

# XRcise



Overstap naar  
ander OPCO? Let  
op!



Als reservist  
aan inzet geen  
gebrek



Hersenstimulatie:  
science fiction  
of werkelijkheid?



## Blaren en bier

Het leven op Kamp Heumensoord





6

Het bewaken van een neergestorte helikopter, het beveiligen van een energiecentrale of het vullen van zandzakken bij hoogwater. Dat zijn taken van 10 Infbat BB KNR (voorheen NATRES). XRCise sprak met korporaal Tom Jalink (29), één van de ruim 6.600 reservisten bij Defensie.



10

Een korporaal werd dichter bij huis geplaatst, maar bleef zonder dat hij het doorhad zijn oude woon-werkverkeervergoeding ontvangen. Moet hij het volledige bedrag nu terugbetalen? BBTV-jurist Natalie van Os geeft antwoord.



15

Heeft de luchtmacht de beste middelen om de taak in het hedendaagse/toekomstige conflict optimaal uit te voeren? De Plaatsvervangend Commandant Luchtstrijdkrachten, generaal-majoor Robert Adang, vertelt daar meer over.

 Volg ons op Instagram: @bbtv\_defensievakbond

BBTV ■ Postbus 93037 ■ 2509 AA Den Haag ■ Telefoon: 070 3155111 ■ Militair nummer (géén 06-nummer!): \*06 546 66156  
 ■ E-mail: [BBTV@MIJNVBM.NL](mailto:BBTV@MIJNVBM.NL) ■ Internet: [WWW.BBTV.NL](http://WWW.BBTV.NL)

**Lidmaatschap**

Leden van de BBTV kunnen op elk gewenst moment hun lidmaatschap opzeggen. Bij een opzegging voor 1 december van een jaar eindigt het lidmaatschap op 31 december van dat jaar. Opzeggingen die in de maand december worden ontvangen worden pas op 31 december van het daaropvolgend jaar geëffectueerd. Bij verlaten van de dienst stopt het lidmaatschap automatisch. Niets uit deze uitgave mag worden veeelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt op welke wijze dan ook zonder schriftelijke toestemming van de uitgever vooraf.

**Verhuizen? Uitzending?**

Geef dit door via [LEDENADMINISTRATIE@MIJNVBM.NL](mailto:LEDENADMINISTRATIE@MIJNVBM.NL)

**Verspreiding**

Gratis op huisadres voor leden.

ISSN: 1389-210X | Oplage 8.500

**Redactie** Daphne de Vos ■ Peter Visser **Vormgeving** Samira Ay **Met bijdragen van** Geza (strip) ■ Bas Hoekstra ■ Natalie van Os  
**Fotografie** Studio VBM ■ Mediacentrum Defensie **Drukkerij** Senefelder Misset BV



- 4 UNIEKE VERZEKERING VOOR BBTV-LEDEN**
- 5 KORT NIEUWS**
- 6 10 IBB KNR**
- 9 VOORDELEN BBTV**
- 10 VRAAG HET NATALIE**
- 12 DE REDACTIE TIPT**
- 14 OPMERKELIJK**
- 15 DE RONDVRAAG**
- 16 NIJMEEGSE VIERDAAGSE**
- 20 DIGITALE TOOLS**



- 22 SOF NIEUWS**
- 23 VRRROEMMM!**
- 24 BEHANDELING PTSS**
- 26 NETWERKEN**
- 28 MATERIEEL**
- 29 MILITAIRE HOROSCOOP**
- 30 GAME BASE**
- 31 ZANDHAZEN**
- 32 LID WORDEN, DAAROM!**

## Frikandelletje?

Veteranen hebben door hun missies veel levenservaring, mensenkennis en zelfinzicht opgedaan. Ze hebben letterlijk en figuurlijk meer van de wereld gezien dan de meeste mensen zonder uitzendervaring. Met de meeste veteranen gaat het goed, maar voor veteranen met wie het niet goed gaat, is hulp beschikbaar. Daarbij speelt technologie een steeds grotere rol. Zo wordt er een game ontwikkeld om bij te dragen aan begrip voor traumaklachten (zie p. 20). Ook wordt er onderzoek gedaan naar behandeling met elektrische hersenstimulatie (p. 24). Klinkt futuristisch, hé?

Wie deze zomer op zoek was naar een andere vorm van hersenstimulatie, kon deelnemen aan de Nijmeegse Vierdaagse. Al die kilometers vormen namelijk niet alleen een fysieke, maar ook een mentale uitdaging. XRcise bracht een bezoekje achter de schermen bij kamp Heumensoord (p. 16), waar deelnemende militairen na het lopen kunnen bijtanken. Dagelijks wordt daar 600 liter koffie geschonken en gaan er 20.000 sneetjes brood doorheen.

Dat klinkt alsof militairen een grote eetlust hebben, maar in vergelijking is dat nog niets. Op pagina 14 lees je hoe een inbreker betrapt werd dankzij zijn trek in frikandellen en hoe een Britse avonturier het dieet van een tijgerhaai nabootste (41.000 kcal). Benieuwd hoeveel frikandellen je daarvoor moet eten? Ongeveer 200... Durf jij het aan?

Veel leesplezier!  
Namens de redactie,  
**Daphne de Vos**



# UNIEKE 24-UURS ONGEVALLENVERZEKERING

Altijd verzekerd als actief dienend lid van de VBM | BBTV en VNR

Als lid van de VBM | BBTV of VNR ben je automatisch en zonder extra kosten verzekerd met een unieke 24-uurs collectieve ongevallenverzekering. Je hoeft hiervoor geen persoonlijke gegevens door te geven en je wordt ook niet benaderd door Aon.



Volledig  
inbegrepen  
bij je lid-  
maatschap!

## Wat de verzekering biedt:

**€5.000**

bij overlijden als gevolg van een ongeval

**€10.000**

bij algehele blijvende invaliditeit door een ongeval

## Waar je ook bent, altijd verzekerd:

Dekking tijdens woon-werkverkeer en volledige dekking tijdens de uitoefening van je werkzaamheden als actief dienend militair (ook voor reservisten), zowel in Nederland als tijdens missies wereldwijd.



## Watervallen naar een ander OPCO?



Wil jij als militair met een vaste aanstelling ‘watervallen’ (overstappen) naar een ander OPCO of onderdeel binnen Defensie? En heb je zelf geïnformeerd naar de mogelijkheden?

Het OPCO of onderdeel waarnaar je wil overstappen zal dan kijken of er ruimte en opleidingscapaciteit voor je is. Daarna moet je

een sollicitatieproces doorlopen. Andere zaken worden dan via het Bureau Bijzondere Instroom (BBI) afgewerkt. Denk dan aan de datum van overstap of de startdatum van een eventuele opleiding.

Bij zo'n overstap moet Defensie zich aan een aantal regels houden. Zo geldt er bijvoorbeeld geen opzegtermijn als je op eigen

verzoek overstapt naar een ander onderdeel. Jouw oude onderdeel mag jouw overstap dus niet tegenwerken omdat je het niet ‘op tijd’ hebt gemeld!

Dat is een afspraak tussen Defensie en de vakbonden. Mocht je hier toch mee te maken hebben (gehad), neem dan contact op met de BBTV.

### Wanneer krijg ik mijn salaris?

Defensie betaalt de salarissen op:

- dinsdag 24 september
- donderdag 24 oktober
- vrijdag 22 november (inclusief eindejaarsuitkering)

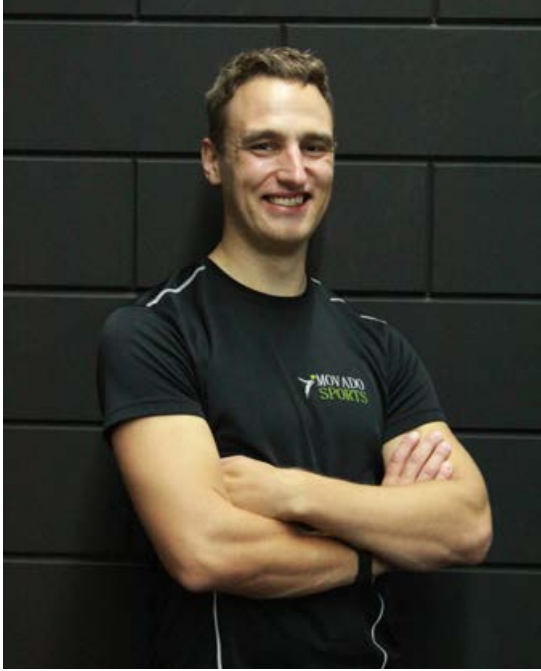
Uiterlijk de volgende werkdag staat het geld op je rekening bijgeschreven.

## Defilé op Veteranendag 2025 gaat niet door

De Nederlandse Veteranendag zal volgend jaar op zaterdag 28 juni in afgeslankte vorm plaatsvinden in Den Haag. In verband met de NAVO-top (24-26 juni 2025) in dezelfde stad, wordt in elk geval het defilé geschrapt. Dat heeft te maken met de inzet van defensiemedewerkers tijdens de NAVO-top en de beschikbaarheid van locaties.

De BBTV vindt het jammer, maar begrijpelijk, dat het defilé niet door kan gaan. Andere grote onderdelen van het evenement gaan gelukkig wél door en wij rekenen erop dat het een eenmalige uitzondering is.





# Als reservist aan inzet geen gebrek

Het bewaken van een neergestorte helikopter, het beveiligen van een energiecentrale, tunnel of brug of het vullen van zandzakken bij hoogwater. Dat zijn taken van het 10 Infanteriebataljon Bewaken Beveiligen Korps Nationale

Reserve (10 Infbat BB KNR, voorheen NATRES). De militairen van deze eenheid bewaken en beveiligen het Nederlands grondgebied en helpen bij rampen en crises - naast hun werk in de burgermaatschappij. XRcise sprak met korporaal der tweede klasse Tom Jalink (29), één van de ruim 6.600 reservisten bij Defensie.

## **Wat doe je in het dagelijks leven?**

Ik werk als hoofdtrainer in een sportschoolketen in Holten. Daar stuur ik andere trainers aan en geef ik persoonlijke begeleiding aan mensen met bijvoorbeeld neurologische problemen of blessures. Daarvoor heb ik psychologie gestudeerd, met een master Talent Development and Creativity.

## **Hoe ben je bij 10 Infbat BB KNR terechtgekomen?**

Van jongs af wilde ik al bij Defensie. Toen ik bijna klaar was met de middelbare school, wilde ik officier der mariniers worden en de Praktische-Opleiding tot Officier der Mariniers (POTOM) in. Maar ik voelde me te jong, nog te veel een broekie om als officier aan de slag te gaan. Toen dacht ik:

laat ik eerst een studie gaan doen, dan kan ik daarna nog kijken of ik bij het Korps Mariniers kan.

Tijdens mijn studie hoorde ik van de NATRES van een vriend met wie ik kickbokste. Ik ben in 2020 opgekomen. Dat ik reservist was, droeg eraan bij dat ik tijdens mijn master uitgekozen werd voor een stage bij het human performance team KCT. Na mijn studie bleef ik Defensie interessant vinden, maar ik wilde ook graag verder in het vakgebied van mijn studie. Ik ben voor de tussenweg gegaan en reservist gebleven.

## **Wat houdt je werk bij 10 Infbat BB KNR in?**

Ik begon als soldaat en ben op dit moment leidinggevend korporaal. Op papier ben ik plaatsvervangend groepscommandant,

maar in de praktijk waarnemend groepscommandant. Ik heb dus iets meer een leidinggevende rol dan in het begin, maar ben nog steeds veel aan het uitvoeren.

Bij de Infanterie Bewaken Beveiligen hebben mensen vaak geen specifieke functies, zoals je bij de beroeps bijvoorbeeld chauffeur Boxer kunt zijn. Wij hebben op papier wel mensen die chauffeur zijn, maar in de praktijk doen de meeste manschappen hetzelfde. En dat is vooral oefenen.

Wat je als reservist precies doet, hangt af van het type opkomst. Dat kan een schietdag zijn, of een Pelotons Instructie Avond (PIA), waarop je de militaire basisvaardigheden (MBV) herhaalt. Een MBV moet je verplicht één keer per jaar doen, maar in de praktijk



doen we dat veel vaker. Het is een combinatie van theorie en praktijk, waarbij je zowel de uitleg erbij pakt als lekker casussen draait. Bijvoorbeeld: hier heb je een pop met bloed, ga er maar drukverband in stouwen.

Een Pelotons Instructie Dag (PID) is breder, daar draai je meestal grotere scenario's. Verder hebben we twee keer per jaar een meerdaagse oefening (MDO). Dat begint meestal op donderdagavond. Je gaat dan niet meer uit het scenario totdat je op zaterdagmiddag of -avond 'ENDEX' te horen krijgt.

Ook doen we aan steunverlening. Dat is bij ons een uitvraag, dus het is meer een kwestie van wie er wil, in plaats van wie er kan. Over het algemeen hebben we aan inzet geen gebrek.

## ‘Het is bij ons een kwestie van wie er wil, in plaats van wie er kan’

### *Hoe is het om twee banen te combineren?*

Ik merk dat het erg afhangt van hoe soepel je werkgever in de burgermaatschappij is. In mijn geval is vrij krijgen best moeilijk, terwijl ik niet per se een essentiële baan heb. Sommige anderen hebben regelingen vanuit het werk, waardoor het voor hen heel makkelijk is om vrij te krijgen. Omdat ik ga verhuizen ben ik nu op zoek naar een andere baan, en voor mij is

het nu een harde eis dat ik daar meer vrijheid krijg om dingen voor Defensie te doen. Ik ben nog aan het zoeken, maar een beleidsfunctie bij de gemeente of overheid lijkt me interessant. Ik zoek ook op vacatures bij Defensie binnen mijn vakgebied.

### *Hoe pas jij je kennis toe bij Defensie?*

Mijn vakgebied is de prestatiepsychologie, en ik denk dat we daar nog veel winst in kunnen behalen. Je kan mensen bewuster maken van gedachtepatronen, van de noodzaak van een opgeruimde omgeving en van de beweegredenen waarom ze dingen doen. Als je mensen leert hoe ze hun aandacht kunnen verleggen, kunnen zij taakgerichter werken.

Als je kijkt naar militaire opleidingen kan ik bijvoorbeeld iets zeggen over slaapdeprivatie. Wat is het doel daarvan en wanneer passen we dat toe? Zit slaapdeprivatie het opnemen van informatie niet te veel in de weg? Als kader binnen ons peloton zijn

wij enigszins vrij in hoe we zulke dingen kunnen indelen. Als ik iets voorstel op basis van mijn kennis, staan ze daar vaak open tegenover. Maar ik zou mijn kennis het liefst nog veel meer inzetten, en op een hoger niveau, om meer mensen te helpen zichzelf te verbeteren.

### *Hoe pas je je militaire skills toe in het dagelijks leven?*

Wat je leert bij Zelfhulp & Kameradenhulp (ZHKH), en het feit dat je dat blijft herhalen, geeft een prettig gevoel. Security questioning is ook nuttig. Wanneer je iemand verdacht gedrag ziet vertonen, dan kan je open vragen stellen om te zien hoe iemand reageert. Als iemand dan bijvoorbeeld vragen ontwijkt of niet kan beantwoorden, kan dat een indicatie zijn dat er iets niet klopt. Security questioning hoeft niet gericht te zijn op terrorisme. In zijn algemeenheid wordt het gebruikt om twijfels weg te nemen, dus je kan het ook toepassen in je dagelijks leven met een ander soort vragen.





### *Wat vind je het mooiste van je werk bij Defensie?*

Hoe lang heb je? Haha. Ik vind een goed lopende MDO het mooiste dat er is. Wanneer iedereen goed in het plaatje zit en je goed kan samenwerken. Omdat wij burgerbanen hebben, kunnen we niet altijd in organieke groepen werken. Wanneer dat wel kan, merk je dat het toch wat lekkerder loopt, dat iedereen zijn plek wat beter kent. Dan denk je echt: kijk, dit is nou wat wij kunnen als reservisten.

Verder vind ik de kameraadschap heel mooi. Tussen de reservisten zitten mensen uit allerlei onderdelen van de samenleving, die elkaar normaal misschien nooit zouden spreken. En toch schieten we goed met elkaar op.

### *Wat vindt je omgeving van je werk bij Defensie?*

Zeker nu met het oog op de spanningen bij de oostgrens, merk ik dat er steeds meer waardering komt voor het werk dat wij doen. En ik merk dat mensen er zelf ook vaker interesse in hebben. Toen ik begon als reservist hadden mensen toch een bepaald voor-

oordeel. Ze vonden het spannend, maar nu ze zien wat wij hier doen, wordt die spanning voor een groot deel wel weggenomen.

Voor mezelf vind ik het niet perse spannend. Je hebt ervoor getekend. Ik denk dat de meeste militairen er zo in staan: je hebt liever niet dat het gebeurt, maar als het gebeurt, dan sta je er. Ik vind het wel spannend voor de samenleving. Want dat ik hiervoor gekozen heb, betekent niet dat dat voor iedereen geldt.

## **‘Je hebt liever niet dat het gebeurt, maar als het gebeurt, dan sta je er’**

Van beroepsmilitairen krijg ik verschillende reacties. Soms hoor je: jullie zijn gewoon weekendsoldaten, eigenlijk hebben we niks aan jullie. Terwijl anderen het top vinden dat wij er zijn, omdat

ons werk de beroeps verlicht, die zich daardoor kunnen focussen op andere taken. Daarnaast brengen reservisten vakgebieden met zich mee, die normaal in de burgermaatschappij zouden blijven. Zo krijg je meer kennis in de organisatie.

Er zijn nu grote veranderingen die alles nog professioneler maken en dat helpt voor ons imago. Je merkt aan het personeel dat de mindset er is. Iedereen wil het liefst hard werken en meer doen.

### *Wat kan er nog verbeterd worden?*

Het voelt alsof wij achtergesteld worden in materieel. Natuurlijk is het budget op een gegeven moment op. En zeker met het oog op de spanningen aan de oostgrens, snap ik dat er op dit moment anders geprioriteerd wordt. Maar het is niet alsof wij geen taakstellingen hebben en alsof wij pas aan de beurt zijn wanneer de rest er niet meer is. Wij hebben ook taken, en als je dan bijvoorbeeld porto's tekortkomt, dan is dat zonde. Maar ik heb het idee dat dit probleem bij veel eenheden speelt, niet alleen bij ons.

Ik hoor helaas ook vaak dat mensen het selectieproces tot reservist zo lang vinden en daar zijn we al mensen op verloren. Ik snap ook dat je daarin afhankelijk bent van personeel en beschikbaarheid. In elk geval hoop ik dat we meer mensen bij de reservisten kunnen krijgen. Ook bij de beroeps uiteraard, maar niet iedereen wil naar de beroeps. Reservist zijn is dan een mooie middenweg en het kan een springplank zijn naar een beroepsfunctie.







**BBTV**

# Dé vakbond voor jonge militairen

De BBTV voert samen met de VBM (de grootste defensievakbond van Nederland) overleg met Defensie over allerlei zaken die ook jou aangaan. Denk bijvoorbeeld aan je salaris! Hoe meer leden zich aansluiten, hoe sterker we staan. Om de contributie hoeft je het niet te laten (€11,14 t/m 22 jaar, daarna €11,93). Bovendien heb je als lid recht op vele kortingen, waardoor je je lidmaatschap er al snel uit hebt.

Dit zit er o.a. in je BBTV-lidmaatschap:

- Unieke 24/7 Ongevallenverzekering
- Professionele juridische bijstand
- Gratis letselschade-advocaat
- Korting op autoverzekering
- Korting op notaris
- Hoge kortingen op A-merken in onze webshop

**Word vandaag nog lid! Kijk op: [BBTV.nl](http://BBTV.nl)**

# WIJ LATEN NIEMAND ACHTER

# Natalie van Os

Natalie van Os is één van de juristen van de BBTv. In deze rubriek beantwoordt zij veelgestelde vragen. Deze keer gaat het over de vergoeding voor woon-werkverkeer.

## VRAAG: 1

Hallo Natalie, ik ben korporaal en was van maart 2022 tot maart 2024 in Assen geplaatst. Ik woonde niet dichtbij en kreeg een woon-werkverkeervergoeding. Sinds april 2024 ben ik elders geplaatst, nog geen 10 kilometer van huis. Nu kreeg ik begin juni 2024 ineens een brief thuisgestuurd, met daarin een aangekondigde terugvordering. Ik zou onterecht een woon-werkverkeervergoeding hebben ontvangen. Daar ben ik niet blij mee. Ik dacht dat mijn woon-werkvergoeding vanzelf aangepast zou worden naar mijn nieuwe situatie.

## ANTWOORD:

Bij een wijziging van jouw plaatsing moet je zelf doorgeven dat de tegemoetkoming woon-werkverkeer stopgezet moet worden. Dit heb je niet gedaan. Omdat je op je loonstroken kon zien dat je een woon-werkverkeervergoeding ontving, kon je weten dat je te veel kreeg. Daarom kan Defensie het bedrag terecht terugvorderen, tot 2 jaar na de dag van uitbetaling.

## VRAAG: 2

Stel, je hebt een ander adres opgegeven, om voor een hogere woon-werkverkeervergoeding in aanmerking te komen. Daardoor ontving je in de periode 2020-2022 te veel. Dat is inmiddels 2 jaar geleden. Hoef je dan niet terug te betalen? Ik vraag dit uiteraard voor een vriend.

## ANTWOORD:

Ook deze vriend zal terug moeten betalen. De termijn van 2 jaar is weliswaar voorbij, maar de vordering is door zijn toedoen ontstaan. Hij heeft namelijk bewust een ander adres opgegeven om voor een hogere te-







gemoetkoming woon-werkverkeer in aanmerking te komen. In zo'n geval kan Defensie tot 5 jaar na de dag van uitbetaling terugvorderen.

### **VRAAG: 3**

**Ik kan het bedrag niet in één keer terugbetalen, want het is best hoog. Daarbij heb ik vaste lasten, zoals mijn hypotheek en de betaling van mijn lease-auto. Zijn er mogelijkheden om in delen terug te betalen?**

#### **ANTWOORD:**

Ik raad je aan Defensie te benaderen en te vragen of ze met jou een terugbetalingsregeling kunnen afspreken, zodat je de vordering in termijnen kunt terugbetalen. Let er wel op dat je op tijd reageert op de brief van Defensie. Anders kunnen ze een incasobureau inschakelen en de kosten daarvan worden op jou verhaald.

#### **Maak op tijd bezwaar**

Mocht je op jouw loonstrook een terugvordering zien, dan kun je binnen 6 weken tegen deze loonstrook in bezwaar. Als je een besluit ontvangt over een terugvordering, kun je daartegen ook binnen 6 weken bezwaar maken. Neem in beide gevallen contact met ons op, zodat we je kunnen adviseren.

#### **Check je loonstrook**

Ook bij het stopzetten van toelagen, of andere financiële tegemoetkomingen, zijn veranderingen vaak het eerst te zien op je loonstrook. Dus mocht er op je loonstrook iets niet kloppen, houd dan de bezwaartermijn in de gaten en neem op tijd contact met ons op.

Voor vragen over jouw loonstrook kun je terecht bij het Dienstencentrum Human Resources, telefoonnummer 0800 – 22 55 733 (optie 3 voor personeelsvragen). Je kunt ze ook mailen: [SALARIS.DCHR@mindef.nl](mailto:SALARIS.DCHR@mindef.nl).

## **Heb jij ook een vraag voor Natalie?**

Neem dan contact op via telefoonnummer 070 315 51 11 (optie 1 in het keuzemenu ) of per e-mail via [bbtv@mijnvbm.nl](mailto:bbtv@mijnvbm.nl).



## DE REDACTIE TIPT

### De nieuwste releases onder de loep

#### TOT OP HET BOT

Wat gebeurt er achter de hekken van de Van Ghentkazerne? Sinds 11 juli is dat te zien in de tentoonstelling 'Tot op het Bot' in het Mariniersmuseum in Rotterdam. Deze expositie biedt een mooie blik achter de schermen van de locatie waar mariniers al decennialang hun eerste militaire training ondergaan.

De tentoonstelling vangt het opleidingsproces van mariniers door de blik van fotograaf Rob Poortvliet. Tussen 2019 en 2022 trok hij op met verschillende lichtingen op de Van Ghentkazerne en ging mee op



Foto's: Rob Poortvliet



bivak. Zo kon hij het doorzettingsvermogen en de kameraadschap haarscherp vastleggen. Zijn fotomateriaal wordt aangevuld met indrukwekkende verhalen van instructeurs en cursisten.

Bezoekers van de tentoonstelling volgen hetzelfde pad als een marinier in opleiding, van de eerste dag op de kazerne tot de final exercise. Ze ervaren de verschillende oefeningen en uitdagingen die de dertig weken van de opleiding kenmerken. Met als afsluiting natuurlijk de laatste mars terug naar de kazerne.

#### DE ECHO VAN MH17



Inmiddels is het meer dan 10 jaar geleden dat de wereld werd opgeschrikt door het neerhalen van vlucht MH17 boven Oekraïne. Op 17 juli 2014 kwamen alle 298 passagiers, waaronder 196

Nederlanders, om het leven. In de documentaireserie De echo van MH17 bespreken nabestaanden en betrokken professionals de belangrijkste momenten van de 10 jaar na de ramp.

De docu is te bekijken op NPO Start. Ook is er een gelijknamige podcast uitgebracht op de bekende podcastkanalen.





## DE REDACTIE TIPT

### BOEK: VELDHEREN

Onder welke omstandigheden ontstaat oorlog, hoe eindigt een oorlog en wanneer blijft het alleen bij spanningen? In het boek *Veldheren* geven de makers van de gelijknamige podcast antwoord op de vraag hoe oorlog werkt. Generaals buiten dienst Mart de Kruif en Peter van Uhm

delen persoonlijke verhalen, voorbeelden uit de geschiedenis en inzichten op basis van recente ontwikkelingen.

*Veldheren* is te koop bij de (online) boekhandel.



### OXEN: HANGDOGS

In deze Deense misdaadserie volg je het verhaal van Niels Oxen, de meest gedecoreerde oorlogsheld van Denemarken. Tijdens een missie ziet hij een medesoldaat sterven door verkeerd handelen van zijn leidinggevende. Terug in Denemarken probeert Oxen de dood van zijn collega te onderzoeken, maar dat wordt hem niet in dank afgenomen. Terwijl hij worstelt om weer een normaal leven op te bouwen, wordt hij oneervol ontslagen en trekt hij zich terug in de bossen. Wanneer er daar een moord plaatsvindt, wordt Oxen ten onrechte beschuldigd. Gelukkig gelooft Frigg Mossmann, het hoofd van de inlichtingendienst, in zijn onschuld. Zij betreft hem bij haar onderzoek naar een complot dat reikt tot aan de politieke top.

*Oxen Hangdogs* is te bekijken op NPO Plus.

### EXPLODING KITTENS



De aarde verkeert in een kritieke toestand. Om weer in contact te komen met de mensheid, wordt God ontslagen en gedropt op de aarde. Hij belandt echter in het lichaam van een dikke huiskat. Op aarde probeert God een disfunctionele familie te helpen met hun problemen, maar als kat wordt hij constant afgeleid door dingen als laserpointers. Daarnaast bereikt een eeuwigdurend conflict nieuwe hoogten wanneer God de confrontatie aangaat met de duivel. Die is ook naar de aarde gestuurd, maar dan in het lichaam van de kat van de burens.

*Exploding Kittens* is te zien op Netflix.





### 41.000 kcals in twee dagen

De Britse avonturier Ross Edgley wilde voor een documentaire de calorie-inname van een tijgerhaai nabootsen. Hij at meer dan 41.000 kcals verspreid over twee dagen, waardoor hij 10 kg aankwam. Edgley's enorme maaltijd bestond onder andere uit hamburgers, pizza's, Engelse

ontbijten, mass-gainer shakes en 7 liter vla. Toch kan hij de eetlust van een tijgerhaai niet evenaren. Tijgerhaaien kunnen hetzelfde aantal kcals namelijk al binnenkrijgen met twee hapen van een walviskarkas.

Bron: AD

### Barefoot Dutchman breekt wereldrecord

De Nederlandse oorlogsveteraan Anton Nootenboom legde in 175 dagen ruim 3.450 kilometer af op blote voeten. Daarmee heeft hij het wereldrecord gebroken. Het oude record van 3.409,75 kilometer stond op naam van de Pool Pawel Durakiewicz. Nootenboom begon op 17 februari vanuit Santa Monica Beach in Californië met zijn tocht. Hij loopt nog 1.700 km door naar New York. Bron: NU.nl



### Politie betrapt inbreker die frikandellen bakt

In Etten-Leur (Noord-Brabant) is een inbreker betrapt terwijl hij frikandellen aan het bakken was. Dat gebeurde in de nacht van woensdag 31 juli op donderdag 1 augustus. De politie ging na een inbraakmelding de woning binnen, waar de frituurpan nog aanstond. De verdachte is aangehouden en de frikandellen zijn meegenomen als bewijsmateriaal.

Bron: NU.nl



Foto: Instagram Politie Weerijis

### Uitgeschakeld vanwege je geslachtsdeel op Olympische Spelen

Tijdens de Olympische Spelen miste de Franse polsstokhoogspringer Anthony Ammirati de finale doordat hij met zijn geslachtsdeel bleef haken aan de dwarslat. Een pornosite zag zijn potentie en bood hem 250.000 dollar aan voor een webcamshow van 60 minuten. Het lijkt onwaarschijnlijk dat Ammirati op het aanbod ingaat.

Bron: Telegraaf







**Majoor Andries van den End**

CC Ststcie 11 Luchtmobiele Brigade GGJ



**Generaal-majoor Robert Adang**

Plaatsvervangend Commandant Luchtstrijdkrachten

# De rondvraag

## Defensiemedewerkers stellen elkaar vragen



**Majoor Van den End**

Beste generaal-majoor Adang,  
"Heeft uw eenheid de beste middelen om de taak in het hedendaagse/toekomstige conflict optimaal uit te voeren?"



juni 2024 Gelezen ✓

**Generaal-majoor Adang**

Beste majoor Van den End,

"Als het gaat om de beste middelen staan we er als luchtmacht goed voor. In de laatste tien jaar is vrijwel al ons materieel gemoderniseerd en andere systemen worden de komende jaren vervangen door state-of-the-art vliegtuigen en helikopters. Daarnaast investeren we in nieuwe innovatieve capaciteiten voor lucht en ruimte. Dat is belangrijk; als relatief kleine luchtmacht moeten we het in de eerste plaats hebben van kwaliteit in plaats van kwantiteit. De beste mensen in de beste middelen.

Maar met kwaliteit alleen komen we er niet meer. Zodra een conflict uitbreekt, is het de taak van de luchtmacht om te zorgen voor luchtoverwicht en om samen met de andere krijgsmachtdelen te vechten op zee en land. Dankzij onze moderne middelen zijn we daarbij in staat om snel en slagvaardig te vechten en te winnen. We moeten dat echter ook lang kunnen volhouden. Daar zit momenteel onze grootste uitdaging. We hebben behoefte aan een robuust arsenaal aan gevechtskracht én aan gevechtsondersteunende capaciteiten, inclusief de bijbehorende personele capaciteit die we snel moeten kunnen opschalen als de situatie daarom vraagt. Daar zijn we nog niet, hoewel we met de nieuwe Defensienota weer een stap in de goede richting zetten.

Het is geen geheim dat de wereld is veranderd. De dreigingen om ons heen stapelen zich op. Als krijgsmacht moeten wij klaarstaan om Nederland en Europa te beschermen en bij te dragen aan de collectieve verdediging van het NAVO-grondgebied. Voor deze taak bovenin het geweldsspectrum moeten we niet alleen over de beste middelen beschikken; het vraagt ook het uiterste van onze mensen. Wij als luchtmachters moeten fysiek en mentaal klaar zijn voor de verdediging van ons bondgenootschap, samen met onze collega's van de andere krijgsmachtdelen. Of zoals wij dat noemen: fight tonight, fight tomorrow and fight together!"

September 2024 Verstuurd ✓

**Generaal-majoor Adang**

"Hoe kunnen we er als Defensie voor zorgen dat we nieuwe technologieën sneller kunnen inzetten op het gevechtsveld?"

Stuur door →



### Wil jij reageren op generaal-majoor Adang?

Dat kan door je reactie te mailen naar [bttv@mijnvbm.nl](mailto:bttv@mijnvbm.nl).

NIJMEEGSE VIERDAAGSE



# BLAREN EN BIER



# HET LEVEN OP KAMP HEUMENSOORD

Met 47.000 deelnemers vond van 16 tot 19 juli editie 106 van de Nijmeegse Vierdaagse plaats. Ruim 6400 militairen deden mee. Met 34 nationaliteiten sliepen zij weer op het vertrouwde Kamp Heumensoord. XRcise bracht een bezoek aan het kamp op dag twee van de Vierdaagse.

## Binnenkomst

Tromgeroffel, belgeklingel en orkestmuziek. De militaire deelnemers van de Vierdaagse worden feestelijk onthaald bij binnenkomst op Kamp Heumensoord. De eerste verplichte stop op het kamp is de feesttent. Wie daar binnenstapt, wacht bier en frieten. Maar niet voordat er een act is uitgevoerd. Elk detachement bereidt zijn eigen act voor op zelfgekozen muziek, de ene act nog gekker dan de ander.



Na het ontladen in de feesttent, is het tijd voor ontspanning bij de slaapzalen van de verschillende landen. Even een powernapje op je stapelbed, een verfrissende douche of een voetenbadje. Een militair in sporttenue loopt voorbij met een bak Brinta in zijn hand. “Krachtvoer hé”, zegt hij.



## NIJMEEGSE VIERDAAGSE



### To the rescue!

Terwijl de deelnemers feesten of ontspannen, vinden er achter de schermen van het kamp serieuze werkzaamheden plaats. Zo kreeg de KMar, aanwezig voor het uitvoeren van politietaken, een melding van een vermiste militair. Die is gelukkig weer teruggevonden in een park in Nijmegen.

Naast de KMar is ook de brandweer ISK en ASK van de landmacht aanwezig. Ook zij moeten weleens deelnemers te hulp schieten. Vorig jaar 'redden' ze nog een iemand die zichzelf na iets te veel biertjes had opgesloten op de wc.

### EHBO

In het gezondheidscentrum op het kamp is er een blarenpost en spoedeisende hulp. Op de spoedeisende hulp wordt eerste hulp geboden aan mensen die onwel worden of oververhit zijn.

De gang richting het blarencentrum is druk. Een Nederlandse militair legt uit: "er zijn hier ook Engelse mensen en die lopen aan de verkeerde kant van de weg. Daar lopen we elk jaar letterlijk en figuurlijk weer tegenaan".

De medewerkers op de blarenpost prikken per persoon 40 à 50 blaren per dag. Alleen al op de eerste dag zijn 600 blaren geprikt. Naar verwachting worden dat er op de derde dag 1200. En dat alleen al bij de Nederlandse post.

Naast het bieden van eerste hulp bij ongelukken, worden ongelukjes ook voorkómen. Op de balie van het gezondheidscentrum ligt namelijk een bak met condooms. De militair achter de balie legt uit: "we don't encourage it, but if it happens, we don't want to add to the population here".







# App en game helpen veteranen en vergroten begrip voor PTSS

De sociale onderneming No Worries Company ontwikkelt digitale oplossingen voor veteranen, waaronder een app en een game. Het doel: meer aandacht voor mentaal welzijn en meer begrip voor posttraumatische stressstoornis (PTSS). XRcise sprak met oprichter Hans Nagtegaal en onderzoekers Joost Asselbergs en Irene Berkers.

Hans: “Ik ben bijna 10 jaar beroepsmilitair geweest en ben uitgezonden geweest naar Bosnië en Afghanistan. Nadat ik de dienst uitging in 2010 werd ik depressief. Ik woonde in een stad waar ik bijna niemand kende. Toen het beter ging leek het mij interessant om iets digitaals te ontwikkelen, wat zou kunnen helpen signaleren wanneer en waarom het niet goed met mij ging. Daarmee wilde ik vooral ook anderen helpen. Bij No Worries Company werk ik daaraan, samen met Joost en Irene.

No Worries Company doet drie dingen, die we uiteindelijk aan elkaar willen linken. We hebben de app Unit Victor ontwikkeld, een sociaal-informatief platform speciaal voor veteranen. Daarnaast ontwikkelen we een mental health module die op basis van smartphonedata preventief melding kan maken van iemands mentale welzijn. Ten slotte ontwikkelen we de visual novel Beyond the Battlefield. Dat is een videogame die anderen beter kan laten begrijpen hoe het is om symptomen van PTSS te ervaren.”

## Unit Victor

Hans: “Het gevoel van ergens bij horen is bij de krijgsmacht heel sterk. En als je dan die deur achter je dichttrekt, is het gevoel van ergens niet meer bij horen ook heel sterk. Dat is wel eens moeilijk. De app Unit Victor helpt daarbij door mensen in contact te brengen.”

Irene: “Mensen zitten vaak op social media met schermnamen om privacyredenen. Daardoor is het soms moeilijk voor veteranen om elkaar online te vinden. Unit Victor is een beschermde, veilige omgeving, die alleen toegankelijk is voor veteranen. Daar praat je makkelijker onder je eigen naam over persoonlijke onderwerpen.”

Hans: “Als je de app gedownload hebt, registreer je je met je registratienummer van het Veteraneninstituut. De app geeft je buddy-suggesties op basis van bijvoorbeeld iemands gedraaide missies, opleidingsperiode of eenheid. Er worden veel evenementen in de app geplaatst door veteranenverenigingen, waar-

bij je je kunt aansluiten. Twee Libanonveteranen kwamen ons met de armen over elkaars schouder bedanken voor de app. Via Unit Victor hadden ze elkaar na 40 jaar eindelijk teruggevonden.

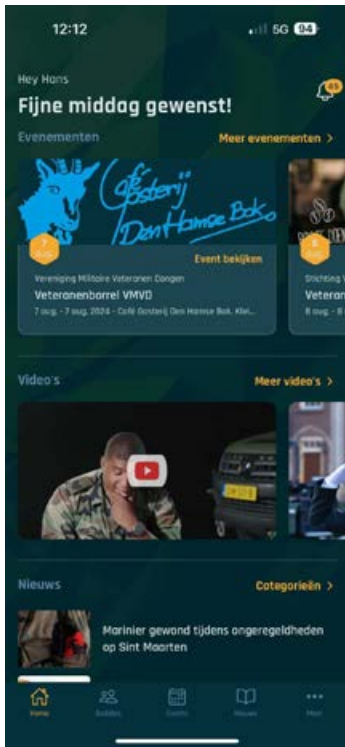


## Gratis app speciaal voor veteranen

- Vind buddies en houd contact
- Bekijk foto's en lees ervaringen van anderen op basis van jouw missies
- Krijg toegang tot exclusieve content, zoals video's en podcasts
- Volg jouw vereniging(en) en blijf op de hoogte
- Luister naar Veteranen Radio







Dat is waar je het voor doet.”

## Smartphonedata

Joost: “Voor onze mental health module onderzoeken we hoe je met smartphonegegevens iemands stemming kunt afleiden. GPS-data kan bijvoorbeeld laten zien of iemand ineens veel vaker thuiszit dan normaal. Dat kan een indicatie zijn dat iemand niet goed in zijn/haar vel zit. Maar voor iedereen werkt dat anders. Daarom ontwikkelen we in het onderzoek voor elk persoon zijn/haar eigen model.”



Hans: “Die modellen willen we integreren in een mental health module, die gebruikers inzicht geeft in hun mentale welzijn. Natuurlijk alleen met toestemming van de gebruiker. De feedback die zij dan krijgen is niet zichtbaar voor ons. De data is gehasht: versleuteld tot een reeks willekeurige symbolen. Alleen de specifieke telefoon van een

Joost: “De hoofdpersoon in het spel is een veteraan met PTSS. Je kunt het spel als een man of vrouw spelen, en aangeven of jouw partner een man of vrouw is. De partner speelt dus ook een rol in het verhaal.

In het begin van het spel loop je tegen symptomen aan, zoals nachtmerries, prikkelbaarheid en



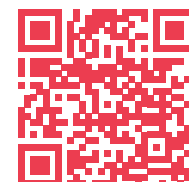
gebruiker kan de data uitlezen.”

## Visual Novel

Irene: “Beyond the Battlefield wordt een game voor mensen die nog niet precies weten wat PTSS inhoudt. Bijvoorbeeld de partner, kinderen of collega’s van iemand met PTSS. Het feit dat PTSS voorkomt bij veteranen, betekent namelijk niet dat iedere militaire collega er automatisch begrip voor heeft.”

herbelevingen. Je kunt het verhaal vervolgens sturen door keuzes te maken. Dat bepaalt uiteindelijk hoe positief het spel eindigt. Niet alle keuzes zijn meteen beschikbaar, omdat je als persoon met PTSS vaak niet reageert op de manier die voor anderen natuurlijk is. In het spel kun je ook kiezen of de hoofdpersoon in therapie gaat en dan leer je over de verschillende therapieën die er zijn. Of je speelt een minigame, waarin je bijvoorbeeld een korte EMDR-sessie doet (eye movement desensitization and reprocessing).”

Naar verwachting verschijnt de game eind 2024 op de website van No Worries Company.



SOF



Nieuws

## Europese special forces werken samen in 'Xalamander'-workshop

In juni deden speciale eenheden uit België, Letland, Litouwen, Finland, Spanje, IJsland, Duitsland en Italië mee aan drie gezamenlijke oefeningen. Daarbij werd getraind in het gevechtsduiken. De oefeningen, samen de Xalamander-workshop genoemd, duurden vier dagen en vonden plaats op verschillende locaties in België.

Het doel van de Xalamander-workshop: beter voorbereid zijn op het doen van interventies in het water. Zo werden de eenheden bijvoorbeeld getraind op het ingrijpen bij een ontvoering. In elk scenario gingen de landen in verschillend verband te werk: zelfstandig, met zijn tweeën of met meerdere landen samen.



Alle deelnemende landen zijn onderdeel van ATLAS. Dat is een netwerk binnen de EU dat bestaat uit special eenheden van de politie en Defensie. Vanuit Nederland is de Dienst Speciale Interventies (DSI) aangesloten bij het netwerk.

Bron: politie.be

## Leapfest 2024 gewonnen door Special Ops Detachment Pacific



Van 19 juli tot 5 augustus vond het jaarlijkse Leapfest plaats in Rhode Island. Leapfest is de grootste en oudste internationale militaire

parachutewedstijd ter wereld. Dit jaar deden 208 deelnemers mee uit 17 landen, waaronder Nederland.

Tijdens de wedstrijd springen parachutisten met een MC-6 parachute vanaf 1500 feet (457 m) hoogte uit een CH-47 Chinook helikopter. Wie het snelst een specifiek deel van de landingszone bereikt, wint.

De militairen doen mee als team, maar worden ook meegenomen

in een individueel klassement. In het teamklassement ging de eerste prijs naar the Pacific Special Operations Detachment (SOD-P). De US Army Special Operations Command eindigde tweede. De allersnelste parachutist van het event was echter een Nederlander. Het individuele klassement werd namelijk gewonnen door een marinier van 23 Raiding Squadron.

Bron: leapfest.com







## Cadillac Sollei

Deze auto ga je natuurlijk nóóit kopen. Sterker nog, we vragen ons af of Cadillac deze concept-car in productie gaat nemen, maar we hopen het wel! Wat een prachtige convertible is deze Cadillac 'Sollei'.

Het is een volledig elektrische 2+2-zitter, die doet denken aan klassieke Cadillacs uit het verleden. De kleur, 'manila cream', werd gebruikt door Cadillac in de jaren 1957 en 1958. De uitvoering is belachelijk luxe – heb je die geïntegreerde drankkoeler nu echt nodig? Maar over de vormgeving en afwerking met onder andere fineerhout, zijn wij enthousiast. Makkelijk inparkeren wordt het niet met een lengte van circa 5,5 meter.

## Nieuwe Citroën C3 Aircross: spotgoedkope SUV

De huidige Citroën C3 Aircross is niet zo'n succes. Het pas gepresenteerde nieuwe model zou daar wel eens verandering in kunnen brengen. De nieuwe C3 Aircross is 4,39 meter lang, 1,79 meter breed en 1,66 meter hoog. Dat levert veel ruimte op: 460 liter bagageruimte voor de 5-zitsvariant. Maar er is ook een 7-zitter, zij het alleen met benzinemotor (1.2 liter 100 pk turbo of 136 pk mild-hybride). De volledig elektrische variant is er alleen als 5-zitter.

De elektrische Citroën C3 Aircross is er vanaf €27.390. De goedkoopste benzine-versie moet op dit moment €25.850 kosten. De uitrusting van die goedkoopste versie is trouwens minder scharrig dan je zou verwachten. Zo heb je een head up display, 6 airbags, parkeersensoren achter, cruise control met snelheidsbegrenzer, een lane departure warning system en verkeersbordherkenning.



# Elektrische hersenstimulatie: science fiction of werkelijkheid?



Een militair krijgt twee elektrodes op de buitenkant van haar hoofd. Door de elektrodes wordt via een apparaatje stroom gestuurd. Twintig minuten lang voelt ze zachte tikjes tegen haar hoofd, terwijl ze wegdroomt bij een video van zwemmende vissen.

Het lijkt misschien op iets uit een science fiction film, maar toch gebeurt het binnen

het Expertisecentrum Militaire Geestelijke Gezondheidszorg (MGGZ). Daar doen onderzoekers Fenne Smits en Karlijn Hendriks onderzoek naar hersenstimulatie bij de behandeling van PTSS.

## Onderzoek BEATS

Bij hersenstimulatie worden bepaalde delen van het brein geremd of geactiveerd met stroom of magnetisme. Binnen het project BEATS onderzoeken Karlijn en Fenne of elektrische hersenstimulatie (met stroom) de effecten van bestaande traumabehandelingen kan versterken.

Karlijn legt uit: “Een deel van de deelnemers aan het onderzoek

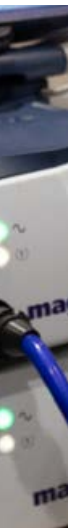
krijgt een reguliere traumabehandeling, het andere deel krijgt daarnaast ook hersenstimulatie. Zo wordt bekeken of traumaklachten méér afnemen bij de groep die hersenstimulatie heeft gehad.”

## Exposure

Iemand die in behandeling is voor traumaklachten, krijgt therapie. Tijdens zo'n therapie worden mensen in een veilige omgeving blootgesteld aan hun traumati-

sche herinneringen.

Fenne zegt: “We denken dat het zo werkt: stel je hebt een negatieve herinnering aan een rode vlag. Doordat je een rode vlag zag op een moment dat je werd aangevallen, link je de rode vlag aan gevaar.” In het geval dat je daar klachten aan overhoudt, wil je de link tussen de rode vlag en gevaar in je brein verbreken. Die link kan je wegnemen door po-





## BEHANDELING PTSS



sitieve herinneringen aan rode vlaggen te maken. Je gaat bijvoorbeeld gezellig picknicken in een park waar een rode vlag hangt. Die positieve herinnering wordt dan toegevoegd aan al je herinneringen met rode vlaggen. “Je kunt een negatieve herinnering niet verwijderen, maar je kunt de vlag wel loskoppelen van het negatieve gevoel.”

### Geheugenprocessen

Bij het opstaan en ophalen van herinneringen vinden veel geheugenprocessen plaats. Met hersenstimulatie kunnen die geheugenprocessen worden beïnvloed. Wat de stimulatie precies veroorzaakt, hangt af van wat het brein op dat moment aan het doen is.

De hersenstimulatie vindt dan ook direct na een therapieessie plaats. Fenne: “Dan heeft iemand net iets nieuws geleerd. Het brein is op dat moment bijvoorbeeld het idee aan het verwerken dat rode vlaggen niet gevaarlijk zijn. Hersenstimulatie zorgt er dan hopelijk voor dat het idee beter blijft hangen.”

### Spannend...

Het kan een spannend idee zijn dat hersenstimulatie je brein beïnvloedt. Karlijn: “Gelukkig zijn er veel veiligheidsonderzoeken naar gedaan. Niets wijst erop dat deze vorm van hersenstimulatie schadelijk is.”

Mensen beseffen ook niet dat je brein zich gedurende de dag

sowieso al aanpast. Fenne legt uit dat er constant nieuwe verbindingen gemaakt worden als je nieuwe dingen leert. “En als je een dubbele espresso drinkt, heeft dat ook effect op je hersenen. Misschien nog wel meer dan hersenstimulatie.”

### Meedoen?



Iedereen die bij de MGGZ in behandeling komt voor traumaklachten, kan met zijn/haar behandelaar overleggen om mee te doen aan het onderzoek BEATS. De eerste resultaten van het onderzoek worden eind 2027 verwacht.

Daarnaast komt er ook een behandeling met magnetische hersenstimulatie beschikbaar voor mensen met depressieve klachten. Die behandeling is al uit de onderzoeksfase en wordt binnenkort aangeboden bij de MGGZ.

Fenne laat zien hoe ze bepaalt hoe sterk een magnetische puls moet zijn, om bij iemand in het brein een reactie te veroorzaken. “In je brein zit een representatie van je hele lichaam. Er is bijvoorbeeld een bepaald stukje in je brein dat je duim aanstuurt. Als ik dat stukje bij Karlijn kan vinden en daar een magnetische puls aan geef, kan ik haar duim laten bewegen.”

### Website

[www.expertisecentrummggz.nl](http://www.expertisecentrummggz.nl)

### Instagram:

@expertisecentrum\_mggz



# NieuwCOMMIT

Al het rijden, vliegen en varen bij Defensie is onmogelijk zonder de medewerkers van COMMIT. Dat zijn er nu ongeveer 7000 en dat worden er steeds meer. Het netwerk NieuwCOMMIT helpt nieuwe en jonge COMMIT'ers zich thuis te voelen en hun netwerk binnen Defensie op te bouwen. XRcise sprak met bestuursleden Emmely Story (voorzitter) en Wouter Specken (vice-voorzitter).

*Emmely werkt als innovatiemanager bij MIND, de innovatie-afdeling van COMMIT. Wouter werkt bij COMMIT als projectmanager CAT-2 bij directie KKW&O (Klein Kaliber Wapens en Optronica).*



Wouter: “Het netwerk NieuwCOMMIT bestaat sinds 2009. Toen heetten we nog JongDMO.”

“Eerst waren we er vooral voor de jonge medewerker, maar we merkten dat een grote groep – de nieuwe medewerkers – niet aan bod kwam”, zegt Emmely. “NieuwCOMMIT is er nu voor alle medewerkers die tussen de 0 en 5 jaar in dienst zijn van COMMIT.

Voor onze leden organiseren we werkbezoeken, lezingen en netwerkborrels. Daarnaast vertegenwoordigen we hen in bijvoorbeeld een DMC (Defensie-onderdeel Medezeggenschapscommissie). Ook gaan wij in gesprek met onze commandant viceadmiraal Jan Willem Hartman en plaatsvervangend commandant generaal-majoor Ludy Schmidt\*. Zo brengen

we de informatie die wij krijgen vanuit onze leden terug de organisatie in.”

In twee jaar tijd groeide NieuwCOMMIT van 480 naar meer dan 1000 leden. “Die groei is logisch, omdat COMMIT zelf onwijs aan het groeien is. Sinds mei heeft NieuwCOMMIT naast het bestuur een activiteitencommissie, zodat we meer activiteiten kunnen organiseren en grotere groepen mee kunnen nemen met werkbezoeken.”

## Activiteiten

“Onze activiteiten hebben zoveel mogelijk raakvlak met het werk dat COMMIT doet, wat natuurlijk erg breed is”, zegt Wouter. Emmely vult aan: “Onze plaatsvervangend commandant zegt altijd: ‘zonder COMMIT rijdt, vaart of vliegt er niets, want COMMIT

levert en voorziet de krijgsmacht van al het materieel en IT’. Er zijn dus veel defensieonderdelen waarmee wij raakvlakken hebben, terwijl we zelf aan de andere kant van het land werken. Wanneer je materieel hebt aangekocht, is het interessant om dat ergens in gebruik te zien. Dan zie je waar je het werk voor verricht.”

## ‘Wanneer je materieel hebt aangekocht, is het interessant om dat ook in gebruik te zien’

“We hebben laatst in Den Helder gevaren op een sleepboot en we zijn recentelijk in samenwerking met JongDefensie bij de Explosieven Opruimingsdienst geweest. Toen hebben ze iets tot ontploffing gebracht. In juli bezochten we met 60 man het Centrum voor Mens en







Luchtvaart en hebben we gekeken bij de G-krachtensimulator. Als alles mogelijk zou zijn zou ik als activiteit eens willen vliegen met een Hercules. Ik zie het al voor me, helemaal vol met NieuwCOMMIT'ers.

Om de leden te informeren over wat er speelt binnen de organisatie, nodigen we voor onze lezingen sprekers uit van verschillende krijgsmachtdelen. Bij COMMIT werken veel burgers, dus hebben we laatst iemand van de NATRES uitgenodigd om te vertellen hoe het is om reservist te zijn." Wouter: "Generaal b.d. Mart de Kruif, onder andere bekend van de podcast Veldheren, heeft ook een lezing gegeven. Onderwerpen kunnen heel actueel zijn."

### Samenwerking

Emmely: "We gaan graag de samenwerking aan met andere netwerken. We willen bijvoorbeeld lezingen met DOSCO Connect organiseren en met Generatie IT. Generatie IT heeft als doel de stem omhoog te halen van medewerkers van JICV, de grote IT-afdeling van COMMIT. Daarnaast organiseren we regel-

matig werkbezoeken samen met JongDefensie."

Wouter: "Het lijkt me ook leuk om internationale samenwerking op te zoeken. Binnen Europa heb je een heel grote inkoop, de OCCAR (Organisation Conjointe de Coopération en matière de d'Armement). Zij doen veel materieelprojecten. Als andere COMMIT-organisaties in Europa vergelijkbare projecten hebben als wij, zou het mooi zijn om bepaalde dingen samen op te pakken. En qua ideeën voor activiteiten – ik ben niet zo'n vlieger, of vaarder. Rijden met een tank, dat zou ik wel vet vinden."

### "Ik zou willen vliegen met een Hercules, helemaal vol met NieuwCOMMIT'ers"

### Landen op je werkplek

Emmely: "Onze netwerkborrels zijn bedoeld om nieuwe medewerkers samen te brengen. Daar kan het over werk gaan, maar dat hoeft helemaal niet. Voor ons zijn dat goede momenten om te horen wat er speelt bij de medewerkers. Vaak gaat het over

onboarding, met andere woorden: hoe mensen zijn gesetteld op hun nieuwe werkplek. Hoe zijn ze ontvangen, hoe worden ze begeleid en hebben ze hun plekje inmiddels gevonden?"

Wouter vult aan: "Het algemene verhaal, heeft iedereen een pasje en telefoon – dat soort dingen zijn vaak goed geregeld. Het zit hem meer in het informele en dat verschilt erg per afdeling. Het ene cluster binnen COMMIT koppelt een nieuwe medewerker aan een buddy, het andere cluster heeft überhaupt de capaciteit niet om hun werk te doen – laat staan om buddy's aan te bieden. De ene nieuwe medewerker weet waar hij/zij aan toe is, de ander wordt in het diepe gegooid. Als wij daarover informatie krijgen van onze leden, kunnen wij de organisatie helpen met het voorkomen van uitstroom. Of we kunnen er simpelweg aan bijdragen dat mensen fijner naar hun werk gaan. Wij hebben daarin een adviserende rol, het oppakken daarvan is uiteindelijk aan o.a. de commandant."

Emmely: "Over het algemeen gaat de onboarding gelukkig prima. Zelf ben ik ook goed ontvangen en begeleid. En doordat ik na twee maanden al in het bestuur van NieuwCOMMIT terechtkwam, leerde ik de organisatie snel kennen. Door NieuwCOMMIT voelde ik me ergens tot verbonden."

### Ook lid worden van NieuwCOMMIT?

Mail naar [nieuwcommit@mindef.nl](mailto:nieuwcommit@mindef.nl). Aan het lidmaatschap zijn geen kosten verbonden.



### Nieuwe VSHORAD MANPADS van MBDA

De Europese wapenfabrikant MBDA heeft op de Farnborough International Airshow voor het eerst hun nieuwe VSHORAD (Very Short Range Air Defence) MANPADS (Man Portable Air Defence System) gepresenteerd. Het systeem is ontwikkeld voor het Italiaanse leger en is ook klaar om op de markt te worden gebracht.



De nieuwe VSHORAD-raket is een supersonische, fire and forget interceptor, uitgerust met een zoeker met beeldverwerkingsmogelijkheden. Hij kan ingezet worden tegen jachtvliegtuigen, helikopters en kleine drones. Op de Airshow was

het MANPADS-systeem geïntegreerd in de turret van een Iveco Light Multirole Vehicle.

Het VSHORAD-systeem is draagbaar, geschikt voor parachutisten en amfibische troepen.

### ORCHESTRIKE



Illustratie: MBDA

MBDA had nog meer nieuws op de Farnborough International Airshow: door middel van een simulator werd het Orchestrike-systeem gepresenteerd. Dit systeem maakt gebruik van AI (artificial intelligence) om de inzetmogelijkheden van SPEAR-kruisraketten te verbeteren. Het maakt een efficiënte coördinatie met de vlieger vanuit het lanceervliegtuig mogelijk en stelt de SPEAR-raketten in staat om te reageren op bedreigingen en effectief samen te werken om tactische uitdagingen op te lossen.

Met de simulator werd een aanval gesimuleerd, waarbij raketten in real-time gezamenlijk reageren op ontwikkelingen in een tactische situatie, dankzij de AI-technologie van Orchestrike.

De raketten zijn in staat bewegende doelen aan te vallen onder alle weersomstandigheden en op grote afstanden. Volgens MBDA zou een F-35 tot 8 SPEAR-raketten in zijn wapenruimten kunnen vervoeren.

### UITROL RADIO'S

Defensie is begonnen met de uitlevering van 8.000 nieuwe radio's. Er worden radio's (type PNR-1000) en bijbehorende 'raptor'-tablets uitgegeven. Militairen die een radio ontvangen, krijgen binnen hun eigen eenheid een training.

Naar verluidt bestaat zo'n 80% van radioverkeer uit vragen zoals 'wat is je positie?' en 'ben je er al?'. Op de raptor tablet kunnen kaarten worden geüpload waarop precies zichtbaar is waar eenheden zich bevinden.

Voertuigen krijgen op termijn ook een radio en een raptor, waardoor eenheden, eenmaal uitgestegen, altijd contact houden. Ook wordt een koppeling gemaakt met het Battlefield Management Systeem in het voertuig.

De verhoogde geluidskwaliteit zorgt bovendien voor meer veiligheid, omdat je 'gewoon' met elkaar kunt praten en dus minder hoeft te schreeuwen.  
bron: Materieelgezien





# Militaire



# Horoscoop

Navigeer op de sterren, pak je nachtkijker erbij en zie wat de kosmos voor jou in petto heeft. Krijg jij deze maand een extra pakje fruitbiscuitjes in je WOL-pakket, of toch geluk in de liefde? Informatiegestuurd en op basis van dreigingsanalyses, toont de Militaire Horoscoop wat er in de sterren geschreven staat.

In elke editie van de XRcise komen andere sterrenbeelden aan bod.



### **Waterman (20/1 - 18/2)**

Als waterman heb jij er geen problemen mee om kopje onder te gaan. Bij Defensie is er onderwater gelukkig genoeg te doen, zoals het ruimen van explosieven, het repareren van schepen of het helpen bij ongelukken. De stille kracht van de maan zal de komende tijd de stromingen in het water positief beïnvloeden. Dit is dus hét moment om met je hydraulische slijptol, snijbrander en ander duikgereedschap de diepten te trotseren.



### **Vissen (19/2 - 20/3)**

Je bent het zat om alleen te zijn en zou graag een leuke partner aan de haak slaan. Maar om iemand binnen te hengelen moet je natuurlijk wel het juiste lokaas gebruiken. Laat je stoerste strijdkreet horen of stel een etentje bij Paresto voor. Zorg ervoor dat je er representatief bijloopt, maar vis vooral niet naar complimentjes. Wie weet spetteren de vonken er binnenkort vanaf.



### **Ram (21/3 - 19/4)**

Door een zonsverduistering op Jupiter heb jij deze periode last van een slechte nachtrust. Weer lig je in je slaapzak in het veld schaapjes te tellen, terwijl je buddy zachtjes ligt te snurken. Laat je niet jaloers maken door zijn vredige ademhaling. Gebruik die nachtelijke uurtjes liever om grootse plannen uit te werken voor de besteding van je oefentoeelage.





Door SGTODVB Bas Hoekstra (Esports)

Preview:

## Sid Meier's Civilization VII



Foto's Civilization VII: 2K Games

Heb je tijdens het spelen van Kolonisten van Catan ooit gedacht: "Goh, het zou mij handig uitkomen als ik nu een atoombom op jouw handelsroutes kon gooien"? Het is misschien een drastische aanpak, maar hey... dan weet je wel zeker dat er daar voor de komende tijd geen handel meer plaatsvindt.

Het is wat kort door de bocht om Civilization VII te vergelijken met Catan. Civilization is veel uitgebreider, maar in de basis is het idee hetzelfde: sticht een nederzetting, verzamel goederen uit de omgeving en zet handelsroutes op.

Civilization onderscheidt zich doordat het vele malen verder gaat dan grondstoffen, handels-

routes en je riddermacht. Het spel neemt je mee door de tijd, specifiek door de oudheid, de tijd van de ontdekkingsreizigers en de moderne tijd. Je begint met een eerste nederzetting in 2000 voor Christus en je eindigt ergens 4000 jaar later.

In tegenstelling tot vorige edities lijkt het erop dat je in dit nieuwste deel geen ministers hebt waar je ontwikkelingspunten in kunt steken. In plaats daarvan ontwikkel je de leider. Ook verandert de manier waarop jouw land zich ontwikkelt. Daar waar je in vorige games één specifiek land koos en daar de hele pot mee speelde, is er nu meer sprake van ontwikkeling. Zo kun je beginnen met Rome en eindigen als Engeland.

**Ik praat je erdoorheen**  
Weleens Game of Thrones gekeken? Brianne of Tarth (de lijfwacht van Jaime Lannister), of eigenlijk actrice Gwendoline Christie, staat je bij als verteller in het spel. Je krijgt regelmatig filmpjes te zien en teksten te horen tijdens het ontdekken van technologieën en culturele ontwikkelingen. De vorige verteller in Civilization was overigens ook een Game of Thrones-acteur, namelijk Sean Bean (Ned Stark).



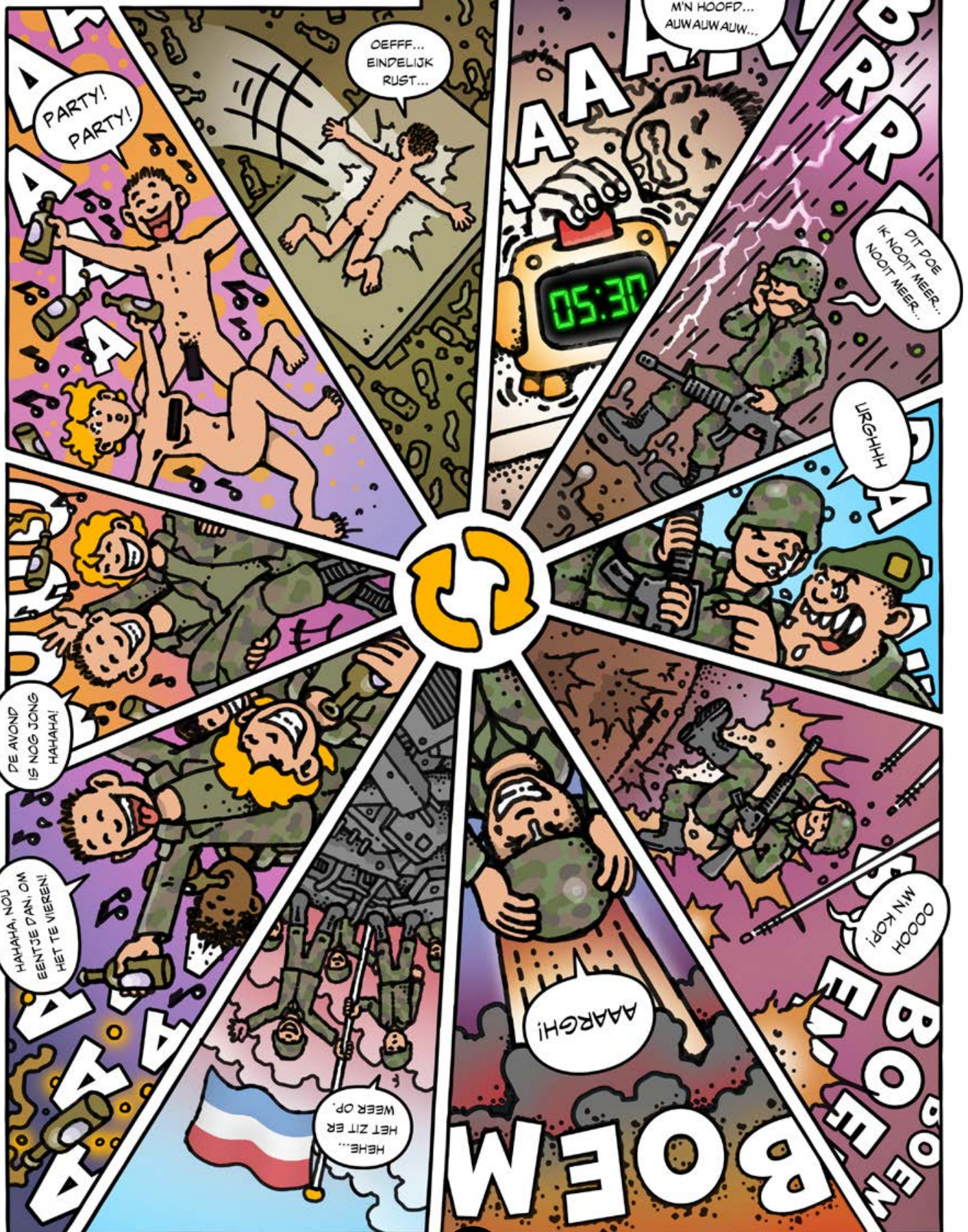
Foto: Gage Skidmore

Civilization VII komt uit op 11 februari 2025 voor de PS5, PS4, Nintendo Switch, Xbox series S, X en One en voor de PC (via Steam en de Epic Games Store).





# ZANDHAZEN





XXX



## Geen achteruitgang in salaris



Een reservist die overging naar het beroepspersoneel kreeg te maken met een forse achteruitgang in salaris. De BBTv heeft dit lid succesvol bijgestaan bij het regelen van een overbruggingstoelage. Deze toelage is te vinden in artikel 9 van het Inkomstenbesluit militairen. Bij de berekening werd uitgegaan van het gemiddelde salaris als reservist over de laatste drie maanden ('referteperiode'). Als reservist (sergeant KL, trede 7) verdiende de militair veel meer dan wat hij als beroepsmilitair tijdens de initiële opleiding en na afronding daarvan (sergeant KLu, trede 3) zou gaan verdienen. Dit verschil wordt hem in de vorm van een overbruggingstoelage toegekend. Deze toelage stopt zodra het gemiddelde salarisniveau als reservist is bereikt.



LID WORDEN VAN DE BBTv?  
**DAAROM!**

