heeft u vragen over informatie in de **webwinkel of reserveringen?** Neem dan contact op met de klantenservice van Touch Promotions, via bestellingen@touchpromotions.nl of bel: 010 - 204 30 75.

Landelijke maatregelen van de overheid rondom Covid-19 zijn altijd leidend. Het kan voorkomen dat berichtgeving in het ledenmagazine niet actueel is. Kijk altijd voor recente informatie op amstelringledendeals.touchtickets.nl

NIEUW Kluisverhuur

Veilig waardevolle eigendommen bewaren

Iedereen heeft wel iets van waarde in zijn bezit. Dat kunnen sieraden zijn, waardepapieren, een verzameling of dierbare foto's. Is uw woning bestand tegen inbraak, brand- en waterschade? De kluisen van De Nederlandse Kluis zijn zwaar beveiligd, voorzien van de laatste beveiligingstechnologie en 100% overval-proof.

"Mijn moeder was een alleenstaande moeder en is inmiddels overleden", begint Ilja Flohr van De Nederlandse Kluis zijn verhaal. "Ik heb van haar een kettinkje gekregen dat niet eens zo heel duur is, maar voor mij van grote emotionele waarde. Ik wist in huis zo ongeveer waar het lag, maar niets eens precies waar. Nadat ik een keer ben verhuisd, was ik bang het te verliezen. Samen met diploma's en andere spullen die ik niet wil verliezen bewaar ik het kettinkje nu in een kluis. Hiermee is het tegelijkertijd beschermd tegen inbraak, brand- of waterschade. En precies dát is ook de reden dat onze klanten gebruikmaken van een safeloket."

"Inmiddels werk ik twee en een half jaar voor De Nederlandse Kluis", aldus Ilja. "In eerste instantie vroeg ik me af of een bankkluis wel van deze tijd is en of er behoefte aan zou zijn. Iedereen, jong en oud, mensen met een hoog of laag inkomen, maakt gebruik van een kluis. Heel veel mensen beschikken over eigendommen die van financiële of emotionele waarde zijn die zij tegen verlies of schade willen beschermen. Wonderlijk genoeg bewaren mensen hun waardevolle spullen nog steeds op plaatsen in huis die voor inbrekers meer dan bekend zijn, zoals een sokkenla of onder het matras. Zelfs een verankerde thuiskluis nemen inbrekers vaak mee. Dat er behoefte is om een safeloket te huren, blijkt uit de groei die wij doormaken. Inmiddels hebben wij veertig vestigingen door heel Nederland."

Bankkluis

"De digitalisering heeft bij bankfilialen een dusdanige verandering teweeg gebracht, dat alle Nederlandse banken met het aanbieden van bankkluisjes zijn gestopt. Om de degelijkheid van de 1 meter dikke kluiswanden en deuren van banken optimaal te benutten, opent De Nederlandse Kluis om die reden vaak een vestiging in een voormalig bankgebouw. In combinatie met hoogwaardige beveiligingstechnologie zijn wij zwaar beveiligd en 100% overval-proof", vervolgt Ilja.



Safeloket

"U kunt uiteraard vrijblijvend een afspraak maken, zodat we u een rondleiding kunnen geven en u een indruk van de vestiging krijgt waarin u bent geïnteresseerd. Wij laten u de verschillende formaten safelokets zien. Een veel gebruikt safeloket is de notariskluis, waarin de klant hoofdzakelijk documenten van ongeveer A4-formaat bewaart. Het meest populaire formaat is 'type B' dat twee maal zo groot is als de notariskluis. Dit type is vooral geschikt om sieraden te bewaren. Ervaring leert dat degenen die ons voor een rondleiding bezoeken al eigendommen bij zich hebben die zij bij voorkeur direct veilig willen stellen. Doordat klanten zich bij elk bezoek moeten legitimeren, er camerabewaking is en contante betaling voor kluisjes niet mogelijk is, schrikt dat mensen af om verboden voorwerpen bij ons te bewaren."

Veiligheid

“Het spreekt voor zich dat u elke keer wanneer u onze vestiging bezoekt, zich opnieuw hoort te legitimeren. Wij verstrekken twee sleutels aan de klant. wordt: Het maken van kopieën is niet mogelijk, zodat niemand buiten de huurder om het loket kan openen. Indien u uw kluis wilt bezoeken dan loopt een medewerker van De Nederlandse Kluis met u mee, omdat u als extra veiligheid alleen in combinatie met een sleutel van De Nederlandse Kluis uw kluis kunt openen. Medewerkers van De Nederlandse Kluis krijgen geen inzage in de inhoud van uw kluis. Nadat uw safeloket aan u is overhandigd begeleidt de medewerker u naar een privékamer, waarna u alleen ongestoord iets kunt opbergen dan wel mee kunt nemen. Mag iemand namens u uw kluis bezoeken of wilt u zich laten vergezellen, dan kan dat alleen als betrokkene is gemachtigd op het contract dat u afsluit met De Nederlandse Kluis.”

Professioneel

“Via een vriend werd ik attent gemaakt op De Nederlandse Kluis”, legt een anonieme klant uit. “Mijn ervaringen zijn tot dusver zeer plezierig. De gehele gang van zaken verloopt uiterst correct en is bijzonder professioneel

geregeld, waarbij er enorm veel aandacht is voor de veiligheid. Eenmaal bezocht ik het pand met mijn zoon, zonder dat ik dat vooraf had aangekondigd. Ik wilde mijn zoon voor mijn kluis machtigen. De administratieve afwikkeling werd goed en direct opgepakt. De omgeving en benadering bij De Nederlandse Kluis geven mij een prettig en veilig gevoel.”

Prijs zonder ledenvoordeel:

- vanaf € 9,95 kluishuur per maand
- eenmalig € 85,- borg per kluis voor de sleutels en het slot. Als u bij het beëindigen van de huurovereenkomst alle sleutels inlevert en er geen betalingen meer openstaan, wordt de borg binnen een maand aan u teruggestort.


Ledenvoordeel:

- eerste drie maanden kluishuur gratis.

Meer info of aanmelden:

 www.amstelringledenservice.nl

 ledenservice@amstelring.nl

 020 – 333 5100





Anita Witzier

Samen kom je verder!

Maatschappelijke betrokkenheid heeft Anita Witzier van huis uit meegekregen. Opgegroeid in een klein dorp met ouders die overal lid van waren en zich op allerlei gebied inzetten, leerde ze al jong een bijdrage te leveren en het verschil te maken. Je kunt het niet alleen, daar is de samenleving niet voor bedoeld. Daarom heet het ook 'samenleving'. Met zijn allen kom je verder.

"Iedereen kan op zijn of haar manier iets doen; groot of klein, dat maakt niet uit. Ik ben in de positie dat mensen mij voor hun doel kunnen inzetten. Je merkt als je hierin stapt hoe het leven en hoe Nederland in elkaar steekt. Dat is voor jezelf heel verrijkend", stelt Anita.

Reuma

Anita vervult verschillende, soms ook tijdelijke, ambassadeursfuncties waaronder die van Reuma Nederland.

Ze heeft namelijk zelf reuma en daardoor te maken met bepaalde beperkingen. "Na verloop van tijd wen je er wel aan. Inmiddels kan ik bepaalde handelingen niet uitvoeren en op sportief gebied heb ik het een en ander moeten laten. Ik merk dat ik heel veel pijn in mijn handen heb wat alledaagse praktische zaken vervelend maakt. Soms koop ik weleens een flesje vers geperst jus d'orange. De dop van die fles krijg ik vervolgens niet open. Ik vind het lastig om te vragen of iemand me wil helpen.

Liever vraag ik het niet, terwijl een ander het helemaal geen probleem vindt.”

Ouderenzorg

“Het programma ‘Anita wordt opgenomen’ waarin ik een aantal zorginstellingen voor ouderen bezoek, stond al langer op mijn verlanglijst om te maken. Ook al loop ik zelf tegen beperkingen aan, het ouder worden lijkt me heel moeilijk. Ik vraag me weleens af hoe dat dan is om bijvoorbeeld te moeten wachten totdat er iemand komt om je sokken aan te trekken. Je hele leven word je opgevoed en opgeleid naar zelfstandigheid, onafhankelijkheid. Vervolgens kom je op een punt dat die klok weer wordt teruggedraaid en je algemene dagelijkse verrichingen aan anderen moet overlaten. Dan kun je niet meer zelfstandig wonen en jezelf verzorgen. Je woont met mensen die je niet kent in een groot huis, je eet op vaste tijden en je keuzes en vrijheden zijn heel beperkt. Wie ben je dan nog? Hoe is dat, hoe ervaar je dat? Misschien is je mindset wel de enige manier. Focussen waarop je invloed kunt uitoefenen en wat je wel kunt. Maar eerlijk gezegd: wat weet ik ervan? Ik zit nog niet in die situatie.

Ik sprak veel mensen die zeggen dat het fantastisch is in de zorginstelling waar zij wonen. Er wordt goed voor hen gezorgd, ze zitten nooit om een praatje verlegen, er is altijd iemand die naar ze omkijkt, ze voelen zich niet bang, omdat er goed op ze wordt gelet.

Ambassadeur

Naast de diverse rollen van ambassadeur die Anita vervult, is zij sinds 2011 voorzitter van het Monuta Charity Fund. Het bestuur beoordeelt projectaanvragen die geen winstoogmerk mogen hebben en die alleen op vrijwilligers draaien. Dit fonds ondersteunt lokaal georiënteerde projecten die zich op herinneringen voor nabestaanden richten. Een voorbeeld hiervan is het project om het levensverhaal van een terminaal ziek kind via een video- of audioportret vast te laten leggen. Kinderen zijn bang om vergeten te worden. Een dergelijk portret geeft hen rust en nabestaanden van overleden kinderen hebben een tastbare herinnering wat helpt bij de rouwverwerking.

“Inmiddels hebben we het aandachtsgebied breder getrokken, niet alleen gericht op nabestaanden”, aldus Anita. “Iedereen heeft het recht op een goede manier oud te worden. We krijgen ook aanvragen uit zorginstellingen. Zo hebben we een zorginstelling een tovertafel voor mensen met dementie toegekend. De bewegende

beelden zorgen voor gezelligheid en een vrolijke sfeer. De mensen aan tafel doen spontaan mee en herinneringen aan vroeger komen boven.

En het project van de Stichting ‘Eet Mee! Vaste Gast’ maakt het mogelijk dat mensen die na een overlijden alleen zijn achtergebleven bij iemand thuis aanschuiven om samen te eten. Ten tijde van de lockdown organiseerde Eet Mee! video-ententjes: je kookt thuis voor jezelf en door middel van een internetverbinding op de computer of laptop eet je gezellig samen op hetzelfde tijdstip.” Meer informatie vindt u op www.eetmee.nl.



Kookboek

“Samen eten verbindt en zelf vind ik niets heerlijker dan voor mensen te koken en vervolgens met elkaar uren aan tafel te zitten en over van alles en nog wat te praten. Dat plezier vind je ook terug in mijn kookboek, want kijk, een echte chef ben ik natuurlijk niet. Mij gaat het vooral om het samen zijn”, eindigt Anita.

In het kookboek ‘Koken zonder fratsen’ vindt u Anita’s eigen recepten en gerechten die ze zelf thuis vaak kookt aan de hand van koks waarover ze zelf enthousiast is. Of u nu met uw eigen gezin, familie of via Eet Mee! aan tafel gaat ... Met Koken zonder fratsen heeft u in een handomdraai een gezonde, lekkere maaltijd op uw bord. Kans maken op het kookboek? Maak de prijspuzzel op bladzijde 15.



Dierenhotel Pocahondas



Animal Travel

LOCATIE AMSTERDAM LOCATIE ABBENES
 Amsterdam@pocahondas.nl Abbenes@pocahondas.nl

FLEXIBELE OPENINGSTIJDEN

Het adres voor uurtjes spelen, dagopvang, hondenuitlaatservice, een superleuke vakantie, een goede verzorging en persoonlijke aandacht voor elk huisdier!

Bij ons vindt u:

- puppy-opvang
- speciale begeleiding
- bad-, borstel- of trimbeurt
- revalidatie na operatie
- verantwoorde medische zorg
- huisdier "thuis" verzorgen
- haal- en brengservice
- kindertijdjes
- Animal Travel, verzorgd huisdier transport in Europa

www.dierenhotelpocahondas.nl



GREENSPOT
 groenspecialisten

In de zomer geniet u van uw tuin. De hoveniers van Greenspot zorgen ondertussen voor de rest!

Wij scheren de hagen, wieden het onkruid, onderhouden uw gazon en bemesten de tuin. Greenspot legt bestratingen, vijvers, waterpartijen én hydrateringssystemen aan. Of we bouwen vlonders, schuttingen en overkappingen. Wij maken uw wensen werkelijkheid.

De beste zorg voor uw tuin in de zomer

Ieder seizoen een stralende tuin door de groenspecialisten van Greenspot.

06 226 60 585 • info@greenspottuin.nl • greenspottuin.nl



Nu met ledenvoordeel tot maar liefst € 1.200*

De ideale combinatie van stijlvol én veilig!

Molenaar Wallpanels, voor ieder wat wils!

De stijlvolle wandpanelen van Molenaar zijn verkrijgbaar in verschillende kleuren en designs. Zo stelt u zelf uw perfecte badkamer naar eigen smaak samen! We hebben voor ieder wat wils!

Veiligste douchevloer van NL!

Onze anti-slip douchevloer is niet alleen stijlvol, maar ook de veiligste van Nederland! De structuur van de vloer voorkomt uitglijden en is comfortabel voor uw voeten. Ervaar het zelf!




molenaar
 badkamers

Gratis brochure ontvangen? Bel 0341 - 23 23 00
 of vraag 'm nu aan op www.molenaar.nl

Zoete herinneringen

Wie lust er een snoepje?

Zelf een snoepje mogen kopen bij de kruidenier op de hoek is voor velen een nostalgische herinnering. Net als de cent of stuiver en soms het dubbeltje dat aan snoep besteed mocht worden. Een weloverwogen keuze maken uit het vele lekkers, kon een serieuze aangelegenheid zijn. Achter het glas van de stopflessen op de toonbank lonkten de lichtbruine polkabrokken, haverstroballetjes met anijssmaak, rood gestreepte kaneelkussentjes, roomgele boterbabbelaars, harde roze perendrupps en vierkante ulevellen. Zoethout, nogablok, spekkie, duimdrop, wijnbal en toverbal lagen uitnodigend uitgesteld naast zuurstok, kaneelstok, stroopsoldaatje en lolly.

Dat er zo'n groot assortiment snoepgoed verkrijgbaar was, vindt zijn oorsprong in de 19e eeuw door de opkomst van de suikerbietenindustrie. Suiker op grote schaal gewonnen uit deze bietenteelt, maakte lekkernijen betaalbaar voor een grote groep mensen. Zo specialiseerde de alom bekende firma C. Jamin zich rond 1900



Foto: Leonie Schoppema/Pixabay



Foto: Leonie Schoppema/Pixabay

in de vervaardiging van zoetwaren, koek en chocolade. Lange tijd werd alle heerlijkjes exclusief in eigen bedrijf bedacht, ontwikkeld en geproduceerd, met als grootste succesnummer een ijsje voor 2,5 cent. Landelijk gegroeid tot 600 luxe Jamin winkels in de jaren zestig, was het lekkers voor iedereen binnen handbereik. Keerzijde van de naoorlogse stijgende suikerconsumptie bleek, in combinatie met weinig aandacht voor tandenpoetsen, een forse toename in tandbederf. Tot schrik van vele kinderen wist de schooltandarts daar, tijdens het jaarlijks gevreesde bezoek, wel raad mee.

Snoepgoed blijft tot de verbeelding spreken en dat is te danken aan een tijdloze voorliefde voor zoet. Het 'Oud-hollandse' assortiment heeft, weliswaar tegen andere prijzen, zijn weg gevonden naar de moderne nostalgische snoepwinkeltjes. Ook de jongere generatie geniet nu van lekkernijen met de geur en smaak van vroeger, die bij de oudere generatie nog steeds een zoete herinnering uit de kindertijd doen herleven.



St. Gezond Natuur Wandelen, regio Amstelveen



Ledenvoordeel bij Zorg en Zekerheid

- 2% korting op basisverzekeringen
- Tot wel 7% korting op uw aanvullende verzekering
- Gratis GeZZond Check voor aanvullend verzekerden (per twee jaar; m.u.v. AV-GeZZin Compact en AV-Gemak)
- Vergoeding voor preventieve cursussen in veel aanvullende verzekeringen
- Ruime vergoedingen voor o.a. fysiotherapie en vervangende mantelzorg in de AV-Plus en AV-Top

Bel voor meer informatie **071 5 825 550** (bereikbaar maandag t/m vrijdag van 08.00 tot 18.00 uur), of kijk op zorgenzekerheid.nl/ledenservice

Bewegen is gezond, maar samen bewegen is nog gezonder

Sinds kort kunt u ook in Amstelveen wekelijks wandelen met een gids. Dankzij hulp van Zorg en Zekerheid. "Het mooie initiatief van Gezond Natuur Wandelen past uitstekend bij onze visie", vertelt Ton van Houten, voorzitter van de raad van bestuur van Zorg en Zekerheid.

Bewegen met Zorg en Zekerheid

Als een rode draad loopt samen bewegen door alle initiatieven en verzekeringen van Zorg en Zekerheid. "Bewegen is gezond, maar samen bewegen is nog gezonder", legt Ton van Houten uit. "Zorg en Zekerheid gelooft in het Positieve Gezondheid-concept. Ga niet uit van je ziekte, beperking of leeftijd, maar van wat je wél kunt en wilt. Zo vergoedt Zorg en Zekerheid vanuit de aanvullende verzekering verschillende preventieve cursussen, om te leren omgaan met een ziekte of aandoening." Wilt u ook wandelen met een gids? Kijk dan op www.gezondnatuurwandelen.nl.

Wandelen met een oppashond

Houdt u van honden en heeft u zin en tijd om deze zorg af en toe over te nemen? Dan kan de Stichting OOPOEH (Opa's en Oma's Passen Op Een Hond) u koppelen aan een lieve oppashond. Dit heeft drie grote voordelen: u heeft gezelschap en beweging, honden krijgen de aandacht en verzorging die zij nodig hebben en baasjes hebben een betrouwbare oppas. Zorg en Zekerheid ondersteunt OOPOEH in de regio Amstelveen. Lijkt het u iets? Kijk dan op www.oopoe.nl.

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

Vaderdag

Hoofdprijs *Kookboek*
 Zonder fratsen van Anita Witzier
 t.w.v. € 29,50



De overgebleven letters vormen de oplossing.

CADEAUTJES	KNUTSELWERKJES	VERRASSING
DAGJE UIT	LEKKER ETEN	VERWENNEN
DOCHTER	LIEFDE	VOETBALLEN
EROP UIT	ONTBIJT OP BED	VOORJAAR
FEESTDAG	PAPA	VRIENDEN
GEZIN	SOKKEN	VRIJE DAG
JUNI	SPELLETJES	WANDELEN
KINDEREN	UITSLAPEN	ZONDAG
KNUFFELEN	VADERDAG	ZOON

Extra prijs:
 Rituals pakket t.w.v. € 20,-



Oplossing

Stuur uw oplossing vóór donderdag 3 juni 2021 naar: ledenservice@amstelring.nl o.v.v. 'Puzzel Amstelring Plus 2 2021' of naar: Amstelring Ledenservice onder vermelding van 'Puzzel Amstelring Plus 2 2021', Postbus 2318, 1180 EH Amstelveen. Vermeld hierbij duidelijk in blokletters:

Naam: _____ m/v Telefoonnummer: _____

Lidnummer: _____ E-mailadres: _____

Adres: _____ Postcode en woonplaats: _____

Oplossing puzzel: _____

Alleen volledig ingevulde inzendingen worden in behandeling genomen. De prijswinnaars ontvangen persoonlijk bericht. Over de uitslag kan niet worden gecorrespondeerd. Gewonnen prijzen zijn niet inwisselbaar voor geld.



Automakelaar aan huis

Maatwerk tot in de details geregeld

Een auto kopen of verkopen is geen kleinigheid en lastig onderhandelen als u niet thuis bent in de autobranche. Professionele begeleiding bij de aan- of verkoop scheelt u veel tijd en stress. Bovendien betaalt u nooit te veel en ontvangt u altijd een maximale prijs voor uw auto.

“Onze doelstelling is dat wij u alle zorg rondom de aan- of verkoop van een auto uit handen nemen”, legt Tom Wesselingh het concept van Automakelaar aan huis uit. “We zeggen wat we doen en doen wat we zeggen. Dit geldt ook voor onze prijsstelling. Van te voren spreken we een all-inclusive prijs af volgens een staffel waarbinnen de waarde van uw auto valt.”

Auto kopen

“Sommigen zijn loyaal aan een automerk, anderen kunnen juist advies gebruiken bij de koop van een nieuwe auto. Door al het aanbod ziet men al gauw door de bomen het bos niet meer. Aan de hand van uw wensenlijst brengen wij dit aanbod aanzienlijk terug, waardoor we op het voor u juiste type en model uitkomen.

Het is lastig inschatten bij de aankoop van een tweedehands auto of u een auto in goede staat koopt. Aan de buitenkant kan deze er nog zo fraai uitzien, maar allerlei gebreken kunnen onopgemerkt blijven als u niet weet waarop u hoort te letten. Met onze technische achtergrond voorkomt u dat u een kat in de zak koopt."

Auto verkopen

"Vanwege onze kennis en ervaring geven wij in 95% van de gevallen een nauwkeurige verkoopprijs van uw auto. Doordat wij uw auto op de meest bekende autosites aanbieden is de gemiddelde verkooptijd ongeveer 40 dagen zonder dat u daar moeite voor hoeft te doen. De kosten voor de fotosessie en de advertentiekosten zitten bij het vooraf vastgestelde bemiddelingstarief inbegrepen."

Tom Wesselingh hanteert het 'no cure no pay' principe: u betaalt het bemiddelingstarief alleen als hij uw auto daadwerkelijk verkoopt. Dat geldt ook als op het allerlaatste moment de aankoop of verkoop van uw auto niet doorgaat.

Passie

Robin en zijn vriendin waren op zoek naar een specifieke auto, een Audi A3. Via internet kwam Robin terecht bij Tom Wesselingh. "Van het fenomeen Automakelaar aan huis had ik nog nooit gehoord, maar toen ik op de website van Tom terecht kwam vond ik het bijzonder handig dat iemand mij kon helpen bij de aankoop van mijn auto. En ik kende Tom nog van vroeger, niet heel goed of zo, maar dat riep gelijk vertrouwen bij mij op. Het is ongelooflijk mooi om het enthousiasme en de passie voor auto's bij Tom te zien. Het contact verliep echt heel soepel, wanneer je een vraag stelt, reageert Tom heel snel. Ik ben heel tevreden met mijn nieuwe auto en blij dat ik dat op deze manier heb gedaan."

Betrouwbaar

"Via een zoekopdracht op internet kwam ik uit bij Tom van Automakelaar aan huis", vertelt Kees. "Ik wilde mijn auto verkopen en ben daarvoor een keer langs geweest in Mijdrecht. Tom is een heel prettige man, recht door zee en hij komt direct betrouwbaar over. Hij maakte op een professionele manier uitstekende foto's van mijn auto die hij met een volledige beschrijving onder meer op Marktplaats, Autoscout24 en zijn eigen website plaatste. Het voordeel is dat je in de auto kunt blijven rijden totdat iemand belangstelling heeft en een proefrit wil. Vind je het prettiger de auto bij Tom te laten staan dan kan dat ook. De auto was binnen twee weken verkocht en de administratieve afwikkeling was direct geregeld. Ik kende dit concept helemaal niet, maar op deze manier mijn auto verkopen is me prima bevallen."


Wat is uw auto waard?


"Wilt u vrijblijvend weten wat uw auto waard is? Stuur ons dan enkele foto's van uw auto: twee of meer foto's van de buitenkant en twee of meer foto's van de binnenkant," aldus Tom. "Wij kunnen een goede inschatting van de waarde van uw auto maken als u daarbij het kenteken en de kilometerstand doorgeeft. U ontvangt vervolgens een indicatie van de verkoopwaarde wanneer u uw auto via ons verkoopt. Uiteraard met als doel zo'n goed mogelijk voordeel voor u te behalen."




	Prijs zonder ledenvoordeel:	Ledenvoordeel: 10% korting op
Waarde tot:	Bemiddelingstarief	bemiddelingstarief
€ 10.000,-:	€ 400,-	€ 40,- korting
€ 20.000,-:	€ 500,-	€ 50,- korting
€ 40.000,-:	€ 700,-	€ 70,- korting
Waarde hoger dan € 40.000,-:	€ 1.000,-	€ 100,- korting

Meer info of aanmelden:

 www.amstelringledenservice.nl

 ledenservice@amstelring.nl

 020 – 333 5100



Wie zorgt er voor degene die zorgt?

- Advies en informatie
- Hulp bij regeltaken
- Cursussen en gespreksgroepen
- Inzet van een vrijwilliger



(020) 512 72 50
info@mantelzorgenmeer.nl
www.mantelzorgenmeer.nl

SCHIEDON
 ■ S C H O E N M O D E
 SPORTSCHOENSPECIALIST ■
 ORTHOPEDISCH ■ S C H O E N T E C H N I E K
 W E R K S C H O E N E N ■

Schoenen aan huis

Als het voor u lastig is om van huis te gaan om nieuwe schoenen te kopen, dan heeft Schiedon de service "schoenen aan huis" bel 020 - 64 15 308 of ga naar www.schiedon.nl
 Bovenkerkerweg 43 • 1185 XA Amstelveen

apetito
 Met zorg bereid.

Speciaal voor jou

Probeer nu 5 maaltijden voor slechts € 19,95!

Inclusief 12 heerlijke desserts gratis!

Wat je woon- of eetsituatie ook is: bij apetito willen we je culinair verrassen. Laten genieten van gemak... met onze keuze uit 150 vriesverse maaltijden! 5 van deze maaltijden kun je nu proberen in een proefpakket voor slechts € 19,95.

Bestel en geniet van:

- Nasi goreng met kipsaté
- Macaronischotel
- Runderlapje in jus met bloemkool en aardappelpuree
- Runderhachee met rode kool en aardappelen
- Grootmoeders kippannetje: kippenpoot met groenten en gebakken aardappelen

Gratis aan huis bezorgd en zonder verdere verplichtingen. Bovendien ontvang je nu ook nog eens 12 desserts t.w.v. € 12,29 gratis! Dat smaakt naar meer toch?

Eet je natriumarm, vegetarisch of glutenvrij? Ook dat kan. Ga naar apetito-shop.nl/proefpakket of bel 0800 - 023 29 75 (gratis) en maak je keuze. Vermeld bij de bestelling actiecode 109-AMSTELR0521. Leden van Amstelring Ledenservice krijgen altijd 10% korting op vervolgbestellingen. Eet smakelijk!

Deze actie is enkel voor nieuwe klanten en geldt t/m 31 juli 2021. Kijk voor de overige voorwaarden op apetito-shop.nl/proefpakket.

www.apetito-shop.nl

Inboedelruiming en opruimcoach

Rust, ruimte en overzicht

Opruimen is een middel om meer rust en overzicht te creëren. De Opruimcoach brengt structuur aan, begeleidt bij het opruimen en biedt ook uitkomst bij mensen die lijden aan verzamelwang.

“Niets dan lof voor Elles Tijssen”, aldus mevrouw Zanen die aan hoarding, ook wel verzamelwang genaamd, leed. Ik kan alleen in superlatieven over haar vertellen. Elles is super goed georganiseerd, een uitstekende analyticus en planner. Ze is efficiënt, snel, systematisch, kalm en altijd goed gehumeurd.”

Verzamelwoede

“Iemand die aan verzamelwang lijdt, kan moeilijk van spullen afscheid nemen”, vervolgt mevrouw Zanen. En juist omdat ze respect voor mijn spullen heeft, kan ik er beter afstand van doen. Elles is empathisch, ze kan zich goed in de ander inleven, maar is tegelijkertijd vasthoudend en hielp mij door het opruimproces van mijn eengezinswoning heen. Ook na mijn verhuizing naar een appartement ging Elles doeltreffend te werk en voordat ik het wist, was ik goed en wel weer gezeteld.”



Inventarisatie

“Alvorens Elles begint, komt ze vrijblijvend op gesprek, maakt een inventarisatie van de opdracht, verstrekt een prijsopgave en maakt een inschatting van de duur van de opdracht. Ze is stipt, komt haar afspraken na en geeft advies over de bestemming van de overvloedige huisraad en brengt deze ook weg.”

Inboedelruiming

Naast haar diensten als opruimcoach verzorgt Elles van Elles in Organizing ook inboedelruiming van woningen na bijvoorbeeld een overlijden, scheiding of verhuizing. Zelf beslist u over de waardevolle en persoonlijke spullen, waarna Elles zorgt voor een nette, lege woning die zij bezemschoon oplevert.

Opruimcoach:

Prijs zonder ledenvoordeel: € 62,50 per uur

Ledenprijs: € 55,- per uur

- minimale afname 3 uur per keer
- gratis vrijblijvend intakegesprek

Inboedelruiming:

Prijs zonder ledenvoordeel:


3-kamer appartement: ca. € 1.050,- incl. BTW.


Prijsindicatie met ledenvoordeel:


3-kamerappartement: ca. € 950,- incl. BTW

- Exacte prijs is afhankelijk van uw opdracht
- gratis vrijblijvend intakegesprek

Meer info of aanmelden:

 www.amstelringledenservice.nl

 ledenservice@amstelring.nl

 020 – 333 5100

Blijf in
beweging

Travixx by  medipoint

Travixx: Brengt u verder

De vrijheid om te gaan waar u wilt. Daar blijft u het liefst zo lang mogelijk van genieten, ook wanneer u minder mobiel wordt. Ons huismerk Travixx, dat tot stand is gekomen uit jarenlange ervaring en vele klantervaringen, helpt u om zolang mogelijk van uw vrijheid te blijven genieten.

TRAVIXX DELUXE

Exclusief lichtgewicht model. Met soft wielen voor uitstekende demping.



van 379,-
voor leden **303,-**



Gratis Rollatorcheck: Is uw rollator zomerklaar?

Doe de rollatorcheck

Wanneer: Iedere eerste woensdag van de maand

Hoe laat: Tussen 10.00 - 16.00 uur

Waar: Alle Medipoint winkels

Een afspraak maken is niet nodig.

Kijk op www.medipoint.nl/rollatorcheck voor meer informatie.

TRAVIXX TRAVELLER

De lichtgewicht rollator om mee op pad te gaan. Lekkrije banden en comfortabele zitting.



399,-

TRAVIXX CLASSIC

De klassieker voor alledaags gebruik. Lichtgewicht en compleet uitgerust.



299,-

Wij helpen u graag verder

Bel onze experts voor advies of een afspraak

088 - 10 20 100 - optie 3

Bezoek een van onze 50 winkels

www.medipoint.nl/locaties

Onze Thuiservice brengt de winkel aan huis. Bel voor een afspraak

Direct bestellen via onze website

www.medipoint.nl/beweging

TRAVIXX COMFORT LITE

Makkelijk afstelbaar, veel aandacht voor comfort en veiligheidsdemping.



van 499,-
voor leden **349,-**



* OP=OP* Geldt voor de blauw/zwarte kleur

* Genoemde acties zijn ledenaanbiedingen. Geldig t/m 15-8-2021. Niet geldig i.c.m. andere acties, kortingen of waardebonnen. Vraag overige voorwaarden in de winkel. Assortiment kan per locatie verschillen.

 medipoint

 Amstelring
Thuiszorgwinkels

Winkeladressen: Amstelveen, Laan v/d Helende Meesters 431 • Haarlem, Stephensonstraat 45 (gratis parkeren en invalideparkeerplaats voor winkel) • Heemskerk, Maltezerplein 35 (1e verdieping) • Hoofddorp, Raadhuisplein 300

LENEN, HUREN EN KOPEN | 088 - 10 20 100 | WWW.MEDIPOINT.NL/BEWEGING