

60PLUSPLAZA: DIGITALE WEERBAARHEID

De overstap naar de digitale wereld is niet voor iedereen even makkelijk. Sommige mensen functioneren al heel hun leven goed in de maatschappij, maar ineens lijkt of ze niet meer helemaal mee kunnen komen. Ze voelen zich digibeet; mensen die niets snappen van die moderne digitale wereld. En om het nog moeilijker te maken, het gaat ook om mensen die zonder de nodige voorkennis helaas ook slachtoffer kunnen worden van allerlei gemene oplichtingstrucs. Dit boek is het eerste boek dat zich duidelijk op deze digitale weerbaarheid richt.

60PlusPlaza is het platform voor de actieve 60 plusser. Ze wil zich onderscheiden door zich te richten op de actieve 60 plusser rondom een breed scala aan onderwerpen zoals gezondheid, cultuur, zelfontplooiing, digitalisering, lichaam en geest. De 60plussers zijn een doelgroep van meer dan 4 miljoen mensen in Nederland (2018, CBS) die naar verwachting in 2050 zal zijn uitgegroeid naar 5,6 miljoen mensen.

- Content reeds in gebruik bij de Koninklijke Bibliotheek.
- Samenwerking met KBO-PCOB (Ouderenbond met 200.000 leden).
- Unieke combinatie van boeken, offline en online content.
- Maandelijks advertenties in magazines voor actieve 60plussers.

‘EEN COMBINATIE TUSSEN UITLEG OVER LAPTOP, TABLET EN SMARTPHONE EN ADVIES OVER DE EIGEN DIGITALE VEILIGHEID.’

- NBD | Biblion



MATTHIJS AKKENAAR & KASPER BOON

Matthijs Akkenaar heeft al sinds het begin van zijn carrière in onderwijsland te maken gehad met drempels die ontwikkelingen belemmeren. Als directeur bij SkillsTown Connect heeft hij veel ervaring met hoe mensen met de digitale wereld omgaan. **Em. Prof. Dr. Ir. Kasper Boon** was rector op de Open Universiteit en Decaan op de Universiteit Maastricht. Hij is medeoprichter van SkillsTown en oprichter van 60PlusPlaza.nl, een site die zich specifiek richt op senioren. Boon schreef tientallen studieboeken over computers. Sommige daarvan zijn in veel talen vertaald.



- > Een heldere achtergrond over de digitale wereld; wat te doen, waar op te letten.
- > Veel 60plussers begrijpen het niet, maar worden wel gedwongen om digitaal zaken uit te voeren.
- > Een must voor iedereen die de digitale wereld als 'dreigend' ervaart.

UITVOERING	paperback
OMVANG	128 pagina's
AUTEURS	Matthijs Akkenaar, Kasper Boon
FORMAAT	17 x 24 cm
ISBN	9789463562706
NUR	980
THEMA	UBD
PRIJS	20,00
VERSCIJNT	juni 2022

60PLUSPLAZA: ADEMHALING

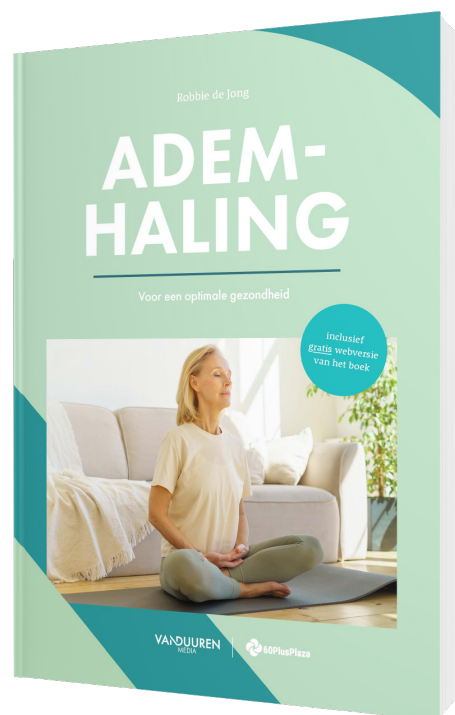
Voor een optimale gezondheid

Goed ademen is een zeer effectief middel om stress, vermoeidheid en pijn aan te pakken. En dat is nodig, want veel mensen hebben last van lichamelijke en psychische klachten die in verband worden gebracht met een verkeerd ademhalingspatroon. De onrust en lichamelijke ongemakken die we door verkeerd ademen gepresenteerd krijgen, zijn in veel gevallen niet gering.

Dit boek bevat veel tips en ademhalingsoefeningen waarmee je je herstel op een doodeenvoudige manier kunt aanwakken en je gezondheid een flinke boost geeft. De praktische en effectieve ademhalingsoefeningen in dit boek brengen rust, energie en verlichting.

- Content reeds in gebruik bij de Koninklijke Bibliotheek.
- Samenwerking met KBO-PCOB (Ouderenbond met 200.000 leden).
- Unieke combinatie van boeken, offline en online content.
- Maandelijks advertenties in magazines voor actieve 60plussers.

**'GEZOND ADEMHALEN IS ABSOLUUT GEËN
VANZELFSPREKENDHEID.'**



- > Glasheldere informatie over de gevolgen van een onjuiste manier van ademen.
- > Het boek beschrijft op heldere wijze welke oefeningen goed zijn om rust, energie en verlichting te brengen.
- > Een duidelijke gids die toont hoe je stress, vermoeidheid en pijn, juist met ademhalingsoefeningen kunt aanpakken.



ROBBIE DE JONG

Robbie de Jong heeft ruim 17 jaar ervaring als fysiotherapeut, ademhalingstherapeut en mentale coach. Hij helpt met name sporters en cliënten met overmatig veel stress, vermoeidheid en pijnklachten, die jarenlang door medici verkeerd begrepen zijn. Sinds hij zich ook op ademhaling heeft gericht is hij in Nederland uniek op dit gebied. Robbie de Jong toont uit zijn jarenlange praktijk heldere voorbeelden die direct overtuigen.

UITVOERING	paperback
OMVANG	128 pagina's
AUTEUR	Robbie de Jong
FORMAAT	17 x 24 cm
ISBN	9789463562713
NUR	450
THEMA	MJL
PRIJS	20,00
VERSCIJNT	juli 2022

60PLUSPLAZA: FIT EN GEZOND

Positieve gezondheid voor lichaam en geest

Gezond leven lijkt heel gemakkelijk als je jong bent, maar naarmate je leven vordert, zul je er steeds meer je best voor moeten doen. Nu zijn er inmiddels best wat boeken over bewegen en gezondheid voor ouderen geschreven, maar nog geen enkel dat positieve gezondheid als uitgangspunt neemt. En dat terwijl dat juist zo voor hand ligt. In dit boek staan veel oefeningen waarvan bewezen is hoe belangrijk ze zijn voor je brein. Voor iedereen is het heel belangrijk om te weten wat positieve gezondheid is en welke oefeningen van belang zijn om zowel lichaam als brein te onderhouden.

- Content reeds in gebruik bij de Koninklijke Bibliotheek.
- Samenwerking met KBO-PCOB (Ouderenbond met 200.000 leden).
- Unieke combinatie van boeken, offline en online content.
- Maandelijkse advertenties in magazines voor actieve 60plussers.



- > Bij positieve gezondheid gaan we uit van wat iemand nog wel kan.
- > Duidelijk boek met bewegings- en breinoefeningen voor 60plussers.
- > Voor 60plussers is positieve gezondheid het perfecte uitgangspunt om gezondheid te begrijpen.
- > Geen moeilijke taal, maar duidelijke voorbeelden met veel illustraties.

**‘MET VEEL BEWEGINGSOEFENINGEN OP-
GENOMEN WAARVAN BEWEZEN IS HOE
BELANGRIJK ZE ZIJN VOOR ONS BREIN.’**



RINUS PECHT & KASPER BOON

Rinus Pecht behaalde een doctoraal titel aan de universiteit van Leuven. Hij is vooral bekend van de Groene Spelen, spelen die geen winnaar of verliezer kennen en waarbij iedereen moet meedoen. Hij is erelid van de Koninklijke Vereniging van Lichamelijke Opvoeding (KVLO). **Em. Prof. Dr. Ir. Kasper Boon** was rector op de Open Universiteit en Decaan op de Universiteit Maastricht. Hij is medeoprichter van SkillsTown en oprichter van 60PlusPlaza.nl, een site die zich specifiek richt op senioren. Boon schreef tientallen studieboeken over computers, sommige daarvan zijn in veel talen vertaald.

UITVOERING	paperback
OMVANG	128 pagina's
AUTEURS	Rinus Pecht, Kasper Boon
FORMAAT	17 x 24 cm
ISBN	9789463562720
NUR	450
THEMA	MBN
PRIJS	20,00
VERSCHEIJNT	juli 2022

60PLUSPLAZA: STARTEN MET DE iPad

Wil je alles uit je iPad halen? Dan heb je veel aan dit handzame en complete boek over het prachtige nieuwe besturings-systeem iPadOS 15. Hierin vindt je alles over web, e-mail, foto's, video, muziek, navigatie, FaceTime, agenda, contacten, widgets, focus, livetekst en meer. De auteur doet Apples nieuwe besturingssysteem voor de iPad haarfijn uit de doeken. Van de eerste kennismaking tot het gebruik van de verbeterde en nieuwe functies en apps: met dit boek haal je echt alles uit je iPad!

Een greep uit de inhoud:

- Verken iPadOS en ontdek hoe je jouw tablet comfortabel bedient.
- Alles over (video)bellen met FaceTime en chatten met familie en vrienden.
- Surf veilig op internet en verbreed je kijk op de wereld.
- Oriënteer je onderweg met Kaarten van Apple.
- Beluister, bekijk en beheer muziek- en videobestanden.
- Bekijk en verfraai je foto's in de hoogst mogelijke kwaliteit.

'HAAL ALLES UIT JE iPad.'

HENNY TEMMINK

Henny Temmink is automatiseringsjournalist. Na een studie informatica heeft ze de nodige ervaring opgedaan als programmeur, systeembeheerder en automatiseringsconsultant. Sinds 1991 schrijft ze voor verschillende populaire computertijdschriften.



- > Content reeds in gebruik bij de Koninklijke Bibliotheek.
- > Samenwerking met KBO-PCOB (Ouderenbond met 200.000 leden).
- > Unieke combinatie van boeken, offline en online content.
- > Maandelijks advertenties in magazines voor actieve 60plussers.

UITVOERING	paperback
OMVANG	160 pagina's
AUTEUR	Henny Temmink
FORMAAT	21 x 24 cm
ISBN	9789463562737
NUR	987
THEMA	ULH
PRIJS	25,00
VERSCHEIJNT	juli 2022

VERBETER JE ONLINE MARKETING MET GOOGLE ANALYTICS 4

Basisbeginselen, optimalisatiemogelijkheden en
nieuwe toepassingen!

**Iedere marketeer heeft veel data tot zijn/haar beschikking,
maar hoe haal je er inzichten uit om je online marketing
resultaten te verbeteren?**

Dit boek laat je stap-voor-stap zien hoe je inzichten haalt uit
Analytics over je online marketingresultaten en hoe je dit gebruikt om
je online marketing een paar niveaus hoger te krijgen.

Daarnaast laat de auteur je zien welke nieuwe trends je hierbij moet
gebruiken van machine learning, marketing automation en de prak-
tische toepassingen in Google Analytics 4 dat je volgend jaar moet
gaan gebruiken. Na het lezen van dit leerboek ben je up-to-date
over hoe je Analytics goed moet inzetten om je online resultaten te
verbeteren.

**'DANKZIJ DE ANALYTICS BASISBEGINSELEN
BOUW JE ONDERBOUWD OPTIMALISATIES DIE
DE CONVERSIE STRUCTUREEL VERBETEREN.'**



- > Je leert stap-voor-stap hoe je het
nieuwe Google Analytics 4 en
machine learning toepassingen
moet gebruiken om je online mar-
keting beter te maken.
- > Met de optimalisatie technieken
zorg je ervoor dat je jouw online
marketing met een paar niveaus
verbetert.
- > Het enige Nederlandstalige boek
over Google Analytics 4.



GERARD RATHENAU

Gerard Rathenau is online marketinganalist/strateeg. Hij
is in 2010 begonnen als campagnemanager bij PauwR en
heeft zich vervolgens via de ANWB ontwikkeld tot Digital
Analist. De afgelopen jaren heeft hij zich doorontwikkeld
van analist naar strategisch marketingadviseur.
Zijn motivatie is om de online marketing van opdrachtgevers
op een realistische wijze beter te maken. Hij gebruikt een
databedreven werkwijze op basis van realistische doelstel-
lingen met een onderbouwde strategie.

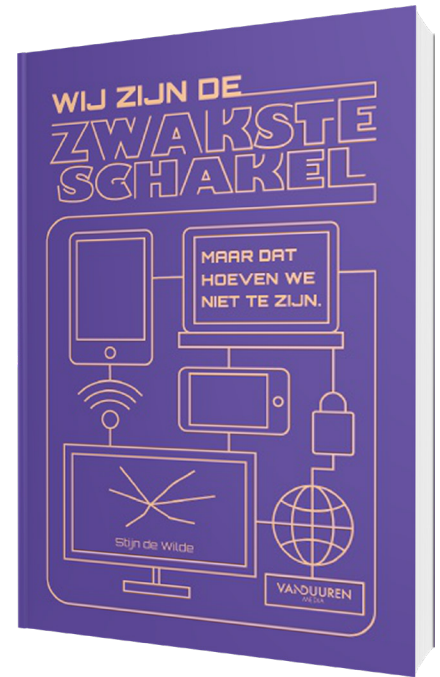
UITVOERING	paperback
OMVANG	256 pagina's
AUTEUR	Gerard Rathenau
FORMAAT	17 x 22,8 cm
ISBN	9789463562690
NUR	802
THEMA	KJSG
PRIJS	34,99
VERSCHEIJNT	mei 2022

WIJ ZIJN DE ZWAKSTE SCHAKEL

...maar dat hoeven we niet te zijn

Sinds de uitbraak van de COVID-19 pandemie is het aantal cyberaanvallen verviervoudigd en hackers oogsten steeds meer succes. Experts schatten in dat ruim 80 procent van alle aanvallen een menselijke factor bevatten. Denk aan phishing, maar ook vishing (telefonische oplichting) en andere methoden. Het probleem is: mensen zijn niet te programmeren, maar wel te hacken.

Ben jij je bijvoorbeeld bewust van hoeveel risico's jouw online gedrag opleveren? We hoeven als mens niet de zwakste schakel te zijn en voorkomen is beter dan genezen. *Wij zijn de zwakste schakel* leert je niet alleen welke methodes hackers gebruiken, maar ook welke psychologische principes achter die methodes verscholen zitten. Op die manier leer je situaties herkennen en kun je voorkomen dat je opgelicht wordt, in plaats van dat je achteraf op de blaren moet zitten.



- > Maakt de lezer bewust hoe vindigrijk hackers zijn en hoe makkelijk ze je kunnen manipuleren.
- > Met praktische, nieuwe voorbeelden uit de praktijk.
- > Geschreven zodat iedereen het kan begrijpen en de gevaren makkelijk kan herkennen.

'PROTECT YOURSELF AGAINST WOULD-BE MANIPULATORS BY UNDERSTANDING AND RECOGNIZING THEIR TRICKS.'

- Christopher Hadnagy



STIJN DE WILDE

Stijn de Wilde is Information Security & Data Privacy Consultant. Veilig omgaan met het internet is voor hem dagelijkse kost. Zijn ervaring als docent Privacy & Security Awareness heeft hem geleerd dat er te weinig kennis binnen handbereik is over de menselijke factor in cybercrime. Daar moest hij iets aan doen.

UITVOERING paperback
OMVANG 192 pagina's
AUTEUR Stijn de Wilde
FORMAAT 15 x 23 cm
ISBN 9789463562683
NUR 980
THEMA UBD
PRIJS 24,99
VERSCHIJNT juni 2022

LEER JEZELF SNEL... WINDOWS 11, 2^E ED.

Windows 11 is de nieuwste versie van het veelzijdige bestuursprogramma van Microsoft, dat ook op tablets gebruikt kan worden. Windows 11 is de eerste belangrijke update na de verschijning van Windows 10. Microsoft heeft alles uit de kast gehaald om het werken met de computer nog verder te vereenvoudigen, en in die opzet is het bedrijf zeker geslaagd. Dit handzame en kleurrijke boek wijst u snel de weg in de mogelijkheden en functies, zoals het werken met het nieuwe menu Start, de apps en de vele basisvoorzieningen.

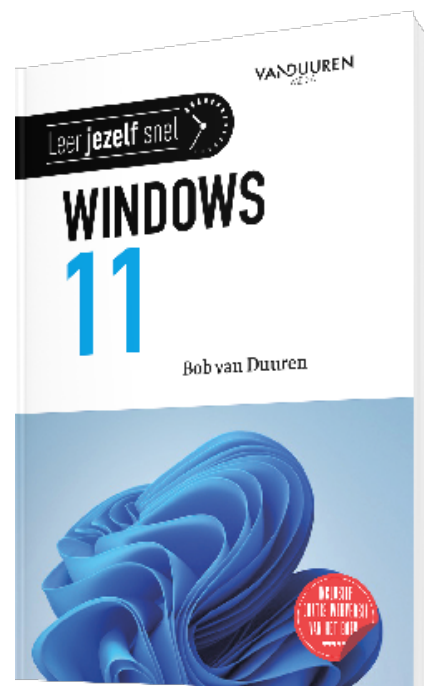
Tot de behandelde onderwerpen behoren:

- Werken met het menu Start en de nieuwe gebruikersinterface.
- Apps en programma's starten, installeren en onderhouden.
- Werken met bestanden, bibliotheken en mappen.
- Windows 11 aan de eigen voorkeuren aanpassen.
- De computer met andere gebruikers delen.
- Internetapps gebruiken.
- Uw computer beveiligen en up-to-date houden.
- Werken met verschillende soorten media.

VIND GEMAKKELIJK EN SNEL JE WEG IN WINDOWS 11

BOB VAN DUUREN

Bob van Duuren is oprichter en directeur van Van Duuren Media en schrijft ruim 25 jaar boeken over een groot aantal computeronderwerpen, waarbij zijn affiniteit bij internet, programmeren en grafische toepassingen ligt. Tegenwoordig houdt hij zich voornamelijk bezig met het uitbouwen van de uitgeverij, en werkt hij aan nieuwe uitgavemodellen. Hij is nog altijd een veelgevraagd spreker in binnen- en buitenland en geeft sinds 2002 leiding aan Van Duuren Media.



- > Het meest recente boek over Windows 11, inclusief updates.
- > Legt alles op een heel eenvoudige manier uit.

UITVOERING	paperback
OMVANG	256 pagina's
AUTEUR	Bob van Duuren
FORMAAT	14 x 21 cm
ISBN	9789463562744
NUR	985
THEMA	ULD
PRIJS	24,99
VERSCHEIJNT	juli 2022