

# PerspectiefNL



|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| 1. FC Köln - FC Ingolstadt           | 1:1 |
| FC Augsburg - FC Schalke 04          | 0:0 |
| 1899 Hoffenheim - SC Freiburg        | 2:1 |
| Eintracht Frankfurt - Bayern München | 1:1 |
| Werder Bremen - Bayer Leverkusen     | 2:1 |
|                                      | 2:2 |

## DAS WETTER

In und um Göttingen steht heute ein sonniger Tag bevor. Die Temperaturen liegen bei 15 bis 18 Grad. Am Freitag wird es etwas kühler, mit 12 bis 15 Grad. Am Samstag und Sonntag wird es wieder wärmer, mit 15 bis 18 Grad.



# Abortuszorg toegankelijker door pil via huisartsen: Wat vindt Nederland?

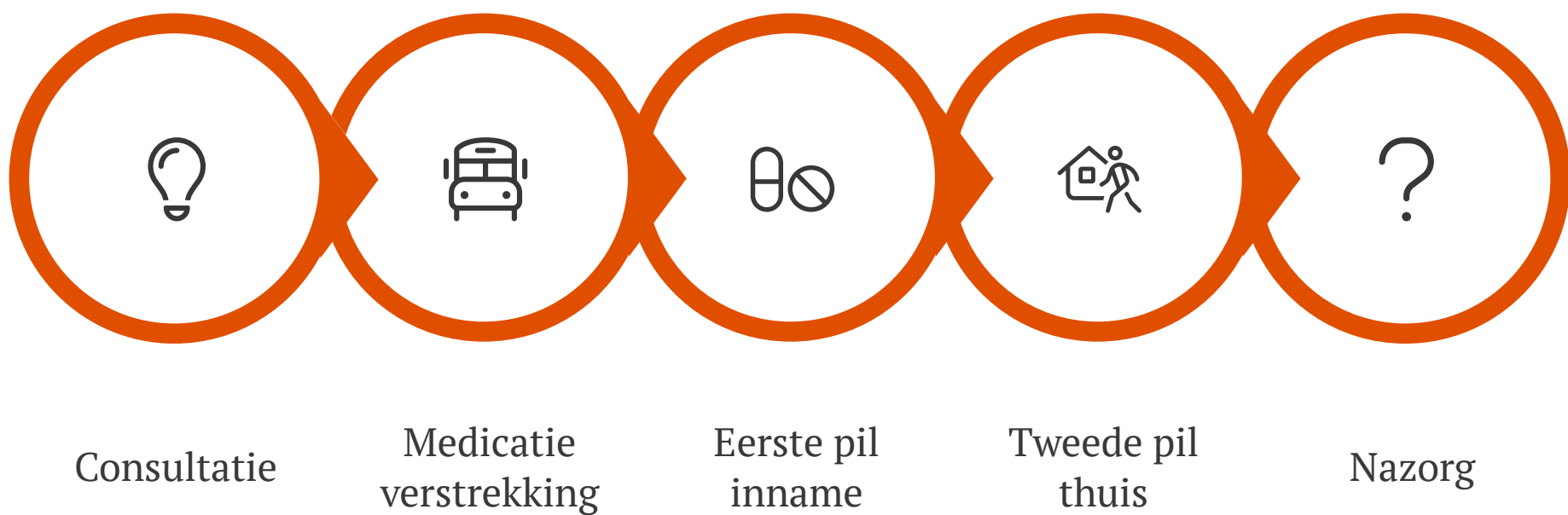
Willem Bosgra voor PerspectiefNL

Sinds 1 januari 2025 is er een belangrijke verandering in de Nederlandse gezondheidszorg: vrouwen kunnen nu tot 9 weken zwangerschap de abortuspil via hun huisarts verkrijgen. Dit document onderzoekt de implicaties van deze beleidswijziging, de praktische betekenis voor vrouwen en zorgverleners, en hoe de Nederlandse samenleving hierop reageert.

We analyseren de voordelen van toegankelijker zorg, de procedure zelf, beschikbare ondersteuning, en het maatschappelijk debat rond deze ontwikkeling.

# Nieuwe Toegang tot Abortuszorg: Abortuspil via Huisartsen sinds 2025

Vanaf 1 januari 2025 is er een significante verandering in de Nederlandse abortuszorg ingevoerd. Vrouwen hebben nu de mogelijkheid om de abortuspil tot 9 weken zwangerschap via hun huisarts te verkrijgen. Dit biedt een aanvulling op de reeds bestaande mogelijkheden bij abortusklinieken en ziekenhuizen in het land. Deze beleidsverandering markeert een belangrijke mijlpaal in het streven naar meer toegankelijke en laagdrempelige abortuszorg.



De huisarts kan nu medicatie voorschrijven die de zwangerschap tot 9 weken veilig kan afbreken. Dit betekent dat vrouwen in een vroeg stadium van een ongewenste zwangerschap niet meer per se naar een gespecialiseerde kliniek hoeven te reizen, maar in de vertrouwde omgeving van hun eigen huisartsenpraktijk terecht kunnen.

Het is echter belangrijk te benadrukken dat niet alle huisartsen deze behandeling aanbieden. Sommige artsen kiezen ervoor dit niet te doen vanwege persoonlijke overtuigingen, gebrek aan ervaring of andere redenen.

## Toegang tot zorg

De abortuspil is nu verkrijgbaar bij de huisarts tot 9 weken zwangerschap, naast de bestaande opties bij abortusklinieken en ziekenhuizen.

## Beschikbaarheid huisartsen

Niet alle huisartsen bieden deze dienst aan. Vrouwen wordt geadviseerd dit vooraf te controleren bij hun eigen huisarts.

## Financiële aspecten

Abortuszorg blijft volledig kosteloos voor inwoners en werkenden in Nederland, ook wanneer deze via de huisarts verloopt.

Een cruciaal aspect van deze ontwikkeling is dat abortuszorg in Nederland volledig gratis blijft voor inwoners en werkenden in het land. Dit geldt ook voor de abortuspil via de huisarts. De financiering hiervan wordt geregeld via de overheid en zorgverzekeraars, waardoor financiële drempels geen belemmering vormen voor vrouwen die deze zorg nodig hebben.

Deze benadering past binnen het Nederlandse zorgsysteem dat toegankelijkheid en keuzevrijheid in de gezondheidszorg voorop stelt.

Experts uit de gezondheidszorg wijzen erop dat deze verandering niet alleen de fysieke toegang tot abortuszorg verbetert, maar ook potentieel de emotionele belasting vermindert.

Voor veel vrouwen kan het bezoeken van een gespecialiseerde abortuskliniek een extra stressvolle ervaring zijn, terwijl de vertrouwde omgeving van de huisartsenpraktijk meer comfort kan bieden tijdens een reeds moeilijke tijd.

# Wat Betekent Dit Voor Vrouwen en de Zorgpraktijk?

De invoering van de abortuspil via huisartsen heeft verstrekkende gevolgen voor vrouwen in Nederland. Een van de meest significante voordelen is dat vrouwen nu sneller en laagdrempeliger hulp kunnen krijgen wanneer zij geconfronteerd worden met een ongewenste zwangerschap.

Vooraf voor vrouwen in landelijke gebieden, waar abortusklinieken vaak op grote afstand liggen, betekent dit een aanzienlijke verbetering in toegankelijkheid.

De tijd tussen het vaststellen van een ongewenste zwangerschap en het verkrijgen van hulp kan nu aanzienlijk worden verkort. Dit is niet alleen praktisch belangrijk, maar ook emotioneel, aangezien langere wachttijden vaak leiden tot verhoogde stress en angst.

Bovendien biedt de huisartsenpraktijk een omgeving die voor veel vrouwen vertrouwd en minder stigmatiserend aanvoelt dan een gespecialiseerde kliniek.



De abortuspil bestaat uit twee verschillende medicijnen die sequentieel worden ingenomen. Het eerste medicijn, mifepriston, blokkeert het hormoon progesteron dat nodig is voor het voortzetten van de zwangerschap.

Het tweede medicijn, misoprostol, zorgt ervoor dat de baarmoeder samentrekt en het vruchtzakje afvoert, vergelijkbaar met een natuurlijke miskraam.



Huisartsen spelen een cruciale rol in het begeleiden van vrouwen bij hun besluitvorming. Ze kunnen vertrouwelijke gesprekken voeren en, indien gewenst, doorverwijzen naar keuzehulporganisaties die vrouwen kunnen ondersteunen bij het maken van een weloverwogen keuze. Deze organisaties bieden onpartijdige informatie en emotionele steun, zonder te sturen in een bepaalde richting.



## Beschikbare Nazorg

Na de abortusprocedure is er gratis nazorg beschikbaar via verschillende kanalen:

- Controle bij de huisarts om te verzekeren dat de procedure volledig is afgerond
- Psychische ondersteuning via het Informatiepunt Onbedoelde Zwangerschap
- Begeleiding door Fiom, gespecialiseerd in ondersteuning rond zwangerschapskeuzes
- Online zelfhulpmodules voor verwerking
- Indien nodig, doorverwijzing naar meer gespecialiseerde GGZ-zorg

Voor medische professionals betekent deze verandering een uitbreiding van hun takenpakket en verantwoordelijkheden. Huisartsen die de abortuspil willen verstrekken, hebben specifieke training ontvangen over de procedure, mogelijke complicaties en de psychosociale aspecten van abortuszorg.

Ze moeten ook vertrouwd zijn met de wettelijke kaders, waaronder de verplichte bedenktijd van vijf dagen die in Nederland geldt tussen het eerste consult en de daadwerkelijke behandeling.

De integratie van abortuszorg in de huisartspraktijk draagt bij aan een meer holistische benadering van vrouwengezondheid, waarbij reproductieve keuzes worden erkend als een normaal onderdeel van de gezondheidszorg in plaats van als een geïsoleerde dienst.

Tegelijkertijd worden de specialistische abortusklinieken ontlast, waardoor zij zich kunnen richten op complexere gevallen en abortuszorg in latere stadia van de zwangerschap.

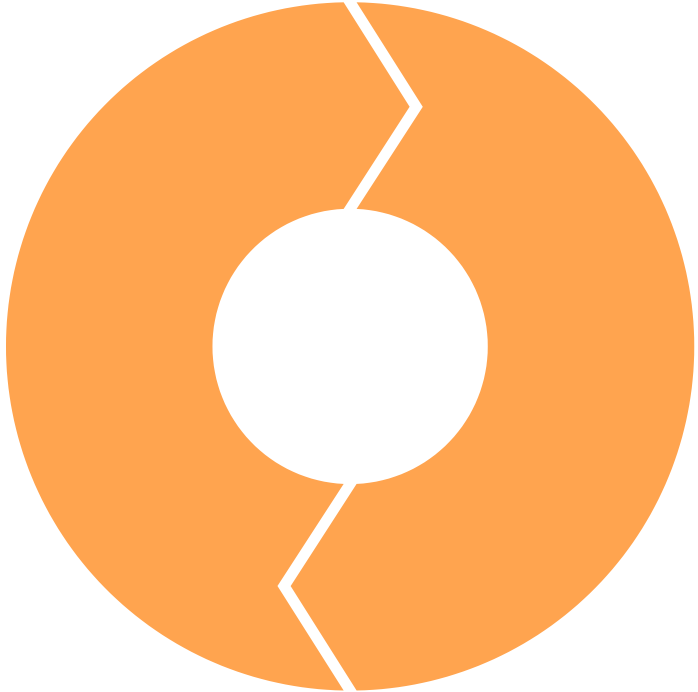
# Publieke Opinie en Toekomstperspectief in Nederland



De uitbreiding van abortuszorg via huisartsen heeft in Nederland uiteenlopende reacties teweeggebracht, maar wordt overwegend positief ontvangen als een stap voorwaarts in het verbeteren van de toegankelijkheid van reproductieve gezondheidszorg. Uit verschillende peilingen en publieke discussies blijkt dat een meerderheid van de Nederlanders deze ontwikkeling steunt, met name vanwege de verbeterde privacy en het gemak voor vrouwen die met een ongewenste zwangerschap worden geconfronteerd.

### Voorstanders benadrukken

- Verbeterde toegankelijkheid voor vrouwen in landelijke gebieden
- Vermindering van wachttijden en reistijd
- Meer privacy en minder stigmatisering
- Integratie van abortuszorg in reguliere gezondheidszorg



### Discussiepunten blijven

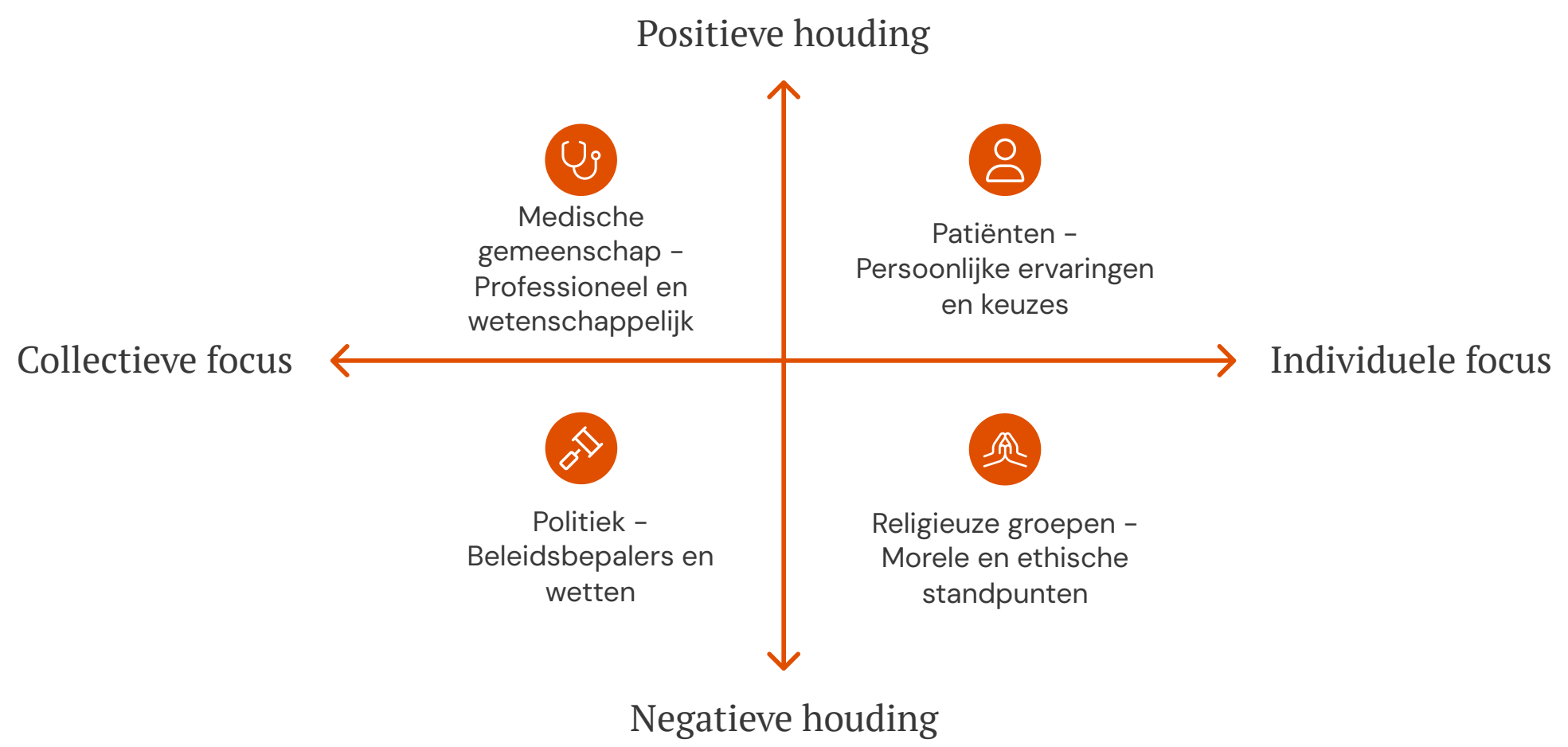
- De rol van gewetensbezwaarde huisartsen
- Waarborgen van goede voorlichting en begeleiding
- Training en ondersteuning voor huisartsen
- Balans tussen toegankelijkheid en zorgvuldigheid

Verschillende maatschappelijke organisaties hebben hun standpunten kenbaar gemaakt. Het Nederlands Genootschap van Abortusartsen (NGvA) heeft de ontwikkeling verwelkomt als een verbetering van de keuzevrijheid voor vrouwen, maar benadrukt ook het belang van goede training voor huisartsen en duidelijke doorverwijzingsprotocollen wanneer specialistische zorg nodig is.

Keuzehulporganisaties onderstrepen dat, ongeacht waar de abortus plaatsvindt, goede begeleiding en ondersteuning essentieel blijven.

Een belangrijk discussiepunt blijft de positie van huisartsen die om religieuze of persoonlijke redenen ervoor kiezen geen abortuspillen te verstrekken. De huidige regelgeving respecteert het geweten van individuele zorgverleners, maar vereist wel dat zij patiënten doorverwijzen naar collega's die wel bereid zijn deze zorg te verlenen.

Dit delicate evenwicht tussen gewetensrecht van artsen en toegangsrecht van patiënten blijft onderwerp van maatschappelijk debat.

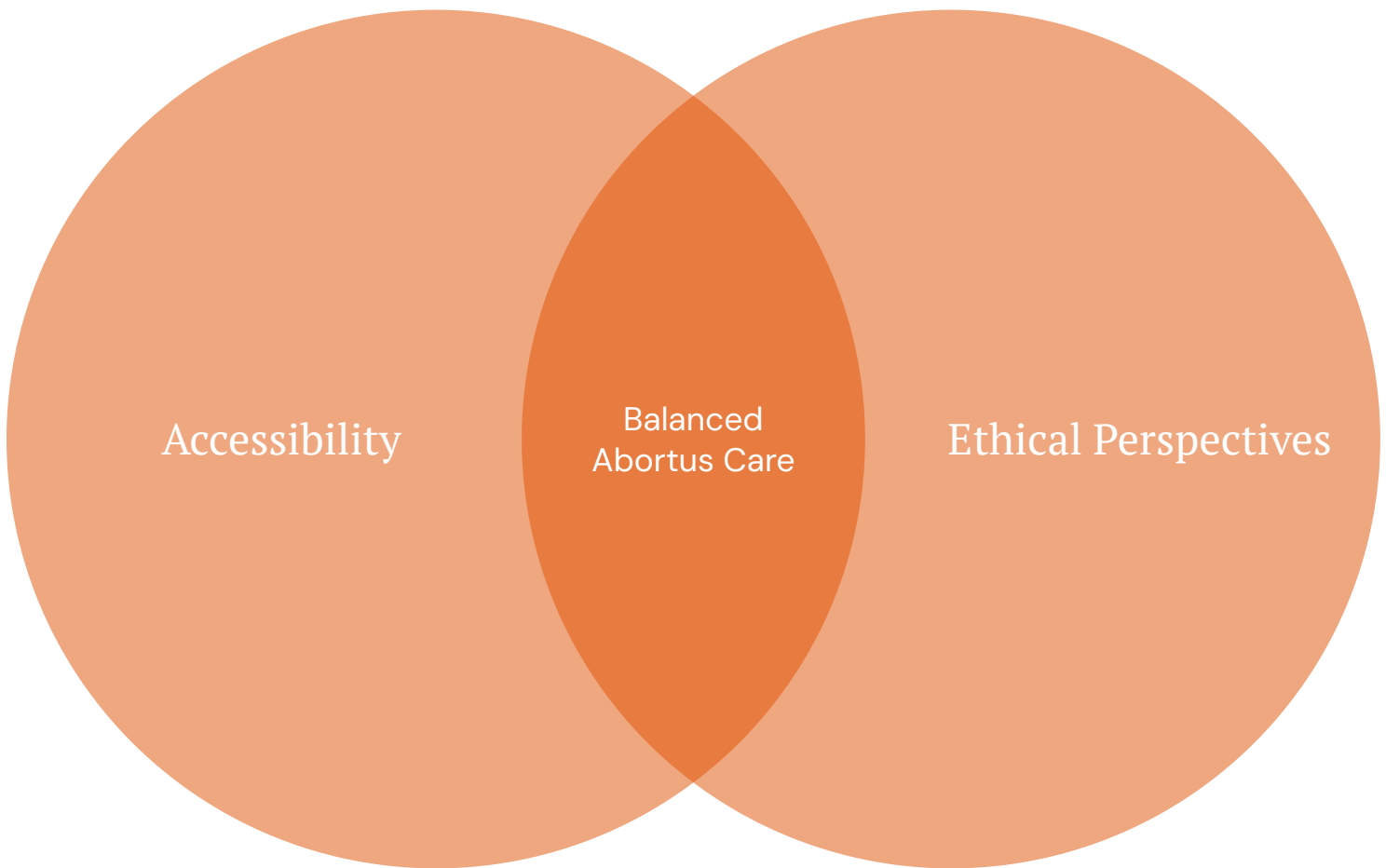


Vanuit politiek perspectief wordt de uitbreiding van abortuszorg via huisartsen gezien als een logische voortzetting van het Nederlandse beleid dat autonomie en keuzevrijheid in reproductieve gezondheidszorg centraal stelt.

Nederland heeft internationaal een reputatie voor zijn pragmatische benadering van abortus, met relatief lage abortuscijfers ondanks liberale wetgeving, wat vaak wordt toegeschreven aan goede seksuele voorlichting en toegang tot anticonceptie.

Voor de toekomst verwachten experts dat deze ontwikkeling zal leiden tot een verdere normalisering van abortuszorg als onderdeel van reguliere gezondheidszorg. De verwachting is dat wachttijden zullen afnemen, de stress voor vrouwen vermindert, en dat er meer aandacht komt voor preventie en nazorg.

Ook wordt voorspeld dat het stigma rond abortus verder zal afnemen wanneer het meer wordt gezien als een normaal onderdeel van huisartsenzorg.



Internationale gezondheidsorganisaties volgen de Nederlandse ontwikkelingen met interesse, aangezien veel landen worstelen met de toegankelijkheid van abortuszorg. De integratie van vroege abortuszorg in de eerstelijnszorg zou als model kunnen dienen voor andere landen die streven naar een evenwicht tussen toegankelijkheid, kwaliteit en respect voor verschillende ethische perspectieven binnen hun zorgsysteem.



# Acceptatie van lhbti+ daalt opnieuw in Nederland: Feiten en trends

Willem Bosgra voor PerspectiefNL

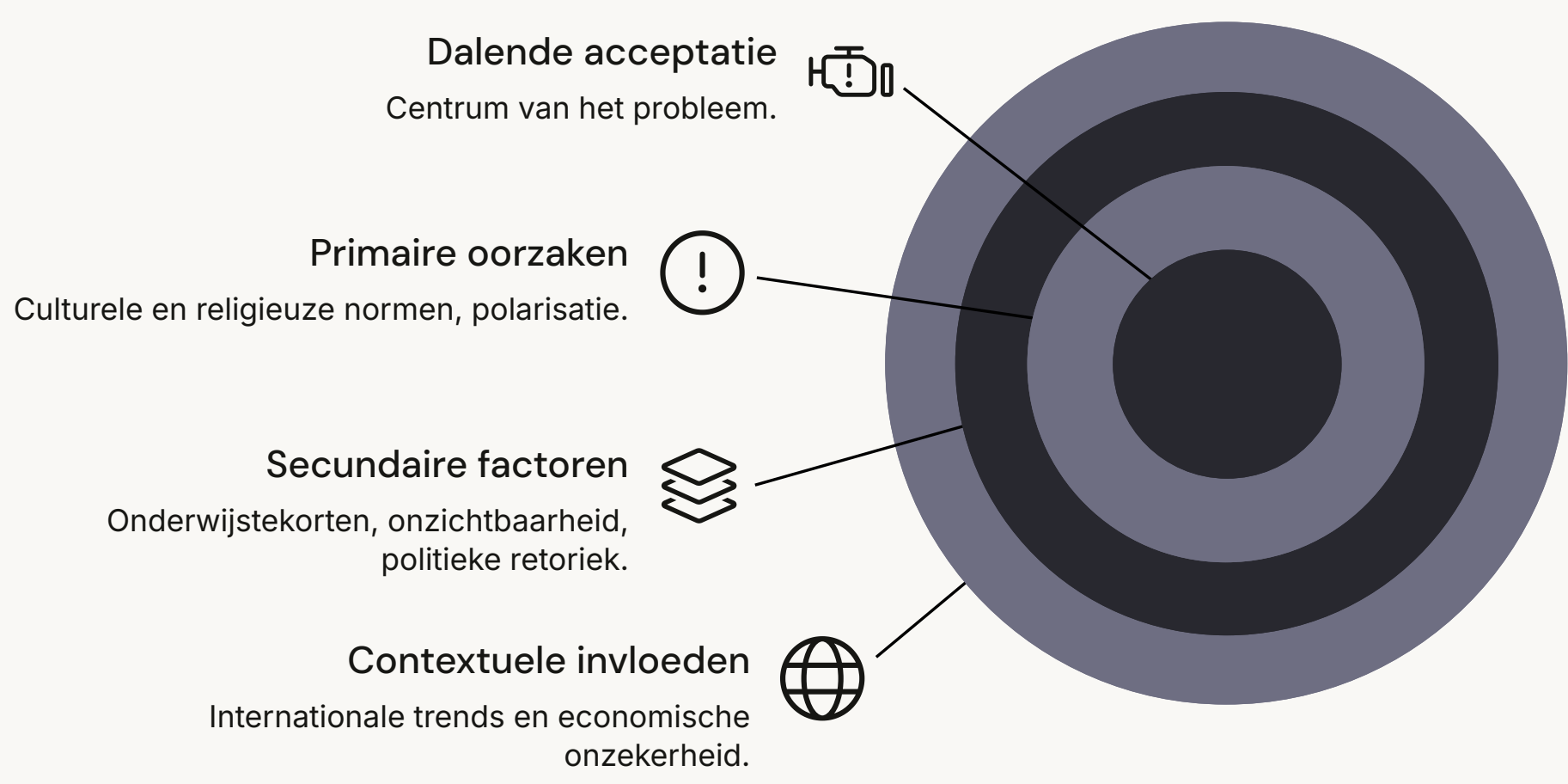
De acceptatie van lhbti+ personen in Nederland, een land dat internationaal bekend staat om zijn progressieve houding, vertoont een zorgwekkende trend. Recente gegevens wijzen op een daling in de maatschappelijke acceptatie, met name in de grote steden waar deze eerder juist hoog was.

In 2024 beschouwt slechts 43% van de Amsterdamse jongeren relaties tussen mensen van hetzelfde geslacht als acceptabel, een percentage dat alarmerend laag is voor een stad die bekend staat om zijn inclusiviteit. Op landelijk niveau ervaart meer dan de helft (51%) van de lhbti+ gemeenschap een verslechtering in de acceptatie.

Verschillende onderzoeksrapporten bevestigen deze ontwikkeling en wijzen op een stagnatie of zelfs een lichte daling in de acceptatie, met opvallende verschillen tussen leeftijdsgroepen en regio's. Nederland, ooit voorloper in lhbti+ rechten, staat voor de uitdaging om deze dalende trend te begrijpen en tegen te gaan.

# Oorzaken van de dalende acceptatie

De afnemende acceptatie van lhbti+ personen in Nederland kent diverse oorzaken die diep verweven zijn met bredere maatschappelijke ontwikkelingen. Deze complexe problematiek vraagt om een genuanceerde analyse van verschillende factoren die bijdragen aan het huidige klimaat.



## Culturele en religieuze factoren

Een significante oorzaak ligt in de culturele en religieuze diversiteit van Nederland. Onderzoek toont aan dat de acceptatie aanzienlijk lager is onder jongeren met een niet-Nederlandse achtergrond, met name onder jonge mannen.

In gemeenschappen waar conservatieve religieuze waarden sterk aanwezig zijn, bestaat vaak meer weerstand tegen lhbti+ acceptatie. Deze spanningen manifesteren zich het sterkst in stedelijke gebieden met een hoge culturele diversiteit.

## Leeftijdsgebonden verschillen

Opvallend is dat de acceptatie onder jongeren in de leeftijdsgroep 13-15 jaar significant lager ligt dan bij jongvolwassenen (19-24 jaar). Dit wijst mogelijk op veranderende attitudes in de nieuwe generatie of op het feit dat acceptatie toeneemt met leeftijd en levenservaring.

De zorgwekkende daling bij tieners vraagt om speciale aandacht, aangezien deze groep de maatschappelijke normen van de toekomst bepaalt.

## Polarisatie en sociale media

Het maatschappelijke debat rondom lhbti+ kwesties is de afgelopen jaren sterk gepolariseerd geraakt. Sociale media spelen hierin een katalyserende rol, waarbij extreme standpunten meer aandacht krijgen dan gematigde stemmen. De toenemende negatieve beeldvorming en het verharde debat creëren een klimaat waarin vooroordelen versterkt worden en genuanceerde gesprekken moeilijker te voeren zijn.

### Onzichtbaarheid in onderwijs

In veel onderwijsinstellingen ontbreekt adequate voorlichting over seksuele en genderdiversiteit. Wanneer lhbti+ thema's onbesproken blijven of oppervlakkig worden behandeld, blijven vooroordelen en misverstanden bestaan. Inclusief onderwijs is essentieel voor het bevorderen van begrip en respect.

### Toename discriminatie

Het aantal meldingen van discriminatie tegen lhbti+ personen is toegenomen. Deze incidenten variëren van verbaal geweld tot fysieke aanvallen, wat bijdraagt aan een klimaat van angst en onveiligheid. De zichtbaarheid van deze discriminatie versterkt het gevoel dat acceptatie afneemt.

### Politieke retoriek

In het politieke landschap is lhbti+ acceptatie steeds vaker onderwerp van controverse. Sommige politieke stromingen gebruiken anti-lhbti+ retoriek om kiezers aan te spreken, wat bijdraagt aan de normalisering van intolerante standpunten in het publieke debat.

Deze complexe mix van factoren verklaart waarom, ondanks decennia van progressie, de acceptatie van lhbti+ personen in Nederland nu onder druk staat. De interactie tussen culturele, sociale, educatieve en politieke elementen creëert een uitdagende omgeving voor duurzame acceptatie en inclusie.

# Gevolgen en perspectief: waarom aandacht essentieel blijft

De dalende acceptatie van lhbti+ personen in Nederland heeft verstrekken gevolgen voor zowel individuen als de samenleving als geheel. Deze ontwikkeling vraagt om blijvende aandacht en gerichte maatregelen om verdere achteruitgang te voorkomen en de situatie te verbeteren.

## Gevolgen voor lhbti+ personen



### Toenemende onveiligheid

Lhbti+ personen ervaren een groeiend gevoel van onveiligheid in de publieke ruimte. Veel individuen passen hun gedrag aan door bepaalde gebieden te vermijden of hun identiteit te verbergen om confrontaties te voorkomen.



### Psychische belasting

De constante confrontatie met afwijzing en discriminatie leidt tot verhoogde stress, angst en depressie. Onderzoek toont aan dat lhbti+ personen een verhoogd risico hebben op psychische problemen wanneer zij leven in een omgeving met lage acceptatie.



### Sociale isolatie

Verminderde acceptatie draagt bij aan een gevoel van uitsluiting en vervreemding. Dit kan leiden tot isolement en het vermijden van sociale interacties, wat de integratie in de samenleving bemoeilijkt.

## Maatschappelijke implicaties

De dalende acceptatie heeft ook bredere maatschappelijke gevolgen. Er bestaat een reëel risico op escalatie van discriminatie en geweld, vooral in stedelijke omgevingen waar verschillende culturen en opvattingen samenkomen. Dit kan leiden tot toenemende spanningen en verdere polarisatie in de samenleving. Bovendien kan Nederland zijn internationale reputatie als progressief en inclusief land verliezen, wat economische en diplomatieke gevolgen kan hebben.

"Een inclusieve samenleving vereist voortdurende aandacht en inspanning. We kunnen niet veronderstellen dat eenmaal verworven rechten en acceptatie vanzelfsprekend blijven bestaan."

**Onderzoeksbevinding:** In gemeenten waar actief beleid wordt gevoerd op lhbti+ acceptatie, rapporteren lhbti+ personen gemiddeld een hoger gevoel van veiligheid en welbevinden.

De situatie vraagt om een structurele en gerichte beleidsinzet. Er is behoefte aan diepgaand onderzoek naar de onderliggende oorzaken en de effectiviteit van huidige maatregelen. Beleid moet worden ontwikkeld dat rekening houdt met de diversiteit in de Nederlandse samenleving en gericht is op het bevorderen van wederzijds begrip en respect.

## Kansen voor verbetering

1

### Onderwijs en voorlichting

Verbetering van lhbti+ inclusief onderwijs op alle niveaus kan bijdragen aan meer begrip en acceptatie. Door jongeren al vroeg kennis te laten maken met diversiteit, kunnen vooroordelen worden verminderd.

2

### Dialogo tussen gemeenschappen

Het faciliteren van open gesprekken tussen verschillende culturele en religieuze groepen kan bijdragen aan wederzijds begrip. Door ruimte te creëren voor respectvolle uitwisseling van perspectieven kunnen bruggen worden gebouwd.

3

### Lokale aanpakken

Gerichte interventies op wijkniveau kunnen effectief zijn in het verbeteren van acceptatie. Lokale initiatieven die aansluiten bij de specifieke context en behoeften van een gemeenschap hebben vaak meer impact dan algemene campagnes.

4

### Zichtbaarheid en representatie

Het vergroten van de zichtbaarheid van lhbti+ personen in media, politiek en andere publieke domeinen kan bijdragen aan normalisering en acceptatie. Positieve rolmodellen zijn essentieel voor zowel lhbti+ jongeren als voor het bredere publiek.

De dalende acceptatie van lhbti+ personen in Nederland is een complex probleem dat aandacht verdient van alle lagen van de samenleving. Door inzicht te verwerven in de oorzaken, bewustzijn te creëren over de gevolgen en gerichte maatregelen te nemen, kan deze trend worden gekeerd.

Nederland heeft de kans om opnieuw voorloper te worden in het bevorderen van een inclusieve samenleving waar iedereen, ongeacht seksuele oriëntatie of genderidentiteit, in vrijheid en veiligheid kan leven.



# Cybercriminelen misbruiken linkwrapping om je Microsoft-account te stelen

Cybercriminelen hebben een nieuwe, geavanceerde methode ontwikkeld om toegang te krijgen tot je Microsoft-account. Door misbruik te maken van de linkwrapping-beveiliging van e-mailbeveiligingssystemen slagen ze erin om hun aanvallen te verhullen achter legitieme, vertrouwde domeinen.

Dit artikel legt uit hoe deze aanvallen werken, welke impact ze hebben en hoe je jezelf kunt beschermen tegen deze groeiende bedreiging.

Willem Bosgra voor VEILIGDIGITAAL.COM

# Wat is linkwrapping en waarom misbruiken criminelen het?

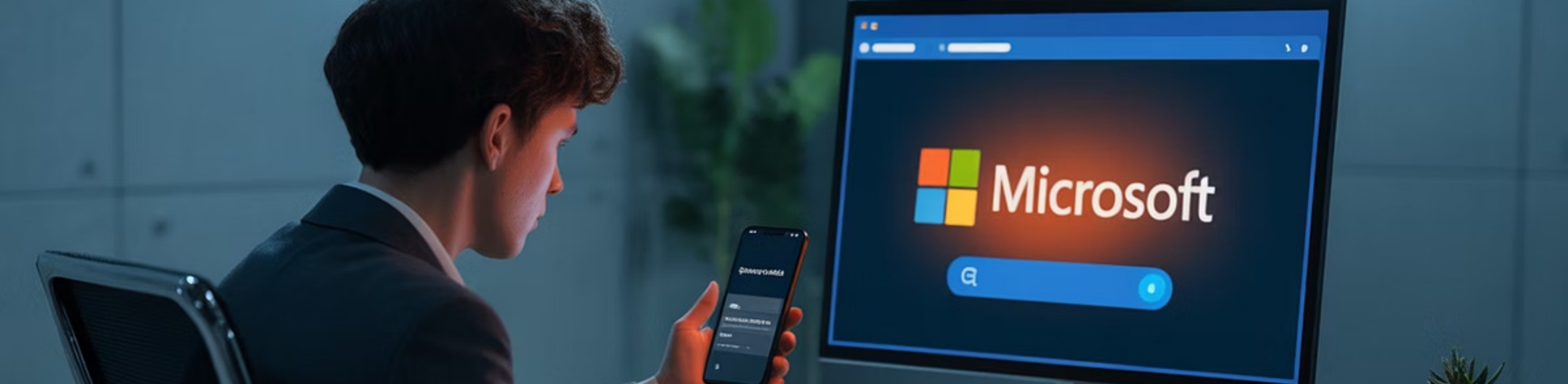


## De techniek onthuld

Linkwrapping is een beveiligingsfunctie van diensten zoals Proofpoint en Intermedia die URL's omleiden via een scanner om schadelijke links te blokkeren voordat gebruikers ze bezoeken.

Cybercriminelen hebben een zwakke plek gevonden: ze compromitteren beveiligde e-mailaccounts, waardoor phishinglinks **automatisch worden omwikkeld** met legitieme, vertrouwde domeinen zoals urldefense.proofpoint.com.

Dit creëert een **dubbele laag van misleiding**: een verkorte link (bijv. Bitly) leidt naar een beveiligde, 'gewrapte' link, die vervolgens doorstuurt naar een phishingpagina.



# De aanvalsmethoden en impact op Microsoft-accounts

1

## Overtuigende misleiding

Phishingmails doen zich voor als voicemailmeldingen, Microsoft Teams-documenten of ongelezen berichten, met links die leiden naar perfect nagemaakte Microsoft 365-inlogpagina's.

2

## Verhoogde effectiviteit

Door het gebruik van vertrouwde domeinen stijgt de klikratio aanzienlijk en wordt het moeilijker voor traditionele beveiligingsfilters om de aanval te detecteren.

3

## Ernstige financiële schade

In 2024 veroorzaakte e-mailfraude wereldwijd meer dan \$502 miljoen schade; phishing is verantwoordelijk voor 67% van alle datalekken.

Hoewel Microsoft deze campagnes probeert te blokkeren met AI-gedreven detectie, blijven gebruikers kwetsbaar door menselijke fouten en de steeds geavanceerdere misleidingstechnieken van cybercriminelen.

# Hoe herken en voorkom je deze phishingaanvallen?



## Herkennen

Wees alert op onverwachte e-mails met links naar voicemail, Teams of documenten, vooral als ze om inloggegevens vragen. Controleer altijd URL's zorgvuldig, zelfs wanneer ze via Proofpoint of Intermedia lijken te komen.

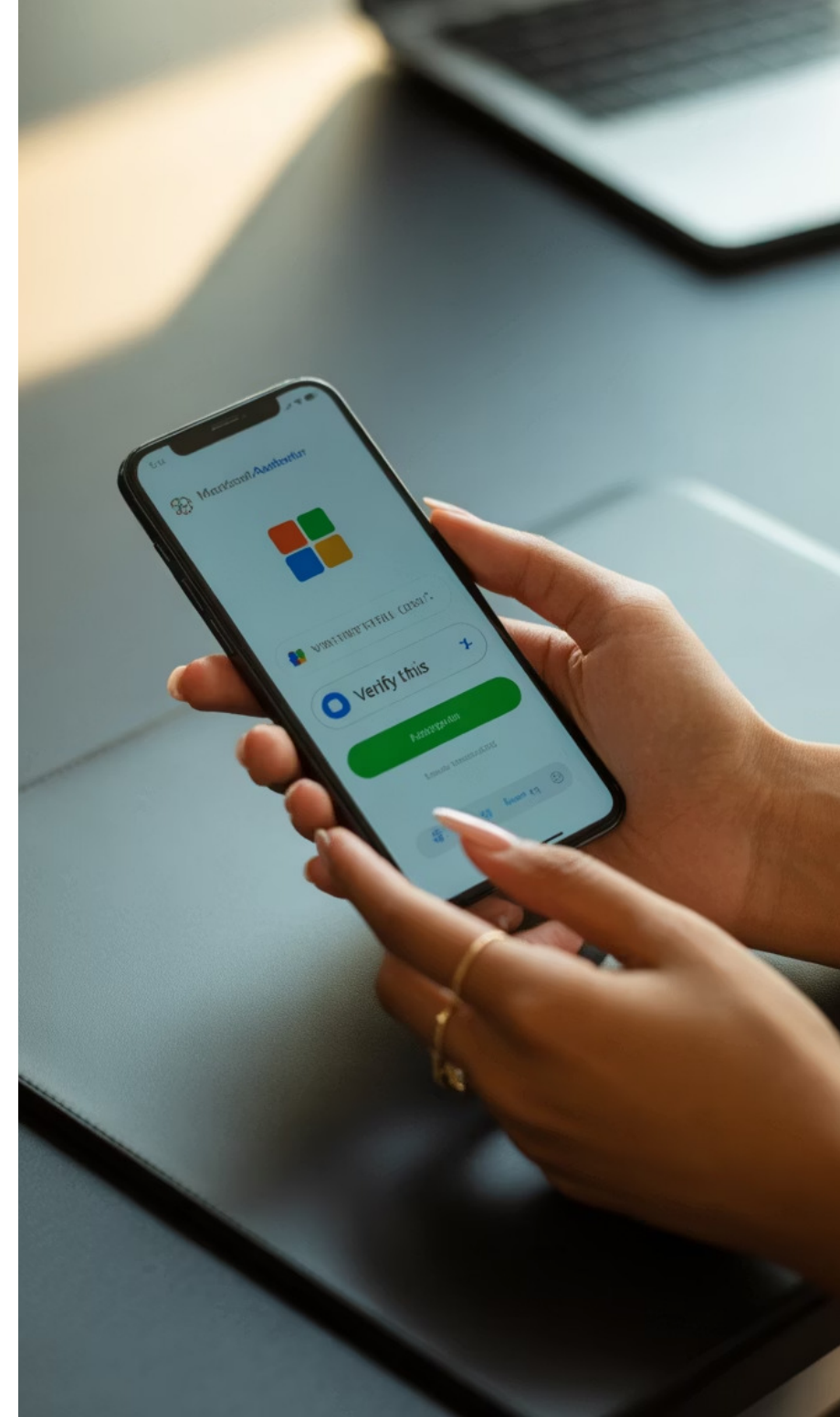


## Voorkomen

Gebruik multi-factor authenticatie (MFA) en de Microsoft Authenticator-app. Verander direct je wachtwoord bij verdachte activiteit en controleer je accountinstellingen op ongewenste doorstuurregels of wijzigingen.



**Onthoud:** Vertrouwde domeinen zoals [urldefense.proofpoint.com](https://urldefense.proofpoint.com) kunnen worden misbruikt. Klik nooit op links in onverwachte e-mails, zelfs als ze beveiligd lijken.



# Conclusie: Blijf waakzaam en versterk je accountbeveiliging

## Voortdurende evolutie

Cybercriminelen vernieuwen hun technieken continu en gebruiken slimme methoden zoals linkwrapping om beveiligingslagen te omzeilen.

## Kritisch blijven

Vertrouw niet blind op beveiligde links; blijf kritisch en volg best practices voor accountbeveiliging.

## Jouw rol is cruciaal

Hoewel Microsoft en beveiligingsbedrijven AI en gedragsanalyse inzetten, blijft jouw alertheid de belangrijkste verdedigingslinie.



[Meer beveiligingstips](#)

[Controleer je account](#)



# De PFAS-crisis in Nederlandse eieren: Een veiligheidsevaluatie

Willem Bosgra voor PerspectiefNL

In Nederland is er groeiende bezorgdheid over de aanwezigheid van PFAS in eieren, met name bij hobbyhouders. Dit document onderzoekt wat PFAS zijn, waarom ze een gezondheidsrisico vormen, het recente RIVM-advies over de consumptie van Nederlandse eieren, en of commerciële eieren nog veilig zijn om te eten.

De PFAS-problematiek raakt aan voedselzekerheid, milieuverontreiniging en volksgezondheid, waarbij met name de hoge concentraties in eieren van particuliere kippenhouders zorgen baren.

# Wat zijn PFAS en waarom zijn ze in eieren een probleem?

PFAS (per- en polyfluoralkylstoffen) zijn een groep synthetische chemicaliën die sinds de jaren '40 veelvuldig zijn toegepast in industriële processen en consumentenproducten.

Deze stoffen staan bekend om hun water-, vet- en vuilafstotende eigenschappen, waardoor ze gebruikt worden in bijvoorbeeld antiaanbaklagen, textielcoatings, blusschuim en voedselverpakkingen.

"PFAS hopen zich op in het menselijk lichaam en kunnen daar jaren aanwezig blijven. Zelfs lage concentraties kunnen op termijn schadelijk zijn voor de gezondheid." - RIVM

De problematiek van PFAS ligt in hun extreme persistentie in het milieu – ze worden niet 'afgebroken' maar blijven aanwezig, wat heeft geleid tot de bijnaam "forever chemicals" (eeuwige chemicaliën).

Via industriële lozingen, afvalwaterzuivering en atmosferische depositie verspreiden PFAS zich naar bodem, grondwater en oppervlaktewater, van waaruit ze uiteindelijk in de voedselketen terechtkomen.

Kippen nemen PFAS op verschillende manieren op. Als scharrelende dieren pikken ze voortdurend in de bodem, waar ze kleine bodemdeeltjes, insecten en wormen consumeren. Als de bodem vervuild is met PFAS, nemen ze deze stoffen op via:

### Directe bodemopname

Kippen pikken en scharrelen constant in de grond, waarbij ze kleine hoeveelheden aarde binnenkrijgen die PFAS kan bevatten.

### Regenwormen en insecten

Deze kleine organismen leven in de bodem en kunnen PFAS opnemen en concentreren. Wanneer kippen ze eten, krijgen ze een hogere dosis binnen dan via directe bodemopname.

### Drinkwater

Als het grond- of oppervlaktewater vervuild is met PFAS, krijgen kippen deze stoffen ook binnen via hun drinkwater.

### Voer

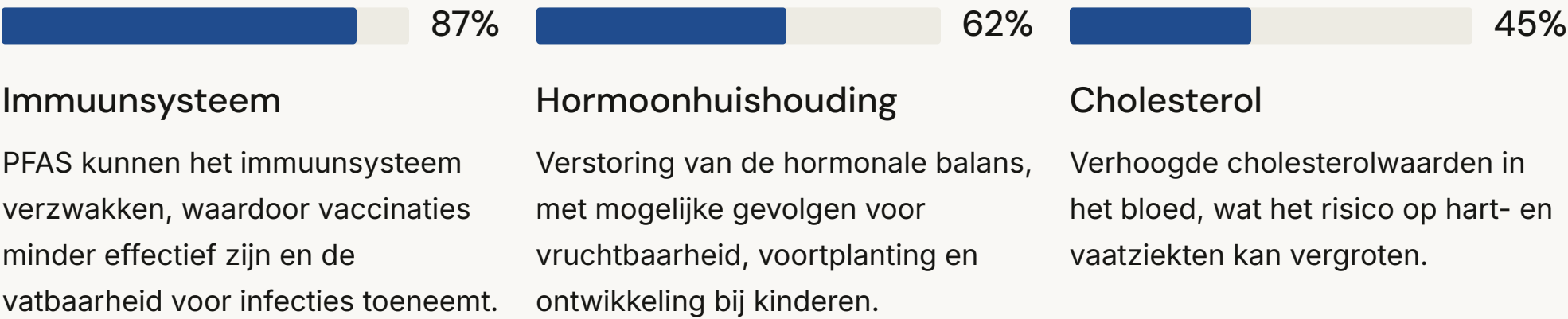
Commercieel kippenvoer kan PFAS bevatten als het gemaakt is van gewassen die zijn geteeld op vervuilde grond of als er vismeel in is verwerkt.

Eieren zijn bijzonder gevoelig voor PFAS-ophoping omdat deze stoffen zich hechten aan eiwitten en vetten, waarvan eieren rijkelijk voorzien zijn. Onderzoek wijst uit dat PFAS zich met name concentreren in de dooier.

Het problematische aspect is dat PFAS niet zichtbaar, ruikbaar of proefbaar zijn in eieren – een zwaar vervuild ei ziet er precies hetzelfde uit als een veilig ei.

## Gezondheidsrisico's van PFAS

Langdurige blootstelling aan PFAS wordt geassocieerd met diverse gezondheidseffecten. Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat deze stoffen kunnen leiden tot:



Daarnaast zijn er aanwijzingen voor een verhoogd risico op bepaalde vormen van kanker, zoals nier- en teelbalkanker, en levertoxiciteit. Bij kinderen zijn er zorgen over ontwikkelingseffecten en verminderde geboortegewichten.

De Europese Autoriteit voor Voedselveiligheid (EFSA) heeft daarom strenge gezondheidkundige grenswaarden vastgesteld voor de wekelijkse inname van PFAS.

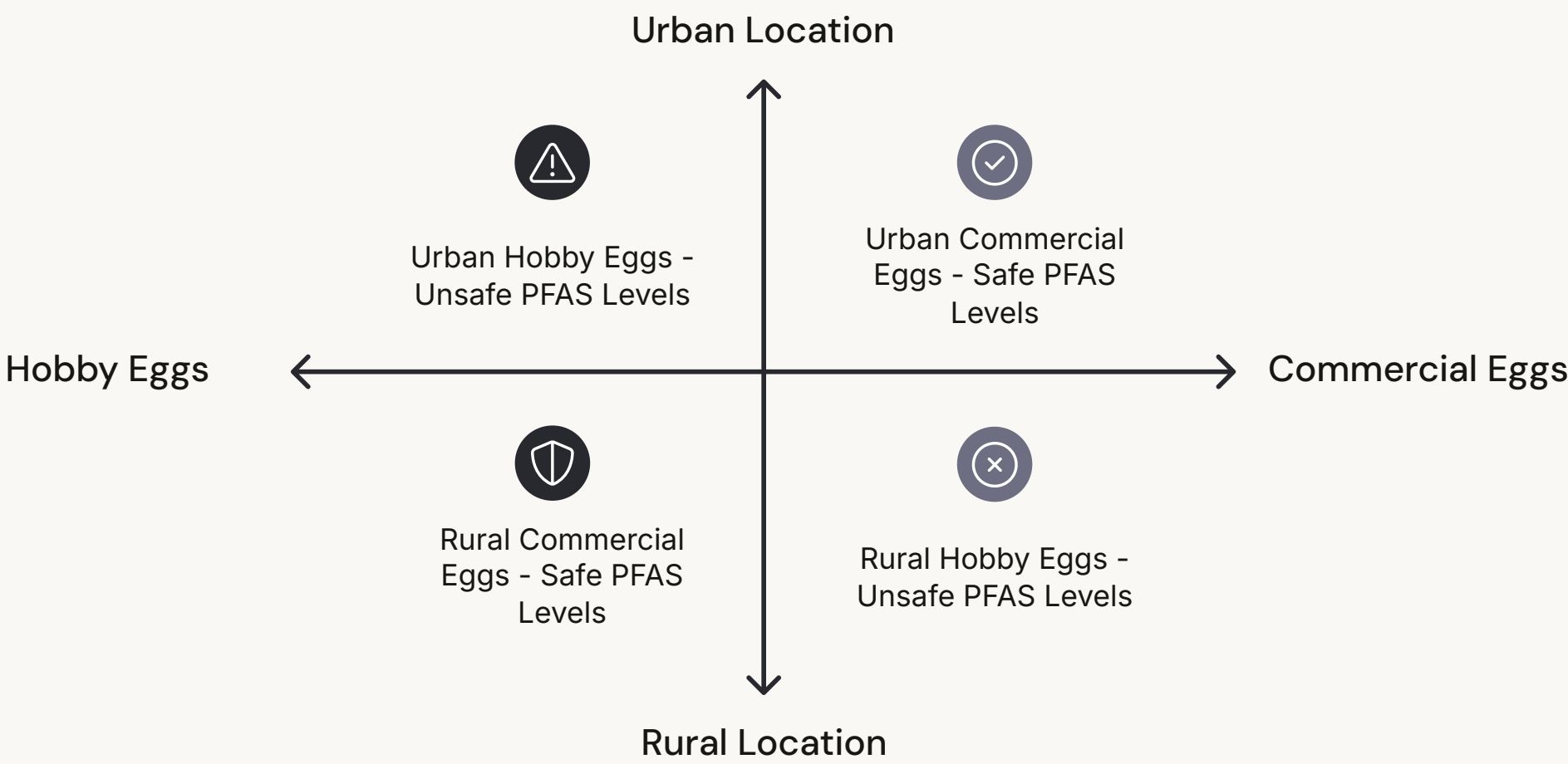
# Nieuwste RIVM–advies en veiligheid van Nederlandse eieren

Op 15 april 2025 heeft het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) een verstrekkend advies uitgebracht dat de Nederlandse bevolking heeft opgeschrikt: consumeer geen eieren meer van hobbykippen. Dit advies geldt voor heel Nederland en is gebaseerd op uitgebreid onderzoek op 60 verschillende locaties verspreid door het land.

"Op 31 van de 60 onderzochte locaties zou het eten van slechts één ei per week al leiden tot een overschrijding van de gezondheidkundige grenswaarde voor PFAS. Dit is een zorgwekkende situatie die directe actie vereist."  
- RIVM-rapport

Het onderzoek toonde aan dat de PFAS-concentraties in eieren van hobbykippen vaak de gezondheidkundige grenswaarden overschrijden, zelfs bij consumptie van minder dan één ei per week.

Bijzonder zorgwekkend is dat het PFAS-gehalte niet aan de buitenkant van het ei zichtbaar is, noch voorspelbaar op basis van locatie of bodemtype. Zelfs in gebieden waar geen bekende industriële PFAS-bronnen zijn, werden verhoogde waarden aangetroffen.



## Kun je nog veilig Nederlandse eieren eten?

### Commerciële eieren

Het goede nieuws is dat commerciële eieren uit supermarkten, winkels of markten als veilig worden beschouwd. Deze vallen onder het strenge toezicht van de Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit (NVWA), die regelmatig controleert op de aanwezigheid van schadelijke stoffen, waaronder PFAS.

**Commerciële pluimveehouderijen hebben bovendien verschillende voordelen die het PFAS-risico verminderen:**

- De kippen lopen vaak op verharde of afgedekte ondergronden, waardoor ze minder direct contact hebben met mogelijk vervuilde bodem
- Ze krijgen gecontroleerd voer dat wordt getest op verontreinigingen
- Drinkwater komt uit gecontroleerde bronnen
- Er vindt systematische bemonstering plaats in de productieketen

### Particuliere eieren

Eieren van eigen kippen, van de kinderboerderij, of uit stadslandbouwprojecten worden momenteel afgeraden. Het recente RIVM-advies is duidelijk: vermijd consumptie van deze eieren, ongeacht waar in Nederland de kippen gehouden worden.

**De belangrijkste redenen voor het verhoogde risico bij hobbyhouders:**

- Kippen scharrelen vrij in de bodem, die historisch vervuild kan zijn
- Ze eten vaak regenwormen die PFAS kunnen concentreren
- Particulieren testen hun eieren niet op PFAS
- Er is geen systematisch toezicht zoals bij commerciële bedrijven

Het onderzoek naar de exacte oorzaak van de PFAS-vervuiling in hobbyeieren loopt nog. Er zijn sterke aanwijzingen dat regenwormen een belangrijke rol spelen als 'PFAS-concentrators' in de voedselketen.

## Toekomstperspectief en aanbevelingen

### 1 Korte termijn

Consumenten wordt geadviseerd uitsluitend commerciële eieren te eten die onder NVWA-toezicht staan. Hobbyhouders kunnen hun eieren laten testen bij gespecialiseerde laboratoria, hoewel dit kostbaar is.

### 2 Middellange termijn

De overheid werkt aan een nationaal actieplan om PFAS-verontreiniging aan te pakken, inclusief sanering van zwaar vervuilde gebieden en het oprichten van een subsidieregeling voor bodemonderzoek bij hobbyhouders.

### 3 Lange termijn

Wetenschappers onderzoeken technieken om PFAS uit de bodem te verwijderen, zoals fyto-remediatie (gebruik van planten) en innovatieve bodembehandelingen. Daarnaast wordt gewerkt aan strengere regulering van PFAS-uitstoot door industrie.

**Voor consumenten blijft het advies voorlopig duidelijk: koop eieren uit de reguliere handel en vermijd eieren van hobbykippen.**

Voor hobbyhouders is het een moeilijke periode - zij worden aangemoedigd hun kippen wel te blijven verzorgen, maar de eieren niet te consumeren. Verschillende gemeenten overwegen inzamelpunten voor deze eieren op te zetten, zodat ze veilig verwerkt kunnen worden.

Het PFAS-probleem in eieren onderstreept de bredere uitdaging van persistente milieuverontreiniging in onze moderne samenleving. Het is een wake-up call voor betere monitoring van onze voedselketen en striktere regelgeving rond het gebruik van persistent chemische stoffen.



# Financiële influencers, betrouwbaar of een verdienmodel

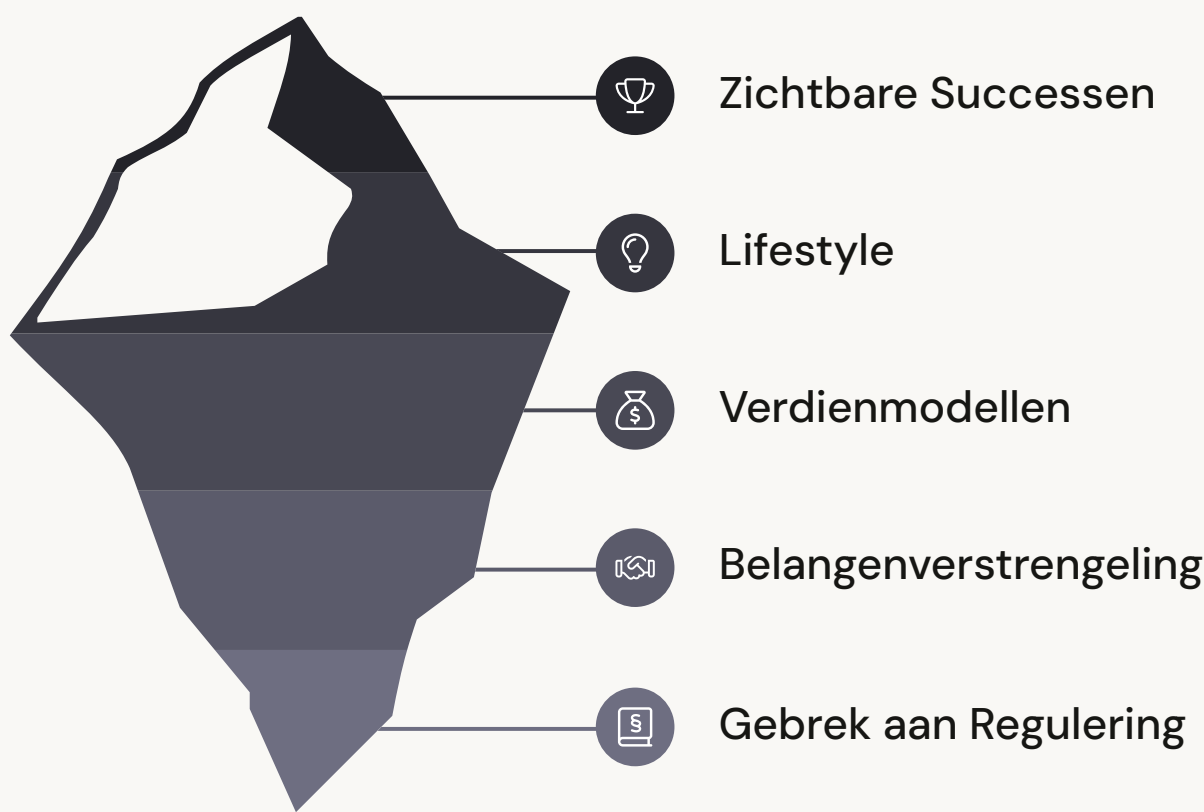
Willem Bosgra voor PerspectiefNL

We onderzoeken de wereld van financiële influencers, ook wel 'finfluencers' genoemd. Met de opkomst van sociale media zijn deze zelfbenoemde financiële experts steeds invloedrijker geworden, vooral onder jongere generaties. Maar hoe betrouwbaar zijn hun adviezen? Wat is hun werkelijke verdienmodel? En welke risico's brengen ze met zich mee voor hun vaak jonge volgers?

Dit artikel belicht de spanning tussen ogenschijnlijk deskundig advies en commerciële belangen, tussen financiële voorlichting en marketing, en onderzoekt de gevolgen voor consumenten die hun financiële toekomst baseren op de aanbevelingen van deze online persoonlijkheden.

# Hoe betrouwbaar zijn financiële influencers?

De toenemende populariteit van financiële influencers roept belangrijke vragen op over de kwaliteit en betrouwbaarheid van hun adviezen. Onderzoek naar 453 specifieke beleggingsadviezen van populaire finfluencers heeft zorgwekkende patronen aan het licht gebracht die consumenten zouden moeten kennen voordat ze deze adviezen opvolgen.



## Kwaliteit van financieel advies

Een diepgaande analyse toont aan dat veel financiële adviezen van influencers niet gebaseerd zijn op gedegen financiële analyse of fundamenteel onderzoek.

In plaats daarvan lijken ze vooral te reageren op kortstondige markttrends, emoties en speculatie. Dit staat in schril contrast met de methodische benadering die professionele financiële adviseurs doorgaans hanteren.

### Prestaties versus marktgemiddelde

De aanbevolen investeringen van finfluencers presteren in 68% van de gevallen slechter dan eenvoudige marktindexen.

Dit suggereert dat hun 'expertkennis' niet vertaald wordt naar bovengemiddelde rendementen voor hun volgers. Zelfs de populairste aanbevelingen, die door meerdere influencers worden gedeeld, lijken vaak gebaseerd op kuddegedrag in plaats van onafhankelijke analyse.

### Transparantie en regulering

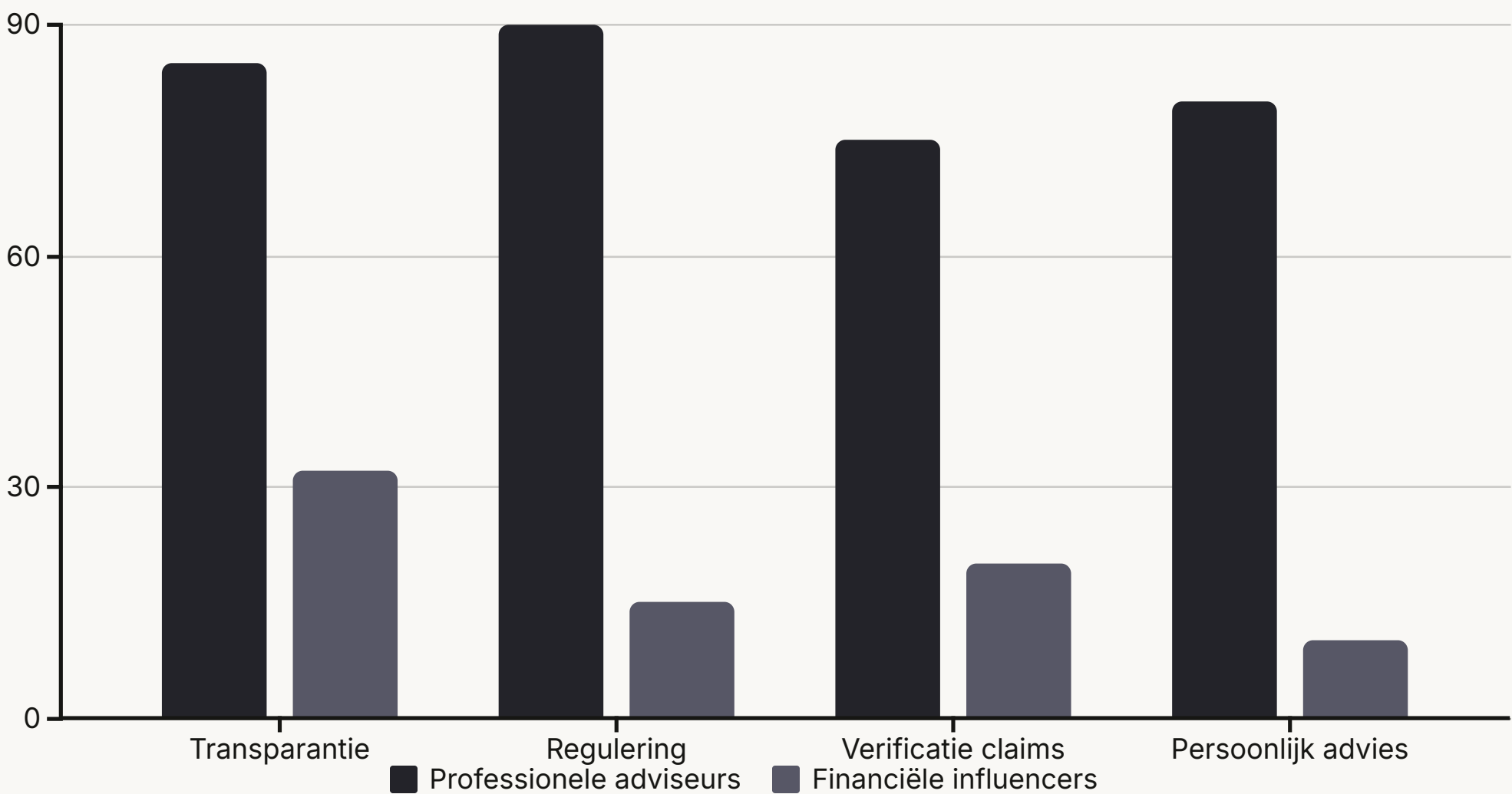
In tegenstelling tot geregistreerde financiële adviseurs zijn finfluencers niet onderworpen aan dezelfde strenge regelgeving en toezicht.

Ze hoeven geen uitgebreide informatie te verstrekken over potentiële risico's, en hun adviezen worden niet gecontroleerd door toezichthouders. Dit gebrek aan transparantie is problematisch wanneer hun bereik en invloed op financiële beslissingen in aanmerking worden genomen.

## Verskil met professioneel advies

Professionele financiële adviseurs moeten voldoen aan strenge opleidingseisen, beschikken over relevante certificeringen en zijn gebonden aan ethische codes.

Ze moeten transparant zijn over vergoedingen en potentiële belangenconflicten. Bovendien zijn ze wettelijk verplicht om 'ken-uw-klant'-principes toe te passen en persoonlijk advies te geven dat past bij de specifieke situatie van elke cliënt.



Financiële influencers daarentegen opereren in een grotendeels ongereguleerd landschap. Ze bieden meestal 'one-size-fits-all' adviezen die niet zijn afgestemd op de unieke financiële situatie, doelstellingen of risicotolerantie van individuele volgers. Hoewel sommige finfluencers waardevolle financiële educatie kunnen bieden, ondermijnt het gebrek aan accountability de algemene betrouwbaarheid van hun adviezen.

# Het verdienmodel van finfluencers

Achter de schijnbaar altruïstische financiële adviezen van veel finfluencers schuilt een complex en vaak ondoorzichtig verdienmodel. Het is essentieel om deze onderliggende economische prikkels te begrijpen om hun aanbevelingen in de juiste context te kunnen plaatsen.



## Inkomstenbronnen

### Gesponsorde content

Financiële influencers ontvangen vaak aanzienlijke vergoedingen voor het promoten van specifieke financiële producten, brokers of investeringen. Deze samenwerkingen kunnen variëren van €500 tot €10.000 per post, afhankelijk van hun bereik.

### Affiliate marketing

Bij doorverwijzingen naar brokers of platforms ontvangen finfluencers commissies die kunnen oplopen tot 50% van de inkomsten die nieuwe klanten genereren. Deze commissiestructuren blijven vaak onzichtbaar voor volgers.

### Eigen producten

Veel influencers verkopen cursussen, e-books of abonnementen op premium content, met prijzen variërend van €29 tot €2.000. Deze producten beloven vaak snelle financiële resultaten of exclusieve inzichten.

## Belangenverstrengeling

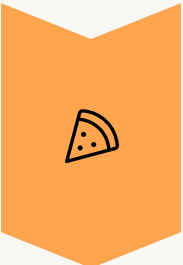
Het fundamentele probleem met deze verdienmodellen is de inherente belangenverstrengeling. Wanneer een finfluencer wordt betaald om een bepaald financieel product aan te bevelen, wordt hun objectiviteit onvermijdelijk beïnvloed. Onderzoek toont aan dat gesponsorde financiële content 73% minder geneigd is om de risico's of nadelen van aanbevolen producten te vermelden.

"De meeste succesvolle financiële influencers zijn niet rijk geworden door hun beleggingsstrategieën, maar door het verkopen van het idee dat anderen rijk kunnen worden door hun adviezen te volgen."

— Dr. Marieke van der Linden, financieel psycholoog

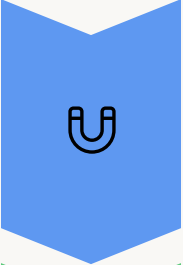
## Gevolgen en risico's voor jonge volgers

Jonge volgers zijn bijzonder kwetsbaar voor de tactieken van financiële influencers. Met beperkte financiële kennis en ervaring missen ze vaak het kritisch denkvermogen om marketingstrategieën te onderscheiden van oprecht advies.



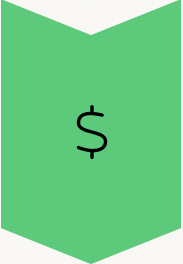
### Gebrek aan financiële kennis

Uit onderzoek blijkt dat 62% van de Nederlandse jongeren tussen 18-25 jaar fundamentele economische concepten zoals rente op rente, inflatie en risicospreiding niet volledig begrijpt.



### Verleidelijke levensstijl

Finfluencers presenteren een aantrekkelijk beeld van financiële vrijheid, luxe en succes dat sterk aanspreekt bij jongeren die hun carrière en financiële leven nog moeten opbouwen.



### Irrationele besluitvorming

De combinatie van FOMO (fear of missing out), groepsdruk en de belofte van snelle rijkdom leidt tot impulsieve financiële beslissingen zonder grondig onderzoek of risico-evaluatie.

Het gebrek aan onafhankelijke controle op financiële content op sociale media betekent dat jongeren vaak worden blootgesteld aan potentieel schadelijke adviezen zonder waarschuwing. Financiële fouten op jonge leeftijd kunnen langdurige gevolgen hebben, van schulden tot gemiste kansen voor vermogensopbouw.

Gezien de beperkte regulering van deze sector, is het essentieel dat ouders, onderwijsinstellingen en financiële toezichthouders stappen ondernemen om jongeren te helpen kritischer om te gaan met financiële informatie op sociale media.

Het aanleren van basisprincipes van financiële geletterdheid en het stimuleren van een gezonde scepsis tegenover "te mooi om waar te zijn" beloften zijn cruciale vaardigheden in het digitale tijdperk.

A woman with red hair, wearing a bright green cape and a green t-shirt, is riding a black bicycle across a bridge. The bridge has a black metal railing. On either side of the bridge, two black bicycles are parked. The background shows a canal with water reflecting the sky. On the left bank, there are traditional Dutch houses with orange and white facades. On the right bank, there are more traditional houses and a modern glass skyscraper in the distance. The sky is a pale blue with some light clouds.

Is Nederland nog wel de welvaartstaat zoals iedereen denkt?

Willem Bosgra voor PerspectiefNL

De Nederlandse welvaartsstaat wordt internationaal vaak gezien als een voorbeeld van sociale zekerheid en maatschappelijke stabiliteit. Historisch ontwikkeld vanuit de naoorlogse solidariteitsgedachte, kenmerkt het Nederlandse model zich door een uitgebreid stelsel van sociale voorzieningen, toegankelijke gezondheidszorg en onderwijs, en relatief gelijke inkomensverdeling.

Toch staat dit systeem onder druk door demografische veranderingen, economische uitdagingen en verschuivende maatschappelijke verwachtingen.

Dit artikel onderzoekt of Nederland nog steeds functioneert als de welvaartsstaat die velen veronderstellen, door feiten en cijfers over de brede welvaart te analyseren, knelpunten te identificeren en te reflecteren op de toekomstbestendigheid van het Nederlandse model.

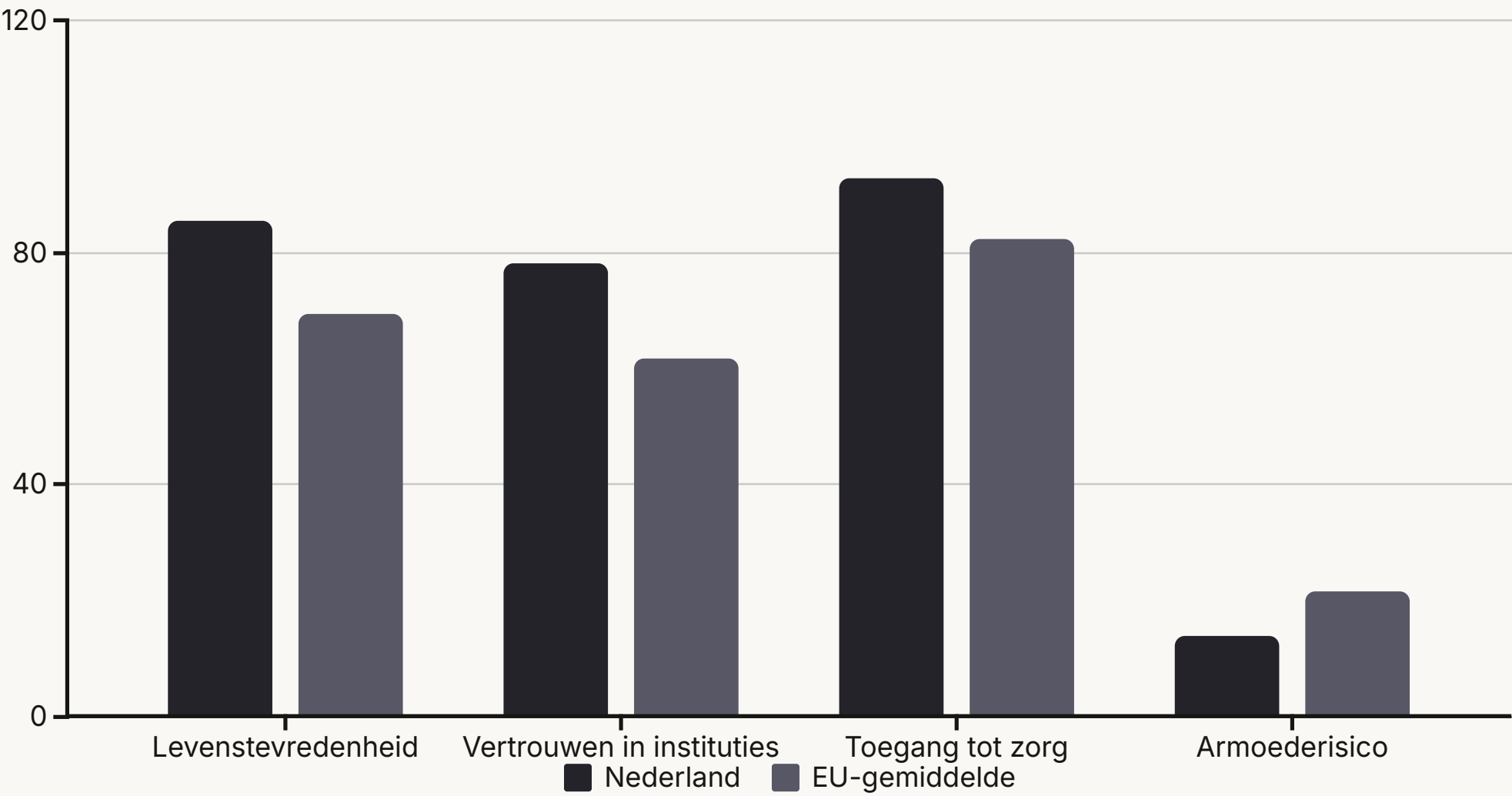
Hierbij wordt niet alleen gekeken naar economische indicatoren, maar ook naar subjectieve ervaringen van burgers en hun gevoel van regie over het eigen leven.

# Brede welvaart anno 2025: feiten en cijfers

Nederland presteert nog altijd indrukwekkend op veel indicatoren van brede welvaart, een concept dat verder reikt dan louter economische parameters en ook kwaliteit van leven, gezondheid, onderwijs, milieu en sociale cohesie omvat.

Volgens de meest recente gegevens beoordeelt 85,3% van de Nederlandse bevolking hun leven met een 7 of hoger op een schaal van 10. Dit cijfer is aanzienlijk hoger dan het EU-gemiddelde en is de afgelopen jaren stabiel gebleven ondanks diverse maatschappelijke uitdagingen.

Het vertrouwen dat Nederlanders hebben in zowel hun medeburgers als in instituties zoals de rechtspraak, politie en politiek, ligt boven het Europese gemiddelde en vertoont een stijgende lijn in vergelijking met de EU27-landen. Dit duidt op een relatief sterke sociale cohesie en institutionele stabiliteit, kernwaarden van een functionerende welvaartsstaat.



Op materieel vlak laten de statistieken zien dat de financiële middelen van Nederlandse huishoudens blijven toenemen. Het gemiddelde besteedbare inkomen groeit gestaag, en het percentage mensen dat onder de armoedegrens leeft is relatief laag in vergelijking met andere EU-landen.

De werkloosheid blijft structureel onder het EU-gemiddelde, en de arbeidsparticipatie behoort tot de hoogste van Europa.

De Monitor Brede Welvaart, die jaarlijks door het CBS wordt gepubliceerd, toont aan dat Nederland vooruitgang boekt op zowel kwalitatieve als materiële aspecten van welvaart. De toegang tot voorzieningen zoals onderwijs en gezondheidszorg blijft universeel, wat een fundamenteel kenmerk is van een welvaartsstaat.

Ook de kwaliteit van deze voorzieningen scoort bovengemiddeld in internationale vergelijkingen, wat bijdraagt aan de overall hoge positie van Nederland op welzijnsindexen.



Wat betreft duurzaamheid en milieu-indicatoren, essentiële componenten van hedendaagse brede welvaartsdefinities, maakt Nederland gestage vooruitgang, hoewel er nog aanzienlijke uitdagingen blijven op gebieden als CO2-uitstoot en biodiversiteit.

De energietransitie verloopt weliswaar langzamer dan in sommige buurlanden, maar de investeringen in duurzame infrastructuur nemen toe.

# Knelpunten: Beperkte regie, ongelijkheid en onzekerheid

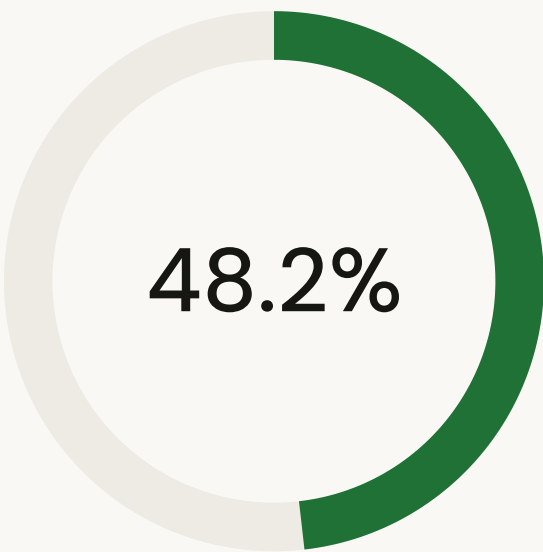
Ondanks de indrukwekkende cijfers op het gebied van algemene welvaart, komen uit diepere analyse van de data significante knelpunten naar voren die vragen oproepen over de ware staat van de Nederlandse welvaartsstaat.

Dit betekent dat meer dan de helft van de Nederlanders een beperkte grip op hun bestaan voelt, wat haaks staat op het ideaalbeeld van een welvaartsstaat waarin burgers zelfbeschikking en autonomie genieten.

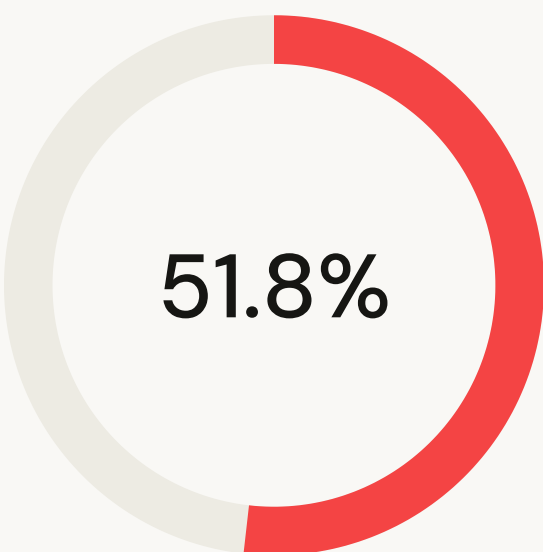


Een van de meest opvallende bevindingen is dat slechts 48,2% van de Nederlandse bevolking aangeeft een hoge mate van regie over hun leven te ervaren.

## Ervaren regie over het leven



Nederlanders met hoge mate van regie



Nederlanders met beperkte regie

## Oorzaken van beperkte regie

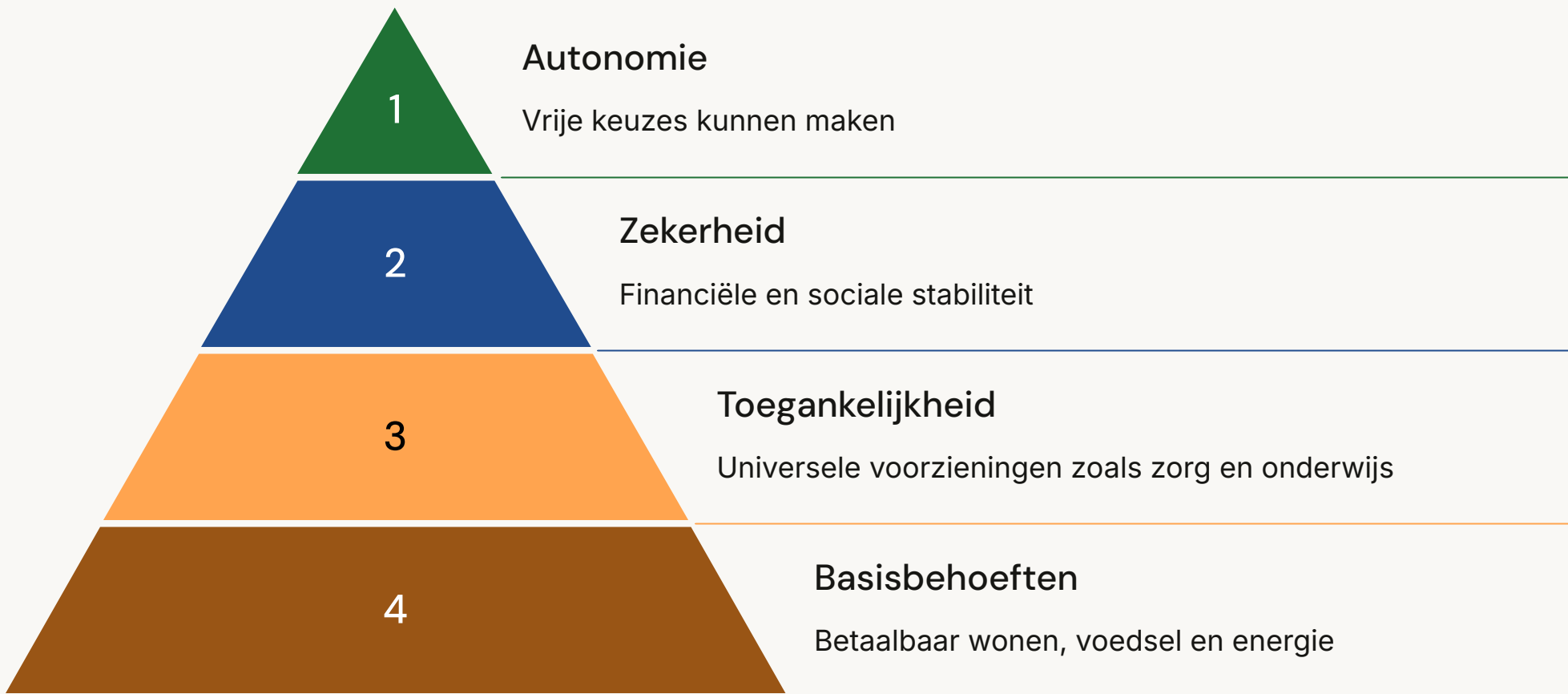
- Toenemende complexiteit van regelgeving
- Digitalisering van overheidsdiensten
- Flexibilisering van de arbeidsmarkt
- Stijgende kosten voor basisbehoeften (wonen, energie)
- Afbouw van traditionele sociale zekerheden

De financiële onzekerheid neemt toe, ondanks de economische groei. Het percentage huishoudens dat aangeeft moeilijk rond te kunnen komen stijgt, voornamelijk onder jongeren, flexwerkers en eenoudergezinnen.

De toegankelijkheid van de woningmarkt is drastisch verminderd, met wachttijden voor sociale huurwoningen die in sommige regio's oplopen tot meer dan tien jaar. Koopwoningen zijn voor een groeiende groep onbereikbaar geworden door stijgende prijzen en strengere hypotheek-eisen.

Er bestaat een duidelijke disbalans in de verdeling van brede welvaart tussen verschillende bevolkingsgroepen. Onderzoek toont aan dat laagopgeleiden, mensen met een migratieachtergrond en mensen met gezondheidsproblemen structureel lager scoren op vrijwel alle welvaartsindicatoren.

Deze ongelijkheid is de afgelopen jaren eerder toegenomen dan afgenomen, wat fundamentele vragen oproept over de inclusiviteit van het Nederlandse model.



Een andere zorgwekkende trend is dat toekomstige generaties mogelijk minder zeker kunnen zijn van het huidige welvaartsniveau. De vergrijzing zet het pensioenstelsel onder druk, klimaatverandering brengt nieuwe kosten en risico's met zich mee, en de internationale concurrentiepositie van Nederland staat onder druk door globalisering en technologische veranderingen.

Hoewel het Nederlandse belastingstelsel nog steeds herverdelend werkt, is de effectiviteit ervan afgenomen door fiscale constructies en de groeiende kloof tussen arbeids- en vermogensinkomsten.

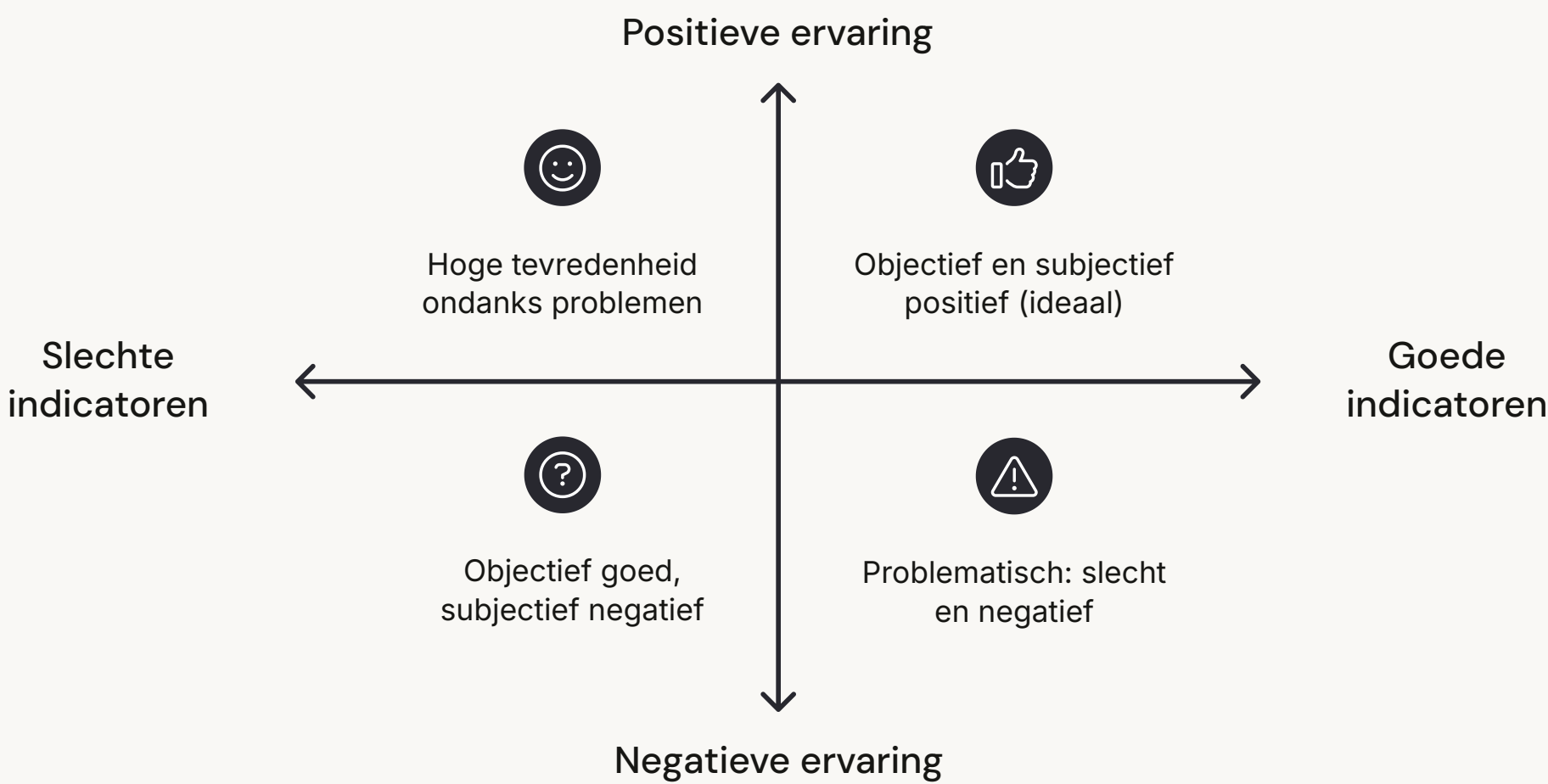
De complexiteit van regelgeving en de toenemende digitalisering van overheidsdiensten creëren bovendien nieuwe vormen van uitsluiting. Kwetsbare groepen zoals ouderen, laaggeletterden en mensen met een beperking ervaren hierdoor extra barrières bij het toegang krijgen tot voorzieningen waar ze recht op hebben.

Dit fenomeen, bekend als 'niet-gebruik', ondermijnt de effectiviteit van het sociale vangnet dat kenmerkend zou moeten zijn voor een welvaartsstaat.

# Conclusie: Spiegel van de Nederlandse welvaartsstaat

Wanneer we de balans opmaken van de huidige staat van de Nederlandse welvaartsstaat, ontstaat een genuanceerd beeld. Aan de ene kant scoort Nederland nog altijd hoog op vele indicatoren die traditioneel geassocieerd worden met een welvaartsstaat: een hoog niveau van sociale bescherming, kwalitatief goede publieke voorzieningen en een relatief gelijke inkomensverdeling in vergelijking met veel andere landen.

De algemene tevredenheid met het leven is hoog, wat suggereert dat de Nederlandse samenleving voor velen een goede leefomgeving biedt.



Aan de andere kant staan deze positieve indicatoren in schril contrast met de matige scores op het gebied van ervaren regie over het eigen leven. Deze discrepantie werpt een belangrijke vraag op: kan een samenleving werkelijk als een succesvolle welvaartsstaat worden beschouwd wanneer een meerderheid van de bevolking beperkte controle ervaart over hun eigen omstandigheden?

De klassieke definitie van een welvaartsstaat omvat immers niet alleen materiële zekerheid, maar ook persoonlijke ontplooiing en zelfbeschikking.

## Sterke punten Nederlandse welvaartsstaat

- Hoge algemene levenstevredenheid (85,3%)
- Laag armoederisico vergeleken met EU
- Universele toegang tot kwalitatief hoogwaardige zorg
- Uitgebreid onderwijsstelsel met lage kosten
- Hoog vertrouwen in instituties en medeburgers

De groeiende kloof tussen verschillende bevolkingsgroepen is eveneens zorgwekkend. Een welvaartsstaat die zijn naam waardig is, zou gelijke kansen moeten bieden aan alle burgers, ongeacht hun achtergrond, opleiding of gezondheidssituatie.

De toenemende polarisatie op het gebied van welvaartsverdeling suggereert dat het Nederlandse model niet volledig slaagt in deze doelstelling.

## Uitdagingen Nederlandse welvaartsstaat

- Slechts 48,2% ervaart hoge mate van regie
- Toenemende ongelijkheid tussen bevolkingsgroepen
- Verminderde toegankelijkheid woningmarkt
- Flexibilisering arbeidsmarkt creëert onzekerheid
- Toekomstige houdbaarheid onder druk door vergrijzing

Bovendien roept de vraag zich op of het huidige model standhoudt voor toekomstige generaties. De vergrijzing, klimaatverandering en internationale economische verschuivingen stellen de houdbaarheid van de welvaartsstaat op de proef.

Het vermogen om deze uitdagingen het hoofd te bieden, zal bepalend zijn voor de vraag of Nederland ook in de toekomst als welvaartsstaat kan functioneren.

***"De ware kracht van een welvaartsstaat ligt niet alleen in de statistieken over materiële welvaart, maar in de mate waarin burgers controle ervaren over hun eigen leven en toekomst. Hier ligt wellicht de grootste uitdaging voor het Nederlandse model in de komende decennia."***

Concluderend kunnen we stellen dat Nederland op vele fronten nog steeds kenmerken vertoont van een welvaartsstaat, maar dat er tegelijkertijd significante uitdagingen zijn die het traditionele beeld nuanceren.

De hoge objectieve indicatoren maskeren een groeiende subjectieve onzekerheid. Wellicht is het tijd voor een herdefiniëring van wat we verstaan onder een welvaartsstaat in de 21e eeuw, met meer nadruk op persoonlijke autonomie, duurzaamheid en inclusiviteit naast de traditionele focus op materiële zekerheid en sociale voorzieningen.

A person is seen from behind, sitting at a desk in a control room. The desk is equipped with several computer monitors displaying data. Large windows in the background offer a view of a vast, flat landscape filled with numerous high-voltage power line towers stretching into the distance under a hazy, overcast sky.

# Kans op een landelijke stroomuitval in Nederland. Hoe komt dat?

Willem Bosgra voor PerspectiefNL

In Nederland wordt de kans op een langdurige landelijke stroomuitval steeds reëler. Volgens Netbeheer Nederland bestaat er een significante mogelijkheid dat Nederland te maken krijgt met een stroomuitval die tot 72 uur kan duren. Hoewel de meeste stroomstoringen tot nu toe lokaal en kortdurend zijn geweest, neemt het risico op een landelijke black-out toe door factoren zoals groeiende piekbelasting en vergaande digitalisering van onze infrastructuur.

Dit artikel analyseert de kans op een grootschalige stroomuitval in Nederland, bespreekt de kwetsbaarheden van ons elektriciteitsnet en belicht de potentiële gevolgen en voorbereidingsmaatregelen die burgers kunnen nemen.

# Oorzaken en kwetsbaarheden van het stroomnet

Het Nederlandse elektriciteitsnet staat onder toenemende druk door verschillende ontwikkelingen. De energietransitie, hoewel noodzakelijk voor onze duurzame toekomst, brengt nieuwe uitdagingen met zich mee voor de stabiliteit van het net. Tegelijkertijd maken internationale spanningen en de groeiende dreiging van cyberaanvallen ons stroomnet kwetsbaarder dan ooit.



## Toenemende belasting door energietransitie



De toename van duurzaam opgewekte energie zorgt voor nieuwe uitdagingen. Wanneer het hard waait of de zon fel schijnt, kan er een overaanbod aan elektriciteit ontstaan dat het net zwaar belast. Tegelijkertijd ontstaan er piekmomenten waarop iedereen tegelijk elektriciteit gebruikt, bijvoorbeeld wanneer veel mensen hun elektrische auto's opladen in de avonduren. Het Nederlandse elektriciteitsnet is oorspronkelijk niet ontworpen voor deze fluctuerende belasting.

TenneT, de beheerder van het landelijke hoogspanningsnet, waarschuwt al langer dat de capaciteit van het net zijn grenzen bereikt. De infrastructuur vernieuwen is een langdurig en kostbaar proces dat niet kan worden versneld tot het tempo waarin de energietransitie plaatsvindt.

### Digitale kwetsbaarheden

De vergaande digitalisering van onze elektriciteitsvoorziening biedt efficiëntie en flexibiliteit, maar schept ook nieuwe kwetsbaarheden. Netbeheer Nederland en het Nationaal Cyber Security Centrum (NCSC) waarschuwen dat cyberaanvallen op de digitale infrastructuur van het elektriciteitsnet een reëel risico vormen. Staten of criminele organisaties zouden vitale onderdelen van onze infrastructuur kunnen aanvallen, wat potentieel kan leiden tot grootschalige uitval.

De huidige geopolitieke spanningen, zoals de oorlog in Oekraïne, vergroten deze kwetsbaarheid. Er zijn al gevallen bekend van gerichte aanvallen op elektriciteitsnetten in andere landen als vorm van hybride oorlogsvoering.

### Fysieke kwetsbaarheden

Naast digitale dreigingen blijft het elektriciteitsnet ook fysiek kwetsbaar. De meest voorkomende oorzaak van stroomstoringen is nog steeds fysieke beschadiging tijdens graafwerkzaamheden. Daarnaast kunnen natuurrampen, extreme weersomstandigheden en technische storingen in verdeelstations leiden tot uitval.

Een bijzonder risico vormt het cascade-effect: wanneer één onderdeel van het net uitvalt, kan dit leiden tot overbelasting van andere delen, wat uiteindelijk kan resulteren in een domino-effect van uitvallende systemen. Europese netbeheerders hebben in het verleden al te maken gehad met dergelijke bijna-calamiteiten waarbij grote delen van het Europese net dreigden uit te vallen.

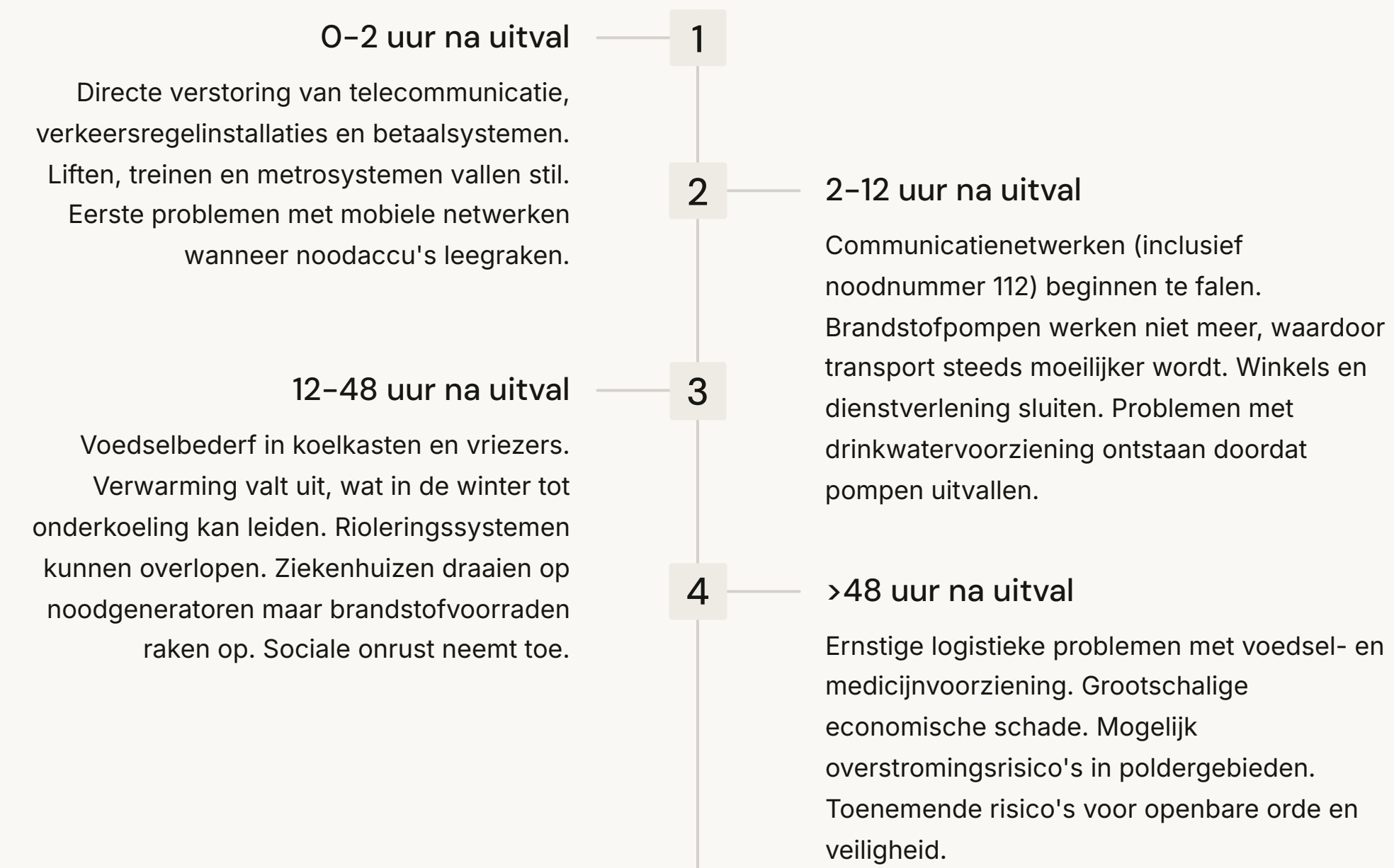
⚠ De kans op een ernstige verstoring van ons elektriciteitsnet is in de afgelopen jaren aanzienlijk toegenomen. Netbeheerders geven aan dat zonder aanzienlijke investeringen in de infrastructuur en verbeterde beveiliging, een grootschalige uitval binnen de komende jaren niet onwaarschijnlijk is.

# Gevolgen en voorbereiding bij langdurige landelijke stroomuitval

Een grootschalige stroomuitval zou verstreckende gevolgen hebben voor onze samenleving. Binnen enkele uren na het uitvallen van de stroom zouden cruciale systemen beginnen te falen, met potentieel ernstige consequenties voor de volksgezondheid, openbare orde en economie.



## Directe gevolgen van een landelijke stroomstoring



## Vorbereiding op een mogelijke stroomuitval

Gezien de reële kans op een langdurige stroomuitval is het verstandig voor huishoudens om enkele voorbereidingen te treffen. Het Nederlandse Rode Kruis en veiligheidsregio's adviseren burgers om een noodpakket in huis te hebben dat minimaal 72 uur zelfstandigheid mogelijk maakt.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <h3>Water</h3> <p>Minimaal 3 liter drinkwater per persoon per dag. Denk ook aan water voor hygiëne. Jerrycans of flessen kunnen hiervoor worden gebruikt. Waterzuiveringstabletten zijn een aanvulling voor langere periodes.</p> |  <h3>Voedsel</h3> <p>Voorraad niet-bederfelijke voedingsmiddelen die zonder bereiding gegeten kunnen worden. Denk aan conserven, gedroogd fruit, noten, energierepen en crackers. Vergeet niet een handmatige blikopener.</p>     |
|  <h3>Energievoorziening</h3> <p>Zaklantaarns, kaarsen, lucifers, powerbanks (volledig opgeladen), batterijen, een radio op batterijen of met slinger. Overweeg een kleine zonnelader voor essentiële apparaten.</p>                |  <h3>EHBO en medicatie</h3> <p>EHBO-kit, persoonlijke medicatie voor minimaal een week, ontsmettingsmiddel, mondkapjes en handschoenen. Bij medicijnen die gekoeld moeten worden is een koeltas met koelelementen belangrijk.</p> |

## Overheidsmaatregelen en uitdagingen

De Nederlandse overheid heeft een crisisplan voor grootschalige stroomuitval, waarin de coördinatie tussen verschillende diensten is vastgelegd. In geval van een nationale stroomuitval zal het Nationaal Crisiscentrum (NCC) de coördinatie op zich nemen. Veiligheidsregio's hebben lokale draaiboeken voor stroomuitval.

Kritieke infrastructuur zoals ziekenhuizen, waterzuiveringsinstallaties en delen van telecommunicatienetwerken beschikken over noodstroomvoorzieningen. Deze zijn echter meestal ontworpen voor kortere periodes van stroomuitval (24-48 uur) en afhankelijk van brandstoftoevoer. Bij een langdurige landelijke stroomuitval zouden zelfs deze cruciale voorzieningen uiteindelijk kunnen uitvallen.

**i** Een belangrijk advies van experts is om als gemeenschap voorbereid te zijn. Buurtnetwerken en lokale initiatieven kunnen essentieel zijn bij een langdurige crisis. Ken uw burens, vooral ouderen en kwetsbaren, en maak afspraken over wederzijdse hulp bij noodsituaties.

Hoewel de kans op een grootschalige stroomuitval volgens Netbeheer Nederland reëel is, is het belangrijk te benadrukken dat de Nederlandse energie-infrastructuur tot de betrouwbaarste ter wereld behoort. De gemiddelde uitvalduur per huishouden per jaar bedraagt slechts 21 minuten.

Desalniettemin is het verstandig om voorbereid te zijn op uitzonderlijke situaties, want juist onze afhankelijkheid van elektriciteit maakt de impact van een mogelijke uitval enorm.

A woman with long dark hair in a ponytail, wearing a beige trench coat, is walking on a city street at dusk. She is holding a white coffee cup with the text "THE DAILY GRIND" on it. The background shows a busy city street with many pedestrians and tall buildings with lights on. The overall tone is warm and urban.

Nieuw onderzoek toont aan: we wandelen veel sneller dan 30 jaar geleden. Hoe komt dat?

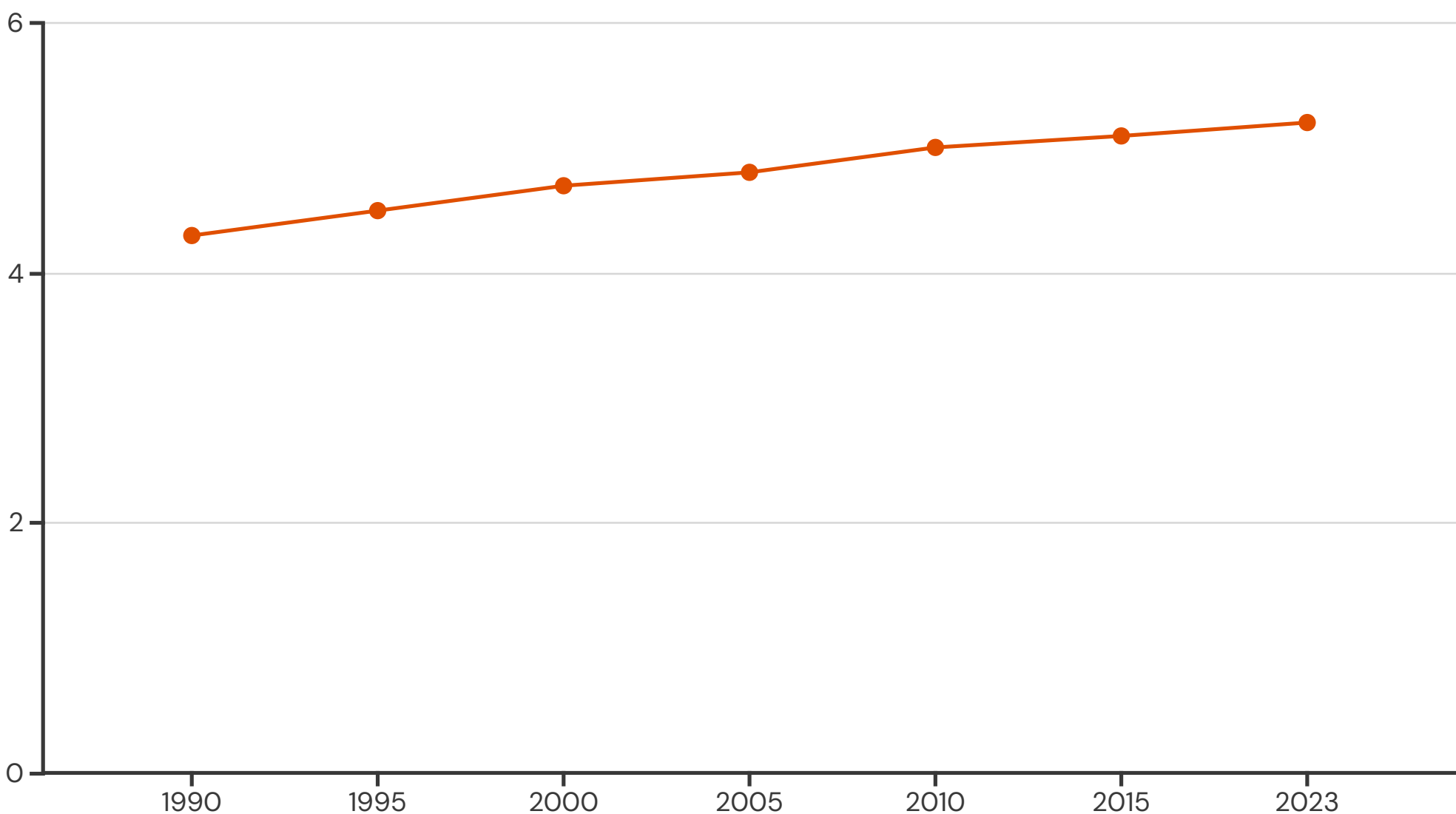
Willem Bosgra voor PerspectiefNL

Uit recent wetenschappelijk onderzoek blijkt een opmerkelijke ontwikkeling in ons dagelijks bewegingspatroon: we wandelen tegenwoordig aanzienlijk sneller dan drie decennia geleden. Deze versnelling van ons looptempo weerspiegelt niet alleen veranderingen in onze levensstijl en omgeving, maar heeft ook belangrijke implicaties voor onze gezondheid en de samenleving als geheel.

In dit artikel onderzoeken we de omvang van deze verandering, de onderliggende oorzaken, en wat dit betekent voor onze toekomst.

# Snelle Wandelaar: De Verrassende Toename van Ons Wandeltempo

De manier waarop we ons voortbewegen is een belangrijk aspect van ons dagelijks leven, maar we staan er zelden bij stil hoe ons wandeltempo door de jaren heen is veranderd. Uitgebreide metingen en longitudinale studies hebben echter een opmerkelijke trend aan het licht gebracht: Nederlanders en mensen wereldwijd wandelen aanzienlijk sneller dan drie decennia geleden.



Volgens de meest recente gegevens is het gemiddelde wandeltempo van volwassenen gestegen van ongeveer 4,5 kilometer per uur in de jaren '90 naar maar liefst 5,2 kilometer per uur vandaag de dag. Dit betekent een toename van 15 tot 20% in ons looptempo, een verandering die statistisch zeer significant is en niet kan worden toegeschreven aan toevallige variatie.

Deze versnelling betekent concreet dat een gemiddelde wandeling van een kilometer nu ongeveer twee tot drie minuten minder tijd in beslag neemt dan dertig jaar geleden. Voor dagelijkse voetgangers vertaalt zich dit in een substantiële tijdsbesparing op jaarbasis. Het huidige tempo ligt nu vaak tussen de 5 en 5,5 kilometer per uur, wat overeenkomt met wat gezondheidsexperts beschrijven als een "stevig doorwandelen" in plaats van een ontspannen wandeling.

Deze tendens is vooral sterk waarneembaar in stedelijke gebieden en onder jongere volwassenen, maar de trend is zichtbaar in alle leeftijdsgroepen en demografische segmenten. Interessant genoeg blijkt uit vergelijkende studies dat deze versnelling niet gelijkmatig over de hele wereld plaatsvindt – in sommige culturen en regio's is de toename sterker dan in andere, wat wijst op zowel universele als cultuurspecifieke factoren die ons wandelgedrag beïnvloeden.

# Waarom Lopen We Sneller? Drie Belangrijke Oorzaken

De versnelling van ons wandeltempo is geen toevallige ontwikkeling, maar het resultaat van diverse factoren die elkaar versterken. Wetenschappers en sociologen hebben verschillende verklaringen geïdentificeerd voor deze opvallende gedragsverandering.

1

## Verbeterde Gezondheid en Conditie

De afgelopen dertig jaar is er een aanzienlijke toename geweest in gezondheidsbewustzijn en fitnessactiviteiten. Meer Nederlanders sporten regelmatig, wat resulteert in een betere algehele conditie en uithoudingsvermogen. Deze verbeterde fysieke capaciteit stelt mensen in staat om langere tijd een hoger tempo vol te houden.

- De opkomst van sportapps en stappentellers stimuleert actief bewegen
- Fitnesstrends zoals HIIT en functionele training verbeteren de loopefficiëntie
- Gezondheidscampagnes benadrukken de voordelen van stevig doorwandelen

2

## Veranderde Levensstijl en Mobiliteit

Onze samenleving is in veel opzichten sneller geworden. We hebben vollere agenda's, meer verplichtingen en ervaren meer tijdsdruk. Deze veranderingen in leefpatroon vertalen zich naar ons wandelgedrag.

- Toename in doelgericht wandelen (woon-werkverkeer, boodschappen)
- Groeiende populariteit van actieve transport als milieubewuste keuze
- Digitale cultuur creëert een gevoel van haast en efficiëntiedruk
- Meer mensen integreren bewegen in dagelijkse routines door tijdgebrek

3

## Technologische en Omgevingsfactoren

De wereld om ons heen is veranderd op manieren die sneller wandelen faciliteren en aanmoedigen. Zowel persoonlijke uitrusting als infrastructuur zijn verbeterd.

- Ontwikkeling van betere, lichtere wandelschoenen met verbeterde ergonomie
- Comfortabele, ademende sportkleding voor dagelijks gebruik
- Verbeterde wandelinfrastructuur in steden (bredere stoepen, parken)
- Veiligere wandelomgevingen met minder obstakels en gevaren

Een interessante bijkomende factor die onderzoekers hebben geïdentificeerd, is de algemene toename in lichaamslengte. De gemiddelde Nederlander is nu enkele centimeters langer dan dertig jaar geleden, wat resulteert in een grotere natuurlijke paslengte. Biomechanisch onderzoek toont aan dat langere mensen gemiddeld 5-7% sneller lopen bij hetzelfde energieverbruik, wat een deel van de gemeten versnelling zou kunnen verklaren.

Daarnaast wijzen psychologen op een mogelijk "besmettelijk" effect van wandeltempo. In drukke omgevingen passen mensen onbewust hun loopsnelheid aan aan die van anderen om hen heen, wat tot een collectieve versnelling kan leiden wanneer een kritieke massa sneller gaat wandelen. Dit sociale fenomeen wordt versterkt door de toenemende urbanisatie en drukte in de publieke ruimte.

# Wat Betekent Dit Voor Onze Gezondheid en Samenleving?

## Gezondheidseffecten

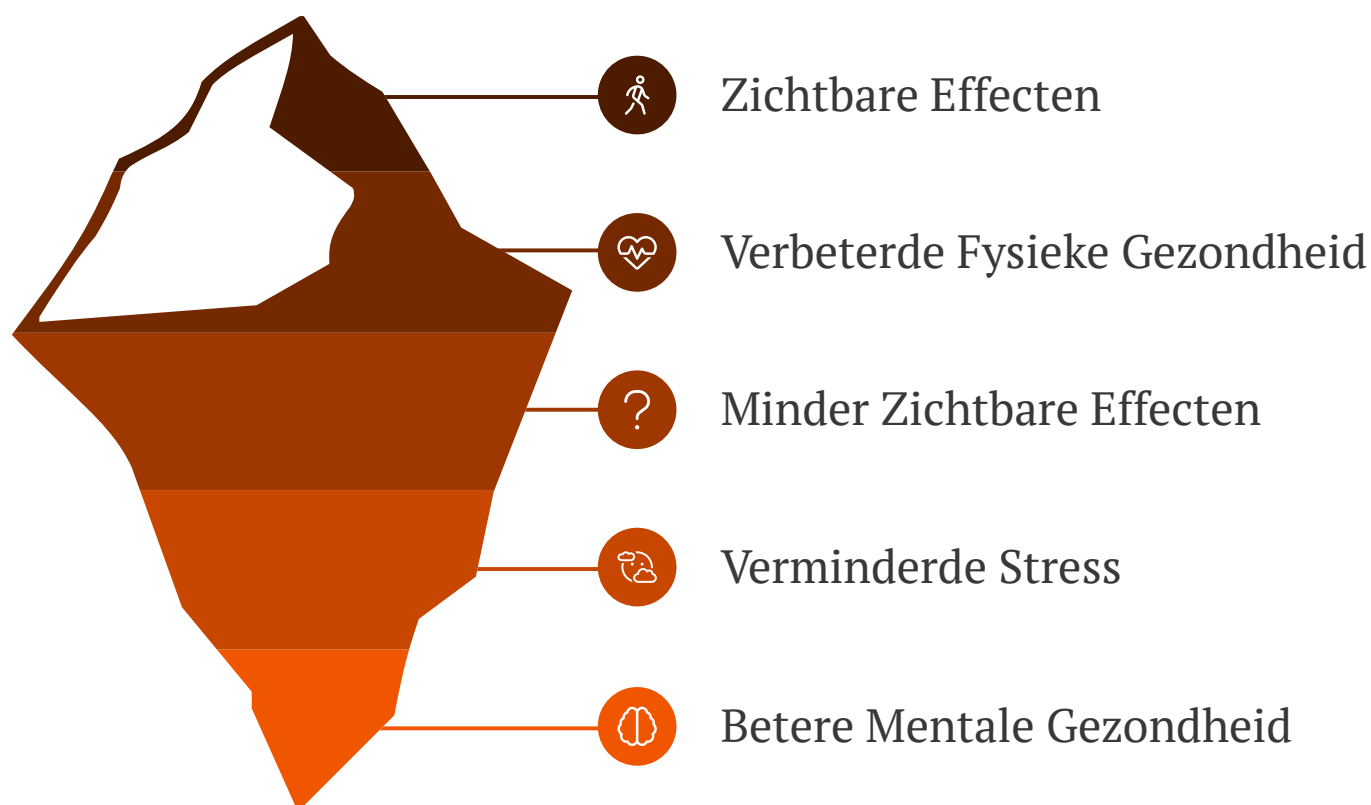
De trend van sneller wandelen heeft verstrekkende implicaties voor de volksgezondheid. Epidemiologische studies tonen consistente verbanden aan tussen wandeltempo en verschillende gezondheidsuitkomsten:

- Een hoger wandeltempo is geassocieerd met een significant lager risico op hart- en vaatziekten
- Onderzoek toont aan dat snelle wandelaars gemiddeld 2-3 jaar langer leven dan langzame wandelaars, zelfs na correctie voor andere factoren
- De cognitieve achteruitgang bij ouderen is meetbaar langzamer bij mensen die gedurende hun leven sneller wandelen
- Snellere wandelaars hebben een lager risico op het ontwikkelen van type 2 diabetes

## Maatschappelijke Impact

De versnelling van ons wandeltempo weerspiegelt en beïnvloedt bredere maatschappelijke ontwikkelingen:

- Stedelijke omgevingen worden steeds meer ontworpen met actieve mobiliteit in gedachten
- Het concept van "15-minuten steden" wint aan populariteit, waarbij essentiële voorzieningen binnen wandelafstand beschikbaar zijn
- Sociale interactie in de openbare ruimte verandert door veranderend wandelgedrag
- Er ontstaat een groeiende kloof tussen snelle en langzame wandelaars, wat kan leiden tot ruimtelijke segregatie



Tegelijkertijd is het belangrijk te erkennen dat niet iedereen kan deelnemen aan deze versnelling. Ouderen, mensen met lichamelijke beperkingen of chronische aandoeningen lopen gemiddeld langzamer en kunnen zich buitengesloten voelen in een omgeving die steeds meer is afgestemd op snelle mobiliteit. Dit vraagt om inclusieve benaderingen in stadsplanning en openbaar vervoer.

Kijkend naar de toekomst zien onderzoekers diverse trends die het wandeltempo verder kunnen beïnvloeden. De groeiende populariteit van specifieke wandelvormen zoals powerwalking en nordic walking stimuleert een technisch efficiëntere loopstijl. Daarnaast spelen digitale hulpmiddelen zoals wandelapps en smartwatches een steeds grotere rol in het motiveren en monitoren van bewegingspatronen.

- Een hoger wandeltempo is één van de sterkste voorspellers van algemene gezondheid en levensduur, zelfs krachtiger dan veel traditionele biomarkers. Gezondheidsdeskundigen beschouwen het nu als een "vitale functie" die eenvoudig te meten is en belangrijke inzichten biedt in de algehele gezondheid van een persoon.

# Conclusie: Wandeltempo als Spiegel van Onze Tijd

De aanzienlijke toename van ons wandeltempo in de afgelopen dertig jaar is een fascinerend voorbeeld van hoe menselijk gedrag evolueert in wisselwerking met technologische, culturele en omgevingsfactoren. Met een stijging van 15–20% is ons looptempo niet alleen statistisch significant veranderd, maar ook een waarneembaar aspect van het dagelijks leven geworden.

15-20%

Snelheidstoename

De gemiddelde stijging in wandeltempo sinds de jaren '90

2-3 jr

Levensverwachting

Extra levensjaren geassocieerd met een hoger wandeltempo

5.2 km/u

Huidig gemiddelde

Het huidige gemiddelde wandeltempo van Nederlandse volwassenen

Deze versnelling weerspiegelt diverse aspecten van onze moderne samenleving: ons toegenomen gezondheidsbewustzijn, de druk van een steeds sneller leven, en de technologische vooruitgang die ons bewegingspatroon ondersteunt en stimuleert. Het is een tastbaar voorbeeld van hoe subtiele gedragsveranderingen collectief kunnen leiden tot meetbare maatschappelijke verschuivingen.

Voor individuen biedt deze kennis praktische inzichten. Het meten van je eigen wandeltempo kan een eenvoudige maar krachtige gezondheidsindicator zijn. Een geleidelijke vertraging kan een vroeg waarschuwingssignaal zijn voor onderliggende gezondheidsproblemen, terwijl het bewust verhogen van je looptempo een toegankelijke manier is om je algehele conditie te verbeteren zonder complexe trainingsschema's of dure apparatuur.



Voor beleidsmakers en stadsplanners onderstreept dit fenomeen het belang van het ontwerpen van inclusieve openbare ruimtes die zowel snelle als langzame wandelaars kunnen accommoderen. De "walkability" van steden wordt een steeds belangrijker aspect van leefbaarheid en duurzaamheid in een tijd waarin actieve mobiliteit wordt aangemoedigd.

Het is fascinerend om te bedenken dat iets zo alledaags als ons wandeltempo een rijke bron van inzichten kan zijn over onze gezondheid, cultuur en samenleving. Terwijl we doorgaan met het verkennen van de implicaties van deze versnelling, kunnen we wandelen beschouwen als meer dan alleen een manier om van A naar B te komen – het is een spiegel die onze veranderende wereld reflecteert en een venster op onze collectieve toekomst.

# Waarom ziekenhuizen op het platteland de strijd om cyberbeveiliging verliezen

Willem Bosgra voor **PerspectiefNL**

**Zorginstellingen op het platteland staan onder toenemende druk van cyberdreigingen terwijl ze worstelen met beperkte middelen om zich adequaat te beschermen. Dit artikel onderzoekt waarom kleine regionale ziekenhuizen kwetsbaar zijn voor cyberaanvallen, welke incidenten er recent hebben plaatsgevonden, en welke structurele barrières deze instellingen ondervinden bij het implementeren van effectieve beveiligingsmaatregelen.**

Met een analyse van zowel technische als organisatorische uitdagingen biedt dit artikel inzicht in de complexe cyberbeveiligingsproblematiek waarmee ziekenhuizen buiten de grote steden worden geconfronteerd.

# Toenemende cyberdreigingen en recente incidenten

De gezondheidszorg is in toenemende mate het doelwit geworden van cybercriminelen. Sinds 2024 is er een alarmerende stijging waarneembaar in het aantal gerichte aanvallen op zorginstellingen, waarbij ziekenhuizen op het platteland bijzonder kwetsbaar blijken. Deze instellingen beschikken over waardevolle patiëntgegevens maar hebben vaak niet de middelen om deze adequaat te beschermen, wat ze tot aantrekkelijke doelwitten maakt.



In juli 2024 werd de Nederlandse zorgsector zwaar getroffen door wereldwijde storingen als gevolg van kritieke fouten in beveiligingssoftware. Terwijl grotere academische ziekenhuizen relatief snel konden herstellen dankzij hun uitgebreide IT-teams, hadden plattelandsziekenhuizen wekenlang te kampen met verminderde functionaliteit van cruciale systemen. In sommige gevallen moesten geplande operaties worden uitgesteld en werd niet-spoedeisende zorg tijdelijk opgeschort.

## Europese respons

Als reactie op de toenemende dreigingen lanceerde de Europese Unie begin 2025 een uitgebreid actieplan voor de versterking van cyberveiligheid in de zorgsector. Dit plan omvat richtlijnen voor minimale beveiligingsstandaarden, financieringsmogelijkheden voor kleine zorginstellingen, en een raamwerk voor informatie-uitwisseling tussen EU-lidstaten bij cyberincidenten.

Ondanks deze initiatieven blijven plattelandsziekenhuizen achter bij de implementatie van deze maatregelen, voornamelijk door structurele barrières die in de volgende sectie worden toegelicht.

## NIS360-rapport

Het recente NIS360-rapport van het Europees Agentschap voor Netwerk- en Informatiebeveiliging (ENISA) plaatst de gezondheidszorgsector in de hoogste risicocategorie. Het rapport wijst specifiek op de kwetsbaarheid van plattelandsregio's, waar ziekenhuizen vaak met verouderde systemen werken en waar de responstijd bij incidenten aanzienlijk langer is dan in stedelijke gebieden.

De classificatie als 'hoog risico' betekent dat zorginstellingen aan strengere eisen moeten voldoen onder de nieuwe NIS2-richtlijn, wat extra druk legt op hun beperkte middelen.

"De zorgsector is momenteel een van de meest kwetsbare sectoren voor cyberaanvallen, waarbij kleinere regionale ziekenhuizen onevenredig zwaar worden getroffen vanwege hun beperkte cyberbeveiligingscapaciteit." - ENISA NIS360-rapport, 2025

# Kwetsbaarheden van plattelandsziekenhuizen en structurele barrières

Ziekenhuizen op het platteland worden geconfronteerd met een unieke set uitdagingen die hun vermogen om zich te beschermen tegen cyberdreigingen ernstig beperkt. Deze structurele barrières zijn diepgeworteld en vereisen gerichte oplossingen die verder gaan dan standaard beveiligingsprotocollen.

1

## Beperkte budgetten

Regionale ziekenhuizen werken met aanzienlijk kleinere budgetten dan hun stedelijke tegenhangers. Uit recent onderzoek blijkt dat plattelandsziekenhuizen gemiddeld slechts 2-3% van hun IT-budget aan cyberbeveiliging besteden, vergeleken met 8-10% bij grotere instellingen. Dit beperkt hun vermogen om te investeren in:

- Geavanceerde beveiligingsinfrastructuur
- Hardware- en software-updates
- Speciale beveiligingsteams
- Uitgebreide trainingen voor personeel

2

## Kleine IT-teams

De meeste plattelandsziekenhuizen beschikken over kleine IT-afdelingen waarin medewerkers meerdere rollen vervullen. Een typisch IT-team in een regionaal ziekenhuis bestaat uit 3-5 personen die verantwoordelijk zijn voor alle technische aspecten, van netwerkbeheer tot helpdesk en beveiliging.

Deze hoge werkdruk, gecombineerd met beperkte specialistische kennis op het gebied van cyberbeveiliging, maakt het bijzonder moeilijk om proactief beveiligingsmaatregelen te implementeren en up-to-date te blijven met de nieuwste dreigingen.

3

## Complexe zorgtechnologie

Moderne ziekenhuizen zijn afhankelijk van een complex ecosysteem van medische apparatuur, elektronische patiëntendossiers en geïntegreerde zorgsystemen. Deze technologieën worden vaak geleverd door verschillende leveranciers met eigen beveiligingsprotocollen.

Voor plattelandsziekenhuizen is het bijzonder uitdagend om:

- Compatibiliteitsproblemen tussen systemen op te lossen
- Verouderde apparatuur te upgraden vanwege budgetbeperkingen
- Tijdig beveiligingsupdates te implementeren

## Geografische en organisatorische isolatie

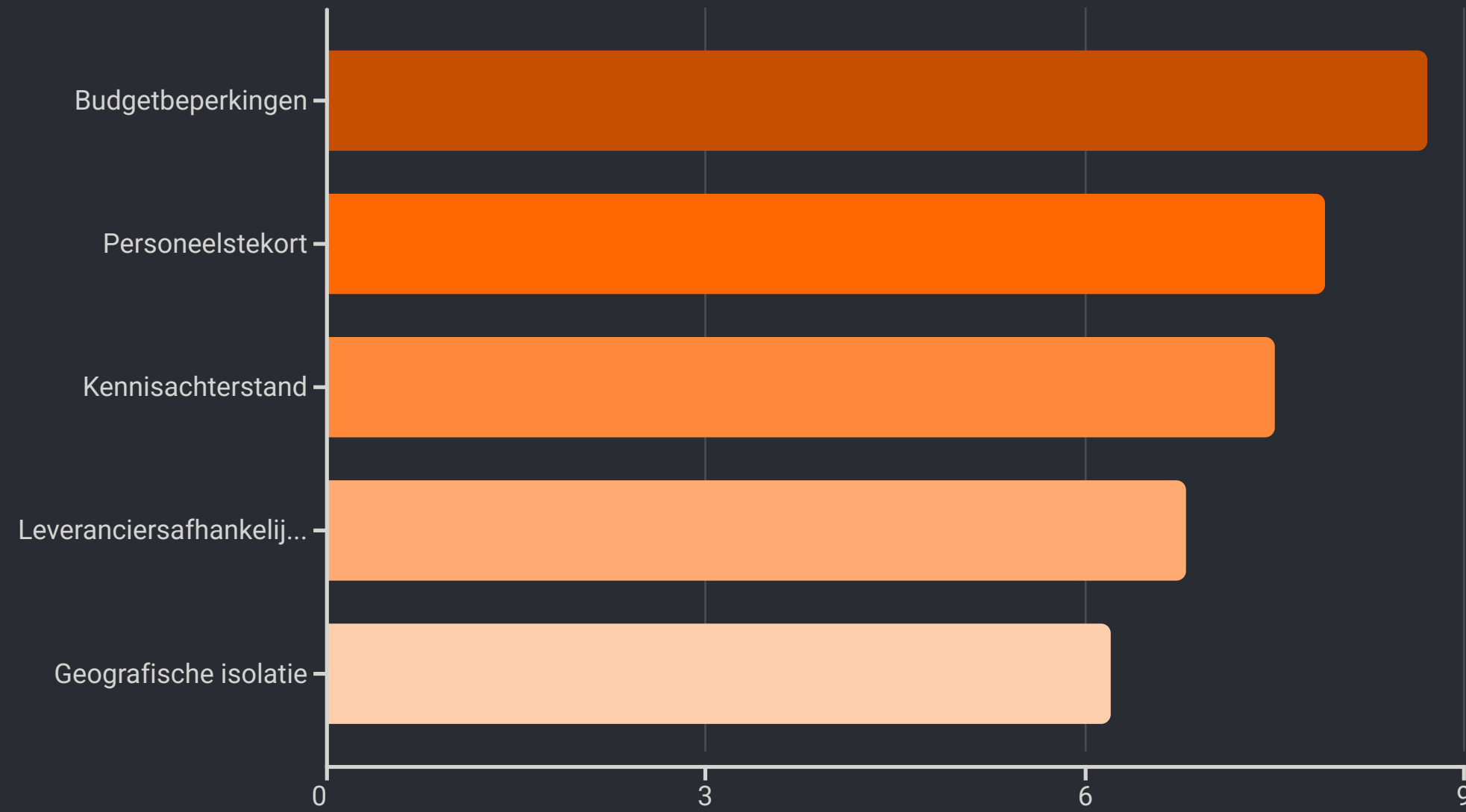
De fysieke afstand tussen plattelandsziekenhuizen en cyberbeveiligingsexpertisecentra creëert aanzienlijke barrières voor kennisuitwisseling en samenwerking. Regionale zorginstellingen hebben beperkte toegang tot:

### Kennisnetwerken

Plattelandsziekenhuizen missen vaak de voordelen van nabijgelegen kenniscentra en universiteiten. Ze hebben minder mogelijkheden om deel te nemen aan beveiligingsconferenties, samenwerkingsverbanden of regionale IT-beveiligingsgroepen waar waardevolle informatie wordt uitgewisseld. Deze isolatie vertraagt de verspreiding van best practices en nieuwe beveiligingsinzichten.

### Respons bij incidenten

Bij een cyberincident hebben ziekenhuizen op het platteland minder opties voor directe ondersteuning. Forensische experts en incident-responsteams zijn meestal gevestigd in stedelijke gebieden, wat leidt tot langere responstijden. Daarnaast ontbreekt het deze instellingen vaak aan uitgebreide back-upsystemen, waardoor hersteloperaties na een aanval complexer en tijdrovender worden.



De druk op de dagelijkse zorgverlening is een andere factor die de cyberbeveiligingsinspanningen belemmert. Bij cyberincidenten moeten plattelandsziekenhuizen vaak kiezen tussen het handhaven van essentiële zorgdiensten en het implementeren van tijdrovende beveiligingsmaatregelen.

Dit leidt regelmatig tot de moeilijke beslissing om bepaalde diensten tijdelijk af te schalen, wat directe gevolgen heeft voor patiënten in deze regio's waar alternatieve zorgopties beperkt zijn.



# Acceptatie van lhbti+ daalt opnieuw in Nederland: Feiten en trends

Willem Bosgra voor PerspectiefNL

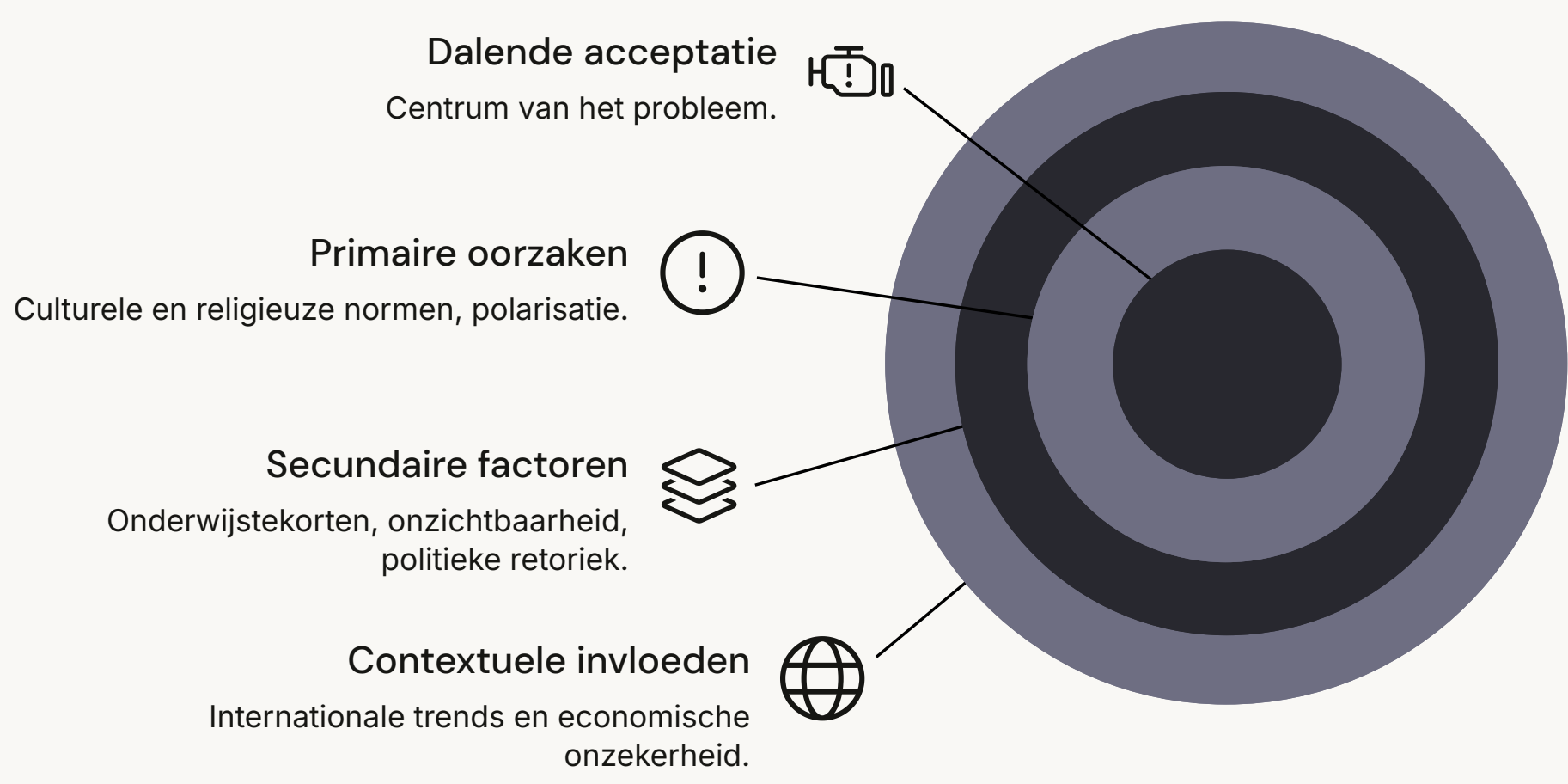
De acceptatie van lhbti+ personen in Nederland, een land dat internationaal bekend staat om zijn progressieve houding, vertoont een zorgwekkende trend. Recente gegevens wijzen op een daling in de maatschappelijke acceptatie, met name in de grote steden waar deze eerder juist hoog was.

In 2024 beschouwt slechts 43% van de Amsterdamse jongeren relaties tussen mensen van hetzelfde geslacht als acceptabel, een percentage dat alarmerend laag is voor een stad die bekend staat om zijn inclusiviteit. Op landelijk niveau ervaart meer dan de helft (51%) van de lhbti+ gemeenschap een verslechtering in de acceptatie.

Verschillende onderzoeksrapporten bevestigen deze ontwikkeling en wijzen op een stagnatie of zelfs een lichte daling in de acceptatie, met opvallende verschillen tussen leeftijdsgroepen en regio's. Nederland, ooit voorloper in lhbti+ rechten, staat voor de uitdaging om deze dalende trend te begrijpen en tegen te gaan.

# Oorzaken van de dalende acceptatie

De afnemende acceptatie van lhbti+ personen in Nederland kent diverse oorzaken die diep verweven zijn met bredere maatschappelijke ontwikkelingen. Deze complexe problematiek vraagt om een genuanceerde analyse van verschillende factoren die bijdragen aan het huidige klimaat.



## Culturele en religieuze factoren

Een significante oorzaak ligt in de culturele en religieuze diversiteit van Nederland. Onderzoek toont aan dat de acceptatie aanzienlijk lager is onder jongeren met een niet-Nederlandse achtergrond, met name onder jonge mannen.

In gemeenschappen waar conservatieve religieuze waarden sterk aanwezig zijn, bestaat vaak meer weerstand tegen lhbti+ acceptatie. Deze spanningen manifesteren zich het sterkst in stedelijke gebieden met een hoge culturele diversiteit.

## Leeftijdsgebonden verschillen

Opvallend is dat de acceptatie onder jongeren in de leeftijdsgroep 13-15 jaar significant lager ligt dan bij jongvolwassenen (19-24 jaar). Dit wijst mogelijk op veranderende attitudes in de nieuwe generatie of op het feit dat acceptatie toeneemt met leeftijd en levenservaring.

De zorgwekkende daling bij tieners vraagt om speciale aandacht, aangezien deze groep de maatschappelijke normen van de toekomst bepaalt.

## Polarisatie en sociale media

Het maatschappelijke debat rondom lhbti+ kwesties is de afgelopen jaren sterk gepolariseerd geraakt. Sociale media spelen hierin een katalyserende rol, waarbij extreme standpunten meer aandacht krijgen dan gematigde stemmen. De toenemende negatieve beeldvorming en het verharde debat creëren een klimaat waarin vooroordelen versterkt worden en genuanceerde gesprekken moeilijker te voeren zijn.

### Onzichtbaarheid in onderwijs

In veel onderwijsinstellingen ontbreekt adequate voorlichting over seksuele en genderdiversiteit. Wanneer lhbti+ thema's onbesproken blijven of oppervlakkig worden behandeld, blijven vooroordelen en misverstanden bestaan. Inclusief onderwijs is essentieel voor het bevorderen van begrip en respect.

### Toename discriminatie

Het aantal meldingen van discriminatie tegen lhbti+ personen is toegenomen. Deze incidenten variëren van verbaal geweld tot fysieke aanvallen, wat bijdraagt aan een klimaat van angst en onveiligheid. De zichtbaarheid van deze discriminatie versterkt het gevoel dat acceptatie afneemt.

### Politieke retoriek

In het politieke landschap is lhbti+ acceptatie steeds vaker onderwerp van controverse. Sommige politieke stromingen gebruiken anti-lhbti+ retoriek om kiezers aan te spreken, wat bijdraagt aan de normalisering van intolerante standpunten in het publieke debat.

Deze complexe mix van factoren verklaart waarom, ondanks decennia van progressie, de acceptatie van lhbti+ personen in Nederland nu onder druk staat. De interactie tussen culturele, sociale, educatieve en politieke elementen creëert een uitdagende omgeving voor duurzame acceptatie en inclusie.

# Gevolgen en perspectief: waarom aandacht essentieel blijft

De dalende acceptatie van lhbti+ personen in Nederland heeft verstrekken gevolgen voor zowel individuen als de samenleving als geheel. Deze ontwikkeling vraagt om blijvende aandacht en gerichte maatregelen om verdere achteruitgang te voorkomen en de situatie te verbeteren.

## Gevolgen voor lhbti+ personen



### Toenemende onveiligheid

Lhbti+ personen ervaren een groeiend gevoel van onveiligheid in de publieke ruimte. Veel individuen passen hun gedrag aan door bepaalde gebieden te vermijden of hun identiteit te verbergen om confrontaties te voorkomen.



### Psychische belasting

De constante confrontatie met afwijzing en discriminatie leidt tot verhoogde stress, angst en depressie. Onderzoek toont aan dat lhbti+ personen een verhoogd risico hebben op psychische problemen wanneer zij leven in een omgeving met lage acceptatie.



### Sociale isolatie

Verminderde acceptatie draagt bij aan een gevoel van uitsluiting en vervreemding. Dit kan leiden tot isolement en het vermijden van sociale interacties, wat de integratie in de samenleving bemoeilijkt.

## Maatschappelijke implicaties

De dalende acceptatie heeft ook bredere maatschappelijke gevolgen. Er bestaat een reëel risico op escalatie van discriminatie en geweld, vooral in stedelijke omgevingen waar verschillende culturen en opvattingen samenkomen. Dit kan leiden tot toenemende spanningen en verdere polarisatie in de samenleving. Bovendien kan Nederland zijn internationale reputatie als progressief en inclusief land verliezen, wat economische en diplomatieke gevolgen kan hebben.

"Een inclusieve samenleving vereist voortdurende aandacht en inspanning. We kunnen niet veronderstellen dat eenmaal verworven rechten en acceptatie vanzelfsprekend blijven bestaan."



**Onderzoeksbevinding:** In gemeenten waar actief beleid wordt gevoerd op lhbti+ acceptatie, rapporteren lhbti+ personen gemiddeld een hoger gevoel van veiligheid en welbevinden.

De situatie vraagt om een structurele en gerichte beleidsinzet. Er is behoefte aan diepgaand onderzoek naar de onderliggende oorzaken en de effectiviteit van huidige maatregelen. Beleid moet worden ontwikkeld dat rekening houdt met de diversiteit in de Nederlandse samenleving en gericht is op het bevorderen van wederzijds begrip en respect.

## Kansen voor verbetering

1

### Onderwijs en voorlichting

Verbetering van lhbti+ inclusief onderwijs op alle niveaus kan bijdragen aan meer begrip en acceptatie. Door jongeren al vroeg kennis te laten maken met diversiteit, kunnen vooroordelen worden verminderd.

2

### Dialogo tussen gemeenschappen

Het faciliteren van open gesprekken tussen verschillende culturele en religieuze groepen kan bijdragen aan wederzijds begrip. Door ruimte te creëren voor respectvolle uitwisseling van perspectieven kunnen bruggen worden gebouwd.

3

### Lokale aanpakken

Gerichte interventies op wijkniveau kunnen effectief zijn in het verbeteren van acceptatie. Lokale initiatieven die aansluiten bij de specifieke context en behoeften van een gemeenschap hebben vaak meer impact dan algemene campagnes.

4

### Zichtbaarheid en representatie

Het vergroten van de zichtbaarheid van lhbti+ personen in media, politiek en andere publieke domeinen kan bijdragen aan normalisering en acceptatie. Positieve rolmodellen zijn essentieel voor zowel lhbti+ jongeren als voor het bredere publiek.

De dalende acceptatie van lhbti+ personen in Nederland is een complex probleem dat aandacht verdient van alle lagen van de samenleving. Door inzicht te verwerven in de oorzaken, bewustzijn te creëren over de gevolgen en gerichte maatregelen te nemen, kan deze trend worden gekeerd.

Nederland heeft de kans om opnieuw voorloper te worden in het bevorderen van een inclusieve samenleving waar iedereen, ongeacht seksuele oriëntatie of genderidentiteit, in vrijheid en veiligheid kan leven.



# Een Jaar Zonder Verkeersdoden: Wat Nederland Kan Leren van Helsinki

Willem Bosgra voor

PerspectiefNL

Helsinki heeft een opmerkelijke mijlpaal bereikt: een volledig jaar zonder verkeersdoden. Dit document onderzoekt hoe de Finse hoofdstad dit heeft bereikt en welke lessen Nederland hieruit kan trekken voor een veiligere verkeerssituatie.

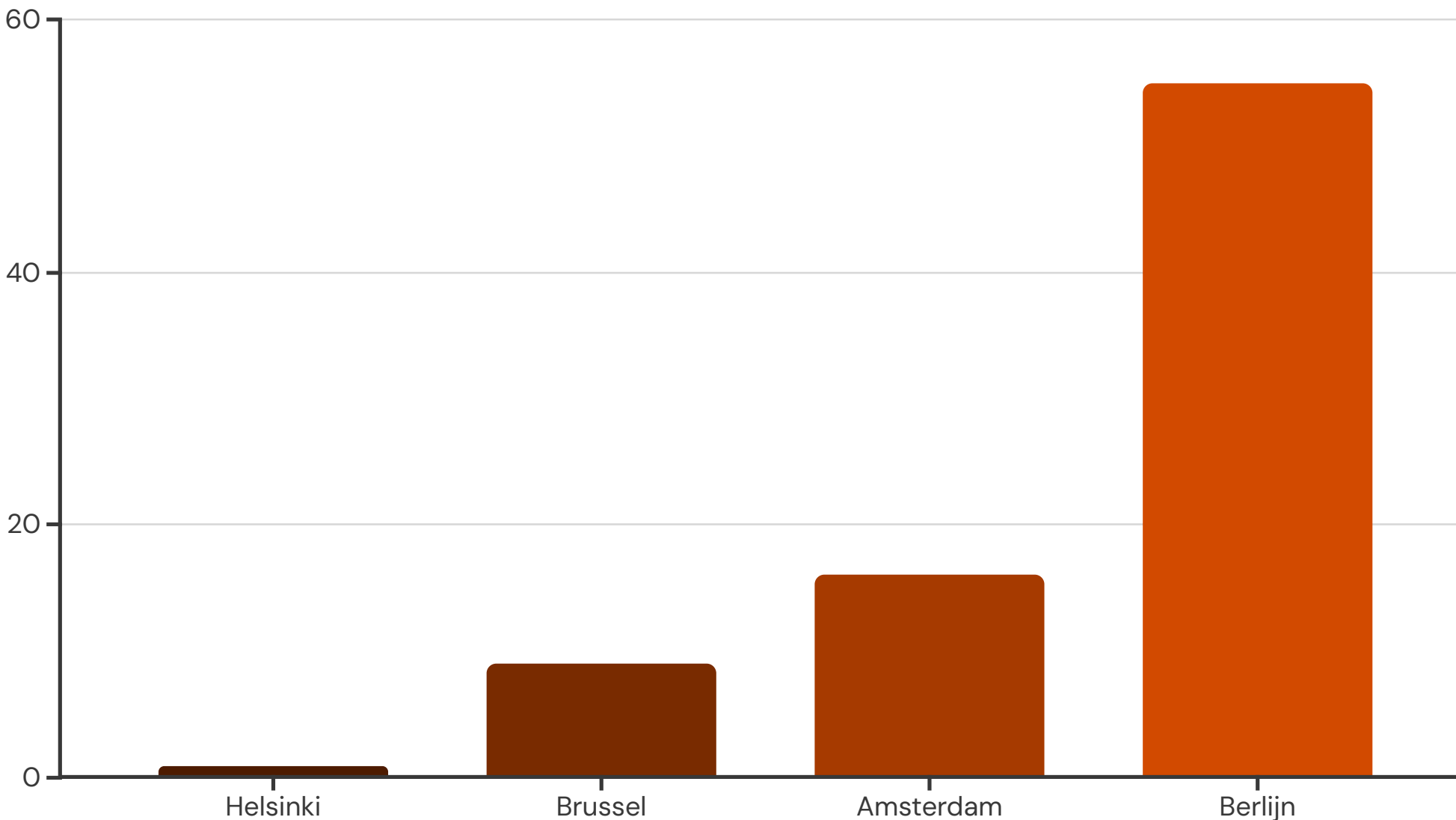
We analyseren de infrastructurele maatregelen, beleidsveranderingen en culturele aspecten die hebben bijgedragen aan dit succes, en bieden concrete aanbevelingen voor Nederlandse steden.

# Helsinki's Verkeersveiligheidsmirakel: Feiten en Cijfers

De Finse hoofdstad Helsinki heeft een indrukwekkende prestatie geleverd op het gebied van verkeersveiligheid. Sinds juli 2024 zijn er geen verkeersdoden meer geregistreerd, wat uitzonderlijk is voor een Europese hoofdstad van deze omvang.

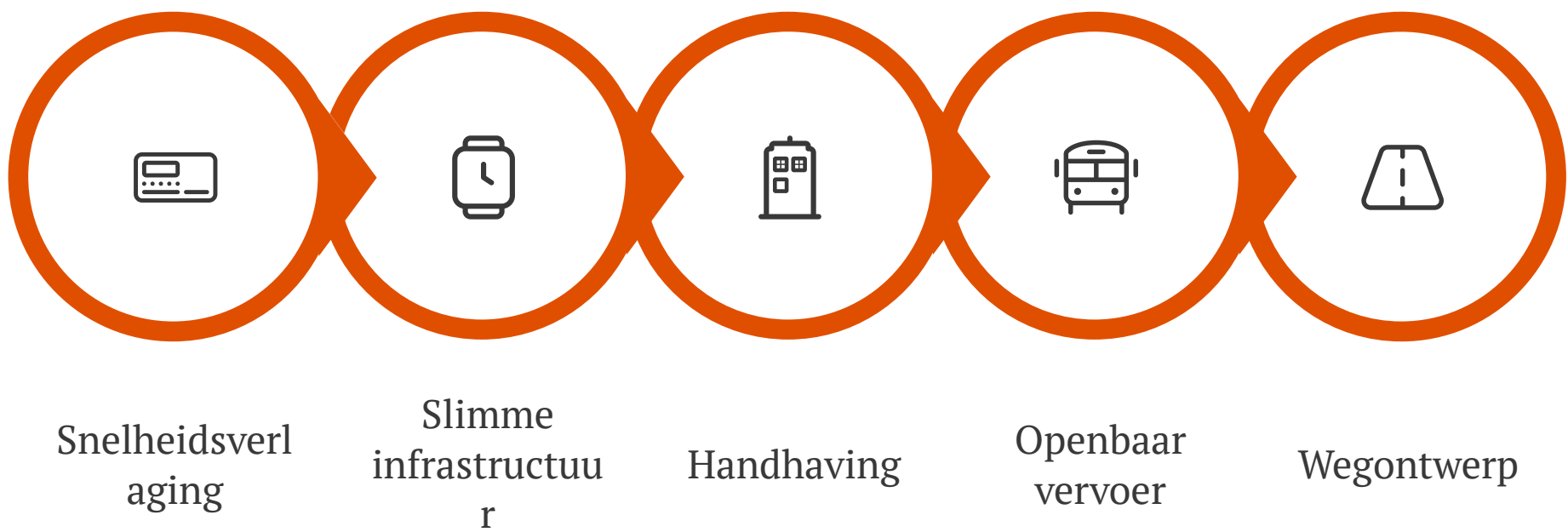
|                                                                                                                           |                                                                                                                         |                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0                                                                                                                         | 277                                                                                                                     | 1,5M                                                                                      |
| Verkeersdoden                                                                                                             | Verkeersgewonden                                                                                                        | Inwoners                                                                                  |
| Geen enkele verkeersdode in Helsinki sinds juli 2024, een primeur voor een Europese hoofdstad met bijna 700.000 inwoners. | Het aantal verkeersgewonden is gedaald van bijna 1.000 per jaar in de jaren '80 naar slechts 277 in het afgelopen jaar. | Helsinki telt bijna 700.000 inwoners in de stad zelf en 1,5 miljoen in de metropoolregio. |

Ter vergelijking: terwijl Helsinki een volledig jaar zonder verkeersdoden heeft doorgebracht, overleden in 2023 nog 55 mensen in Berlijn en 9 in Brussel door verkeersongevallen. Dit onderstreept hoe bijzonder de prestatie van Helsinki is. In 2019 slaagde de Finse hoofdstad er ook al in om een jaar zonder voetgangersdoden te realiseren.



# De Sleutelmaatregelen Achter Helsinki's Succes

Helsinki's succes is het resultaat van een combinatie van doelgerichte maatregelen die samen een veiligere verkeersomgeving hebben gecreëerd. Deze holistische aanpak omvat infrastructurele aanpassingen, regelgeving en handhaving.



## Snelheidsverlaging

Meer dan de helft van de straten in Helsinki heeft nu een limiet van 30 km/u, waar dat 50 jaar geleden nog 50 km/u was. Rond scholen is recentelijk ook een limiet van 30 km/u ingevoerd. Deze verlaging heeft een significant effect op de ernst van ongevallen.

## Slimme Infrastructuur

Helsinki beschikt over meer dan 1.500 km aan fietspaden die zorgen voor een veilige scheiding tussen fietsers en gemotoriseerd verkeer. Daarnaast zijn oversteekplaatsen herontworpen en kruispunten aangepast om de veiligheid te verbeteren voor alle weggebruikers.

## Handhaving & Openbaar Vervoer

De stad heeft 70 nieuwe flitspalen geïnstalleerd en de samenwerking tussen politie en stadsbestuur geïntensiveerd. Tegelijkertijd zorgt een uitstekend netwerk van openbaar vervoer, inclusief elektrische en autonome bussen, voor minder autogebruik en daarmee minder ongevallen.

## Wegontwerp

Door nauwere rijstroken en strategisch geplaatste groenvoorzieningen worden bestuurders aangemoedigd om langzamer en voorzichtiger te rijden. Dit psychologische effect draagt bij aan een veiligere rijomgeving voor iedereen.



# Cultuur en Gedrag: De Onzichtbare Motor

Naast de zichtbare maatregelen zoals infrastructuur en regelgeving speelt het menselijke aspect een cruciale rol in Helsinki's verkeersveiligheidssucces. Verkeersingenieur Roni Utriainen benadrukt dat de houding van alle weggebruikers fundamenteel is voor de bereikte resultaten.

"Het gaat niet alleen om infrastructuur of regels. De houding van automobilisten, fietsers en voetgangers maakt het verschil. Er is meer respect en alertheid in het Helsinki'sche verkeer." – Roni Utriainen, Verkeersingenieur

## Voorrang voor Voetgangers

In Helsinki geven bestuurders in de meeste gevallen daadwerkelijk voorrang aan voetgangers bij zebrapaden. Dit wijdverspreide gedrag draagt significant bij aan de veiligheid van de meest kwetsbare weggebruikers.

## Wederzijds Respect

Er bestaat een cultuur van wederzijds respect tussen verschillende verkeersdeelnemers. Automobilisten, fietsers en voetgangers houden rekening met elkaar en anticiperen op elkaars bewegingen.

## Elektrische Steps

De opkomst van elektrische steps bracht nieuwe uitdagingen met zich mee. Door aangepaste regels, betere bewegwijzering en educatie zijn hiervoor effectieve oplossingen gevonden.

Deze gedragsaspecten vormen een essentiële aanvulling op de fysieke en regelgevende maatregelen. Ze tonen aan dat verkeersveiligheid niet alleen een kwestie is van infrastructuur, maar ook van maatschappelijke normen en waarden.

# Wat Kan Nederland Leren van Helsinki?

Nederland kan waardevolle lessen trekken uit Helsinki's succes om de eigen verkeersveiligheid te verbeteren. Door gerichte maatregelen te implementeren, kunnen Nederlandse steden dichterbij het doel van nul verkeersdoden komen.

## Snelheidslimieten Verlagen

Nederland zou het voorbeeld van Helsinki kunnen volgen door 30 km/u als standaard in te voeren in woonwijken en schoolomgevingen. Dit vermindert niet alleen de kans op ongevallen, maar verlaagt ook de impact bij een eventuele aanrijding aanzienlijk.

## Investeren in Infrastructuur

Uitbreiding en verbetering van veilige fiets- en wandelroutes, met bijzondere aandacht voor slimme kruispunten en oversteekplaatsen. Hoewel Nederland al een uitstekend fietsnetwerk heeft, kunnen kruispunten en oversteekplaatsen nog veiliger worden ontworpen.

## Strengere Handhaving

Meer flitspalen en gerichte politie-inzet om snelheidsovertredingen en gevaarlijk gedrag te verminderen. Consequente handhaving zorgt voor betere naleving van de regels en creëert een veiliger verkeersomgeving.

## Openbaar Vervoer Stimuleren

Verbetering van bereikbaarheid en kwaliteit van het openbaar vervoer om autogebruik terug te dringen. Minder auto's op de weg betekent minder kans op ongevallen, vooral in stedelijke gebieden.

## Cultuurverandering

Bewustwordingscampagnes en educatie om respect en verantwoordelijkheidsgevoel onder alle weggebruikers te vergroten. De mentaliteitsverandering die in Helsinki heeft plaatsgevonden, kan ook in Nederland worden gestimuleerd.

# Conclusie: Naar een Verkeersveilig Nederland

Helsinki's prestatie bewijst dat een jaar zonder verkeersdoden geen utopie is maar een haalbaar doel door consequente toepassing van de juiste maatregelen. Nederland kan deze inspirerende casus gebruiken als blauwdruk voor een veiligere verkeersomgeving.

De Europese ambitie van Vision Zero – nul verkeersdoden in 2050 – wordt dankzij het voorbeeld van Helsinki concreter en haalbaarder. Het vergt een meerjarige, integrale aanpak waarbij alle aspecten van verkeersveiligheid worden aangepakt: van fysieke infrastructuur tot handhaving, van technologie tot gedragsverandering.

📌 Het bereiken van nul verkeersdoden is een gezamenlijke verantwoordelijkheid van overheden, weggebruikers en de gehele samenleving. Alleen door een breed gedragen inspanning kunnen we deze ambitieuze maar noodzakelijke doelstelling realiseren.

De lessen uit Helsinki bieden Nederland een waardevol kader om de verkeersveiligheid substantieel te verbeteren. Door een combinatie van snelheidsverlaging, infrastructuurverbetering, strengere handhaving en culturele verandering kan Nederland grote stappen zetten richting een toekomst waarin verkeersdoden tot het verleden behoren.



# Gevolgen van een Beurscrash op het Nieuwe Pensioenstelsel

Willem Bosgra voor PerspectiefNL.

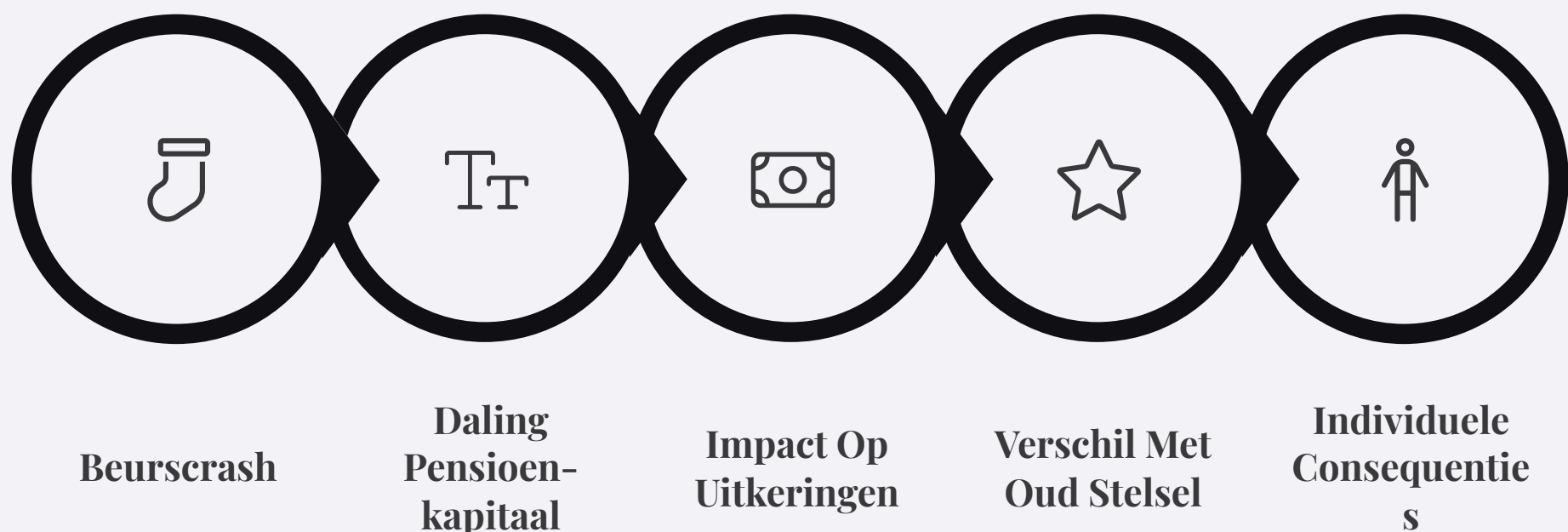
In dit artikel analyseren we de potentiële impact van een beursdaling op het nieuwe Nederlandse pensioenstelsel. Het nieuwe stelsel, dat een premie-overeenkomst introduceert in plaats van een vaste uitkering, maakt pensioenuitkeringen direct afhankelijk van beleggingsrendementen. Met een gelijkblijvend premiepercentage voor alle leeftijdsgroepen en minder hoge buffervereisten beweegt het pensioen voortaan direct mee met de economie en beursschommelingen.

Deze fundamentele verandering heeft belangrijke gevolgen voor deelnemers wanneer er een beurscrash zou plaatsvinden, waaronder directe impact op uitkeringen, verschuiving van risico's naar individuele deelnemers, en de noodzaak voor aangepaste financiële planning. We onderzoeken deze gevolgen in detail en bieden aanbevelingen voor gepensioneerden en toekomstige pensioengerechtigden.

# Impact van Beurscrashes op Pensioenuitkeringen

In het nieuwe pensioenstelsel worden pensioenuitkeringen rechtstreeks gekoppeld aan beleggingsresultaten, waardoor een beurscrash directe en mogelijk ingrijpende gevolgen kan hebben voor pensioengerechtigden.

Anders dan in het oude stelsel, waar uitkeringen min of meer gegarandeerd waren op basis van gemiddelden en vaste rechten, zullen schommelingen op de aandelenmarkt nu direct voelbaar zijn in de portemonnee van gepensioneerden.



Bij een substantiële beurscrash kunnen de gevolgen verstrekkend zijn. Waar pensioenfondsen in het oude stelsel vaak konden kiezen om kortingen uit te stellen of te spreiden, is er in het nieuwe stelsel een directere relatie tussen marktprestaties en uitkeringen.

Een daling van bijvoorbeeld 20% op de aandelenmarkten zou - afhankelijk van de beleggingsmix - kunnen resulteren in een aanzienlijke verlaging van pensioenuitkeringen binnen een relatief korte termijn.

De timing van pensionering wordt crucialer dan ooit. Iemand die net voor een beurscrash met pensioen gaat, kan een substantieel lagere uitkering ontvangen dan iemand die enkele jaren eerder of later pensioneert.

Dit 'pech- of gelukmoment' kan tienduizenden euro's verschil maken over de gehele pensioenduur. Bovendien zullen de effecten ongelijk verdeeld zijn tussen verschillende leeftijdsgroepen, aangezien hun beleggingsprofielen verschillen.

Het individuele pensioenresultaat wordt hierdoor minder voorspelbaar. Hoewel het nieuwe stelsel in theorie hogere rendementen kan opleveren in goede tijden, brengt het ook het risico met zich mee dat gepensioneerden moeten leven met een fluctuerend inkomen, wat financiële planning en budgettering aanzienlijk kan compliceren, vooral voor ouderen die vaak minder flexibel zijn in hun uitgavenpatroon.

# Specifieke Risico's en Onzekerheden voor Deelnemers

Het nieuwe pensioenstelsel verschuift het risico fundamenteel van pensioenfondsen en toezichthouders naar individuele deelnemers en gepensioneerden. Deze verandering zorgt voor een aanzienlijke toename in onzekerheid over de uiteindelijke pensioenuitkering, vooral in tijden van beursvolatiliteit.

Bij een beurscrash worden deelnemers direct geconfronteerd met de gevolgen van marktschommelingen. Waar het oude stelsel buffers en dekkingsgraden gebruikte om schokken te absorberen, kan een beurscrash nu leiden tot directe en potentieel aanzienlijke verlagingen van pensioenuitkeringen. Modellen suggereren dat deze verlagingen in extreme scenario's kunnen oplopen tot tientallen procenten, wat een dramatische impact kan hebben op de levensstandaard van gepensioneerden.

Een belangrijk aspect van deze nieuwe risicoverdeling is de generationele ongelijkheid die kan ontstaan. Deelnemers die met pensioen gaan tijdens of vlak na een beurscrash kunnen substantieel minder pensioen ontvangen dan degenen die het geluk hadden tijdens een bullmarkt te pensioneren. Dit 'pech- en gelukeffect' kan leiden tot grote verschillen in pensioenresultaat tussen vergelijkbare deelnemers die slechts enkele jaren na elkaar met pensioen gaan.

De stabiliteit van de uitkering is niet langer gegarandeerd, wat betekent dat gepensioneerden mogelijk moeten leren leven met een fluctuerend inkomen.

Dit vereist een nieuwe benadering van financiële planning op latere leeftijd, waarbij de persoonlijke buffer en risicobereidheid belangrijker worden dan voorheen. Deelnemers moeten zich bewust zijn van deze nieuwe realiteit en hun financiële strategie hierop aanpassen.

De communicatie vanuit pensioenfondsen over deze risico's blijft vaak abstract en moeilijk te doorgronden voor individuele deelnemers. Dit gebrek aan transparantie en begrijpelijkheid vergroot de onzekerheid en kan leiden tot suboptimale besluitvorming door deelnemers over belangrijke pensioenkeuzes zoals lumpsum-opname of hoog-laagconstructies.



## Potentiele daling uitkering

Bij ernstige beurscrash



## Vershil tussen generaties

In pensioenuitkering mogelijk



## Hogere persoonlijke buffer

Aanbevolen als bescherming

Hoewel pensioenfondsen maatregelen nemen om schokken te dempen, zoals het afbouwen van risicovolle beleggingen naarmate de pensioendatum nadert (levenscyclusbeleggen), kunnen deze maatregelen de effecten van een beurscrash niet volledig uitsluiten.

Zelfs met een conservatieve beleggingsmix blijft er een significant risico bestaan, vooral voor degenen die al met pensioen zijn en beperkte mogelijkheden hebben om verliezen te compenseren door langer door te werken of meer in te leggen.

# Conclusie en Aanbevelingen

Het nieuwe pensioenstelsel markeert een fundamentele verschuiving in hoe Nederlanders voor hun oude dag zorgen. Hoewel het stelsel meer kansen biedt op pensioenverhogingen tijdens bullmarkten, verhoogt het tegelijkertijd het risico op substantiële verlagingen tijdens beurscrashes. Deze nieuwe realiteit vereist een proactieve benadering van pensioenplanning voor alle betrokkenen.

## Extra Financiële Planning

Overweeg aanvullende spaarmiddelen of beleggingen buiten het pensioenfonds om een persoonlijke buffer op te bouwen die bescherming biedt tegen marktvolatiliteit. Spreek met een financieel adviseur over het opbouwen van een gediversifieerde portefeuille die minder gevoelig is voor beursschommelingen.

## Persoonlijke Risicobehoefte Bepalen

Analyseer uw persoonlijke risicotolerantie en bespreek deze met een pensioenadviseur. Houd rekening met factoren zoals leeftijd, gezondheid, andere inkomstenbronnen en persoonlijke omstandigheden bij het bepalen van uw optimale risicoprofiel.

## Blijf Geïnformeerd

Volg actief de communicatie van uw pensioenfonds over scenario-analyses en mogelijke gevolgen van marktschommelingen. Woon informatiesessies bij en maak gebruik van persoonlijke adviesgesprekken om uw specifieke situatie te bespreken.

## Aanvullende Bescherming

Overweeg aanvullende verzekeringen of garantieproducten die een minimuminkomen kunnen waarborgen, ongeacht de beursprestaties. Evalueer of deze producten de extra kosten waard zijn gezien uw persoonlijke situatie.

Het is essentieel dat deelnemers regelmatig inzicht krijgen in hun persoonlijke pensioenverwachting via jaarlijkse updates en individuele berekeningen.

Pensioenfondsen moeten transparanter communiceren over de potentiële impact van verschillende marktscenario's op individuele pensioenen. Het nieuwe stelsel maakt deze transparantie niet alleen wenselijk maar noodzakelijk voor effectieve besluitvorming.

Beleidsmakers zouden moeten overwegen om aanvullende veiligheidsmechanismen in te bouwen die de meest kwetsbare gepensioneerden beschermen tegen extreme marktschommelingen.

Dit zou kunnen bestaan uit een gedeeltelijke garantieregeling voor minimumuitkeringen of een solidariteitselement dat de ergste gevolgen van marktschommelingen opvangt voor gepensioneerden met beperkte financiële middelen.

Tot slot is het belangrijk te erkennen dat het nieuwe pensioenstelsel zowel kansen als risico's met zich meebrengt. Door proactief te plannen, geïnformeerd te blijven en waar nodig aanvullende maatregelen te nemen, kunnen deelnemers hun financiële weerbaarheid vergroten en beter voorbereid zijn op de mogelijke gevolgen van beursvolatiliteit voor hun pensioeninkomen.

A long wooden pier extends from the foreground into the ocean, leading the eye towards the horizon. The sky is a mix of orange, yellow, and blue, indicating sunset or sunrise. Waves are visible breaking against the pier. A single street lamp stands on the right side of the pier.

# Is zeelucht echt zo gezond? Dit zegt de wetenschap

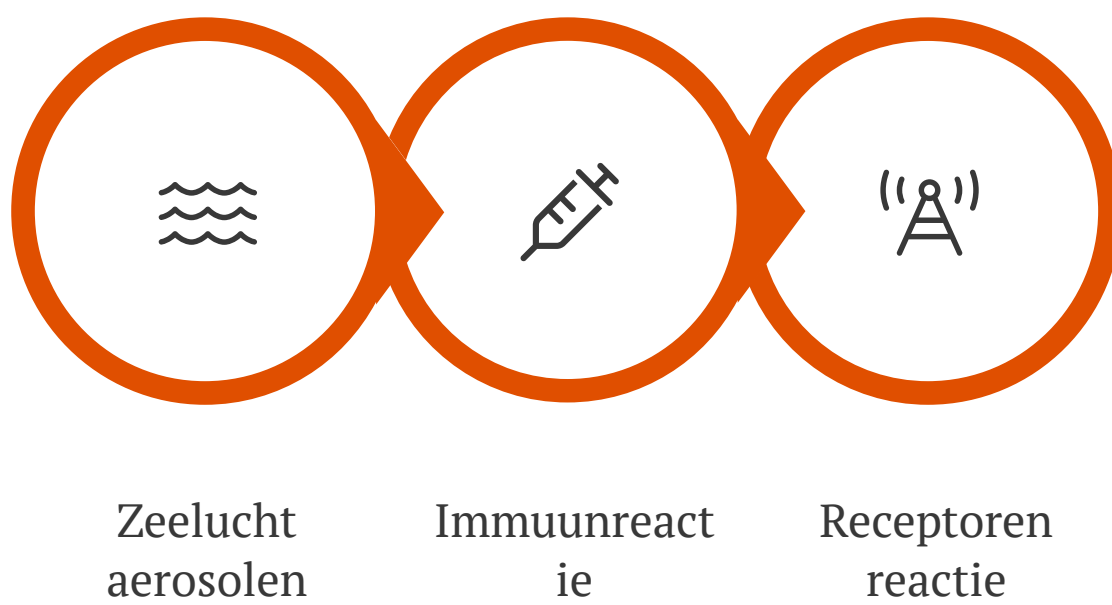
Willem Bosgra voor PerspectiefNL

De populariteit van een dagje naar het strand of een kuurverblijf aan zee is vaak gebaseerd op het idee dat zeelucht goed is voor onze gezondheid. Maar klopt deze wijdverspreide opvatting wel? In dit artikel duiken we in de wetenschap achter zeelucht en onderzoeken we wat onderzoek ons vertelt over de vermeende gezondheidsvoordelen.

We kijken naar recent wetenschappelijk onderzoek, analyseren de kloof tussen laboratoriumresultaten en daadwerkelijke gezondheidseffecten, bespreken wat dit betekent voor jouw gezondheid, en trekken conclusies over de werkelijke impact van zeelucht op ons welzijn.

# Wat zegt recent wetenschappelijk onderzoek over zeelucht?

Recent heeft een baanbrekend onderzoek onder leiding van het Vlaams Instituut voor de Zee (VLIZ) de effecten van zeelucht op menselijke cellen onderzocht. Deze studie heeft voor het eerst geprobeerd om de biologische effecten van zeelucht op een gecontroleerde manier in kaart te brengen. De resultaten zijn intrigerend, maar moeten voorzichtig worden geïnterpreteerd.



Het onderzoek toonde aan dat zeelucht rijk is aan microscopisch kleine waterdruppeltjes, ook wel aerosolen genoemd. Deze aerosolen bevatten diverse bacteriën en virussen die van nature in zeewater voorkomen. Wanneer deze druppeltjes in contact komen met menselijke cellen in een laboratoriumomgeving, blijken ze in staat om bepaalde immuunreceptoren te activeren.

De wetenschappers hebben specifiek gekeken naar de reactie van embryonaal nierweefsel op deze zee-aerosolen. Ze ontdekten dat bepaalde receptoren, die normaal gesproken reageren op microbiële componenten, werden geactiveerd door blootstelling aan zeelucht. Dit suggereert dat zeelucht mogelijk een stimulerend effect kan hebben op ons immuunsysteem.

## Beperkingen van het onderzoek

- De studie werd uitgevoerd op geïsoleerde cellen in een laboratorium, niet op levende mensen
- Celculturen reageren anders dan een volledig menselijk lichaam met complexe fysiologische processen
- Een immuunreactie in celculturen betekent niet automatisch gezondheidsvoordelen
- Er is geen direct bewijs dat kustbewoners een sterker immuunsysteem hebben door zeelucht



Onderzoekers bestuderen celculturen om de effecten van zeelucht te begrijpen, maar laboratoriumresultaten vertalen niet altijd naar de complexe werkelijkheid van het menselijk lichaam.

Het is belangrijk om te benadrukken dat deze bevindingen, hoewel interessant, nog ver verwijderd zijn van het bewijzen dat zeelucht daadwerkelijk gezondheidsvoordelen oplevert voor mensen. De stap van laboratoriumresultaten naar echte gezondheidseffecten is groot en vereist nog veel meer onderzoek. Tot nu toe is er geen overtuigend wetenschappelijk bewijs dat mensen die aan zee wonen of regelmatig zeelucht inademen daardoor een betere gezondheid hebben.

# De kloof tussen laboratoriumresultaten en echte gezondheidsvoordelen

Hoewel laboratoriumonderzoek naar zeelucht veelbelovend kan lijken, bestaat er een aanzienlijke kloof tussen deze bevindingen en aantoonbare gezondheidsvoordelen in het dagelijks leven. Dit is een belangrijk wetenschappelijk onderscheid dat vaak verloren gaat in populaire berichtgeving over gezondheid.

## Epidemiologisch onderzoek

Sommige epidemiologische studies suggereren dat mensen die aan zee wonen beter scoren op bepaalde gezondheidsindicatoren. Deze studies zijn echter vaak gebaseerd op zelfrapportage via vragenlijsten en kunnen beïnvloed worden door vele variabelen, zoals sociaaleconomische status, leeftijd en levensstijlfactoren.

## Verwarrende variabelen

Kustbewoners hebben mogelijk een gezondere levensstijl met meer lichaamsbeweging in de buitenlucht. Ze worden ook blootgesteld aan minder luchtvervuiling dan stadsbewoners. Deze factoren, en niet de zeelucht op zich, kunnen de gezondheidsvoordelen verklaren die soms worden waargenomen.

## Hygiënehypothese

Een interessante theorie is de zogenaamde hygiënehypothese, die suggereert dat blootstelling aan diverse microben het immuunsysteem kan trainen en allergieën kan verminderen. Zeelucht, rijk aan microbiële componenten, zou hierin een rol kunnen spelen, maar dit blijft een hypothese zonder sterke klinische bevestiging.

Wetenschappers die zich bezighouden met dit onderzoeksgebied benadrukken consequent dat we voorzichtig moeten zijn met het interpreteren van de huidige bevindingen. Dr. Jana Asselman, een van de hoofdonderzoekers bij het VLIZ-project, waarschuwt: "We zien interessante effecten in het lab, maar we kunnen nog niet concluderen dat zeelucht mensen gezonder maakt. Daarvoor is de menselijke fysiologie te complex en zijn er te veel andere factoren die meespelen."

Een belangrijk methodologisch probleem bij onderzoek naar de gezondheidseffecten van zeelucht is het isoleren van de specifieke invloed van zeelucht van andere factoren. Mensen die aan zee wonen of regelmatig het strand bezoeken, hebben vaak een andere levensstijl dan mensen die dat niet doen. Ze brengen mogelijk meer tijd buiten door, bewegen meer en ervaren minder stress door de rustgevende omgeving van de zee.

Daarnaast is het belangrijk om te beseffen dat de samenstelling van zeelucht sterk kan variëren, afhankelijk van factoren zoals het seizoen, weersomstandigheden, lokale zeestromingen, en zelfs vervuiling. Niet alle zeelucht is gelijk, wat het nog moeilijker maakt om algemene uitspraken te doen over de gezondheidseffecten ervan.

"We moeten een duidelijk onderscheid maken tussen aanwijzingen uit laboratoriumonderzoek en bewezen gezondheidsvoordelen. Momenteel hebben we vooral het eerste, en nog weinig van het laatste als het gaat om de effecten van zeelucht." – Prof. dr. Lieven Bervoets, Toxicoloog, Universiteit Antwerpen

Ondanks de beperkingen van het huidige onderzoek, blijft dit een fascinerend wetenschapsgebied met potentieel voor toekomstige ontdekkingen. Meer gerichte klinische studies, waarbij mensen in verschillende omgevingen worden gevolgd over langere perioden, zouden kunnen helpen om definitievere antwoorden te geven op de vraag of zeelucht daadwerkelijk gezondheidsvoordelen biedt.

# Wat betekent dit voor jou en je gezondheid?

Nu we de wetenschappelijke kant van zeelucht hebben onderzocht, is de vraag: wat betekent dit concreet voor jouw gezondheid? Hoewel er geen definitief bewijs is dat zeelucht een wondermiddel is, zijn er wel aspecten van een verblijf aan zee die kunnen bijdragen aan je welzijn.



## Frisse lucht en ontspanning

Het inademen van frisse lucht, of dit nu aan zee is of in een ander natuurgebied, kan een gevoel van welzijn en ontspanning bevorderen. De combinatie van frisse lucht, het geluid van golven, en de natuurlijke omgeving kan stress verminderen, wat indirect positieve effecten kan hebben op je gezondheid.

Bovendien is buitenlucht, inclusief zeelucht, vaak van betere kwaliteit dan binnenlucht, vooral in gebieden met weinig industriële activiteit of verkeer. Dit kan een welkome afwisseling zijn voor mensen die veel tijd doorbrengen in gebouwen met slechte ventilatie.

## Binnenluchtkwaliteit

De luchtkwaliteit binnenshuis is vaak slechter dan buiten. Regelmatig ventileren, ook als je niet aan zee woont, is essentieel voor een gezond binnenklimaat.

Vermijd bronnen van binnenluchtvervuiling zoals roken, bepaalde schoonmaakmiddelen en vochtige ruimtes waar schimmels kunnen groeien.

## Natuurlijke omgeving

Tijd doorbrengen in de natuur, of dit nu aan zee, in het bos of in een park is, heeft bewezen voordelen voor de mentale gezondheid. Het verlaagt stressniveaus, verbetert stemming en kan zelfs cognitieve functies verbeteren.

## Beweging

Een bezoek aan het strand nodigt vaak uit tot beweging, zoals wandelen, zwemmen of andere strandactiviteiten. Deze lichaamsbeweging, meer dan de zeelucht zelf, kan een belangrijke bijdrage leveren aan je gezondheid.

## Immuunsysteem

Hoewel directe effecten van zeelucht op het immuunsysteem nog niet overtuigend zijn aangetoond, kan een combinatie van ontspanning, beweging en goede luchtkwaliteit wel degelijk je algehele weerstand verbeteren.

Het is belangrijk om realistisch te blijven over wat zeelucht wel en niet kan doen voor je gezondheid. Beschouw een verblijf aan zee als een onderdeel van een gezonde levensstijl, naast andere belangrijke factoren zoals voeding, voldoende beweging, goede slaap en stressmanagement.



## Tips voor gezonde lucht, ook als je niet aan zee woont

- Ventileer je woning dagelijks, zelfs in de winter
- Investeer in luchtzuiverende planten voor binnenshuis
- Vermijd het gebruik van sterke chemische producten in huis
- Houd vochtigheidsgraad onder controle om schimmelgroei te voorkomen
- Maak regelmatig uitstapjes naar groene gebieden in je omgeving

Voor mensen met specifieke aandoeningen, zoals astma of allergieën, kan de impact van zeelucht variëren. Sommigen ervaren verlichting van symptomen aan zee, mogelijk door de lagere concentratie van bepaalde allergenen of de hogere luchtvochtigheid. Anderen kunnen juist een verergering van klachten ervaren, bijvoorbeeld door de aanwezigheid van zout of bepaalde algen in de lucht. Als je een chronische aandoening hebt, is het verstandig om met je arts te overleggen over de mogelijke effecten van verschillende omgevingen op je gezondheid.

Onthoud tot slot dat wetenschappelijk onderzoek voortdurend evolueert. Wat we vandaag weten over zeelucht kan morgen worden aangevuld of bijgesteld door nieuwe inzichten. Blijf daarom kritisch en volg het advies van gezondheidsprofessionals in plaats van je te laten leiden door anekdotische verhalen of populaire gezondheidsbeweringen.

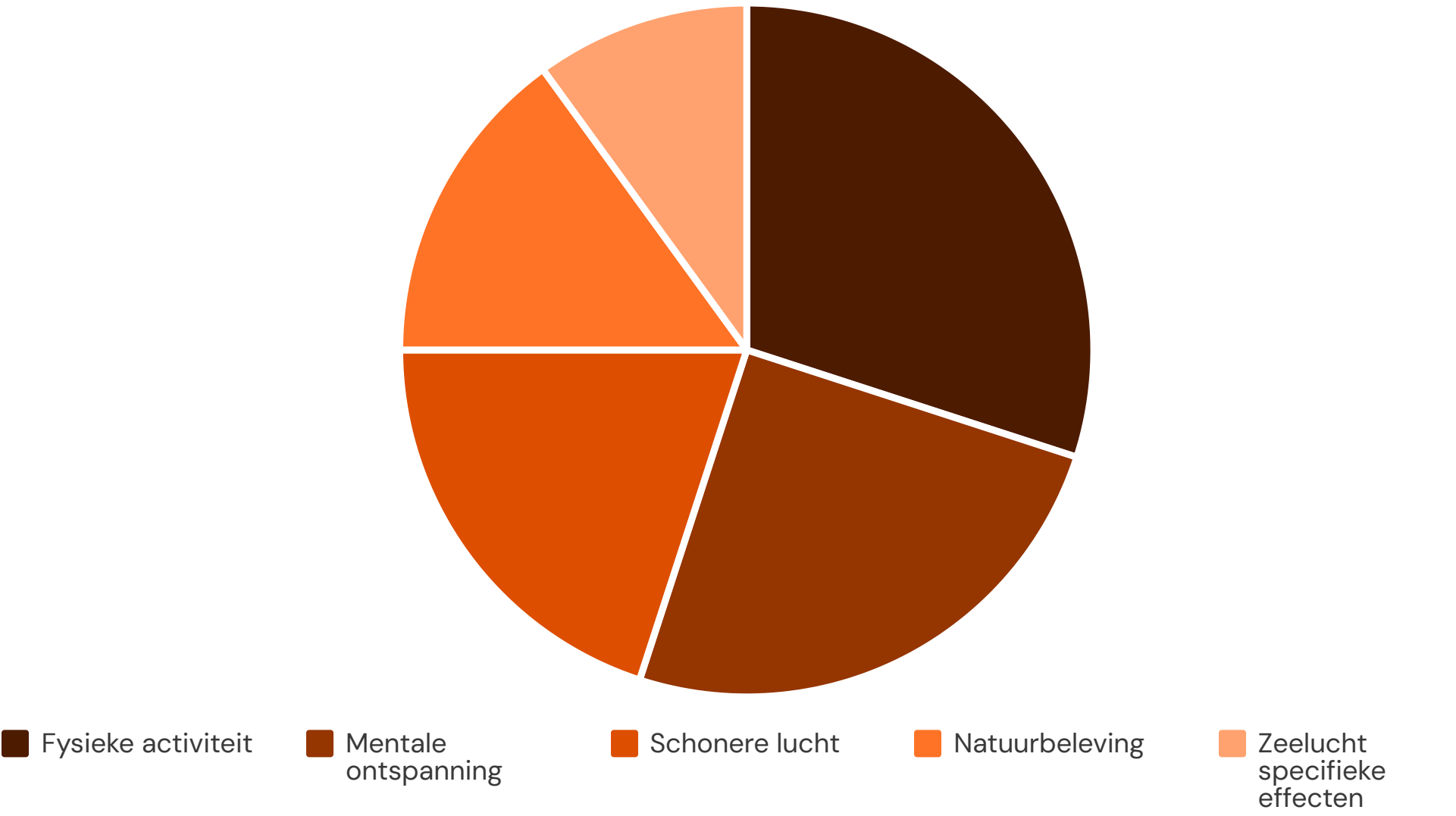
# Conclusie: Zeelucht is geen gegarandeerde gezondheidsboost

Na het verkennen van de wetenschappelijke literatuur en het wegen van het beschikbare bewijs, kunnen we concluderen dat zeelucht niet de wonderbaarlijke gezondheidsboost is die soms wordt gesuggereerd in populaire media en volksverhalen. Hoewel laboratoriumonderzoek interessante biologische effecten laat zien, is er een aanzienlijke kloof tussen deze bevindingen en bewezen gezondheidsvoordelen bij mensen in het dagelijks leven.



Claims dat leven aan zee of regelmatige blootstelling aan zeelucht automatisch leidt tot een betere gezondheid, moeten met de nodige voorzichtigheid worden geïnterpreteerd. Veel van deze beweringen zijn gebaseerd op anekdotisch bewijs of studies die niet voldoende controleren voor andere factoren zoals levensstijl, sociaaleconomische status of toegang tot gezondheidszorg.

Dit betekent niet dat een verblijf aan zee waardeloos is voor je welzijn. Integendeel, er zijn verschillende aspecten van een kustverblijf die kunnen bijdragen aan een betere gezondheid:



Voor een werkelijk gezonde levensstijl blijft een holistische benadering essentieel. Deze omvat niet alleen de kwaliteit van de lucht die je inademt, maar ook:

- Een gevarieerd en voedzaam voedingspatroon rijk aan groenten, fruit, volkoren producten en gezonde vetten
- Regelmatige lichaamsbeweging aangepast aan je mogelijkheden en voorkeuren
- Voldoende slaap en effectief stressmanagement
- Sociale verbondenheid en betekenisvolle relaties
- Beperking van schadelijke gewoonten zoals roken en overmatig alcoholgebruik

Het is belangrijk om te benadrukken dat zeelucht geen vervanging is voor medische zorg of behandeling van gezondheidsproblemen. Als je gezondheidsproblemen ervaart, is het altijd verstandig om een arts te raadplegen in plaats van te vertrouwen op natuurlijke remedies zonder wetenschappelijke onderbouwing.

Tot slot, hoewel de wetenschap nog geen definitief antwoord heeft op de vraag of zeelucht op zichzelf gezondheidsvoordelen biedt, kan een verblijf aan zee zeker een aangename en ontspannende ervaring zijn die indirect kan bijdragen aan je welzijn. Geniet van de zee, de frisse lucht en de natuurlijke omgeving, maar blijf realistisch over de werkelijke gezondheidseffecten en blijf kritisch denken over gezondheidsclaims die te mooi lijken om waar te zijn.

"De grootste waarde van de zee voor onze gezondheid ligt misschien niet in de chemische samenstelling van de lucht, maar in hoe ze ons uitnodigt om te ontspannen, te bewegen en te genieten van het moment." – Prof. dr. Emma van der Meulen, Gezondheidswetenschappen, Universiteit Utrecht

A photograph of a white ceramic coffee cup filled with dark coffee, with steam rising from it. The cup sits on a matching white saucer. In the foreground, a pile of dark coffee beans is scattered on a dark, textured wooden surface. The lighting is warm and focused on the cup and beans.

# Koffie: Gezonde en Ongezonde Eigenschappen

Willem Bosgra voor PerspectiefNL

Koffie is meer dan alleen een populaire drank die ons wakker houdt; het heeft ook invloed op onze gezondheid. Dit artikel onderzoekt de verschillende gezondheidseffecten van koffie, van de antioxidanten in zwarte koffie tot de potentiële risico's van overmatige cafeïneconsumptie.

We duiken dieper in op de wetenschappelijke bevindingen over hoe timing en hoeveelheid van koffieconsumptie onze gezondheid kunnen beïnvloeden, en welke gezondheidsvoordelen specifiek gelinkt zijn aan het drinken van koffie in de ochtenduren.

# Onderzoek: Timing, Hoeveelheid & Gezondheidsimpact



## Wanneer drinken voor optimale gezondheidsvoordelen

Recent wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat de timing van koffieconsumptie een cruciale rol speelt bij de gezondheidsvoordelen. Ochtendkoffie blijkt bijzonder effectief te zijn bij het verminderen van verschillende gezondheidsrisico's.

Een uitgebreide studie, waarbij 40.000 volwassenen werden geanalyseerd, toonde aan dat mensen die regelmatig koffie drinken in de ochtenduren een significant lagere sterftekans hebben. Dit voordeel bleef bestaan, zelfs na correctie voor andere risicofactoren zoals roken, cholesterolniveaus en andere leefstijlgewoonten.

## Specifieke gezondheidsvoordelen

### Cardiovasculaire gezondheid

Een van de meest opvallende bevindingen is dat regelmatige ochtendkoffiedrinkers ongeveer 31% minder kans hebben om te overlijden aan hart- en vaatziekten. Dit substantiële voordeel suggereert dat bepaalde componenten in koffie, wanneer 's ochtends geconsumeerd, een beschermend effect kunnen hebben op het cardiovasculaire systeem.

### Diabetes en beroerte

De onderzoeksresultaten tonen ook aan dat ochtendkoffie het risico op type 2 diabetes en beroerte aanzienlijk kan verminderen. De bioactieve verbindingen in koffie lijken een positieve invloed te hebben op de insulinegevoeligheid en ontstekingsmarkers die verband houden met deze aandoeningen.

## Kanker en andere aandoeningen

Interessant genoeg heeft het onderzoek geen verband kunnen aantonen tussen ochtendkoffieconsumptie en een verminderde kans op overlijden door kanker. Dit suggereert dat de beschermende eigenschappen van koffie mogelijk specifiek gericht zijn op bepaalde lichaamssystemen en niet universeel werken voor alle aandoeningen. ## Het belang van timing

**i** Een cruciaal inzicht uit het onderzoek is dat de gezondheidsvoordelen voornamelijk werden waargenomen bij mensen die koffie in de ochtend consumeren, niet bij degenen die hun koffie-inname verspreiden over de hele dag.

Dit tijdsgebonden effect zou kunnen worden verklaard door de invloed van cafeïne en andere bioactieve stoffen op ons circadiaanse ritme, hormoonspiegels en metabolische processen die 's ochtends anders functioneren dan later op de dag.

Wetenschappers vermoeden dat de antioxidanten en andere gunstige verbindingen in koffie effectiever worden opgenomen en benut wanneer ze 's ochtends worden geconsumeerd, mogelijk vanwege de synchronisatie met ons natuurlijke biologische ritme.

De bevindingen suggereren dat niet alleen wat we drinken belangrijk is, maar ook wanneer we het drinken.

Voor mensen die de gezondheidsvoordelen van koffie willen maximaliseren, lijkt het concentreren van de consumptie in de ochtenduren de meest effectieve strategie te zijn, in plaats van het verspreiden van koffie-inname gedurende de dag.

A detailed illustration of a grey and white wolf standing in a dark forest at night. In the background, a futuristic city skyline with tall, illuminated skyscrapers is visible. A large, glowing orange ring, resembling a planet's ring system, orbits in the dark sky above the city. The wolf is looking directly at the viewer with yellow eyes.

# Wolf Bram mag worden doodgeschoten: De Casus en Achtergrond

Willem Bosgra voor **PerspectiefNL**

In een baanbrekende juridische uitspraak is besloten dat wolf Bram (officieel geïdentificeerd als GW3237m) mag worden gedood op landgoed Den Treek bij Leusden. Deze beslissing volgt na een reeks incidenten waarbij de wolf betrokken was, waaronder een ernstig voorval waarbij hij een vrouw in haar been beet bij de Vogelplas in mei 2025. De rechter oordeelde dat er een spoedeisend belang bestaat bij het verwijderen van dit specifieke dier uit het Nederlandse natuurlandschap.

Verschillende dierenbeschermingsorganisaties, waaronder Faunabescherming en Animal Rights, hebben tevergeefs juridisch verweer gevoerd tegen deze beslissing. Hun argumenten voor het behoud van het leven van de wolf werden door de rechter niet als zwaarwegend genoeg beschouwd in vergelijking met de veiligheidsrisico's die de wolf vormt voor recreanten en omwonenden.

Dit besluit werd mede mogelijk gemaakt door de recente versoepeling van Europese beschermingsregels voor wolven, waardoor het juridische kader voor het beheer van problematische exemplaren is veranderd.

# Hoe gaat het doden van een wolf in zijn werk?

## Het proces van wolvenafschot

### Goedkeuring en voorbereiding

Na officiële goedkeuring door de provincie wordt een team van gespecialiseerde jagers samengesteld. Deze professionals hebben ervaring met grote roofdieren en kennen de specifieke protocollen voor het humaan doden van beschermde diersoorten.

### Planning en lokalisatie

Middels zenderhalsband of sporen wordt de wolf nauwkeurig gelokaliseerd. De operatie wordt zorgvuldig gepland, waarbij rekening wordt gehouden met weersomstandigheden, terreinkenmerken en minimale verstoring van andere fauna.

### Uitvoering

Het afschot vindt plaats op een zorgvuldig gekozen moment, meestal in de vroege ochtend of late avond wanneer de wolf actief is. Er wordt gebruik gemaakt van precisiewapens om een zo humaan mogelijk einde te garanderen.

De details rondom het afschot van wolf Bram worden bewust niet breed gecommuniceerd. Dit gebeurt om verstoring van de operatie te voorkomen en om publieke onrust of protesten te minimaliseren. De exacte datum, tijd en werkwijze blijven doorgaans vertrouwelijk tussen de betrokken instanties, waaronder de provincie, faunabeheerders en de uitvoerende jagers.

Bij het afschot wordt strikt gelet op het minimaliseren van lijden. Het doden moet snel en humaan verlopen, conform de faunabeheerprotocollen die zijn opgesteld in samenwerking met dierenwelzijnsdeskundigen. Er wordt daarbij gebruik gemaakt van gespecialiseerde munitie en schutters met aantoonbare expertise.

## Belangenafweging roedelstructuur

Bij het besluit tot afschot is zorgvuldig afgewogen wat de gevolgen zijn voor de roedelstructuur. Wolf Bram heeft een partner en welpen, wat betekent dat zijn eliminatie directe gevolgen kan hebben voor de overlevingskansen van zijn nakomelingen en de stabiliteit van de roedel.

Experts zijn verdeeld over de vraag of het verwijderen van een dominante wolf zoals Bram tot meer of minder problemen leidt.

Sommigen vrezen dat zijn territorium zal worden ingenomen door andere, mogelijk even problematische wolven, terwijl anderen betogen dat juist het behouden van een 'probleemwolf' risicovol is vanwege de overdracht van ongewenst gedrag aan zijn welpen.

# Regels, Wetgeving en Maatschappelijk Debat rond Wolvenafschot

## Juridisch kader voor wolvenafschot

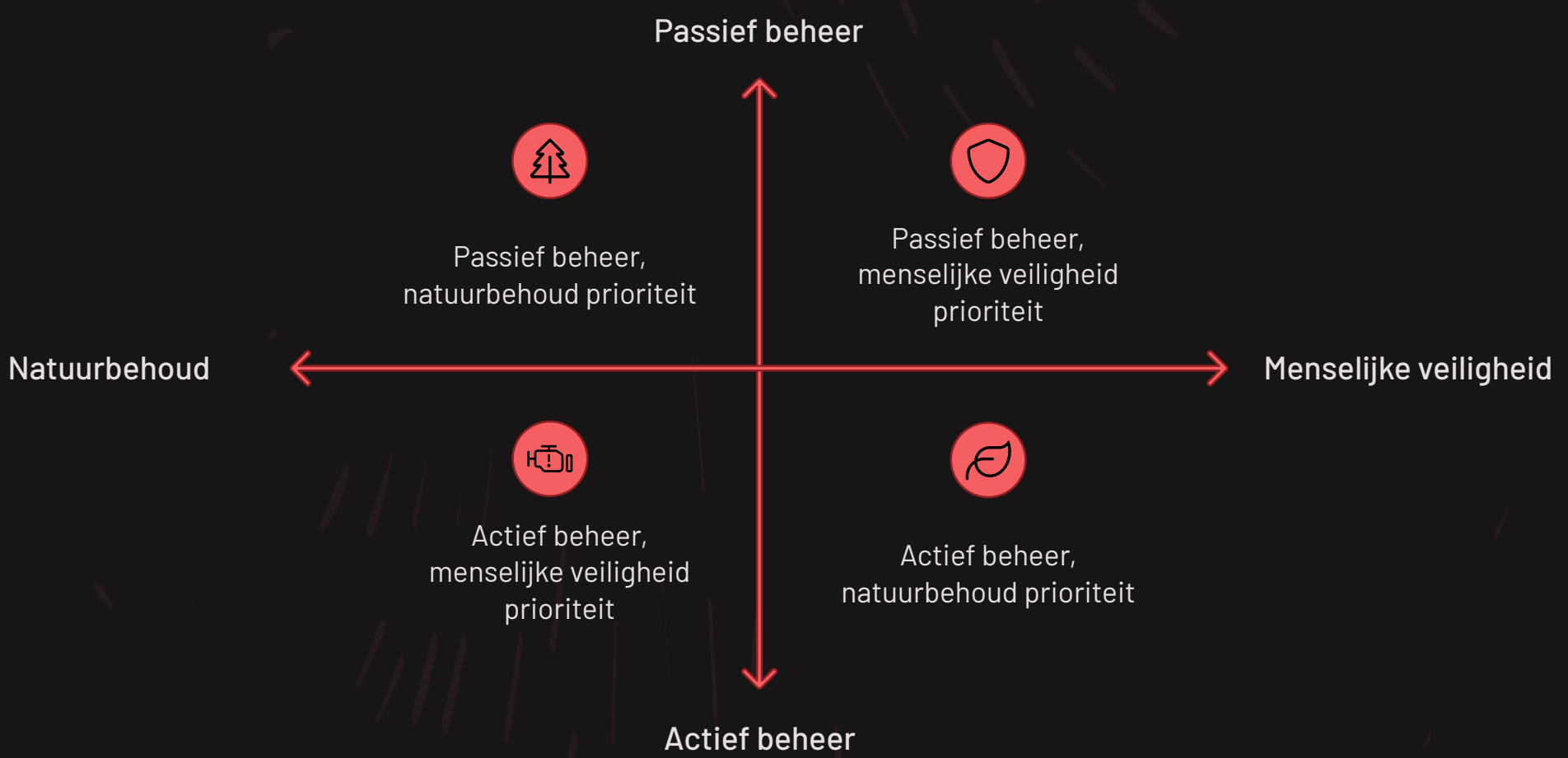


## Maatschappelijk debat

Het besluit om wolf Bram te doden heeft geleid tot intense maatschappelijke discussie. De Nederlandse samenleving blijkt sterk verdeeld over het wolvenbeleid. Aan de ene kant staan natuurbeschermers en dierenrechtenactivisten die pleiten voor het behoud van de wolf als essentieel onderdeel van ons ecosysteem. Zij betogen dat de mens moet leren samenleven met grote roofdieren en dat incidenten zoals die met wolf Bram uitzonderlijk zijn en niet representatief voor het gedrag van wolven in het algemeen.

Aan de andere kant staan veehouders, sommige recreanten en bezorgde burgers die wijzen op de toenemende risico's en economische schade door de aanwezigheid van wolven. Zij vinden dat de veiligheid van mensen en huisdieren voorrang moet krijgen en pleiten voor een actiever beheer van de wolvenpopulatie.

"We staan voor een fundamenteel ethisch dilemma: hoe wegen we het recht van een individu om veilig te recreëren af tegen het recht van een soort om te bestaan in zijn natuurlijke leefgebied? De zaak-Bram dwingt ons tot het maken van moeilijke keuzes over hoe we willen samenleven met wilde dieren in ons dichtbevolkte land." — Prof. dr. Janssen, ethicus en natuurfilosoof



Het debat raakt ook aan bredere vragen over natuurbeheer en de plaats van grote roofdieren in het Nederlandse landschap. Critici wijzen erop dat Nederland wellicht te dichtbevolkt is voor een duurzame co-existentie met wolven, terwijl voorstanders betogen dat juist het terugkeren van toppredatoren zoals de wolf essentieel is voor gezonde ecosystemen en biodiversiteitsherstel.

Deze zaak laat zien dat de terugkeer van de wolf naar Nederland meer is dan een ecologische kwestie - het is een maatschappelijke uitdaging die raakt aan onze collectieve waarden en aan de vraag hoe we de beperkte ruimte in ons land willen verdelen tussen mens en natuur.



# Cybercriminelen misbruiken linkwrapping om je Microsoft-account te stelen

Cybercriminelen hebben een nieuwe, geavanceerde methode ontwikkeld om toegang te krijgen tot je Microsoft-account. Door misbruik te maken van de linkwrapping-beveiliging van e-mailbeveiligingssystemen slagen ze erin om hun aanvallen te verhullen achter legitieme, vertrouwde domeinen.

Dit artikel legt uit hoe deze aanvallen werken, welke impact ze hebben en hoe je jezelf kunt beschermen tegen deze groeiende bedreiging.

Willem Bosgra voor VEILIGDIGITAAL.COM

# Wat is linkwrapping en waarom misbruiken criminelen het?

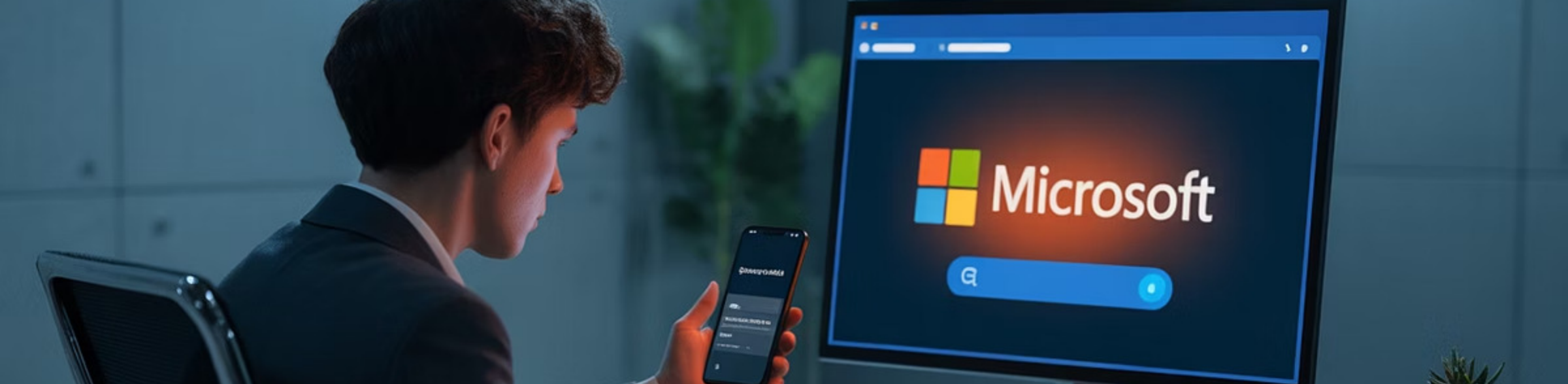


## De techniek onthuld

Linkwrapping is een beveiligingsfunctie van diensten zoals Proofpoint en Intermedia die URL's omleiden via een scanner om schadelijke links te blokkeren voordat gebruikers ze bezoeken.

Cybercriminelen hebben een zwakke plek gevonden: ze compromitteren beveiligde e-mailaccounts, waardoor phishinglinks **automatisch worden omwikkeld** met legitieme, vertrouwde domeinen zoals urldefense.proofpoint.com.

Dit creëert een **dubbele laag van misleiding**: een verkorte link (bijv. Bitly) leidt naar een beveiligde, 'gewrapte' link, die vervolgens doorstuurt naar een phishingpagina.



# De aanvalsmethoden en impact op Microsoft-accounts

1

## Overtuigende misleiding

Phishingmails doen zich voor als voicemailmeldingen, Microsoft Teams-documenten of ongelezen berichten, met links die leiden naar perfect nagemaakte Microsoft 365-inlogpagina's.

2

## Verhoogde effectiviteit

Door het gebruik van vertrouwde domeinen stijgt de klikratio aanzienlijk en wordt het moeilijker voor traditionele beveiligingsfilters om de aanval te detecteren.

3

## Ernstige financiële schade

In 2024 veroorzaakte e-mailfraude wereldwijd meer dan \$502 miljoen schade; phishing is verantwoordelijk voor 67% van alle datalekken.

Hoewel Microsoft deze campagnes probeert te blokkeren met AI-gedreven detectie, blijven gebruikers kwetsbaar door menselijke fouten en de steeds geavanceerdere misleidingstechnieken van cybercriminelen.

# Hoe herken en voorkom je deze phishingaanvallen?



## Herkennen

Wees alert op onverwachte e-mails met links naar voicemail, Teams of documenten, vooral als ze om inloggegevens vragen. Controleer altijd URL's zorgvuldig, zelfs wanneer ze via Proofpoint of Intermedia lijken te komen.

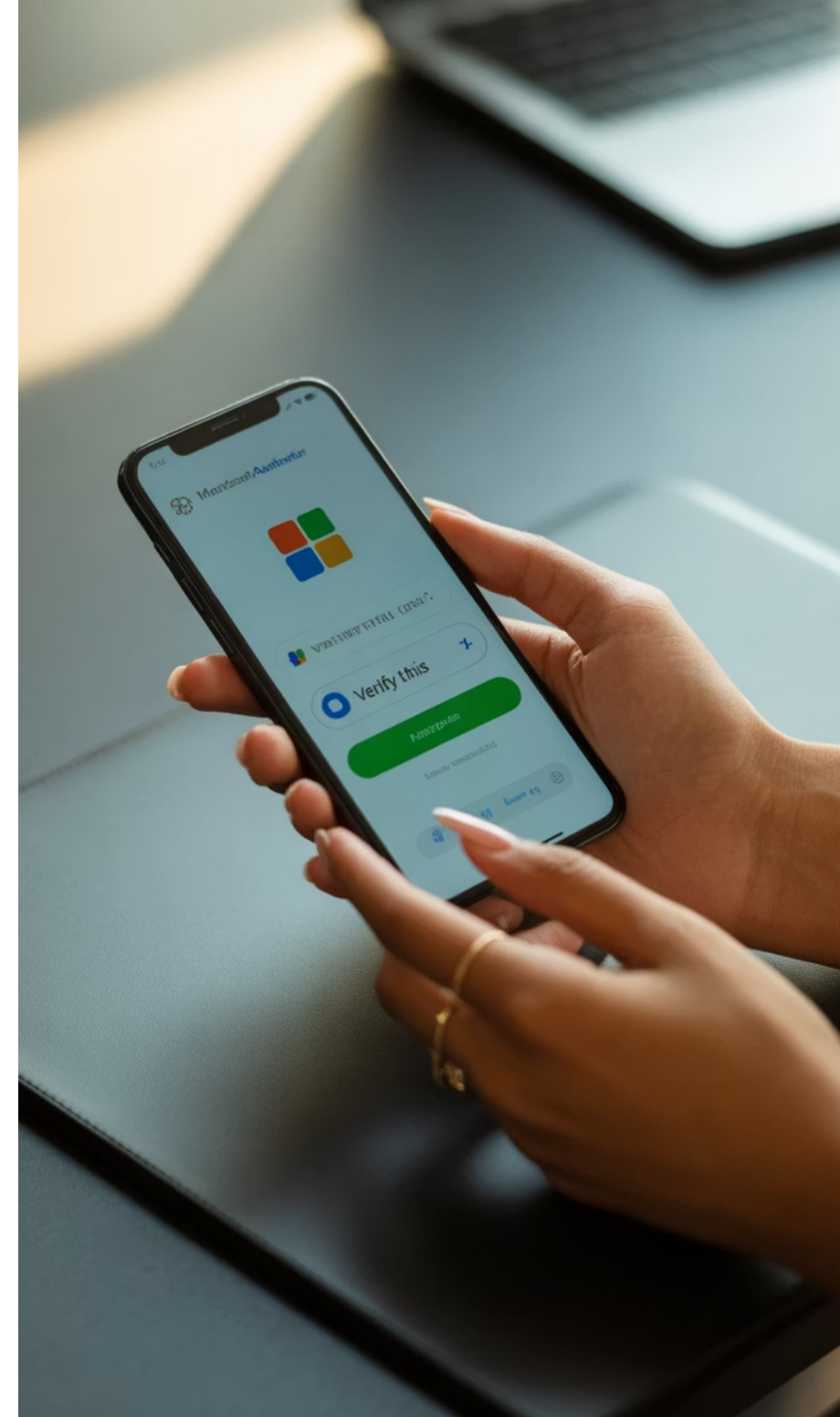


## Voorkomen

Gebruik multi-factor authenticatie (MFA) en de Microsoft Authenticator-app. Verander direct je wachtwoord bij verdachte activiteit en controleer je accountinstellingen op ongewenste doorstuurregels of wijzigingen.



**Onthoud:** Vertrouwde domeinen zoals [urldefense.proofpoint.com](https://urldefense.proofpoint.com) kunnen worden misbruikt. Klik nooit op links in onverwachte e-mails, zelfs als ze beveiligd lijken.



# Conclusie: Blijf waakzaam en versterk je accountbeveiliging

## Voortdurende evolutie

Cybercriminelen vernieuwen hun technieken continu en gebruiken slimme methoden zoals linkwrapping om beveiligingslagen te omzeilen.

## Kritisch blijven

Vertrouw niet blind op beveiligde links; blijf kritisch en volg best practices voor accountbeveiliging.

## Jouw rol is cruciaal

Hoewel Microsoft en beveiligingsbedrijven AI en gedragsanalyse inzetten, blijft jouw alertheid de belangrijkste verdedigingslinie.



[Meer beveiligingstips](#)

[Controleer je account](#)



Déze producten zijn in de Nederlandse  
supermarkt goedkoper dan bij onze buurlanden

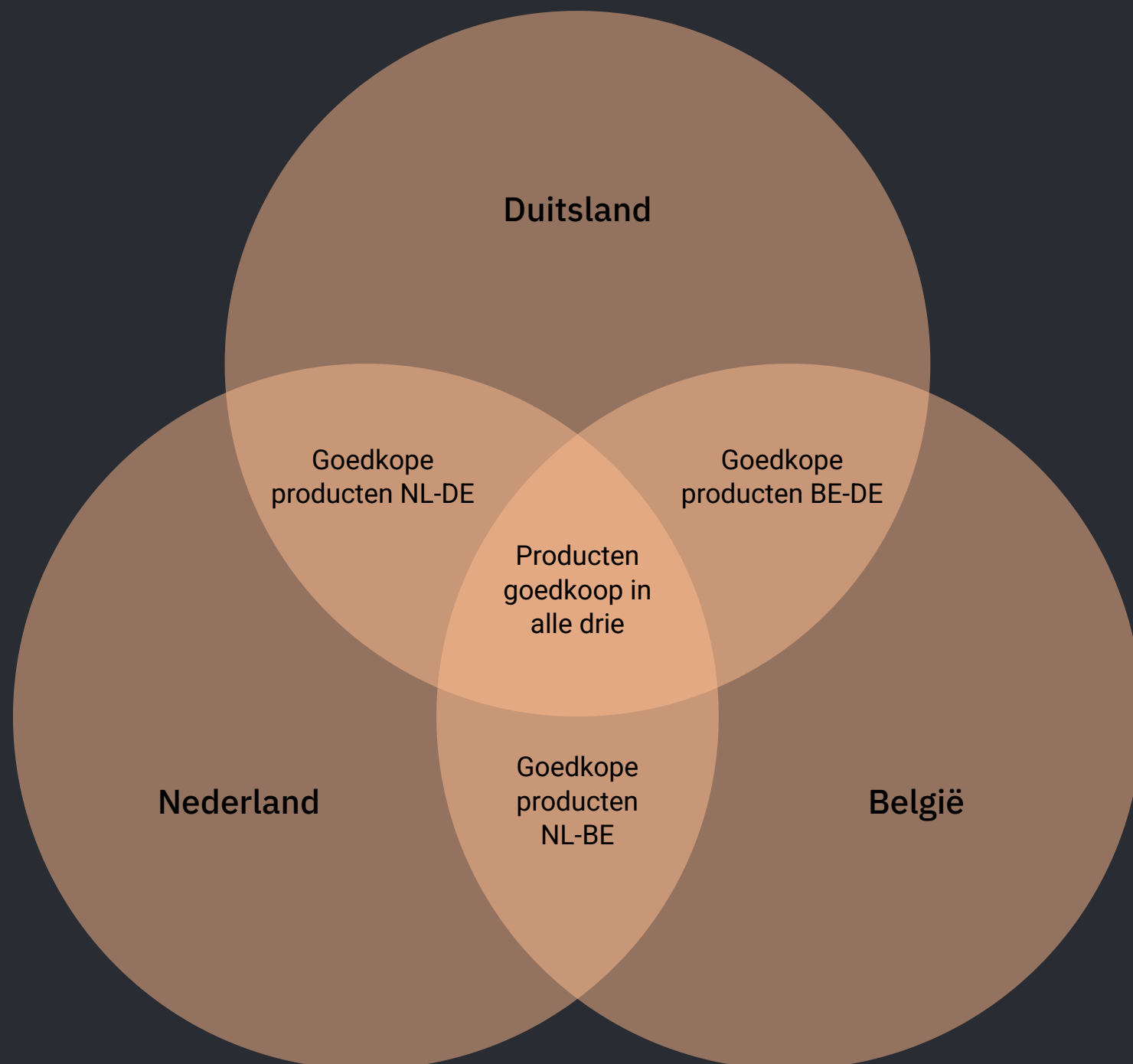
Willem Bosgra voor PerspectiefNL

In deze analyse vergelijken we de prijzen van supermarktproducten in Nederland met die in België en Duitsland. Hoewel vaak wordt gedacht dat boodschappen in Nederland duurder zijn, blijkt uit onderzoek dat verschillende productcategorieën hier juist goedkoper zijn dan bij onze buurlanden.

We bekijken welke producten voordelig zijn in Nederlandse supermarkten, waarom prijsverschillen bestaan, en wat dit betekent voor consumenten in grensregio's.

# Nederlandse supermarkten concurreren scherp met België en Duitsland

Uit recent onderzoek uitgevoerd door het Centraal Bureau Levensmiddelenhandel (CBL) en EFMI Business School komt een verrassend beeld naar voren over de prijsvergelijking tussen Nederlandse supermarkten en die in onze buurlanden. Waar vaak wordt verondersteld dat boodschappen doen in Nederland duurder is, toont dit onderzoek aan dat de gemiddelde consumentenprijzen voor voeding en non-alcoholische dranken in Nederland in 2023 juist lager liggen dan in België (-4,5%) en Duitsland (-3,7%).



Opvallend is dat alcoholische dranken in Nederland 13,3% goedkoper zijn dan in België, maar daarentegen 17,1% duurder zijn dan in Duitsland. Dit illustreert goed hoe prijsverschillen per productcategorie sterk kunnen variëren. Nederlandse consumenten hebben vooral voordeel bij de aankoop van huismerken, die gemiddeld goedkoper zijn dan vergelijkbare producten in onze buurlanden.

Ook producten binnen de Schijf van Vijf – de officiële Nederlandse voedingsrichtlijn voor gezonde voeding – zijn gemiddeld voordeliger geprijsd in Nederlandse supermarkten. Dit maakt het voor consumenten gemakkelijker om gezonde keuzes te maken zonder daar financieel voor gestraft te worden. Dit prijsvoordeel is zelfs zo significant dat het consumenten uit België en Duitsland aantrekt om specifiek voor deze producten naar Nederlandse supermarkten te komen, vooral in grensgebieden.

De concurrentiepositie van Nederlandse supermarkten wordt versterkt door een hoge concentratie van winkels en intense concurrentie tussen verschillende ketens, wat leidt tot scherpe prijsstellingen en frequente aanbiedingen die consumenten ten goede komen.

# Concrete voorbeelden van voordelige Nederlandse producten

De prijsverschillen tussen Nederlandse supermarkten en die in onze buurlanden zijn niet willekeurig maar volgen bepaalde patronen per productcategorie. A-merkproducten zoals Nescafé en Senseo koffie zijn in Nederland gemiddeld goedkoper dan in Duitsland, terwijl ook chocolademerken zoals Milka en Ritter Sport hier voordeliger geprijsd zijn. Deze A-merken zijn vaak onderwerp van scherpe prijsconcurrentie tussen Nederlandse supermarktketens.

In vergelijking met België scoren Nederlandse supermarkten goed op budgetmerken van alledaagse producten. Zo zijn huismerk-varianten van ketchup, mayonaise en pindakaas structureel goedkoper dan vergelijkbare producten bij Belgische retailers. Dit geldt ook voor verse vis: met name diepvrieszalm is in Nederlandse supermarkten aantrekkelijk geprijsd, terwijl dezelfde producten in België soms tot het dubbele kunnen kosten.



Hoewel groente en fruit in Duitsland gemiddeld 43% goedkoper zijn dan in België, positioneert Nederland zich hier tussenin met prijzen die vaak voordeliger zijn dan de Belgische. Specifieke producten als appelmoes en Griekse yoghurt zijn in Nederland zelfs goedkoper dan in beide buurlanden.

## -4,5%

### Prijsverschil met België

Nederlandse voeding en non-alcoholische dranken zijn gemiddeld 4,5% goedkoper dan in België

## -3,7%

### Prijsverschil met Duitsland

Nederlandse voeding en non-alcoholische dranken zijn gemiddeld 3,7% goedkoper dan in Duitsland

## -13,3%

### Alcoholische dranken vs België

Alcoholische dranken zijn in Nederland 13,3% voordeliger geprijsd dan in België

Kijkend naar specifieke supermarktketens bieden discounters als Dirk en Aldi in Nederland de laagste prijzen voor huismerken en budgetproducten. Hun prijsniveau ligt gemiddeld 8% tot 13% onder het Nederlandse marktgemiddelde, waardoor ze een aantrekkelijke optie zijn voor prijsbewuste consumenten. Deze scherpe prijsstelling versterkt ook de algehele concurrentie in de Nederlandse markt, wat leidt tot prijsdruk bij andere ketens.

# Waarom verschillen prijzen tussen Nederland en buurlanden?

De prijsverschillen tussen supermarkten in Nederland, België en Duitsland worden beïnvloed door een complex samenspel van factoren. Om te beginnen speelt de fiscale context een belangrijke rol: Nederland hanteert hogere btw-tarieven dan België (een verschil van 2,4 procentpunt) en Duitsland (een verschil van 1,8 procentpunt). Deze hogere belastingdruk werkt direct door in de consumentenprijzen.



## Fiscale factoren

Hogere btw-tarieven in Nederland (9% laag tarief versus 6% in België) en verschillende accijnsstructuren voor alcohol en frisdranken

Naast btw-verschillen spelen ook accijnzen een belangrijke rol, vooral bij alcoholische en niet-alcoholische dranken. De uiteenlopende accijnsstructuren in de drie landen leiden tot significante prijsverschillen voor deze productcategorieën. Zo verklaart dit deels waarom alcoholische dranken in Nederland goedkoper zijn dan in België, maar duurder dan in Duitsland.

Toch blijven Nederlandse supermarkten concurreren op prijs, wat vooral te danken is aan de unieke marktdynamiek. De Nederlandse supermarktbranche kenmerkt zich door sterke promotiedruk en talrijke kortingsacties. Consumenten kunnen vaak profiteren van aanbiedingen die de effecten van hogere kosten compenseren en het prijsverschil met buurlanden verkleinen.



## Operationele kosten

Hogere loonkosten, huurprijzen en energiekosten in Nederland verhogen de exploitatiekosten van supermarkten

De operationele kosten voor supermarkten liggen in Nederland relatief hoog. Nederlandse supermarkten hebben te maken met hogere loonkosten, duurdere huurprijzen voor winkelpanden en stijgende energiekosten. Deze factoren verhogen de exploitatiekosten, wat zich zou kunnen vertalen in hogere consumentenprijzen.

Wat opvalt is dat Nederlandse supermarkten opereren met extreem smalle marges. De gemiddelde nettowinst in de sector ligt rond de 0,7%, wat exceptioneel laag is in vergelijking met andere branches. Deze kleine marges dwingen supermarkten om continu te werken aan efficiëntieverbeteringen en scherpe inkoop, wat uiteindelijk de consument ten goede komt in de vorm van competitieve prijzen.



## Marktdynamiek

Intense concurrentie in Nederland leidt tot sterke promotiedruk en zeer lage winstmarges (gemiddeld 0,7% nettowinst)

# Grensoverschrijdend koopgedrag en politieke aandacht

De prijsverschillen tussen Nederlandse supermarkten en die in België en Duitsland leiden tot een interessant fenomeen: grensoverschrijdend boodschappen doen. Dit gedrag is vooral zichtbaar in de grensregio's, waar consumenten bereid zijn extra kilometers af te leggen om te profiteren van prijsvoordelen aan de andere kant van de grens.

Het is niet alleen zo dat Nederlanders de grens oversteken voor bepaalde producten; ook Belgische en Duitse consumenten komen naar Nederland voor specifieke aankopen. Zo zijn Nederlandse huismerken en producten binnen de Schijf van Vijf aantrekkelijk geprijsd voor buitenlandse shoppers. Dit leidt tot complexe winkelpatronen waarbij consumenten hun boodschappenlijstjes strategisch verdelen over meerdere landen.

## Grensoverschrijdend boodschappen

Consumenten in grensregio's verdelen hun aankopen strategisch over verschillende landen om te profiteren van prijsverschillen. Nederlanders kopen vaker alcohol in Duitsland, terwijl Belgen en Duitsers naar Nederland komen voor huismerken en Schijf van Vijf-producten.

## Politieke maatregelen

Nederlandse politieke partijen pleiten voor gerichte btw-verlagingen op gezonde voedingsmiddelen en versoepeling van etiketteringsregels om prijsdruk te verlagen. Deze voorstellen zijn erop gericht de concurrentiepositie van Nederlandse supermarkten te versterken.

## Gelijk speelveld

Het Vakcentrum, dat ondernemers in de food- en retailbranche vertegenwoordigt, roept de overheid op een gelijk speelveld te creëren door harmonisatie van accijnzen en belastingen, om de leefbaarheid van grensregio's te waarborgen.

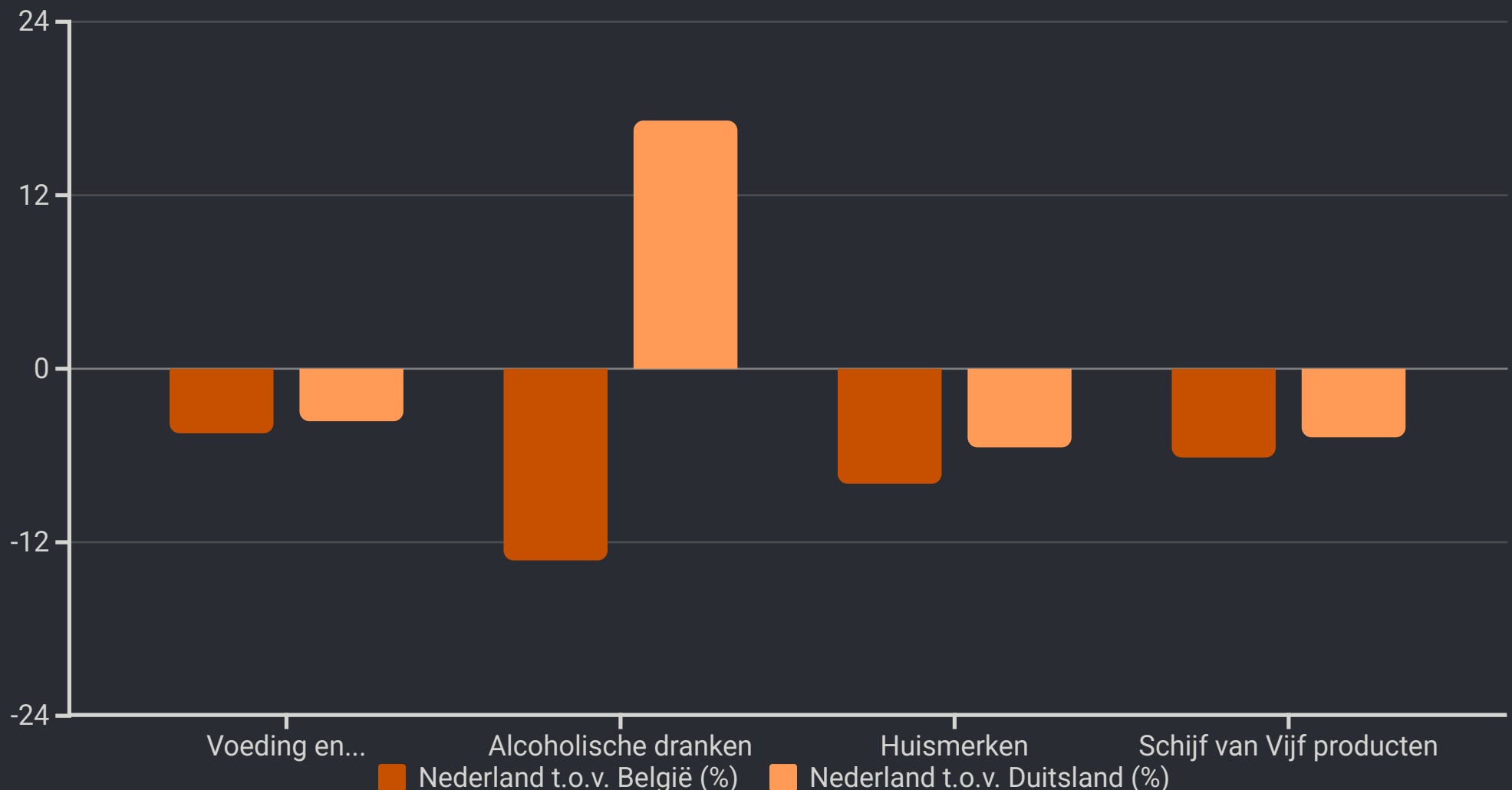
Deze situatie heeft ook de aandacht getrokken van politieke partijen. Verschillende partijen pleiten voor maatregelen zoals btw-verlagingen op gezonde producten en het versoepelen van etiketteringsregels. Dergelijke maatregelen zouden de prijsdruk kunnen verlagen en de concurrentiepositie van Nederlandse supermarkten kunnen versterken.

Het Vakcentrum, de brancheorganisatie voor zelfstandige detaillisten in de food- en retailsector, vraagt de overheid om een gelijk speelveld te creëren, met name op het gebied van accijnzen en belastingen. Zij benadrukken dat de huidige verschillen in belastingregimes de leefbaarheid van grensregio's onder druk kunnen zetten, omdat lokale ondernemers klanten verliezen aan buitenlandse concurrenten.

De grensoverschrijdende kooppatronen en de beleidsmatige reacties daarop illustreren hoe complex de Europese detailhandelsmarkt in werkelijkheid is. Ondanks initiatieven voor Europese harmonisatie blijven nationale verschillen in regelgeving en belastingen leiden tot prijsverschillen die consumenten actief benutten in hun koopgedrag.

# Samenvatting en conclusie

Uit onze analyse van de prijsverschillen tussen supermarkten in Nederland, België en Duitsland komt een genuanceerd beeld naar voren. Hoewel sommige A-merken in Nederland duurder kunnen zijn dan in Duitsland of België, zijn veel huismerken en basisproducten in Nederlandse supermarkten juist voordeliger geprijsd. Deze variatie maakt het lastig om algemene uitspraken te doen over 'dure' of 'goedkope' landen.



Nederlandse supermarkten onderscheiden zich door scherpe promoties en een breed aanbod van betaalbare huismerken. Deze strategie stelt hen in staat om, ondanks hogere operationele kosten en btw-tarieven, toch concurrerende prijzen aan te bieden. De intensieve concurrentie in de Nederlandse markt dwingt supermarkten om te werken met zeer smalle marges, wat uiteindelijk de consument ten goede komt.

Voor consumenten, vooral in grensregio's, loont het om bewust te kiezen waar ze hun boodschappen doen. Sommige producten zijn goedkoper in Nederland, andere juist over de grens. Dit leidt tot strategisch koopgedrag waarbij consumenten hun aankopen verdelen over meerdere landen om optimaal te profiteren van prijsvoordelen.

De prijsverschillen worden mede veroorzaakt door fiscale verschillen en operationele kosten. De hogere btw-tarieven in Nederland en de verschillende accijnsstructuren in de drie landen leiden tot specifieke patronen in prijsverschillen per productcategorie. Daarnaast spelen factoren als loonkosten, huurprijzen en energiekosten een rol in de kostenstructuur van supermarkten.

Tot slot vraagt de discussie over boodschappenprijzen om nuance en feitelijke onderbouwing. Het veelgehoorde idee dat Nederland een 'duur boodschappenland' zou zijn, verdient bijstelling. In vergelijking met onze buurlanden België en Duitsland komt Nederland er voor veel productcategorieën juist gunstig uit. De Nederlandse consument heeft, mits goed geïnformeerd, veel mogelijkheden om voordelig boodschappen te doen zonder dat daarvoor de grens over gestoken hoeft te worden.



Efteling-gasten kunnen zich ritueel wassen,  
de Koran lezen en ontprikkelen in ruimte die  
lijkt op 'uitvaartcentrum'. Is dat nodig bij een  
pretpark?

Willem Bosgra voor PerspectiefNL

De Efteling heeft een opvallende toevoeging aangekondigd: een stilteruimte in de kelder van het Efteling Grand Hotel die in augustus 2025 zal openen. Deze ruimte is multifunctioneel ingericht met bijzondere aandacht voor religieuze behoeften. Bezoekers kunnen hier terecht voor gebed, meditatie of simpelweg om te ontspannen in een rustige omgeving die volgens sommigen doet denken aan een uitvaartcentrum. De ruimte biedt diverse religieuze faciliteiten zoals de Koran, Bijbel en gebedskleden.

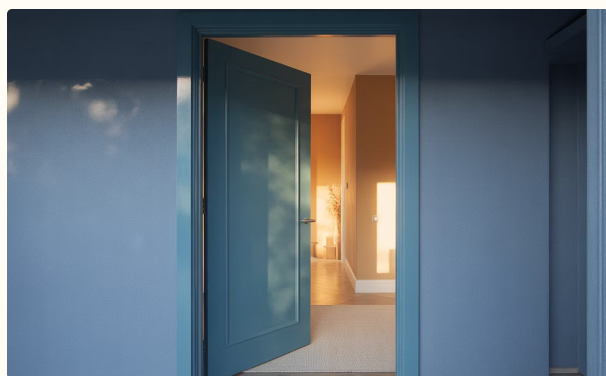
Een bijzonder kenmerk is de aanwezigheid van rituele wasfaciliteiten, met aparte ruimtes voor mannen en vrouwen, voorzien van waterkranen en lage krukjes voor rituele wassingen. Het interieur is bewust minimalistisch gehouden met lichte houttinten die rust uitstralen. De faciliteit is ontworpen om tegemoet te komen aan de diverse behoeften van het groeiende internationale bezoekerspubliek van het park, met bijzondere aandacht voor religieuze inclusiviteit.

## Achtergrond: Waarom biedt Efteling deze faciliteit?



### Breed beleid van inclusiviteit

De stilteruimte past binnen het bredere beleid van de Efteling rond diversiteit en inclusiviteit, zoals reeds aangekondigd in het jaarverslag.



### Welkom en respect voor iedereen

Het park erkent dat een diverse bezoekerspopulatie behoefte heeft aan momenten van gebed of bezinning, wat bijdraagt aan een inclusievere ervaring.



### Focus op spiritueel welzijn

De Efteling breidt haar zorgplicht uit naar het spirituele en culturele welzijn van haar bezoekers, voorbij traditioneel vermaak.



### Vooruitstrevende gastvrijheid

Dit initiatief positioneert de Efteling als een vooruitstrevend pretpark dat verder kijkt dan alleen traditionele attracties en horecavoorzieningen.



## Kritiek en discussie: Past zo'n ruimte bij een pretpark?



### Kritiekpunten

- Sfeer doet denken aan een "uitvaartcentrum" in plaats van een pretpark
- Religieuze voorzieningen passen niet bij entertainment en sprookjessfeer
- Zorgen over de vermenging van religie en commercieel vermaak
- Vragen over het nut van religieuze faciliteiten in een seculiere omgeving

De stilteruimte heeft diverse reacties uitgelokt, waarbij sommigen kritiek uiten op zowel het interieur als de functie. De opmerking dat de ruimte doet denken aan een "uitvaartcentrum" weerspiegelt de spanning tussen de verwachte vrolijke pretparksfeer en de serene, ingetogen uitstraling van de stilteruimte.

In Nederland zijn religieuze voorzieningen in pretparken ongebruikelijk, wat bijdraagt aan de controverse. In andere landen, zoals de Verenigde Staten en het Verenigd Koninkrijk, zijn gebedsruimtes in toeristische trekpleisters daarentegen gangbaarder.

De Efteling benadrukt echter dat de ruimte bewust stil en multifunctioneel is ingericht, met respect voor privacy en stilte als belangrijkste uitgangspunten. Het pretpark benadrukt dat het gebruik volledig vrijwillig is en dat er geen sprake is van prominente promotie of dwang. De stilteruimte is simpelweg een extra service voor bezoekers die hieraan behoefte hebben, vergelijkbaar met andere faciliteiten zoals verzorgingsruimtes of rustzones. Deze discussie weerspiegelt bredere maatschappelijke vragen over de plaats van religie in de openbare ruimte en de verantwoordelijkheid van commerciële instellingen om tegemoet te komen aan diverse culturele behoeften.

### Verdedigende argumenten

- Ruimte is multifunctioneel, niet uitsluitend religieus
- Gebruik is volledig vrijwillig, geen prominente promotie
- Inclusiviteit betekent voorzieningen voor alle bezoekersgroepen
- Internationale pretparken bieden vaker soortgelijke faciliteiten

Dit culturele verschil voedt de discussie over de gepastheid van een sacrale ruimte in een omgeving die primair gericht is op entertainment en sprookjesbeleving. Critici vragen zich af of een pretpark, dat draait om fantasie en vermaak, wel de juiste plaats is voor religieuze faciliteiten.

Ze betogen dat de combinatie van heilige rituelen en commercieel vermaak ongemakkelijk aanvoelt en mogelijk afbreuk doet aan beide ervaringen. Sommigen vrezen dat dit een onnodige vermenging van religie en entertainment betekent.

# Breder perspectief: Inclusiviteit, identiteit en maatschappelijke impact

## Diversiteit bezoekers

Dagelijks meer dan 40.000 bezoekers met multinationale achtergronden, verschillende religieuze overtuigingen en diverse behoeften

## Maatschappelijke balans

Afweging tussen neutraliteit, gastvrijheid, culturele representatie en commerciële overwegingen



## Toegankelijkheid

Toenemende focus op fysieke, mentale en nu ook religieuze toegankelijkheid binnen de vrijetijdssector

## Culturele representatie

Balans tussen thematische beleving (zoals 1001-nacht attracties) en praktische faciliteiten voor diverse culturen

De introductie van een stilteruimte met religieuze faciliteiten in de Efteling moet worden gezien in de context van een breder maatschappelijk gesprek over inclusiviteit en identiteit. Met een steeds diverser bezoekersprofiel - dagelijks meer dan 40.000 bezoekers met verschillende nationaliteiten en culturele achtergronden - staat de Efteling voor de uitdaging om een omgeving te creëren die voor iedereen toegankelijk en comfortabel is.

Deze ontwikkeling weerspiegelt een bredere trend in de vrijetijdssector, waarbij steeds meer aandacht uitgaat naar verschillende vormen van toegankelijkheid. Waar aanpassingen voor fysieke toegankelijkheid al langer gemeengoed zijn, zien we nu een verschuiving naar faciliteiten die tegemoet komen aan mentale, emotionele en religieuze behoeften. De stilteruimte is een voorbeeld van deze holistische benadering van gastvrijheid.

De Efteling investeert al jaren in thematische beleving die verschillende culturen representeert, zoals attracties geïnspireerd door de verhalen uit 1001-nacht. De stilteruimte voegt hier een praktische dimensie aan toe, door niet alleen culturele verhalen te vertellen maar ook daadwerkelijke faciliteiten te bieden die aansluiten bij de leefwereld van bezoekers met diverse culturele achtergronden. Het maatschappelijke debat rond deze ontwikkeling raakt aan fundamentele vragen over de balans tussen neutraliteit in de openbare ruimte, commerciële overwegingen en culturele representatie.

**Moet een commerciële instelling zoals een pretpark streven naar culturele neutraliteit, of juist de diversiteit van haar bezoekers weerspiegelen?**

**Is het aanbieden van religieuze faciliteiten een vorm van inclusiviteit of juist een ongewenste vermenging van religie en vermaak?**

De keuzes die de Efteling maakt rond deze stilteruimte zijn daarom niet alleen van belang voor het pretpark zelf, maar dragen ook bij aan een breder gesprek over hoe de Nederlandse samenleving omgaat met religieuze diversiteit in openbare en commerciële ruimtes.

Het laat zien hoe zelfs een op het eerste gezicht oppervlakkige kwestie als een stilteruimte in een pretpark diepere vragen oproept over identiteit, inclusie en de veranderende demografie van Nederland.

A snow leopard is walking on a light-colored tiled floor in the foreground, looking out through a large glass window. The window shows a snowy outdoor enclosure with a pond, rocks, and several people in winter clothing standing in the background. The scene is captured in a cinematic style with soft lighting.

Hebben dierentuinen zoals Wildlands nog wel  
een toekomst in Nederland?

Willem Bosgra voor PerspectiefNL

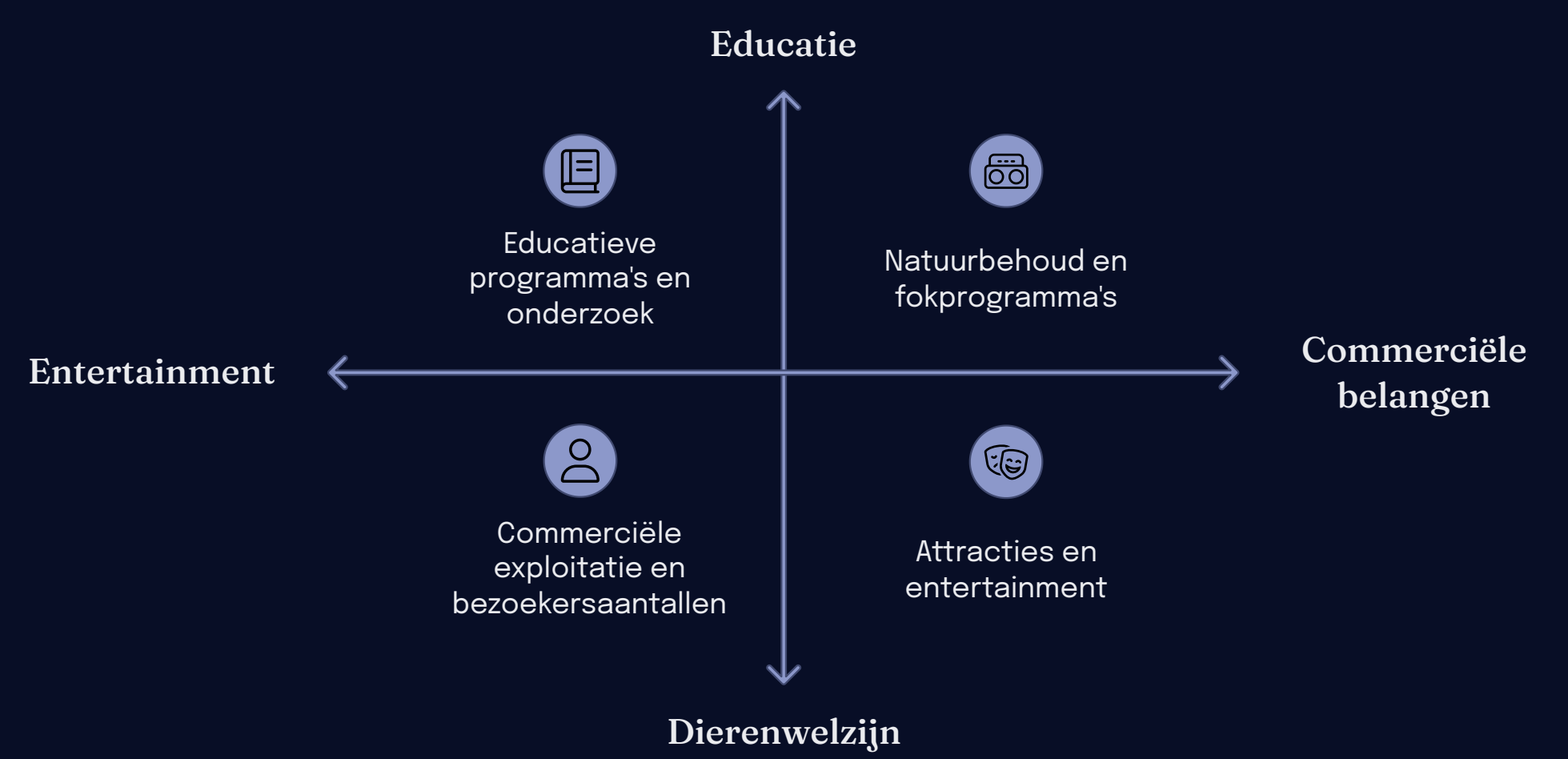
In Nederland woedt een intens maatschappelijk debat over de toekomst van dierentuinen zoals Wildlands Adventure Zoo. Terwijl jaarlijks miljoenen Nederlanders deze parken bezoeken, groeit tegelijkertijd de kritiek op het houden van wilde dieren in gevangenschap.

Met 59 instellingen die een officiële dierentuinvergunning bezitten, staat de sector voor fundamentele vragen over dierenwelzijn, de educatieve functie en de maatschappelijke relevantie in een veranderende samenleving.

Dit artikel analyseert de huidige uitdagingen, onderzoekt de toekomstperspectieven en belicht Wildlands als voorbeeld van hoe moderne dierentuinen proberen te evolueren om aan de veranderende maatschappelijke verwachtingen te voldoen.

# Trends en uitdagingen voor dierentuinen

De Nederlandse dierentuinen bevinden zich op een kritiek kruispunt. Enerzijds blijven ze populaire bestemmingen voor gezinnen en natuurliefhebbers, anderzijds worden ze geconfronteerd met toenemende maatschappelijke eisen en wetenschappelijke inzichten die hun traditionele bedrijfsmodel onder druk zetten. De uitdagingen zijn meervoudig en complex.



De maatschappij verlangt steeds meer van dierentuinen: dierwaardige huisvesting die aansluit bij natuurlijk gedrag, actieve bijdragen aan de bescherming van bedreigde diersoorten, en transparante ethische keuzes rond dierenwelzijn.

Nieuwe wetenschappelijke inzichten over diergedrag, intelligentie en welzijnsbehoeften dwingen tot herziening van lang geaccepteerde praktijken. Dit creëert een spanningsveld tussen traditie en innovatie binnen de sector.

## Maatschappelijke dubbelzinnigheid

De Nederlandse samenleving vertoont een dubbelzinnige houding tegenover dierentuinen. Bezoekers verwachten entertainment en bijzondere diersoorten te zien, terwijl tegelijkertijd de zorgen over dierenrechten toenemen.

Deze paradox maakt het voor dierentuinen moeilijk om aan alle verwachtingen te voldoen.

Dierentuinen worden ook bekritiseerd vanwege de beperkte ruimte die dieren tot hun beschikking hebben. Hoewel moderne verblijven vaak ruimer en natuurlijker zijn ingericht dan voorheen, blijven ze beperkt in vergelijking met de natuurlijke leefgebieden van wilde dieren.

Dit roept vragen op over het recht om bepaalde diersoorten, vooral grootschalige en/of zeer intelligente soorten, in gevangenschap te houden.



## Innovatie als noodzaak

Om relevant te blijven moeten dierentuinen voortdurend vernieuwen in hun parkbeleving en educatieve programma's. Digitale technologieën, interactieve elementen en diepgaande educatieve ervaringen worden steeds belangrijker om de moderne bezoeker te boeien én bewust te maken van natuurbehoud.

Ondertussen worden de wettelijke eisen voor dierentuinen strenger, met nieuwe regels voor huisvesting, verzorging en educatieve programma's. Deze regelgeving dwingt tot aanzienlijke investeringen, wat vooral voor kleinere dierentuinen een uitdaging vormt.

|                                                                                                                                           |                                                                                                 |                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9M                                                                                                                                        | €50M                                                                                            | 400                                                                                                       |
| Bezoekers per jaar                                                                                                                        | Investeringen                                                                                   | Bedreigde soorten                                                                                         |
| Nederlandse dierentuinen trekken gezamenlijk ongeveer 9 miljoen bezoekers per jaar, wat hun culturele en economische belang onderstreept. | Jaarlijkse sector-brede investeringen in dierenwelzijn, natuurbehoud en educatieve programma's. | Aantal bedreigde diersoorten in Nederlandse dierentuinen die deelnemen aan internationale fokprogramma's. |

De sector staat voor een fundamentele transformatie: van traditionele dierentuinen naar kenniscentra voor natuurbehoud en educatie, met dierenwelzijn als centraal uitgangspunt. Deze transitie vereist niet alleen aanzienlijke financiële middelen, maar ook een herdefiniëring van de kernmissie en publieke communicatie van deze instellingen.

# Toekomstvisie en ontwikkeling: het voorbeeld van Wildlands

Wildlands Adventure Zoo in Emmen illustreert hoe moderne dierentuinen zich proberen aan te passen aan veranderende maatschappelijke verwachtingen. Na een turbulente periode met financiële uitdagingen heeft Wildlands een ambitieus tienjarenplan ontwikkeld dat zich primair richt op het verbeteren van dierenwelzijn en belevingswaarde, in plaats van grootschalige uitbreiding.

Het park investeert gericht in de vernieuwing van dierverblijven, zoals het Dogondorp, verblijven voor eekhoorns en de zeeleeuwenomgeving. Deze verbeteringen zijn niet alleen cosmetisch, maar fundamenteel gericht op het verhogen van het dierenwelzijn door het creëren van meer natuurlijke leefomgevingen die beter aansluiten bij het gedrag en de behoeften van de dieren.



## Vergroening

Uitbreiding van natuurlijke elementen en vegetatie in dierverblijven en publieke ruimtes, met focus op lokale biodiversiteit.



## Verblijfsverbetering

Renovatie en uitbreiding van dierverblijven naar meer natuurlijke omgevingen die aansluiten bij soortspecifiek gedrag.



## Educatievernieuwing

Ontwikkeling van interactieve, digitale en immersieve educatieve programma's over biodiversiteit en natuurbehoud.



## Duurzaamheid

Implementatie van duurzame bedrijfsvoering, van energieverbruik tot afvalverwerking en lokale voedselproductie.

Een innovatief element in het vernieuwingsplan is de integratie van een 'eetbare tuin' en aandacht voor lokale biodiversiteit in het parkontwerp. Dit weerspiegelt een bredere trend waarbij dierentuinen niet alleen exotische soorten tonen, maar ook aandacht vragen voor lokale natuurbescherming en duurzaamheid. Deze benadering verbindt het verre met het nabije en maakt natuurbehoud tastbaarder voor bezoekers.

## Voorwaarden voor toekomstbestendigheid

Voor Wildlands en andere Nederlandse dierentuinen zijn er verschillende cruciale voorwaarden om toekomstbestendig te blijven:

- Aantoonbare bijdrage aan natuureducatie die verder gaat dan oppervlakkige informatie
- Actieve participatie in internationale fokprogramma's en natuurbehoudprojecten
- Transparantie over ethische dilemma's en besluitvorming rond dierenwelzijn
- Blijvend adaptief vermogen om te reageren op veranderende maatschappelijke verwachtingen
- Financiële duurzaamheid die onafhankelijk is van commerciële druk ten koste van dierenwelzijn

"De moderne dierentuin moet een brug slaan tussen mens en natuur, niet door exotische dieren louter als spektakel te presenteren, maar door bezoekers te inspireren tot respect en bescherming van biodiversiteit, zowel ver weg als dichtbij."

– Visiedocument Nederlandse Vereniging van Dierentuinen

De toekomst van Nederlandse dierentuinen zoals Wildlands hangt af van hun vermogen om een nieuw sociaal contract met de samenleving te smeden.

Ze moeten overtuigend aantonen dat hun bestaan een netto positieve bijdrage levert aan dierenwelzijn, natuurbehoud en maatschappelijk bewustzijn die niet op andere wijze bereikt zou kunnen worden.

De transformatie die Wildlands doormaakt is exemplarisch voor de bredere transitie in de sector: van traditionele dierentuinen met een focus op entertainment naar kenniscentra voor natuurbehoud met een sterk educatief karakter.

Het succes van deze transitie zal uiteindelijk bepalen of dierentuinen een legitieme plaats behouden in de Nederlandse samenleving van de toekomst.

A male pharmacist with dark hair and a beard, wearing a white lab coat over a blue shirt, is leaning forward and holding a small blue inhaler with both hands. He is looking at the inhaler and smiling slightly. An elderly woman with short, wavy white hair is sitting in a black chair, facing him. She is wearing a light brown sweater and has her hands clasped in her lap. She is looking at the pharmacist with a slight smile. The background is a pharmacy with shelves filled with various boxes of medicine. The lighting is bright and even.

Longpatiënten krijgen nog steeds risicovolle  
medicijnwissels opgelegd, ondanks afspraken.  
Waarom?

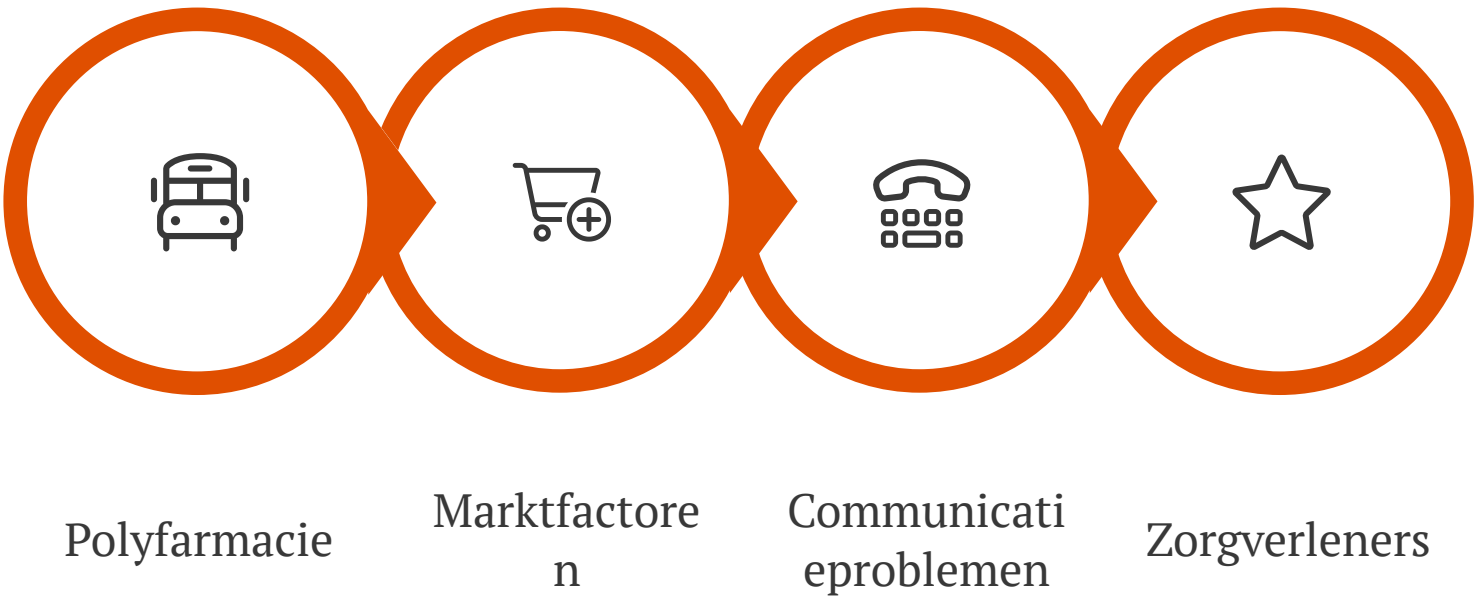
Willem Bosgra voor PerspectiefsNL

Hoewel er duidelijke afspraken zijn gemaakt om risicovolle medicijnwissels bij longpatiënten te voorkomen, blijft dit een hardnekkig probleem in de Nederlandse gezondheidszorg. Deze analyse onderzoekt de systemische oorzaken, de impact op patiënten en mogelijke oplossingsrichtingen om de veiligheid en continuïteit van medicatie voor deze kwetsbare groep te verbeteren.

We kijken naar de complexe wisselwerking tussen voorschrijvers, apothekers, zorgverzekeraars en beleidsmakers, evenals naar de rol van medicijntekorten en economische factoren die bijdragen aan dit probleem.

# Systemische oorzaken van risicovolle medicijnwissels bij longpatiënten

De problematiek rond medicijnwissels bij longpatiënten kent diverse systemische oorzaken die diepgeworteld zijn in ons zorgsysteem. Ondanks bestaande afspraken en richtlijnen blijven deze wisselingen plaatsvinden, met potentieel ernstige gevolgen voor patiënten met chronische longaandoeningen zoals astma en COPD. Deze patiënten zijn vaak sterk afhankelijk van hun medicatie voor hun dagelijks functioneren en kwaliteit van leven.



## Polyfarmacie en complexe medicatieregimes

Longpatiënten gebruiken vaak meerdere medicijnen tegelijkertijd, wat het risico op onbedoelde wisselingen significant verhoogt. Bij oudere patiënten, die naast longaandoeningen vaak ook andere chronische ziekten hebben, kan dit probleem nog complexer worden. Een 75-jarige COPD-patiënt gebruikt gemiddeld 5 tot 7 verschillende medicijnen, waaronder inhalatiemedicatie, ontstekingsremmers en medicatie voor comorbiditeiten zoals hartfalen of diabetes. Deze complexiteit maakt het bijzonder moeilijk om overzicht te houden en de impact van medicijnwisselingen adequaat te beoordelen.

## Gebrekkige communicatie tussen zorgverleners

Een van de meest prominente oorzaken van risicovolle medicijnwissels is de ontoereikende communicatie tussen verschillende zorgverleners. Longpatiënten worden vaak behandeld door zowel huisarts, longarts, als apotheker, waarbij elk van deze professionals vanuit hun eigen perspectief beslissingen neemt over medicatie. Uit recent onderzoek blijkt dat in 37% van de gevallen waarin medicatie wordt gewisseld, er onvoldoende afstemming plaatsvindt tussen deze zorgverleners. Dit leidt tot situaties waarin:

- De longarts een specifiek inhalatiemedicijn voorschrijft, maar de apotheker een alternatief aflevert vanwege formularium-afspraken met zorgverzekeraars
- De huisarts onvoldoende op de hoogte is van aanpassingen die door de specialist zijn gedaan
- Medicatiebeoordelingen niet integraal gebeuren, waardoor interacties over het hoofd worden gezien

## Beperkte toepassing van farmacogenetica

Ondanks de bewezen voordelen van gepersonaliseerde medicatieadviezen op basis van farmacogenetische profielen, wordt deze kennis nog onvoldoende toegepast in de praktijk. Genetische variaties kunnen een grote invloed hebben op hoe patiënten reageren op bepaalde medicijnen, waaronder veel gebruikte luchtwegmedicatie.

Een recente studie onder 250 Nederlandse longpatiënten toonde aan dat bij 28% van hen een genetische variatie aanwezig was die de effectiviteit van bepaalde bèta-2-agonisten significant beïnvloedde, wat tot suboptimale behandelresultaten leidde na medicijnwissels.

## Medicijntekorten en marktdynamiek

Een niet te onderschatten factor zijn de toenemende medicijntekorten in Nederland. In 2022 werden meer dan 1.500 geneesmiddelentekorten gemeld bij het Meldpunt Geneesmiddelentekorten, een stijging van 12% ten opzichte van het voorgaande jaar. Deze tekorten dwingen zorgverleners regelmatig tot het voorschrijven van alternatieven, ook wanneer dit niet de optimale keuze is voor de patiënt.

Bovendien spelen preferentiebeleid van zorgverzekeraars en aanbestedingsprocedures een rol, waarbij kostenefficiëntie soms prevaleert boven medicatiecontinuïteit, met name bij inhalatiemedicatie waar de toedieningsvorm cruciaal is voor effectief gebruik.

- ⊗ Bij 43% van de longpatiënten leidt een wisseling van inhalatiemedicatie tot verminderde therapietrouw, vaak omdat de nieuwe toedieningsvorm andere inhalatietechnieken vereist dan waarmee de patiënt vertrouwd is. Dit vergroot het risico op acute exacerbaties en ziekenhuisopnames.

# Impact op longpatiënten en mogelijke oplossingsrichtingen



De gevolgen van risicovolle medicijnwissels voor longpatiënten zijn verstrekkend en beïnvloeden zowel hun fysieke gezondheid als hun vertrouwen in de zorg. Tegelijkertijd zijn er diverse veelbelovende oplossingsrichtingen die deze problematiek kunnen aanpakken.

## Ervaringen van patiënten

Medicijnwissels hebben een directe impact op het dagelijks leven van longpatiënten. Uit patiëntenonderzoek van het Longfonds blijkt dat 67% van de patiënten die een medicijnwissel heeft ondergaan, hiervan negatieve gevolgen heeft ervaren. Deze gevolgen variëren van verminderde effectiviteit en onverwachte bijwerkingen tot onzekerheid over het juiste gebruik van de nieuwe medicatie.

"Na jarenlang stabiel te zijn geweest met mijn vertrouwde inhalator, werd ik plotseling gedwongen over te stappen op een ander merk. Binnen twee weken kreeg ik ademhalingsproblemen en moest ik met een acute aanval naar de spoedeisende hulp. Het heeft maanden geduurd voordat ik weer enigszins stabiel was." – Maria, 63 jaar, COPD-patiënt

## Veelbelovende interventies



### Klinische Medicatiebeoordelingen

CMR's uitgevoerd door gespecialiseerde apothekers kunnen 72% van de medicijngerelateerde problemen identificeren voordat ze tot schade leiden. Deze beoordelingen zijn echter nog geen standaard onderdeel van de zorg voor alle complexe longpatiënten.



### Farmacogenetische Tests

Implementatie van farmacogenetisch testen bij longpatiënten kan leiden tot 31% minder bijwerkingen en 24% verbeterde effectiviteit van medicatie. Kosteneffectiviteitsanalyses tonen aan dat de initiële investering wordt terugverdiend door verminderde ziekenhuisopnames.



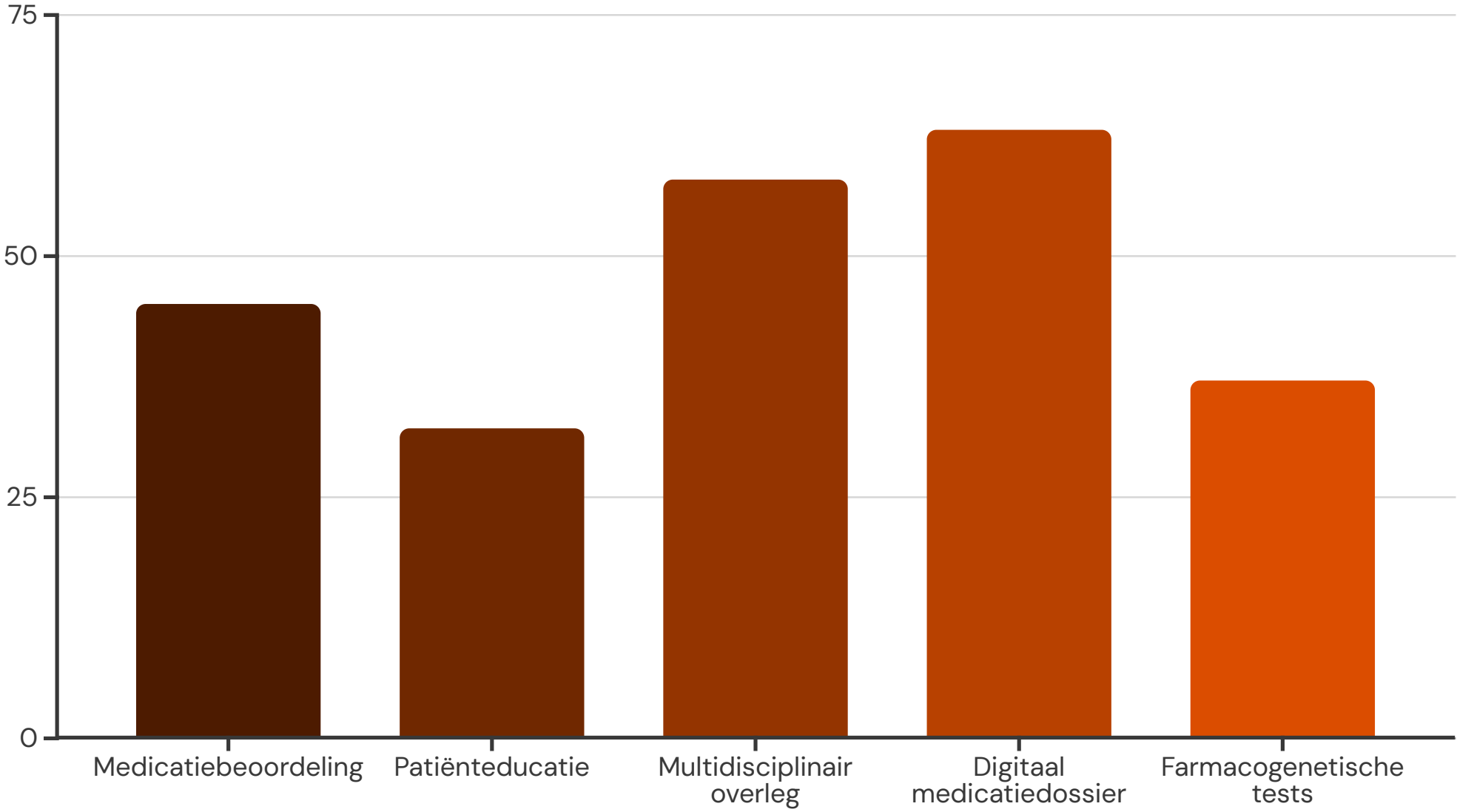
### Geïntegreerde Zorgsystemen

Digitale medicatieoverzichten die toegankelijk zijn voor alle betrokken zorgverleners verminderen medicatiefouten met 56%. Pilotprojecten in Utrecht en Rotterdam tonen veelbelovende resultaten voor longpatiënten met complexe zorgbehoeften.

## Beleidsinitiatieven en samenwerkingsverbanden

Op beleidsniveau zijn verschillende initiatieven in ontwikkeling om de problematiek rond medicijnwissels aan te pakken. Het platform 'Medicijn voor de Maatschappij' verenigt patiëntenorganisaties, zorgverleners en beleidsmakers om te werken aan betere beschikbaarheid en betaalbaarheid van medicatie zonder onnodige wisselingen.

De Nederlandse Vereniging van Ziekenhuisapothekers (NVZA) heeft recent richtlijnen ontwikkeld specifiek gericht op het veilig wisselen van inhalatiemedicatie, waarbij patiëntvoorlichting en monitoring centraal staan.



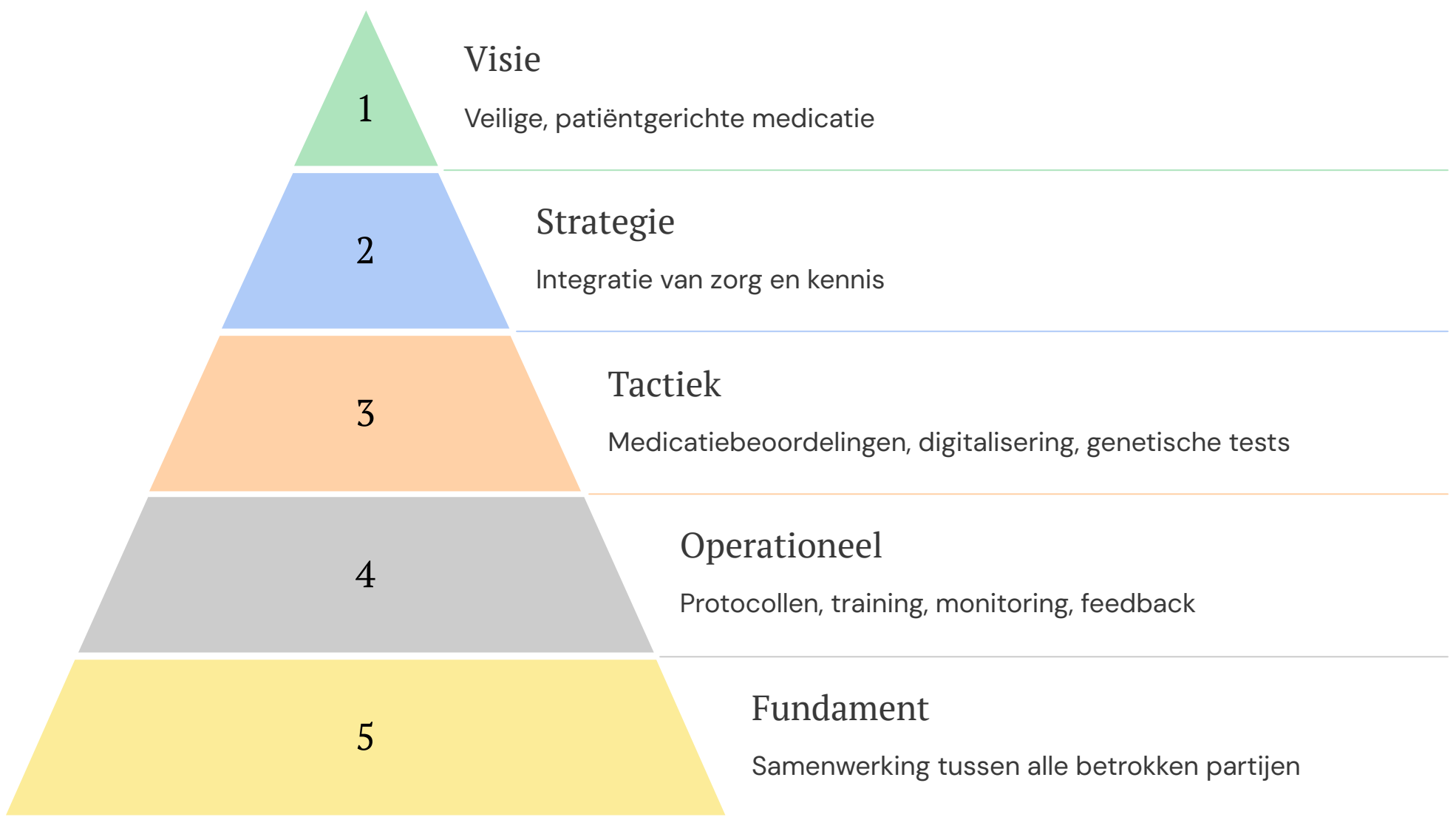
Het Nederlands Bijwerkingen Centrum Lareb benadrukt daarnaast het belang van transparantie en monitoring. Hun recente initiatief 'Meld Medicijnwissel' heeft in het eerste jaar meer dan 2.300 meldingen verzameld, waarvan 34% betrekking had op longmedicatie. Deze data helpen bij het identificeren van patronen en risicovolle wisselingen, wat essentieel is voor het ontwikkelen van gerichte interventies.



Beroepsorganisaties als KNMP, NHG en NVALT hebben in 2023 een gezamenlijk standpunt ingenomen tegen het onnodig wisselen van inhalatiemedicatie, maar implementatie in de dagelijkse praktijk blijft een uitdaging door versnipperde verantwoordelijkheden in de zorgketen.

# Conclusie: Naar een veiliger medicijnbeleid voor longpatiënten

De problematiek rond risicovolle medicijnwissels bij longpatiënten is complex en hardnekkig, ondanks bestaande afspraken en richtlijnen. Een multifactoriële aanpak is noodzakelijk om duurzame verbeteringen te realiseren en de veiligheid en kwaliteit van zorg voor deze kwetsbare patiëntengroep te waarborgen.



## Kernbevindingen

Uit onze analyse blijkt dat de volgende factoren cruciaal zijn voor het verbeteren van medicatieveiligheid bij longpatiënten:

### Systemische uitdagingen

- De huidige versnippering van verantwoordelijkheden in de zorgketen belemmert effectieve communicatie en coördinatie tussen zorgverleners
- Economische prikkels in het zorgsysteem, zoals preferentiebeleid en aanbestedingsprocedures, geven soms voorrang aan kostenbeheersing boven medicatiecontinuïteit
- Medicijntekorten zijn een groeiend probleem dat zorgverleners dwingt tot suboptimale medicijnwisselingen

### Patiëntgerichte oplossingen

- Gepersonaliseerde medicatiezorg op basis van farmacogenetische profielen vermindert het risico op bijwerkingen en therapiefalen na medicijnwissels
- Structurele implementatie van klinische medicatiebeoordelingen is kosteneffectief en verbetert patiëntuitkomsten
- Verbeterde patiënteducatie en gedeelde besluitvorming versterken de therapietrouw en zelfredzaamheid

## Aanbevelingen voor actie

|                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Voor beleidsmakers</b><br><br>Ontwikkel een nationaal kader voor medicatiecontinuïteit dat prioriteit geeft aan klinische overwegingen boven kostenbeheersing, met name voor medicijnen met een smal therapeutisch venster zoals inhalatiemedicatie. | <b>Voor zorgverleners</b><br><br>Implementeer systematische medicatiebeoordelingen voor alle longpatiënten met complexe medicatieregimes en zorg voor gedocumenteerde overdracht van medicatie-informatie tussen alle betrokken zorgverleners. |
| <b>Voor zorgverzekeraars</b><br><br>Ontwikkel inkoopbeleid dat continuïteit van zorg waarborgt en voorkom frequent wisselende preferentiebeleid voor essentiële longmedicatie. Vergoed farmacogenetische tests voor risicogroepen.                      | <b>Voor patiëntenorganisaties</b><br><br>Versterk de positie van patiënten door voorlichting over hun rechten bij medicijnwissels en faciliteer het melden van problemen om systemische verbeteringen te ondersteunen.                         |

## Toekomstperspectief

Een veiliger medicijnbeleid voor longpatiënten vereist een paradigmaverschuiving van reactief naar proactief handelen. De ontwikkeling van predictieve modellen die risicovolle medicijnwissels kunnen identificeren voordat ze plaatsvinden, biedt veelbelovende perspectieven. Dergelijke modellen, gecombineerd met geavanceerde digitale medicatiedossiers en beslissingsondersteuning, kunnen zorgverleners helpen om weloverwogen keuzes te maken die de continuïteit en veiligheid van medicatie waarborgen.

"De oplossing ligt niet in meer regels, maar in betere samenwerking en het centraal stellen van de patiënt in alle beslissingen over medicatie. Alleen door gezamenlijk verantwoordelijkheid te nemen, kunnen we het vertrouwen van longpatiënten in hun behandeling herstellen." – Prof. dr. Van der Molen, Hoogleraar Eerstelijnsgeneeskunde

Door systematisch te investeren in deze multidimensionale aanpak kunnen we ervoor zorgen dat longpatiënten de juiste medicatie krijgen, op het juiste moment, met minimale risico's en maximaal therapeutisch effect. Dit vereist niet alleen technologische innovaties en klinische expertise, maar bovenal een cultuur waarin patiëntveiligheid en medicatiecontinuïteit kernwaarden zijn die door alle betrokkenen in de zorgketen worden onderschreven en nageleefd.



# Trans in het leger: Hoe Nederland daarmee omgaat

Willem Bosgra voor

PerspectiefNL

Nederland behoort tot de meest progressieve landen ter wereld als het gaat om de acceptatie en integratie van transgender personen in de krijgsmacht.

Al sinds 1974 zijn transgender personen officieel welkom in de Nederlandse strijdkrachten, wat Nederland tot een van de eerste landen maakte met een dergelijk inclusief beleid.

Dit artikel belicht hoe de Nederlandse krijgsmacht omgaat met transgender militairen, van het formele beleid en de historische ontwikkeling tot de dagelijkse praktijk en actuele discussies.

We onderzoeken zowel de successen als de uitdagingen die transgender militairen ervaren, en hoe Defensie actief werkt aan een inclusieve werkomgeving waar iedereen zichzelf kan zijn, ongeacht genderidentiteit.

# Beleid en formele positie van trans personen in het Nederlandse leger

Nederland heeft een lange geschiedenis van progressief beleid ten aanzien van LHBT+ personen in de krijgsmacht. Al in 1974 werden de deuren officieel geopend voor transgender militairen, waarmee Nederland internationaal gezien voorop liep.

Dit was een opmerkelijke stap in een tijd waarin in veel andere landen transgender personen nog uitgesloten waren van militaire dienst.

Het Ministerie van Defensie heeft sindsdien consequent gewerkt aan het ontwikkelen en verfijnen van beleid dat de inclusie en acceptatie van transgender militairen bevordert.

Dit beleid omvat richtlijnen voor de ondersteuning tijdens gendertransitie, aanpassingen van uniformen, toegang tot medische zorg en het gebruik van faciliteiten die overeenkomen met de genderidentiteit van de militair.

Een cruciale rol in de ontwikkeling en implementatie van dit beleid wordt gespeeld door de Stichting Homoseksualiteit en Krijgsmacht (SHK).

Deze stichting, opgericht in 1987, fungeert als adviseur voor Defensie op het gebied van LHBT+ beleid en werkt nauw samen met de krijgsmacht om een inclusieve werkcultuur te bevorderen.

## Beleidskader

Formele erkenning en acceptatie van transgender militairen sinds 1974, met doorlopende beleidsaanpassingen om inclusie te bevorderen.

## Gedragsregels

Respectvolle omgang is verankerd in de militaire gedragsregels; discriminatie wordt niet getolereerd en actief bestreden.

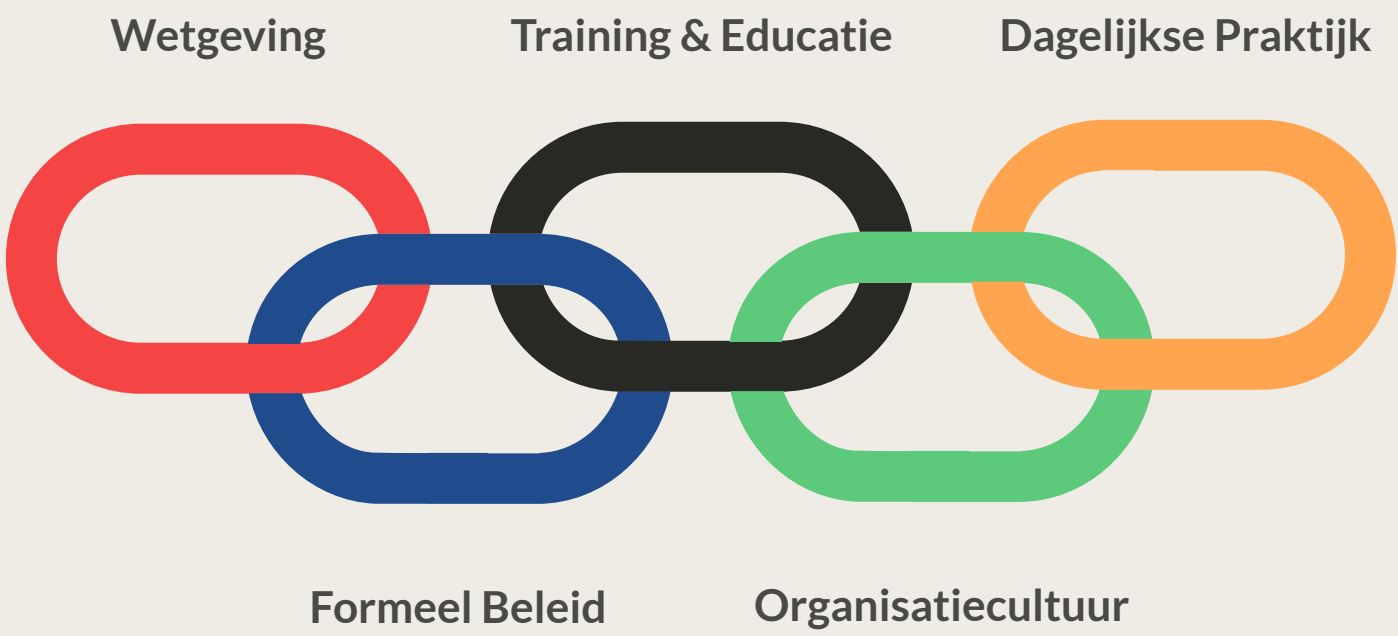
## Ondersteunende structuren

De Stichting Homoseksualiteit en Krijgsmacht (SHK) adviseert Defensie en biedt ondersteuning aan LHBT+ militairen.



Een van de meest significante aspecten van het Nederlandse beleid is dat respectvolle omgang met alle collega's, ongeacht genderidentiteit of seksuele oriëntatie, is vastgelegd als een formele militaire gedragsregel.

Dit betekent dat discriminerend gedrag niet alleen sociaal onaanvaardbaar is, maar ook in strijd met de professionele standaarden van de krijgsmacht.



De formele erkenning van transgender rechten binnen de krijgsmacht wordt verder ondersteund door bredere Nederlandse wetgeving die genderdiscriminatie verbiedt. De Algemene Wet Gelijke Behandeling en de Wet Gelijke Behandeling van Mannen en Vrouwen bij de Arbeid bieden een wettelijk kader dat de rechten van transgender militairen beschermt.

Defensie erkent dat formeel beleid alleen niet voldoende is om echte inclusie te bereiken. Daarom investeert de organisatie in bewustwordingscampagnes, trainingen en voorlichtingsprogramma's die gericht zijn op het bevorderen van begrip en acceptatie onder alle militairen.

Daarnaast heeft Nederland de Transgenderwet, die het sinds 2014 eenvoudiger maakt voor transgender personen om hun geslachtsregistratie te wijzigen zonder dat medische ingrepen vereist zijn.

Deze initiatieven helpen om een cultuur te creëren waarin transgender militairen volledig geaccepteerd worden en waarin zij hun volledige potentieel kunnen bereiken zonder belemmerd te worden door vooroordelen of discriminatie.

# Praktijk en acceptatie binnen de krijgsmacht

Hoewel Nederland een progressief formeel beleid heeft ten aanzien van transgender militairen, is de dagelijkse praktijk soms weerbarstiger. Ondanks alle inspanningen komt discriminatie nog steeds voor binnen de krijgsmacht. Defensie erkent dit probleem en heeft een zerotolerancebeleid voor discriminerend gedrag. Incidenten worden serieus genomen en kunnen leiden tot disciplinaire maatregelen.

Om een respectvolle werkomgeving te bevorderen, organiseert Defensie regelmatig interne campagnes en trainingen gericht op inclusie en diversiteit.

Deze initiatieven helpen militairen om bewust te worden van hun eigen vooroordelen en leren hen hoe ze respectvol kunnen omgaan met transgender collega's.

De trainingen behandelen praktische zaken, zoals het gebruik van correcte voornaamwoorden en de impact van microagressies, maar ook bredere thema's rond diversiteit en inclusie.

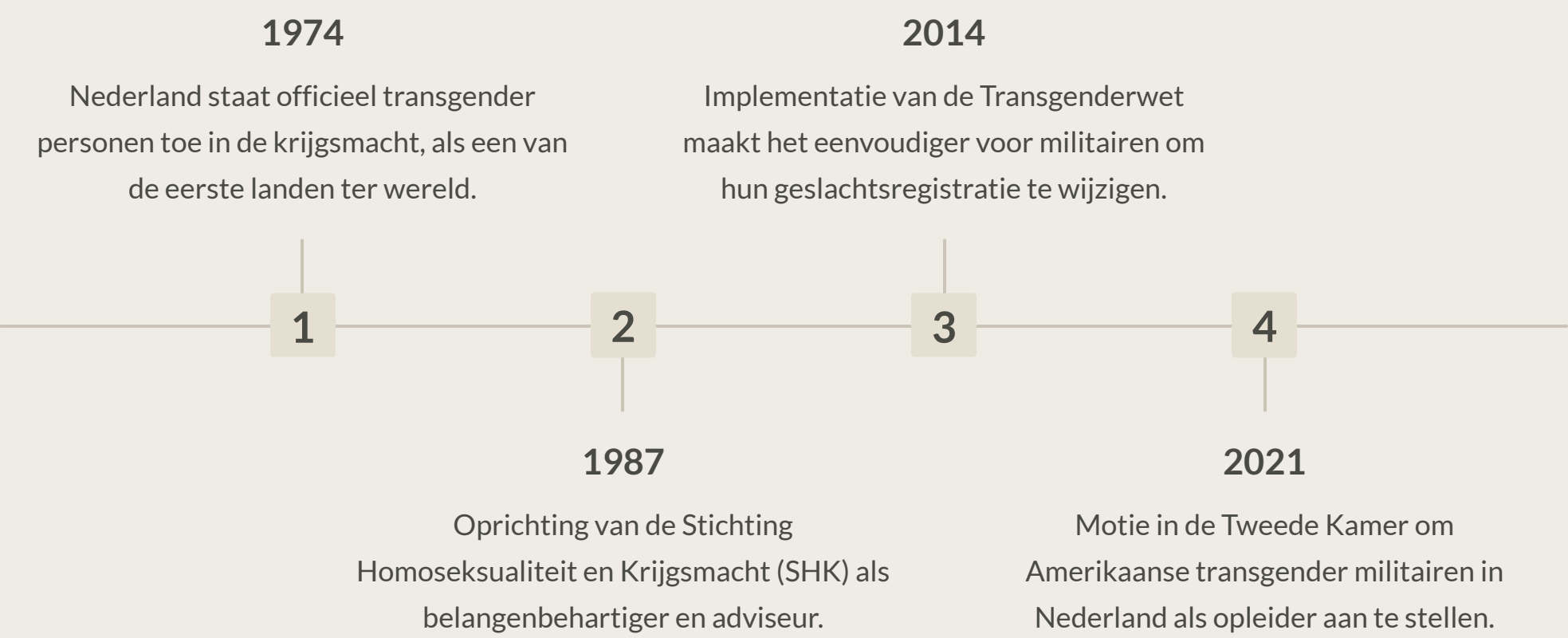
De Stichting Homoseksualiteit en Krijgsmacht (SHK) speelt een essentiële rol bij het verbeteren van het leefklimaat voor LHBT+ militairen.

De stichting fungeert als aanspreekpunt voor militairen die te maken hebben met discriminatie of andere problemen gerelateerd aan hun genderidentiteit. Daarnaast adviseert de SHK Defensie over beleid en praktijken die de inclusie van transgender militairen kunnen bevorderen.



"Binnen Defensie gaat het uiteindelijk om professionaliteit en kameraadschap. Wie je bent of hoe je jezelf identificeert zou nooit een belemmering mogen zijn om je volledige potentieel te bereiken als militair."

- Kolonel Van der Meer, Diversiteitscoördinator  
Defensie



Voor transgender militairen die een transitie ondergaan, heeft Defensie specifieke procedures ontwikkeld. Deze omvatten richtlijnen voor het aanpassen van uniformen, toegang tot medische zorg en het gebruik van faciliteiten die overeenkomen met de genderidentiteit van de militair.

Deze procedures zijn ontworpen om de transitie zo soepel mogelijk te laten verlopen, zowel voor de betrokken militair als voor hun eenheid.

Een belangrijk aspect van de acceptatie binnen de krijgsmacht is de rol van leidinggevendenden. Commandanten en andere leidinggevendenden hebben een cruciale rol bij het creëren van een inclusieve werkomgeving.

Defensie investeert daarom in leiderschapstrainingen die officieren helpen om een cultuur van respect en inclusie te bevorderen binnen hun eenheden.



## Actuele ontwikkelingen

Een recente Tweede Kamer-motie stelde voor om Amerikaanse transgender militairen, die onder het beleid van voormalig president Trump waren ontslagen, in Nederland aan te stellen als opleiders. Deze motie was mede ingegeven door het tekort aan militaire instructeurs in Nederland. Hoewel de motie niet direct is uitgevoerd, illustreert deze het progressieve standpunt van Nederland ten opzichte van transgender militairen in internationaal perspectief.

De discussie over transgender militairen in Nederland loopt vaak gelijk op met internationale ontwikkelingen, met name binnen de NAVO. Nederland staat bekend als een voorloper op het gebied van LHBT+ rechten binnen de militaire context en neemt vaak een voortrekkersrol in internationale discussies over dit onderwerp.

Defensie voert regelmatig onderzoek uit naar de acceptatie van transgender militairen en zoekt constant naar manieren om het beleid verder te verbeteren. Dit continue proces van evaluatie en aanpassing helpt om ervoor te zorgen dat de krijgsmacht blijft voldoen aan de hoogste standaarden van inclusie en respect voor alle militairen, ongeacht hun genderidentiteit.



# Kamperen in Nederland: Duur en Altijd Kans op Natte Sokken

Willem Bosgra voor **PerspectiefNL**.

Kamperen in Nederland biedt een unieke ervaring die onlosmakelijk verbonden is met twee karakteristieke elementen: relatief hoge kosten en de onvermijdelijke kans op natte sokken door het wisselvallige weer.

In dit artikel onderzoeken we waarom kamperen in ons land duurder is dan in omringende landen, hoe het typisch Nederlandse weer de kampeerbeleving beïnvloedt, en bieden we praktische tips om ondanks deze uitdagingen toch een plezierige kampeerervaring te hebben.

# Waarom Kamperen in Nederland zo Duur is

Het prijskaartje van kamperen in Nederland stijgt jaar na jaar, waardoor deze vrijetijdsbesteding voor veel gezinnen een aanzienlijke investering is geworden.

In het hoogseizoen rekenen populaire campings tot wel €65 per nacht voor een standaardplaats, terwijl vergelijkbare faciliteiten in Frankrijk of Duitsland gemiddeld 20-40% goedkoper zijn. Deze prijsverschillen roepen vragen op over de oorzaken achter de hoge Nederlandse kampeertarieven.

## Verborgene Kosten

Naast de basisprijs voor een kampeerplek worden kampeersers vaak geconfronteerd met verplichte extra kosten voor voorzieningen zoals elektriciteit, WiFi en toeristenbelasting. Deze toeslagen kunnen gemakkelijk €10-15 per nacht toevoegen aan de totaalprijs.

## Operationele Uitdagingen

Nederlandse campinghouders hebben te maken met stijgende verzekeringspremies, strenge regelgeving rondom sanitaire voorzieningen en significante personeelstekorten die leiden tot hogere loonkosten. Deze operationele uitdagingen worden direct doorberekend aan de kampeersers.

## Grondprijzen en Schaarste

De hoge grondprijzen in Nederland, gecombineerd met de beperkte beschikbaarheid van geschikte kampeerlocaties, dragen bij aan de prijsdruk. Campinghouders moeten aanzienlijke investeringen doen in grondaankoop en -onderhoud.

De Nederlandse Kampeerauto Club (NKC) rapporteert dat de prijzen sinds 2019 met gemiddeld 18% zijn gestegen, wat aanzienlijk boven de algemene inflatie ligt.

Terwijl sommige campings investeren in luxe voorzieningen zoals verwarmde sanitaire gebouwen, zwembaden en recreatiefaciliteiten om de hogere prijzen te rechtvaardigen, blijven veel kampeersers kritisch over de prijs-kwaliteitverhouding.

## Prijsvergelijking Hoogseizoen 2023 (per nacht)

|                       |        |
|-----------------------|--------|
| Nederland (gemiddeld) | €48,50 |
| Duitsland (gemiddeld) | €35,75 |
| Frankrijk (gemiddeld) | €32,20 |
| België (gemiddeld)    | €39,80 |

Ondanks de hogere prijzen blijft kamperen in Nederland populair, met name onder gezinnen die de nabijheid en de vertrouwde omgeving waarderen. De Kampeerraad Nederland meldt dat het aantal kampeernachtingen in 2022 weer op het niveau van voor de pandemie ligt, wat aangeeft dat veel Nederlanders bereid zijn de hogere kosten te accepteren voor een kampeervakantie in eigen land.

Kampeersers verwachten dat de prijzen de komende jaren verder zullen stijgen door aanhoudende personeelstekorten en de noodzaak tot verduurzaming van campingfaciliteiten.

# Altijd Kans op Natte Sokken: Het Weer en Tips

Het Nederlandse weer vormt een onmiskenbaar onderdeel van de kampeerbeleving in ons land. Volgens het KNMI zal 2025 naar verwachting 30% meer neerslag kennen in de maanden juli en augustus dan normaal. Deze weersomstandigheden leiden jaarlijks tot duizenden paren natte sokken, drassige velden en modderige paden die bijna synoniem zijn geworden met kamperen in Nederland.

"De wisselvalligheid van het Nederlandse weer maakt kamperen hier tot een unieke belevenis. Voor sommigen is het een bron van frustratie, voor anderen juist een onderdeel van de charme."

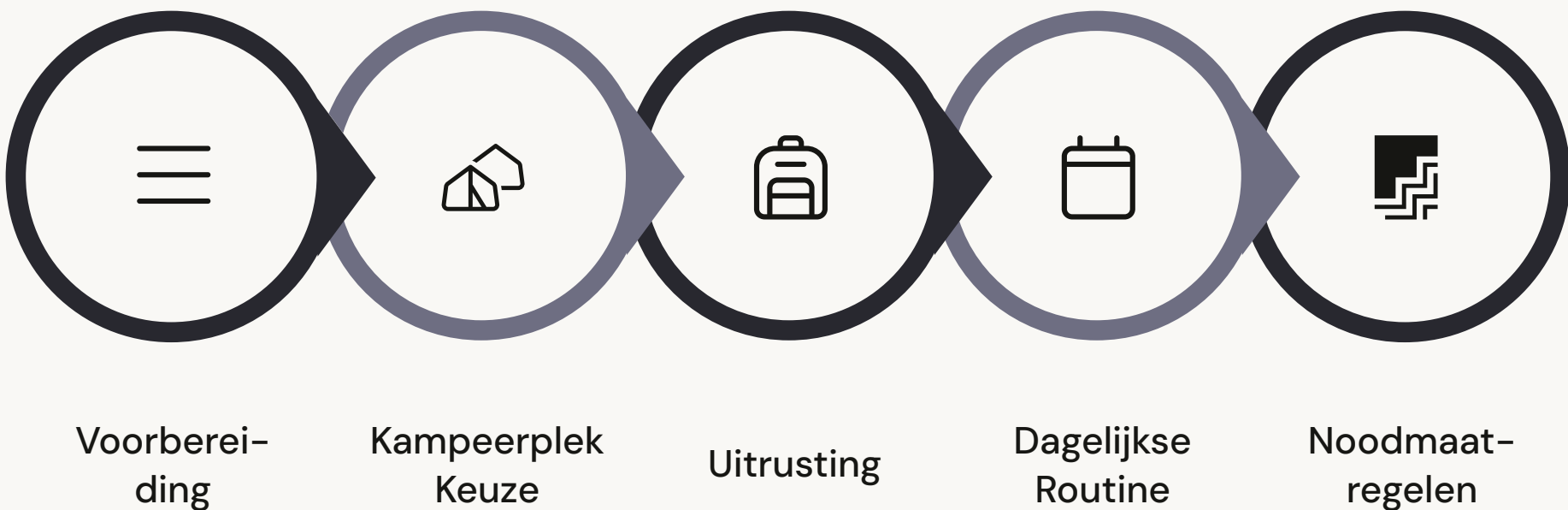
— Jantine van der Velde, ANWB Kampeerspecialist



Het typisch Nederlandse kampeerweer zorgt voor unieke taferelen op campings: sokken die drogen aan waslijnen, schoenen gevuld met krantenpapier, en tenten omringd door geïmproviseerde greppels om het water af te voeren.

Opvallend is dat veel Nederlanders deze nattigheid beschouwen als een onlosmakelijk onderdeel van de kampeertraditie. Uit onderzoek van de Nederlandse Kampeerraad blijkt dat 68% van de regelmatige kampeersders de wisselvalligheid van het weer ziet als iets dat "erbij hoort" en zelfs bijdraagt aan de saamhorigheid onder kampeersders.

## Praktische Tips voor Droge Voeten en een Betaalbare Kampeervakantie



Om de uitdagingen van het Nederlandse kampeerweer het hoofd te bieden en tegelijkertijd de kosten beheersbaar te houden, kunnen kampeersders verschillende strategieën toepassen:

1

### Voorkom Nattigheid

- Investeer in waterdichte schoenen en extra sokken (minimaal 7 paar voor een weekvakantie)
- Neem een grondzeil mee dat groter is dan je tent om optrekkend vocht tegen te gaan
- Parkeer op een verharde ondergrond en loop met je spullen het veld op om vastrijden te voorkomen

2

### Snelle Droogtechnieken

- Gebruik warme waterflessen om natte sokken snel te drogen (ANWB-tip)
- Neem een kleine ventilator op batterijen mee voor circulatie in de tent
- Hang natte kleding in de auto tijdens zonnige momenten

3

### Kostenbeheersing

- Boek buiten het hoogseizoen voor kortingen tot 40%
- Overweeg kleinere natuurcampings zonder luxe voorzieningen
- Word lid van kampeerbonden voor ledenvoordeel en kortingen

Ondanks alle uitdagingen blijft kamperen in Nederland een geliefde vrijetijdsbesteding. De combinatie van prachtige natuurgebieden, goede infrastructuur en de typisch Nederlandse gezelligheid maakt dat veel mensen jaarlijks terugkeren naar hun favoriete camping – natte sokken en hogere prijzen ten spijt.

Misschien is het juist het overwinnen van deze kleine ongemakken dat kamperen in Nederland tot zo'n bijzondere ervaring maakt.

- ❑ Accepteer dat regen en hogere prijzen onlosmakelijk bij Nederlands kamperen horen. Deze acceptatie creëert niet alleen realistische verwachtingen, maar draagt ook bij aan de unieke saamhorigheid die ontstaat wanneer kampeersders samen de elementen trotseren.