

ThuishotelNieuws

Najaar 2025



**Creatieve
workshops**

Sier & Steen

**Ga mee
wandelen door
het herfstdecor
van Gaasterland**

**BENT U KLAAR
VOOR DE WINTER?**

**Vind een
penvriend(in)!**

Thuishotel
Bolswarderbaan 1, 8601 ZK, Sneek



0515 46 12 34
www.thuishotel.nl

Wandelen door het herfstdecor van Gaasterland

Van IJsselmeerkust naar eeuwenoud landgoedbos

We starten deze sfeervolle herfstwandeling bij 't Mirnser Klif, waar het uitzicht op het IJsselmeer adembenemend is. Vóór vertrek warmen we op met een kop warme chocolademelk en iets lekkers.

Vanaf het klif dalen we af naar het Rysterbosk, een statig bos dat eeuwen geleden werd aangelegd door adellijke families voor de jacht. Tegenwoordig is het een beschermd natuurgebied waar de natuur het voor het zeggen heeft. Een gids van It Fryske Gea neemt u mee langs oude zandpaden, langs dassenburchten en holle bomen vol vleermuizen.

We wandelen onder indrukwekkende beuken van meer dan 200 jaar oud. Het zijn ware woudreuzen met verhalen in hun bast gekerfd. Her en der zijn open plekken; oude jachtpunten van waaruit je tot zeven paden kunt overzien.

Ook bijzonder: we staan stil bij een mysterieuze steenkist uit de prehistorie, een stille herinnering aan hoe lang dit gebied al bewoond wordt. Laat u verrassen door de geschiedenis, het landschap en de magie van de herfst.

Wandelt u mee?

Datum: zaterdag 22 november

Tijd: 14.00 - 16.00 uur

Startlocatie: Parkeerterrein 't Mirnser Klif

Programma:

14.00 uur: Welkom en warme chocolademelk

14.15 uur - 16.00 uur: Wandeling

Kosten:

Abonnees Thuishotel: € 5,00 p.p.

Niet-abonnees: € 6,00 p.p.

Aanmelden doet u door de aanmeldbon in te sturen. Dit kan tot **uiterlijk vrijdag 7 november 2025**. Nadat u zich heeft aangemeld, ontvangt u een week vóór de excursie een bevestigingsbrief/-mail. Het verschuldigde bedrag wordt 2 dagen voorafgaand aan de excursie automatisch geïncasseerd.

Thuishotel is erg blij samen te werken met de volgende dienstverleners!

DIENST	LEVERANCIER
Alarmopvolging bij personen-alarmering	Thuiszorg van Antonius
Belastingservice	Hoekstra Budgetadvies
Bestratingsbedrijf	Tanja Túnoannimmer
Bruin-en witgoedreparatie en installatie, huisautomatisering	Expert Sneek
Culturele uitstapjes	Vier het leven
Computerhulp aan huis	IT Support Friesland
Financieel ontzorgd bij verpleeghuisopname	Zicht op Geld
Haal- en brengservice kunstgebit	Kunstgebit Friesland
Hulpmiddelen	Kersten Hulpmiddelen
	De Welzijnwinkel
	Maxvitaal
	Scootmobiel Friesland
Kapper aan huis	Diverse aanbieders
Klussendienst	Bouwbedrijf Bootsma
	Onderhoudsbedrijf Dijkstra
	Schildersbedrijf Dooper V.O.F.
	Auke Jongsma
	Wout Merkus
	Onze Klusvrouw, Gonny
	Van der Weij Installaties
Korting schadeverzekering	De Friesland
	Univé
Korting zorgverzekering	De Friesland
	Univé
Maaltijdservice	Antonius Maaltijdservice
	apetito
	Poiesz Maaltijd Gemak
Opticien aan huis	Thuisopticiens Friesland
Pedicure aan huis	Diverse aanbieders
Personenalarmering	Diverse aanbieders
Preventiegesprek	Thuiszorg van Antonius
Pruikenservice	Frans Koopal
	Pruiken Thuiszorg Nederland
Rijbewijskeuring	RijbewijskeuringsArts.nl
Schoonmaakservice	Van Dijk en De Boer
Sport en bewegen	Senior Stars Fitnessclub Sneek
Tuinonderhoud	Onderhoudsbedrijf Dijkstra
	Frisia Groep
Uitvaartzorg	Romy van der Wiel
Verhuisbegeleiding	Have en Goed Huisdiensten
Verhuisservice	De Jong Verhuizingen
Was- en strijkservice	Velzen Textielreiniging

Kastelentocht Twente

Samen met Veenstra Reizen hebben we weer een mooie dagtocht samengesteld.

We verkennen het prachtige Twente en starten de dag bij Oranjemuseum Nieuw Haghuis. Dit unieke museum vormt een eerbetoon aan de rijke geschiedenis van het Huis van Oranje-Nassau.

Stap binnen in een wereld vol koninklijke verhalen, historische schatten en verrassende weetjes. Van Willem van Oranje tot de huidige monarchie; elke ruimte ademt geschiedenis, met een persoonlijke touch die bezoekers van jong tot oud weet te raken.

Na dit bezoek genieten we van een stampotbuffet. Als iedereen uitgegeten is, stappen we weer in de touringcar en rijden we o.l.v. een gids langs de 6 kastelen in deze prachtige omgeving.

Programma 10 december 2025:

06.50 - 09.00 uur Ophaalroute
11.00 - 11.30 uur Ontvangst met koffie/thee en 'Amalia-gebak'
11.30 - 12.45 uur Bezoek Oranjemuseum Nieuw Haghuis
13.00 - 14.30 uur Stampotbuffet met nagerecht
14.30 - 16.00 uur Rondrit o.l.v. een gids
18.00 - 20.10 uur Verwachte terugkomst bij de opstapplaats

Ophaalroute:

Bolsward:	Bolsward: Wokrestaurant / Tankstation (Kloosterlaan 24)	08.05 uur
Sneek:	NS-Station	08.20 uur
Joure:	Busstation (naast McDonald's)	08.45 uur
Heerenveen:	Carpool t/o McDonald's	09.00 uur



Prijs:

Abonnees Thuishotel: € 85,00 p.p.
Niet-abonnees: € 90,00 p.p.

Inclusief:

De kosten zijn inclusief de reis per touringcar, koffie/thee met gebak, bezoek en rondleiding Oranjemuseum, stampotbuffet met nagerecht en de rondrit o.l.v. een gids.

Reserveren:

Om te reserveren, belt u met Veenstra Reizen (0511 54 18 09). Houd uw abonneenummer van Thuishotel bij de hand. Bij te weinig deelname (min. 20 personen) behoudt Veenstra Reizen zich het recht om de dagtocht te annuleren.

Annuleringen:

Wanneer u verhinderd bent, dient u zich af te melden. Bij afmeldingen tot de dag vóór vertrek brengt Veenstra Reizen geen kosten in rekening. Bij afmeldingen op de dag van vertrek of indien u zonder afmelding vooraf niet komt opdagen, is Veenstra Reizen genoodzaakt 100% van de reissom in rekening te brengen.

Thuishotel zoekt pedicures

Kent of bent u een pedicure die het leuk vindt met ons samen te werken?

Wij bieden:

- ✓ Een vast bedrag per behandeling
- ✓ Een regelmatige stroom aanvragen
- ✓ Werken op locatie bij de klant
- ✓ Zelf je beschikbaarheid bepalen

Vragen of interesse? Neem contact op via **0515 46 12 34** of mail ons via **thuishotel@mijnantonius.nl**



Thuishotel woordzoeker

Puzzelt u ook weer mee? De woorden staan horizontaal, verticaal en diagonaal verstopt. Zoek de woorden en streep ze door. De overgebleven letters vormen een zin.

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

ACTIVITEITEN
BEWEGEN
BITTERBALLEN
BRIEVEN
CHOCOLADEMELK
DAGTOCHTEN
FRYSKEGEA
HERFST
HERFSTWANDELING
KEURINGSARTS
PENVRIENDEN

RIJBEWIJS
SCHRIJVEN
SIERADEN
STAMPPOTBUFFET
TUIN
VITAAL
WANDELEN
WINTERKLAAR
WORKSHOP
ZINGEN
ZORGVERZEKERING

Let op: Stuur de oplossing vóór 9 januari 2026 naar thuishotel@mijnantonius.nl en maak kans op een VVV-cadeaukaart!

De winnaar krijgt persoonlijk bericht en wordt tevens bekendgemaakt via Facebook (www.facebook.com/thuishotel)



De overgebleven letters kunt u hieronder invullen.

Winterklaar? Vergeet uzelf niet!

De winter komt eraan. Een tijd van warme dekens, dikke sokken, maar ook van gladde paadjes, korte dagen en soms wat eenzaamheid. Natuurlijk denkt u al snel aan tochtstrips en een warme trui. Maar er zijn ook andere manieren om de winter aangenamer, veiliger én gezelliger te maken. We verzamelden een aantal tips voor in huis, de tuin én voor uzelf. Praktisch én met een glimlach.

Stop warme handen in de brievenbus

Een klein gebaar kan een groot verschil maken. Stop eens een paar wegwerp-handwarmers, een theezakje of een lief kaartje in de brievenbus van een buur die wel wat extra aandacht kan gebruiken. Een verrassend en hartverwarmend gebaar.

Winterbingo: bel elke week iemand anders

Maak een lijstje met mensen die u al een tijdje niet hebt gesproken. Elke week belt u iemand van dat lijstje. Even bijpraten of gewoon vragen hoe het gaat. Zo blijft u in contact, ook als u minder makkelijk de deur uitkomt.

Prik gaatjes in een lege plastic fles voor dooizout op maat

Maak van een lege melk- of sapfles een handige zoutstrooier. Even vullen met zand of stroozout, gaatjes in de dop prikken en u strooit precies waar het nodig is, zonder gesjouw met zware zakken. Ook koffiedik gemengd met zand helpt prima tegen gladheid op tuinpadjes.

Kamerplantensafari

Geef elke dag een andere kamerplant aandacht. Even verpotten, bladeren afstoffen of wat water geven. U blijft in beweging, hebt iets om naar uit te kijken en het fleurt huis én hart op.

Sinaasappelschillen als natuurlijke geurverspreider

Droog de schil van een sinaasappel en leg deze in een schaaltje met wat kruidnagel of kaneel. Een warme, winterse geur zó uit eigen keuken.

Rijst in een sok = handwarmer

Vul een sok met droge rijst, knoop 'm dicht en verwarm hem even in de magnetron. Ideaal als handwarmer tijdens een tv-avondje en ook heerlijk bij stijve vingers.

Workshops Sier & Steen

Nicole Visser nodigt u van harte uit voor een creatieve workshop. Nicole is een creatieve vrouw, die al meer dan 40 jaar sieraden maakt. De afgelopen 5 jaar zijn de kralen van puur natuur edelsteen en ze vertelt u graag over de spirituele werking van edelstenen. Nicole zorgt er op vakkundige wijze voor dat u met een persoonlijk en uniek kunstwerk naar huis gaat. Onder het genot van koffie, thee en wat lekkers, heeft u de tijd om creatief én gezellig bezig te zijn.

Workshop dag 1 - Woensdag 3 dec.

Workshops Persoonlijke armband en Wensengeltjes maken

Datum: Woensdag 3 december
Tijd: 14.00 uur – 16.00 uur
Locatie: Sneek

Kosten Persoonlijke armband:

Abonnees Thuishotel: € 24,00 p.p.
Niet-abonnees: € 29,00 p.p.

Kosten Wensengeltjes maken (4 engeltjes):

Abonnees Thuishotel: € 15,00 p.p.
Niet-abonnees: € 17,50 p.p.



Persoonlijke armband

Tijdens de workshop ontvangt u informatie over de diverse soorten edelstenen. Op deze manier maakt u een heel persoonlijk sieraad, waar u veel plezier én profijt van kunt hebben.



Wensengeltjes

De engeltjes bestaan uit mooie edelstenen kralen gecombineerd met metalen onderdelen in zilver en goud. De engeltjes komen op een kaartje met tekst, geïnspireerd door de werking van de diverse edelstenen. Een betekenisvol cadeautje voor elke gelegenheid!

Workshop dag 2 - Donderdag 4 dec.

Workshops Zonnevanger en Sieradenset

Datum: Donderdag 4 december
Tijd: 14.00 uur – 16.00 uur
Locatie: Sneek

Kosten:

Abonnees Thuishotel: € 24,00 p.p.
Niet-abonnees: € 29,00 p.p.



Zonnevanger met edelsteen en kralen

Hang de zonnevanger voor het raam en de zon zorgt voor prachtige regenboogjes in de kamer. Tezamen met de edelsteen, geeft dat een hele goede energie.



Sieradenset

Maak een mooie set, bestaande uit een ketting en twee paar oorbellen (hangers en stekers) van stainless steel met edelsteen-kralen, aangevuld met strasskralen.

Aanmelden:

Per dag kunt u kiezen voor 1 workshop. Aanmelden voor de workshops van Sier & Steen doet u door de aanmeldbon verderop in deze editie op te sturen. Dit kan tot **uiterlijk maandag 24 november 2025**. Nadat u zich heeft aangemeld, ontvangt u een week van tevoren een bevestigingsbrief/-mail. Het verschuldigde bedrag wordt 2 dagen voorafgaand aan het evenement automatisch geïncasseerd.



Rijbewijskeuring nodig?

Thuishotel helpt u graag op weg

Voor veel mensen betekent het rijbewijs vrijheid en zelfstandigheid. Even naar de winkel, op bezoek bij familie of de mantelzorg voor een partner; de auto maakt het mogelijk. Daarom is het belangrijk dat u zich op tijd medisch laat keuren voor uw rijbewijs. En daar helpt Thuishotel u graag bij!

In samenwerking met RijbewijskeuringsArts.nl kunt u rekenen op een veilige en betaalbare medische keuring, speciaal voor abonnees van Thuishotel. De keuringen worden uitgevoerd door dokter Robert Sadiék, BIG-geregistreerd arts en arboarts, en zijn deskundige team.

Abonnees van Thuishotel profiteren van extra voordeel én een betrouwbare medische beoordeling. Hieronder vindt u de tarieven:

Voordeel (prijzen incl. 21% btw):

- € 47,50 i.p.v. € 64,50 voor de keuring rijbewijs A/B/BE (75 jaar en ouder)
- € 62,50 i.p.v. € 77,50 voor keuring A/B/BE/CE/D/DE, taxipas, medibus, touringcar en klein vaarbewijs (tot 75 jaar)

Let op: Voordat u een afspraak maakt, dient u een gezondheidsverklaring in te vullen via www.mijnCBR.nl (met uw DigiD). Dit is niet nodig bij een keuring voor medibus, buurtbus of taxi.

Een deel van uw rijbewijskeuring declareren?

Vaak kunt u bij uw zorgverzekeraar een deel van de rijbewijskeuring declareren. Vraag dan na de keuring via afspraken@rijbewijskeuringsarts.nl uw betaalbewijs met AGB-code op om uw declaratie bij uw zorgverzekeraar in te dienen.

Een tevreden klant vertelt:

"Dankzij mijn rijbewijs ben ik mobiel, vrij en onafhankelijk. Ik zorg voor mijn man die slecht ter been is. Zonder auto zou dat heel lastig zijn. Natuurlijk wilde ik zeker weten dat alles goed zat. Bij dokter Sadiék voelde ik me op mijn gemak. Hij nam de tijd, stelde vragen en keek echt naar mij als persoon. Met alle documenten bij de hand, zoals mijn medicatielijst en recente oogmeting, verliep de keuring prettig. En inmiddels heb ik de goedkeuring van het CBR binnen! Wat een opluchting."

Wilt u ook een afspraak maken?

Ontvang **5% extra korting** bovenop uw Thuishotel-korting uitlopend bij een online boeking via: www.rijbewijskeuringsarts.nl. Of bel met de praktijk via 085 – 018 08 00 (ma-vrij 09:00 t/m 17:00 uur).

Happen en zingen!



Op vrijdag 21 november verzorgt zangeres Janny Baarda uit Hennaard samen met toetsenist Hains de Vries uit Lytsewierrum een gezellige middag in Sneek met Friese, Nederlandse en Engelse muziek.

Met de titel 'Muzyk op ús eigen wize' nodigen zij iedereen graag uit om met elkaar te zingen. Op deze manier hebben zij al meerdere succesvolle optredens voor Thuishotel mogen geven.

Het programma zal weer een feest van herkenning zijn. Met liedjes en gedichten als 'Us Doarp', 'Frysk Hynder', 'It Bûtenhûs bankje', 'Just an illusion' en vele andere. Vóórdat u kunt meezingen, krijgt u een heerlijk stampotbuffet van Antonius Maaltijdservice aangeboden.

Datum: Vrijdag 21 november 2025
Tijd: 11.00 – 15.30 uur
Locatie: Recreatiecentrum 'De Spil' in Sneek (Molenkrite 169)

Programma:

11.00 - 11.15 uur: Inloop
12.00 - 13.15 uur: Stampotbuffet
13.30 - 15.15 uur: Optreden Janny Baarda en Hains de Vries (incl. pauze)

Kosten:

Abonnees Thuishotel: € 17,50 p.p.
Niet-abonnees: € 20,00 p.p.

Kosten zijn inclusief 1 koffie/thee bij binnenkomst en koffie/thee na het eten. Consumpties tijdens het stampotbuffet zijn voor eigen rekening.

Let op:

Voor deze middag dient u zich aan te melden.

Aanmelden doet u door de aanmeldbon verderop in deze editie in te sturen. Dit kan tot **uiterlijk woensdag 12 november**. Nadat u zich heeft aangemeld, ontvangt u een week van tevoren een bevestigingsbrief/-mail. Het verschuldigde bedrag wordt 2 dagen voorafgaand aan het evenement automatisch geïncasseerd.

Hulpmiddelen nodig? Maxvitaal denkt met u mee



Soms maakt een klein hulpmiddel al een groot verschil in het dagelijks leven. En soms is er wat meer nodig, zoals een scootmobiel of een aangepast bed. Wat het ook is: het is belangrijk dat u goed wordt geholpen. Thuishotel werkt daarom graag samen met **Maxvitaal**, een ruime en toegankelijke zorgwinkel in Emmeloord, waar u op uw gemak allerlei zorghulpmiddelen kunt bekijken én uitproberen. In de showroom van maar liefst 900 m² vindt u een indrukwekkend aanbod. Denk aan:

- **Scootmobielen**, rollators, rolstoelen en driewielfietsen
- **Zorgbedden**, sta-op-stoelen en comfortabele zitkussens
- **Hulpmiddelen voor in huis**, zoals douche- en toiletsteunen, aantrekhuizen, keukenhulpjes, loepen en hulpmiddelen voor mensen met verminderd zicht
- **Braces, hometrainers** en een ruime **outlet met tweedehands hulpmiddelen**

Bij Maxvitaal staat **persoonlijk advies en service** centraal. U wordt geholpen door deskundige adviseurs die samen met u bekijken wat het beste bij uw situatie past. Ook voor **reparatie en onderhoud** bent u bij Maxvitaal aan het juiste adres. Ze hebben zelfs een eigen werkplaats. U bent van harte welkom in de winkel in Emmeloord. De koffie staat klaar! Is het lastig om zelf naar de winkel te komen? Geen probleem! In overleg komt Maxvitaal ook graag bij u thuis langs.

Bij Thuishotel houden we van voordeel en korting

Wist u dat?

- Thuishotel samenwerkt met de (zorg)verzekeraars De Friesland en Univé?
- U als abonnee **korting** krijgt op uw **aanvullende verzekering** en/of **schadeverzekering**?
- U bij De **Friesland 8%** korting ontvangt op uw aanvullende verzekering en bij **Univé 10%**?
- Klanten van Univé profiteren van minimaal 5% en maximaal 10% op de schadeverzekering? Hoe meer verzekeringen u afsluit, hoe hoger uw korting.
- U bij Univé zelfs uw **Thuishotel-abonnement vergoed** krijgt?
- U als verzekerde bij De Friesland korting ontvangt op schadeverzekeringen van **Centraal Beheer**?
- U eventuele korting per de **eerste van de volgende maand** kan laten ingaan?

GRATIS! Individuele Scoot-training

Vol vertrouwen met je scootmobiel het verkeer in!

Voor inwoners van de gemeente Súdwest-Fryslân mag Stichting Bevordering Verkeerseducatie (kort SBV) 15 gratis individuele scootmobieltrainingen uitvoeren.

De scootmobiel is een geweldig hulpmiddel om zelfstandig deel te nemen aan het verkeer. Beheersing van uw scootmobiel en kennis van de verkeersregels geven u vrijheid.

In deze ontspannen training optimaliseert u uw rijstijl, wordt de verkeerstheorie behandeld en rijdt u onder begeleiding van een docent een rit in het verkeer om situaties te oefenen. Daarnaast is er een behendigheidsparcours en wordt uw scootmobiel onderworpen aan een technische check.

De training zal plaatsvinden bij / in de omgeving van uw eigen huis. Dag en tijdstip zijn in overleg. De duur van de training is ongeveer 3 uren.

Doet u ook mee?

Aanmelden kan per e-mail naar klaas@stichtingsbv.nl of door te bellen met 06 11 07 15 45.

Voor meer informatie kijkt u op www.stichtingsbv.nl

Op zoek naar een penvriend(in) of belmaatje?

Lijkt het u leuk om iemand te leren kennen om mee te schrijven of af en toe een gezellig telefoongesprek mee te voeren? Dat kan!

Bij Thuishotel vinden we het belangrijk dat u zich verbonden blijft voelen, ook als u graag thuis bent. Daarom brengen wij abonnees die behoefte hebben aan een penvriend(in) of belmaatje, graag met elkaar in contact.

Hoe werkt het?

- Meld u eenvoudig aan via de bon
- U ontvangt van ons een kort vragenlijstje waarin u kunt aangeven wat u zoekt
- Daarna kijken wij wie goed bij u past en brengen wij u in contact.

Voor wie?

Voor alle abonnees van Thuishotel die graag een ander leren kennen; of u nu man of vrouw bent, oud of jong of gewoon behoefte heeft aan een gezellig contact.

Interesse?

Meld u zich dan aan via de aanmeldbon of bel ons (0515 46 12 34). Mailen kan uiteraard ook (thuishotel@mijnantonius.nl). Dan sturen wij u het vragenlijstje toe.

Zo zorgen we samen voor meer gezelligheid!



AANMELDBON

☐ Ik/wij meld(en) mij/ons* aan voor één of meerdere onderstaande activiteiten.

Aantal personen: 2^e persoon is wel/niet* abonnee van Thuishotel.

Activiteit(en):

- | | |
|--|---|
| ☐ Happen en zingen!, 21 nov. 2025 | ☐ Herfstwandeling Gaasterland, 22 nov. 2025 |
| ☐ Penvriend(in) of belmaatje | ☐ Workshops → ☐ Spirituele armband, 3 december 2025 |
| | ☐ Wensengeltjes, 3 december 2025 |
| | ☐ Zonnevanger, 4 december 2025 |
| | ☐ Sieradenset, 4 december 2025 |

*doorhalen wat niet van toepassing is

Naam: Voorletter(s): Man ☐ Vrouw ☐

Adres:

Postcode: Woonplaats:

E-mailadres: Telefoonnummer:

Abonnee-nummer Thuishotel pers.1:

IBAN rekeningnummer pers.1*: Datum:

☐ *Hierbij machtig ik Thuishotel tot een eenmalige afschrijving van de kosten van de gekozen activiteit(en).

☐ Ik meld mij aan voor de digitale nieuwsbrief van Thuishotel en blijf graag op de hoogte.

De ingevulde bon kunt u sturen naar Thuishotel, **Bolswarderbaan 1, 8601 ZK, Sneek.**

Aanmelden kan ook per e-mail: thuishotel@mijnantonius.nl. Vergeet dan niet uw gegevens mee te sturen.

VERTROUWELIJK