

XRcise

Wat staat er op je loonstrook?

De BBTV geeft uitleg

OPCO-wissel

Hoe werkt de overstap naar een ander krijgsmachtdeel?

Eerste DK HYROX

Kracht en conditie op de proef



06

Op 17 april vond het allereerste defensiekampioenschap (DK) HYROX plaats in Rotterdam Ahoy. HYROX is een indoor sportcompetitie bestaande uit 8 vaste fitnessoefeningen, met steeds 1 km hardlopen tussendoor.



10

Een helikoptervlieger wil overstappen van de Koninklijke Luchtmacht naar de Koninklijke Marine. Wat moet je regelen als je van OPCO wil veranderen en wat zijn de voorwaarden? BBTV-jurist Natalie van Os geeft antwoord.



22

Via het IKB – het Individueel Keuzebudget – kun je je ‘IKB-potje’ gebruiken om je vakbondscontributie mee te betalen. Dit levert een fiscaal voordeel op. Hoe doe je dit?

 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@IJNVBM.NL ■ Internet: 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?

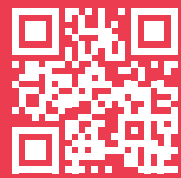
Geef dit door via LEDENADMINISTRATIE@IJNVBM.NL

Verspreiding

Gratis op huisadres voor leden.

ISSN: 1389-210X | Oplage 9.000

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 VOORDELEN BBTV**
- 5 KORT NIEUWS**
- 6 FIT FOR ACTION**
- 10 VRAAG HET NATALIE**
- 12 KORTE BERICHTEN**
- 13 ONGEVALLLENVERZEKERING**
- 14 MATERIEEL**
- 16 NAVO**
- 18 LOONSTROOK**
- 20 KAZERNEPRAATJE**
- 22 UITRUIL CONTRIBUTIE**
- 24 OK STRANDLOOP**



- 26 DE REDACTIE TIPT**
- 28 SOF NIEUWS**
- 29 MILITAIRE HOROSCOOP**
- 30 GAME BASE**
- 31 ZANDHAZEN**
- 32 ECHTE VERHALEN**

Zon, zee, strand

De zomervakantie staat voor de deur! Velen hebben een deel van het spaargeld klaarstaan om te besteden aan vakantieplannen. Misschien heb jij je IKB wel laten uitbetalen om deze zomer weg te gaan, of heb jij je oefentoeelage opzijgezet om vliegtickets te kopen naar je droombestemming. Meer inzicht krijgen in hoe jouw inkomsten zijn opgebouwd en welke componenten er allemaal op jouw loonstrook staan? Check dan de voorbeeldloonstrook voor uitleg bij alle onderdelen (p. 18).

Of je nu droomt van ontspannen dagen in de zon, fanatiek blijft trainen voor een HYROX-race (p. 6), een extra rondje gaat hardlopen over het strand (p. 24) of juist de koffers pakt: de zomerperiode biedt alle ruimte om leuke dingen te doen. En mocht je na die welverdiende vakantie nog wat van je salaris over hebben: misschien zit er nog wel een nieuwe outfit voor die HYROX-race in.

Veel leesplezier!

Namens de redactie,
Daphne de Vos



LEDENVOORDEEL

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 (€11,92 t/m 22 jaar, daarna €12,77). 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:

- Professionele juridische bijstand
- Letselschadeadvocaat
- Korting op autoverzekering
- Korting op notaris
- Hoge kortingen op A-merken in de VoordeelWinkel

Word vandaag nog lid! Kijk op: [BBTV.nl](https://www.bbtv.nl)

WIJ LATEN NIEMAND ACHTER

Check je loonstrook bij ontslag!

Word je ontslagen, dan gebeurt dat door middel van een schriftelijk ontslagbesluit. In de maand na het ontslag volgt er dan nog een nabetaling van onder andere de overgebleven vakantiedagen. Een ontslag is niet altijd te vermijden. Maar het is zeker verstandig om te checken bij onze helpdesk of de opzegtermijn is nageleefd. En het is ook verstandig om de loonstrook met daarop de vergoeding voor overgebleven vakantiedagen naar ons toe te sturen. De vergoeding die Defensie daarvoor betaalt, is nog altijd te laag. Daar kunnen we bezwaar tegen maken.

Wanneer krijg ik mijn salaris?

Defensie betaalt de salarissen op:

- vrijdag 24 juli 2026
- maandag 24 augustus 2026

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

Korting voor leden via Alleo

Als lid van de VBM/BBTV heb je toegang tot exclusieve kortingen en aanbiedingen op allerlei merken, producten en tickets, zowel online als offline. Voorheen was dit geregeld via Vip District. Sinds 1 juni 2026 is Vip District overgestapt naar Alleo.

Wat betekent dit voor jou?

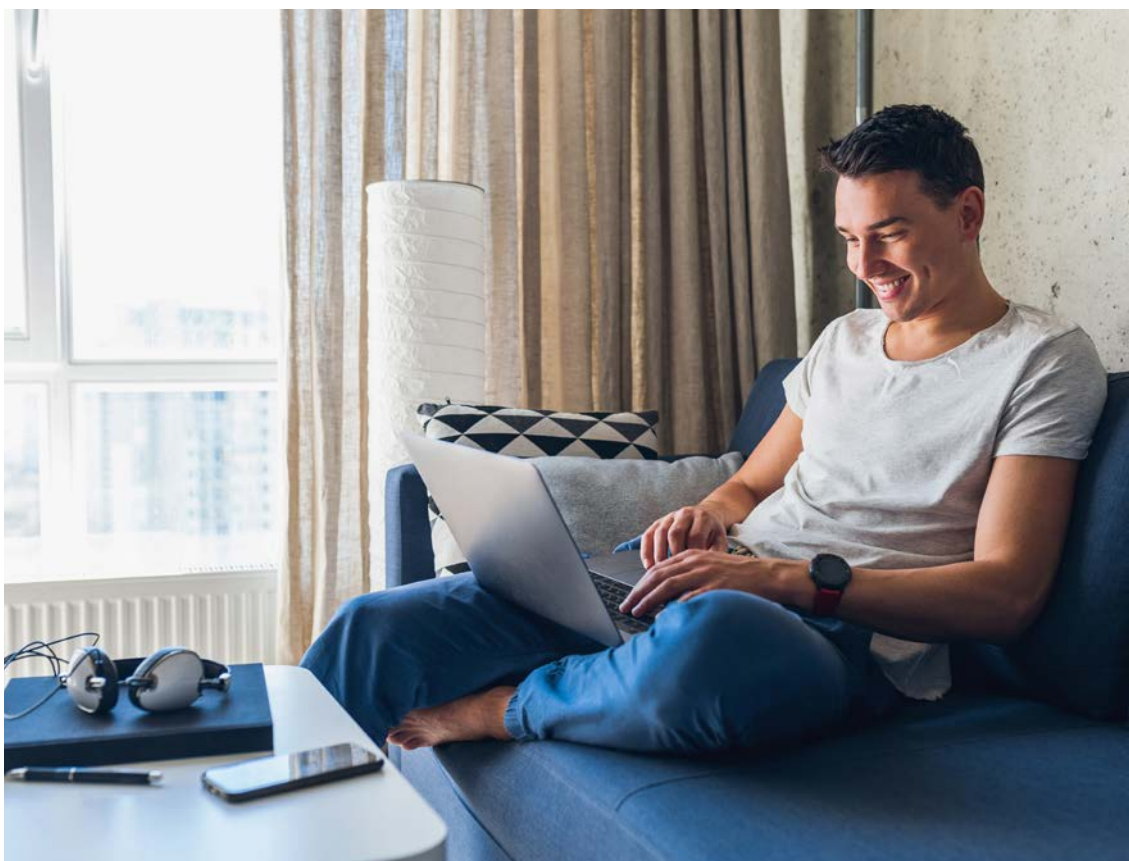
Leden die nu geregistreerd zijn bij Vip District krijgen automatisch

toegang tot Alleo. Inloggen doe je met het e-mailadres waarmee je bij Vip District geregistreerd staat via de Alleo-app of www.app.alleo.nl. Je ontvangt dan een unieke inlogcode per e-mail. Een wachtwoord is niet meer nodig.

Had je nog geen account bij Vip District? Registreer je eenmalig via de Alleo-app of -website met de activatiecode: `vbmbbtv`

Belangrijk: cashback-tegoed Vip District

Heb je in Vip District nog cashback-tegoed staan? Tot 1 augustus 2026 heb je de tijd om dit over te maken naar je privébankrekening. Na die datum kan je niet meer inloggen op Vip District en is het tegoed niet meer opvraagbaar.



Eerste DK HYROX: kracht en conditie op de proef



Op 17 april vond het allereerste defensiekampioenschap (DK) HYROX plaats in Rotterdam Ahoy. HYROX is een indoor sportcompetitie bestaande uit 8 vaste fitnessoefeningen, met steeds 1 km hardlopen tussendoor. Sinds de opkomst van HYROX in 2017 is de sport gegroeid tot een enorme hype, die ook bij Defensie is doorgedrongen.

Het DK HYROX werd georganiseerd door het Bureau Internationale Militaire Sport (BIMS) en de sportcommissie Commando Lucht- en Ruimtestrijdkrachten (CLRS). Het evenement maakte deel uit van de officiële HYROX Rotterdam-editie van 15 tot 19 april, waarvoor zo'n 20.000 atleten zich inschreven. Defensie reserveerde een tijdslot en 500 kaarten, die binnen enkele dagen waren uitverkocht.



Wedstrijndeling

1 km hardlopen

Workout 1: 1 km SkiErg (langlaufen)

1 km hardlopen

Workout 2: 50 m Sled Push (slee duwen), 102 kg voor vrouwen / 152 kg voor mannen

1 km hardlopen

Workout 3: 50 m Sled Pull (slee trekken), 78 kg voor vrouwen / 103 kg voor mannen

1 km hardlopen

Workout 4: 80 m Burpee Broad Jumps

1 km hardlopen

Workout 5: 1 km roeien

1 km hardlopen

Workout 6: 200 m Farmer's Carry (met kettlebells), 2 x 16 kg voor vrouwen, 2 x 24 kg voor mannen

1 km hardlopen

Workout 7: 100 m Sandbag Lunges (met zandzak), 10 kg voor vrouwen, 20 kg voor mannen

1 km hardlopen

Workout 8: 100 x Wall Balls. 4 kg voor vrouwen, 6 kg voor mannen





2





CDS en stas

Bij HYROX kunnen sporters individueel deelnemen (binnen de mannen- of vrouwen categorie) of als tweetal (mannen dubbel, vrouwen dubbel of mix dubbel). Voor deelnemers in de categorie 'mix dubbel' gelden de gewichten zoals vastgesteld voor de mannen. Op het DK streed ook een opvallend buddiespaar: Commandant der Strijdkrachten (CDS) generaal Onno Eichelsheim en staatssecretaris van Defensie Derk Boswijk.

T-shirt verplicht

Majoor Roar Strooper (55), coördinator sportwedstrijden Defensie bij het BIMS: "Waar je ook ter wereld aan een HYROX meedoet, de onderdelen en de volgorde zijn altijd hetzelfde. Het gaat altijd op dezelfde manier met dezelfde regels. Daardoor kan je goed je eigen tijden vergelijken ten opzichte van eerdere races."

"Op het DK volgen wij de officiële HYROX-regels, behalve dat defensiemedewerkers een T-shirt moeten dragen. Dat is bij HYROX normaal niet vereist. Maar je bent hier namens Defensie, namens de organisatie en het BIMS stelt het dragen van shirts verplicht."

Raceplan

Deelnemer Max (25), werkzaam bij Infanterie Bewaken en Beveiligen (IBB), kijkt toe terwijl hij wacht op zijn start. Hij heeft inmiddels al een stuk of zeven HYROX-wedstrijden gedaan, maar voelt zich slecht voorbereid. "Ik ben vier weken op vakantie geweest. Ik heb in Peru gezeten, 3500 meter hoog, dus ik heb in elk geval wel hoogtettraining gehad."

Max hoopt onder de 1:14 uur te lopen. "Op mijn horloge heb ik mijn racestrategie op basis van tijd. Als het groen blijft gaat het goed, wordt het rood, dan is het fout." Aan beginnende HYROX'ers geeft hij de tip: houd je aan een raceplan. "Spaar je energie aan het begin. Je ziet dan veel mensen langs je gaan, maar laat die maar gaan. Later haal jij ze weer in."

Ook majoor Roar Strooper geeft aan dat het belangrijk is je energie goed te verdelen. "Je bent een uur tot anderhalf uur bezig. Bij de Wall Balls op het eind moet je nog 100 keer een bal omhoog gooien, steeds vanuit een squat. Als je dan helemaal leeg bent, is 100 keer heel veel. Tussendoor steeds 1 km hardlopen is voor de meeste mensen niet herstellend, want ook daar geef je gas. Het inschatten en verdelen van je energie en dan toch de snelste zijn, dat is bij een HYROX denk ik het moeilijkst."

No rep

Majoor Roar Strooper: "Bij vermoeidheid kan het uitdagend worden om de volgorde van de workouts in de gaten te houden. En je kan fouten gaan maken in de uitvoering. Bij elke oefening houdt een scheidsrechter dat in

de gaten. Als je bij de Sandbag Lunges met je knieën de grond niet aantikt, dan is het no rep. Ook als je de bij de Wall Balls de bal niet tegen de plaat aangooit of niet diep genoeg squat, is dat een no rep. Dat wordt niet meegeteld. En als je het allemaal over moet doen, dan gaat het niet hard."

Toegankelijk

Als je binnen Defensie wilt trainen voor een HYROX, kun je terecht bij de sportorganisatie van jouw operationeel commando. Majoor Roar Strooper: "Voor HYROX is geen specifiek sportprogramma ingeregeld, maar in principe moet elke sportinstructeur je goed naar een HYROX-wedstrijd toe kunnen begeleiden."

HYROX valt binnen Defensie officieel onder functional fitness, maar volgens majoor Strooper is HYROX toegankelijker. "Je moet voor HYROX wel fit zijn, maar je hebt minder specifieke vaardigheden nodig dan voor andere functional fitness oefeningen, zoals handstandlopen."

Max geeft aan dat de HYROX-community openstaat voor iedereen. "Of je nou hartstikke fit bent, wat minder fit, of minder valide, het maakt niet uit. Ook je tijd maakt niet uit, zolang je het maar haalt." Majoor Roar Strooper: "Ook als je er 2,5 uur over doet, ja, je loopt niemand in de weg."

Bekijk hier de aftermovie:



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 OPCO-wissel.

VRAAG: 1

Ik ben drie jaar in dienst bij de Koninklijke Luchtmacht (KLu) als helikoptervlieger. Ik heb het de afgelopen tijd minder naar mijn zin en zou graag naar een ander krijgsmachtdeel overstappen. Nou begrijp ik dat ze bij de Koninklijke Marine (KM) naar helikoptervliegers op zoek zijn. Gezien mijn opleiding en ervaring, zou ik volgens mij zo kunnen overstappen naar de KM. Wat kan ik nu het beste doen? Moet ik nu eerst ontslag nemen bij de KLu en dan solliciteren bij de KM? Of kan ik dit beter anders regelen?

ANTWOORD:

Ik snap dat je wilt overstappen naar een ander krijgsmachtdeel. Allereerst is het dan niet verstandig om bij de KLu ontslag te nemen. Dat moet je nooit doen. Je hebt op dit moment nog geen zekerheid over een eventuele baan bij de KM. Stel je neemt ontslag bij de KLu en je wordt vervolgens niet aangenomen bij de KM, dan maak je geen aanspraak op een werkloosheidsuitkering. Je bent dan namelijk verwijtbaar werkloos, omdat je zelf ontslag hebt genomen.

Als je van operationeel commando (OPCO) wil ver-

De Nieuwe Procedure voor een OPCO

Door de oprichting van het Dienstencentrum Employability (DCE) is het proces voor een OPCO-wissel vernieuwd om het transparanter en sneller uitvoerbaar te maken.

Belangrijke Uitgangspunten



Altijd in combinatie met
Een OPCO-wissel vereist in beginsel een nieuwe functie beschikbaar is.

Geen belemmering door
Dienverplichtingen of huidige beschikbare geldige redenen om een wissel te maken.

Timing van de wissel
De wissel vindt plaats vóór nieuwe of ná afronding van een inzet.

Het Stappenplan voor de Wissel



1. Verzoek bij het DCE
De militair dient het officiële verzoek voor de OPCO-wissel in bij het DCE



Zendend OPCO



2. Onderling
Het zendende en ontvangende commando afstemmen op de startdatum en functie.

anderen, hoef je dus géén ontslag te nemen. Het is mogelijk om een verzoek om wijziging van jouw bestemming in te dienen. Mocht jouw verzoek onverhoopt worden afgewezen, dan heb je nog in ieder geval jouw baan bij de KLu.

VRAAG: 2

Wat moet je precies doen om over te stappen?

ANTWOORD:

Voorheen diende je een rekest om wijziging van jouw bestemming in bij het eigen OPCO. Sinds 1 januari 2026 is dat anders geregeld en dien je jouw aanvraag in bij het Dienstencentrum Employability (het DCE).

Wil je jouw bestemming wijzigen, dan kun je hiertoe bij het DCE een verzoek indienen op grond van artikel 12a van het Algemeen Militair Ambtenarenreglement. In dat verzoek vraag je om bij een ander operationeel commando te worden ingedeeld. Een andere naam die hiervoor wordt gebruikt, is 'OPCO-wissel'. Je krijgt via het DCE een employabilitybegeleider toegewezen, die jou hierin zal adviseren, ondersteunen en begeleiden.

OPCO-wissel

door
en.

en functie
dat er

verplichtingen
ikbaarheid zijn
af te wijzen.



Opzegtermijn

Niet van toepassing
(geen ontslag-aanname).



Restitutieverplichting

Wordt niet geëffectueerd
door de wissel.



Onenigheid OPCO's

Het DCE neemt het uiteindelijke
besluit over de datum.



Ontvangend
OPCO

Afstemming

Ontvangende OPCO stemmen
de wissel met elkaar af



3. Besluitvorming en Toewijzing

Het DCE besluit over de wissel, waarna het
ontvangende OPCO de functie toewijst

NotebookLM

Naast een besluit op jouw verzoek om een OPCO-wissel, zal er ook een besluit tot functietoewijzing volgen. Het besluit ten aanzien van de OPCO-wissel wordt door het DCE genomen en het besluit tot functietoewijzing wordt, net als voorheen, door het ontvangende OPCO genomen. Verder stemmen de betreffende OPCO's met elkaar af wanneer de OPCO-wissel plaatsvindt en wanneer de nieuwe functievervulling zal starten. Vervolgens lichten zij de betrokken militair in en het DCE. Mochten de betrokken OPCO's er niet uitkomen, dan neemt het DCE de besluitvorming over ten aanzien van de ingangsdatum.

VRAAG: 3

Iemand waarschuwde mij dat een OPCO-wissel waarschijnlijk zal worden afgewezen, omdat ik naast een opzegtermijn nog een restitutieverplichting heb en ik niet beschikbaar ben. Klopt dat?

ANTWOORD:

Nee, dat klopt niet. Een restitutieverplichting of het nog niet beschikbaar zijn mag geen reden zijn voor afwijzing van jouw verzoek om een OPCO-wissel. Ook het hebben van een dienverplichting levert geen reden voor afwijzing op. Verder geldt er géén opzeg-

termijn. Zo is het geen ontslag-aannameprocedure, maar een interne wissel.

In principe worden de verzoeken in basis niet afgewezen. Een harde voorwaarde voor een OPCO-wissel is natuurlijk wel dat er een functie beschikbaar is bij het ontvangende OPCO. Is er geen functie, dan kan een OPCO-wissel niet doorgaan. Verder is er een mogelijkheid dat ze jou de functie bij het andere OPCO pas met ingang van een latere datum toewijzen. De OPCO-wissel gaat dan op een later moment in. Dit kan bijvoorbeeld aan de orde zijn als de taakvervulling door jouw wissel van OPCO in het gedrang komt. Wel moet er dan aan jou perspectief worden geboden met betrekking tot de termijn waarbinnen de functie dan zal worden toegewezen en de OPCO-wissel zal gaan plaatsvinden. Die termijn is maximaal 6 maanden vanaf de in de vacature gegeven datum functievervulling.

Let op!

De OPCO-wissel vindt plaats vóór aanvang van eventueel bij het nieuwe OPCO te volgen opleidingen en ná afronding van een inzet/uitzending! Van de kant van Defensie kan, bij gebleken noodzaak in het belang van de dienst, worden voorgesteld om jou binnen het operationeel commando waarin je werkzaam bent te herbestemmen voor een andere functie/groep van functies. Er moet dan wel instemming van jou zijn. Ook kan er door Defensie worden voorgesteld om jou te herbestemmen voor een ander operationeel commando dan waar je werkzaam bent. Ook dit kan alleen met instemming van jou!

Tip

Mocht jouw verzoek tot wijziging van jouw bestemming worden afgewezen, dan kun je hiertegen binnen zes weken in bezwaar (de bezwaartermijn is 13 weken als je je om dienstredenen in het buitenland bevindt). Informeer ons hier dan tijdig over, zodat we je kunnen adviseren over de haalbaarheid van een bezwaarprocedure.

Heb jij ook een vraag voor Natalie?

Neem dan contact op via 070 315 51 11 (keuzemenu 1) of per e-mail via bbtv@mijnvbm.nl.

De VBM/BBTV zoekt algemeen bestuursleden!

De VBM is op zoek naar enthousiaste bestuursleden die zich willen inzetten voor het defensiepersoneel. We zoeken kandidaten voor een functie in het algemeen bestuur (AB).

We roepen vooral actief dienende collega's (militairen én burgers) op die zich willen inzetten voor het belang van al hun defensiecollega's. Voel jij je betrokken bij het reilen en zeilen op de werkvloer, heb jij een actieve opstelling en voldoende tijd (enkele uren per week) om aan de bestuursfunctie inhoud te geven? Heb je een ruime blik en kennis van de defensieorganisatie? Dan nodigen we je van harte uit om te reageren.



Wat doet het algemeen bestuur?

Het AB bepaalt de koers van de vakbond: het maakt beleid en ziet toe op de uitvoering ervan. Het AB draagt een aantal van zijn taken op aan het dagelijks bestuur (DB). Dit DB is verantwoordelijk voor de dagelijkse gang van zaken binnen de vereniging. Het onderscheid tussen het AB en het DB ligt in de mate van betrokkenheid bij de uitvoering. Het AB stelt de hoofdlijnen van het beleid vast, waarna het DB de uitvoering van dit beleid ter hand neemt. Het AB toetst vervolgens deze uitvoering aan de hoofdlijnen van het beleid.

Wat houdt de functie in?

Als lid van het AB woon je vergaderingen bij en blijf je op de hoogte van wat er allemaal speelt binnen de vakbondswereld en Defensie, door documenten en het nieuws te lezen. Daarnaast volg je wat er binnen jouw eigen eenheid/organisatie allemaal gebeurt. Gemiddeld ben je een paar uur per week met het AB bezig. Het is dus zeker geen fulltime functie en je kunt het prima naast je eigen werk doen.

Ook voor jonge militairen of burgers?

Zeker, juist ook voor jonger defensiepersoneel! Het aandeel jonge collega's binnen Defensie is (erg) groot, en daarom moet die groep ook goed vertegenwoordigd worden. Als lid van het AB kun jij als jonge burger of militair die belangrijke stem laten horen. Je rang of schaal speelt daarbij geen rol; we nodigen daarom zowel manschappen, korporaals, officieren, onderofficieren en burgercollega's uit om te reageren. Als AB-lid kun je bovendien belangrijke skills ontwikkelen: vergaderen, overleggen, het ontwikkelen van een helikopter-view en je leert Defensie écht goed kennen.

Geïnteresseerd of meer informatie?

Neem contact op met secretaris Jacqueline de Werker-Bekx (j.dewerker@mijnvbm.nl/tel. 070 3155111) of met bestuurslid Arjan Princée (a.princee@mijnvbm.nl/tel. 06 53215197).

Ongevallenverzekering voor VBM/BBTV-leden

De VBM/BBTV kent voor al haar actief dienende leden een ongevallenverzekering. Met deze ongevallenverzekering krijg je een uitkering als je blijvend invalide raakt of komt te overlijden door een ongeval. Deze verzekering is al door de VBM/BBTV afgesloten en maakt deel uit van het servicepakket.

Wat is verzekerd?

- Bij overlijden: een uitkering van € 5.000.
- Bij blijvende invaliditeit: maximaal € 10.000, afhankelijk van de mate van invaliditeit.

Wereldwijde dekking

Je bent verzekerd:

- onderweg van en naar je werk en tijdens werktijd.
- of je nu burgermedewerker of militair bij Defensie bent.
- ook thuis, in je vrije tijd en zelfs op vakantie.

Belangrijk om te weten

Raadpleeg altijd de polisvoorwaarden voor een volledig overzicht van wat wel en niet gedekt is. Is er sprake van een ongeval? Neem dan zo snel mogelijk contact op met de verzekeraar (Chubb) om dit te melden. Dit kan:

- online: www.chubbclaims.nl
- via e-mail: beneluxclaims@chubb.nl
- of telefonisch: 010-2893545

Molestdekking

Normaal gesproken is schade door oorlog, opstand of andere vormen van geweld (molest) uitgesloten. De VBM/BBTV heeft echter een unieke regeling: voor leden behorend tot het actief dienende defensiepersoneel, zowel militair als burger, is schade door molest verzekerd, mits je niet actief deelneemt aan vijandelijkheden of gevechtshandelingen. In sommige landen/gebieden geldt géén molestdekking (zie tabel). Bij deelname aan een vredesondersteunende militaire operatie vervalt deze beperking.

Let op: er is géén dekking in gesanctioneerde landen/gebieden, ook niet bij deelname aan vredesondersteunende militaire operaties in die landen/gebieden. Zie de tabel hieronder voor een overzicht.

Sanctielanden/gebieden	Molestlanden/gebieden
Geen enkele dekking	Geen dekking voor molest
Cuba	Afghanistan
De Krim	Democratische Republiek Congo
Iran	Irak
Myanmar (Burma)	Israël (excl. Westelijke Jordaanoever en Gaza)
Noord-Korea	Israël (Westelijke Jordaanoever en Gaza)
Noord-Soedan	Ivoorkust
Rusland	Nigeria
Syrië	Soedan
Venezuela	Somalië
Volksrepubliek Donetsk (DNR)	Tsjaad
Volksrepubliek Loehansk (LNR)	Tsjetsjenië
Wit-Rusland	Koeweit
	Libanon
	Moldavië
	Oman
	Quatar
	Verenigde Arabische Emiraten
	Jemen

Peildatum: 16-04-2026

NIEUWE ANTITANKWAPENS

Er komen meer – en betere – antitankwapens voor de landmacht en de mariniers. De huidige Spike Long Range (LR)-raketten worden vervangen door hun opvolger de Spike Long Range 2. Deze heeft een bereik van ongeveer 5.000 meter.

De Panzerfaust 3 wordt vervangen door twee antitankwapens: de Carl Gustaf M4 (geschikt voor een afstand tussen 300 en 1.500 meter) en de Spike Short Range (doelen tot 2.000 meter). De kleinere, draagbare raketwerper M72 LAW (200 tot

300 meter) stroomde eerder al in bij de landmacht en het Korps Mariniers. Daarmee is het hele spectrum straks gedekt.

Defensie koopt de antitankwapens – vanwege de groeiende nadruk op Hoofdtak 1 – inmiddels in serieuze aantallen. Momenteel worden de antitankwapens nog getest en alle gebruiksrisico's afgewogen. In 2028 verschijnen ze voor het eerst in oefeningen. Een jaar later zijn ze naar verwachting allemaal in gebruik.



De Carl Gustaf M4 (Foto: Saab)

ESTLAND SCHRAPT AANKOOP CV90

Opvallend: Estland schrapt de aankoop van de CV90 Mk4 ter waarde van € 500 miljoen ten gunste van drones en luchtverdediging. De Estse minister van Defensie Hanno Pevkur zei tegen de publieke omroep van zijn land dat het, gezien het afnemende gebruik van zwaar materieel op het slagveld, niet redelijk is om hun 44 CV90's in het komende decennium te vervangen. In plaats daarvan wordt de levensduur van de huidige vloot met maximaal 10 jaar verlengd. Dat kost naar verwachting € 100 miljoen. Het geld dat vrijkomt wordt dus gestoken in luchtverdediging en drones.



Foto: BAE systems

MODERNE CAMOUFLAGESYSTEMEN VOOR VOERTUIGEN

Defensie koopt honderden mobiele camouflagesystemen. Die zijn bedoeld voor onder meer de Fennek, de Pantserhouwitzer en de CV90. Saab Barracuda fabriceert de technologie van de systemen. Die maakt de voertuigen zowel visueel als op het gebied van radar en infrarood minder zichtbaar. Het huidige camouflagemateriaal biedt onvoldoende bescherming tegen moderne sensoren die in het elektromagnetisch spectrum detecteren.

De nieuwe camouflagesystemen zijn op maat gemaakte camouflerende 'bekleding' voor voertuigen en landsystemen. Dankzij hun betere multispectrale eigenschappen (zicht, infrarood, nachtzicht en thermische detectie) voorkomen ze bijvoorbeeld ook herkenning door vijandelijke drones.



Foto: MCD / Aaron Zwaal

DRAAGBARE TECHNOLOGIE MET GEVOELSENSOREN

De startup 'Touchwaves' werkt samen met de luchtmacht aan een volgende generatie draagbare technologie voor de NAVO-luchtmacht. Het gaat om 'haptische' wearables. Dat kun je ongeveer zien als gevoelssensoren. Waar de meeste innovaties in de militaire luchtvaart zich richten op vliegtuigsystemen, richt dit systeem zich dus op het verbeteren van de menselijke prestaties.

Het gaat om gevoelssensoren die piloten en militairen sneller moeten waarschuwen dan beeld

of geluid. „We gebruiken gevoel omdat dat het snelste communicatiesysteem van ons lichaam is”, zegt wetenschapper Charlotte Kjellander: “veel sneller dan zicht of gehoor. Wat ook interessant is, is dat je tijdens cognitieve overbelasting relatief veel zuurstof gebruikt. Dat kan leiden tot zuurstofarmoede, waardoor je minder gaat zien en horen. Aanraking is dan het enige dat niet wordt beïnvloed. Wat je voelt, blijft stabiel. Die signalen worden direct opgepikt door het lichaam en doorgegeven aan de hersenen. Komt er

bijvoorbeeld een vijandige raket van rechts, dan komt de voelbare waarschuwing ook van rechts.”

De sensoren kunnen gebruikers ook helpen de ademhaling te controleren. Kjellander: „Wanneer piloten bijvoorbeeld te maken krijgen met zuurstofarmoede, coachen de sensoren hen naar diepere ademhalingen. Zo kunnen zij de zuurstof die op dat moment beschikbaar is gecontroleerd opnemen.”



Een Zweedse drone-operator lanceert een verkenningsdrone op het eiland Gotland in Zweden tijdens oefening Aurora 26. De Oekraïense strijdkrachten stuurden drone-operators naar Zweden voor Aurora 26 om kennis door te geven aan NAVO-collega's en traden op als uitdagende oefenvijand.

Eerdere edities van Aurora, een reeks oefeningen onder Zweedse leiding, waren vooral gericht op het mobiliseren van Zweedse strijdkrachten voor nationale verdediging. De editie van dit jaar testte daarnaast hoe goed Zweden bondgenoten in die plannen kan integreren. Meer dan 18.000 militairen uit 13 landen namen deel.

Foto: NATO



Wat staat er op je loonstrook?

Bezoldiging, IKB-opbouw, oefentoelages: je loonstrook bestaat uit een hele lijst aan componenten. Begrijp jij wat er allemaal op je loonstrook staat? De BBTV geeft uitleg.

PLAATSING AANSTELLING WERKNEMERNUMMER RANG/SCHAAL SALNR/DVI/KLIKMAAND HUISVESTING BURGERLIJKE STAAT LAND PLAATSING VERBLIJFLAND GEZIN	DefensieOndersteuningscommando Belonen & Salaris BER/FPS3 012345600 EFFECTIEF AOO/AOOMARNS 11 01-04-2021 04 RIJK Z.INH, Z.VAST TEG VOEDING GEHUWD NEDERLAND	1	ARBEIDSDUUR UURLOON LOONHEFF.VERMIN. TABELKLEUR TABELTIJDVAK LOONHEFF BIJZ.TARIEF JAARLOON BIJZ.TARIEF	38,00 UUR 30,75 Ja Witte tabel Maand 50,47 77.056,00	2
---	--	---	--	--	---

CUMULATIEVEN	BEDRAG	CUMULATIEVEN	BEDRAG	CUMULATIEVEN	BEDRAG
LOON IN GELD	7.783,80	GRONDSLAG UNIFORM LOONBEGRIJ	7.680,58	LOONHEFFING	-2.966,52
VERREKENDE ARBEIDSKORTING	354,92	ONBELASTE REISKOSTENVERG	50,00	JAARINKOMEN ABP	75.523,55
IKB OPBOUW	828,63			JAARINKOMEN AOV	75.523,55

PERIODE OPKOMST	TIJD	VERGOEDING	PERIODE OPKOMST	TIJD	VERGOEDING	PERIODE OPKOMST	TIJD	VERGOEDING
		<>100%			<>100%			<>100%

AFWIJKENDE BEZOLDIGING/DOORLOPENDE TOELAGE	PERIODE	AFWIJKENDE BEZOLDIGING/DOORLOPENDE TOELAGE	PERIODE
NIET DAGELIJKS REIZEN	01-12-2024		
IKB UITRUIJL WOON-WERKVERKEER	01-01-2026		

PERIODE	OMSCHRIJVING PERMANENT	NORM.TAR.	BIJZ.TAR.	BEDRAG
01-01-2026	31-01-2026	BEZOLDIGING	5.074,28	5.074,28
01-01-2026	31-01-2026	VEB TOELAGE	390,72	390,72
01-01-2026	31-01-2026	PREMIE OP/NP	-349,34	-349,34
01-01-2026	31-01-2026	PREMIE OP/NP VARIABEL DEEL	-4,85	-4,85
01-01-2026	31-01-2026	PREMIE AOP-BW (HOOG)	-11,46	-11,46
01-01-2026	31-01-2026	PREMIE AOV	-50,07	-50,07
01-01-2026	31-01-2026	GRONDSLAG UNIFORM LOONBEGRIJ	5.049,28	
01-01-2026	31-01-2026	LOONHEFFING	-1.638,50	-1.638,50
01-01-2026	31-01-2026	INTERNETKOSTENVERGOEDING		4,30
01-01-2026	31-01-2026	THUISWERKVERGOEDING DOORL		25,15
01-01-2026	31-01-2026	WERKNEMERSPREMIE SZVK %		-100,16
01-01-2026	31-01-2026	WERKNEMERSPREMIE WGA		-1,99
01-01-2026	31-01-2026	TEGEM NIET DAGELIJKS REIZEN		50,00
NETTO TOTAAL PERMANENT				3.388,08

PERIODE	OMSCHRIJVING INCIDENTEEL	NORM.TAR.	BIJZ.TAR.	BEDRAG
24-11-2025	30-11-2025	OEFENTOELAGE VROB		272,80
01-12-2025	15-12-2025	OEFENTOELAGE VROB	2.046,00	2.046,00
20-12-2025	22-12-2025	OEFENTOELAGE VROB	272,80	272,80
01-01-2025	31-12-2025	RESERVERING PENSIOENPREMIE TOELAGEN	-93,30	-93,30
01-12-2025	31-12-2025	TOEL ONREGELM DIENST ACHTERAF	133,00	133,00
01-01-2026	31-01-2026	GRONDSLAG UNIFORM LOONBEGRIJ	2.631,30	
01-01-2026	31-01-2026	LOONHEFFING	-1.328,02	-1.328,02
01-12-2025	31-12-2025	VOEDINGSKN BIJ VRIJSTELLING		109,08
NETTO TOTAAL INCIDENTEEL				1412,36

VORDERINGEN	BEDRAG

CODE	NR	UITBETALING NETTO	BEDRAG
12	001	REKENINGNR	NL92INGB012345678
16	003	REKENINGNR	NL92INGB023456789
UITBETALING TOTAAL			4800,45

Loonstrookgegevens

1 Dit zijn je persoonsgegevens. Bij 'aanstelling' staat of je in FPS 1, 2 of 3 zit (het Flexibel Personeelssysteem geeft aan op welke manier je

bent aangesteld bij Defensie). 'Klikmaand' is de maand waarin je salarisverhoging krijgt/een trede omhooggaat, totdat je de maximum trede bereikt die bij je stand/rang hoort.

2 Dit zijn je gegevens voor de Belastingdienst. Hier staat ook jouw bruto uurloon vermeld. Het bruto uurloon wordt als volgt berekend: je maandelijks bezoldiging gedeeld door 165 uur.

3 Hier vind je de totaalbedragen (cumulatieven) die je hebt ontvangen/afgedragen of die zijn verrekend over het hele kalenderjaar.

Door de komst van het Individueel Keuzebudget (IKB) krijg je sinds 2025 geen vakantie- en eindejaarsuitkering meer. In 2025 zijn de termen vakantie- en eindejaarsuitkering verdwenen, maar de bedragen niet: die vormen samen jouw IKB. Het IKB bestaat uit 16,33% van je bruto salaris/bezoldiging (vakantie-uitkering van 8% + eindejaarsuitkering van 8,33%). Het IKB bouw je maandelijks op. In dit geval 16,33% van € 5.074,28 = € 828,63.

Hoeveel IKB je dit kalenderjaar hebt opgebouwd, zie je onder 'IKB opbouw'. Het bedrag dat je hier ziet staan, is het IKB dat je dit jaar tot nu toe hebt opgebouwd, met daarvan afgetrokken de inzet van je budget, zoals gekochte uren. In dit voorbeeld zijn er geen uren gekocht.

4 Hier staan de afwijkende bezoldigingen, doorlopende toelagen en inhoudingen die in deze maand van toepassing zijn. Voorbeelden zijn bijzonder verlof, deeltijdverlof, ouderschapsverlof, toelage arts/tandarts/apotheker of functioneringstoelage.

Je ziet hier 'IKB uitruil woon-werkverkeer' staan. Deze uitruil is onderdeel van het IKB en staat standaard aan. Als de afstand tussen je werk en je huisadres groter is dan 125 km (enkele reis), dan maak je gebruik van de uitruil tot maximaal 15% van je salaris. In de salarisapp kun je deze uitruil stopzetten.

5 Dit is de bruto-nettoberekening van alle vaste looncomponenten voor deze maand.

6 Onder je incidentele inkomsten vind je jouw variabele of eenmalige inkomsten, zoals toelagen. Hieronder staan ook de componenten die niet op deze maand, maar op voorgaande maanden betrekking hebben.

De inzet van je IKB-budget valt onder incidentele inkomsten. Als je bijvoorbeeld flexuren opneemt,

dan zie je onder incidentele inkomsten 'IKB opname uitruil' en 'IKB afkoop flexuren' staan. In dit voorbeeld is echter geen IKB-budget ingezet.

De TOEL ONREGELM DIENST ACHTERAF, is de zogenaamde TOD-achteraf voor de militair. Dit is de verkening van daadwerkelijk gewerkte onregelmatige uren in de periode van de maand voorafgaande aan de maand van de salarisstroom, in dit geval december 2025, waarover je de TOD-toelage achteraf krijgt uitbetaald. De berekening van de onregelmatigheid is opgenomen in de VROB (Regeling vergoeding voor overwerk, onregelmatigheid, beschikbaarheid en bereikbaarheid).

7 Onder vorderingen zie je eventueel te veel uitbetaald salaris en verstrekte voorschotten. Deze zijn verrekend in de bruto-nettoberekening (5).

8 Hier staan de bedragen die op jouw goedgekeurde rekeningen worden gestort. In dit geval de rekening van de vakbond en een eigen rekening.

Tip: je kunt je vakbondscontributie ook als doel in je IKB-app aanklikken. Deze wordt dan met je bruto-loon verrekend. Dat levert toch een voordeel op van maximaal 49,5% op de contributie.

Meer uitleg

Wil je meer uitleg bij specifieke onderdelen op jouw loonstrook? Via Selfservice vind je een versie van deze voorbeeldloonstrook terug met meer uitleg van de verschillende componenten, inclusief voorbeeldberekeningen.

De voorbeeldloonstrook vind je via Selfservice → 'Salaris en vergoedingen'. Klik op de hyperlink 'Salaris en toelagen' en vervolgens op 'loonstrook en betaalddata'. Rechtsonder (onder het kopje 'meer informatie') staan de toelichtingen op de loonstrook. Uitleg en voorbeeldberekeningen vind je in het Excelbestand onder de rode hoekjes.

Let op!

De loonstrook kan in de loop van het jaar veranderen. De meest recente voorbeeldloonstrook vind je altijd via Selfservice.

Klaar voor de volgende fase: Dienjaarders ronden BOKL af

Dienjaarmilitairen Gerwin (20) en Joris (20) zijn net klaar met de Basisopleiding Koninklijke Landmacht (BOKL) op de Koninklijke Militaire School (KMS). Beiden gaan ze daarna door naar de geneeskundige dienst (GNK). XRcise sprak hen op de Generaal Spookkazerne in Ermelo.



Gerwin: “Er waren wel zware momenten natuurlijk, dat je op wilde geven, maar ik vind het een goede opleiding”

Waarom heb je voor Defensie gekozen?

Mijn vader werkt bij Defensie en ik heb altijd bij Defensie gewild. Ik heb hiervoor een MAVO-diploma en daarna een HAVO-diploma gehaald. Verder heb ik onder andere in de keuken en de bediening van een restaurant gewerkt en als meubelmonteur.

Wat vond je van de opleiding?

De opleiding was mentaal een grote uitdaging. Fysiek viel het op zich wel mee. Er waren wel zware momenten natuurlijk, dat je op wilde geven, maar ik vind het een goede opleiding.

Hoe ziet de toekomst voor jou bij Defensie eruit?

Momenteel nog vrij onzeker. Ik wilde initieel bij de luchtmacht of iets in de luchtvaart doen, maar dat is wegens omstandigheden wat lastiger geworden. Vandaar dat ik voor een Dienjaar heb gekozen. Hoe het er voor de rest uitziet, weet ik nog niet zeker. Als ik met het Dienjaar klaar ben en ik kan vliegen, dan wil ik dat doen. Als dat niet lukt, is het voor mij een idee om naar de KMA te gaan.

Wat vind je van de kazerne?

Het is niet een heel spectaculaire kazerne, maar prima. Alles gewoon in de buurt, de gezondheidszorg die om de hoek zit, alles is gewoon prima.

Wat is je favoriete uitrustingsstuk?

Momenteel mijn baret eigenlijk. Die is vers binnen. Ja, is dat een antwoord? Mijn baret en mijn strepen.

Wat doe je graag in je vrije tijd?

Veel sporten, dat vind ik hartstikke leuk om te doen. Ik spreek mijn vriendin veel in het weekend. En met vrienden zijn. Dat is toch wel een beetje mijn weekend gemiddeld.

Waar geef je je salaris aan uit?

Ik heb net een nieuwe auto gekocht. Dat heeft wel een groot gedeelte van mijn salaris opgeëist.

Joris: “Toen we die veldpet van de koppen af mochten gooien en een baret op mochten doen, daar was ik het meest trots op”

Wat deed je hiervoor?

Ik werkte in de zorg. Er was veel te doen, maar toch was het veel herhaling. En ik werd er niet fit van. Ik voelde toch dat ik iets meer in me had zitten. Dus vandaar de overstap naar Defensie.

Wat wil je binnen Defensie bereiken?

De beste versie van mezelf worden. Ik denk dat dat hier het best kan. Rangen en standen dat komt vanzelf wel, ik probeer vooral mezelf naar een hoger niveau te tillen. Zo zou ik op mentale kracht wel vooruit willen gaan.

Wat vond je het leukst of het uitdagendst aan de opleiding?

De druk was wel leuk tijdens velddagen. Dat je Quick Reaction Force (QRF) was, werd opgeroe-

pen en binnen vijf minuten klaar moest staan voor een missie. Dan ging je de viertonner in en dan werd je ergens gedropt. Je kreeg instructies en gaan met die banaan. Dat zijn hele gave momenten. Dan zie je ook hoe goed zo'n opleiding geregeld is en wat ze er allemaal voor over hebben om jou goed op te leiden.

Wat is jouw favoriete uitrustingsstuk?

Ik denk mijn kniebeschermer. Als je contact drills hebt dan moet je vaak vanuit rennen naar de schiethouding. Dat sloop 'm, haha, dus ik heb dat ding met liefde gedragen. Maar om het serieus te nemen: ik denk toch wel mijn verdiende baret. Toen we die veldpet van de koppen af mochten gooien en een baret op mochten doen, daar was ik het meest trots op.

Wat doe jij graag in je vrije tijd?

Ik hou wel van schaken met mijn vrienden, sporten en socializen en ik wil klaarstaan voor familie.

Wat staat er nog op je bucketlist?

Ik denk nog even met een dikke Ferrari over de Nürburgring heen, zo'n circuit in Duitsland.

Waar geef jij je salaris aan uit?

Ik spaar nu vooral. Ik verdien best goed nu. Als ik het uitgeef, dan aan bier. Met de vrienden lekker uit in de stad. Maar over het algemeen probeer ik te sparen. Het begint allemaal duur te worden. En die oefentoelages zijn fantastisch, dan kan je gelijk de spaarcentjes opbouwen.



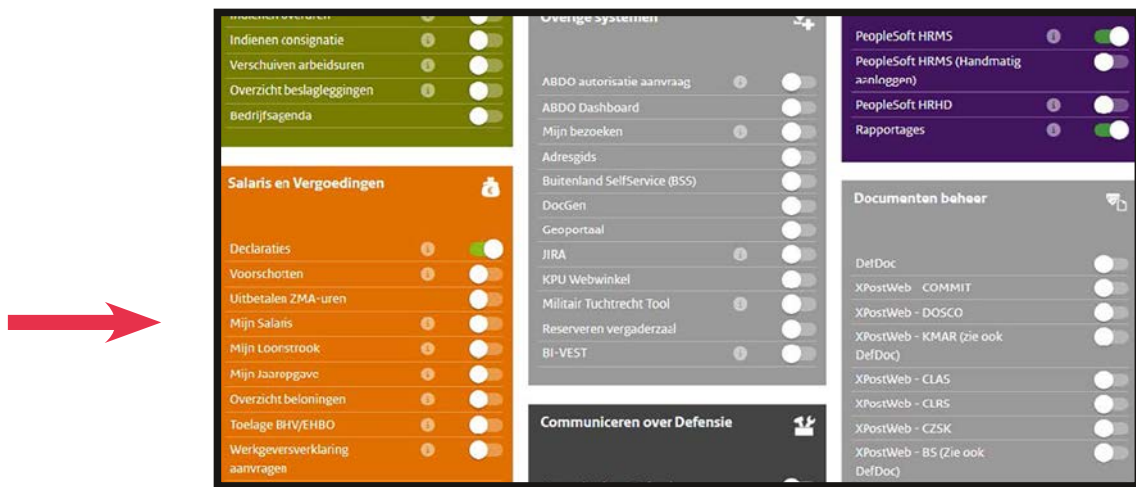
“Die oefentoelages zijn fantastisch, dan kan je gelijk de spaarcentjes opbouwen”

Het uitruilen van je vakbondscontributie, hoe doe je dat?

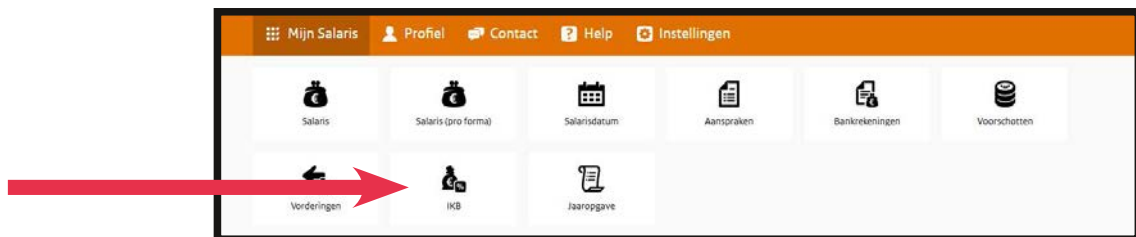
Via het IKB – het Individueel Keuzebudget – kun je je ‘IKB-potje’ gebruiken om je vakbondscontributie mee te betalen. Dit levert een fiscaal voordeel op.

De bron in het IKB bedraagt 16,33% van de bezoldiging. Dit is de optelsom van het vakantiegeld (formeel vakantietoeslag, 8%) en de eindejaarsuitkering (8,33%). Dit geld kan worden ingezet voor een aantal ‘doelen’, waarvan de vakbondscontributie er dus één is. Hoe doe je dit?

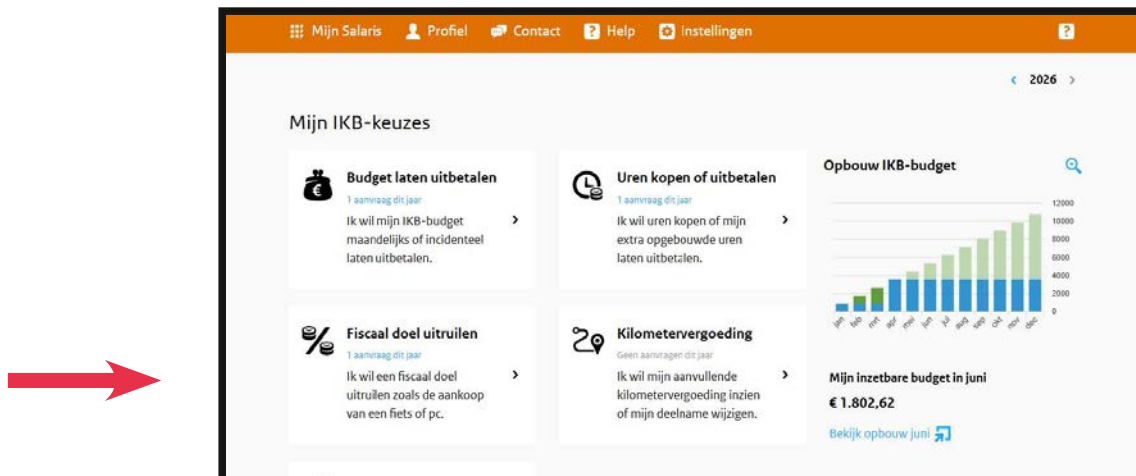
STAP 1 Ga naar SELFSERVICE (Salaris en Vergoedingen) en dan naar Mijn Salaris



STAP 2 Ga naar IKB



STAP 3 Ga naar Fiscaal doel uitruilen



STAP 4 Kies Vakbondscontributie

Mijn Salaris | Profiel | Contact | Help | Instellingen

← Terug naar keuzes

Mijn fiscale doelen

Fiets
Uitruil vanaf januari 2029 mogelijk
Ik wil de aanschaf van mijn fiets uitruilen.

ICT-middel
Uitruil vanaf januari 2029 mogelijk
Ik wil de aanschaf van mijn laptop, tablet of pc uitruilen.

Onderdelen elek. fiets
Ik wil de aanschaf van onderdelen uitruilen.

Vakbondscontributie
Uitruil vanaf januari 2029 mogelijk
Ik wil de contributie van mijn vakbond uitruilen.

Opbouw IKB-budget

Mijn inzetbare budget in juni
€ 1.802,62

[Bekijk opbouw juni](#)

STAP 5 Kies Nieuwe aanvraag

Mijn Salaris | Profiel | Contact | Help | Instellingen

← Terug naar vorige pagina

Vakbondscontributie fiscaal uitruilen

U kunt zowel de vakbondscontributie die u via uw salaris betaalt als die van uw bankrekening wordt afgeschreven uitruilen tot maximaal € 600,00 per kalenderjaar. U heeft recht op een vergoeding voor de contributie die wordt betaald aan een erkende bond, vermeld in het [Overzicht verenigingen en vakbonden voor defensiemedewerkers](#).

Bedragen uitruil

Totaalbedrag uitgeruild in 2026 : € 149,40
Bedrag beschikbaar : € 450,60

Mijn aanvragen

Uitruil Vakbondscontributie ter waarde van € 149,40 van uw IKB-budget in december 2026
Status: Geautoriseerd (20-11-2025)

[+ Nieuwe aanvraag](#)

Aanvragen tot 2026

Opbouw IKB-budget

Mijn inzetbare budget in juni
€ 1.802,62

[Bekijk opbouw juni](#)

STAP 6 In dit voorbeeld kiest de medewerker voor uitruilen in DECEMBER

Mijn Salaris | Profiel | Contact | Help | Instellingen

← Terug naar vorige pagina

Vakbondscontributie fiscaal uitruilen

U kunt zowel de vakbondscontributie die u via uw salaris betaalt als die van uw bankrekening wordt afgeschreven uitruilen tot maximaal € 600,00 per kalenderjaar. U heeft recht op een vergoeding voor de contributie die wordt betaald aan een erkende bond, vermeld in het [Overzicht verenigingen en vakbonden voor defensiemedewerkers](#).

Bedragen uitruil

Totaalbedrag uitgeruild in 2026 : € 149,40
Bedrag beschikbaar : € 450,60

Contributie betaald via salaris

Begindatum	Einddatum	Belangenvereniging
01-01-2026		VEM

De vakbondscontributie die u via uw salaris betaalt, is ingevuld waar van toepassing.

Ik betaal ook via mijn eigen rekening.

Selecteer een toekomstige maand met voldoende budget waarin u de contributie wilt uitruilen:

Maand	Via salaris	Uit te ruilen	Uitgeruild
Januari € 12,45	€ 12,45	€ 12,45	€ 0,00

Opbouw IKB-budget

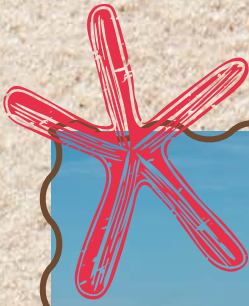
Mijn inzetbare budget in juni
€ 1.802,62

[Bekijk opbouw juni](#)

OK STRANDLOOP



Op 22 mei vond bij de Wassenare Slag het Open Kampioenschap (OK) Strandloop plaats, georganiseerd door de sportcommissie van de KMar. Deelnemers konden kiezen tussen een afstand van 5 of 10 kilometer. Met de stralende zon en een parcours dat volledig over het strand liep, was het een uitdagende tocht. Alsof dat nog niet genoeg was, zorgde een zeehond op het parcours er bijna voor dat de strandloop veranderde in een obstacle run.



DE REDACTIE TIPT

De nieuwste releases onder de loep

MAN ON FIRE

Man on Fire volgt Creasy, een voormalige Special Forces-militair die wordt getekend door zijn verleden. In Rio de Janeiro gaat hij aan de slag voor een goede vriend. Wanneer er een aanslag wordt gepleegd, krijgt hij de taak om een getuige, een tienermeisje, te beschermen. Het meisje is een voornaam doelwit en de beschermingstaak groeit uit tot een steeds gevaarlijkere situatie waarin niemand te vertrouwen lijkt.

De serie is gebaseerd op de boeken die eerder al de film *Man on Fire* (2004) inspireerden en is sinds 30 april 2026 te zien op Netflix.



WAR MACHINE

In Netflix-film *War Machine*, niet te verwarren met de gelijknamige satirische oorlogsfilm *War Machine* met Brad Pitt uit 2017, volgt de kijker een gevechtssingénieur tijdens de laatste fase van zijn training tot Army Ranger. Samen met de andere rekruten doet hij mee aan een oefening die in eerste instantie heel normaal lijkt en hen voorbereidt op moderne oorlogsvoering. Al snel ontpopt *War Machine* zich echter tot een brute sci-fi survivalfilm, wanneer de militairen worden geconfronteerd met een dodelijke buitenaardse machine.

War Machine is sinds 6 maart 2026 te zien op Netflix.

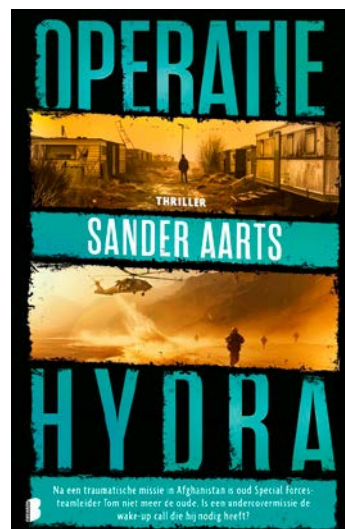


OPERATIE HYDRA

Operatie Hydra is een militaire thriller uit 2025 geschreven door oud-Special Forces militair Sander Aarts. Het verhaal volgt Tom Stoutenbeek, een voormalig Special Forces-teamleider die na een missie in Afghanistan niet meer de oude is. Als hij zijn team in Uruzgan naar een doelwit leidt, lopen ze in een hinderlaag, waarbij meerdere teamleden omkomen. Tom overleeft het en na de missie probeert hij zijn werk weer op te pakken.

Als hij in 2021 de val van Kabul op het nieuws ziet, komen de gebeurtenissen uit het verleden weer naar boven en gaat het steeds slechter met hem. Noodgedwongen woont hij op een camping, waar hij wordt benaderd door oud-teamlid Yasmin om mee te werken aan een gevaarlijke undercovermissie. In eerste instantie is hij terughoudend, maar hij voelt de aantrekkingskracht van actie en adrenaline.

Operatie Hydra is verkrijgbaar bij de (online) boekenhandel.

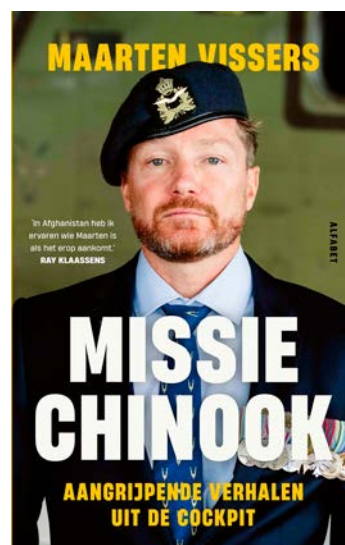


MISSIE CHINOOK

Missie Chinook vertelt het waargebeurde verhaal van Maarten Vissers, vlieger op de Chinookhelikopter bij de Koninklijke Luchtmacht. Maarten werd acht keer uitgezonden en klom op tot commandant. In conflictgebieden zoals Bosnië, Irak en Afghanistan vervoerde hij troepen en materieel onder gevaarlijke omstandigheden.

In dit boek neemt hij de lezer mee de cockpit in en biedt hij een open en persoonlijk kijkje in het werk tijdens complexe militaire operaties. Het resultaat is een spannend verhaal over moed, doorzettingsvermogen, samenwerking, leiderschap en verbondenheid.

Missie Chinook is sinds 21 mei 2026 te koop bij de (online) boekhandel.



TWEESTRIJD

Tweestrijd vertelt het persoonlijke en indrukwekkende verhaal van Derek de Vries, voormalig special forces medic, medewerker bijzondere opdrachten bij de Brigade Speciale Beveiligingsopdrachten (BSB) en leidinggevende bij Defensie. Hij presteerde onder druk, gaf leiding en was scherp en gedisciplineerd tijdens de meest gevaarlijke missies. Ondertussen speelde zich echter innerlijk een strijd af. Derek worstelde met zijn geaardheid binnen de defensiewereld en het conflict tussen verwachtingen van zijn omgeving en trouw aan zichzelf. Hij schrijft over identiteit, de gevolgen van jezelf aanpassen en zijn bevrijdende keuze zichzelf te laten zien.

Tweestrijd is sinds 27 mei 2026 te koop bij de (online) boekhandel.



SOF



Nieuws

Exercise Balikatan 2026

Amerikaanse Groene Baretten voerden in april drone-operaties uit tijdens Balikatan 2026, een oefening van Amerikaanse en Filipijnse strijdkrachten in de Filipijnen. Binnen Balikatan 2026 namen zij deel aan Maritime Strike-North, een maritieme live-fire oefening gericht op de effectiviteit en samenwerking van Amerikaanse en Filipijnse special forces.



Foto: US Army / Sgt. John Bae
Groene Baretten van de 1st Special Forces Group (Airborne) en Tigrar-drone-instructeurs voeren preflight-controles uit tijdens oefening Balikatan 2026.

De Groene Baretten testten daarnaast de communicatieca-

paciteit over lange afstand van de Tigrar-drone. Special forces van de Amerikaanse en Filipijnse

luchtmacht voerden militaire vrije valsprongen uit.

Bron: DVIDS

NLMARSOF in opleiding oefenen in Rotterdamse haven

In april vond er in de Rotterdamse haven een oefening van de NLMARSOF-opleiding plaats. Onder de naam 'Clean House' moesten aspirant-operators een fictieve criminele organisatie ontmantelen en strategische locaties innemen op een industrieterrein. De NLMARSOF in opleiding infiltrerden via het water, kregen te maken met een oefenvijand en identificeerden de subjecten die het terrein als schuilplaats gebruikten.

Bron: Dagblad010

Zorgmedewerkers leren van special forces medics

Werken in de zorg betekent vaak handelen en communiceren onder spanning. De werkdruk ligt vaak hoog of er is sprake van agressie. Met trainingen gebaseerd op principes vanuit de special forces leren artsen en verpleegkundigen in stressvolle situaties de rust te bewaren, meldt het Algemeen Dagblad. Dat helpt

hen in hun dagelijks werk, maar ook om zich voor te bereiden op noodsituaties of crises.

Trainingscentrum Nassau420, met 21 voormalig special forces operators in dienst, heeft inmiddels zo'n 1000 zorgmedewerkers getraind. Hun leiderschapstraining Team Wit voor zorgpro-

fessionals wordt begeleid door special forces medics en bevat realistische oefenscenario's. Bijvoorbeeld: er is een vliegtuig neergestort in een nagebouwd woestijnlandschap waarin de vijand nog rondloopt en de gewonde piloot moet in veiligheid worden gebracht.

Bron: AD

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.



Stier (20/4 - 20/5)

Door militaire verplaatsingen in het land is de kans aanwezig dat je jezelf per ongeluk tussen een colonne van voertuigen bevindt. Je dacht nog even rustig door te rijden, maar ineens ben je met je Toyota Aygo onderdeel van een zorgvuldig georganiseerde stroom van indrukwekkende voertuigen. Volgens de sterren was dit te voorkomen... Je hebt immers je theorie-examen gehaald. Hoe zat het ook al weer met die vlaggen aan het begin en eind van een colonne? En belangrijker: hoe kom je hier soepel uit zonder door te hoeven rijden tot het oefengebied? Toch die theorie maar even opfrissen als je weer thuis bent.



Tweelingen (21/5 - 20/6)

Tweelingen, de sterren sturen je een meldingsinstructie voor operatie 'je leven op orde krijgen'. Terwijl sommige andere militairen binnen tien dagen inzetgereed zijn, heb jij tien dagen nodig om te bepalen wat je überhaupt gaat doen. En als je een keuze hebt gemaakt, krijg je het voor elkaar om zowel ja als nee te zeggen tegen dezelfde afspraak. De kans bestaat dat je maandag nog een cursus Italiaans wilt volgen en donderdag een alpacaopvang wilt beginnen. Maar als je iets gedaan wilt krijgen, zul je toch echt keuzes moeten maken. Of je kunt natuurlijk wachten tot iemand anders het bevel geeft.



Kreeft (21/6 - 22/7)

Op basis van de hemelse spanningsconfiguratie komt de astrologische inlichtingendienst met een opvallend advies: vertrouw op je gevoel. Zie je een laag overvliegende helikopter als onderdeel van een oefening, of als kosmisch voorteken? Is er sprake van een radarstoring, of slechts kosmische ruis langs de rand van je bewustzijn? Je onderbuikgevoel resoneert deze maand met de planetenstand en daar kun je op rekenen.



Door SGTODVB Bas Hoekstra (Esports)



1666 Amsterdam

Je bent Hollander of je bent het niet. Toen ik hoorde dat de oorspronkelijke ontwikkelaar van Assassin's Creed bezig is met een spel dat zich afspeelt in Nederland, was ik benieuwd. Na 30 minuten prologue-spelen ben ik overtuigd, dit kan nog wel eens heel vet worden! Deze demo staat overigens al op Steam, dus probeer 'm vooral zelf ook.



Foto's: Steam, Panache Digital Games

De duivel in Amsterdam

Een van de personages die je speelt is Noa en zij ziet er best vriendelijk uit. Gekleed als melkmeisje, geïnspireerd op de oud-Hollandsche stijl – totdat het beeld rood wordt en haar humeur omslaat. Dan zien we een variatie op haar kleding met veel rood die veel duisterder aanvoelt. Ze is op zoek naar mensen die de macht misbruiken, om daar persoonlijk mee af te rekenen. Dit is geen bijbaantje, zij heeft hier haar leven aan toegewijd. Dit alles omdat, als zij het niet doet, de wereld naar de verdoemenis gaat...

Tijdens het spelen loop je door verschillende tijdlijnen heen: het Amsterdam van 1999 en van 1666. Op het ene moment in de vorm van een mens, op het andere moment in de vorm van een kat. Hoewel je in de demo helaas niet daadwerkelijk het gevecht aangaat, zien we dat in de trailers van het spel wel.

AI-gebruik

Helaas is het zover. Sommigen van jullie kennen dit thema misschien al in relatie tot videogames. Call of Duty heeft bijvoorbeeld een hoop boze reacties over zich heen

gehad vanwege het maken van 'AI slop': werk dat met gebruik van kunstmatige intelligentie (deels) door de computer is uitgevoerd. In Call of Duty komen bijvoorbeeld tegenstanders met zes vingers voor.

In 1666 Amsterdam zijn er hier en daar wel wat sporen van AI slop te bekennen. De kunst uit de oudheid die je ziet heeft soms vreemde weergavefouten: fruit met twee bovenkanten of twee onderkanten. Al moet ik bekennen dat het mij pas opviel toen ik erover las. De ontwikkelaar heeft beloofd dit soort elementen aan te pakken en te verbeteren, voordat het spel uitkomt.



ZANDHAZEN DRESS-UP



DE KRACHT VAN DE BBTV:

Echte verhalen



Ontslagdatum toch aangepast

Een militair verzocht op 1 maart 2026 om hem zo snel mogelijk te ontslaan. Hij wilde graag meer tijd hebben voor zijn gezin en dat was met zijn baan bij Defensie lastig. Tot zijn spijt wilde Defensie hem pas per 1 november 2026 laten gaan. Er werd aangegeven dat hij door

operationele omstandigheden nog een paar maanden nodig was. Dit werd echter verder niet toegelicht. Met hulp van een jurist van de BBTV ging de militair in bezwaar. Hij werd in het gelijk gesteld. Omdat op grond van de regelgeving een opzegtermijn van drie maanden geldt, werd de ontslagdatum aangepast naar 1 juni 2026 (1 maart 2026 + drie maanden). Daar was de militair erg blij mee.

NOG GEEN LID?

MELD JE AAN VIA HET FORMULIER →

