

# zest

Nº9  
2023

Durf te  
dromen...

Nh

Het ledenmagazine van **Nh1816 Verzekeringen**



Theo Groen  
“Dromen van  
klanten warmmaken.  
Dat is waar Faber  
Wonen goed in is.”

**15x**  
**EROPUIT**  
Met Nh1816  
ledenvoordeel



De ruige Lofoten



Duurzaam Pampus



Olympisch skateboarden

Dit is een uitgave van Faber Wonen

**FABER**

# Al jouw woonwensen onder één dak

Bij Faber Wonen vind je alle financiële diensten met betrekking tot wonen onder één dak. Heel handig, want zo kunnen wij je volledig ontzorgen. Wens je enkel gebruik te maken van één dienst? Dan kan dat ook. Of je nou op zoek bent naar jouw droomwoning, een hypotheek zoekt die bij jouw situatie past of wilt weten of je kunt besparen op je verzekeringen, wij van Faber Wonen staan voor je klaar!

Bekijk onze website  
**faberwonen.nl**



## Hypotheek en verzekeringen

Bij jouw droomhuis hoort natuurlijk ook de juiste hypotheek en verzekering. Wij kunnen je helpen om deze te vinden. En als je graag jouw hypotheek wilt oversluiten neem dan contact met ons op voor een vrijblijvend eerste oriëntatiegesprek.



## Makelaardij

Onze klanten zijn zo tevreden omdat wij altijd voor de beste presentatie van jouw woning gaan en je keurig op de hoogte houden over alles. We regelen alles tot in de puntjes, om een zo goed mogelijk resultaat voor je te behalen.

Jij hoeft je geen moment zorgen te maken over de verkoop van jouw woning. Heb je tussentijds toch vragen? Dan krijg je ons altijd te pakken, want je hebt een heel team dat voor je klaarstaat.

**We kunnen jou ook helpen met het vinden van een passende woning, hypotheek of verzekering!  
Ga naar [faberwonen.nl](https://www.faberwonen.nl) of stap gewoon eens bij ons binnen.**



## Maak je dromen waar

Wensen en ambities beginnen vaak met een droom. In het groot gaat het daarbij misschien over een betere wereld voor onze kinderen. Maar iedereen koestert ook kleinere, persoonlijke dromen.

Dat droomhuis aan het water bijvoorbeeld, of een grote reis. Het realiseren van deze persoonlijke dromen vergt niet zelden geduld, discipline en een goed gevulde spaarpot. En heb je eenmaal je droom bereikt, dan wil je die beschermen.

En dat is precies wat wij met ons advies voor je doen. Wij helpen je bepaalde dromen te realiseren door de juiste financiële producten te bieden. Denk aan de aan-of verkoop van jouw droomwoning, de best passende hypotheek en de juiste verzekeringen, waarmee je jouw uitgekomen dromen beschermt, zodat je later niet in een nachtmerrie belandt.

Samen met Nh1816 Verzekeringen geven we deze vernieuwde editie van Zest Magazine uit. Een droomnummer met een geheel nieuwe uitstraling. Duurzamer qua productie, maar inhoudelijk als vanouds informerend, verrassend en inspirerend.

In deze 'droomeditie' droom je weg in een luchtballon boven de Friese meren. Trots zijn wij op onze collega Arjan van der Wal die één van zijn dromen, het lopen van de marathon van Valencia, heeft kunnen verwezenlijken. En wat dacht je van de uitbreiding van Wonen aan water Makelaars naar Leeuwarden.

Wij wensen je veel leesplezier. Ben je geïnspireerd of wil je met onze hulp je droom waarmaken, neem dan contact met ons op. Wij willen wonen vooral leuk en gemakkelijk maken!

*Hans Kroon  
Manager Hypotheken en Verzekeringen  
Faber Wonen*

## Wij maken Zest!

**Uitgever**  
Coöperatie Nh1816 Verzekeringen

**Hoofredactie**  
Mark de Niet, Mieke Verhoef

**Redactie**  
Natasja Admiraal, Artz Tekstwerk, Sybille Kroon,  
Mark de Niet, Marieke Peeters, Els Schipper,  
Judith Truijens, Mieke Verhoef

**Fotografie**  
Marleen Bos, Johan Brouwer, Carola van Dalen,  
Tjeerd Derkink, DigiDaan, Haegens Media,  
Othmane Ait Hassou, Binne-Louw Katsma,  
Stefan Koopmans, Bob Luijks, Patrick Ouwerkerk,  
Ed van de Pol, Chrissie Sewalt,  
Spuisers Fotografie, Suzan Fotografie,  
Imka Westerhuis, VVV, Stockbeeld

**Eindredactie en editing**  
Daniëlle Kraft

**Tekstcorrectie**  
Bies van Ede

**Sales**  
Janwillem Swart, janwillem.swart@nh1816.nl

**Productie & design**  
S Stam Media

**Art director / Vormgeving**  
Nancy Thielen, Karen Freen

© 2023 Zest Magazine:

Niets uit deze uitgave mag geheel of gedeeltelijk worden veeleevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar worden gemaakt, op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever. Zest Magazine is niet aansprakelijk voor eventuele onjuistheden in deze uitgave. Over uitslagen van prijsvragen en/of speciale acties kan niet worden gecorrespondeerd.

## Zest-magazine.nl

Ga naar zest-magazine.nl voor meer Zest.  
Je kunt je daar ook uitschrijven als je  
Zest Magazine niet meer wilt ontvangen.



zest-magazine.nl/fsc



Stationsweg 16  
8911AH Leeuwarden  
058 - 295 50 35  
info@faberwonen.nl  
www.faberwonen.nl

# Inhoud

N°9  
2023

Durf te  
dromen...

15x  
EROPUIT  
Met Nh1816  
ledenvoordeel



Wonen aan het water 08



'Alles voor een medicijn' 38



Koken met Estée Strooker 48



Ontdekkingstocht door Alkmaar 18



Nh1816 verduurzaamt 22

## Uitgelicht

06 **De marathon van Valencia in een droomtijd**  
Droom van Arjan volbracht

08 **Dé makelaar in heel Friesland voor wonen aan het water**  
Samenwerking Sneek en Leeuwarden

10 **Je droom waarmaken**  
'No excuses! Go for it!'

## 'Samen sporten, samen impact maken'

Leden aan het woord

→ Lees op pagina 27, 41, 57

## Dromen

24 **YouTuber Dylan Haegens**  
Dromen realiseren door je angsten te overwinnen

42 **Ballonfeesten Joure**  
Droomvlucht over de Friese Meren

54 **Olympisch sporter 'SkateKeet'**  
'Verspil je leven niet aan wat je niet wilt'

58 **Forteiland Pampus**  
Klein eiland met grote ambities

## Nh1816

22 **Nh1816 als bedrijf in transitie**  
'Verduurzaming is collectieve uitdaging'

46 **Veiligheid voor alle verkeersdeelnemers**  
'Vaart maken om de vaart eruit te halen'

62 **Nh1816 ledenvoordeel**  
Beleef Nederland op zijn mooist

## Eten & drinken

37 **Zomer op je bord!**  
Spaghetti vongole met zest en munt

## Reis & Recreatie

32 **Eilanden en hun speciale magie**  
Van de ruige Lofoten naar de rust van de Wadden

## Samen betrokken

38 **Nederland wandelt voor Usher**  
'Alles voor een medicijn'

64 **100 jaar NEMO Science Museum**  
Experimenteren tussen fantasie en werkelijkheid

28 **Vrijwilligers bij KNRM**  
'Je moet blind voor elkaar gaan'

## WINNEN!

Maak kans op een overnachting in Romantik Hotel Mondragon in Zierikzee

→ Kijk op [zest-magazine.nl/mondragon](https://zest-magazine.nl/mondragon) voor de voorwaarden en een exclusieve lezersaanbieding



## Droom van Arjan volbracht

# De marathon van Valencia in een droomtijd

**Even voorstellen: Arjan van der Wal, 35 jaar, woont in Drachten en heeft een relatie met Marije. Arjan werkt als hypotheekadviseur bij Faber De Hypotheekshop in Leeuwarden. Hij helpt klanten bij het verwezenlijken van hun droom: het kopen van hun droomhuis. Voor Arjan is vooral het persoonlijke contact in zijn werk belangrijk. Als klanten tevreden de deur uit gaan, is ook hij blij. Vorig jaar maakte hij een bijzondere droom waar, die niet eens als eigen droom begon.**

Tekst: Aagje Van Der Veldt • Fotografie: Thom Klaver



In december 2021 zit Arjan met een groep vrienden bij elkaar. Ze maken plannen voor 2022. Zo heeft Klaas-Willem, een vriend van Arjan én fanatiek marathonloper, zich ingeschreven voor de marathon van Valencia in Spanje. 'Waarom doe je niet mee?', vraagt hij Arjan. Arjan twijfelt. Sinds hij in 2021 stopte met voetballen, loopt hij af en toe 's avonds nog een rondje, maar om nu meteen een hele marathon te rennen? Dat is voor zijn gevoel echt een stap te ver. Toch halen zijn vrienden hem over. En in december 2022 gaat Arjan die ultieme uitdaging aan!

### Trainen

Mede dankzij zijn werkgever krijgt Arjan de kans om zich serieus voor te bereiden. Hij kan 's ochtends eerder beginnen om 's middags op

tijd naar huis te kunnen voor zijn training. Dat valt niet altijd mee. Vooral in de donkere maanden, als het koud en regenachtig is, heeft hij moeite om zich tot trainen te zetten. Maar hij zet door. Er zijn weken dat hij wel tachtig kilometer loopt. Hoewel hij steeds beter gaat lopen, slaat af en toe ook de twijfel toe. 'Gaaf het mij lukken, wat als ik ziek word of last krijg van de warmte?' Gelukkig kan hij deze doemgedachten loslaten, want december 2022 komt steeds dichterbij.

### 42 kilometer door Valencia

Met marathonvriend Klaas-Willem vertrekt Arjan op woensdag 30 november naar Valencia. In de dagen voorafgaand aan de marathon hebben ze tijd om de stad én het parcours te verkennen. In de



**Arjan loopt van bordje naar bordje, steeds weer een kilometer dichterbij de finish**

ochtend van 4 december start hij om 9.00 uur aan een van de grootste uitdagingen van zijn leven: 42 kilometer rennen door de straten van Valencia.

Dat Arjan goed getraind is, blijkt uit het feit dat hij zijn vriend Klaas-Willem inhaalt. Toch slaat tijdens de laatste zeven kilometer de vermoeidheid toe. Hij rent steeds in hetzelfde tempo, maar zijn lichaam sputtert tegen. Hij krijgt een leeg gevoel en wordt licht in zijn hoofd. De juichende supporters langs het parcours en de muziek houden hem op de been. Langs de route volgt hij de bordjes met het nog te lopen aantal kilometers tot de finish. Hij loopt van bordje naar bordje, steeds weer een kilometer dichterbij. De finish is bij Museo de las Ciencias Príncipe Felipe. Arjan zet een prachtige tijd neer. Hij streefde naar een tijd onder de vier uur, maar blijft met 3.43 uur zelfs twee minuten onder zijn droomtijd van 3.45 uur.

### Emoties

Zodra hij over de streep is, voelt hij zich ontzettend leeg. De overwinningsroes blijft uit. Pas als hij zijn medaille krijgt omgehangen, komen de emoties. Hij beseft dat zijn droom werkelijkheid is geworden en dat hij de ultieme uitdaging heeft volbracht.

Dit jaar doet Arjan het rustig aan. Hij traint voor een paar halve marathons. Soms samen met zijn vriendin Marije, zij is inmiddels ook enthousiast geworden. Maar hij blijft dromen. Zo wil hij in 2024 graag de marathon van Rotterdam rennen. Daarvoor zoekt hij nog een paar mensen die met hem willen meelopen. Wie weet, misschien zijn er collega's bij Faber Wonen, die hij over de streep kan trekken. Zo begon het immers ook voor hem, samen met zijn vrienden in december 2021. ●



Samenwerking Sneek en Leeuwarden

## Dé makelaar in heel Friesland voor wonen aan het water

**Begin 2008 kwam Theo Groen regelmatig advertenties tegen van Hetteema Wonen aan Water. Dit triggerde Theo, directeur van Makelaardij Sneek. Zelf had hij vaak te maken met de verkoop van woningen aan het water. Internet werd steeds belangrijker en Theo zag mogelijkheden. Hij zocht contact met de eigenaar van Hetteema Wonen aan Water en die gaf aan de formule wel te willen verkopen. En zo was Theo eind 2008 niet alleen eigenaar van Makelaardij Sneek, maar ook van Wonen aan water Makelaars.**

Tekst: Aagje Van Der Veldt • Fotografie: Thom Klaver

Twee namen en bedrijven binnen één kantoor, dat werkte. Verkopers met een huis aan het water zagen hun woning niet alleen op de website van Makelaardij Sneek, maar ook op die van Wonen aan water Makelaars. En andersom. Zo werd het bereik veel groter. Veel bezoekers van de website komen uit de Randstad en het zuiden van het land. Sommigen zelfs uit het buitenland. Een professionele website, adverteren, marketingcampagnes, flyeren op de recreatieparken; alles werd ingezet om de droom van Theo Groen te realiseren. Wonen aan water Makelaars groeide uit tot dé makelaar gespecialiseerd in de aan- en verkoop van woningen aan het water!

### Vakantiewoningen

Theo en zijn collega Anne werden bekende gezichten op de vakantieparken in de regio. Ze kennen de beheerders en soms zelfs het bestuur. “We kunnen zo de verkopers, die vaak buiten de provincie wonen, veel werk uit handen nemen”, vertelt Theo. Met de verkoop van een vakantiewoning krijgt de eigenaar/verkoper te maken met extra regels en voorwaarden. En die zijn op elk park verschillend. Is verhuur mogelijk, en wie regelt dat? Er zijn veel vragen voor verkoper en koper. De twee heren van Wonen aan water Makelaars/

Makelaardij Sneek weten per park inmiddels steeds meer over wat wel en niet is toegestaan. Handig voor de verkopers en in het belang van de kopers, die vaak niet van de regels op de hoogte zijn.

### Ultieme droom

Inmiddels ontdekken steeds meer mensen de ultieme droom van wonen aan het water. Het liefst op een ruim perceel met vrij uitzicht en een eigen aanlegsteiger in de achtertuin. Tijdens de coronacrisis trok de markt sterk aan, Friesland werd ontzettend populair. Vanwege de geldende restricties kon men niet naar de buitenlandse stranden, dus werd naar een mooie vakantieplek aan het water in eigen land gezocht. Daarnaast werd in coronatijd ook het thuiswerken omarmd. Veel mensen grepen deze kans aan om de drukte in de Randstad te ontvluchten. Friesland staat bij velen synoniem voor water, rust en ruimte.

### Meer mensen uit het noorden

Voorals Súdwest-Fryslân blijkt erg in trek bij mensen buiten de regio. “Mensen zoeken vaak op ‘wonen aan water’ en komen dan bij onze website terecht”, vertelt Theo. “Dat is het extra duwtje in de rug om contact met ons op te nemen. Mensen verwachten – terecht – dat wij kennis van zaken hebben.” Steeds vaker komen er ook vragen



Theo Groen

van mensen uit het noordelijke deel van Friesland, die hun huis aan het water willen verkopen. De reistijd vanuit Sneek is echter vaak te lang. Daarom heeft Theo een oplossing gezocht én gevonden in samenwerking met Faber Makelaardij in Leeuwarden.

### Wonen aan water Leeuwarden

Klaas Faber en Jan Bert van der Meulen van Faber Makelaardij maken sinds kort deel uit van het Wonen aan water Makelaars-team. Onder de naam Wonen aan water Leeuwarden kunnen zij vanuit Leeuwarden sneller het noorden van Friesland of zelfs het Lauwersmeergebied bereiken. Zo wordt het werkgebied uitgebreid en de naamsbekendheid vergroot. En dat is precies het doel, dat Theo 15 jaar geleden voor ogen had. Wonen aan water Makelaars is sinds 2023 in heel Friesland dé makelaar met kennis van zaken over wonen aan het water, voor kopers en verkopers! ●





Je droom waarmaken

**'No excuses!**

**Go for it!'**

## DROMEN

**Dromen waarmaken. Volgens 'No Excuses Lady'- Esther Jacobs is het een keuze. Daarover schrijft ze, spreekt ze, publiceert ze en vertelt ze ook in deze 'droomeditie' van Zest Magazine. Ontdek hoe je excuses van tafel veegt en je dromen waarmaakt.**

Tekst: Mieke Verhoef  
Fotografie: Othmane Aït Hassou

Voordat Esther de meest gehoorde excuses ombuigt, stipt ze de grootste belemmering van dromen aan: 'De doe maar gewoon, zodat je niet opvalt-mentaliteit'. Esther: "Iedereen heeft een bijzonder talent, maar helaas komt dat niet altijd tot uiting, omdat het niet in 'het plaatje' past. Dat belemmert het ontdekken en leven van je droom." Dat brengt haar tot het eerste 'excuus' om dromen niet na te jagen.

### **Excuus 1** **Ik weet niet wat ik wil**

Veel mensen streven een opgelegd doel na, maar weten niet goed wat zij zélf willen. Esther: "Weten wat je wilt, ontdek je door in kaart te brengen waar je blij van wordt en waarvoor vrienden bij je aankloppen. Als je daarnaar gaat kijken, ontdek je je talent. Het is niet *one plan fits all*. Probeer jezelf niet te veranderen, maar zoek een omgeving waarin je tot je recht komt."

### **Excuus 2** **Ik wacht tot mijn pensioen**

"Beperk je niet tot 'eerst hard werken en dan...'; maar zoek de

oplossing en begin nu", raadt Esther aan. "Wachten is zonde van de tijd. Je weet niet hoe morgen is, of je dan nog fit bent en je partner er nog is. Benut de tijd die je nu aan onzinnige dingen besteedt, zoals scrollen op social media, voor het realiseren van je droom. Voor de meeste dingen heb je helemaal geen geld nodig. Droom je, net als ik, van een vrij leven in verbinding met de natuur? Maak elke dag een wandeling door de natuur. Dat kun je nu al doen. Het is een keuze."

### **Excuus 3** **Mijn droom is onbetaalbaar**

Soms lijken dromen – een tweede huis in Frankrijk, een wereldreis – onbetaalbaar en onhaalbaar. "Maar", zegt Esther, "die droom kun je nú al leven. Plan die vakanties naar Frankrijk, doe een cursus Frans, leer desnoods elke dag één minuut de taal via een app. Ontdek het plezier van de voorpret." Een financieel plan is belangrijk om dromen uitvoerbaar te maken, bevestigt Esther. "Kies je voor elke dag een kop koffie bij Starbucks of stop je die € 1200 per jaar in je 'droompot'? Maak een plan! Je hoeft niet de loterij te winnen om te doen wat je graag wilt."

## WINNEN!

Ook je droom leven? Maak kans op een van de boeken van Esther Jacobs.  
2x 'Wat is jouw excuus?'  
2x 'Zo schrijf je een boek'  
2x 'Handboek voor wereldburgers'

Scan de QR-code, doe mee én lees nog tien extra tips voor het waarmaken van je dromen.



**'Je hoeft niet de loterij te winnen om te doen wat je graag wilt'**

### **Excuus 4** **Het gaat toch niet lukken**

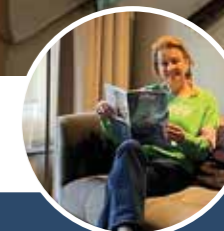
Ook dit sombere excuus is voor Esther geen reden om je droom te laten varen. Want: "Heb je het geprobeerd, maar lukt het niet? Dan weet je dat die manier niet voor je werkt. Kies een andere manier. Wees niet bang om te vallen. Dat zijn kinderen die leren lopen ook niet. Blijf opstaan, blijf realistisch en vooruit kijken. Je kunt niet in je eentje het hele politieke systeem veranderen, je kunt wel veranderen hoe je ermee omgaat."

### **Excuus 5** **Mijn omgeving steunt mij niet**

We zijn 'geconditioneerd' om te doen zoals het hoort of zoals we denken dat het hoort. Esther: "Steunt je omgeving je niet? Onthoud dat ook de mensen in je omgeving geconditioneerd zijn. Zij helpen je niet verder. Trek je op aan gelijkgestemden, mensen van wie je kan leren en die begrijpen dat je je persoonlijke droom najaagt. Zij geven je vertrouwen en handvatten, twee essentiële ingrediënten voor het waarmaken van je droom."

*No excuses* dus. Ga voor je droom! Hak 'm in stukjes, vertrouw op jezelf en geniet van de voorpret. Begin ermee. ●

*Esther Jacobs deed mee aan Expeditie Robinson, is TEDx-spreker, coacht mensen naar meer vrijheid in hun leven en is auteur van meer dan 30 boeken.*



REIS & RECREATIE

## Hotel Mondragon in Zierikzee

# ‘Je komt als gast en vertrekt als vriend’

**Ken je dat gevoel, dat je op een nieuwe, onbekende plek komt waar je je direct thuis voelt? Dat is wat het Mondragon met je doet. Het hotel in hartje Zierikzee ademt geborgenheid, rust en vertrouwen. Tegelijkertijd ervaar je luxe, romantiek en allure.**

Tekst: Marieke Peeters  
Fotografie: Suzan Fotografie

Direct aan de pittoreske binnenhaven van Zierikzee, met zijn vele bootjes en karakteristieke ophaalbrug, vind je Romantik Hotel Mondragon. Het hotel is gevestigd in een eeuwenoud pand dat onlangs helemaal is gerenoveerd. Met behoud van de historische charme van het gebouw, maar met eigentijds comfort zoals we dat anno 2023 mogen verwachten.

**Historie, cultuur en boetieks**  
Het ‘logement’ dankt zijn naam aan Cristóbal de Mondragón, een Spaanse veldheer uit de zestiende eeuw. Hij belegerde Zierikzee in 1576 in opdracht van Koning Filips II van Spanje en nam de stad in. Wie Zierikzee alleen van naam kent, van de dagelijkse verkeersinformatie bijvoorbeeld, zal versteld staan van al het moois dat in deze stad te ont-

dekken valt. Liefhebbers van historie en cultuur kunnen hier hun hart ophalen. Het kleine stadje telt maar liefst 559 rijksmonumenten. Het centrum is een aaneenschakeling van historische panden. Je zou haast vergeten dat je hier ook heerlijk kunt shoppen in de talrijke exclusieve en hippe boetieks die de stad rijk is.

**Bezienswaardigheden**  
Een uitje vanuit Zierikzee naar Middelburg of Veere is ook zeker de moeite waard. Het levert je meteen een prachtige autorit op! Heen over de vijf kilometer lange, fotogenieke Zeelandbrug en terug over de Oosterscheldekering. Machtige vergezichten gegarandeerd! Trek je er liever met de fiets op uit, dan kun je die – al dan niet elektrisch – bij het hotel huren. In een klein half uurtje ben je bij de kust van Schouwen-

Duiveland, waar je bij vloed én met een beetje geluk zeehonden kunt spotten. Voor de vogelaars is vogelreservaat Schelphoek een must-do. Verder is een bezoek aan het indrukwekkende Watersnoodmuseum, iets onder Ouwerkerk, een absolute aanrader, vooral dit jaar, waarin wordt herdacht dat de watersnoodramp zich zeventig jaar geleden voltrok. Het thema van het Watersnoodmuseum in dit herdenkingsjaar is ‘70 jaar terug- en 70 jaar vooruitkijken’, waarbij je als bezoeker beeldend wordt geïnformeerd over de uitdagingen en gevaren waarmee we in de toekomst te maken zouden kunnen krijgen.

**Gastronomisch dineren**  
Trek gekregen na alle indrukken? Schuif dan aan bij Cristó, het restaurant dat gevestigd is in het Mondragon. Je geniet er voor een schappelijk bedrag van de heerlijkste gastronomische gerechten en bijpassende wijnen. En wil je de dag écht goed afsluiten? Laat je dan in cocktailbar ELEVEN – in hetzelfde pand – verrassen met een ‘signature cocktail’. Slapen doe je vervolgens als een roos in een van de 41 luxe kamers en suites, die zijn ingericht volgens vier verschil-

lende kleurthema’s. Neem gerust je kinderen mee. Voor hen is er zelfs een geheime slaapzolder. In enkele kamers zijn ook honden welkom.

**Gastvrijheid**  
Het Mondragon is een geliefd Zeeuws hotel, zo blijkt uit de enorme hoeveelheid positieve reviews op internet. Kreten als ‘zalige bedden’, ‘mooie omgeving’, ‘gastvrije ontvangst’, ‘heerlijk ontbijt’, ‘comfortabel hotel’ en ‘vriendelijk personeel’ zijn niet van de lucht. “Dat laatste is wat mij betreft het allerbelangrijkst”, zegt chef de mission Govert Janzen. “Natuurlijk liggen onze Nilson-bedden fijn, meer dan dat zelfs. Maar het gaat ons om meer. Dat slaapcomfort valt in het niet als de rest van het verblijf niet klopt. We willen gastvrijheid en plezier bieden, onze gasten moeten voelen dat onze medewerkers ook plezier in hun werk beleven. Daarom besteden we bovengemiddeld veel aandacht aan de inzet en uitstraling van ons personeel. Ons motto is niet voor niets: je komt bij ons als gast en gaat weg als vriend.” ●

Hotel Mondragon, Oude Haven 11,  
4301 JJ Zierikzee, 0111-230 00,  
www.mondragon.nl

REVIEW ★★★★★

NICOLE BAETEN

### Aanrader!

Stichting Gijsje Eigenwijsje biedt gezinnen met een kind met een levensbedreigende ziekte een gratis weekje weg aan, maar nu draaide Nh1816 Verzekeringen, die onze stichting een warm hart toedraagt, de rollen eens om en kregen wij zo’n uitje aangeboden, in hotel Mondragon in Zierikzee. Het waren regenachtige dagen met harde wind, toen we neerstreken in een warm bad: een boetiekhotel met een prachtige, huiselijke uitstraling. Dat gold voor zowel de hotelkamers als het restaurant en de cocktailbar. Een enorme verwennerij! We kunnen absoluut spreken van een Zeeuwse parel, waar Zierikzee trots op mag zijn. Een aanrader om er een overnachting te boeken of een cocktail of hapje te nuttigen!

### Maak kans op een overnachting met ontbijt

Scan de QR-code voor de voorwaarden en een exclusieve lezersaanbieding

Scan mij





## Retro VW-busjes met elektrische motor

# Dream it, build it, ride it!

Je zult maar gek van oude Volkswagenbusjes zijn en dan te maken krijgen met steeds strengere milieumaatregelen. Of je gaat graag met je grote trots op vakantie, maar durft de Pyreneeën niet over omdat je vreest dat je busje de bergen niet 'trekt'. Je oude vertrouwde en geliefde bus dan maar inruilen voor iets moderners? Als het aan Jeroen Hendriksen ligt, hoeft dat niet meer. Samen met zijn zoon Tijn (17) voorziet hij retro Volkswagenbusjes van een gloednieuwe elektrische motor. Desgewenst met ouderwets Volkswagengeluid!

Tekst: Marieke Peeters • Fotografie: Stefan Koopmans



• Jeroen Hendriksen: "De auto's van tegenwoordig lijken allemaal op elkaar. En natuurlijk is airco fijn, maar ik zet net zo lief een raampje open"

Jeroen heeft al zolang hij zich kan herinneren een passie voor oude auto's. En dan vooral voor het sleutelen eraan. Het begon ooit met een *classic* Mini. "Dat was niet zo'n succes", lacht hij bij de herinnering daaraan. "Ik moest de kneepjes van het vak toen nog leren. Gelukkig kreeg ik er vrij vlot meer handigheid in." Het mooie aan auto's van vroeger vindt hij dat elk merk en elk type zijn eigen specifieke kenmerken heeft. "De auto's van tegenwoordig lijken allemaal op elkaar.

En natuurlijk is airco fijn, maar ik zet net zo lief een raampje open."

### Van hobby naar eigen onderneming

Mede door het enthousiasme van vrienden en kennissen heeft Jeroen inmiddels zijn hart verpand aan retro Volkswagenbusjes. Hij bezit er zelf twee. Eentje heeft hij al voorzien van een nieuwe Subaru-motor, de andere wordt zo aangepast dat er straks een elektrische motor in past. Onder de naam JT Customs

maken hij en zoon Tijn sinds 2019 ook anderen blij met een moderne, milieuverantwoorde motor in hun oude Volkswagenbus. Jeroen doet dat nu nog naast zijn baan als uitvoerder. In de toekomst hoopt hij zich fulltime te kunnen storten op zijn hobby en bedrijf. JT Customs: dream it, build it, ride it!

### Ultieme vrijheid

In welke auto geniet je nou meer van je vrijheid, de omgeving en het vertrouwde pruttelende geluid

van de motor dan in een oude, originele Volkswagenbus? Ook Jeroen merkt vrijwel dagelijks hoe geliefd deze oldtimer is. "Anno 2023 zijn oude VW-busjes zo ongeveer hét symbool voor ultieme vrijheid. Helaas brengt hun hoge leeftijd behalve charisma ook de nodige ongemakken met zich mee. Een vakantie naar Frankrijk is met een T1, T2 en zelfs T3-model een behoorlijke uitdaging. Met een nieuwe motor erin kun je veilig en comfortabel de weg op, zonder in

te hoeven leveren op die bijzondere charme."

### Overall een praatje

Sinds Jeroen zijn eigen VW-bus uit 1964 heeft voorzien van een gloednieuwe Subaru-motor durft hij er zelf zonder zorgen mee af te reizen naar landen als Spanje, Zweden en Finland. "Overall waar we komen, beginnen mensen een praatje", vertelt hij. "Vaak omdat ze vroeger zelf zo'n bus hebben gehad, of hun ouders. We worden ook aan

de lopende band gefotografeerd. Zelfs als we op de snelweg rijden, houden automobilisten in om een plaatje te schieten. Echt iedereen reageert leuk en enthousiast! Je kunt niet anders dan blij worden van zo'n bijzondere camper. Plekje uitzoeken op de camping, bus neerzetten, stoeltjes uitklappen, barbecue aan en genieten maar!"

### Vloeken in de kerk

Omdat Jeroen koste wat kost wil voorkomen dat retro Volkswagen- >>



• Een blik op de bijzondere binnenkant van de bus

### Hoe zit het met de verzekering?

Nadat je je oldtimer elektrisch hebt gemaakt, is een herkeuring door de Rijksdienst Wegverkeer (RDW) noodzakelijk. Neem altijd contact op met je financieel adviseur, want wijzigingen aan je oldtimer kunnen van invloed zijn op je verzekering. Ben je van plan om na de aanpassing meer kilometers te gaan rijden? Of wil je de dekking van je verzekering wijzigen? Overleg met je adviseur!

bussen straks uit het straatbeeld verdwijnen als de milieumaatregelen verder worden aangescherpt, bouwt hij behalve Subaru-motoren nu ook elektrische motoren in de bussen in. Van een leverancier in Valkenswaard met klanten in Nederland, België en Duitsland heeft hij het vertrouwen en alleenrecht gekregen om de nieuwe motoren te plaatsen. “Het klinkt misschien als vloeken in de kerk: een oldtimer met een elektrische motor, maar als je je oude busje wilt blijven rijden, zul je op den duur toch om moeten.” Heel fijn voor de liefhebbers is dat de nieuwe motor kan worden voorzien van het originele, nostalgische VW-motorgeluid.

#### Perfect onder de motorkap

Het vervangen van de oorspronkelijke motor door een elektrische klinkt voor de leek misschien als een fluitje van een cent, maar er komt heel wat bij kijken. “Een elektrische motor heeft een andere afmeting, wat betekent dat we extra ruimte moeten vrijmaken”, legt Jeroen uit. “In de meeste gevallen komt de nieuwe motor op een

andere plek, waardoor er behoorlijk wat verbouwd moet worden. Afhankelijk van de gewenste range heb je meerdere accu's nodig. Ook daar is ruimte voor nodig. En noem me een pietje-precies, maar ik wil dat alles onder de motorkap er perfect uitziet. Dus voorzie ik verschillende onderdelen van een mooie poedercoating. Als mijn bus in een garage op de brug komt te staan, dan wil ik dat ze zeggen: Zó, die ziet er strak uit!”

“Klanten kennen hun bus vaak niet meer terug als ze na de vervanging van de motor een testrit maken”, zegt Jeroen. “Onze doelgroep is ontzettend breed, van jongeren die een busje willen voor een festival tot gepensioneerden die er mee door Europa willen reizen. Maar hun reacties zijn onverdeeld positief. Die blijheid en dankbaarheid geven mij bergen energie. Heb je het over dromen, dan is het mijn grote droom dit fulltime te doen!” •

Meer info: [www.jtcustoms.nl](http://www.jtcustoms.nl)



• Anno 2023 zijn oude VW-busjes zo ongeveer hét symbool voor ultieme vrijheid



Hebt u autoschade? Dan is uw auto bij de medewerkers van ASN Autoschade in goede handen voor herstel.

ASN Autoschade is een landelijke autoschadeherstelketen en staat voor kwalitatief hoogstaand autoschadeherstel, met een focus op efficiëntie. De schade wordt vakkundig gerepareerd door professionele medewerkers. ASN Autoschade helpt u met vervangend vervoer, haal- en brengservice én de afwikkeling met uw verzekeraar. Wij doen er alles aan om u tevreden te stellen, want schade is al vervelend genoeg. Bekijk onze scores op [asnautoschade.tevreden.nl](http://asnautoschade.tevreden.nl)

Meer weten? Bel 085 - 044 53 53

-  **Openingstijden**  
24/7 bereikbaar
-  **Vervangend vervoer**  
Vervangend vervoer of haal- en brengservice mogelijk
-  **Tevreden klanten**  
Onafhankelijk en transparant klanttevredenheidsonderzoek
-  **Landelijk netwerk**  
Franchiseketen met zelfstandige ondernemers
-  **Garantie**  
4 jaar BOVAG garantie
-  **Verzekering**  
Complete afhandeling met uw verzekeraar

**'Het historische centrum en de winkeltjes, terrassen en horecagelegenheden maken het een heerlijke stad om te wandelen, te winkelen en culinair te genieten'**



Eetcafé Pluim

## Ontdek Alkmaar Veel meer dan alleen de kaasmarkt

De beste citytips komen van stadsbewoners zelf. En dus gingen Diana Baas en Jacco Paauw van Nh1816 Verzekeringen met *local* Peter Visser mee op ontdekkingsstocht door Alkmaar.

Tekst: Els Schipper • Fotografie: Ed van de Pol

Waagtoren

Peter ontvangt ons in zijn restaurant Pluim voor een lunch. "Een eetcafé zonder fratsen", noemt hij het zelf. "Iedereen komt hier, van de notaris tot de pastoor." Als geboren en getogen Alkmaarder, lid van de ledenraad van Nh1816 en betrokken horecamaan is hij de ideale gids voor onze stadstour. "Alkmaar staat natuurlijk bekend om zijn kaasmarkt, maar heeft zoveel meer te bieden dan dat", vertelt hij. "Het historische centrum en het diverse aanbod aan winkeltjes, terrassen en horecagelegenheden maken het een heerlijke stad om te wandelen, te winkelen en culinair te genieten. En met de kust om de hoek is Alkmaar ook de perfecte stad voor een meerdaags verblijf."

### Ritsevoort

Al jaren vind je Alkmaar terug in de top tien van leukste winkelsteden. Naast de twee grote winkelstraten Laet en Langestraat moeten we volgens Peter vooral lekker slenteren door de tussenstraatjes. Op het Ritsevoort besluiten we ons even op te splitsen. Diana stapt damesmodezaak Summum binnen. "Een echt Noord-Hollands

modelabel, classy sportief", vertelt verkoopster Susan Paul. De karakteristieke details van de slijterij die eerder in dit pand was gevestigd, gecombineerd met veel licht, ruimte en wit, zorgen voor een fijne winkelspot. En de collectie van Summum is zonnig, met mooie én lekker zittende kleding. *Koorstraat 65, nl.summumwoman.com*

Ondertussen zetten de heren iets verderop in de straat voet over de drempel bij Twentynewood. 'A men's city boutique' staat er op de gevel te lezen. "Een Scandinavisch georiënteerde boetiek met merken als NN07, Samsøe Samsøe en Won Hundred", legt medewerker Roy Piek uit. "En met onze dameswinkel direct aan de overzijde komen hier veel stellen shoppen. Soms schuifelen mannen op hun sokken naar de overkant om bij vrouwlief te checken wat ze van de broek vindt." *Ritsevoort 7, twentyonewood.com*

### D'Oude Stad

Al wandelend ontdekken we de schoonheid van de Alkmaarse binnenstad. Op een zigzag route langs

grachtjes, ophaalbruggen en het prachtige Wildemanshofje komen we aan in d'Oude Stad. Met zijn authentieke winkeltjes in schilderachtige monumenten, smalle straatjes en verrassende horeca is dit een heerlijke plek om wat langer te zijn. Aan de stadsgracht Luttik Oudorp stappen we Vintage Nō 5 binnen. "Een uit de hand gelopen hobby", noemt eigenaresse Esther de Wolf het. Begonnen in haar eigen huiskamer met private sales heeft ze nu een hippe winkel vol designer vintage kleding. Van Chanel en Gucci tot Prada en Vanilia. "Tweedehands modepareltjes voor een zacht prijsje", aldus Esther. *Luttik Oudorp 114, vintageno5.nl*

### Waagplein

Verder dwalend door d'Oude Stad belanden we aan de voet van de iconische Waagtoren op het Waagplein. Even bijkomen doen we bij het stoere Javaanse Meisjes. Naar een concept van sterrenchef Ron Blaauw en Marco de Wildt geniet je hier van – zoals ze het zelf omschrijven – 'Good Indonesian Food!'. Met een heerlijk blond Javaans Meisje van de tap en



Bloemen in 't Fnidsen

een schaal vol oosterse lekkernijen bespreken we de rest van het programma. Hier komen we zeker nog eens terug voor een avondmaaltijd, want de sambalbar trekt.

*Houtuil 34, javaansemeisjes.nl*

#### Klim naar het Grote Raam

Als we de Langestraat op lopen, torent de Grote Sint-Laurenskerk boven de winkels uit. Dit meer dan vijfhonderd jaar oude kerkgebouw krijgt een gigantisch nieuw kunstwerk. Naar een ontwerp van de internationaal bekende kunstenaar Fiona Tan wordt het glas-in-loodraam aan de zuidkant compleet vervangen. Een megaproject, want

dit kerkraam is met drieëntwintig meter het hoogste kerkraam van het Europese vasteland. En omdat de kerk in de steigers staat, dachten ze in Alkmaar: laten we dit combineren met een spectaculair evenement. Van 1 juli tot en met 13 augustus kun je via een indrukwekkende steiger langs dat grote raam naar veertig meter hoogte klimmen. Niet alleen heb je een onvergetelijk uitzicht over Alkmaar, maar ook kom je oog in oog te staan met het manshoge middeleeuwse beeld van Sint Laurens, naamgever van de kerk en patroon van de stad. *Koorstraat 2, klimnaarhetgroteraam.nl*

#### Ook leuk:

- Alkmaar vanaf het water: huur een bootje
- Kaasmarkt
- Ringersfabriek: een industriële hotpot in ontwikkeling
- Proeflokaal en Biermuseum De Boom

#### Van Gogh in Alkmaar

Als we met beide benen weer veilig op de grond staan, steken we door naar het cultuurplein om een bezoek te brengen aan Stedelijk Museum Alkmaar. Tot en met 3 september kom je hier voor de tentoonstelling 'Van Gogh, Cézanne, Le Fauconnier & de Bergense School'. Volgens Eva Groentjes van het museum is het 'de meest ambitieuze tentoonstelling ooit' van Stedelijk Museum Alkmaar. "Het vaste hart van ons museum is de Bergense School, met de grootste collectie van Nederland", legt Eva uit. "Voor deze nieuwe tentoonstelling is er door onze conservator



D' Oude Stad

jarenlang onderzoek gedaan naar de directe invloeden van de Franse meesters op de Bergense Schoolkünstenaars. De werken voor de tentoonstelling komen van over de hele wereld. We zijn trots dat we ook maar liefst zes schilderijen van Van Gogh hebben." Tijdens de gehele expositieperiode is er een kleurrijk stadsprogramma met evenementen, culinaire activi-

teiten, arrangementen, workshops, kunst, muziek en winacties. *Canadaplein 1, vangoghinalkmaar.nl*

#### 450 jaar Alkmaar Ontzet

Als je Alkmaar dan toch een keer wilt bezoeken, is 2023 een heel goed jaar. Want exact 450 jaar geleden werd Alkmaar als eerste stad van Nederland bevrijd van de Spanjaarden. Dat wordt jaarlijks op 8 oktober gevierd met 'Alkmaar Ontzet'. Dit jubileumjaar zijn er extra veel activiteiten. Zoals 'Met Eigen Ogen', van 31 augustus tot en met 8 oktober. Een route kriskras door het monumentale stadhuis van Alkmaar. Met soundscapes, ingenieuze lichtprojecties en special effects beleef je op zeer verrassende wijze het verhaal achter Alkmaar Ontzet. En dé afsluiter van het jubileumjaar is 'Alkmaar Prominent' op 8 oktober: een groots muziekfeest met een lichten droneshow als eindspektakel. *alkmaarontzet450jaar.nl*

#### Mooie afsluiter

Genoeg gezien en gedaan. Met lome voeten, volle tassen en een rammelende maag ploffen we neer in de fluwelen stoelen van restaurant Mooij. Op de plek waar voorheen Alkmaars oudste restaurant 'Het Gulden Vlies' zat, is deze nieuwe hotpot verrezen. Al in 1563 vond je hier herberg Het Gulden Vlies. Vanaf begin twintigste eeuw bestierden drie generaties Mooij de eeuwenoude herberg en maakten er één van de populairste horecaken in Alkmaar en de verre omgeving van. Na een volledige renovatie opende het nieuwe Mooij begin 2023 zijn deuren. Met invloeden uit de Zuid-Amerikaanse keuken – de ananassen voor het dessert draaien vrolijke rondjes in de glazen rotsierrie – en het concept van *shared dining* is dit een heerlijke afronding van ons dagje Alkmaar. ●



Sumum Alkmaar



Het Grote Raam

#### 2x ledenvoordeel

- 1. Klim naar het Grote Raam**  
€ 2,50 i.p.v. € 7,50 per persoon.  
1 juli tot en met 13 augustus 2023.
- 2. Met Eigen Ogen**  
€ 2,50 i.p.v. € 5,- per persoon.  
31 augustus tot en met 8 oktober 2023.



Scan mij

€ 2,50  
per persoon



Stedelijk Museum Alkmaar



● Remy Stelder (links), duurzaamheidscoördinator en Janwillem Swart senior manager commercie

Nh1816

## Nh1816 als bedrijf in transitie

# ‘Verduurzaming is collectieve uitdaging’

**De kwaliteit van leven op aarde is een gezamenlijke verantwoordelijkheid. Daarom reikt de filosofie van Nh1816 Verzekeringen ook verder dan verzekeringen afsluiten en schades vergoeden. Duurzaamheidscoördinator Remy Stelder: “Coöperatief verzekeren is risico’s afdekken met oog voor de wereld om ons heen. Vanuit deze visie willen we bijdragen aan een duurzame samenleving.”**

Tekst: Natasja Admiraal • Fotografie: Ed van de Pol

Klimaatveranderingen hebben gevolgen voor iedere Nederlander. Dat is iets wat de verzekeringsbranche heel tastbaar maakt. “Kijk naar de waterschade in Limburg in 2021. Of naar de hagelbuien in Noord-Brabant in 2016, toen hagelstenen zo groot als tennisballen honderden auto’s in poffertjespannen veranderden”, zegt Janwillem Swart, senior manager commercie bij Nh1816. “We krijgen vaker te maken met extreme regenbuien en periodes van droogte. Als verzekeraar calculeren wij de risico’s als gevolg van klimaatverandering in en dat heeft effect op de premie die con-

sumenten betalen. Het tegengaan van klimaatverandering is dus voor iedereen van belang.”

### Collectieve uitdaging

Als coöperatieve schadeverzekeraar vervult Nh1816 van oudsher een maatschappelijke rol. Janwillem: “We zijn steeds bewuster bezig met het toepassen van duurzaamheid binnen ons bedrijf, onze producten en beleggingen. Verduurzaming is een collectieve uitdaging en vraagt daarom om een collectieve oplossing.” Niet voor niets is Remy Stelder aangesteld als duurzaamheidscoördinator bij Nh1816. Om de duurzame doelstellingen te realiseren zit hij met alle afdelingen van de coöperatie aan tafel. “Bij Nh1816 is het niet de verantwoordelijkheid van één persoon, maar van de gehele organisatie en samenwerkende bedrijven”, zegt hij.

### Vitale medewerkers

De Verenigde Naties hebben 17 ‘werelddoelen’ (SDG’s: Sustainable Development Goals) voor duurzame ontwikkeling vastgesteld. Doelen die van de wereld een betere plek moeten maken, in 2030. Janwillem: “Voor nu richten wij ons op vier van deze doelen, die passen bij onze

visie en kernwaarden en bij de drie pijlers: onze organisatie, onze beleggingen en onze producten.” Remy vult aan: “Het doel ‘Goede gezondheid en welzijn’ past goed bij Nh1816. De vitaliteit van medewerkers staat bij ons hoog in het vaandel. Zo bieden we elke week vers fruit aan, stimuleren we met een fietsplan vaker de fiets te nemen en voeren we regelmatig gezondheidschecks uit, met adviezen voor verbeteringen.”

### Duurzaam beleggen

Ook ‘Steden en gemeenschappen duurzamer maken’ sluit als doel naadloos aan bij de beleggingsfilosofie van Nh1816 Verzekeringen. “We zijn aangesloten bij de Code Duurzaam Beleggen”, legt Janwillem uit. “We beleggen niet in de tabaks-, kernwapen- en gokindustrie en ook niet in bedrijven die een groot deel van hun omzet uit steenkool halen. Daarbij wijzen wij minimaal tien procent van ons te beleggen kapitaal toe aan duurzame investeringen.” ‘Betaalbare en duurzame energie’ is een VN-doel, dat Nh1816 realiseert in zijn nieuwe bedrijfspand, dat momenteel in aanbouw is,

naast het huidige hoofdkantoor in Oudkarspel. Het nieuwe kantoorgebouw, gereed in 2024, wordt duurzaam gebouwd, volgens de BENG-norm (Bijna Energie Neutraal Gebouw). Dat betekent: goede isolatie, zonnepanelen, duurzame verlichting, een warmtepomp en elektrische autolaadpalen.

### Repareren

Ook op productniveau maakt Nh1816 impact. Zo biedt de maatschappij bij woonhuisverzekeringen standaard dekking voor schade aan zonnepanelen. “Onze schadeherstellers zijn aangesloten bij Stichting Duurzaam en beschikken zodoende over het keurmerk Groengedaan!”, vertelt Remy. “Deze stichting staat voor reparatie, herstel en onderhoud op een milieuvriendelijke manier. Een kapot scherm van een mobiele telefoon repareren is duurzamer dan het complete toestel vervangen, om een voorbeeld te noemen. En wie zijn auto laat repareren, kan kiezen voor een leenauto of een leenfiets. Ik ben ervan overtuigd dat repareren de norm wordt bij schadeherstel.”

### Onderweg

Klimaatverandering aanpakken is waar Nh1816 Verzekeringen zich in de gehele bedrijfsvoering op richt. “Onze droom is per jaar duurzamer te worden en zo een steeds grotere bijdrage te leveren aan een betere wereld”, besluit Janwillem. “Maar we realiseren ons ook dat we nog maar net onderweg zijn. We zijn als bedrijf in transitie. Het kan niet ineens morgen af zijn. Het is belangrijk goed te kijken waar we het verschil kunnen maken. Elke stap brengt ons dichterbij het verwezenlijken van de droom. Verduurzaming is een middel, geen eindbestemming.” ●

Lees meer over de duurzaamheidsambities van Nh1816 Verzekeringen op [www.nh1816.nl/duurzaam](http://www.nh1816.nl/duurzaam)



Nh1816 is steeds bewuster bezig met het toepassen van duurzaamheid binnen het bedrijf, de producten en beleggingen. Verduurzaming is een collectieve uitdaging en vraagt daarom om een collectieve oplossing.



**‘Ik praatte er open over met anderen. Dat hielp!’**

Dylan en zijn vrouw Marit hebben na het overwinnen van hun stoornissen, in 2017 de Stichting Durf te Vragen opgericht

## YouTuber Dylan Haegens

# Dromen realiseren door je angsten te overwinnen

“Het is heel cliché, maar alles is mogelijk”, zegt Dylan Haegens, YouTuber, acteur en ondernemer uit het Limburgse Venray. “Tegen mij is vaak gezegd dat ik met mijn accent niet door zou kunnen breken en door begeleiders op school werd me ook afgeraden om in het culturele vak te gaan, omdat daar weinig geld mee te verdienen zou zijn. Maar ik heb doorgezet.” Met op dit moment 1,9 miljoen volgers op YouTube heeft Dylan angsten overwonnen en zijn droom waargemaakt.

Tekst: Artz Tekstwerk • Fotografie: Haegens Media

Vooraf onder jongeren is Dylan Haegens (30) populair. In dertien jaar tijd is zijn YouTube-kanaal uitgegroeid tot een van de grootste Nederlandstalige kanalen, met meerdere succesvolle series, zoals de Top 10, Cliffhanger en Nailed It. “Op dit moment worden de wekelijkse korte video’s op ons Shorts-kanaal erg veel bekeken”, vertelt Dylan. “We houden de focus op hoge kwaliteit content, die nu ook zelfs nagesynchroniseerd wordt in Duitsland!”

### Producties

Dylan is getrouwd met Marit Brugman (33). Samen met hun team runnen ze Haegens Media. Wat ooit met video’s opnemen op zijn zolderkamer begon, is uitgegroeid tot een online video-productiebedrijf, gespecialiseerd in het creëren van entertainment. Zo is in 2018 ‘De Film van Dylan Haegens’ uitgekomen, die al snel

werd bekroond als Gouden Film. In 2021 is de online serie ‘Wacht FF’ in samenwerking met KRO-NCRV geproduceerd, met Dylan Haegens als regisseur, Marit als scenarioschrijfster en het team van Haegens Media als crew.

### Plannen

Dylan vertelt enthousiast dat Haegens Media in oktober start met de opnames voor een nieuwe film, gebaseerd op het boek ‘Superkrachten voor je hoofd’. “Dit ‘werkboek’ hebben Wouter de Jong en ik in 2019 geschreven om kinderen én hun ouders te helpen mindful te zijn en te leren hoe ze om kunnen gaan met bepaalde angsten. De reviews over dit boek zijn nog steeds lovend. Toen we met Wouter en zijn partner Elise Schaaap een weekend weg waren, kwamen we op het idee om er een film over te maken. Marit en Wouter schrijven het script, ik

regisseur en Elise acteert. De film komt in 2024 uit.”

### Mentale problemen

Dat Dylan en Marit het tot hun missie hebben gemaakt om bij kinderen en jongeren psychische klachten, zoals angsten bespreekbaar te maken, is niet verwonderlijk; zij hebben allebei mentale problemen ervaren. Dylan ontwikkelde een angststoornis en Marit zat een half jaar in een anorexiakliniek. Dylan: “Ongeveer negen jaar geleden kreeg ik klachten. Ik noem het ‘lichamelijke sensaties’. Ik werd misselijk, was vaak duizelig, had weinig energie en kreeg paniekaanvallen. Hierdoor durfde ik niet meer met het openbaar vervoer te reizen en beperkte ik mijn afspraken. In eerste instantie dacht ik dat er medisch iets mis was, maar na een hersenscan en een goed gesprek met de huisarts kwamen we tot de conclusie dat de klachten vanuit de ‘psyche’





👉 Een GGZ-medewerker die veel ervaring heeft met jeugd begeleidt de TABOEIEND experience

kwamen. Ik ging aan de slag met ademhalingsoefeningen, sporten en EMDR-therapie. En ik praatte er open over met anderen. Dat hielp!”

### Stichting Durf Te Vragen

Aandacht voor de mentale gezondheid van jongeren is relevanter dan ooit. Een op de vijf krijgt te maken met psychische problemen. In 2017 hebben Dylan en Marit de stichting ‘Durf Te Vragen’ opgericht, waarvan het doel is jongeren te helpen met het herkennen en erkennen van psychische problemen, als angst, depressie, dwang, trauma of eetproblemen. Op de site van de stichting staan filmpjes, waarin jongvolwassenen vertellen over hun psychische stoornis. “Wij zijn natuurlijk geen artsen of zorgverleners”, licht Dylan toe, “maar door onze contacten met instanties als jeugd- en jongerenwerk proberen we een snelle verbinding tussen jongeren en professionals te leggen. Met onze stichting willen we het stigma van psychische klachten halen.”

### TABOEIEND

Stichting Durf Te Vragen heeft naast een website ook het schoolproject ‘TABOEIEND’ ontwikkeld, een interactieve experience voor leerlingen in de eerste en tweede klas van

het voortgezet onderwijs. “Via een robot genaamd FOOB laten we jongeren in heel Nederland op een laagdrempelige manier kennismaken met mentale gezondheid”, legt Dylan uit. “Ze krijgen de gelegenheid om met elkaar te praten en te luisteren en zo op een veilige en actieve manier het taboe rondom psychische problemen te doorbreken.” Scholen kunnen zich aanmelden voor een dag ‘TABOEIEND experience’, die altijd begeleid wordt door een GGZ-medewerker die veel ervaring heeft met jeugd. “Binnenkort komt er ook een experience-model voor de groepen 7 en 8 van de basisschool”, meldt

👉 Dylan: “Als je een passie hebt, moet je er vol voor gaan”



Dylan. “Hierin spelen we meer in op hoe emoties werken.” Dylan merkt op dat het belangrijk is om niet stil te blijven staan en de stichting voortdurend te blijven ontwikkelen. “Het is enorm veel werk en we hebben niet veel budget, dus we zijn afhankelijk van giften, sponsoren en de inzet van vrijwilligers. Wie interesse heeft en een bijdrage wil leveren, kan zich hiervoor aanmelden. Graag zelfs.”

### Dromen

Op de vraag welke dromen zij zelf als kind hadden, is het antwoord helder. Dylan: “Ik wilde heel graag acteren. Het maakte niet uit of dat nou in het theater, op tv of in films was. Ik was altijd bezig met het opvoeren van stukjes. En Marit wilde – echt waar! – al van jongs af aan eindredactrice worden bij een tv-programma.” Voor nu ligt de focus bij hun eerste kindje Nami, dat in april is geboren. “Ook dit is weer spannend en een nieuwe fase in ons leven. Maar angsten zijn er om te overwinnen! Tegen iedereen die zijn of haar droom werkelijkheid wil laten worden, zeggen we: als je een passie hebt, moet je er vol voor gaan!” ●

Stichting Durf Te Vragen:  
[www.stichtingdtv.nl](http://www.stichtingdtv.nl)

“Een zorgeloos moment organiseren voor ouders van kinderen met een zorgvraag, daar zet ik me graag voor in, samen met de stichting Careless Moments. Ik heb zelf een zoon met een beperking en het gaat niet altijd over rozen. Mijn eigen ontzorgmomenten haal ik uit sporten en maatschappelijk bezig zijn. Het geeft me energie om activiteiten te organiseren voor kinderen met een beperking en het in gang zetten van een maatschappelijk proces om mensen meer oog voor elkaar te laten krijgen. Ouders en kinderen met een beperking het gevoel geven dat ze gezien worden, dat ze ertoe doen, daar gaat het me om. Met het pre-event ‘Trappenmarathon Wilhelminaberg’ vorig jaar in Landgraaf hebben kinderen letterlijk de berg bedwongen. Prachtig!”

“Op 30 september 2022 deden kinderen met een beperking mee aan het pre-event. Een sportieve dag, waarbij meedoen belangrijker was dan winnen. Waar kinderen met een beperking samen plezier maakten. Dat staat bij zo’n evenement ook voorop. Ze lopen letterlijk naar het hoogste punt van de Wilhelminaberg. Dat kan via de trap met 508 treden, via een pad of op een rustiger moment, voor kinderen met autisme. Ik denk liever in mogelijkheden dan in beperkingen. Ieder kind moet de overwinning kunnen ervaren.”

“Je zag de spanning bij de kinderen aan de voet van de berg en de grote glimlach bij terugkomst. En dan een échte medaille! Er zijn mooie donaties voor de stichting Careless Moments opgehaald. Bijdragen aan verbinding, dat geeft heel veel voldoening. Het gevoel dat je samen verder komt.”

“Mijn adviseur van 4 You Adviesgroep heeft de coöperatie Nh1816 getipt, waarna zij een grote donatie heeft gedaan. Hiermee zullen veel kinderen met een beperking weer een leuk evenement kunnen beleven en krijgen ouders even hun ontzorgmoment. Ik denk al aan andere sportieve activiteiten, zoals een hardloopt-, fiets- en voetbalwedstrijd. Ik hoop dat Nh1816 hierbij betrokken blijft.”

Meer info: [carelessmoments.nl](http://carelessmoments.nl)  
Monique Lutgens-Blom is auteur van ‘En toen kwam Jesse’

Tekst: Judith Truijens • Fotografie: Spuisers Fotografie

Monique Lutgens-Blom  
**‘Ieder kind een overwinning’**

## Vrijwilligers bij KNRM

# ‘Je moet blind voor elkaar gaan’

Als je de IJmuidenaren Donny en Maikel Plug vraagt naar de reden van hun vrijwilligerswerk bij de KNRM – als ‘opstapper’ – is hun antwoord simpel, kort en krachtig: mensen helpen. Dat doen de broers, inmiddels Bekende IJmuidenaren en zelfs BN'ers, met heel veel passie. Ze zijn er trots op van betekenis te kunnen zijn als ‘redders op zee’, wat ze naast hun reguliere baan doen.

Tekst: Judith Truijens • Fotografie: Patrick Ouwerkerk

Bescheiden als ze zijn, was het nooit de intentie van Donny en Maikel om bekend te worden, maar sinds ze in de EO-serie ‘Redders op zee’ lieten zien wat hun vrijwilligerwerk inhoudt, worden ze regelmatig herkend. “Het is leuk hoor, dat mensen ons daarna aanspreken en complimenteren”, zegt Donny, “maar daar was het ons niet om te doen. We wilden vooral laten zien wat ons werk nou daadwerkelijk inhoudt. Zowel aan het grote publiek als aan onze eigen familie en vrienden. Want er zijn nogal wat misverstanden. Nee, we lopen níet over het strand en já, we redden levens met soms gevaar voor eigen leven, en daar hebben we heel wat opleidingen en trainingen voor gevolgd. En, ook belangrijk: we wilden in die tv-serie bekendheid geven aan de KNRM in het algemeen. Ook om het belang van donaties duidelijk te maken. Omdat de hulpverlening door de KNRM – al sinds 1824 – kosteloos, door vrijwilligers, wordt uitgevoerd, zijn donaties onmisbaar. Denk aan de kosten van de vloot en het materiaal. Zonder donaties redden we geen mensen op zee.”

### Meteen in actie

“Ons KNRM-reddingstation is 24/7 oproepbaar voor het helpen en redden van mensen op het water. Als de pieper gaat, schiet je meteen in actie”, vertelt Maikel. “Je weet nooit wat je te wachten staat, dus je krijgt altijd een shot adrenaline, waardoor je direct »



‘Als iemand op zee in de problemen komt, wordt hij als het kan gered. Punt uit. Elk mensenleven telt’

€5,-

i.p.v. € 11,-  
per persoon

### Ledenvoordeel

Beleef een spannende en realistische reddingsactie op zee met de Nh1816 VR-experience in het Nationaal Reddingmuseum Dorus Rijkers in Den Helder. Gebruik jouw ledenvoordeel tot en met december 2023.



Scan mij



# Als autoschadeherstelbedrijf kijk je naar de toekomst.

Naar morgen, overmorgen en verder. Je hebt dromen over echt impact maken. Want duurzaamheid begint bij jou!



De **ZON** bron van A.A.S. Autoschade Ambting



A.A.S. Autoschade Ambting in Arnhem is een van de 95 A.A.S. autoschadeherstelbedrijven waarmee NH1816 samenwerkt voor het herstel van autoschade. Eigenaar Theo Ambting heeft samen met zijn broer Wilbert geïnvesteerd in ruim 566 zonnepanelen op het dak van het autobedrijf.

Hiermee kunnen zij 140.000 kWh elektriciteit per jaar opwekken.

## Wat zijn jouw dromen?

A.A.S. Schadeherstel is een coöperatie van 95 zelfstandige autoschadeherstelbedrijven van Groningen tot Maastricht en sinds jaar en dag trotse partner van NH1816. Kijk voor meer informatie op [www.aas-schadeherstel.nl](http://www.aas-schadeherstel.nl) Groendoetdoetgoed is een verzamelnaam voor alle duurzame initiatieven van alle deelnemende autoschadeherstelbedrijven van A.A.S.

'aan' staat. We kunnen van alles aantreffen. Van een zeemeeuw die vastzit in een net tot een stoffelijk overschot, van een zeilbootje dat in de problemen is gekomen tot reanimeren op een plezierjacht, van een bemanningslid dat van een olietanker is gevallen tot een auto te water. Het maakt niet uit wat er aan de hand is: als iemand op zee in de problemen komt, wordt hij of zij als het kan gered. Punt uit. Elk mensenleven telt. Daarin werken we samen met heel veel andere partijen, waaronder de Kustwacht. "Het is pure liefde", zegt Donny over zijn vrijwilligerswerk bij de KNRM. "Als je eenmaal een keer op die boot bent gestapt, wil je er nooit meer vanaf." Het zit in de familie. "Opa deed dit werk, onze vader, en toen Maikel me een keer meenam, sprak het mij ook meteen aan. Ook Maikels zoon van 15 is er al door gegrepen, hij moet nog even wachten tot hij 18 is. Maar dan nemen we hem met alle plezier mee." Lachend vervolgt Donny: "Onze zus is trouwens niet zo, hoor. Zij wordt al zeeziek op de pont."

### Vertrouwen

Net als de situaties en de mensen die op zee worden aangetroffen, is ook het IJmuidense KNRM-team – twintig vrijwilligers – heel divers, vertelt Maikel. "Er zit een fysiotherapeut bij, iemand van de politie, iemand die goed is met computers

en zelf werk ik in de transportplanning. De enige voorwaarde is eigenlijk dat je binnen tien minuten nadat de pieper gaat op het schip kunt stappen, dus dat je in IJmuiden woont of werkt. En het is ook wel handig dat je niet te bang bent uitgevallen en niet zeeziek wordt." Die diversiteit in de groep is belangrijk, legt Maikel uit, want daarmee is er als vanzelf een goede rolverdeling als je met elkaar de zee opgaat. "De schipper bepaalt, maar uiteindelijk doet iedereen altijd waar hij of zij het beste in is. De basis is vertrouwen, je moet blind voor elkaar gaan in allerlei onverwachte situaties. Dat zorgt voor een enorme saamhorigheid. En natuurlijk, de dingen die we meemaken gaan je niet altijd in de kouwe kleren zitten. Als een stoffelijk overschot lang in het water heeft gelegen, is het best even lastig om daar mee om te gaan, het is altijd iemands kind, ouder of vriend. Op het moment zelf gaan we door en zetten we onze emoties als het ware uit, maar die komen naderhand wel naar boven. Het is goed dat we daar dan met elkaar over kunnen praten, die emoties met elkaar kunnen delen en verwerken."

### Schenking Nh1816

De KNRM kan niet zonder het allerbeste materiaal, benadrukt Maikel. "Daarom zijn we zo ontzettend blij met de 'Nh1816', de meest moderne

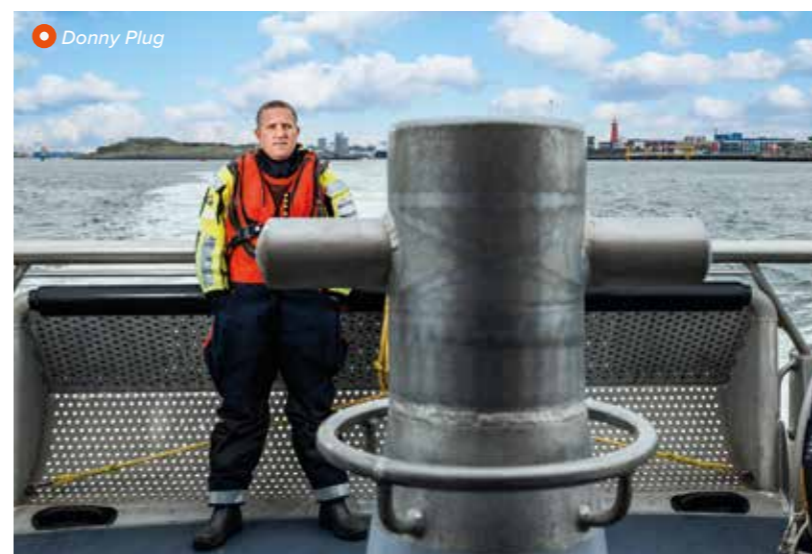


havenreddingboot van de KNRM, die door Nh1816 Verzekeringen is geschonken. De boot is van alle benodigde 'gemakken' voorzien en bovendien kantelbaar." Leuk om te weten: in het Nationaal Reddingmuseum Dorus Rijckers in Den Helder kunnen bezoekers met de KNRM 'meevaren' in een spetterende virtual reality experience. Je vaart samen met een reddingsteam uit en doet mee aan een reddingsactie, inclusief de spanning van het redden van een drenkeling. "Zo ervaren mensen hoe belangrijk ons werk is en hoe noodzakelijk donaties zijn. We kunnen het niet vaak genoeg benadrukken: zonder giften geen reddingsacties", aldus Maikel.

### Eigen dromen

Gevraagd naar hun persoonlijke dromen – het thema van deze editie van Zest – reageren Maikel en Donny nuchter. Eensgezind: "We zien elke dag wat er allemaal mis kan gaan, het leven kan letterlijk in een seconde voorbij zijn. Dus koester wat je hebt: je gezondheid, je gezin, je familie en je vrienden. De kleine dingen in het leven zijn belangrijk. Wees tevreden met wat je hebt. Dan kan de rest alleen maar meevallen."

**TIP:** Ga naar [zest-magazine.nl/knrm](http://zest-magazine.nl/knrm) voor de video over de samenwerking tussen Nh1816 en de KNRM.



## Eilanden en hun speciale magie

# Van de ruige Lofoten naar de rust van de Wadden

Wat is de overeenkomst tussen het noordelijkste puntje van Nederland en het échte hoge noorden, waar 's zomers de zon niet ondergaat? Op beide plekken zijn eilanden te vinden die ware droombestemmingen zijn. De Lofoten in Noorwegen zullen voor velen een droom blijven, maar onze eigen Waddeneilanden zijn voor iedereen bereikbaar. Ontdek de magie van de eilanden!

Tekst: Sybylle Kroon • Beeld: Shutterstock, Envato

Eilanden hebben een onweerstaanbare aantrekkingskracht. Die magie begint al aan de wal. Dat geldt voor 'onze' Waddeneilanden, maar zeker ook voor de Noorse Lofoten. Je ziet de eilanden soms al liggen, kunt ze bijna aanraken, zo dichtbij. Eenmaal aan de overkant, op het eiland, lijken dagelijkse beslommeringen juist heel ver weg. Wat een tochtje op een veerboot al niet met je kan doen. De Lofoten-eilandengroep ligt voor de kust van Noorwegen, ruim boven de Noordpoolcirkel en zo'n duizend kilometer ten zuiden van de Noordkaap. De eilanden zijn tegenwoordig met elkaar verbonden met bruggen en tunnels, maar een tocht met een veerboot maakt de beleving wel een stuk authentieker. Het natuurschoon van de Lofoten is overweldigend en het best samen te vatten als woest aantrekkelijk.

### Kroonjuwelen

De Noren zijn het erover eens: de Lofoten zijn hun kroonjuwelen. Het is dan ook niet verwonderlijk dat natuurliefhebbers en landschapsfotografen graag afreizen naar dit ruige gebied, met eilanden die steil uit het water van de Atlantische oceaan oprijzen, diepe fjorden, schurende gletsjers, roodgeverfde vissershuisjes en bloeiende velden. Op de rotsen wonen kleurrijke papegaaiduikers, alken en zee-koeten. In de oceaan rondom de eilanden zwemmen potvissen, orka's, dwergvinvissen en grienden en boven in de lucht zweeft een zeearend. Deze majestueuze vogel is vaak te zien in de Trollfjord, een twee kilometer lange, smalle fjord, omringd door honderden meters hoge bergwanden. Perfecte woonlocatie voor deze 'vliegende deuren'.

Over water of over land: een tocht over de Lofoten is altijd de moeite waard. Neem er de tijd voor, want je staat regelmatig stil om foto's te

maken: van de adembenemende vergezichten, de fotogenieke vissersdorpjes en de in het water spiegelende bergen. Al deze schoonheid wordt in de zomermaanden nog eens extra 'belicht' dankzij de middernachtszon. 's Winters wordt het gebrek aan zonruimschoots gecompenseerd door het noorderlicht.

### Vissers en Vikingen

De bewoners van de Lofoten leven al eeuwenlang van de visserij. De vissers vangen vooral haring en kabeljauw, die in enorme scholen aan de eilanden voorbij trekken. De eilanden zijn daarbij beroemd om hun stokvis: van maart tot en met juni zie je in elk vissersdorp rekken staan waar de kabeljauw hangt te drogen. Dat zullen de Vikingen die hier ooit woonden vast ook veel gegeten hebben. Volgens de overlevering kwamen de machtigste Vikingen van de Lofoten. Deze zeevarende Noormannen maken al >>

• Nergens in Europa zijn de stranden zo uitgestrekt als op de Waddeneilanden





• De Lofoten zijn beroemd om hun stokvis

## Met de postboot

Het is een romantische manier om de fjorden van Noorwegen en de Lofoten te verkennen: met de postboot van Hurtigruten. Die vaart al meer dan honderd jaar tussen Bergen en Kirkenes, in het noordoostelijke puntje van Noorwegen. Tegenwoordig mag je ook als toerist mee. Geen luxe cruise, maar een authentieke, informele zeereis langs 34 havens en talloze fjorden. Hoewel Hurtigruten staat voor 'snelle route' is het allesbehalve een rappe verbinding tussen het noorden en zuiden van Noorwegen. De bootreis is zo'n 2600 kilometer lang en voert ook langs eilandengroep de Lofoten en de Noordkaap. Naast post, goederen en inwoners worden er tegenwoordig ook steeds meer toeristen vervoerd, die deze zeereis helemaal of gedeeltelijk meemaken. De Hurtigruten-schepen stoppen in elke haven om te laden en te lossen. Als reiziger maak je op deze manier ook kennis met het dagelijks leven van veel Noren in dit fraaie, afgelegen en soms moeilijk bereikbare deel van het Scandinavische land.

eeuwenlang niet meer de dienst uit, maar je kunt je voorstellen dat ook zij af en toe met bewondering naar boven keken. 's Zomers om het bijzondere fenomeen van een zon die niet onder gaat te bewonderen en 's winters om zich te verbazen over de lichtshow die de aurora borealis, het noorderlicht dus, in het donker uitvoert.

### Magie van de Wadden

De Lofoten zijn een ware droombestemming, een bucketlist-dingetje en een *once in a lifetime*-ervaring. Dankzij de relatieve onbereikbaarheid blijft de authenticiteit van deze Noorse eilandengroep behouden, wordt het er niet verpest door massatoerisme en kan de imposante natuur zijn goddelijke gang gaan. Noorwegen bewaakt zijn 'kroonjuwelen' goed. En dat doet Nederland ook, met de Waddeneilanden, die de 'parels' zijn in het Unesco Werelderfgoed Waddenzee. Ze zijn, in elk geval voor ons Nederlanders, een stuk bereikbaarder dan de Lofoten en hebben hun eigen eilandmagie. Iedereen die wel eens in de haven van Den Helder, Harlingen, Holwerd of Lauwersoog heeft staan wachten, kent de eilandkriebels. Aan boord begint de vakantie al

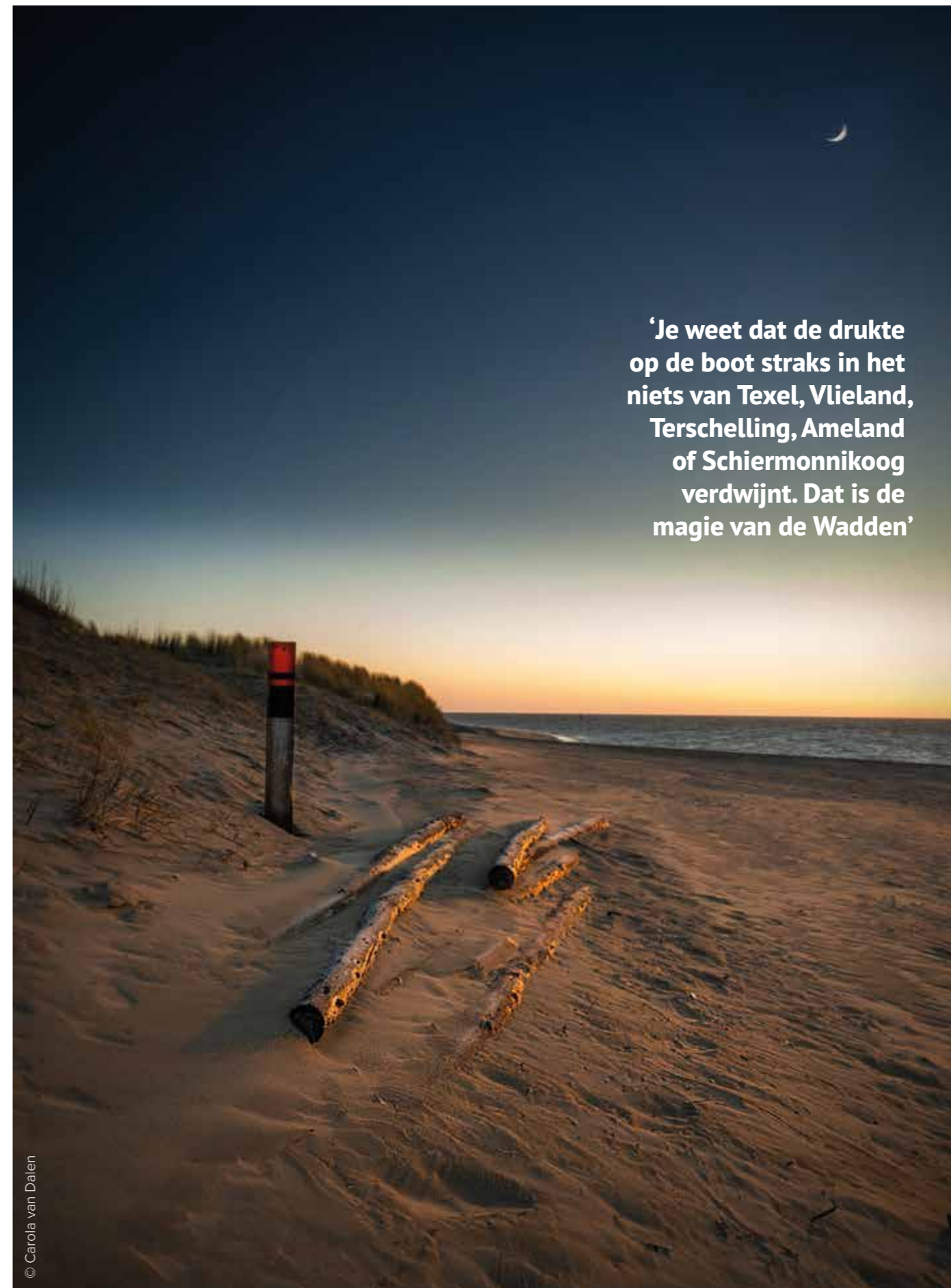
en terwijl de meeuwen meeliften met de boot en je haar wappert in de wind, hoor, proef en ruik je de Waddenzee. Een gevoel van vrijheid maakt zich van je meester! Je weet ook dat de drukte op de boot straks in het niets van Texel, Vlieland, Terschelling, Ameland of Schiermonnikoog verdwijnt. Dat is de magie van de Wadden.

### Uniek kamperen

De Waddeneilanden mogen qua natuur enigszins op elkaar lijken, wat cultuur betreft doen ze dat zeker niet. Dat is meteen ook het mooie van de Wadden én de Lofoten: geen eiland is gelijk. Op de >>



• Fotogenieke papegaaiduiker



'Je weet dat de drukte op de boot straks in het niets van Texel, Vlieland, Terschelling, Ameland of Schiermonnikoog verdwijnt. Dat is de magie van de Wadden'

© Carola van Dalen



• Waterval bij Stokkvika

Noord-Nederlandse eilanden vind je weliswaar geen fjorden, bergen, gletsjers of watervallen, maar er is genoeg ánder natuurschoon. De eindeloze stranden bijvoorbeeld, nergens in Europa vind je ze zo uitgestrekt. Bij eb soms zó breed, dat je de zee niet eens kunt zien. Schiermonnikoog spant de kroon met zijn één kilometer brede strand. Wil je het spelletje 'wie het eerste in de zee is' winnen, moet je over een goede conditie beschikken. Het strand van dit Waddeneiland leent zich dan ook uitstekend om te vliegeren en blokarten. Verder is Schier, net als Vlieland, een Waddeneiland waar nauwelijks auto's rijden. Liefhebbers van rust, ruimte, stilte en natuur zijn op deze twee autoluwe eilanden helemaal op hun plek. Je kunt er eindeloos wandelen en fietsen door het duinlandschap. Of van zon-zee-strand genieten, dat kan natuurlijk

ook. Op Vlieland kun je ook op een bijzondere manier kamperen: op de enige camping van het eiland staan in het verste vak al zestig jaar 'tent-huisjes'. Dat zijn tenten verkleed als huisje. Of zijn het huisjes vermomd als tent? Hoe dan ook: een soort glamping, maar dan zonder glam en met de duinen en de zee als burens. Magisch dus.

#### Rust versus bedrijvigheid

Zo rustig als Vlieland en Schiermonnikoog zijn, zo levendig zijn de andere Nederlandse Waddeneilanden. Neem Texel. Zodra je vanaf de boot voet zet op Texel, merk je het al. Dit eiland is anders. Is buureiland Vlieland het toonbeeld van rust, op Texel is het een en al bedrijvigheid. Hier worden biertjes gebrouwen, meubels gemaakt, aardappelen geoogst, vis verwerkt en schapen gehouden. En niet zomaar schapen:

de Texelaar is een oorspronkelijk Texels ras en hét symbool van het eiland. De Texelaar heeft veel te bieden: wol, lanoline, melk en vlees. Daar worden weer allerlei producten van gemaakt, die je overal op Texel kunt kopen. Van dekbedden tot lippenbalsam en van kaas tot zeep. Je kunt zelfs een wolbad nemen – woolness op sien Tessels, noemen ze dat.

Ameland en Terschelling hebben weer een totaal andere vibe. Daar is het vooral het toerisme dat de eilanden draaiende houdt. En toch kun je ook hier op drukke dagen je rust zoeken. In de bossen, in de duinen, in de natuurgebieden en op het strand. Ook dat is de magie van de Wadden. Mocht je op het strand tóch mijmeren over eilanden in het hoge noorden, bedenk dan dat er op de Lofoten ook iemand zit te dromen. Van een mooi Waddeneiland. •



• De Texelaar is hét symbool van het eiland

© VVV Texel



• Het strand van Schiermonnikoog is wel één kilometer breed

© Demi Staehle



ETEN & DRINKEN

## Spaghetti vongole met zest en munt

# Zomer op je bord!

Om snel, gemakkelijk én lekker in zomerse sfeer te komen, heb je niet veel nodig. Doe inspiratie op in de Italiaanse keuken! Wij kiezen voor een van de vele recepten uit het boek *The Lemon Kitchen: spaghetti vongole*. Een smakelijke pasta met venusschelpen (kokkels), knoflook, half pepertje, scheutje witte wijn, zest en munt! Gegarandeerd succes op een zweele zomeravond.

Voor 4 personen • Bereidingstijd: ca. 25 minuten

➤ Aan de slag? Ga naar [zest-magazine.nl/recept](http://zest-magazine.nl/recept)



### WINNEN!

Wij mogen 3x *The Lemon Kitchen Sicilië* weggeven. Een boek vol eenvoudige recepten, mét zest! Winnen? Scan de QR-code en doe mee.



Nederland wandelt voor Usher

## ‘Alles voor een medicijn’

**Als ouders wil je maar één ding en dat is dat je kinderen gezond en gelukkig zijn. Als je kind wordt getroffen door een progressieve ziekte, zoals het Ushersyndroom, staat je wereld op zijn kop. En als allebei je kinderen eraan blijken te lijden, staat je wereld letterlijk stil. Sanne Schmidt en Remco Hartman kregen dit keiharde nieuws, maar zijn strijdbaar in hun zoektocht naar fondsen voor de ontwikkeling van een medicijn.**

Tekst: Judith Truijens • Fotografie: Ed van de Pol

**‘We zijn inmiddels met onze vijfde gebarencursus bezig en voelen ons dankbaar voor alle voorzieningen die er in ons land zijn’**

“Erover praten vind ik lastig”, begint Sanne. “Maar we willen het doen, omdat we later nooit willen terugkijken en denken dat we er niet alles aan hebben gedaan om de aandoening van onze dochters Noa (3,5) en Chloë (6) bekend te maken. En om zoveel mogelijk geld op te halen voor het ontwikkelen van een medicijn.” Hun twee meisjes hebben allebei het Ushersyndroom, een genetische afwijking waarmee ze slechthorend geboren zijn. Tijdens het opgroeien zullen ze steeds meer worden beperkt in hun gehoor én hun zicht. Er wordt onder andere in RadboudUMC veel onderzoek gedaan naar genterapie. Er is geld nodig om de studies voort te zetten, waarna een farmaceutisch bedrijf de ontwikkeling hopelijk

oppakt. Gezien de relatief kleine groep patiënten met de aandoening – circa duizend in Nederland en 400.000 wereldwijd – is dat afwachten.

### Keihard van de roze wolk

Sanne: “Het proces waar we samen doorheen gaan is er een van levend verlies. Je neemt afscheid van een normale, zorgeloze toekomst voor de meiden. De aandoening die ze hebben, is onomkeerbaar. Na de geboorte van Noa, in 2019, kreeg ze zoals gebruikelijk een gehoortest. Haar gehoor bleek zelfs na drie keer niet in orde. Als je dan naar het ziekenhuis wordt doorverwezen, denk je in eerste instantie dat het vast niets zal zijn, je bent er niet op voorbereid dat het wel eens heel ernstig zou kunnen zijn.”

“Sanne en ik komen beiden uit gezinnen waar op het gebied van gezondheid nooit iets bijzonders aan de hand was”, vult Remco aan. “Dat je dan met zo’n klein ukkie ineens ziekenhuis in, ziekenhuis uit loopt en uiteindelijk bij het VUmc uitkomt en daar hoort ‘we hebben het gevonden’, laat dat je keihard van je roze wolk afkletteren, kan ik wel zeggen. De diagnose Ushersyndroom sloeg in als een bom. Je hoort wat zo’n dokter zegt, maar je slaat het niet op, heel gek. Je prachtige meisje van drie maanden met gehoorapparaatjes in haar oortjes, en het vooruitzicht van het gezichtsverlies in de redelijk nabije toekomst... We hebben een hoop tranen gelaten. De NSDSK (Nederlandse Stichting voor het Dove en Slechthorende Kind, red.), dat specialistische zorg biedt





### Nederland wandelt weer voor Usher

Om aandacht te vragen voor het Ushersyndroom en geld in te zamelen voor onderzoek naar behandeling van deze aandoening organiseren familie en andere betrokkenen in samenwerking met Stichting Ushersyndroom het evenement 'Nederland wandelt voor Usher'. Vorig jaar september werd de eerste editie gelopen. Meerdere groepen wandelaars in het land liepen in één, twee, drie of vier dagen vanuit hun woonplaats naar het Spoorwegmuseum in Utrecht, waar op 17 september – Usher Awareness Day – de slotmanifestatie werd gehouden. In totaal kon zo'n € 90.000 naar Stichting Ushersyndroom worden overgemaakt. Ook dit jaar is er weer een meerdaagse wandeling (de duur is afhankelijk van de startplaats) voor Stichting Ushersyndroom. Wat zou het mooi zijn als de opbrengst die van vorig jaar overtreft! De finale is op 16 september, wederom in het Spoorwegmuseum in Utrecht. Nh1816 Verzekeringen is hoofdsponsor van het evenement. Meedoen? Kijk voor meer informatie op [www.nlwandeltvoorusher.nl](http://www.nlwandeltvoorusher.nl).

aan mensen met hoor-, spraak- en taalproblemen, heeft ons fantastisch begeleid. Dat is ook echt nodig, je zit na de diagnose met zóveel vragen."

#### Ook Chloë

Het werd allemaal nog erger toen Noa's oudere zusje Chloë begin dit jaar uit school kwam met een brief van de schoolarts, waarin stond dat ze aan beide oren gehoorverlies had. "De grond verdween onder mijn voeten, want een gelijk verlies aan beide oren is kenmerkend voor Usher", vertelt Sanne. "Na twee weken spraken we de arts van de GGD en werden we voor nader onderzoek verwezen naar het Audiologisch Centrum. Hieruit bleek inderdaad een gelijk gehoorverlies aan beide oren. Daarna volgden een bezoek aan de KNO-arts en genetisch onderzoek in VUmc. Op 14 februari kregen

we de uitslag: ook Chloë heeft het Ushersyndroom." Daarmee vielen volgens Sanne opeens allerlei puzzelstukjes op hun plek. "Dat ze altijd zo moe uit school kwam bijvoorbeeld, en dat ze altijd heel erg naar mijn mond keek als ik wat zei. We hebben ons een tijd heel schuldig gevoeld, dat we die signalen niet eerder hebben opgemerkt. En je hart breekt hoor, als je kind zegt: ik wil andere oortjes!" Er lopen in Amerika hoopgevende onderzoeken naar een medicijn en in Nederland in het RadboudUMC, onder meer met genpleisters en injecties in het oog. "Het is allemaal nogal ingewikkeld", zegt Sanne, "want er zijn heel veel mutaties. Maar wij halen er hoop uit."

#### Samen genieten

Remco: "Als er iets is wat de ziekte van onze meiden ons heeft doen

inzien, is het dat je van elk moment samen moet genieten en hen een zo zorgeloos mogelijke jeugd moet geven. Als we met mooi weer met de bakfiets naar Bergen fietsen, daar lekker spelen met het zand en in het water en naderhand smullen van een ijsje of een patatje, voel ik me zó rijk! Daar kan echt niets tegenop." "We realiseren ons heel goed dat we ondanks alles boffen dat onze wiegen in Nederland staan", besluit Sanne. "We zijn inmiddels met onze vijfde gebarencursus bezig en voelen ons dankbaar voor alle voorzieningen die er in ons land zijn. En de belangrijkste factor: onze familie en vrienden voelen als een warm bad. Ze staan ons in alles bij. Dat is een enorme steun!" ●

### LEDEN AAN HET WOORD

"Tijdens een sponsorevent leerde ik Thea Coolen, manager bij het Ronald McDonald Huis De Kindervallei in Valkenburg, kennen. Er was meteen een connectie, vanwege haar betrokkenheid en de manier waarop ze die met De Kindervallei in de praktijk brengt. Het raakte me, toen ik van haar een rondleiding op de locatie kreeg en de indrukwekkende verhalen van de families hoorde."

"De Kindervallei is naast regulier Ronald McDonald Huis ook een vakantiebestemming voor gezinnen met een zorgintensief kind. Een gewone vakantie is voor deze gezinnen vrijwel onmogelijk, hun leven is volledig ingesteld op de zorg voor en rond hun kind. In De Kindervallei zorgen ze ervoor dat alle gezinsleden een fijne tijd hebben. Opdat de vermoeide ogen weer even gaan twinkelen. Daar moest ik wat mee, vond ik."

#### HomeSport

"Met mijn collega Jeroen Egbers heb ik een team samengesteld, waarmee we meedoen aan HomeSport Events. Daarmee gaan we in het weekend van 24 en 25 juni 24 uur lang, in estafettevorm, samen sporten. De opbrengst van de sponsorgelden gaat naar de Ronald McDonald-huizen in Nederland, waarbij wij ons extra inzetten voor De Kindervallei in Valkenburg en het Ronald McDonald Huis Maastricht."

#### Iets bijzonders doen

"Mijn oproep: doe ook een keer met een eigen estafette team mee aan de HomeRun (240 km hardlopen), de HomeRide (500 km wielrennen) of de HomeWalk (120 km wandelen). Wijzelf richten ons op het onderdeel fietsen, waarmee we geld inzamelen in ons eigen netwerk én steun krijgen van Nh1816 Verzekeringen. Als medewerkers zijn wij immers ook lid van de coöperatie. Samen iets bijzonders doen, samen impact maken, dat is de basisgedachte. Het versterkt de collegiale band op kantoor én de band met onze klanten. Ik vind het erg fijn om met via HomeSport Events iets te kunnen betekenen voor ouders van een zorgintensief kind." Meer info: [www.homesportevents.nl](http://www.homesportevents.nl)

Tekst: Judith Truijens • Fotografie: Spuisers Fotografie

Jeroen Janssen  
**'Samen sporten, samen impact maken'**

*Ballonfeesten Joure***Droomvlucht over de Friese Meren**

**De Friese meren bij zonsondergang vanuit de lucht! Een mooier uitzicht is nauwelijks denkbaar. Deze zomer is het tijdens de Friese Ballonfeesten in Joure mogelijk om in een heteluchtballon het luchtruim te kiezen. Wat 36 jaar geleden begon als een stout idee van een stel vrienden groeide uit tot het grootste luchtballonspektakel in Nederland.**

Tekst: Mark de Niet • Fotografie: Imka Westerhuis, Johan Brouwer, Binne-Louw Katsma

Het WK Solex rijden en het WK Klúnen had Vriendenclub de Flecke in Joure al achter zijn naam staan. Hun volgende project moest een Ballonfiësta worden. Ynte Kuindersma, eigenaar van het gelijknamige advieskantoor, was een van de oprichters van dit jaarlijkse ballonfeest in Joure. Destijds aangemoedigd door ballonvaarder Henk Brink, die zijn vriendengroep in zijn ballon mee de lucht innam,

Ynte Kuindersma en Erwin Bethlehem



werd het eerste Jouster ballonfeest in 1986 georganiseerd. Van ver over de Nederlands grenzen namen enthousiaste ballonvaarders eraan deel. “We hadden overal onze uitnodigingen naartoe gestuurd, in de hoop dat we zo’n vijftien ballonvaarders naar Joure konden trekken”, vertelt Ynte. De reacties waren boven alle verwachting: bij de primeur gingen maar liefst 55 ballonnen de lucht in! “Het was één groot feest”, weet Ynte nog goed. “Met alle crewleden erbij kregen we 250 gasten in het dorp, voor wie we slaappleatsen moesten regelen. De inwoners hebben zich meteen zeer gastvrij over hen ontfermd en hun huizen opengesteld. We moesten zelfs gastgezinnen teleurstellen!”

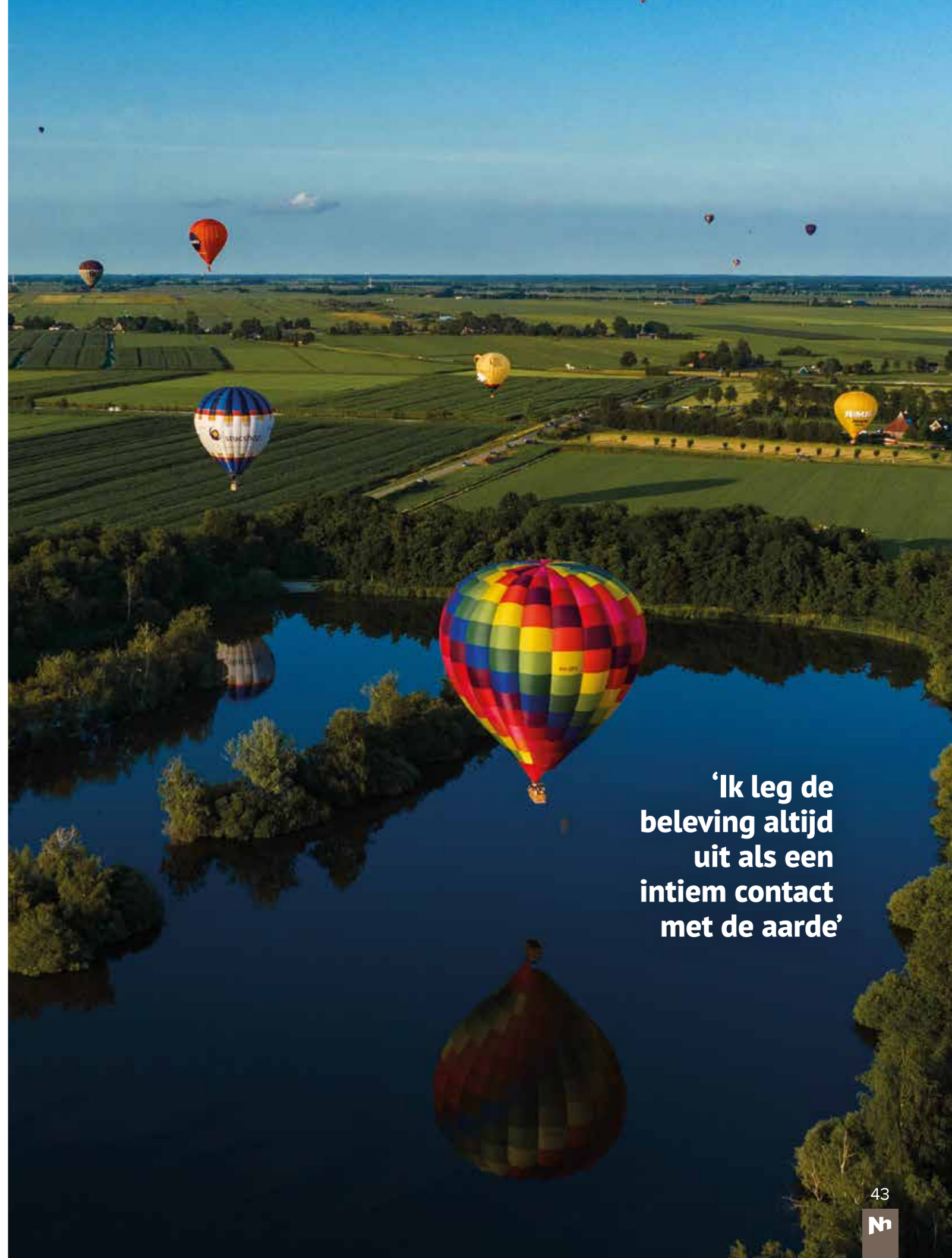
**Balloon City**

Een nieuw Fries volksfeest was geboren. Sindsdien verandert Joure elk jaar eind juli vijf dagen lang in Balloon City. Erwin Bethlehem, de huidige voorzitter van de Friese Ballonfeesten, vertelt hoe het evenement met de jaren groeide. “In het tweede jaar kwamen er meer dan

honderd ballonvaarders naar Joure, maar van overheidswege werd het aantal deelnemers de jaren daarna drastisch ingeperkt. Voor de ballonfeesten die we dit jaar organiseren, hebben we een vergunning voor maximaal vijfendertig ballonnen.” Erwin is zelf ballonpiloot en heeft nadat hij in 1992 zijn brevet haalde al 750 vluchten gemaakt. “Ik begrijp dat Nh1816 Verzekeringen (dit jaar sponsor van de ballonfeesten, red.) als verzekeringsmaatschappij wil weten hoe veilig het ballonvaren is”, zegt Erwin lachend, om meteen daarna de risico’s te relativeren. “Het vervelendste dat ik in al die jaren in mijn ballon heb meegeemaakt, was toen een passagier tijdens de landing haar hoofd stootte tegen een gasfles. Het opstijgen en landen zijn de momenten dat iedereen even goed moet opletten.” Goede communicatie is daarbij heel belangrijk, voegt Erwin hieraan toe.

**Veiligheid voorop**

“Ballonpiloot word je niet zomaar”, vervolgt Erwin. “De opleiding is zeer uitgebreid. Zo leer je bij het >>



**‘Ik leg de beleving altijd uit als een intiem contact met de aarde’**

onderdeel meteorologie meer dan alleen over wind en regenval. Het gaat dan ook over de invloed van het landschap op de ballon. De ballon reageert verschillend wanneer je over bossen, huizen of de mooie Friese meren vaart." Na hun opleiding krijgen ballonvaarders elk jaar vanuit de Koninklijke Nederlandse Vereniging voor Luchtvaart (KNVvL) te maken met een keuring van hun materiaal en een medische check-up. "Alles voor de veiligheid van piloot en passagiers", legt Erwin uit. "Vanwege de thermiek – de warmte die 's zomers van het aardoppervlak opstijgt – gaan de ballonnen pas na acht uur 's avonds de lucht in. Een bijkomend voordeel daarvan is dat de ondergaande zon boven de Friese meren magische en onvergetelijke beelden oplevert."



#### Livemuziek en foodtrucks

De Jouster ballonfeesten vinden elk jaar plaats op de Nutsbaan in Joure, waar 's winters wordt geschaatst en 's zomers de paarden rennen. Dit jaar vindt het evenement plaats van 26 tot en met 30 juli. Tijdens de ballonfeesten is het ook op de grond een en al gezelligheid. Van kermis en livemuziek tot volle terrassen en foodtrucks. Joure rekent op duizenden bezoekers en als de ballonnen de lucht in gaan, staan ook de wegen rondom het Friese dorp vol. "Mensen parkeren hun auto's in de berm om naar de bontgekleurde hemel te kijken", weet Ynte, "De havens en campings zijn hier weken tevoren al volgeboekt."

#### Bruidstaart of motorfiets

Bezoekers kunnen aan het begin van de avond gratis het terrein van de Nutsbaan op om te zien hoe de ballonvaarders zich voorbereiden. De gelukkigen onder hen hebben via de website van de ballonfeesten een ticket voor een

van de ballonvaarten bemachtigd. De luchtballonnen zelf zijn stuk voor stuk uniek, met hun diversiteit aan kleuren en vormen. Naast de traditionele luchtballonnen doet elk jaar ook een aantal 'special'-ballonnen mee. Dan sta je zo maar in het mandje onder een bruidstaart of motorfiets. Erwin: "De reactie van passagiers die voor het eerst meegaan, is vaak een enorme verwondering over de rust en weidsheid, die je ervaart als je eenmaal boven bent. Ik leg het altijd uit als een intiem contact met de aarde."

#### Feest van de Friezen

Ynte en Erwin verheugen zich weer op de ballonfeesten van komende zomer. Ynte maakt duidelijk: "Hoewel we veel bezoekers ontvangen uit heel Nederland en ver daarbuiten, zijn de ballonfeesten vooral een feest van Joure waar de Friezen trots op zijn. Een groot deel van de piloten woont hier in de omgeving, inwoners staan te dringen om hun schouder onder dit spektakel te zetten."

Terugblikkend op de 35 voorgaande edities: "Het heeft een paar keer niks gescheeld of de organisatie was failliet gegaan. In de beginjaren kregen we te maken met afgelastingen door slecht weer, terwijl de kosten al gemaakt waren. Bedrijven uit de omgeving hebben ons toen enorm geholpen."

#### Volgende generatie

Ynte zat tien jaar in het bestuur van de Friese Ballonfeesten. Volgende generaties werden klaargestoomd om de organisatie over te nemen. Ynte lacht naar Erwin, aan de overkant van de tafel: "Erwin ging als klein jongetje mee tijdens de eerste ballonfeesten, werd aangestoken door het ballonvaardersvirus, maakte zelf talloze ballonvluchten en staat nu aan het roer van een solide bestuur, dat de jaarlijkse ballonfeesten prima organiseert." Ynte geniet nu aan de zijlijn. Joure is klaar voor de 36<sup>e</sup> editie van de ballonfeesten! Van 26 tot en met 30 juli 2023. ●



# Ik had **nooit** gedacht

ontslagen te worden door mijn werkgever

## Wij zijn er om je te helpen

Een juridisch conflict kan iedereen overkomen. Bijvoorbeeld door een reorganisatie op je werk of schade door een aanrijding. En wat kun je doen als je problemen hebt met je aannemer? Of als je burens een veel te hoge schutting plaatsen? **Wij zijn er voor je als je juridische hulp nodig hebt.** Ook als je niet verzekerd bent.

[www.das.nl](http://www.das.nl)

Rechtshulp on Demand

DAS voor Particulieren Totaal



Meesters in juridische hulp





Rob Vissers, Nh1816 (links) en Rob Stomphorst, Veilig Verkeer Nederland

*Veiligheid voor alle verkeersdeelnemers*

## ‘Vaart maken om de vaart eruit te halen’

**Een schadeverzekering voor verkeersdeelnemers, die bestond nog niet. Nh1816 Verzekeringen introduceert deze nieuwe verzekering, die aansluit bij het grote aanbod om mobiliteit goed te verzekeren.**

Tekst: Sybille Kroon • Fotografie: Stefan Koopmans

Nh1816

### ‘Wij juichen het toe dat alle gezinsleden die deelnemen aan het verkeer zijn verzekerd’

Rob Vissers, senior manager operations bij Nh1816, vraagt Rob Stomphorst, woordvoerder van Veilig Verkeer Nederland (VVN) hoe het nu eigenlijk zit met de verkeersveiligheid in Nederland. Spoileralert: het aantal verkeersslachtoffers zal niet dalen, maar juist stijgen. Het goede nieuws: er is iets aan te doen, maar dan moeten we nu wel ‘vaart maken om de vaart eruit te halen’.

#### Het voornemen van de overheid is om in 2030 het aantal verkeersslachtoffers in Nederland gehalveerd te hebben. Gaan we dat halen?

“Met de huidige maatregelen niet. De overheid kan het nog zo mooi bedenken, de realiteit is minder fraai. Er zullen juist meer slachtoffers vallen in plaats van minder. Vooral fietsers moeten het in Nederland ontgelden. Het aantal verkeersongevallen stijgt en het aantal fietsdoden heeft het aantal autododen de laatste jaren ingehaald. We zijn een fietsland. Met de komst van e-bikes, snorfietsen en fatbikes wordt het steeds drukker op het fietspad. Ruim tweederde van het jaarlijks aantal ernstige verkeersgewonden in

Nederland is fietser. Het overgrote deel daarvan raakt gewond bij een ongeval waarbij geen motorvoertuig is betrokken. Ruim de helft van de ernstige verkeersgewonden is zestig jaar of ouder. Daarom organiseren gemeenten regelmatig in samenwerking met Veilig Verkeer Nederland opfriscursussen voor fietsers (zie kader, red.). Het is een voorbeeld van de inzet van VVN om fietsers veiliger te laten deelnemen aan het verkeer.”

#### Welke adviezen heeft VVN om het doel wél te halen?

“Wil je in 2030 minder verkeersslachtoffers, dan moet je nú ingrijpen. Onze missie is: iedereen veilig over straat. Zo pleiten wij voor dertig in plaats van vijftig kilometer per uur binnen de bebouwde kom, zoals bij de ‘fietsstraat’, waar de auto te gast is. Snelheid omlaag dus en wel zo snel mogelijk. De lokale overheden moeten hier vaart mee maken. Dan wordt het voor fietsers een stuk veiliger. Een fietshelm draagt ook bij aan minder letsel.”

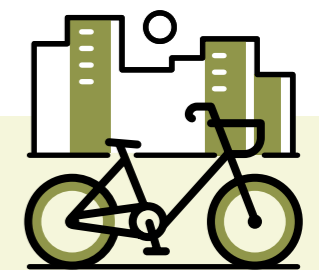
#### Heeft verkeersveiligheid ook met het gedrag van verkeersdeelnemers te maken?

“Zeker! Verkeersdeelnemers zullen hun gedrag moeten aanpassen. Kinderen met de auto naar school brengen, snel rijden door woonwijken, telefoneren of appen op de fiets of in de auto, met de vrijdagmiddagborrel op naar huis rijden, zonder helm op je snorfiets, een ballonnetje lachgas delen met je vrienden in de auto, ‘hangen’ aan de elektrische fiets van je klasgenoot; mensen bewust maken van hun gedrag bevordert de verkeersveiligheid. Bijna alle verkeersongevallen, 95 procent, hebben direct met gedrag te maken. Als overheid en samenleving kun je daarop sturen. Ook jullie als verzekeringsmaatschappij kunnen

daarbij een rol spelen. Bijvoorbeeld met preventie en tips over veilige verkeersdeelname.”

#### Hoe staat Veilig Verkeer Nederland tegenover de nieuwe Verkeersdeelnemersverzekering van Nh1816?

“Wij juichen het toe dat alle gezinsleden die deelnemen aan het verkeer zijn verzekerd. Dus ook de partner die graag een ommetje maakt, de peuter achterop je fiets en de naar school fietsende kinderen. Goed verzekerd zijn is nodig, mocht het verkeerd gaan, zodat je financieel beschermd bent bij persoonlijke en materiële schade in het verkeer, zonder juridische discussie met een andere partij. Ook als je niet in een auto of op een motor of bromfiets zit en je dus geen beroep kunt doen op je auto-, brommer- of motorverzekering. De nieuwe verzekering van Nh1816 springt in een belangrijk gat en maakt mensen bewuster van hun veiligheid en kan daarmee het gedrag in het verkeer dus sturen. En laat dat nu net de grootste factor zijn in het bevorderen van de verkeersveiligheid.” ●



### Opfriscursus

Meer info over de opfriscursus ‘Het Nieuwe Fietsen’ van Veilig Verkeer Nederland:  
[www.zest-magazine.nl/opfriscursus](http://www.zest-magazine.nl/opfriscursus)



Estée Strooker raspt de zest van Boeddha's hand



Estée Strooker en Johan Meurs

## Groente-eters voor het leven kweken. Met liefde!



Johan Meurs, chef-kok van het Nederlands Openluchtmuseum

### ETEN & DRINKEN

**Koken voor kritische gasten, dat zijn de chef-koks Estée Strooker, bekend van Master Chef en haar kookboeken, en Johan Meurs van het Nederlands Openluchtmuseum in Arnhem wel gewend. Voor kinderen koken en groente-eters voor het leven kweken, is de uitdaging die deze twee prof-koks met liefde aangaan. Niet in de laatste plaats, omdat ze zelf verknocht aan groenten zijn. Het werd een verrassende middag in een sfeervolle kas met de jonge gasten Talisha, Jylano, Dalina en Noud als proevers.**

Tekst: Judith Truijens  
Fotografie: Chrissie Sewalt



Noud en Talisha

Kinderen die voldoende groente eten, leggen een stevige basis voor hun toekomstige gezondheid. En gezondheid is de basis van alles, dus leren over en proeven van alles wat groente zo lekker maakt, is eigenlijk net zo belangrijk als leren lezen en rekenen. Met die gedachte gaan onze 'chefs van dienst' Estée en Johan vandaag voor Zest aan de slag. "Bij het nadenken over de gerechtjes hebben we vooral goed gekeken naar wat kinderen in eerste instantie aanspreekt. De vorm van een pannenkoek, frisse, sprankelende kleuren, romige soep, pesto, zoetige wortelen en een variatie van pasta, zodat er wel herkenning in de presentatie is, maar de smaak van de gebruikte groente verrast", vertelt Estée, terwijl ze de eerste gang, een venkelsoep, uitserveert.

#### Zacht

Nieuwsgierig nemen de aanwezige kids een hapje. "Oh, dit vind ik wel heel lekker", zeggen Jylano en Dalina in koor. "Ik had nog nooit iets met venkel gegeten", vertelt Talisha, "maar ik vind dit heel zacht smaken." Ook Noud is aangenaam verrast: "Ik denk niet dat ik mijn ouders vraag

het te maken, maar lekker is het wel." Estée is blij met de reacties. "Venkel is best lastig. Het heeft een uitgesproken smaak. Leuk om te ervaren dat de soep bevalt!"

#### Geroosterde regenboogwortel

"Ik vind het een mooie ontwikkeling dat groenten een veel prominentere rol in de keukens van alledag hebben gekregen", vertelt Johan. "Steeds meer mensen eten bewuster en zijn vegetariër of flexitariër, iets dat trouwens vaak door kinderen wordt geïnitieerd. Daar spelen we in de diverse horecagelegenheden die het Openluchtmuseum rijk is, natuurlijk ook op in. Sterker nog: we zijn ons bewust van onze voorbeeldfunctie en richten onze menukaarten intussen ook heel anders in. Dit jaar streven we naar vijftig procent *plantbased* gerechten, in 2024 is alles op onze menukaarten op groenten gebaseerd. Vlees en vis zijn als supplementen te bestellen. Op deze manier krijgen groenten helemaal geen ruimte om 'vergeten' te worden. Er is juist een grote diversiteit nodig om een gevarieerd aanbod te kunnen verzorgen. We zien dat de

internationalisering van koken daar ook een grote bijdrage aan levert. De keukens uit het Midden-Oosten of Azië bijvoorbeeld hebben voornamelijk groenten als basis. Ik vind het waanzinnig om te zien hoe smakelijk kinderen eten van de geroosterde regenboogwortel met grove mosterd en sinaasappelsap uit de oven. Dat we daar zest overheen kunnen raspen, afkomstig van de Boeddha's hand (exclusieve citrusvrucht, red.) die in onze eigen kruidentuin groeit, is extra leuk."

#### Mengen of één voor één

Ondertussen heeft Estée alle andere gerechten op tafel gezet en de kinderen uitgenodigd om op te scheppen. En daarna alles door elkaar te mengen, zodat de smaken goed tot hun recht komen. Jylano schept de gerechten liever één voor één op, wat natuurlijk ook prima is.



• Dalina (!) en Jylano proeven met smaak van de heerlijke gerechten

Niet alleen de regenboogwortelen vallen in de smaak, ook van de geserveerde orzo met zelfgemaakte pesto wordt volop genoten. "Mijn lievelingseten is Italiaans", vertelt Noud, "en dit lijkt heel erg op pasta, dus dat vind ik wel lekker. En ook pesto heb ik al wel eens gegeten." Terugkijkend op de lunch zegt hij dat hij het vooraf 'best spannend' vond om mee te eten. "Maar het is me meegevallen. Ik vond niks vies."

#### Inspiratie

Estée stopte afgelopen januari met haar restaurant 't Amusement. Na elf jaar chef-kok te zijn geweest – ze startte op haar 20e – vond ze het welletjes, ze was toe aan ruimte en rust om op zoek te gaan naar creativiteit en inspiratie. "Het geeft me energie om weer met dingen zoals deze kooksessie bezig te zijn. Naast dit soort events ga ik pop-up kooksessies in Arnhem organiseren en in november ga ik als *Chef in Residence* aan de slag in Parijs. Even een tussenjaar genieten en me laten inspireren door wat er komt. Naast de heerlijke recepten die ik van mijn moeder heb gekregen, is dat eigenlijk ook een advies van haar: 'Wees trots op wat je bereikt hebt, Estée', zegt ze vaak. Dat is wat ik ook door wil geven, die liefde voor koken. Vandaar dat ik vandaag als een feestje ervaar. Ik denk echt dat als je meer bekend raakt met hoe je groente lekker kunt koken

de drempel om dat ook te doen steeds lager wordt. Kijk, gekookte bloemkool kan misschien de kinderneuzen doen ophalen. Maar als je 'm roostert in de oven kan ik mij niet voorstellen dat je 'm niet lust."

#### Bietenpannenkoeken

Als de lunch op zijn einde loopt en alle schalen bijna leeggegeten zijn, zijn de kinderen unaniem in hun voorkeur; de bietenpannenkoeken blijken de grote winnaar deze middag. Jylano vraagt zelfs nog om een 'kale', dus zonder de heerlijk frisse hummusspread. De kinderen zijn ook nieuwsgierig naar 'hoe je ze nou maakt', wat Estée graag uitgebreid uitlegt. Johan besluit: "In het Openluchtmuseum besteden we veel aandacht aan educatie over (gezond) eten en voedselbereiding. We zijn dan ook blij met de ondersteuning van Nh1816 Verzekeringen voor de vernieuwing van ons Kindererf, waar we het onderwerp nog meer aandacht kunnen geven." ●

#### Ledenvoordeel

Ervaar zelf het Nederlands Openluchtmuseum in Arnhem met jouw leden-voordeel. Juli tot en met september 2023.



€5,-

i.p.v. € 17,50-  
per persoon

Estée Strooker  
'Liefde voor koken! Dat is wat ik door wil geven'



## Ogen dicht en lekker luisteren

Droom weg naar een andere wereld met een sfeervol voorleesverhaal of inspirerende podcast. Geen betere manier om je geest tot rust te brengen en de dagelijkse beslommeringen even van je af te laten glijden.

Productie: Natasja Admiraal



### Luisterend oor

Regent het pijpenstelen? Lange autorit voor de boeg? Zet een podcast voor je kind op. In Droomtheater het Oor vertelt Koning Jibbe de mooiste luisterverhalen. Met zijn grote oren vangt hij de verhalen en vertelt ze door. Een geweldige voorleesservice voor vermoeide ouders én avontuurlijke kinderen vanaf twee jaar, ondersteund met prachtige muziek. *Droomtheater het Oor is te beluisteren via Zappelin, Apple Podcasts, Google Podcasts en Spotify.*



### Van militair tot slaapexpert

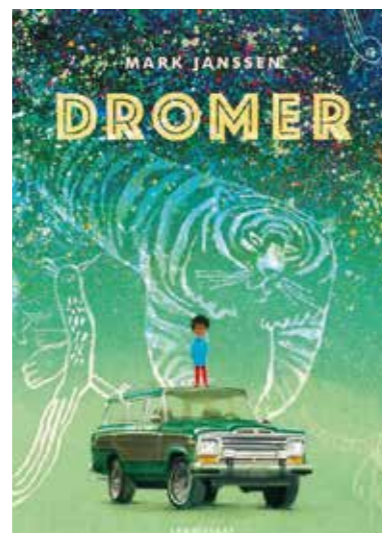
Mark Schadenberg is oud-militair, slaapexpert en spreker. Hij heeft meerdere missies gedraaid in verschillende oorlogsgebieden. Nu volgt hij zijn missie dat niemand meer wakker hoeft te liggen van slaapproblemen. Met zijn podcast Bedweters wil hij mensen helpen om de

kwaliteit van hun slaap te verbeteren door middel van tips, tools en slaapverhalen van anderen. *Bedweters is te beluisteren via Apple Podcasts, Google Podcasts en Spotify*

### Ode aan alle dromers

Denkers, doeners en dromers: ze zijn in elke klas vertegenwoordigd. Dit prachtig geïllustreerde prentenboek gaat over een dromer. Een jongetje dat nog niet weet wat hij later wil worden, in tegenstelling tot de meeste andere kinderen uit zijn klas. Zijn vader laat hem zien dat het niet erg is als je nog niet weet waar je talent ligt. Het verhaal bevat weinig woorden, maar een duidelijke boodschap: als dromer mag je er zijn.

*Dromer door Mark Janssen, Lemniscaat, €14,99, ISBN 9789047713722*



### Wegdromen

Kinderen krijgen elke dag een hoop prikkels te verwerken. Dit boek biedt een welkom rustmoment, als tegenhanger van deze dagelijkse drukte. Het bevat zeven avontuurlijke en meditatieve kinder verhalen, ter ontspanning of om heerlijk fantaserend bij in slaap te vallen. De prachtige illustraties van Ruth Hengeveld zijn om bij weg te dromen. *Droomavontuur door Rosalinda Weel, Altamira, €18,99, ISBN 9789401305464*



### Twintig Nederlandse heldinnen

Wat hebben rockster Anouk, beautyvlogger Nikkie de Jager, kinderboekenschrijfster Annie M.G. Schmidt en modeontwerper Iris van Herpen gemeen? Alle vier zijn het vrouwen die groot durfden te dromen. In dit boek beschrijft *spoken-word* artiest Babs Gons de levens van twintig Nederlandse 'heldinnen'. Femme ter Haar maakte er schilderachtige illustraties bij. *Het begint met een droom door Babs Gons, Gottmer, €16,99, ISBN 9789025775568*

*Wat gebeurt er eigenlijk in mijn hoofd als ik droom?*

### Dromen duiden

Als je droomt, wil je droom je iets vertellen. Dat is de visie van dromenexpert Jacqueline Voskuil. In dit boek laat ze je op speelse en inzichtelijke wijze kennismaken met de kracht én diepere betekenis van dromen. Het doel is dat je na het lezen van het boek zelf in staat bent om je eigen dromen te duiden.

*Het Grote Dromenboek door Jacqueline Voskuil, Para Astro, €14,50, ISBN 9789072189141*



### Gastenverblijfdroom

Jaren geleden begonnen Hans en Nel een klein berghotel in Oostenrijk. Nu helpen ze met de DroomAcademie anderen om hun gastenverblijfdroom waar te maken. Inmiddels is er ook een podcast, met verdiepende verhalen van én voor vertrekkers. Laat je inspireren door gesprekken met mensen die een gastenverblijf runnen óf hiervan dromen. *De DroomplekPodcast is te beluisteren via Apple Podcasts, Google Podcasts en Soundcloud.*

### Waarom dromen we?

Droom jij weleens dat je vliegt? Of dat je een examen moet halen? En vraag je je soms af: wat gebeurt er eigenlijk in mijn hoofd als ik droom? Atlas, de nieuwe wetenschapspodcast van de NTR, wijdt acht afleveringen aan het thema dromen, één van de meest ongrijpbare zaken waar we elke dag – of beter gezegd: nacht – mee te maken hebben. *Atlas is te beluisteren via NPO Radio 1, Apple Podcasts, Google Podcasts en Spotify.*



Olympisch sporter 'SkateKeet'

## 'Verspil je leven niet aan wat je niet wilt'



SkateKeet. Van buitenbeentje tot jongste vlaggendrager van het Nederlands Olympisch team in 2021 in Tokio. Daar kwam ze uit voor het nieuwste onderdeel: skateboarden. Nu maakt ze zich op voor de Olympische Spelen in 2024 in Parijs én voor de editie in 2028 in Los Angeles. Want Keet Oldenbeuving (18) kijkt graag vooruit. "De weg naar de Olympische Spelen wordt steeds moeilijker, maar plezier is het allerbelangrijkste. Als je dat niet meer hebt, weet je dat het niet gaat lukken." Een uitspraak die Keet typeert. Lees het bewonderenswaardige verhaal van Keet, die 'doet wat goed voelt'.

Tekst: Mieke Verhoef  
Fotografie: Tjeerd Derkink

We spreken elkaar via Facetime. Het is zes uur 's avonds, Nederlandse tijd. Bij Keet is het negen uur vroeger. Ze zit in een tussenjaar en verblijft in een hotel aan de andere kant van de oceaan. Nog maar net wakker. Een nieuwe dag om streetvideo's in San Francisco op te nemen ligt voor haar. Haar haren zijn nog nat. "Ik stap net onder de douche vandaan", zegt ze. Met haar natte, blonde haren en haar zwarte outfit zit ze relaxt op haar hotelbed. Haar blik open. Ze straalt energie uit. Levensenergie.

### Geen regels

'Olympisch atleet', zegt Google, als je haar naam invoert. Keet: "Ja, dat is best wel gek. Ik wist het helemaal niet. Eerst stond er 'skateboarder'. Ik kwam erachter toen ik in een Uber zat en de chauffeur mijn naam googelde. Het maakt het wel echt natuurlijk." Ze was negen toen ze begon met skateboarden, vertelt ze. "Ik was geen meisje-meisje. Voor mij geen prinsessen. Zoekende was ik wel. Tot ik het skateboarden ontdekte. Natuurlijk was ik hierin als enig meisje 'anders'. Ik denk sowieso dat skateboarden een sport is voor outcasts. We vinden een uitweg met elkaar. Je ziet onder skateboarders veel verschillende achtergronden en iedereen mag er zijn. Alles is oké, je wordt geaccepteerd en maakt plezier. Je mag zijn wie je bent en doen wat je doet, er zijn geen regels."

### Vallen en weer opstaan

In de mini-documentaire Skatekeet uit 2015 zegt ze, als tienjarige:

"Iedereen heeft een idee hoe meisjes of jongens moeten zijn, maar ik wil gewoon mezelf zijn". Zo jong en al zo wijs. Mentaal komt Keet sterk over. "Skateboarden is een *mental game*. Bij alles wat je doet, kun je vallen. Ik val nog steeds elke dag honderd keer. Dat gaat niet veranderen, omdat je steeds moeilijkere dingen doet. Daardoor gaat je pijngrens omhoog. Ook als het dagen duurt voordat een truc lukt, is het de kunst om te blijven opstaan. Het gaat om het gevoel dat je weer bent opgestaan en dat het daarna wél lukt. Daarin stimuleren we elkaar."

### Hypen

Met 'we' doelt Keet op de skaters met wie ze traint. Een hechte community. "Nederland is niet zo groot en de skateboardwereld is klein. Daardoor heb ik een vriendengroep over de hele wereld. Overal waar ik kom, kan ik op een bank *crashen*. Ook in Nederland zijn we hecht. Niet iedereen komt natuurlijk uit dezelfde stad, maar we trekken met elkaar op en trainen met elkaar." Dat doet ze sinds haar negende drie keer per week van vier uur 's middags tot acht uur 's avonds. Tussendoor eet ze. "Het enige verschil met toen is dat het nu een officiële training is en dat er soms mensen van NOC\*NSF komen kijken." Een training is volgens Keet een sessie: "We skaten door elkaar heen, zien van elkaar wat we doen en daarmee inspireren we elkaar. En we *hypen* elkaar op. We juichen en klappen voor elkaar als een vette truc lukt. Ik ben net zo blij voor die ander als voor mezelf. >>



**‘Het gaat om het gevoel dat je bent opgestaan en het daarna wél lukt’**

Dat zie je bij geen enkele andere sport. Wij zijn vrienden.” Keets favoriete truc? “De backside 360, waarbij je 360 graden springt en je board meeneemt.”

#### Erkenning

Skateboarden is sinds 2021 onderdeel van de Olympische Spelen. Keet, toen zestien jaar, was in Tokio als jongste van het Nederlands team samen met sprinter Churandy Martina vlaggendrager bij de opening. Ze weet nog goed dat chef de mission Pieter van den Hoogeband haar daarover belde. “Ik wist niet eens wat dat was: vlaggendrager!” Ze is blij met de erkenning van het skateboarden als Olympische sport.

Keet bij haar favoriete hangout



“Dat had ik nooit verwacht toen ik met skaten begon. Ik was toen kleiner, het skaten ook.”

#### Kwalificatie

Op naar 2024, de Olympische Spelen in Parijs. Deze maand staat de kwalificatie in Rome bij Keet in haar agenda. “Het is zo tof als het lukt! Het wordt namelijk steeds moeilijker. Er zijn zoveel goede concurrenten. De Japanners bijvoorbeeld zijn beter dan de rest. Gelukkig gaan er maar drie sporters per land door. Maar ik vind het ook tof om verder vooruit te kijken, naar het hele plaatje. Dus ook naar de Spelen in 2028, want dan ben ik weer zoveel verder. Uiteindelijk zijn de Olympische Spelen maar eens in de vier jaar en ik wil niet steeds dezelfde dingen blijven doen. Door variatie blijft het leuk. Dus ook video’s opnemen en aan andere wedstrijden meedoen.”

#### Street

Variatie dus. Maar wel op een vast onderdeel. Skateboarden kent de disciplines ‘street’ en ‘park’. Street is Keets specialiteit. Dat was het in 2021 in Tokio, waar ze twaalfde werd. Het is ook waar ze op inzet voor de komende Olympische Spelen en waarover haar video’s gaan. Keet: “De straat is niet gemaakt om te skaten, dat maakt

het extra uitdagend.” De obstakels die ze met haar skateboard neemt, zijn een metafoor voor de mening van anderen, waar ze als jong meisje ongeraagd mee moest leren omgaan. “Ik kan nu zeggen: ‘ik weet niet wat jij allemaal zei, maar ik ben er nu wel!’ Je moet die meningen zien om te zetten in iets goeds en dat is motivatie.”

#### Rolmodel

Die motivatie geeft Keet ook graag door aan kinderen van nu. De mini-documentaire over haar wordt nog steeds op scholen getoond. Onlangs gaf ze zelf een demo op een basisschool. “Ik wil een rolmodel zijn voor jonge meisjes, die ook willen skaten. Als iemand naar mij toe komt, help ik altijd. Ik voel me nooit te groot. Ik wil kinderen inspireren om te doen wat ze leuk vinden en daarmee ook voorkomen dat ze zich laten weerhouden door andere mensen, die zeggen dat ze er later hun werk niet van kunnen maken. Het kan wél! Zolang je maar doet wat je leuk vindt, plezier maakt en bereid bent om elke dag honderd keer te vallen en 101 keer op te staan. Voor dat ene gevoel: dat het je wél is gelukt.”

#### Geef niet op

Tot besluit van ons gesprek, want het ontbijt in San Francisco wacht, een laatste tip van Keet voor wie een droom najaagt: “Trek je niks aan van wat anderen zeggen. Blijf vooral doen wat je leuk vindt en verspil je leven niet aan wat je niet wilt doen. Als je iets echt graag wilt, kan het. Geef niet op en zoek mensen die je supporten.” Wie dat voor Keet zijn? Haar ouders en haar broertje. Zij zijn er altijd voor haar. Ook vanaf de andere kant van de wereld. ●

“Ik heb het goed, met een fijn gezin, interessant werk en een leuk sociaal leven. Maar ik ben me ervan bewust dat er mensen zijn die het minder goed hebben getroffen. Voor mij is het dan ook niet meer dan logisch om een beetje te helpen. Daarmee zitten Marjo van Klooster, eigenaar van Zuiver Financieel, en ik helemaal op één lijn. We organiseren samen evenementen voor een goed doel dat we zelf bepalen. Het moet concreet zijn én in of rond Goes, want dat is toch echt onze stad.”

“We hebben ons in het verleden ingezet voor Stichting Jayden, onder meer met de organisatie van de jaarlijkse Nightrun, waarvan de opbrengsten waren bestemd voor de strijd tegen kinderkanker. Nadat de stichting zichzelf had opgeheven, hebben Marjo en ik de stichting ‘What Goes On’ opgericht. We organiseren hiermee evenementen, waarmee we geld ophalen om iets extra’s te kunnen doen voor kinderen, dieren of voor de gemeenschap in en rond Goes. We kiezen zelf het evenement en het goede doel, organiseren het en zoeken er sponsors bij, zodat de opbrengst volledig naar het goede doel gaat. Er blijft niets aan de strijkstok hangen.”

#### 300 paar sneakers

“Vorig jaar hebben we met de eerste editie van de Nh1816 Nightrail, met steun van Nh1816 Verzekeringen, voldoende geld opgehaald 300 kinderen van Voedselbank De Bevelanden blij te maken met een paar gloednieuwe merk-sneakers. En met de ‘badeendjesrace’ in mei dit jaar hebben we Stichting Leergeld kunnen steunen. Dit jaar zetten we ons in voor de tweede Nh1816 Nightrail.”

#### Niet alleen

“Het is niet alleen ontzettend leuk om samen met Marjo evenementen voor een goed doel te organiseren, het voelt ook goed om iets voor de plaatselijke samenleving te doen. Maar we doen het niet alleen, hè! Zonder de belangeloze inzet van alle mensen, op wie wij steeds weer een beroep kunnen doen én de financiële bijdragen van onze sponsors, zoals Zuiver Financieel en Nh1816 Verzekeringen, zou dat nooit lukken. Fantastisch dat zo veel mensen, bedrijven en organisaties helpen om samen de wereld een beetje mooier te maken.”

Meer info: [www.whatgoeson.nl](http://www.whatgoeson.nl)

Tekst: Marieke Peeters • Fotografie: Suzan Fotografie



Sabine Maas  
**‘Met elkaar de wereld een beetje mooier maken’**

## Forteiland Pampus

# Klein eiland met grote ambities

**Forteiland Pampus, in het IJmeer, tussen Amsterdam en Almere, heeft een droom: als eerste UNESCO-werelderfgoedlocatie volledig duurzaam zelfvoorzienend worden. Tom van Nouhuys, directeur/bestuurder van Stichting Forteiland Pampus, neemt ons mee naar 'zijn' eiland en laat zien hoe die droom wordt verwezenlijkt, met respect voor het karakteristieke erfgoed. "We hopen een inspiratiebron te zijn voor de uitdagingen van deze tijd."**

Tekst: Natasja Admiraal • Fotografie: Patrick Ouwerkerk

Het is een kraakheldere, zonnige dag. Tom, de schipper van deze dag, gooit de trossen los. Even later varen we met de Pampusvlet over het IJsselmeer. Aan bakboord zien we de skyline van IJburg,

aan stuurboord de Flevopolder. Voor ons doemt Pampus op. En in de verte, zo'n elf kilometer verderop, zien we aan de horizon een stralend witte vuurtoren: Het Paard van Marken. Tom, van achter het

roer van de Pampusvlet: "Wat ik zo prachtig vind aan dit tafereel, is dat het 'Nederland Waterland' in één beeld laat zien. Ingenieurs hebben we van de Zuiderzee een binnenmeer gemaakt, met behulp van de Afsluitdijk. En dáár, die superstrakke lijnen in de verte, dat zijn de dijken van het droog gepolderde Flevoland. Dat is hoe we land maken, door water weg te halen. Met een liniaal aan de teken-tafel. Maar hier ervaar je ook het robuuste gevoel van eeuwenlang vechten tegen het water en bidden dat de zee je spaart."

### Vijanden afschrikken

Pampus is kunstmatig land, gecreëerd door zand als een berg op te werpen. Het eiland werd aangelegd om er een fort op te kunnen bouwen. Het vormde daarmee het sluitstuk van de Stelling van Amsterdam: een 135 kilometer lange verdedigingslinie rondom de hoofdstad. In 1895 was Pampus klaar. "Het was een schreeuwend

duur project", vertelt Tom. "Er is ook heel veel over gediscussieerd of het wel nodig was." Het fort, dat tachtig kamers telt, ligt verzonken in het eiland. Van een afstandje zien we twee koepels boven het bolle eilandsilhouet uitsteken. Die koepels herbergden ooit twee dubbelloopse kanonnen. Daadwerkelijk geschoten is er nooit, behalve tijdens oefeningen. "Pampus had vooral een afschrikwekkend doel. Het eiland moest vijanden tegenhouden, die over de Zuiderzee aan zouden komen varen", vertelt Tom.

### Voor pampus liggen

Tom meert de Pampusvlet aan. Is dit nu 'voor pampus liggen'? Hij lacht: "Die uitdrukking is eigenlijk veel ouder dan het eiland zelf. Ze stamt uit de tijd dat schepen over de Zuiderzee naar de haven van Amsterdam voeren. De Zuiderzee had veel verraderlijke ondieptes. De vaargeul 'Pampus' was de ergste.

Veel schepen kwamen hier vast te liggen. Soms schoten kleine bootjes te hulp door lading over te hevelen. Of er kwam een 'scheepskameel' aan te pas: een ingenieus systeem van drijvende dokken dat een compleet VOC-schip uit het water kon optillen. Ondanks die hulp troepen lagen schepen soms weken vast. Ze voeren dikwijls in konvooi. "En wat gebeurde er dan, na maanden op zee? Vrouwen en drank werden aan boord gebracht om de mannen te laven, zodat ze niet gingen muiten. Daar komt het gezegde 'voor pampus liggen' vandaan."

### Militaire geschiedenis

Vandaag de dag is het fort een interactief museum, dat bezoekers meeneemt in de militaire geschiedenis van het eiland. Tom: "Tijdens de Eerste Wereldoorlog was Pampus permanent bemand, met alles in opperste staat van paraatheid. In het fort lagen voldoende

**'Zelfvoorzienend zijn zit in het DNA van zowel het eiland als van onze organisatie'**



Tom van Nouhuys, directeur/bestuurder van Stichting Forteiland Pampus, met op de achtergrond 'zijn' eiland



In het hart van Forteiland Pampus

## 'We proberen de verhalen van vroeger, van nu en van de toekomst met elkaar te verweven'

voedsel en water opgeslagen. Ver van de wal moesten de jongemannen het indien nodig zelf kunnen rooien." Komt daar soms de drang vandaan om het eiland volledig zelfvoorzienend te maken? De beheerder van Forteiland Pampus knikt bevestigend. "We willen de lijnen van de geschiedenis voortzetten. Zelfvoorzienend zijn zit in het DNA van zowel het eiland als van onze organisatie. Alleen in het verduurzamen ervan hebben we de komende jaren nog flinke slagen te maken."

### Van dromen naar dóen

Forteiland Pampus heeft niet meer de functie om Amsterdam te verdedigen. Nu zijn er andere uitdagingen: Hoe voorkomen we klimaatverandering? "Inmiddels hebben we zo'n 35 partners die ons gaan helpen bij onze droom om klimaatneutraal te worden, met een duurzame kleine voetafdruk", vertelt Tom. Dan, wijzend: "Kijk, daar was vroeger het kolenveld. Straks liggen er zonnepanelen. En dáár loop je dan tegen een

windmolen aan. Zo proberen we de verhalen van vroeger, van nu en van de toekomst met elkaar te verweven." Tom hoopt dat bezoekers zich even onderdeel voelen van Pampus. Van het vrijgevochten eilandgevoel. En van die puzzel om zelfvoorzienend te zijn. "We willen laten zien dat het kán, op een leuke manier. Dat je een heel eind kunt komen door anders om te gaan met de omgeving. Dan zet je mensen aan het denken: als het hier lukt, op



© Gijls Hardeman

deze schaal, dan misschien ook wel ergens anders."

### Shiitake kweken

De vorderingen in de moestuin zijn te danken aan de coronatijd. Toen Pampus gesloten was voor publiek werkte de keukenploeg maandenlang met shovels en graafmachines om het schootsveld te ontwikkelen. "Dit is van oorsprong de vijandige zijde van het eiland. Alle bebouwing bevindt zich aan de veilige kant", legt Tom uit. "Om de vorm van het schootsveld intact te houden zijn de moestuinbedden verzonken. Een deel van de percelen bebouwen we op de traditionele manier, de rest met permacultuur. Dat is pionieren. Over een tijdje weten we wat de beste resultaten geeft." Kruip-door-sluip-door bereiken we de rand van het eiland. Daar, onder de braamstruiken, liggen boomstammen. En op die stammen groeit zowaar shiitake. Het kweken van de eetbare zwammen op hout – gaten boren, deuvels met bacteriën erin stoppen en dan wachten – is een langetermijnproject. Maar de eerste oogst is een feit.

### Onbewoond eilandgevoel

Emmers vol tomaten komen er 's zomers van de moestuin af. En in de winter heel veel kolen. In het

pop-up restaurant – 'Zomerlicht' en 'Winterlicht' – worden deze groenten verwerkt in verse gerechten. "De meeste bezoekers van Pampus zijn dagjesmensen", zegt Tom. "Maar je kunt hier ook slapen. Wie durft, kan kamperen op het schootsveld. Daar zetten we 's zomers tien tenten neer, met opgemaakte bedden. Het hoge gras zorgt voor privacy. Na het vogelbroedseizoen maaien we het gras alleen op de plek van de tenten. Zelf koken hoeft niet, we verwennen de gasten graag in het restaurant. En 's morgens brengen we ontbijt bij de tent. Bij zonnig weer spring je zo van de steiger het water in." Charmant: als de laatste bezoekers zijn vertrokken, heb je het eiland even voor jezelf. Alleen de fortwachter houdt, traditiegetrouw, een oogje in het zeil.

### Anarchie en chaos

Overnachten kan sinds kort ook in het historische mistklokhuisje. Het was verdwenen van het eiland, maar werd in maart 2020 herbouwd als opleidings- en trainingsproject van Defensie. "Nu staat er een zuivere replica. De klok kregen we geschonken van de kerk in Muiden." Zo levendig als Pampus nu is, zo verlaten was het vanaf de jaren dertig. Toen raakte de Stelling



Tom voor het mistklokhuisje waarin je kan overnachten

van Amsterdam, en daarmee ook Pampus, in onbruik. De fortwachter vertrok, de deur ging op slot. Wat volgde waren vijftig jaar anarchie en chaos. De Duitsers sloopten in de Tweede Wereldoorlog staal uit het fort, in de hongervinter werd al het hout eruit gehaald. Daarna was het een dankbare plek voor studentenfeestjes. Een vrijplaats. Zelf struinde Tom eind jaren tachtig ook ooit rond op het verlaten eiland, tijdens een zeiltocht met vrienden. "Indringer op eigen grond", lacht hij. "Ik heb het meteen bekend, toen ik hier in 2011 kwam werken." ●

€5,-

i.p.v. € 18,50 per persoon

### Ledenvoordeel

Droom weg op Pampus met jouw ledenvoordeel. Geldig van juli t/m september 2023.

Scan mij



### WINACTIE!

Bezoek je voor oktober Forteiland Pampus? Dan maak je kans op een 'ik-lig-voor-pampus-ligzak'. Zo doe je mee: deel je bezoek aan Pampus op Facebook of Instagram en tag Nh1816 Verzekeringen in je post.



## Nh1816 ledenvoordeel

# Beleef Nederland op zijn mooist

Bevers spotten vanuit een fluisterboot, wandelen langs kronkelende beken en karakteristieke heidevelden of op ontdekkingstocht in een avontuurlijk museum. Veel maatschappelijk partners van Nh1816 Verzekeringen bieden leuke activiteiten voor jong en oud. En als lid van Nh1816 profiteer je daarbij van deze aantrekkelijke ledenvoordelen. Online vind je er nog meer. Laat je verrassen door het moois dat ons land te bieden heeft!

Tekst: Natasja Admiraal

**GRATIS**  
Nh1816-  
EXCURSIES



© Geert Job Sevink

### LANDSCHAP NOORD-HOLLAND

*Op pad in  
De Helderse Vallei*

Waar? Den Helder  
Wanneer? 1 juli t/m 30  
september 2023

Duurzaamheidscentrum, stadsboerderij en wildopvang in oprichting. Ontdek De Helderse Vallei, een groene, gezonde plek voor jong en oud aan de rand van De Helderse Duinen. Met ledenvoordeel!



© Duicphoto

### HET GRONINGER LANDSCHAP

*Vaar gratis mee door  
vogelparadijs het Hunzedal*

Waar? Hunzedal  
Wanneer? 2 en 9 september 2023

Beleef het Hunzedal op zijn mooist vanuit een fluisterboot. De gids en schipper vertellen het verhaal achter het prachtige landschap. En wie weet spot je wel een bever of roerdomp!



© Bert Hukema

**50x**  
2 STARTBEWIJZEN  
voor de Hunzeloop

### HET DRENTS LANDSCHAP

*Geniet van natuur,  
cultuur en gezelligheid*

Waar? Zuidlaren  
Wanneer? 16 september 2023

Maak kans op startbewijzen voor de Hunzeloop op 16 september 2023. Start het wandelevenement in Zuidlaren met koffie/thee en een ouderwets Drents kniepertje (plat wafeltje).

Scan voor  
alle Nh1816  
ledenvoordelen



© Spoorwegmuseum

**€5,-**  
i.p.v. € 17,50  
per persoon

### SPOORWEGMUSEUM

*In het spoor van de machinist*

Waar? Utrecht  
Wanneer? t/m 7 januari 2024

Als je nog niet treingek was, dan word je het wel na een bezoek aan het Spoorwegmuseum. Een geweldige plek voor jong en oud met een levensecht station, spannende attracties (bestuur zelf een trein!) en een theater. Voor de allerkleinste bezoekers is een ritje met de minitrein Jumbo Express een belevenis. In het Techlab wordt op een leuke, interactieve manier uitgelegd hoe treinen werken. Kom ook naar het leukste station van Nederland en ontdek hoe de trein de wereld heeft veranderd.

### NATIONAAL REDDINGMUSEUM DORUS RIJKERS

*Duik in de geschiedenis van de zeehelden*

Waar? Den Helder  
Wanneer? 1 en 2 juli 2023

Driemasters, klippers, schoeners: tijdens Sail Den Helder bewonder je indrukwekkende tall ships van over de hele wereld in de haven van Den Helder. Tijdens dit spectaculaire evenement is er ook in het Nationaal Reddingmuseum Dorus Rijkers extra veel te beleven. Ontdek het spannende verhaal van het reddingwezen op zee, vroeger en nu, aanschouw een levend schilderij, ervaar hoe windkracht 10 voelt en kijk hoe het Marsdiep – een zeegat tussen Den Helder en Texel – er in de Gouden Eeuw uit moet hebben gezien.

**GRATIS  
TOEGANG**  
Tijdens Sail  
Den Helder  
i.p.v. € 11,- per  
persoon

© Sail Den Helder



© Edwin Butter

**€5,-\***  
i.p.v. € 25,-  
per persoon  
voor ARTIS-Park

### ARTIS

*Dans mee met alles wat leeft*

Waar? Amsterdam  
Wanneer? 1 juli t/m 31 augustus 2023

De zomer in ARTIS staat in het teken van een gezonde toekomst op aarde. Ontdek hoe alles met elkaar verbonden is in het park, de twee musea en het Planetarium. Wandel langs de eeuwenoude bomen en historische gebouwen of neem het 'blotevoetenpad'. Volg de interactieve route voor kinderen en laat je belofte aan de aarde achter. Proef, zie, hoor, probeer, leer en dans mee met alles wat leeft in ARTIS. Tip: combineer een bezoek aan het park met het ARTIS-Groote Museum of ARTIS-Micropia.

\* Of € 10,- i.p.v. € 31,- per persoon voor een combi-ticket met het ARTIS-Groote Museum of ARTIS-Micropia.

» Profiteren van deze en andere ledenvoordelen, zoals 30% korting op brandpreventiemiddelen?

Ga naar [www.nh1816.nl/ledenvoordeel](http://www.nh1816.nl/ledenvoordeel)

## 100 jaar NEMO Science Museum

# Experimenteren tussen fantasie en werkelijkheid

**NEMO Science Museum in Amsterdam viert dit jaar zijn 100-jarig bestaan. Dit jubileum blijft niet onopgemerkt: een ingenieuze NEMO-bus toert in honderd dagen het land door om op locatie proefjes te doen en waarbij het publiek wordt opgeroepen om vragen te stellen. Want, zo stelt directeur Géke Roelink: “Nieuwsgierigheid is de motor voor ontwikkeling”.**

Tekst: Natasja Admiraal • Fotografie: DigiDaan



Jong en oud plezier in wetenschap en techniek bezorgen, daar draait het in NEMO om. Bezoekers mogen alles aanraken, zelf ontdekken en doen. “Het is mooi hoe verschillende generaties hier samen aan de slag gaan”, zegt Roelink. “Het werkt als een vliegwiel: als je nieuwsgierig bent, ga je onderzoeken en wil je nóg meer weten.” Op het gebied van educatie en onderzoek is NEMO toonaangevend in Europa. Het museum werkt samen met wetenschappers van de Universiteit van Amsterdam en brengt wetenschap dichtbij via het journalistieke

**‘We willen kunst, wetenschap, techniek én de samenleving bij elkaar brengen’**

platform NEMO Kennislink. Voor volwassenen is er De Studio, een extra locatie met innovatieve tentoonstellingen op het nabijgelegen Marineterrein.

### Spelenderwijs leren

De oprichter van NEMO, Herman Heijnenbrock, zou dit alles prachtig hebben gevonden. Honderd jaar geleden rolde hij de eerste plannen uit voor het Museum van den Arbeid, zoals NEMO vroeger heette. “Hij wilde de arbeider in de spotlights zetten”, vertelt Roelink. “Een eerbetoon brengen aan de makers en hun vakmanschap, vanuit de vooruitgangsgedachte.” Heijnenbrock was een excentrieke man. Hij schilderde ook, voornamelijk industriële taferelen. Aan de muur op Roelinks kantoor hangt werk van zijn hand. Op haar bureau ligt een dik boekwerk over de geschiedenis van NEMO en zijn ‘voorlopers’. In een notendop

vertelt ze hoe het instituut verschillende namen (NINT, newMetropolis) en locaties heeft gehad, om in 1983 uit te groeien tot een wetenschapsmuseum pur sang, gericht op families en spelenderwijs leren.

### Omgekeerde tunnel

Het huidige gebouw van NEMO werd in 1997 gerealiseerd. De groene, koperen blikvanger is gebouwd op de fundamenten van de IJtunnel. Architect Renzo Piano wilde iets groots neerzetten in Amsterdam, vertelt Roelink. Een piazza, zo zag de Italiaan het voor zich. “Het gebouw stelt een omgekeerde tunnel voor. Waanzinnig, wat een lef!” Het dak is het hoogste ‘stadsplein’ van Nederland. Dat wordt de komende jaren nóg groener. Biodiversiteit en duurzaamheid staan daarbij voorop. Roelink wijst aan op de ontwerptekening: “Wat nu

beton is, wordt een houten terras, omringd door struiken. Daar komen zonnepanelen en hier komt een uitzichtpunt. Voor ons fungeert het dak als een extra zaal voor filmavonden, lezingen en experimenten.”

### NEMO jubileumtour

Experimenten staan ook centraal bij de jubileumviering. Een speciale NEMO-jubileumbus toert in honderd dagen door het land om voorstellingen te geven. Naast zelf proefjes uitvoeren, kan het publiek vragen stellen of inzenden. “Samen met wetenschappers gaan we op zoek naar de antwoorden”, licht Roelink toe. “Zo bouwen we een vraag en antwoord-database op.” De tour eindigt op 8 december, de echte verjaardag van het museum, met een feest in NEMO. “Als spectaculaire afsluiter voeren we dan nog een groot experiment uit”, zegt de

directeur geheimzinnig. “We hopen natuurlijk dat de koning ook komt.”

### Kapitein Nemo

Tot slot: wat betekent NEMO eigenlijk? De naam, legt Roelink uit, refereert aan het personage Kapitein Nemo uit Jules Vernes roman ‘Twintigduizend mijlen onder zee’. Nemo is latijn voor ‘niemand’ en verwijst ook naar een wereld tussen fantasie en werkelijkheid. In NEMO kruipt de bezoeker in de huid van een wetenschapper, technoloog of ontwerper. Roelink: “We willen kunst, wetenschap, techniek én de samenleving bij elkaar brengen. Laten zien dat die verschillende disciplines veel raakvlakken hebben, zoals nieuwsgierigheid en verbeelding. Dat idee grijpt terug naar de Verlichting, toen men kunst en wetenschap als één geheel beschouwde.” ●



### Ledenvoordeel

Ontdek zelf de wereld van wetenschap en technologie. Bezoek NEMO Science Museum met ledenvoordeel in oktober tot en met december 2023.



**€5,-**  
i.p.v. € 17,50  
per persoon

# CARRÉ

## HET GROOTSTE ZWANENMEER TER WERELD

30 augustus - 17 september

Ontroerend en poëtisch: Het Grootste Zwanenmeer ter Wereld is na 5 jaar terug in Carré! Choreograaf Derek Deane heeft zijn adembenemende choreografie met het Shanghai Ballet, wat vleugels heeft gekregen, nieuw leven ingeblazen en een prachtig hoofdstuk aan deze balletklassieker toegevoegd. Het iconische ballet met een tijdloos verhaal over goed en kwaad spreekt nog altijd tot de verbeelding. De fragiele ballerina's vormen een betoverend geheel, dat in perfectie niet onder doet voor het Bolshoi of The Royal Ballet in London.



"Dit is het Zwanenmeer zoals het moet zijn en zoals je het zelden ziet"

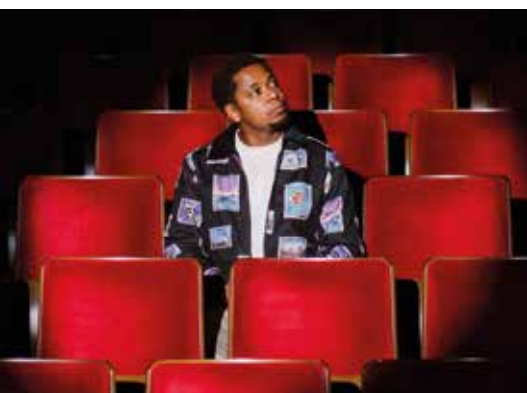


### KAARTEN WINNEN!

Maak kans op twee 1e rang kaarten voor de voorstelling op zondag 10 september 2023 om 14.00 uur

### WINNEN!

1e rang kaarten voor Het Grootste Zwanenmeer ter Wereld



## TYPHOON

4 & 5 oktober 2023

Typhoon (Glenn de Randamie, 1984) is een Nederlandse hiphop muzikant die zijn ziel en zaligheid blootlegt met zijn eerlijke en kwetsbare teksten. De rapper kenmerkt zich door zijn veelzijdigheid; hij werkte samen met o.a. Rico & Sticks, Wende, Bløf en Liesbeth List. Na drie albums, drie Edisons en optredens op Lowlands, Pinkpop en North Sea Jazz sluit hij op 5 oktober zijn jubileumjaar af op een plek waar hij nog nooit eerder stond: Koninklijk Theater Carré. Met trots viert hij hier 20 jaar Typhoon, een gebeurtenis waar je bij wilt zijn!

## LES MISÉRABLES

5 juli - 20 augustus 2023

De legende is terug! Het tijdloze verhaal over vriendschap, vrijheid en liefde keert terug naar Nederland. Beleef de opgefriste klassieker nu als nooit tevoren met een geheel nieuw decor en een sterrencast! Les Misérables, een legendarisch, maar vooral zeer aangrijpend en tijdloos verhaal over trouw blijven aan jezelf en aan je idealen, hoe volhardend je tegenstander ook is. Geschreven door Victor Hugo. Dit is een musical die je gezien moet hebben!



"De nieuwe 'Les Misérables' is overdonderend en doet recht aan het verhaal van Victor Hugo"

★★★★★

Volkskrant



## HERMAN VAN VEEN

25 oktober 2023 – 21 januari 2024

Van oktober 2023 tot en met januari 2024 keert Herman van Veen, met zijn ensemble bestaande uit Kees Dijkstra, Jannemien Clossen, Lieke Meijers & Edith Leerkes terug naar Carré voor De Voorstelling.

» Bekijk de volledige agenda op [www.carre.nl/agenda](http://www.carre.nl/agenda)



9,8

advieskeuze.nl  
259 reviews  
(01-01-2023)

De Hypotheekshop Leeuwarden Stationskwartier

**Altijd een duidelijk verhaal!**  
En dat blijkt uit de waardering  
van onze klanten!



Stationsweg 16 - (058) 216 20 20

[hypotheekshop.nl/vestigingen/leeuwardenstationskwartier](https://www.hypotheekshop.nl/vestigingen/leeuwardenstationskwartier)

FABER

## Dé makelaar met verstand van de Friese wateren

Wil jij een deskundige makelaar die jouw passie voor de Friese wateren deelt? Dan ben je bij Wonen aan water Makelaars aan het juiste adres. Wij begeleiden je graag bij de aan- of verkoop van jouw woning aan het water



Ga naar: [www.wonenaanwater.nl](https://www.wonenaanwater.nl)

**Kantoor Sneek**  
Oud Kerkhof 2-4  
8601 EE Sneek

**Kantoor Leeuwarden**  
Stationsweg 16  
8911 AH Leeuwarden

Wonen  
aan  
water  
Makelaars



06076

# Altijd onbezorgd onderweg

**NIEUW!**

## Verkeersdeelnemersverzekering voor het hele gezin

Op de (brom)fiets, wandelend, in de auto én in het openbaar vervoer: verkeersdeelnemer ben je in veel rollen. Daarom introduceren wij de verkeersdeelnemersverzekering voor het hele gezin. Zo ben je altijd onbezorgd onderweg. Ook als je met de kinderen naar school wandelt, naar de winkel fietst of een dagje eropuit gaat met het gezin.

### Voordelen:

- ✓ Als losse verzekering af te sluiten
- ✓ Ook als fietser en voetganger verzekerd
- ✓ Verzekerd in heel Europa
- ✓ Schade aan spullen én schade door letsel verzekerd
- ✓ Dekking voor het hele gezin

