

[Bekijk in browser](#) | [Website](#) | [Alle edities](#) | [Contact](#)

Uitgelicht
Hans Schiffers
presenteert de mooiste
evergreens

Peiling
**Wat vindt u het
allerlekkerst?**

Beelden van vroeger
**Zo werd vroeger
brood gemaakt**

ons

magazine
voor
senioren

NUMMER 10 -
OKTOBER 2026



***‘Arbeidsvitaminen is
het kroonjuweel van
de Nederlandse radio’***

uitgelicht

Hans Schiffers presenteert de mooiste evergreens



Vanaf 31 oktober kunt u zeven dagen lang stemmen voor de Evergreen Top 1000 die NPO Radio 5 eind november uitzendt. Vorig jaar stonden Nederlandstalige klassiekers als Het Dorp van Wim Sonneveld en Avond van Boudewijn de Groot in de bovenste regionen van deze gouwe-ouwen-hitlijst. Of dat dit jaar weer zo is wordt mede door u bepaald. “Vorig jaar waren we tijdens onze Evergreen Top 1000 het meest beluisterde station van ons land”, vertelt dj Hans Schiffers met enige trots.

NPO Radio is bij senioren de populairste zender van Nederland.

“Ja inderdaad, onder luisteraars vanaf 55 jaar staan we continu op nummer één. Senioren weten ons echt te vinden; voor hen is NPO Radio 5 een trouwe vriend”, vertelt Hans Schiffers. De bekende AVROTROS-presentator weet al vier decennia lang luisteraars te boeien en aan zich te binden; achtereenvolgens bij NPO 3FM en NPO Radio 2, en tegenwoordig bij Radio 5. Op dat als kool groeiende station presenteert hij elke werkdag Arbeidsvitaminen, het legendarische radioprogramma dat dit jaar zijn tachtigste verjaardag viert. ►

[Lees verder](#)

**Heeft u iets speciaals te melden aan de lezers van
ONS Mailmagazine? Een leuke activiteit van uw afdeling, een bijzondere hobby of
een waardevolle tip?**

Vul dan [hier](#) het formulier in

Groet & Ontmoet

Groet & Ontmoet is een veilig online ontmoetingsplatform waar u contact kunt leggen met gelijkgestemde senioren.

Yvonne zoekt een *eropuitmaatje*: Iemand die positief in het leven staat, die mobiel is en nog lekker wil en kan bewegen. In is voor een lekker hapje eten en een (alcoholvrij) drankje en nog gevoel voor humor heeft.

Pierre zoekt een *eropuitmaatje*: Ik zou graag een gezellig koffiemaatje ontmoeten om samen onder het genot van een kop koffie wat bij te praten en ervaringen uit te wisselen. Af en toe ergens samen lunchen lijkt me ook heel leuk.

Wil zoekt een *hobbymaatje*: Ik zoek iemand om per e-mail van gedachten te wisselen over archeologie, oude beschavingen, nieuwe vondsten en opgravingen, met speciale interesse in gebouwen, wegen, watervoorzieningen, voedselproductie en taalarcheologie in Europa.

Willemien zoekt een *eropuitmaatje*: Helaas ben ik mijn maatje nog niet tegengekomen. Een mooie vriendschap kost tijd en draait om vertrouwen en steun. Ik kijk graag tv of spannende films en geniet van een terrasje of gezellig etentje. Dat is toch leuker met z'n tweetjes!

[Reageer, of bekijk alle oproepen](#)

[Plaats een nieuwe oproep →](#)

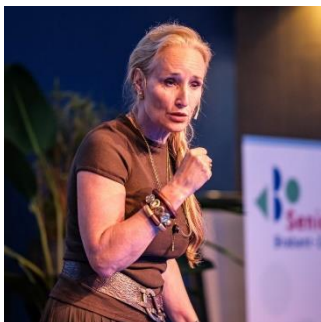


**Oktober woonmaand
bij MAX Badkamers**

Gratis brochure aanvragen →

Krijg tot
€ 2.000,-
korting

actueel



De vijf V's voor een vitaal brein

U wilt niet alleen fysiek fit blijven, maar ook geestelijk. Hoe kunt u ervoor zorgen dat uw hersenen wel ouder worden, maar toch vitaal blijven?

[Lees verder](#)



Vraagverlegenheid: waarom hulp vragen soms zo moeilijk is

Veel ouderen herkennen het gevoel: u heeft ergens hulp bij nodig, maar u aarzelt om het te vragen. Misschien denkt u: 'Ik red me nog wel'. Of: 'Ik wil niemand tot last zijn'. Dit noemen we vraagverlegenheid. Het is een stille barrière die ervoor kan zorgen dat mensen onnodig blijven worstelen, terwijl er genoeg hulp beschikbaar is.

[Lees verder](#)



Carnaval als spiegel van de samenleving

Met de Elfde van de Elfde – elf is van oudsher het gekkengetal – in zicht rijst de vraag hoe carnaval zich verhoudt tot een veranderende samenleving. In de tentoonstelling Parade in het Stedelijk Museum Breda is te zien hoe het volksfeest zich blijft ontwikkelen.

[Lees verder](#)



Een huis is meer dan een stapel stenen

“Ik laat niet alleen mijn huis achter, maar een deel van mijn leven”, zei laatst een lid van de seniorenvereniging tegen iemand die informeerde hoe de verhuizing was verlopen. Een huis is veel meer dan een stapel stenen.

[Lees verder](#)



Zorgen in de buurt

Ouderen wonen steeds langer zelfstandig in hun buurt. Om de zorg betaalbaar en uitvoerbaar te houden, passend bij de krapte op de arbeidsmarkt en aansluitend bij wat veel mensen willen, wordt ook beleidsmatig al langere tijd ingezet op langer thuis wonen.

[Lees verder](#)

van onze partners

De inhoud van deze artikelen is afkomstig van derden en valt niet onder de verantwoordelijkheid van de redactie van ONS Magazine.

VERS AAN TAFEL

Bestel 8 maaltijden en
betaal er maar 6

Maak kennis met Vers aan Tafel of bestel uw favoriete maaltijden met extra voordeel. Bestel minimaal 8 maaltijden en ontvang tijdelijk 25% korting op uw gekozen maaltijden. Bij 8 maaltijden betaalt u er dus maar 6. Lees het volledige artikel en ontdek hoe u van deze tijdelijke actie profiteert.

[Lees verder](#)



RODE KRUIS

Bestel 8 maaltijden en
betaal er maar 6

Niet met dit werkboek! Een goed geregeld testament biedt rust, zowel voor uzelf als voor uw naasten. Veel mensen hebben vragen over het opmaken van een testament. Daarom heeft het Rode Kruis een handig werkboek gemaakt. Vraag het gratis en vrijblijvend aan.

[Werkboek aanvragen](#)



peiling



Wat vindt u het allerlekkerst?

- ☐ [Boerenkool](#)
- ☐ [Een karbonaadje](#)
- ☐ [Nasi goreng met kipsaté](#)
- ☐ [Hachee](#)
- ☐ [Half haantje](#)
- ☐ [Spaghetti bolognese](#)
- ☐ [Een lekkerbekje](#)
- ☐ [Een frietje mét](#)

[Klik hier om te stemmen](#)

beelden van vroeger

Friesland



Luchtbeelden boven Friesland

1995

Bron: Fries Film & Audio Archief

[Bekijk de video](#)

Groningen

De Gouden Jaren van de Groninger Scheepsbouw

1935

Bron: Filmbank Groningen [2209-AV0086]

[Bekijk de video](#)



In samenwerking met het Fries Film & Audio Archief,
Filmbank Groningen



INKOMSTEN UIT UW EIGEN WONING!

**Uw huis verkopen? Er blijven wonen?
Geen huur betalen? Maandelijks
geld ontvangen? Dat kan!**

Plan
een gratis
en vrijblijvend
intakegesprek

Bel of App:

☎ Telefoon: 076 515 45 06

📞 Mobile/Whatsapp: 06 15 51 95 19

Online:

🌐 Website: www.huisopkopen.nl

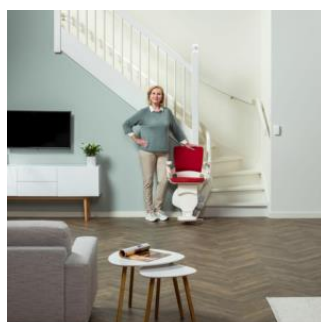
✉ Mail: info@huisopkopen.nl

Huis opkopen? antwoord op uw financiële woonvragen

www.huisopkopen.nl

van onze adverteerders

De inhoud van deze artikelen is afkomstig van derden en valt niet onder de verantwoordelijkheid van de redactie van ONS Magazine.



OTOLIFT

€ 1.500,- korting op uw nieuwe badkamer

De trap is voor veel mensen een lastige plek in huis. Een Otolift traplift verkleint het risico op vallen en geeft veiligheid en vertrouwen op de trap. Comfort en gebruiksgemak staan centraal. Vraag onze gratis valpreventiegids aan en ontdek praktische tips om vallen te voorkomen.

[Lees verder](#)



MAX BADKAMERS

Welkom aan boord!

Een fijne badkamer is comfortabel, veilig en mooi. Nu en in de toekomst. Oktober woonmaand is hét moment om uw badkamer te vernieuwen. Ontdek de mogelijkheden bij MAX Badkamers en profiteer van tot € 2.000 korting op uw nieuwe badkamer. Vraag onze gratis brochure aan en laat u inspireren.

[Lees verder](#)



MEUBELZORG

Optimaal ontspannen

Ervaar Flowsit® adaptief comfort: onze slimme techniek vormt zich naar uw lichaam en ondersteunt precies waar u het nodig heeft. Drukpunten worden gemeten en automatisch verlaagd. Ontdek het nu!

[Lees verder](#)

eropuit-agenda



DUOBEZOEK



MUZEEUM

NATUURBEGRAVEN NEDERLAND



OER-HOLLANDSE SINTERKLAASDRIVE

[31/12/26](#)

Bezoek samen met uw vereniging twee unieke locaties op één dag

[t/m 31/12](#)

Gratis consumptie: Maritiem Museum Zeeland

[14/09/27](#)

Gratis deelname aan een begeleide wandeling

[05/12/26](#)

Voor iedereen die van briden & gezelligheid houdt

Nieuw: Ga er samen op uit!

Op zoek naar leden met dezelfde interesses? Plaats nu eenvoudig bij alle activiteiten een oproep via het veilige ontmoetingsplatform *Groet & Ontmoet*, en vind een **Eropuitmaatje** om samen leuke activiteiten en uitjes te beleven.

Samen eropuit is nóg leuker!

[Bekijk de volledige Eropuit-agenda](#)

aanbiedingen



MAX BADKAMERS

Tot € 2.000 korting op uw nieuwe badkamer



ONS LEDENVOORDEEL

Lichtgewicht puzzelmap voor onderweg

[Bekijk de aanbieding](#)

[Bekijk de aanbieding](#)



SENIOR VACATION FUN



VERS AAN TAFEL

Gratis winterwandeling bij Snowbike Experience!

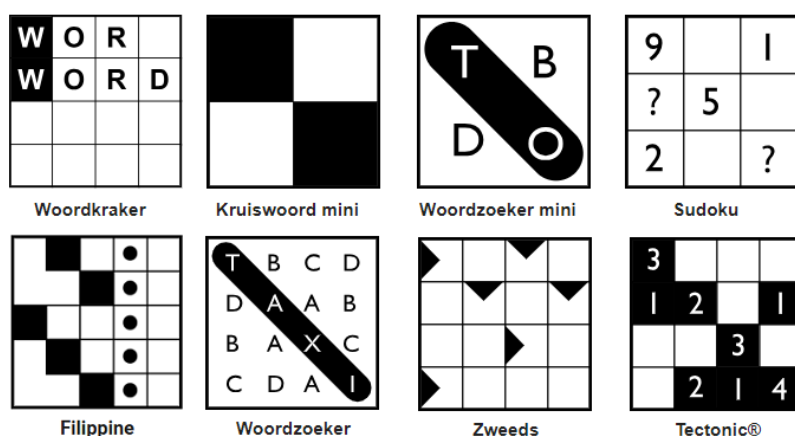
Bestel 8 maaltijden en betaal er maar 6

[Bekijk de aanbieding](#)

[Bekijk de aanbieding](#)

puzzelen

Iedere dag acht gratis puzzels exclusief voor leden. Een dag overgeslagen? Geen probleem. De puzzels worden zeven dagen bewaard. U vindt het puzzelarchief onderaan de puzzelpagina.



[Ga naar de puzzelomgeving](#)

Puzzel van de maand

Heeft u de oplossing in de printeditie van ONS 10 al gedeeld met ons? Blader naar de laatste pagina en stuur uw inzending naar: puzzel@onsmagazine.nl

Maak kans op: twee tickets voor Tulip Experience Amsterdam óf een mooi bollenpakket!

Over ONS Mailmagazine

ONS Mailmagazine is een uitgave van Senioren Brabant-Zeeland, Senioren Flevoland, Senioren KBO Fryslân, KBO Gelderland, Senioren Groningen, Senioren Limburg, Senioren Overijssel, Senioren Provincie Utrecht en diverse KBO-afdelingen in Drenthe. ONS Magazine verschijnt elf keer per jaar als gedrukt magazine en twaalf keer per jaar als digitaal mailmagazine. ONS Magazine en ONS Mailmagazine zijn ook te lezen op onsmagazine.nl.

Alle voordelen van www.onsmagazine.nl:

- ✓ Meer dan honderd eropuit-tips met ledenvoordeel
- ✓ Aantrekkelijke productaanbiedingen
- ✓ Ledenvoordeel van onze partners
- ✓ Elke dag gratis acht nieuwe puzzels
- ✓ Een kiosk met alle nummers van *ONS Magazine*
- ✓ Twaalf keer per jaar *ONS Mailmagazine*

Volg ons op social media



[Klik hier om uit te schrijven op het mailmagazine.](#)

-