



Volg ons ook op Facebook



Eenzaamheid, dit is wat u kunt doen

2



In Dreumel doen ze het samen

2



Zonnepanelen U geeft ons een negen!

4

## Dag van het Huren zeer geslaagd!



200 huurders zijn naar de 'high tea' in Huis Op Hemert gekomen 12 oktober jl. Tijdens deze Dag van het Huren hebben tafelheren en tafeldames vanuit De Kernen en De Goede Woning Neerijnen met iedereen gesproken over zorgeloos wonen.

Het levert een goed beeld op van uw ideeën en behoeften. Deze ziet u in de woordwolken samengevat. Ook werd de informatiemarkt met diverse kramen van samenwerkingspartners goed bezocht. Dit jaar organiseerden we deze markt gezamenlijk met De Goede Woning Neerijnen. Net als voorgaande jaren zijn leden van de Bewonersraad en medewerkers van De Kernen bij diverse huurders persoonlijk op de koffie geweest. Dit werd enorm gewaardeerd.

### Zorgeloos wonen

Op de Dag van het Huren hebben mensen laten weten wat 'zorgeloos wonen' betekent voor hen. En waar men zorgen over heeft. Hierboven een indruk van de antwoorden. Ook tips en tops staan hierin. Persoonlijke vragen zijn opgepakt door onze opzichters. Hartelijk dank voor uw komst!

Alle medewerkers van De Kernen wensen u hele fijne feestdagen toe en een gelukkig 2020!

Ons kantoor is gesloten van 25 t/m 31 december en op 1 januari.



### COLUMN Marinus Kempe



## December, een maand vol uitersten

Blijkt u in december graag vooruit naar het nieuwe jaar of kijkt u liever om? December vind ik een bijzondere maand, eentje vol uitersten. Als ik zelf terugblik, zie ik dat sommige zaken erg goed zijn gegaan en daar ben ik blij om. Zo gaf u ons maar liefst een 9 voor de zonnepanelenactie! Maar ik heb dit jaar ook tegenslag een plek moeten geven. Ik ben daar beslist niet de enige in. Toch kijk ik altijd hoopvol naar het nieuwe jaar.

Wat gaat 2020 brengen? Daar ben ik nieuwsgierig naar. We vieren ondertussen het ene feest na het andere: Sinterklaas, Kerst, Oud en Nieuw. En tegelijkertijd zijn we ook weer blij wanneer we de kerstballen terug naar zolder kunnen brengen en de laatste oliebol weer op is. Kortom, voor de een zijn het mooie tradities, met veel liefde en warmte. Voor de ander zijn het dagen waar men zich doorheen slaat en waarbij sommigen

zelfs eenzaam zijn. Ik ben me er dus van bewust dat december uitersten kent en door iedereen anders beleefd wordt. Toch hoop ik dat deze meest donkere maand in het jaar u toch veel warmte en plezier mag geven. Ik wens u in ieder geval een heel mooi, gezond en liefdevol 2020 toe!

Marinus Kempe, directeur-bestuurder



## IN GESPREK MET... Piet van Os

# 'Rooij Staete in Dreumel heeft het gezellig samen'



**In Dreumel is in het centrum in 2015 een nieuw complex opgeleverd met 16 appartementen, 'Rooij Staete' genaamd. Pit spreekt af met een actieve bewoner, Piet van Os.**

Als Piet van Os begint te vertellen, wordt al snel duidelijk dat hij samen met nog twee actieve bewoners graag het voortouw neemt om de boel in en om Rooij Staete netjes en leefbaar te houden. "Wij hebben er plezier in zaken voor elkaar te krijgen en contact te hebben met De Kernen," licht Piet van Os toe. "We doen het niet alleen hoor, vooral samen. Bijna alle bewoners zijn wel actief." Spontaan blijken

liefst elf bewoners een taak op zich genomen te hebben die bij hen past. Zoals schoonmaak, overleg met De Kernen, (tuin) onderhoud, sociale activiteiten of iets anders. Je kunt zelfs bij iemand terecht voor vragen over je computer."

### AVRI

"Om me te verdiepen in afvalverwerking, ben ik zelf een keer op bezoek geweest bij de AVRI en heb daar een rondleiding gehad. Ik bekommer me namelijk voor ons complex om een goede afvoer van plastic, papier en groen. Nu heb ik meer begrip voor afvalverwerking gekregen en heb hierdoor ook een paar zaken kunnen verbeteren. Ook een leuk weetje is dat het bij ons mogelijk is om fietsen van bezoekers in de containerruimte te plaatsen. Wel zo prettig."

### Ruimte voor eigen inbreng

Piet: "Omdat we ons zo goed verenigd hebben, kunnen we samen veel bereiken. Zo hebben we ervoor gezorgd dat er bloembakken bij de ingang komen en doen wij bepaalde dingen zelf. Denk aan het vervangen van een lampje in de centrale hal. Zo drukken we de servicekosten een beetje. Dat geld kunnen we weer gebruiken voor bijvoorbeeld een bankje in de binnentuin en droogloopmatten bij de ingang." In overleg met De Kernen is er ruimte voor eigen inbreng. Piet vervolgt: "Wij houden het graag netjes en spreken elkaar er op aan. Zo werd de muur in de hal vies door de fietsen. Via ons eigen informatiebulletin 'Rooij Staete' vragen we hier onder andere aandacht voor."

### Van een bibliotheekje tot burendag

Je ziet het steeds vaker. En nu ook in Rooij Staete. Iemand heeft het initiatief genomen een bibliotheekje op te richten. Dit valt op te maken uit het informatiebulletin. Leg je boeken neer en gun een ander leesplezier. Heb je een boek uit, dan leg je deze weer gewoon terug. En afgelopen september is er een gezellige Burendag geweest. Piet vertelt hier enthousiast over. "Er was koffie met appeltaart en cake. Het fijne is dat iedereen gewoon zijn eigen kopjes, bordjes en stoelen meebracht. Dit is échte saamhorigheid. Wat ik leuk zou vinden is dat ook de jongere bewoners in dit complex meedoen. Ze zijn van harte welkom!"

## Eenzaamheid, iedereen kent dat gevoel...

**De Bewonersraad van De Kernen wilde graag aan eenzaamheid aandacht besteden. Pit ging op zoek naar goede informatie. Misschien helpen onderstaande tips of kunt u er iemand mee helpen.**

### 1. Herkenbaar

Eenzaamheid is een vervelende emotie. We voelen ons door eenzaamheid afgesloten van de rest. Dat gevoel maakt dat we wel in actie willen komen, om dit op te lossen en meer contact te maken. Alleen is dat niet altijd makkelijk. Misschien denkt u wel: ik ben anders. Maar zo is het natuurlijk niet. Iedereen is wel eens eenzaam. Dat is herkenbaar en oké. Alleen, wat kunt u er aan doen?

### 2. Gevoelens van eenzaamheid zijn geen feiten

Eenzaamheid is een emotie. U kunt zich eenzaam voelen terwijl u een druk sociaal leven hebt. En u kunt gelukkig zijn, terwijl u alleen bent. Dat maakt uit. Maak uw gevoel van eenzaamheid niet meteen tot iets dat altijd bij u hoort of niet op te lossen is. En wacht niet tot anderen dat voor u gaan oplossen, want dat werkt niet. Het is namelijk niet altijd goed te zien.

### 3. Zoek afleiding

Eenzaamheid is een gevoel, geen feit. Gevoelens kunnen snel veranderen. Daarom is het goed uzelf af te leiden van het gevoel van eenzaamheid. Want hoe langer u hierover piekert, hoe groter het wordt. Schenk het niet al uw aandacht en zoek afleiding. Er is altijd iets dat u kunt doen. Dat kost tijd en moeite, maar er is veel mogelijk.

### 4. Zet kleine, positieve stappen. Welke stap neemt u vandaag?

Praat erover, dat lucht op. Misschien kunt u iemand bellen of uitnodigen op de koffie? Bedenk dat veel mensen aandacht leuk vinden. En misschien ervaart de ander ook wel eenzame gevoelens. Vindt u het lastig zelf te bellen, vraag dan iemand anders. Zet kleine stapjes die uw situatie kunnen verbeteren. Het geeft vertrouwen en opluchting om stap voor stap vooruit te komen.

### 5. Probeer te delen en geven

Wat ook helpt: verplaats uw aandacht eens naar de behoeften van andere mensen. Hoe kunt u anderen misschien een beetje helpen? Want wist u dat door anderen te helpen u juist gevoelens van eenzaamheid kunt verminderen? U brengt dan op een positieve manier tijd door met anderen. U kunt uw dierbaren helpen, waardoor zij mogelijk iets blijer worden. Door te helpen, hoe bescheiden ook, kunt u zich waardevol voelen.

### 6. Helpen kan op verschillende manieren

Lukt het niet om praktische hulp te bieden, zoals oppassen of een boodschap doen, dan bent u misschien goed in luisteren of belangstelling tonen. Zo eenvoudig kan het zijn. Stuur eens een berichtje of kaartje aan iemand die steun kan gebruiken. Ook kunt u

zich aanmelden voor vrijwilligerswerk. Zo helpt u niet alleen een ander, maar ook uzelf. Door te geven, ontvangt u ook.

### 7. Verwacht nog niet te veel

Kleine stappen helpen u mogelijk al vooruit. Maar misschien is het nog niet wat u ervan verwacht. Zo gaat dat gewoon. En dat is niet erg. Het hoeft niet perfect en het kan niet altijd meteen. Eenzaamheid zal af en toe terugkeren. Misschien merkt u wél dat het minder wordt. En beseft u na een paar maanden dat u zich al een week niet meer eenzaam hebt gevoeld. Neem de tijd en blijf eraan werken. Het is de moeite waard.

### 8. Neem contact op met de Bewonersraad.

Zij komen graag bij u op de koffie.

**Inspiratiebron:** [www.sochicken.nl](http://www.sochicken.nl) en de Bewonersraad van De Kernen



## Tuinonderhoud een mooie manier voor contact

Via het klantpanel is gevraagd naar uw mening over tuinonderhoud. Ongeveer 270 huurders hebben de vragenlijst ingevuld. Over het algemeen zijn mensen tevreden met hun tuin. Ook werken de meesten hier met plezier in. Opvallend resultaat uit het onderzoek is dat er in de buurt best hulp aanwezig blijkt te zijn.



### 1 op de 4 burens wil helpen

Het blijkt dat 1 op de 4 huurders het leuk vindt om buurtbewoners die het niet meer kunnen, te helpen met hun tuin. Grote kans dus dat er in uw buurt iemand is die u best een handje wil helpen.

### Durf te vragen

Durf uw buurtgenoten dus te vragen u te helpen met uw tuin. Of, biedt uw hulp aan als u ziet dat iemand de tuin niet meer (alleen) kan doen. Veel mensen vinden het lastig om te vragen. En ook vindt men het niet altijd makkelijk hulp aan te bieden. Probeer het gewoon. Misschien kan degene die de tuin niet meer kan onderhouden, iets anders doen waar u wat aan heeft. En, misschien bedenkt u samen wel dat het leuk is om een 'Tuindag' te organiseren en met de buurt samen het tuinonderhoud te doen. Veel gezelliger ook!

### Verdien een tuinpakket

Degenen die in hun buurt tuindagen organiseren of andere goede ideeën laten zien om elkaar te helpen met de tuin, vragen wij een mail te sturen met foto's naar [redactie@dekernen.nl](mailto:redactie@dekernen.nl).

We vinden het leuk als u uw ervaring wilt delen met ons. Vergeet niet uw naam en adres door te geven. Doe mee en ontvang een leuke tuinverassing voor uw buurt!

### Wat doen we verder met de resultaten van het onderzoek?

Wij bekijken nu diverse mogelijkheden die praktisch, betaalbaar en haalbaar zijn. Alle klantpanelleden bedankt voor uw stem.

### Word ook klantpanellid! Maak kans op een prijs!

Stuur een mail aan [info@dekernen.nl](mailto:info@dekernen.nl), bel ons of log in op 'Mijn De Kernen' via de website [www.dekernen.nl](http://www.dekernen.nl) en geef aan dat u klantpanellid wilt zijn. Elk onderzoek bellen we ook een aantal huurders, die geen e-mail hebben. Dus geef uzelf op als klantpanellid. Iedereen kan meedoen. Bij elk klantpanelonderzoek verloten wij bovendien een prijs. Doet u ook mee?

# NIEUWS VAN DE BEWONERSRAAD

## Ervaringen huurders tellen mee

Als huurder is het dagelijks genieten van de goed onderhouden, comfortabele en betaalbare woning en van de eigen 'kleur' die daaraan wordt gegeven. En, van de directe woonomgeving, waar het goed toeven is.



Althans: dat is allemaal te hopen! In de praktijk zijn er naast veel fijne momenten, ook vast wel verbeterwensen. Die kunnen te maken hebben met de woning of met de directe woonomgeving. Wensen, die omgezet kunnen worden in verbeteringen... als ze tenminste geuit, gedeeld en besproken worden met andere huurders, De Kernen, de gemeente en anderen. Zo zijn die wensen een bron van inspiratie om te werken aan verbeteringen.

De ervaringen van huurders tellen mee – zeker en vooral ook bij De Kernen. Dat kan bijvoorbeeld door deel te nemen aan klantenpanels, door een geluid te laten horen tijdens de jaarlijkse Dag van het Huren, door de Bewonersraad te informeren. De Bewonersraad is namelijk een betrokken gesprekspartner van De Kernen. Ze brengt zaken in, speciaal vanuit het gezichtspunt van

de huurders: wat zijn de dagelijkse ervaringen en hoe kunnen die helpen bij verbeteringen? Dan is het wél noodzakelijk dat er huurders zijn die zich hiervoor in willen zetten en die hun stem willen laten horen. Dat kan door deel uit te gaan maken van de Bewonersraad: als gewoon lid of als lid van het dagelijkse bestuur. En dat kan ook door werk te doen dat aansluit bij de eigen kennis en ervaring. Misschien iets voor u?

### Nieuwe website

Kijk op [www.bewonersraaddekernen.nl](http://www.bewonersraaddekernen.nl) als u meer wilt weten of mee wilt doen. En mocht u eens koffie willen drinken met een van de leden van de Bewonersraad, neem contact op met ons. Wij komen graag bij u op bezoek! Telefoon 088 - 58 24 000 of [info@bewonersraaddekernen.nl](mailto:info@bewonersraaddekernen.nl)

## JULIANA STRAAT NR. 23 T/M 49 IN BENEDEN-LEEUVEN

### 14 woningen in duurzaam, mooi jasje!

Als De Kernen woningen opwaardert, geeft dat veel werk en ook de nodige overlast voor bewoners. Toch is het nodig, want hierdoor staan oudere woningen er weer prachtig bij en kunnen weer lang mee. De bewoners hebben meer comfort en zullen merken dat de woning energiezuiniger is.

#### Wat hebben we gedaan?

- Gevelbekleding en voegwerk
- Isolatie verbeteren en zonnepanelen gelegd
- Schilderwerk
- Geheel nieuw en goed geïsoleerd dak
- Nieuwe voordeur
- Nieuwe gevelbekleding van de bergingen

Wij wensen de bewoners veel woonplezier én een lagere energierekening door alle maatregelen.



Beneden-Leeuwen, Julianastraat, voor (boven) en na (onder)

## DIGITALE TIPS VOOR DE FEESTDAGEN

Tijdens kerst of met de jaarwisseling een leuke foto van het kerstdiner of precies om twaalf uur het Gelukkig Nieuwjaarsbericht te sturen?

## Gebruik WhatsApp!

### Stuur eens 'geluid' (een liedje of gesproken bericht)

- Plaats uw vinger, in het chatgesprek, rechtsonder op het icoon van de microfoon en spreek of zing uw boodschap.
- Laat het icoon van de microfoon los als u klaar bent met inspreken. Het bericht wordt direct verstuurd.

### Stuur een foto

Een foto van het kerstdiner, de oliebollen of de champagne sturen? Maak een foto in WhatsApp, plaats er een leuke tekst bij en verstuur de foto:

- Tik rechts van het tekstvak op het pictogram van een camera.
- Maak een foto.
- Niet tevreden met de foto? Tik dan linksboven op het kruisje (iPhone) of op het pijltje naar links (Android-apparaat) en neem nogmaals een foto.
- Om een foto te voorzien van tekst, tikt u op **Onderschrift** (iPhone) of op **Onderschrift toevoegen** (Android-apparaat).
- Typ uw tekst en tik op **Gereed/Ger**.
- Tik een blauw rondje met daarin een wit vliegtuigje om de foto te versturen (iPhone) of op het papieren vliegtuigje (Android-apparaat).



### Meer leren over WhatsApp?

Ga naar [www.seniorweb.nl/whatsapp](http://www.seniorweb.nl/whatsapp) of word voor €10,- zes maanden lid van SeniorWeb. En ga aan de slag met de online cursussen over WhatsApp. Uw lidmaatschap stopt automatisch.

### Tip!

Kijk eens op [www.seniorweb.nl/kernen](http://www.seniorweb.nl/kernen).

## ALLIANTIE VEILIG OUDER WORDEN

### Veilig ouder worden, samen lukt het beter

In gemeente West Maas en Waal heeft De Kernen onlangs de Alliantie Veilig Ouder Worden ondertekend. Dit houdt in dat wij samen met partners extra alert zijn op situaties waarbij ouderen de dupe kunnen zijn van slechte bedoelingen van anderen, zoals financiële uitbuiting of mishandeling. Dat is heel naar, maar het gebeurt helaas. Gelukkig wordt dit probleem serieus genomen en is er (vaak) iets tegen te doen. Wij hopen dat andere gemeenten ook snel zullen volgen.



Lokale Alliantie  
West Maas en Waal

Financieel veilig  
ouder worden

# Zonnepanelen

## U geeft ons project een 9!

Liefst 830 mensen hebben aan het klantonderzoek meegedaan over zonnepanelen. Hier leest u de resultaten.



Over het algemeen is men zeer tevreden met de zonnepanelenactie, die gemiddeld **maar liefst een 9 krijgt!** Er is vooral veel tevredenheid over het besparen. Een klein percentage huurders is ontevreden over het feit dat zij minder zonnepanelen hebben dan anderen.

**Twee derde van de huurders** is (zeer) tevreden over het bedrijf dat de zonnepanelen heeft gelegd, de communicatie en informatie van De Kernen rondom de zonnepanelenactie en met de hoeveelheid energie die de zonnepanelen leveren.

**71 procent van de huurders** geeft aan dat de energierekening door de zonnepanelen lager is geworden. **Iets minder dan 20 procent** geeft aan niet te weten of de energierekening lager is geworden.

**Bijna 60 procent van de huurders** kijkt bewuster naar het energieverbruik nu de woning zonnepanelen heeft en **70 procent** probeert zo weinig mogelijk energie te verbruiken.

Daarnaast maakt **29 procent van de huurders** met zonnepanelen zich wel eens zorgen over de hoogte van de energierekening.

Het plaatsen van de zonnepanelen vergroot het bewustzijn van het eigen energieverbruik. **Meer dan de helft van de huurders** zegt bewuster te kijken naar het energieverbruik in het huishouden nu de woning zonnepanelen heeft.

**Huurders die een 8 of hoger** als rapportcijfer geven voor de zonnepanelenactie zijn veel tevredener over de communicatie en informatie rondom de actie dan huurders die de zonnepanelenactie een lager cijfer hebben gegeven. Ook zijn zij veel tevredener over het bedrijf dat de zonnepanelen heeft gelegd en de hoeveelheid opgewekte energie. Deze huurders geven vaker aan dan de minder tevreden huurders, dat de energierekening lager is geworden.

### Vragen over zonnepanelen?

Bel ons op telefoonnummer 088-58 24 000 tussen 8 en 13 uur.

### Duurzame toekomst met De Kernen

De Kernen vindt duurzaamheid erg belangrijk. Zonnepanelen, isoleren en verder verduurzamen van de woningen, zijn de grootste voorbeelden. Wij betrekken u hier altijd tijdig bij. U mag van ons verwachten dat wij actief blijven zoeken naar oplossingen die duurzaam, betaalbaar en goed te organiseren zijn. En hebt u vragen of zorgen hierover? Bel ons gerust.

**Tips** We doen ons best u goed te informeren, maar soms kan iets onduidelijk zijn. Wilt u bijvoorbeeld inzicht in uw verbruik? Dan belt u het beste met uw energieleverancier. Ziet u een storingslampje branden? Bel dan met Tenten Solar op het telefoonnummer dat op het apparaat staat. Overige vragen kunt u aan De Kernen stellen.

## Pittige puzzel

De oplossing van de vorige puzzel was 'Zorgeloos'. Hartelijk dank voor alle inzendingen. We hebben twee winnaars getrokken:  
**J. van Dinther, Boven-Leeuwen**  
**A. Voorzee, Brakel**

Gefeliciteerd!

Mail de oplossing van de nieuwe puzzel naar: [redactie@dekernen.nl](mailto:redactie@dekernen.nl). Of stuur uw oplossing per post aan De Kernen, t.a.v. de redactie, postbus 13, 5320 AA in Hedel. Wij verloten onder de inzenders twee cadeaubonnen ter waarde van 30 euro. Vermeld uw adres erbij.

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

### Woordzoeker

De overgebleven letters vormen de oplossing:

- BALKON
- BEWONER
- DORPSKERN
- GANG
- HUURDER
- INRICHTING
- LOGEERADRES
- MEUBILAIR
- MUUR
- NIEUWBOUW
- PAALWONING
- RESIDENTIE
- SERVICEFLAT
- STUDIO
- VENSTER
- ZOLDER

## Colofon

Pit. is een uitgave van De Kernen en verschijnt 2 keer per jaar in een oplage van ca. 4.600.

**Ontwerp en vormgeving**  
NDOC, Buren

**Fotografie**  
Eigen beeldmateriaal en Anja Loepa

**Redactie**  
De Kernen

Deze Pit is gedrukt op fsc papier

**Redactieadres**  
Postbus 13, 5320 AA Hedel  
[redactie@dekernen.nl](mailto:redactie@dekernen.nl)  
T 088 58 24 000  
[www.dekernen.nl](http://www.dekernen.nl)

**Openingstijden**  
U bereikt ons maandag tot en met vrijdag van 08.00 tot 13.00 uur. Kijk voor actuele openingstijden op onze website.

*Aan inhoud, tekst en beeld in Pit. kunnen geen rechten worden ontleend.*

## BUUM EN BUUV

