

Heel lang geleden, in 1345, stichtte Hendrik van Neynsel het Neynsels Gasthuis, dat opvang bood aan 13 arme vrouwen. Nu, honderden jaren later, vinden vele ouderen in 's-Hertogenbosch en Vught een fijne woonplek, liefdevolle zorg en de leukste activiteiten bij Van Neynsel. En Hendrik? Hendrik van Neynsel leeft voort in de gepassioneerde werknemers en vrijwilligers van Van Neynsel. Zijn naam siert nog altijd onze gevels.

D'n Hendrik

Jaargang 9

#29

Maart 2026

In deze editie:

Pagina 4

**Een gesprek met
twee sfeermakers**

Pagina 5

**Ons eigen
carnavalslied
met videoclip**

Pagina 7

**Kopvrouw
Soraya aan
de top**

Pagina 6

**Maak kennis
met Nel**

Van Neynsel

Oog voor elkaar



Luister zonder oordeel

‘Wijsheid komt met de jaren.’ De meesten van ons zullen dat meteen beamen. Wie heeft er niet eens gedacht: had ik dit als jongeman (of jongedame) maar geweten?

Bij een vorige organisatie, waar ik financieel directeur was, kregen we een klacht van een bewoner. Hij gaf aan dat er een fout stond op zijn factuur. Zijn klacht werd min of meer afgewimpeld, want ons systeem was waterdicht, aldus de financiële afdeling. De man schreef mij daarop persoonlijk aan. Mijn onderbuikgevoel zei me dat ik met hem in gesprek moest. Toen ik écht naar zijn verhaal luisterde – zonder vooroordeel of eigen interpretaties – leerde ik dat hij boekhouder was geweest. En inderdaad: zijn factuur klopte niet. Vervolgens ontdekten we dat er toch een fout zat in ons boekhoudsysteem. Het was een wijze les voor mij: er is altijd ruimte voor een andere waarheid, als je maar bereid bent om écht te luisteren.

Vragen stellen

Het is de kunst om niet meteen advies te geven als iemand je iets vraagt, maar om

eerst de juiste vragen te stellen. Vragen die helpen om samen te reflecteren. Dat deden mijn vrouw en ik bij onze kinderen, en ik hoop het ook bij mijn kleinkinderen te mogen doen. In december ben ik voor het eerst opa geworden van twee kleinzoons, de tweeling van mijn dochter. Ik kijk er enorm naar uit om hen te zien opgroeien, hun verhalen te horen en vooral: om veel vragen te stellen.

Bij de Sociale Benadering en Samenspel binnen Van Neynsel komt dit ook terug: bij deze visie (Sociale Benadering) en werkwijze (Samenspel) draait het om écht luisteren naar elkaar. Want pas als je luistert zonder oordeel, leer je iemand kennen en kun je écht iets betekenen voor een ander.

Wijze lessen

In deze d'n Hendrik draait het om wijze lessen: levenservaring, goede raad, mooie anekdotes en elkaar inspireren. Elke dag komen we dit tegen binnen onze locaties. Dat is maar goed ook. We leven in een tijd waarin maatschappelijke ontwikkelingen vragen om verbinding: elkaar blijven inspireren, blijven kennen en met elkaar in gesprek blijven.

Samenspel speelt hierin een belangrijke rol. We gaan nog nauwer samenwerken:

bewoners, het netwerk om de bewoner heen en de zorgprofessionals. Ook in de technische ondersteuning proberen we wijs te handelen. Daarom komt er een nieuw elektronisch cliëntendossier (ECD) dat het werken volgens onze visie vanuit de Sociale Benadering ondersteunt: zorg die draait om de mens. Het nieuwe systeem helpt om informatie overzichtelijker vast te leggen en is gebruiksvriendelijker dan het huidige ECD.

Medewerkers krijgen ook een eigen virtuele assistent. Dat is een digitale collega (een applicatie) die ondersteunt in het werk, en helpt om administratieve lasten te verlichten. Dat bekent minder tijd kwijt aan informatie zoeken en noteren en meer tijd voor wat er écht toe doet: aandacht en Samenspel.

Kortom: 2026 wordt een jaar vol mooie ontwikkelingen die we stap voor stap samen vormgeven. Met uiteraard warme zorg en aandacht altijd als stralend middelpunt van onze trotse Bossche organisatie. Ook dit jaar worden we samen weer wat wijzer. Ik wens u een vrolijk Pasen en een mooie lente toe. ●

Marco Verheul
bestuurder Van Neynsel

Muzieklessen uit de jaren zestig, zeventig en tachtig



In veel liedjes zitten wijze lessen of adviezen verwerkt. Zo hebben Nederlandstalige liedjes uit de jaren zestig, zeventig en tachtig vaak kleine levenslessen, verpakt in meeslepende melodieën en herkenbare verhalen. In een tijd waarin muziek een belangrijke rol speelde in maatschappelijke verandering, wisten veel artiesten op subtiële en toegankelijke manier boodschappen over te brengen die nog altijd relevant zijn.

In de jaren zestig verscheen bijvoorbeeld het werk van Boudewijn de Groot, een artiest die op poëtische wijze reflecteerde op persoonlijke groei en de zoektocht naar vrijheid. Zijn nummers, vaak melancholisch en filosofisch, riepen luisteraars op om kritisch na te denken over hun eigen keuzes en de wereld om hen heen. De les dat we onszelf trouw moeten blijven, klinkt decennia later nog net zo helder door.

Luistertips:

Ramses Shaffy – “Sammy” (1961)
Boudewijn de Groot – “Welterusten Meneer de President” (1966)
Boudewijn de Groot – “Testament” (1967)

De jaren zeventig brachten nieuwe stromingen en een bredere sociale bewustwording. Liedjes van artiesten zoals Ramses Shaffy benadrukten het belang van durven leven, risico's nemen en je hart volgen. Zijn iconische stijl en openhartigheid lieten zien dat kwetsbaarheid geen zwakte is, maar juist een kracht. In dezelfde periode lieten bands met een meer verhalende insteek horen hoe waardevol vriendschap, solidariteit en optimisme kunnen zijn, zelfs in tijden van onzekerheid.

Luistertips:

Rob de Nijs – “Malle Babbe” (1975)
Zangeres Zonder Naam – “De Zonnebloem” (1976)
Liesbeth List & Ramses Shaffy – “Pastorale” (1978)

In de jaren tachtig kreeg de Nederlands-talige popcultuur een nieuwe dynamiek. Artiesten combineerden luchtige melodieën met verrassend diepe inzichten. Ballads brachten thema's als verlies, volhouden en de betekenis van liefde op een toegankelijke manier dichtbij. Vaak zonder moraliserend te worden, gaven deze nummers de luisteraar iets om over na te denken — een zachte reminder dat het leven bestaat uit pieken, dalen en alles daartussenin. Wat al deze liedjes verbindt, is dat ze hun wijsheid niet opdringen, maar aanbieden. Ze nodigen uit om te luisteren, te voelen en soms even stil te staan. En juist daarin ligt hun tijdloze kracht: eenvoudige woorden die ons, jaren later, nog steeds iets waardevols leren.

Luistertips:

Doe Maar – “Is dit alles” (1982)
Bram Vermeulen – “De Steen” (1984)
Frank Boeijen Groep – “Zwart Wit” (1984) ●

Goede raad is goud waard

Iedereen geeft én krijgt wel eens advies. “Doe een jas aan, anders vat je kou”, hebben we allemaal wel van onze ouders gehoord. Bij Van Neynsel wonen en werken we met velen, dus de goede adviezen liggen voor het oprapen. We vroegen medewerkers welk advies of welke goede raad van bewoners of collega's hen altijd zal bijblijven.



De spreuk van Ans op een door haarzelf vastgehouden tegeltje

Houd van jezelf

“Je mag blij zijn voor een ander, maar je moet het meeste van jezelf houden!” Deze uitspraak kreeg ik onlangs van een bewoner te horen, en vond ik zo lief!

Jenneke Kradolfer
Welzijnscoördinator

Gekleurd of wit?

'Ik vind het leuk om gekleurde tunieken te dragen, en daar krijg ik altijd hele leuke en dankbare reacties op van bewoners. De meestgestelde vraag die ik krijg is dan waarom ik een andere kleur draag. Als ik vertel dat ik dat leuker vind staan, beamen ze dat meteen en zeggen ze dat iedereen kleur zou moeten dragen omdat dat opvrolijkt.

Tussen mijn gekleurde exemplaren zit ook een witte tuniek. Toen ik die aanhad en in de ochtend bij een bewoner kwam, wenste ik hem goedemorgen en zette ik in de badkamer alles klaar voor de ADL-zorg. Toen ik uit de badkamer kwam zat meneer op de rand van het bed met een verbaasde uitdrukking en zei: 'Maar dokter, u hoeft mij niet te wassen! Nee, dat wil ik niet hebben, u heeft het al druk genoeg!' Ik vertelde lachend dat ik geen dokter was, maar wat ik ook zei, het kwam niet binnen. Ik werd vriendelijk de deur gewezen en mocht hem niet wassen. Wat ik van deze bewoner geleerd heb? Als ik een relaxte werkdag wil hebben, trek ik mijn witte tuniek aan, haha.'

Monique Bertens
helpende bij Eemwijk



Compressor

“Druk maken is voor compressors.”
Een quote van collega Janne.
Grappig en waar!

Brigitte Peeters
Recruiter



'Je stapt binnen, schenkt koffie in, en ineens zit je midden in iemands levensverhaal'

Een gesprek met twee sfeermakers die van 'even buurten' een hoogtepunt maken

Ze noemen zichzelf geen vrijwilligers, maar sfeermakers. En eerlijk is eerlijk: wie ze samen ziet binnenwandelen bij Wij zijn Zuiderschans in Den Bosch, begrijpt meteen waarom. Jeffrey, Joep en soms huisgenoot Jesse brengen iets wat moeilijk in functiebeschrijvingen te vangen is: energie, warmte en gewoon... lekker veel gezelligheid.

We spraken Jeffrey en Joep, beiden 21, beiden student International Business, beiden Bosschenaar-in-adoptie, over hoe ze in de ouderenzorg belandden, wat hun band als vrienden zo bijzonder maakt en waarom ze ieder bezoek afsluiten met het gevoel dat ze "weer even in een andere wereld hebben geleefd."

Een spontaan begin: "Ik miste het om iets voor een ander te doen"

Jeffrey begint te lachen wanneer we vragen hoe het is begonnen. "In mijn eerste jaar werkte ik in de ouderenzorg als medewerker gastvrijheid, in de regio waar ik vandaan kom. Toen ik naar Den Bosch verhuisde, ging ik de sales in. Leuk hoor, maar ik miste dat stukje betekenis. Dat gevoel dat je écht iets voor iemand doet. Dus ben ik gaan zoeken naar verzorgingshuizen hier. Via Inge (vrijwilligerscoördinator bij Van Neynsel, red.) kwam ik bij Van Neynsel terecht, gewoon eens langsgegaan... en toen dacht ik: *ja, dit is het.*"

Al snel haakten zijn huisgenoten aan. Joep: "Jef kwam altijd terug met verhalen die me zo raakten. Over hoe blij ouderen worden van een simpel praatje of een kop koffie. Dan wil je dat zelf ook ervaren. Dus ik ging mee, en dat was eigenlijk meteen een schot in de roos."

In het begin gingen ze nog met een hele groep huisgenoten. "Eén avond per week, de hele bups mee", vertelt Jeffrey. "Dat werd soms wat minder door onze drukke studie, maar Joep en ik gaan nog steeds samen. En Jesse sluit af en toe aan."

De rol van een 'sfeermaker' in één zin?

Jeffrey hoeft er niet lang over na te denken: "Je brengt sfeer om mensen op te vrolijken, zodat het zorgteam ruimte houdt om hun werk te doen. En dat met een flinke dosis jong enthousiasme." En dat werkt. Volgens de jongens is juist die jonge energie iets unieks: "Als je met een paar vrienden

binnenkomt, gebeurt er meteen iets in de ruimte. Bewoners fleuren op, gesprekken komen los, en soms ontstaat er zowaar een klein feestje."

De magie van kleine dingen

Het gaat niet om grote activiteiten, zoals bingo of workshops. "Wij doen wat werkt", zegt Joep. "Kletsen, krantje lezen, grapjes maken. Soms gewoon naast iemand zitten." Jeffrey vult aan: "Wat ik het mooiste vind, is dat één opmerking of herinnering iets bij iemand kan losmaken. Dan bloeit iemand ineens op en vertelt een verhaal van vroeger. Dan weet je: *hierom doe ik het.*"

De vriendendynamiek: "We voelen precies aan wanneer de ander iets overneemt"

Werken met vrienden maakt het makkelijker, zeggen ze. "Je kent elkaar door en door", aldus Joep. "Daardoor kun je heel natuurlijk afwisselen. De één maakt een grapje, de ander pikt het op. Je vult elkaar aan zonder dat je erover na hoeft te denken."

"Bewoners fleuren op, gesprekken komen los, en soms ontstaat er zowaar een klein feestje."



Jeffrey en Joep samen met hun huisgenoten, onder wie Jesse



Jeffrey (links) en Joep

Een typische dienst

"Nadat de bewoners 's avonds hebben gegeten, schuiven wij aan voor de koffie", vertelt Jeffrey. "We gaan altijd beide woonkamers even langs. Vaak zijn we er een uur tot anderhalf uur. Er is geen plan of lijst met taken. Je kijkt gewoon wie behoefte heeft aan aandacht. En soms ontstaan de leukste gesprekken met mensen van wie je dat helemaal niet verwacht."

Bewoners met dementie benaderen ze rustig en subtiel. "We proberen altijd het gesprek aan te gaan", zegt Joep. "En als iemand het niet fijn vindt, dan laat je dat. Het zorgteam is er natuurlijk ook altijd voor ondersteuning."

Een onverwacht bezoek tijdens het interview

Halverwege het gesprek schuift een vrolijke bewoner aan, nieuwsgierig geworden door de bekende stemmen in de verte. "Ah, daar zijn mijn jongens", glundert ze. "Altijd lachen met die gasten."

Ze vertelt over het beroemde *autootje naar Spanje*-verhaal, dat inmiddels legendarisch is geworden in de huiskamer. Jeffrey legt uit: "We wilden met een oude Volkswagenbus naar Spanje, maar die was niet beschikbaar. Dus kochten we de allergoedkoopste auto

Lees verder op pagina 5

die we konden vinden, echt zo'n barrel. En zijn daarmee gegaan. Natuurlijk moesten we 'm even laten zien aan de bewoners. Nou... ze hebben nog weken gelachen." De aangeschoven bewoner schiet nog een herinnering te binnen over haar man, ook gek op auto's, die ooit spontaan naar Salou reed "om te kijken hoe ver ze zouden komen". De jongens luisteren en lachen mee. Het voelt alsof iedereen elkaar al jaren kent.

Waarom ze dit blijven doen

Joep wordt even serieus: "Je leert er zó veel van. Over mensen, over jezelf. Je wordt socialer, geduldiger, flexibeler. Het zijn echt soft skills die je meeneemt voor de rest van je leven." Jeffrey knikt: "Het mooiste is dat je

iets doet wat direct impact heeft. Als je weer naar huis gaat weet je: ik heb iemands dag beter gemaakt. Dat is toch goud?" Ook hun omgeving reageert enthousiast, soms zelfs verbaasd. "De broertjes van Jeffrey willen nu ook iets vergelijkbaars doen", zegt Joep lachend. "Het werkt aanstekelijk."

"Je leert er zó veel van.

Over mensen, over jezelf.

Je wordt socialer,

geduldiger, flexibeler."

Tot slot: hun tip voor andere vriendengroepen

"Gewoon proberen", zeggen ze tegelijk. "Loop een keer binnen, drink koffie, kijk hoe het voelt. Het kost je misschien anderhalf uur, maar je betekent enorm veel. En je wereld wordt groter. Soms lopen we naar buiten en voelt het alsof we uit een heel andere dimensie komen. Op een mooie manier."

Misschien ontstaat er zelfs een nieuw idee: "Hoe tof zou het zijn", droomt Jeffrey, "als we dit uitbreiden via bijvoorbeeld een studentenvereniging? Eerst koffie drinken met bewoners, daarna met z'n allen de stad in. Je verbindt generaties, dat is toch fantastisch?" ●

Bewoners en medewerkers in de hoofdrol

Ons eigen carnavalslied met videoclip

Het kan u niet ontgaan zijn: Van Neynsel heeft net voor carnaval haar eigen carnavalskraker uitgebracht. Een tekst die harder bleef plakken dan confetti op een natte kiel, en een ritme dat zelfs de stoelen liet mee-wiebelen.



Leerwerkbegeleider Chris Berkelmans schreef samen met zijn partner Wolf de tekst. Centraal in het lied staat onze slogan: oog voor elkaar. Chris: "De tekst slaat op

onze organisatie, maar is breder te trekken: voor elkaar zorgen, naar elkaar omkijken en voor elkaar klaarstaan is tenslotte waar het om draait in de wereld. Plus regelmatig lekker veel plezier maken samen."



Chris Berkelmans als net-gekroonde Peer van Van Neynsel

Het lied was intern zo'n succes, dat we besloten er ook een clip bij te maken. Bewoners en medewerkers reageerden enthousiast op dit idee, waarna op twee ochtenden fanatiek werd gezongen, gedanst, gehost, gelachen en meegedeind bij Antoniegaarde en De Grevelingen. Ook tijdens carnaval was het nummer overal te horen. Niet alleen binnen onze locaties, maar ook in de kroegen in de stad.

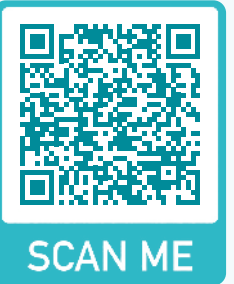


De opnames bij De Grevelingen

Het carnavalslied 'Oog voor elkaar bij Van Neynsel' is te zien en te luisteren op YouTube en Spotify.



Scan de QR-code om naar **YouTube** te gaan:



Scan de QR-code om naar **Spotify** te gaan:

Maak kennis met Nel

Kent u Nel al? Nee? Dan wordt het hoog tijd dat we haar aan u voorstellen.

Toen Van Neynsel studenten zocht voor een bijbaan in de zorg, ontwierp onze vaste vormgever een oudere dame. Deze dame staat - vriendelijk lachend - model voor onze doelgroep senioren. Bij de afbeelding kwamen teksten in Bosch dialect. Dit waren uitspraken van bewoners richting jonge medewerkers.

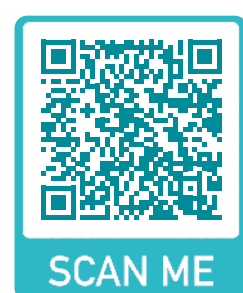
Deze advertenties sloegen heel goed aan: we werden overspoeld door studenten die een bijbaan in de ouderenzorg wel zagen zitten. 1-0 voor dat leuke vrouwtje! Intussen zochten onze recruiters Lars en Brigitte naar nieuwe en duidelijkere manieren om aan potentiële medewerkers uit te leggen hoe we volgens de visie Sociale Benadering naar mensen kijken. Aangezien de vrolijke dame zo goed werkte, besloten we hier een zogenoemde persona van te maken. Een persona is

een gedetailleerde omschrijving van een gebruiker van een product of dienst, en wordt in marketing en communicatie gebruikt om doelgroepen goed te leren kennen en begrijpen. Recruiter Brigitte gaf de naam van haar overleden

moeder aan dit vriendelijke gezicht: Nel.

Met deze persona geven we duidelijk aan hoe onze kijk op ouderenzorg is. Nel is niet alleen een bewoner of iemand die zorg nodig heeft, maar vooral oma, kaartkampioen en een ochtendmens. Om maar wat voorbeelden te noemen.

Na Nel volgden meer persona's: Hans, Henriëtte, Khalid en Elly. Vier senioren met weer andere achtergronden, hobby's, interesses en gewoontes. Precies zoals het binnen onze locaties ook is: ieder mens is anders, heeft andere behoeftes en andere dingen nodig om de dag in te vullen. Dat is precies waar het om draait bij de Sociale Benadering.



Meer weten?
Scan de QR-code



Inmiddels zijn onze persona's ook beland in de introductiebijeenkomst voor nieuwe medewerkers, in wervingsbijeenkomsten en in trainingen van onze Academie. Maar ook op flyers, schrijfblokken en welkomstkaarten voor nieuwe collega's. Nel, Hans, Henriëtte, Khalid en Elly zult u dus regelmatig tegenkomen.

Dit jaar schitterde Nel zelfs op ons carnavals-embleem. Zonder bril echter. Nel heeft onlangs een staaroperatie gehad en haar bril is niet meer nodig. Dat is vast handig tijdens het kaarten. ●



Kopvrouw Soraya aan de top

Soraya, sinds twee jaar kwaliteitsverpleegkundige bij De Taling, is niet alleen goed in haar werk. Ze is namelijk ook professioneel biljarter en lid van de Bossche biljartvereniging DBB. Dat staat voor De Ballen Bijters. Haar oma, die ook fanatiek biljarter is, heeft haar de fijne kneepjes van het vak geleerd.

Het begon toen Soraya 10 jaar was en ze bij haar oma, die een biljart in huis had staan, de keu in handen nam en een potje ging biljarten. Al snel bleek dat ze talent had en toen is de liefde voor biljarten ontstaan. Het is een echte familiesport geworden; zowel haar oma als haar moeder en neefje zijn fanatieke biljarters. Soraya speelt met de keu van haar opa, die er helaas niet meer is om haar aan te moedigen. Haar oma is een trouwe supporter, die als puntenteller meegaat naar alle wedstrijden van Soraya en is supertrots op haar kleindochter.

Van een vrouw verliezen

Het leukste aan biljarten vindt Soraya het hele teamgebeuren en biljarten tegen mannen. Want die vinden het helemaal niet leuk om van een vrouw te

verliezen. Dus Soraya gooit graag wat olie op het vuur door te zeggen; "je gaat eraan". En als ze dan wint - want dat doet ze vaak - heeft ze nog meer plezier. De meeste tegenstanders kent ze inmiddels en die zijn 'bang' om tegen Soraya te spelen. Want ze is een echte kopvrouw, dat betekent dat ze als laatste van haar team aan de beurt is, 'lest best' zagezegd. Bij biljarten is inzicht ook belangrijk. Daarom berekent Soraya bij elke bal nauwkeurig hoe hard en waar ze de bal moet raken zodat ze maximaal kan scoren.

Tips

Bij De Taling wordt elke maandagochtend gebiljart. Een vaste groep actieve bewoners neemt

de keu in de hand, of ze rollen de ballen met de hand. Een ochtend vol sportiviteit en gezelligheid. Wie weet kan Soraya hen nog een keer van tips voorzien of de strijd aangaan en haar biljartkwaliteiten tonen.

Kleur bal

Op de vraag met welke kleur bal Soraya zichzelf vergelijkt,

antwoordt ze 'rood en geel'. Rood omdat ze resultaatgericht en stressbestendig is en de leiding pakt waar nodig, en geel omdat ze denkt in mogelijkheden en positiviteit in teams brengt. Ook houdt Soraya van vlammen: ze is al een keer als derde geëindigd op de Nederlandse Kampioenschappen, dus wie weet stoot ze nog eens door naar de troon. ●



Soraya (links) met haar oma en neefje voorafgaand aan een wedstrijd.

De mooiste vruchten

Wijze mensen inspireren verhalenvertellers al eeuwen lang. Hierbij een kort verhaal over opa Willem, in gesprek met zijn kleinkinderen.

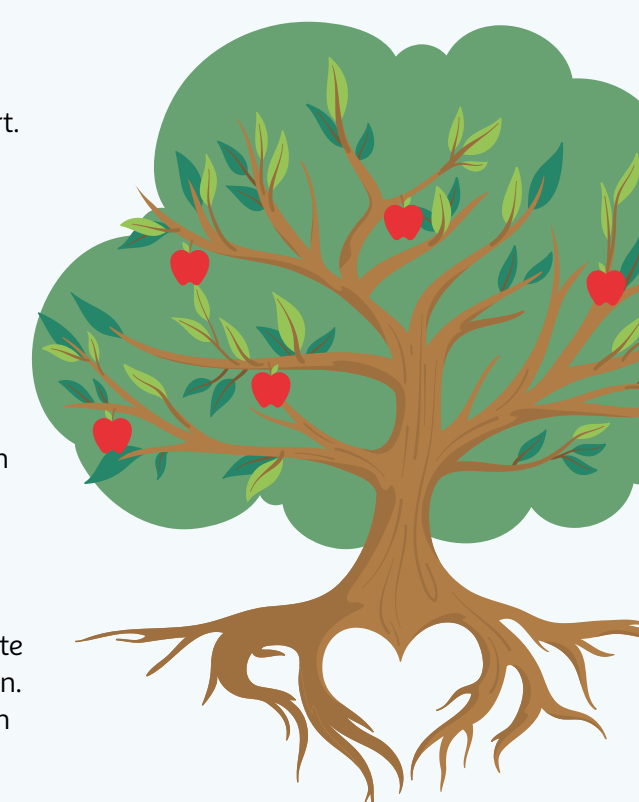
Aan het eind van de middag, toen het zonlicht zacht over de tuin gleed, nam opa Willem altijd plaats op zijn houten bankje onder de oude appelboom. Zijn drie kleinkinderen — Lasse, Milou en Jinte — dromden dan om hem heen, alsof ze precies wisten dat dit het moment was waarop de gewone wereld even een beetje magischer werd. "Kinderen", begon hij op zijn kenmerkende rustige toon, "het leven is net als deze boom." Hij streek met zijn gerimpelde hand over de stam. "Je groeit, je buigt mee met de wind, en soms verlies je wat bladeren. Maar als je goed geworteld bent, sta je altijd weer stevig." Lasse fronste. "Maar hoe krijg je die wortels dan, opa?" Willem glimlachte. "Door te weten wie je bent, en door eerlijk te zijn. Vooral eerlijk tegen jezelf. Dat is moeilijker dan je denkt."

Milou plukte een grasspriet en vroeg: "En wat als je bang bent om fouten te maken?"

"Ach," zei opa, "fouten zijn het bewijs dat je iets probeert. Als je nooit struikelt, leer je ook niet hoe je moet opstaan. En geloof me, opstaan maakt je sterker dan nooit vallen."

De jongste, Jinte, legde haar hand in de zijne. "En wat is het belangrijkste dat we moeten onthouden?" Opa keek even naar de lucht, waar een paar vogels langzaam voorbij trokken. "Dat liefde geen woorden nodig heeft. Deel het in kleine dingen: een glimlach, een luisterend oor, een extra hand als iemand het moeilijk heeft. Dáármee plant je zaadjes die later de mooiste vruchten geven."

De kinderen knikten, misschien nog te jong om alles écht te begrijpen, maar ze voelden de warmte van zijn woorden. En terwijl de avond viel, leek het even alsof opa zelf een beetje licht gaf — zacht, maar onvergetelijk. ●



PRKEBOBO



Van Neynsel heeft lekker eten en drinken hoog in het vaandel staan. Daarom een lekker recept voor thuis.

Bananenpannenkoek

Een goed ontbijt is belangrijk, zeker met een drukke werkdag voor de boeg. Collega Brigitte deelt daarom dit recept.

"Na het eten van deze bananenpannenkoek krijg je minder snel de behoefte om te snaaien. Ook bevat het flink wat eiwitten voor je spieren, veel vezels die belangrijk zijn voor je darmen, én langzame koolhydraten. Geen 'sugar rush', maar een slim, goed ontbijt dus!"

Bereidingswijze

Doe een heel klein snufje zout in de beker van de staafmixer, voeg een ei en de banaan in stukken toe.

Pureer tot het geheel luchtig is en voeg daarna 1 eetlepel havermout toe, en pureer die nog even mee.

Schep er 3 of 4 eetlepels havermout bij. Roer er nu indien gewenst rozijnen of krenten doorheen.

Laat in de anti-aanbakpan een beetje olie of boter heet worden en giet het mengsel erin.

Zet het vuur op een laag pitje en leg de deksel op de pan. Dan gaat de pannenkoek een beetje rijzen en blijft hij lekker luchtig.

Is de bovenkant droog? Keer dan de pannenkoek om met een spatel of gebruik de deksel hiervoor.

Nog een paar minuten laten garen op middelhoog vuur.

Voilà! Leg de pannenkoek op een bord en garneer naar wens.



Benodigdheden

- Staafmixer
- Anti-aanbakpan met deksel
- 1 ei
- 1 banaan
- 5 of 6 eetlepels havermout
- heel klein snufje zout
- naar smaak rozijnen of krenten
- boter of olie

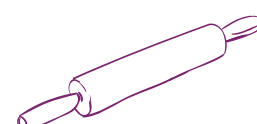
Smakelijk eten!

PUZZELtijd

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

Advies	Wijsheid	Slim	Nadenken
Raad	Wisdom	Ervaring	Beheerst
Luisteren	Grijs	Jaren	
Gehoor	Wijs	Ouderdom	

Heeft u zelf een makkelijk en lekker recept dat u graag deelt met iedereen van Van Neynsel? Stuur het dan in naar communicatie@vanneynsel.nl.



Lost u deze woordzoeker op?

Stuur uw inzending vóór 10 mei 2026 naar communicatie@vanneynsel.nl en maak kans op een tegoedbon ter waarde van € 22,50, te besteden bij de Grand Cafés en restaurants van Van Neynsel. Over de uitslag kan niet worden gecorrespondeerd. De winnaar ontvangt persoonlijk bericht.

Colofon

Redactie:

Marjon Arends
Janne van Dreumel
Henriëtte van Esch
Tjanne Hartman
Flavienne van Oort
Brigitte Peeters
Inge van Zoggel

Met speciale dank aan:

Jenneke Kradolfer, Franneke Hoeks,
Monique Bertens, Joep van de Weerd,
Jeffrey Mennen, Chris Berkelmans,
Soraya van der Schors en Marco Verheul.

Vormgeving:

Sandra Batelaan | baats ontwerp
Drukwerk: Dekkers van Gerwen

www.vanneynsel.nl