



Amstelring
Plus

2019

**Dagtocht
Broekerveiling**

Veilen, varen en verrassen

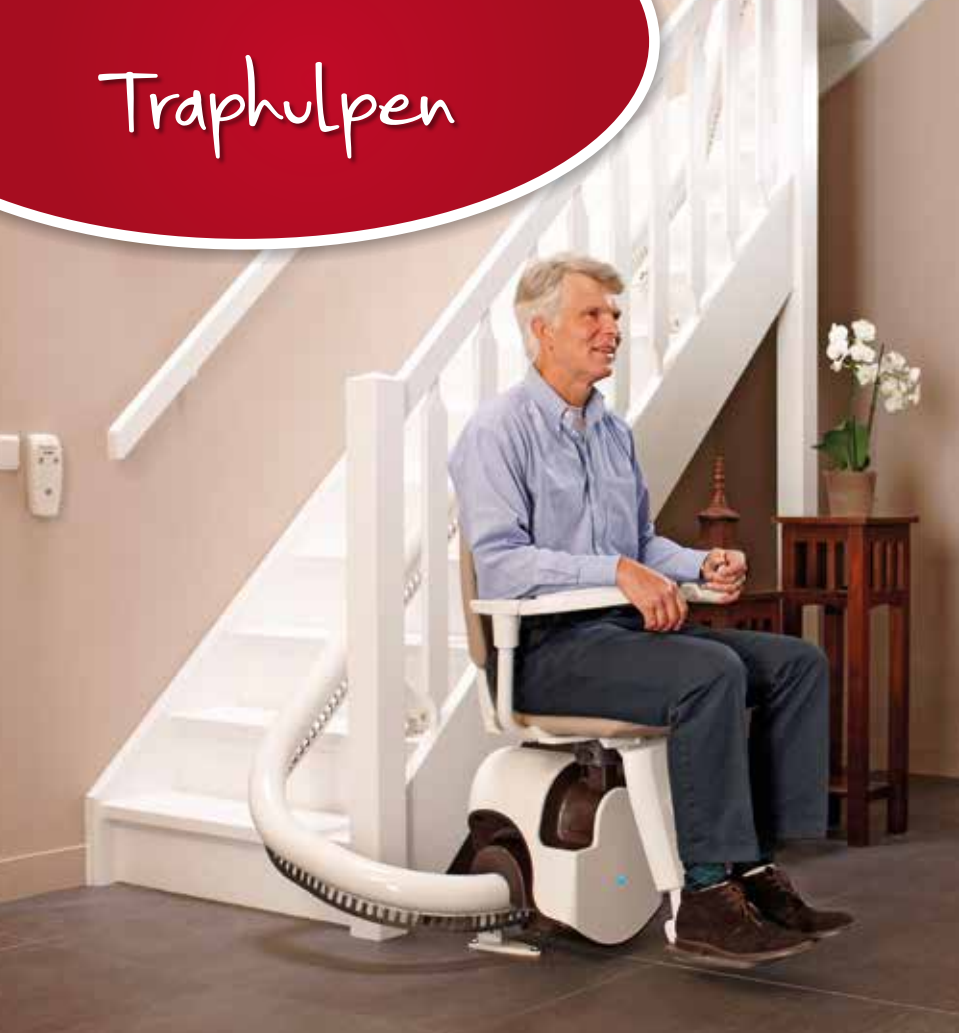
Ontdek wat **Voetreflexologie**
voor u kan betekenen

**John Williams met
R&B Old skool hits 80s/90s**

Vanaf de eerste noot de zaal op zijn kop

3

Traphulpen



Ik kan weer zelfstandig naar boven

Traplopen is inspannend. Uw hartslag stijgt en uw ademhaling gaat ook omhoog. Wanneer traplopen zo inspannend wordt dat u er tegenop gaat zien, kunt u kiezen voor ondersteuning in de vorm van een traphulp. Daarmee kunt u zich veilig en moeiteloos van boven naar beneden verplaatsen, en kunt u zo lang mogelijk in uw eigen vertrouwde omgeving blijven wonen.

Kosteloos hulpmiddelen lenen

Heeft u tijdelijk een hulpmiddel nodig? U kunt bij ons terecht.

Denk aan:

- Douche- en toilethulpmiddelen
- Rolstoelen
- Bedden
- Matrassen
- Kraamproducten
- Krukken

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

Nu tot 15% korting op trapliften

- Meest gevarieerde aanbod van Nederland
- Onafhankelijk advies
- Verkrijgbaar via de Medipoint Thuiservice

Korting tot
€ 1200.-



Maak een afspraak



Thuiservice

Wilt u een sta-opstoel of traplift uitproberen in uw eigen huis? Onze adviseurs komen graag bij u langs.

- Vrijblijvend en persoonlijk advies
- Uitleg door een expert
- Uitproberen in uw eigen omgeving
- Wanneer het u uitkomt

Bel 088 - 10 20 100 (optie 3) of vul online het afspraakformulier in via www.medipoint.nl/veilig

Genoemde acties zijn ledenaanbiedingen. Geldig t/m 15-11-2019. Niet i.c.m. andere actie, korting of waardebon. Vraag overige voorwaarden in de winkel.



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



Zorg voor zelfstandig leven

Inhoud



Start theaterseizoen

In 1999 bezocht ik een van mijn eerste musicals: Elisabeth in Scheveningen. Daarna volgden musicals in Londen, New York en diverse in Nederland. Theater heeft iets magisch, het betovert je en neemt je mee naar een andere wereld. Theater raakt je, het ontroert mensen en zet ze aan het denken. Het maakt onderwerpen bespreekbaar, verbreedt je blik, verbindt mensen en bovenal: maakt mensen blij!

September is de maand dat het culturele seizoen weer van start gaat. Wist u dat u als lid een extra abonnement kunt afsluiten van CultuurWerkt!? Het geeft u voordeel bij een gevarieerd aanbod uiteenlopend van een mooie expositie, een film, musical of een voorstelling. Zo beleeft u theater op een voordelige manier.

Lees bij Theater & Cultuur meer over het theaterseizoen met Amstelring Ledenservice. Naast CultuurWerkt! vindt u nog meer mooie voorstellingen, uiteraard mét ledenvoordeel. Doe inspiratie op en geniet net als ik van een van de prachtige voorstellingen!

Ellen Ahrens

Manager Amstelring Ledenservice

**De Ledenconsulent
is voor vragen tijdens
werkdagen telefonisch
bereikbaar van
08.30 - 17.00 uur
op telefoonnummer
020 - 333 5100**



4 Nieuwsflits

6 Close Up - John Williams

8 Theater & Cultuur

10 CultuurWerkt!

11 Aan Huis - Inboedelruiming

12 Op Locatie - Tuinman

15 Eropuit - Dagtocht BroekerVeiling

16 PuzzelPlezier

17 Te Gast - Boodschappenservice aan huis

Nieuw!

18 Aan het Woord - Somnox slaaprobot

19 Aan Huis - Pedicure aan huis

BEÏNDIGING LIDMAATSCHAP: U KUNT UW LIDMAATSCHAP MAANDELIJKS SCHRIFTELIJK OPZEGGEN. DE CONTRIBUTIE WORDT ECHTER PER JAAR GEHEVEN. DATUM VAN AANMELDING IS DAARBIJ HET UITGANGSPUNT. BIJ BEÏNDIGING VAN HET LIDMAATSCHAP VINDT GEEN TERUGBETALING PLAATS VAN DE CONTRIBUTIE (OF EEN DEEL DAARVAN).

Adverteren in het ledenblad Amstelring Plus?

Mail voor meer informatie naar ledenservice@amstelring.nl of bel 020 - 333 5100.

AMSTELRING PLUS SEPTEMBER 2019 JAARGANG 17 AMSTELRING PLUS IS EEN UITGAVE VAN AMSTELRING LEDENSERVICE OPLAGE 40.000 EX. HOOFDREDACTEUR ELLEN AHRENS REDACTIE, CONNY VAN KESSEL, KARIN LUTTENBERG, SASKIA ZAAL
SAMENSTELLING EN REALISATIE COMMUNICATIEWEG 1, 3641 SG MIJDRECHT, WWW.BOOMVERWEIJ.NL, AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE JOHN WILLIAMS, VORMGEVING THINK NEXT LEVEL, MIJDRECHT, LIDMAATSCHAP CONTRIBUTIE
€ 22,- PER KALENDERJAAR 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 DE MAIL LEDENSERVICE@AMSTELRING.NL. BEZOEK DE WEBSITE WWW.AMSTELRINGLEDENSERVICE.NL OF VOLG ONS OP FACEBOOK
WWW.FACEBOOK.COM/AMSTELRINGLEDENSERVICE. NIETS UIT DEZE UITGAVE MAG OP WELKE WIJZE DAN OOK WORDEN VERVEELVOLDIGD ZONDER VOORAFGAANDE TOESTEMMING VAN DE REDACTIE. DE REDACTIE IS NIET AANSPRAKELIJK
VOOR DRUK- EN ZETFOUTEN EN FOUTIEVE PRIJSVERMELDING. AMSTELRING LEDENSERVICE IS NIET VERANTWOORDELIJK VOOR DE INHOUD VAN DE GEPLAATSTE ADVERTENTIES. AMSTELRING PLUS 4 2019 VERSCHIJNT OP 19 NOVEMBER 2019.



Albert Heijn Rembrandthof dank voor de sponsoring!

Albert Heijn Rembrandthof sponsort tot en met juni 2019 de flesjes water die de deelnemers ontvangen tijdens de dagtochten. Via deze weg: hartelijk dank voor de sponsoring!

Kennismaking Voetreflextherapie voor slechts € 30,-

Tijdens de internationale week van reflexologie van 23 t/m 27 september 2019 betaalt u slechts € 30,- voor een kennismakingsbehandeling (normale prijs vanaf € 52,- per uur). Ervaar wat een behandeling voor u kan betekenen! Aanmelden kan via www.amstelringledenservice.nl of bel 020 - 333 5100. Vol is vol!



Actie: ontvang een mooi sieraad bij Kleding aan huis

Speciaal voor onze leden ontvangt u bij een aankoop vanaf € 100,- aan kleding een mooi sieraad cadeau.

Wat omvat de service Kleding aan huis?

- Modieuze kleding voor dames en heren tegen betaalbare prijzen
- Goed draagcomfort en ideale pasvorm
- Uitgebreid assortiment (rokken, pantalons, truien, jeans, blouses en nog veel meer), modern óf klassiek.
- Vrijwel alle kleding is wasbaar in de wasmachine
- Snelle vermaakservice
- Wanneer gewenst; hulp bij het aan- en uitkleden
- Thuis in alle rust kleding bekijken, passen en combineren met wat er al in uw kast hangt

Na aanmelding belt Kleding aan huis u binnen twee werkdagen terug. De kledingadviseuse neemt tijdens het telefoongesprek met u door naar welke kleding uw voorkeur uitgaat.

Wat mist u in aanbod Amstelring Ledenservice?

Via Amstelring Ledenservice kunt u verschillende dienstverleners aan huis laten komen, zoals bijvoorbeeld een budgetcoach, de kapper, Saar aan huis voor gezelligheid en gezelschap, de audicien en opticien, maaltijden en nog veel meer. Verder kunt u een GeZZond Check laten doen, kan Halotherapie verlichting geven bij klachten aan de luchtwegen, kunt u online EHBO-cursussen volgen en kunt u er gezellig op uit met de dagtochten of naar het theater. We zijn heel benieuwd welke service u mist in ons aanbod? Amstelring Ledenservice wil u het zo gemakkelijk mogelijk maken, zodat u comfortabel en veilig thuis kunt (blijven) wonen en ook mogelijkheden bieden om eropuit te kunnen gaan. Laat u het ons weten als u een idee heeft?

Winactie: draag uw mantelzorger voor en win samen een dagtocht

Exclusief voor leden!



Jaarlijks vindt op 10 november de dag van de Mantelzorger plaats. Zorginstellingen, welzijnsorganisaties en gemeenten organiseren activiteiten en mantelzorgers ontvangen (in welke vorm dan ook) waardering.

WAAROM VERDIENT ÚW MANTELZORGER EEN VERRASSING?

Laat ons weten waarom úw mantelzorger een verrassing verdient en win samen met uw mantelzorger een dagtocht georganiseerd door Amstelring Ledenservice.

Mail vóór 30 november aanstaande naar ledenservice@amstelring.nl en omschrijf in maximaal 150 woorden waarom u uw mantelzorger in het zonnetje wilt zetten. Vermeld aub uw lidmaatschapsnummer, adresgegevens en op welk telefoonnummer u bereikbaar bent.

Partnerpas

Amstelring Ledenservice heeft een partnerpas uitgegeven aan haar samenwerkingspartners. Vraag daarom naar de partnerpas en het identiteitsbewijs als u een dienst van ons aanvraagt. Zo weet u daadwerkelijk dat u degene in huis krijgt waarmee u een afspraak heeft gemaakt.



Contributie lidmaatschap

In 2020 kost het lidmaatschap € 22,- per jaar op basis van automatische incasso. Betaalt u per acceptgiro? Dan betaalt u € 25,-. Een nieuw lidmaatschap is alleen mogelijk bij betaling per automatische incasso.

Het lidmaatschap geldt per huishouden voor de duur van 1 jaar. Hierbij wordt de datum van aanmelding aangehouden als de aanvangsdatum van het lidmaatschap. Op uw ledenpas staat de einddatum van uw lidmaatschap vermeld.

BEËINDIGING LIDMAATSCHAP

Wilt u uw lidmaatschap beëindigen, stuurt u dan 1 maand voor het einde van uw lidmaatschap een mail naar: ledenservice@amstelring.nl of schrijf naar: Amstelring Ledenservice, Antwoordnummer 131, 1180 WB Amstelveen (postzegel niet nodig). Bij niet tijdig opzeggen wordt uw lidmaatschap automatisch verlengd.

Bij opzegging gedurende het abonnementsjaar vindt geen (gedeeltelijke) restitutie van de contributie plaats.

ALGEMENE VOORWAARDEN

De algemene voorwaarden vindt u op www.amstelringledenservice.nl onder 'lidmaatschap' of mail naar: ledenservice@amstelring.nl voor het opvragen van deze voorwaarden.

Meer weten?

Wilt u meer weten naar aanleiding van informatie in deze rubriek?

Kijk op www.amstelringledenservice.nl of bel met 020 - 333 5100.



Close Up

John Williams **R&B Old Skool Hits 80s/90s: 1 groot fotoalbum van muziek**

Vanwege het ongekende succes vorig jaar is vanaf september 2019 R&B Old Skool Hits terug in het theater. "De energie vanuit het publiek op deze muziekstijl is heel heftig, zo groot. Onvoorstelbaar hoe het publiek dit genre muziek heeft gemist", aldus presentator John Williams.

De jaren tachtig en negentig zijn terug van weggeweest. Presentator John Williams neemt het publiek op een tijdreis door de R&B-muziek: een groot fotoalbum, maar dan met muziek van rhythm en blues. Onder leiding van een liveband worden de mooiste nummers gezongen door Carolina Dijkhuizen, Laise Sanches, Kimberly Maasdamme, Sarah Jane, Omri Tindal, Rico Greene, Jared Hiwat en Jared Grant.

ONGEKENDE HIT

"Het laatste album van Bruno Mars was een ode aan de jaren negentig en kwam gelijk hoog in de hitparades en de top 40. Zo zijn we op het idee gekomen voor de R&B Old Skool Hits theatershow. Dat bleek een ongekende hit. Trots benoemt John een van de mooiste recensies op deze theatershow: *'Ik kan zeggen dat ik geregeld een theatervoorstelling bezoek. Van musical tot dans tot aan toneel. Maar zelden of nooit stond vanaf de eerste noot de zaal op zijn kop!'*"

Via social media nodigde John belangstellenden uit aan te geven welke R&B-muziek zij willen horen.

"In tegenstelling tot vorig jaar verwerken we nu meer medleys in de shows", aldus John, "zodat we een gevarieerd repertoire kunnen aanbieden en meer mensen hun muzieksmaak voorbij horen komen. Ook nemen we dit jaar muziek van begin 2000 mee. En verder wil ik niet te veel verklappen. Ik kan alleen maar zeggen, wacht niet te lang met kaarten kopen. De shows zijn binnen de kortste keren uitverkocht."

WAT RAAKT JE?

Op internet staat een filmpje waarop John aan het einde van een theatershow geëmotioneerd te zien is. "Wat raakt je bij deze theatershows?" "Wat mij los van de muziek raakt, is dat er solisten op het podium staan die hoog zijn geëindigd bij talentenjachten zoals The Voice, X-factor en Idols. Allemaal vocalisten, waarvan grote artiesten, zoals Anouk gebruikmaken, bijvoorbeeld als backing vocals. Deze artiesten zijn weinig bekend bij het grote publiek. Het is voor mij een eer met deze mensen op het podium te staan, het zijn A-merken qua talent, maar geen A-merken qua marketingmerk. En dat vind ik onterecht. Ze verdienen dat de wereld ze beter gaat leren kennen, waardoor ze hun carrière kunnen uitbouwen.

En antwoord op de vraag wat het met mij doet: Je gaat terug naar je eigen tijd, waarin je voor het eerst uitging. Alles was nieuw, fris, beter, spannender, en daar heb ik het in de theatershow ook met een knipoog over: vroeger was alles beter. Het is echt niet normaal hoe het publiek dit genre muziek heeft gemist. Aan de hand van anekdotes nemen we de mensen mee terug naar de jaren tachtig en negentig; één groot fotoalbum maar dan met muziek."

PRESENTATOR

Alhoewel de theatershows van R&B Old Skool Hits een speciaal plaatsje hebben bij John, wil hij zijn presentatiewerkzaamheden voor televisie zeker niet missen. Na de zomer start hij met een nieuw televisieprogramma, een variant op het succesvolle



programma 'Een dubbeltje op zijn kant'. "We koppelen succesvolle ondernemers, miljonairs, aan gezinnen die failliet dreigen te gaan. Wat gebeurt er als je deze mensen bij elkaar brengt? Het is een experiment waarvan we hoge verwachtingen hebben."

TROTS

John is trots op zijn programma 'Help mijn man is klusser'. "Ik dacht eerst echt dat RTL van mij af wilde, want ik ben zelf helemaal geen klusser. Maar het programma staat sinds 2005 in de top 10 van goed bekeken programma's en scoort soms hoger dan het NOS-journaal."

Misschien nog wel trotser is John op een zelfbedacht concept. In samenwerking met het UWV is hij een project gestart om werkzoekenden in contact te brengen met vakantieparken en hotels. John: "Het programma SOS: Mijn vakantie is een hel bracht mij bij de meest afschuwelijke hotelkamers. Daardoor kwam ik op het idee van de Mr. John Travel hygiëne kit, waarmee vakantiegangers konden onderzoeken hoe schoon een hotelkamer of appartement is."

Het is voor vakantieparken en hotels moeilijk om aan schoonmaakpersoneel te komen. John is onder de naam Mr. John Products met Landal Green Parks en het UWV

sinds maart een samenwerking gestart om deze tekorten op te lossen. Na drie maanden hadden 45 werkzoekenden een baan. Wat dat met die mensen doet. Het is zo fijn om werk te hebben en weer ergens bij te horen!"

R&B staat voor rhythm and blues en ontstond in de Afro-Amerikaanse cultuur in jaren veertig. Het heeft invloeden van jazz, gospel en blues. De moderne R&B heeft een combinatie van rhythm and blues, soul, funk en hiphop.

Op www.oldschoolhits.nl vindt u de speellijst van R&B Old Skool Hits die John Williams tot en met mei 2020 in het hele land in de theaters presenteert.

**wo 30-10-2019, 20.15 uur
Schouwburg De Meerse Hoofddorp
Ledenvoordeel: gratis koffie/thee met gebak
voorafgaand aan de voorstelling, zolang de
voorraad strekt.**

**do 20-02-2020 20.15 uur
Theater De Meervaart Amsterdam
geen ledenvoordeel**

Klassieke Concerten

Beleef de Messiah van Händel, Classical Christmas, Mozart Requiem of een van de andere schitterende concerten met exclusief voordeel. Kom naar Het Concertgebouw in Amsterdam of naar een historische kerk in uw regio.

MOSCOW NIGHTS

MINIMAAL
**50%
KORTING**

HET CONCERTGEBOUW AMSTERDAM

zo 22-09-2019 Olga zingt Mozart, 14.15 uur
za 19-10-2019 Ode aan Bach, 19.30 uur
zo 24-11-2019 Moscow Nights, 14.15 uur

EXCLUSIEF VOOR LEDEN:

- 50% korting per ticket (€ 35,- in plaats van € 72,50, exclusief € 6,95 servicekosten per bestelling)

PLAATS:

voorstellingen door heel Nederland, zie website onder 'Bestellen'

BESTELLEN:

www.beleefklassiek.nl/amstelring

ACTIECODE:

AMR

Het Concertgebouw Amsterdam

Ontspannen doordeweeks om 14.15 uur naar een klassiek concert in Het Koninklijk Concertgebouw? Dat kan met de Middagconcerten.



LEDENVOORDEEL
**30%
KORTING**

KLEINE ZAAL

di 08-10-2019: Quirine Viersen en Enrico Pace
di 12-11-2019: Dudok Quartet Amsterdam

PRIJS	LEDENPRIJS	RANG
€ 40,00	€ 28,00	1+
€ 33,00	€ 23,10	1
€ 26,00	€ 18,20	2

PLAATS:

Concertgebouwplein 10, 1071 LN Amsterdam
Bestellen:

- online, ga naar: www.concertgebouw.nl
- telefonisch: 020-6718345 (lokaal tarief)

ACTIECODE: 1920AMSTELRING

LET OP: voor alle voorstellingen met Amstelring Ledenservice geldt dat u bij aanvang van de voorstelling uw ledenpas van Amstelring Ledenservice dient te laten zien. Als u deze niet kunt tonen, wordt het normale bedrag alsnog in rekening gebracht.

Cinema Amstelveen



Arts in Cinema is een serie spraakmakende documentaires over internationale top-exposities en bevlogen kunstenaars. De films zijn informatief, toegankelijk en onderhoudend. Henk van den Bosch verzorgt een korte inleiding op de kunstenaar en/of stroming. Aanvang inleiding 19.30 uur, aanvang film circa 20.00 uur.

di 17-09-2019
Water Lilies of Monet: The Magic of Water and Light

di 24-09-2019

Degas: Passion for Perfection

di 08-10-2019

Tintoretto: A Rebel in Venice

di 22-10-2019

Young Picasso

di 12-11-2019

Klimt and Schiele: Eros and Psyche

PRIJS ZONDER LEDENVOORDEEL: € 13,50

LEDENPRIJS: € 12,25

(Ticketprijs is excl. € 1,- transactiekosten)

ADRES: Stadsplein 100, 1181 GE Amstelveen

Bestel uw kaarten met ledenkorting:

- Op de website www.cinemaamstelveen.nl kunt u bij 'Bestel Kaarten' de promocode 'cinema-amstelring' invoeren, waarmee u de korting ontvangt
- Of stuur een email naar kassa@schouwburgamstelveen.nl of bel (020 547 51 75) en vermeld uw gegevens, de promocode 'cinema-amstelring' en de betreffende datum(s).

Schouwburg De Meerse Hoofddorp



Schouwburg De Meerse is hét theater van de Haarlemmermeer waar u terecht kunt voor een gevarieerd theateraanbod. Breng ook een bezoek aan dit sfeervolle theater!

do 30-10-2019: R&B Old Skool 80/90

Prijs : € 32,50 incl. drankje

vr 23-11-2019: Henk Poort en de Helden

Prijs : € 24,75 incl. drankje

wo 12-12-2019: Cox, de grote grijze belofte

Prijs : € 31,25 incl. drankje

vr 14-12-2019: Good Hope, South African Roadtrip

Prijs : € 32,- incl. drankje

Voor alle voorstellingen geldt: maximaal € 2,- reserveringskosten.

LEDENVOORDEEL VOOR BOVENSTAANDE VOORSTELLINGEN:

gratis kopje koffie met gebak voorafgaand aan de voorstelling, zolang de voorraad strekt.

PLAATS:

Raadhuisplein 3, 2132 TZ Hoofddorp

BESTELLEN:

- Online, ga naar www.demeerse.nl
- Telefonisch, bel: 023 – 556 3707

ACTIECODE:

Amsteluitje

CultuurWerkt!

Exclusief abonnement voor leden

Wilt u genieten van de mooiste cultuur en een prachtig, divers aanbod uit cultuurprogramma's? Wilt u ook weten wat er in Nederland en bij u in de buurt aan cultuur te beleven valt? Maak dan gebruik van het CultuurWerkt!-abonnement voor slechts € 7,50 per jaar.



Met het CultuurWerkt!-abonnement heeft u jaarlijks ruime keuze uit aanbiedingen op het gebied van kunst en cultuur met aantrekkelijk voordeel op ticketprijzen tot wel 60% korting op concerten, tentoonstellingen film- of theatervoorstellingen met cabaret, toneel, musical en opera. Ook een gratis drankje of een interessante inleiding bij de voorstelling behoort tot de mogelijkheden. Hiermee is uw abonnementsgeld snel terugverdiend!

ABONNEMENTSVORDEEL:

- € 7,50 per theaterseizoen (1 september t/m 31 augustus), exclusief voor leden (aanvullend op het lidmaatschap)
- Ruim keuze uit 750 culturele aanbiedingen per jaar
- Onbeperkt te bezoeken aantal voorstellingen
- Wekelijks nieuw cultureel aanbod
- Voordeel tot 60%
- Regelmatig kans op gratis kaarten voor concerten, musea en nog veel meer
- Een gratis wekelijks online nieuwsbrief

ACTIE

TROPENMUSEUM AMSTERDAM

25% voordeel per kaart

Ga mee op tijd- en wereldreis in eigen land en daarnaast vaste tentoonstellingen waarbij de objecten stuk voor stuk nieuwsgierig maken naar de enorme culturele diversiteit die de wereld rijk is.

PATHÉ BIOSCOPEN

Tot 35% korting, vanaf € 7,25 per stuk
Film beleef je pas echt bij Pathé. Niet alleen door een groots scherm en groots geluid, maar door de grootsheid van uw ervaring. Elke film weer. Aanbiedingen onder voorbehoud van eventuele wijzigingen. Kijk op www.cultuurwerkt.nl/aanbod voor de actuele aanbiedingen.

Maak gebruik van het CultuurWerkt!-abonnement en meld u aan via www.amstelringledenservice.nl bij CultuurWerkt! onder Eropuit en Cultuur



Inboedelruiming *Van A tot Z alles geregeld*

Als gevolg van een overlijden, scheiding of verhuizing kunnen er bij het ontruimen van een woning emoties naar boven komen. De opruimcoach van de Inboedelruiming neemt uw zorgen en werk uit handen. Van praktische regelzaken tot het leegruimen van het huis en het bezemschoon opleveren.

“Sommige mensen vinden het prettig zelf een woning leeg te halen als bijvoorbeeld een ouder is overleden. Dat geldt echter niet voor iedereen. Soms ontbreekt het aan tijd of kan het ontruimen mentaal of fysiek te zwaar zijn. Mijn cliënten weten soms niet zo goed ‘hoe’ en ‘waar’ te beginnen met het leegruimen van de woning. Bovendien vinden ze een tweede leven van hun spullen belangrijk”, vertelt Elles Tijssen van Elles in Organizing. “Ik bied begeleiding bij de inboedelruiming, neem deze vaak geheel uit handen nadat waardevolle en persoonlijke spullen uit de woning zijn gehaald. En zelfs bij deze selectie kan ik cliënten begeleiden. In dat geval help ik bij het maken van keuzes.”

HUUR- OF ZORGWONING

“Een woningbouwvereniging stelt specifieke eisen aan het leeg opleveren van een huurwoning. Daar kunnen aardig wat werkzaamheden bij komen kijken, terwijl de huurwoning weer snel beschikbaar moet komen. Dat vraagt een behoorlijke planning en organisatie. Voor het leegruimen van een kamer in een zorginstelling is weinig

tijd beschikbaar. Inboedelruiming regelt alles van A tot Z en neemt u deze zorg uit handen”, aldus Elles Tijssen.

“Tijdens een intakegesprek neem ik uw wensen op. U ontvangt binnen 48 uur een vrijblijvend voorstel, passend bij uw wensen. Ik werk samen met betrouwbare bedrijven, waarbij altijd aandacht is voor een tweede leven van uw spullen.”

Kosten

PRIJSINDICATIE ZONDER LEDENVOORDEEL:

Inboedelruiming 3 kamer appartement:
ca. € 999,- incl. btw

PRIJSINDICATIE MET LEDENVOORDEEL:

Inboedelruiming 3 kamer appartement:
ca. € 899,- incl. btw

De exacte prijs is afhankelijk van uw opdracht.



Tuinman

Van wens naar werkelijkheid

Een tuin goed verzorgen is best een tijdrovende klus. U kunt de tuinman eenmalig inhuren voor groot onderhoud of voor specifieke werkzaamheden, zoals het snoeien, onderhouden van de plantengordels en kappen van bomen en struiken. Maar u kunt een hovenier ook periodiek inschakelen.

“De meeste klanten die ik via Amstelring Ledenservice heb, zijn er al vanaf het begin en zijn heel trouw. Gemiddeld een tot twee keer per jaar onderhoud ik hun tuin”, vertelt André Prins van Greenspot Groenspecialisten. “Mensen kunnen contact opnemen als ze hun tuin gedaan willen hebben, maar ze kunnen er ook via een onderhoudscontract voor kiezen hun tuin af en toe te laten opknappen. Dat kan bijvoorbeeld een- of tweemaal per jaar of dat u gedurende het jaar uw tuin helemaal aan ons overlaat. Vanzelfsprekend leggen we afspraken vast, zodat we conform uw wensen werken en u vooraf weet wat de kosten zijn.”

Mevrouw Van den Berg is ruim twintig jaar geleden in haar huidige woning in Nieuw-Vennep komen wonen en heeft haar tuin door André Prins laten ontwerpen en aanleggen. “Ik heb niet echt groene vingers en ik vind het fijn dat André mijn voor- en achtertuin bijhoudt.

De werkzaamheden variëren van snoeiwerk, onkruidvrij houden van mijn tuin en onderhoud van de bestaande beplanting of het aanbrengen van nieuwe beplanting. Voor nieuwe beplanting vraagt hij wat mijn wensen zijn, maar op zich vind ik alles snel goed, zolang het maar iets bloeiends is. Binnenkort brengt André sedum aan op het dak van mijn uitbouw. Dat laat ik onder meer aanbrengen vanwege isolatie en bescherming van de dakbedekking. André brengt vooraf een offerte uit waarbij de ledenkorting uiteraard in mindering wordt gebracht. Ik vind het heel prettig communiceren met hem. André stemt het werk altijd goed met mij af, is nauwkeurig en werkt netjes.”

ONKRUIDVRIJE TUIN

André legt uit: “Voor onkruidvrije bestrating kunt u kiezen voor een onkruidwerend voegzand. Bij een bestaande tuin is het wel nodig hiervoor

alle tegels opnieuw te leggen. Er hoort namelijk een iets bredere afstand tussen de tegels te zitten, zodat er voldoende voegzand tussen de voegen kan worden aangebracht. Dit voegzand is gekleurd met biologische kleurstoffen die het milieu niet belasten. Bovendien is het voorzien van een coating, die in grote mate voorkomt dat onkruid kan ontkiemen.”

MILIEUVRIENDELIJK

“Inmiddels werken we niet meer met chemische middelen om onkruid te bestrijden, maar we gebruiken een hogedrukreiniger met stoom en heet water”, aldus André. “Verder werken we zo veel mogelijk duurzaam. Waar het kan hergebruiken we –gerecyclede- materialen, ook wat planten betreft. De combinatie tussen een groene tuin en waterbuffering wordt ook wel de ‘groen blauw tuin’ genoemd. Dit is eigenlijk de ultieme manier om gebruik te maken van de natuur. Normaliter valt de regen op het dak en loopt via de regenpijp naar de riolering. Wanneer de regenpijp op een infiltratievoorziening is aangesloten, kan het water bezinken in de bodem. Verder is biodiversiteit in een tuin belangrijk. Biodiversiteit houdt in dat er veel verschillende levende organismen van dieren en planten in de tuin voorkomen.

VAKKENNIS

Op de vraag waarin Greenspot Groenspecialisten zich onderscheidt van andere hoveniers legt André uit: “Wij zijn klantgericht, denken klantgericht en hebben vakkennis van groen. We leggen niet alleen een nieuw terras of tuinpad aan, maar we kunnen onderbouwd advies geven over welke planten, struiken of bomen u wel of niet kunt laten plaatsnemen. Een ideale tuin is in balans qua groen en gebruikersruimte en zeker toegespitst op de persoon. De tuin wordt functioneel ingericht voor wat je echt nodig hebt om te kunnen zitten

en te recreëren. De rest van de tuin hoort naar ons idee zo veel mogelijk met beplanting te zijn ingericht. Hierbij kunt u denken aan groene erfafscheidingen, groene wanden, een schuur met klimplanten, verrijdbare plantenbakken. Deze plantenbakken zetten we zodanig neer dat de klant wel ervaart dat hij de maximale ruimte heeft. En wilt u op een ander moment net dat plekje benutten, dan kunt u de plantenbak verrijden naar een plaats waar die niet in de weg staat.”

KLEIN WERK

Klein tuinonderhoud omvat vier tot zes uur werk. Daaronder vallen werkzaamheden als schoffelenwerk, maaiwerkzaamheden, het onkruidvrij maken of bemesten van het gazon, bestrating of terras schoonmaken. Groter werk zijn vanzelfsprekend werkzaamheden als snoeien van grote struiken, coniferen, hagen en bomen, een schutting aanleggen en het aanleggen en volledig renoveren van nieuwe en bestaande tuinen.

VRIJBLIJVEND GESPREK

Wilt u de tuinman inschakelen? De tuinman komt altijd eerst langs voor een vrijblijvend gesprek. Als u de tuin wilt laten doen, krijgt u eerst een offerte. Zo weet u precies waar u aan toe bent.



Kosten

Normale prijs

Ledenprijs

Uitgebreid onderhoud en aanleg per uur

€ 57,75

€ 54,80

Klein werk per uur (minimaal 4 uur werk)

€ 48,75

€ 42,35

Boomwerkerstarief per uur

€ 69,15

€ 59,75

- Leden krijgen 5% korting op alle materialen
- Alle prijzen zijn per uur per medewerker, incl. btw.



Wie zorgt er voor degene die zorgt?

www.mantelzorgenmeer.nl

(020) 333 53 53
info@mantelzorgenmeer.nl



SCHIEDON
SCHOENMODE
SPORTSCHOENSPECIALIST
ORTHOPEDISCH SCHOENTECHNIEK
WERKSCHOENEN

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

GREENSPOT
groenspecialisten

De tuinmannen van Greenspot Groenspecialisten helpen u graag bij al uw tuinaanleg, verzorging en (periodiek) onderhoud!

Ook voor tuinontwerp of renovatie van uw tuin.

TEL.: 06 226 60 585 – INFO@GREENSPOTTUIN.NL

KAPPER, PEDICURE &
SCHOONHEIDSSPECIALIST
Makkelijk bij u thuis



Amsteling
Ledenservice

mobella

Bel 088-1000100
of kijk op mobella.nl



Dagtocht BroekerVeiling Veilen, varen en verrassen

Een van de populairste en boeiendste uitstapjes blijft een dagje naar de Broekerveiling. Na de ontvangst met koffie/thee krijgt u aan de hand van audiovisuele presentaties en maquettes uitleg hoe het er op deze unieke doorvaarveiling in het verleden aan toging.

We zien het schitterende gebouw met de hallen die in rechtstreekse verbinding met het water staan. Hier werden de groenten binnen gevaren en geveild.

We gaan aan boord voor een mooie vaartocht door het Oosterdelgebied, het Rijk der Duizend eilanden en we varen langs de akkertjes waar nog steeds groenten worden verbouwd.

Voor of na de rijk gevulde Westfriesse lunch nemen we in het veilinggebouw plaats in de bankjes en gaan we zelf bieden. Dat wordt spannend. Wie precies op het goede moment de klok stil zet, gaat naar huis met een zak piepers of een flinke bos prei.



DAGJE UIT MET LEDENSERVICE

DATA:

dinsdag 29 oktober 2019

donderdag 31 oktober 2019

OPSTAPPLAATS: Amstelveen

Tijd: 08.45 – 17.00 uur

PRIJS: leden € 55,- (niet-leden € 65,-)

De prijs is inclusief vervoer, ontvangst met koffie/thee en iets lekkers, uitleg over doorvaarveiling, vaartocht, Westfriesse lunch, veiling. De volgorde van het programma kan afwijken van zoals is voorgesteld in de tekst.

AANMELDEN

- Via www.amstelringledenservice.nl kunt u zich tot en met 17 september 2019 aanmelden voor dagtocht Broekerveiling.
- Let op: per persoon die meegaat, dient u een apart aanvraagformulier / aparte machtiging in te vullen.
- Als u beide voorkeursdatums opgeeft, is de kans groter dat u wordt ingedeeld.
- U ontvangt 2 weken voor de dagtocht een uitnodigingsbrief per post. Neem deze mee, dit is uw bewijs van deelname. Als u niet bent ingedeeld, ontvangt u ook bericht.

Bent u slecht ter been?

Zorg ervoor dat er iemand met u meegaat -ook tegen betaling- die u kan begeleiden.



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

Oplossing:

Boodschappen-service aan huis

De overgebleven letters vormen de oplossing.

Apetito	Eenvoudig	Leverdag
Artikelen	Gemak	Maaltijden
Assortiment	Handig	Online
Bestelling	Inloggen	Persoonlijk
Bezorgmoment	Krat	Servicedesk
Boodschappen	Ledenvoordeel	Thuisbezorgd
Chauffeur	Levensmiddelen	Uitgebreid



1e Prijs

Boodschappen ter waarde van € 40,- wordt u aangeboden door apetito (de boodschappen kunnen anders zijn dan getoond op de foto).

Stuur uw oplossing vóór 26 september 2019 naar:

ledenservice@amstelring.nl o.v.v. Puzzel Amstelring Plus 3 2019, of naar: **Amstelring Ledenservice** o.v.v. Puzzel Amstelring Plus 3 2019, Postbus 2318, 1180 EH Amstelveen
Vermeld hierbij duidelijk in blokletters:

Naam: _____ m/v

Relatienummer _____

Adres: _____

Postcode en woonplaats: _____

Telefoonnummer: _____

E-mailadres: _____

Oplossing puzzel: _____

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

Mini-enquête

Amstelring Ledenservice is benieuwd naar uw mening. Wilt u onderstaande vraag invullen en opsturen (eventueel met de oplossing van de puzzel)? Hartelijk dank voor uw medewerking.

Welke service mist u in het aanbod van Amstelring Ledenservice en ziet u graag opgenomen?



Boodschappenservice aan huis

Nieuw!

Boodschappen bij u thuisbezorgd

Soms zijn er situaties waarbij u geen tijd, zin of mogelijkheid heeft om de wekelijkse boodschappen te doen. Vanuit huis kunt u eenvoudig uw boodschappen bestellen en thuis laten bezorgen. U heeft keuze uit meer dan 5.000 A-merk artikelen, 3x per week bezorgd.

Zo eenvoudig werkt de Boodschappenservice :

1. Vraag als lid de 'Boodschappenservice aan huis' telefonisch aan via **0800 – 023 29 75**
2. Binnen 1 à 2 werkdagen belt iemand van apetito u.
3. U krijgt vrijblijvend uitleg over de boodschappenservice, zoals de leverdagen, bezorgmomenten en de manier van betalen.
4. Binnen 2 werkdagen ontvangt u een e-mail met inloggegevens en een korte instructie om online uw bestelling te plaatsen.
5. U kunt uw boodschappen 3 keer in de week laten bezorgen. apetito voert de boodschappenservice uit. Bestelt u vóór 12.00 uur, dan worden uw boodschappen op de eerstvolgende bezorgdag bezorgd. De chauffeur zet zelfs de boodschappen voor u op het aanrecht en neemt de lege boodschappenkrat mee terug.

RUIM ASSORTIMENT

U kunt kiezen uit meer dan 5.000 artikelen, natuurlijk alle A-merken maar ook huismerken. Van broodbeleg, melkproducten, vleeswaren, drank tot droge kruidenierswaren. Maar ook verse groente en fruit, diepvriesproducten en allerhande gangbare supermarktartikelen zoals schoonmaakmiddelen of een keukenrol. Naast het uitgebreide assortiment aan boodschappen biedt apetito verder een selectie unieke koolhydraatarme, eiwitverrijkte en eiwitrijke producten.

KOSTEN

- **Kosten van de boodschappen (u betaalt altijd de meest actuele prijs en dus nooit te veel)**
- **Bezorgkosten € 5,95 bij minder dan € 50,- aan boodschappen**
- **Gratis bezorgen vanaf € 50,- aan boodschappen**



Aan het
Woord

Uitgerust wakker worden met de Somnox Slaaprobot

Slapeloosheid, iedereen heeft er wel eens last van. Toch zijn er veel mensen die structureel slecht slapen. Maar liefst 1 op de 5 Nederlanders ervaart slaapproblemen. Dat heeft grote gevolgen. Mensen met slaapproblemen zijn bijvoorbeeld sneller geïrriteerd, kunnen zich minder goed concentreren en hebben vaker problemen met het geheugen. Daarnaast liggen er – door een verminderde weerstand – andere lichamelijke ongemakken op de loer.

Somnox Slaaprobot is 's werelds eerste Slaaprobot die uw lichaam en geest helpt kalmeren met behulp van intelligente technologie. De Slaaprobot heeft een aantal functies zoals ademhalingsregulering en rustgevende muziek. Hij stopt vanzelf wanneer u slaapt. De Slaaprobot helpt u beter, sneller en langer te slapen waardoor u fris en uitgerust wakker wordt.

ADEMHALINGSSIMULATIE

Uit onderzoek blijkt dat de ademhaling essentieel is om stress natuurlijkerwijs te verminderen en meer te

ontspannen. De Slaaprobot simuleert een menselijk ademhalingsritme, dat langzamer is dan uw eigen ademhaling. Hoe dat werkt? Wanneer u de robot vasthoudt, gaat u onbewust mee ademen met zijn ritme. Zo maakt de robot uw ademhaling geleidelijk trager. Dit geeft de hersenen een seintje om het lichaam te ontspannen waardoor u sneller in slaap valt.

RUSTGEVENDE GELUIDEN

Muziek en rustgevende geluiden dragen bij aan het verminderen van stress en zorgen voor een ontspanningsmodus. Droom weg met natuurgeluiden, begeleide meditatie, slaapliedjes, een hartslag of luisterboeken. U kunt ook zelfgekozen audiobestanden afspelen.

COMFORT

De Slaaprobot is gemaakt van zachte materialen van Auping. De vorm is ontworpen om de Slaaprobot comfortabel tegen uw borst te leggen, uw armen er omheen te slaan en u er omheen te knuffelen.

De Slaaprobot kost €599,- inclusief sloop. Leden van Amstelring Ledenservice kopen de slaaprobot zoals altijd met 10% korting via de Medipoint | Amstelring Thuiszorgwinkel of webshop van Medipoint. Eerst uitproberen? Hij is ook te huur voor €25,- per maand! Kijk voor alle informatie en bestellen op www.medipoint.nl/slaaprobot of bel met: 088 - 10 20 100.



medipoint



**Amstelring
Thuiszorgwinkels**

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

LENEN, HUREN EN KOPEN | 088 - 10 20 100 (OPTIE 3) | WWW.MEDIPOINT.NL/VEILIG



Pedicure aan huis **Voorkom klachten met een goede voetverzorging**

Heeft u last van pijnlijke voeten, bijvoorbeeld door eelt of vervelende likdoorns? Verwen u thuis met een professionele pedicurebehandeling. Voor vermindering van voetklachten, ook bij diabetes en reuma.

"Pijn aan de voeten is te voorkomen door eenmaal in de zes tot acht weken uw voeten te laten verzorgen door een pedicure", zegt Tae Jung, pedicure bij Mobella. "Een basisbehandeling van voetverzorging bestaat uit: knippen en frezen van teennagels, controleren van de nagelriemen, verwijderen van eelt en/of likdoorns, licht masseren/met crème insmeren van de voeten en u krijgt advies hoe u zelf uw voeten goed kunt verzorgen."

DIABETES/REUMA

"Soms verwijst de huisarts mensen die diabetes of reuma hebben naar ons door. De voetverzorging bij deze mensen verloopt niet heel anders, maar iemand met diabetes heeft vaak minder gevoel in de voeten en een slechte doorbloeding. Hierdoor voelen zij geen pijn en hebben ze niet in de gaten wanneer er wondjes aan de voeten ontstaan. De voeten van mensen met reuma zijn heel gevoelig en zij hebben eerder ontstekingen aan de gewrichten. Het is voor mensen met diabetes of reuma van extra belang de voeten regelmatig te laten controleren en verzorgen."

KLACHTEN VOORKOMEN

"Bij het ouder worden ontstaan er vaak klachten aan voeten. Wie zich regelmatig door een pedicure laat behandelen, zorgt ervoor dat de klachten niet uit de hand lopen."

Kosten

	Prijs	Ledenprijs
Basisbehandeling	€ 32,80	€ 29,50
Reuma- en diabetes behandeling	€ 35,90	€ 32,30

De kosten van medische voetverzorging bij diabetes of reuma worden soms door de zorgverzekering vergoed. Vraag vooraf bij de verzekering na of u voor vergoeding in aanmerking komt.

Zitadviesdagen



Kom naar de Zitadviesdag

Omdat de perfecte stoel voor iedereen anders is, organiseren wij de Zitadviesdagen. Hierbij voorzien we u van persoonlijk advies en profiteert u van diverse extra's.

Denk aan:

- Extra ruime keuze uit modellen
- Een persoonlijke zitanalyse
- Keuze uit een accessoire, zoals gratis luxe hoodkussen, gratis stoelverwarming t.w.v. € 249,- of draaiplateau voor de helft van de prijs
- Gratis thuisbezorging en installatie



Waar en wanneer:

Haarlem, Stephensonstraat 45
Dinsdag 17 september

Hoofddorp, Raadhuisplein 300
Woensdag 18 september

Heemskerk, Maltezerplein 35
Woensdag 11 september

Maak een persoonlijke afspraak of krijg meer informatie via:

088 - 10 20 100 (optie 3), www.medipoint.nl/veilig of vraag het in de winkel

**Nu op alle
sta-opstoelen
tot wel 25%
korting**



**Korting tot
€ 800.-**

Sta-opstoel huren

Wilt u eerst een sta-opstoel uitproberen? U huurt er al een voor € 32,50 per week.

Kijk voor meer informatie op www.medipoint.nl/veilig of vraag het in de winkel.

Genoemde acties zijn ledenaanbiedingen. Geldig t/m 15-11-2019. Niet i.c.m. andere actie, korting of waardebon. Vraag overige voorwaarden in de winkel.



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

LENEN, HUREN EN KOPEN | 088 - 10 20 100 (OPTIE 3) | WWW.MEDIPOINT.NL/VEILIG