

Dordt Senior



Maandblad voor de leden van de



Dordtse
Seniorenbond

DE GROOTSTE COLLECTIE
STA-OP STOELN &
RELAXFAUTEUILS VAN DE REGIO



RUIME COLLECTIE COMFORT LEDIKANTEN



SKIPPY Meubel

Provincialeweg 8a • 3329 KP Dordrecht • Tel. 078 - 616 50 91 • www.skippymeubel.nl

Huishoudelijke ondersteuning?

U kunt bij ons terecht voor
huishoudelijke ondersteuning via
de WMO of als particulier

Vlijtig Liesje Thuishulp
078-6185571
klant@vlijtigliesjethuishulp.nl



VLIJTIG LIESJE
THUISHULP



Maandblad voor leden van de Dordtse Seniorenbond

DordtSenior

SAMENSTELLING BESTUUR EN WERKGROEPEN

Nico Babbeko Voorzitter Telefoon: 06-27240559		Hans Ardon Secretaris, 2^e penningmeester Adres secretariaat: Van Ravesteyn-erf 515, 3315 DW Dordrecht telefoon: 06-20242510 E-mail: hansardon.dsb@gmail.com	
Aad Brinckmann Penningmeester (ad interim), acquisitie en pr Telefoon: 06-51838053 E-mail: a.brinckmann@upcmail.nl IBAN: NL25 INGB 0007 1383 82 t.n.v. Algemene Dordtse Senioren Vereniging		Martin Kösters Ledenadministratie (ad interim), Belastingservice Oude Veerweg 3, 3329KM Dordrecht. 078-6162580 en 06-21260714 E-mail martin.kosters@gmail.com	
Els Bel commissie 'Lief en Leed' (ad Interim) telefoon: 06-42180425 E-mail: ejbelroos@gmail.com		Lies Romijn Commissie: Activiteiten en Reizen Telefoon: 06-10588672 E-mail: r.romijn2@kpnmail.nl	
Anne de Lange Beleid van gemeente en politiek telefoon: 06-83179776 E-mail: a_de_lange@hetnet.nl		Rob Nabarro Beleid van gemeente en politiek coördinatie bezorgers ledenblad Telefoon: 06-44404880 E-mail: rob@dordtsenior.nl (via de mail heeft de voorkeur)	
Jan Geenen redactie DordtSenior Van Ravesteyn-erf 515, 3315 DW Dordrecht telefoon: 06-48219666		Wij zijn aangesloten bij FASv - Federatie van Algemene Seniorenbonden en Koepel gepensioneerden	

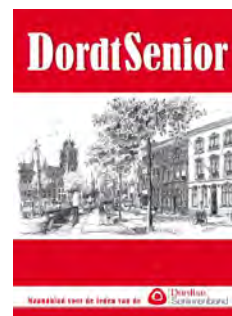
Bezorging DordtSenior in 2023

DordtSenior wordt door vrijwilligers bij u thuis bezorgd.

Deze mensen doen dit geheel belangeloos en in de tijd die hen schikt, maar wel in de week dat het blad uitkomt. Dat kan dus op maandag zijn, maar ook op dinsdag of zelfs op zaterdag.

Het volgende blad is de uitgave van november 2023.

U kunt het verwachten in week 44 dat is vanaf maandag 23 oktober t/m 29 november 2023.



IN DIT NUMMER

1. Samenstelling bestuur en werkgroepen
Bezorging DordtSenior in 2023
2. Voorwaarden, Verhuisberichten en berichten van overlijden,
of opzeggen, sturen naar?
Einddatum kopij inleveren
Colofon
3. Ter nagedachtenis aan Wilma Molendijk
Hans Ardon: Van de bestuurstafel
5. Lies Romijn: Herinnering activiteiten Dordtse Seniorenbond
Eindejaarsfeest 2023
7. Lies Romijn en Rob Nabarro: herinnering 'Dag van de ouderen'
9. Henk Kroon (Focus): Ze pikken een graantje mee
11. Wim nuy: Zwarte komedie
12. Adri Vogelaar: 54 procent van de 55-plussers geniet van
ouder worden
limerick: Genieten
13. Koepel Gepensioneerden laat van zich horen
14. Joke Herrewijn-de Vries: Boekbespreking
Wintertijd 2023 - klok verzetten
16. Arie van Zanten: Naar een nieuw Dordt sociaal seniorencontract?
18. Inzet078: Wat te doen met uw pensioen?
Lief en Leed
20. Nieuwsbrief seniorencoalitie: Investeren in ouderen is
investeren in de toekomst
22. Evenementen/activiteiten oktober 2023
Dringend! Bezorgers voor de DordtSenior gevraagd!
Steunfonds
24. Senior Service: belangrijke telefoonnummers

Voorwaarden

De Dordtse Seniorenbond en de redactie van de DordtSenior is niet verantwoordelijk voor de inhoud van ingezonden artikelen en advertenties. De redactie heeft het recht ingezonden brieven en artikelen aan te passen of weigeren. Uw naam zal altijd bij het stuk vermeld worden of als naam bij redactie bekend is.

Verhuisberichten en berichten van overlijden of het opzeggen van uw lidmaatschap uitsluitend sturen naar de ledenadministratie. Martin Kösters e-mai: martin.kostetrs@gmail.com

Kopij voor DordtSenior van **november 2023** moet uiterlijk oktober **2023** binnen zijn bij de redactie. Zie voor de contactgegevens hier rechts in de colofon

Colofon



Omslagafbeelding:
pentekening van Ad Bakker
(Collectie drukkerij RAD)

DordtSenior is het maandblad van de leden van de Dordtse Seniorenbond. Het verschijnt 10 keer per jaar (niet in de maanden januari en augustus).

Redactieadres DordtSenior

p/a Jan Geenen
Van Ravesteyn-erf 515
3315 DW DORDRECHT
Telefoon: 06-4821 9666
jan@dordtsenior.nl

De redactie bestaat uit

Jan Geenen
(zie redactieadres boven)
Joke Herrewijn-de Vries
jherrewijn@hetnet.nl
Henk Kroon
henkkroon38@gmail.com

Vormgeving en opmaak

Jan Geenen
jan@dordtsenior.nl

Coördinator bezorgers

Rob Nabarro
06-44404880
rob@nabarro.nl
(via de mail heeft de voorkeur)

LET OP: Klachten over de bezorging van dit blad uitsluitend bij **Rob Nabarro** (zie boven).

Website Dordtse Seniorenbond
www.dordtsenior.nl

Adverteren in dit blad?

Voor inlichtingen en/of tarieven kunt u contact opnemen met Aad Brinckmann (zie pagina 1).



Ter nagedachtenis aan

Wilma Molendijk

18-2-1939 - 20-9-2023



Met grote verslagenheid hebben wij kennisgenomen van het overlijden op 20 september 2023 van mevrouw W. M. (Wilma) Molendijk. Wilma was een van de grondleggers en erelid van onze ouderenbond, en een inspirerende bron van de reisclub en vele activiteiten voor de ouderen in Dordrecht. Zij was een toonbeeld van inzet en bevlogenheid, en heeft een blijvende indruk gemaakt op iedereen die haar ontmoet heeft.

Wilma woonde in 'het Sterrenwiel', waar zij zich hard maakte voor de kwaliteit en de sfeer van haar medebewoners. Zij was de gastvrouw van de koffieochtenden op zondag, waar zij altijd beschikbaar was voor een praatje en een compliment. Haar afwezigheid zal een groot verlies zijn voor ons allen.

Wij willen haar dierbare familie onze oprechte deelneming betuigen, en hen veel kracht toewensen in deze droevige tijd.

Dordrecht september 2023
De Dordtse Seniorenbond

VAN DE BESTUURSTAFEL

Woensdag 13 september 2023 hadden we tijdens de algemene bestuursvergadering een aantal zaken verder vorm gegeven en besluiten genomen.

- **Financieel.**

Op dit moment zijn er nog een aantal leden die de contributie over 2023 niet betaald hebben. Door de ledenadministratie is hier veel werk voor verricht om deze leden te bereiken en alsnog aan te manen. Indien deze betreffende leden voor 1 oktober nog niet betaald hebben, wordt het lidmaatschap van hen per 1 januari 2024 beëindigd. Ook ontvangen zij vanaf 1 oktober De DordtSenior niet meer.

- **Evenementen.**

Ook hebben we een besluit genomen over de evenementen voor 2023. In het laatste kwartaal van 2023 nemen we op 6 oktober deel aan de ouderendag.

Op 3 november a.s. is er in samenwerking met de Merwelanden toneelvoorstelling door Toneelvereniging "De Valkenier".

Tot slot zal op 14 december a.s. het eindejaarsfeest van onze bond plaatsvinden. Met de uitwerking hiervan is Lies Romijn belast.

Meer informatie over deze evenementen is te vinden op pagina 5.

- **Algemene Leden Vergadering.**

In de tweede helft van februari 2024 zal de A.L.V. van onze bond plaatsvinden. De datum is naar voren geschoven in verband met de koers en richting van de bond die dan aan de leden wordt voorgesteld. Op dit moment zijn we volop aan het werk om deze vergadering vorm te geven.

- **Dordtse Vrijwilliger prijzen 2023.**

Onze bond neemt ook deel aan de Dordtse Vrijwilligersprijzen 2023. De uitslag wordt op 7 december 2023 bekend gemaakt. Deze actie wordt georganiseerd door Inzet078.

Namens het bestuur
Hans Ardon, secretaris / 2^e penningmeester





MULTI-VLAAI DORDRECHT

P.A. DE KOKPLEIN 125

3318 JW DORDRECHT

078-6171816

dordrecht.sterrenburg@multivlaai.nl

**Tegen inlevering van deze advertentie krijgt u
10% korting op uw bestelling.**



HERINNERING ACTIVITEITEN DORDTSE SENIORENBOND

Dag, lieve mensen, in de Dordt Senior van september jl. stond al een overzicht voor de activiteiten van de rest van dit jaar! NOTEER ZE IN DE AGENDA! AANMELDEN KAN VIA ONDERSTAAND EMAIL ADRES OF TELEFOONNUMMER!

VRIJDAG 3 NOVEMBER 2023

Presenteren wij In samenwerking met Stichting Woon- en Zorgcentrum "De Merwelanden" de hilarische klucht: "Geen gestruin door mijn tuin" uitgevoerd door Toneelgroep "De Valkenier" geschreven en geregisseerd door Renate Del Fe

Aanvang 14.00 uur tot ca 16.00 uur:
Locatie: van "De Merwelanden"
Adres: Haringvlietstraat 515, 3313 EM Dordrecht



Korte inhoud: Op volkstuinvereniging "ons buiten" is het een gezellige boel. Diverse types verblijven hier onder leiding van de uiterst correcte voorzitter Frank Stipt. De onder andere dramatische Ank van der Wilg en de volkse Corrie Goudappel kunnen het op wat akkefietjes na goed met elkaar vinden. Alles reilt en zeilt goed op het complex. De rust wordt verstoord wanneer er opeens allerlei klachten bij de politie en gemeente binnen komen over het volkstuincomplex. En wie is nu die vreemde Freek Friek die op "Ons buiten" rondloopt? De gemeente wil de volkstuin gaan sluiten en dit laten de bewoners niet zomaar gebeuren. De bekakte projectontwikkelaar Julius Grijpstra en zijn vrouw Carola komen als nieuwe eigenaren

van een huisje op het volkstuincomplex. Zij lijken minder moeite met de sluiting te hebben en distantiëren zich van de acties. Zal het voor "Ons buiten" nog goed aflopen? Kortom een fantastische komische klucht vol leuke typetjes en hilarische gebeurtenissen.

Heb je zin in een gezellige avond? Meld je dan snel aan met bij Lies Romijn, kan via haar email-adres. romijn2@kpnmail.nl of bel haar op telefoonnummer 078-6160904.

Het kost maar € 3,50 als je lid bent en € 5,00 voor een introduc . Mis het niet!

Eindejaarsfeest

2023

DONDERDAG 14 DECEMBER 2023

AANVANG: 13.30 UUR, LOCATIE: DE TROUBADOUR/GRAVENHORST/VIJVERLAAN 1004 DUBBELDAM



Dit jaar met medewerking van het koor S(w)inging For All Deze middag zal vooruitlopend op de komende feestdagen in het teken staan van een gezellige kerstsfeer, Nederlandstalige liedjes waar op gedanst kan worden maar ook mee gezongen kan worden en een polonaise zal zeker niet ontbreken tijdens deze feestelijke middag!



Ook is er tijdens de pauzes weer een bingo en een loterij met leuke prijzen!

Entree voor leden: € 2,50 en voor introduc s: € 5,00



Wij hopen dan ook, net als vorig jaar heel veel leden en hun introduc s te kunnen begroeten!
 Aanmelden bij Lies Romijn via emailadres: r.romijn2@kpnmail.nl of telefoonnummer: 078-6160904

U KOMT TOCH OOK NAAR BEIDE ACTIVITEITEN?
LIES ROMIJN EN ELS BEL



kayori



Ook in ons assortiment, Kayori!
Een prachtig shop in shop concept
met ruime keuze in luxe bad-en bedtextiel
en home & body producten

UW DROGIST STERRENBURG

Winkelcentrum Sterrenburg
P.A. de Kokplein 141
Tel: 078-6175210



*Al 50 jaar HET adres met het
grootste drogisterij assortiment
en deskundig advies !!!*

Specialist in **VLOEREN & ONDERHOUD**



QUICK STEP ACTIE

Quick Step Creo Laminaat
inclusief plaatsen, standaard ondervloer
en bijpassende deklatten

€ 39,95 per m²



TLOORTEC

SCHILTEN
VLOEREN & TRAPPEN

Voor elk interieur en budget!

**U BENT VAN HARTE
WELKOM IN ONZE SHOWROOM!**

De showroom is geopend op
Maandag t/m vrijdag van 10.00-17.00 uur.
Zaterdag van 10.00-16.00 uur.

Bamendaweg 46 • 3319 GS Dordrecht • Tel. 078 6227214 • www.vloerspecialist.nl



HERINNERING: DAG VAN DE OUDEREN

Kom naar de Informatiemarkt Stadspolders, een gezellig en leerzaam evenement voor iedereen die meer wil weten over het leven in deze wijk. Buurtwerk Dordrecht en Dordrecht sociaal! organiseert deze markt op vrijdag 6 oktober, de Nationale Ouderendag. De Dordtse Seniorenbond is ook van de partij met een stand waar u terecht kunt voor informatie, advies, ideeën en lidmaatschap.

De Nationale Ouderendag is een dag om de ouderen in onze samenleving te waarderen en te ondersteunen. We staan stil bij de uitdagingen en kansen van de vergrijzing in de wereld. Hoe kunnen we ervoor zorgen dat ouderen zo lang mogelijk comfortabel en actief thuis kunnen blijven wonen? Hoe kunnen we hun sociale netwerk en gezondheid versterken? Dat zijn vragen waar de Informatiemarkt Stadspolders antwoord op wil geven.

De markt vindt plaats in de Visserstuin 7 (*het houten gebouw van de tafeltennisvereniging*) in de Stadspolders Dordrecht. U kunt er verschillende kramen bezoeken met informatie over voorzieningen, activiteiten en ontwikkelingen in de wijk.

Ook kunt u meedoen aan leuke en gezonde activiteiten, zoals volksdansen, linedance en tafeltennissen. Er is voor elk wat wils, dus kom gezellig langs en laat u informeren en inspireren!

Wij hopen dat onze kraam op deze dag druk bezocht zal worden en wij wellicht iets voor elkaar kunnen betekenen!

Lies Romijn en Rob Nabarro
Namens de Dordtse Seniorenbond
(zie onder meer informatie en de plattegrond)

Comfortabel thuis blijven wonen? Kom naar de

Toekomstmarkt voor senioren

Vrijdag 6 oktober van 13⁰⁰ tot 17⁰⁰ uur




GRATIS TOEGANG!

Comfortabel thuis ouder worden? Kom naar de Toekomstmarkt! Struin langs de infomarkt. Doe mee aan clinics van verschillende dans- en sportverenigingen en laat u informeren over hoe u zo comfortabel en lang mogelijk thuis kan blijven wonen. Sluit de middag af met een hapje en een drankje in de kantine tegen een klein prijsje.

De locatie heeft ruime parkeergelegenheid en is goed bereikbaar via het OV.

Datum:
Vrijdag 6 oktober

Tijd:
Van 13⁰⁰ tot 17⁰⁰ uur

Locatie:
Tafeltennisvereniging TTV Dordrecht
Visserstuin 7
3319LL Dordrecht

Meer info?
Neem contact op met Sociaal Makelaar Ellen via 06-571 43 746 of Buurtwerker Irene via 06-575 12 673

is er voor jou



- | | |
|----------------------------------|--------------------------------|
| 1 Sociaal wijkteam | 11 Hulplijn Dordt |
| 2 Interculturele zorgconsulenten | 12 Inzet078 |
| 3 Huis de Bron | 13 Sociale Dienst Drechtsteden |
| 4 Dordtse Seniorenbond | 14 PCOB |
| 5 Het Spectrum | 15 Rabo bank |
| 6 Digitale Hulp | 16 Vier het leven |
| 7 Visio | 17 Dordt Sport |
| 8 Vegro | 18 Buurtwerk |
| 9 Zorgmies | 19 Brandweer |
| 10 De Mantelaar | 20 Politie |



advertentie

bruna

STERRENBURG

Op 4 februari 2023 heeft Bruna Sterrenburg haar deuren geopend in een compleet nieuw en groter "jasje".

Door deze uitbreiding is Bruna Sterrenburg nog meer de meest inspirerende verwenwinkel van Dordrecht in de Wereld van Lezen en Schrijven en onderscheidt zich door service, beleving en assortiment!

Bruna Sterrenburg is onderdeel van Bruna BV de marktleider op het gebied van (kinder) boeken, tijdschriften, dagbladen en wenskaarten en één van de grootste aanbieders op het gebied van cartridges, papier- en schrijfwaren, cadeaucards en cadeauartikelen, tabak, producten van de Nederlandse Loterij.

Daarnaast beschikt Bruna Sterrenburg over een PostNL servicepunt waar u terecht kunt voor al uw postzaken en RDW-handelingen en, met ingang van 6 februari 2023, ook een ING Service Punt waar je terecht kunt voor je dagelijkse bankzaken, zoals openen betaalrekening, wijzigen van je gegevens of het activeren van je mobiele telefoonnummer voor Mijn ING.

Bruna Sterrenburg

P.A. de Kokplein 110

3318 JW Dordrecht

Tel: 078-6549721

E-mail: brunasterrenburg@gmail.com

Facebook: [Bruna Sterrenburg](#)

Instagram: [@brunapapendrecht](#)

Openingstijden

Maandag	10.00 - 18.00
Dinsdag	09.00 - 18.00
Woensdag	09.00 - 18.00
Donderdag	09.00 - 20.00
Vrijdag	09.00 - 18.00
Zaterdag	09.00 - 17.00
Zondag	gesloten!

Elke laatste zondag van de maand geopend (koopzondag).



ZE PIKKEN EEN GRAANTJE MEE

Ik vraag
gelijkgestemde



De meeste senioren zitten niet meer in het arbeidsproces maar ook niet achter de geraniums wat wij vaak denken... Zij zijn vaak de drijvende kracht in families met kinderen en werkende ouders die carrière nastreven. Vóórdat de reguliere schoolvakanties beginnen zijn het dan ook senioren die een aantal weken op een recreatiepark of camping doorbrengen want dan is er nog voldoende ruimte... Ook de schrijver dezes maakt zich daaraan schuldig en reserveert tijdig om zeker te zijn van een geschikte plek welke vaak voorzien is van Wifi, water, elektro en TV. Senioren van nu hebben de metamorfose van analoog naar digitaal eigen gemaakt zodat zij er handig gebruik van kunnen maken juist om te genieten... Als vertegenwoordiger van onze Dordtse Seniorenbond was ik zeer benieuwd hoe die senioren zich vroeger tijdens werk en nu hun vrije tijd invullen en maakte met enkelen contact voor een leuk verhaal in de Dordtse Senkiorenbond

In gesprek met *Renée

Ha, de wind komt uit de goeie hoek en samen met zijn zwarte labrador Bas ging hij vissen in het kanaal... Bas herkende mij nog en kwispelde met z'n hele achterlijf de staart rolde er bijna af... Renée bracht alles in stelling en de gevangen vis zette hij snel weer terug..., nam vervolgens een <Hasse Bassie> uit z'n platvink en vertelde dat hij gedurende 22 jaar bij een oliemaatschappij had gewerkt voornamelijk op platforms in de Noordzee dat is alweer 10 jaar geleden. 14 dagen op 14 dagen af is soms wel lastig hoor omdat je om de 14 dagen thuis bent en als het stormt mag je niet weg en ga je naar de Living-quarters (woonverblijven) maar dat is over en uit...! Ik ben nu vrijwilliger bij de voedselbank dat is ontzettend leuk om te doen en bovendien werk ik nog 1 dag/week via het uitzendbureau 65+. Samen met Hanna passen we zo nu en dan op de kleinkinderen, ik klaverjas met vrienden en nu kamperen met Hanna en Bas wat wil je nog meer..!



Bas...

In gesprek met *Tjeerd

Jawel Tjeerd staat dit seizoen op hetzelfde park als Focus. Op zeer jonge leeftijd monsterde hij aan als <ketelbinkie> op de grote vaart maar toen hij Agnes leerde kennen zocht hij de wal op... Tjeerd was machinist en had 25 jaar te maken met knoepers van locomotieven op een groot industrieel complex en werd later via een interne regeling met wederzijds genoegen buschauffeur tot z'n pensioen. Hij en Agnes zijn onze kampeer-vrienden die zonder onderscheid te maken ons enkele jaren geleden introduceerde bij hun familie en vrienden...

In hun woonplaats doen Agnes en Tjeerd via hun vereniging Fanatiek aan partner-sport



(Jeu de Boule) en voor de competitie moeten ze regelmatig uitwijken naar een andere stad of dorp. Dikwijls plaatst Tjeerd de fietsen achter op de auto en zoekt een mooie omgeving om te kunnen fietsen en te relaxen. Past inderdaad ook op z'n kleinkinderen en klust alles aan elkaar waar nodig..., ja, zegt hij vroeger moest alles maar die druk is weg nu is het tijd om leuke dingen te doen waaronder kamperen met Agnes..!

In gesprek met *Joost en Heleen

Het zijn gezellige druktemakers en aan elkaar gewaagd. Ze hebben een seizoenkaart van hun favoriete voetbalclub (eredivisie) en gaan 1x in de 14 dagen naar het stadion. Joost heeft tot z'n pensioen bij de brandweer gewerkt en Heleen in een lab. Ze kennen veel mensen en zijn heel actief in het plaatselijke verenigingsleven, helpen graag iedereen want dat is nu eenmaal zo...Komen af en toe showen op een



Joost en Heleen...

grote motor (1000cc) die met kudongk-kudongk zich presenteert. Van Joost mocht ik gerust samen met Heleen een rondje rijden maar kom wel terug ik wil haar nog niet kwijt.! Ze hebben een enorme platenverzameling van de komieken Monty Python met muziek zoals Always Look on the Bright Side of Life <Een zonnige blik op het leven hebben> en genieten zo veel als mogelijk van de dingen die zij nog goed kunnen, dat helpt voor een aangename sfeer in het leven...

Hou je haaks luitjes en kudongk-kudongk

tot Focus..!



Op vertoon van deze advertentie

**10%
KORTING!**

*Meyer
Casa Moda
Alan Red
Fellows
Falke*

HERENMODE

PIET LAP
W.C. STERRENBURG



Sinds Pim's 1986

**POFFERTJES
EN
PANNEKOEKEN**

Nieuwstraat 19/21
3311 XR Dordrecht
Telefoon: 078-6312709
www.pimspofenpan.nl

Het aardappelpakhuis

De meest speciale aardappelwinkels van Nederland

- De beste kwaliteit voor een zo laag mogelijke prijs
- Service in de ruimste zin van het woord
- Gratis parkeren voor en in de omgeving van de winkel
- Aardappelen, fruit en uien zijn te kopen in elke hoeveelheid.
- Niet goed, geld terug

Amalia van Solmstraat 35 (Paulusplein)

3314 LD Dordrecht
Telefoon: 078-6132084

Openingstijden:

Dinsdag t/m vrijdag 07:30-17:30 uur
Zaterdag 07:30 - 15:00 uur
Maandag gesloten



ZWARTE KOMEDIE

DOOR: WIM NUY



Het was een zonovergoten terras en de tafels waren met wit linnen gedekt. We hadden er met een bevriend stel afgesproken en we zouden er wel eens even een leuke avond van gaan maken. En dat werd het ook! Tijdens ons spirituele aperitiefje

en in de luwte van ons gekeuvel fantaseerde ik mijn omgeving wat bij elkaar. Het bedienend personeel droeg een zwart uniform dat goed kleurde bij hun humeur, zo stelde ik vast. Humor was binnen deze nering geen functie-eis, luidde mijn verdict!

Toen tijdens ons aperitief het terras volliep nam het geluid om ons heen kakofonische vormen aan. Omdat ons gehoor de laatste tijd niet beduidend vooruit gaat, een kwartel zou trots op ons zijn, besloten we om binnen te gaan eten. Iets in me zei dat dit wel eens een dingetje kon gaan worden. Ik vroeg de ober, wiens gelaatsuitdrukking een tegenvallend huwelijk uitstraalde, of hij voor ons de mogelijkheid wilde onderzoeken om binnen te eten. Iets in z'n doen en laten maakte mij behoedzaam in m'n woordkeuze. 'Maar het is hier buiten toch veel gezelliger' antwoorde hij met de benodigde stemverheffing.

Na enig aandringen liep hij hoekig naar binnen en ging daar woest aan de gang met het witte tafellinnen. We hadden geluk! Het mocht!! Nadat hij de tafel had gedekt kwam hij strijdlustig het terras op marcheren. We mochten naar binnen! Wij wilden onze drankjes meenemen maar dat mocht dan weer niet. Dat deed hij!! We schuifelden wat verward naar binnen, op weg naar deze ultieme geste die ons werd verleend. Fawltly Towers kan hier nog wat van leren dacht ik.

Binnen was het lekker rustig. Op de muziek na, die stond op festival-volume. Omdat we toch graag wat wilden praten, we hadden elkaar al een tijdje niet gezien, wenkte ik beduusd naar de man in het zwart. Met gebaren vroeg ik beleefd of de muziek wat zachter mocht. 'Geen probleem', schreeuwde hij. 'Hij had in z'n lange carrière al gekkere vragen gehad!' De manier waarop hij naar de geluidsinstallatie beende bewees het tegendeel. Het moest allemaal niet gekker worden, liep hij.

Tijdens het voorgerecht kwam hij met een keukenaansteker in de hand onze kant op. Wij verstomden en gingen wat rechterop zitten. Ditmaal was echter een kaars zijn doelwit. Eenmaal brandend verstoorde deze echter ons blikveld en mijn leefgenote blies hem recalcitrant weer uit. Dat kan overigens alleen zij, een kaars recalcitrant uitblazen. Daar moet je voor doorgeleerd hebben. En dat heeft ze!! Ze had hierbij echter buiten de waard gerekend die terstond met z'n aansteker aan kwam rennen. Hij droeg het ding als een wapen. 'Is tie uitgegaan?' 'Nee, ik heb 'm uitgeblazen want hij staat voor onze neus!.' 'Maar een kaars op tafel is toch gezellig?!' 'Jawel, maar niet vóór onze neus!.' Hij stak de kaars weer aan en zij blies 'm weer uit.



Ik heb nog even getwijfeld of ik de humorloze gedaante in het zwart zou vertellen dat ik als geen ander wist hoe dit af ging lopen. Hij zou verliezen! Toen de meeste gasten naar huis gingen en hun herrie meenamen vroeg ik aan de ober of we buiten onze koffie mochten drinken. Niet veel later kwam de GGZ hem ophalen.

54 PROCENT VAN DE 55-PLUSERS GENIET VAN OUDER WORDEN

DOOR ADRI VOGELAAR

Ruim de helft van de 55-plussers in Nederland zegt te genieten van het ouder worden en minder dan 1 op de 10 voelt zich oud. 58 procent van de 55-plussers zegt nu even gelukkig te zijn als toen ze 25 jaar waren en bijna een kwart is zelfs gelukkiger dan vroeger. Dit blijkt uit het onderzoek Belevingen 2019 van het CBS.

Voor het onderzoek Belevingen is onder ruim 3,8 duizend 55-plussers een enquête gehouden. Het gaat hier om particuliere huishoudens; ouderen die in een instelling wonen, namen niet deel aan het onderzoek.

Een grote meerderheid van de 55-plussers (87 procent) wil ook nog lang leven zoals ze zich nu voelen. De 65- tot 75-jarigen zeggen dit vaker dan de 55- tot 65-jarigen. De 75-plussers zeggen dit daarentegen iets minder vaak dan de 55- tot 65-jarigen. Dit heeft er onder meer mee te maken dat 75-plussers minder gezond zijn en gemiddeld lager opgeleid zijn.

Er is maar een kleine groep 55-plussers (8 procent) die zich oud voelt, bijna drie kwart voelt zich niet oud. De 75-plussers voelen zich wel vaker oud dan de 75-minners. De gemiddeld minder goede gezondheid van 75-plussers speelt hierbij geen doorslaggevende rol.

Kinderen van belang voor gevoel over ouder worden

55-plussers met kinderen genieten vaker van het ouder worden (55 procent) dan degenen zonder kinderen (47 procent); ook willen ze vaker nog lang leven (88 procent tegen 83 procent). Daarnaast zeggen 55-plussers met een vaste partner vaker dat ze nog lang willen leven zoals ze zich nu voelen (89 procent) dan degenen zonder partner (81 procent).

In 2019 was 88 procent van de 55-plussers gelukkig. Op de vraag of ze nu gelukkiger, even gelukkig, of ongelukkiger zijn dan toen ze 25 jaar waren, antwoordt bijna een kwart van de 55-plussers dat ze nu gelukkiger zijn dan vroeger. Het merendeel, 58 procent, is even gelukkig en 17 procent is ongelukkiger. Het percentage dat ongelukkiger is dan vroeger, is onder 65- tot 75-jarigen lager dan onder 55- tot 65-jarigen en 75-plussers. Van de 75-plussers is 19 procent ongelukkiger dan vroeger, de minder goede gezondheid is hierbij van belang.

Meer gelukkige 55- tot 65-jarigen dan 20 jaar geleden

Uit het onderzoek Sociale samenhang en Welzijn bleek eerder dat het percentage gelukkige 55- tot 65-jarigen de afgelopen 20 jaar is gestegen. Onder 65-plussers bleef het percentage mensen dat aangaf gelukkig te zijn stabiel. De 'jonge ouderen' van nu zijn dus vaker gelukkig dan de jonge ouderen van vroeger. Deze groep heeft het in meerdere opzichten ook beter dan vroeger. Vrouwen in deze leeftijdscategorie werken vaker waardoor ze meer te besteden hebben. Ook hebben de 55- tot 65-jarigen gemiddeld een betere gezondheid en een hoger onderwijsniveau.

Op het internet opgezocht door Adri Vogelaar.

Limerick: Genieten

Verdiend na zoveel jaren
Het werk door jou gedaan
Nu nog meer genieten
Met pensioen als nieuwe baan



Koepel Gepensioneerden laat van zich horen



Het Centraal Planbureau heeft deze week de definitieve koopkrachtcijfers van 2022 bekendgemaakt. Die waren sinds 1983 niet meer zo sterk gedaald. En wie stonden er onderaan? Gepensioneerden. Alweer. Net als de afgelopen jaren.

De voorzitter van de Koepel Gepensioneerden, John Kerstens, werd hierover geïnterviewd door Trouw. Hij benadrukte dat (mede dankzij de inspanningen van de Koepel Gepensioneerden) bijna alle pensioenfondsen en pensioenverzekeraars de pensioenen vorig jaar eindelijk redelijk hebben kunnen verhogen, maar dat die verhoging in de meeste gevallen niet genoeg was om de inflatie bij te houden. Daardoor is de koopkracht van het aanvullend pensioen voor de meeste gepensioneerden voor het vijftiende jaar op rij verder gedaald. Dat was extra zuur voor gepensioneerden die bijvoorbeeld geen recht hadden op de energietoeslag die de overheid vorig jaar had ingevoerd. Zij hadden daarvoor een 'te hoog inkomen'.

Kerstens zei daarover in Trouw: 'Een te hoog inkomen, dat klinkt mooi, maar dat is het niet altijd. Ook gepensioneerden met een (beter) aanvullend pensioen merken dat het leven duurer wordt. Zonder toeslag leveren ze in.' Hij wees er ook op dat 'als de middeninkomens stelselmatig over het hoofd worden gezien, een deel van hen kan wegzakken naar "de onderkant"'. De groep waarvoor bestaanszekerheid een probleem wordt, wordt dan steeds groter.'

In het artikel deed de Koepel-voorzitter een oproep aan pensioenfondsen om 'de remmen los te laten.' De Koepel Gepensioneerden ziet nu namelijk dat fondsen lagere indexatie willen per 1 januari 2024, bijvoorbeeld omdat vakbonden en werkgevers geld willen reserveren om werknemers van 45 en ouder te compenseren voor het afschaffen van de doorsneepremie in de nieuwe Pensioenwet. Dat komt bovenop het feit dat in alle cao's ook dit jaar weer flinke loonsverhogingen zijn afgesproken.

Advertentie

Dag arrangement voor 17 tot 35 personen met de historische 125 jaar oude Veerdienst 3*
Het Binnenvaartmuseum in Dordrecht en het Baggermuseum in Sliedrecht bieden u een uniek arrangement aan.

Iedere derde donderdag van de maand, van maart t/m oktober kunt u beide musea bezoeken en een vaartocht maken met de Veerdienst 3*. De kosten bedragen €45,00 p.p. jongeren t/m 12 jaar €30,00 p.p. optioneel kunnen wij een lunch aanbieden voor € 10,00.

Dit arrangement is ook als groep te boeken op overige dagen (6 uur)

- **09.30 uur:** ontvangst met koffie of thee in het Binnenvaartmuseum aan de Werf van De Biesbosch 94. Hier krijgt u rondleidingen door het Binnenvaartmuseum* op de duwboot Rene Siegfried, de LASHbak CGS 6013 en de Franse motor Marot.
- **11.30 uur:** vertrek Veerdienst 3 vanaf het Binnenvaartmuseum*.
- **11.40 uur:** opening Prins Hendrikbrug we varen een mooie tocht over het Wantij door de Biesbosch, via de Helsluis komen we op de Beneden-Merwede en leggen aan bij het Baggermuseum.
- **13.30 uur:** aankomst Baggermuseum* langs de unieke baggermolen Friesland Inclusief: entree en rondleiding door Baggermuseum.
- **15.00 uur:** vertrek Veerdienst 3* via de Beneden-Merwede terug naar Dordrecht.
- **16.00 uur:** aankomst Binnenvaartmuseum en einde van een mooie dag.

*Voldoende parkeerruimte, goed bereikbaar met OV, Let op! Trappen zijn aanwezig!

Dit bijzondere arrangement is te boeken op: www.debinnenvaart.nl



**nationaal
BAGGER
MUSEUM**



De 125 jarige Veerdienst 3 varend op het Wantij in de Biesbosch.
 Foto: vereniging De Binnenvaart.

***Iets te vieren?:** naar wens zijn voor groepen ook andere rondvaarten mogelijk van minimaal twee uur.*

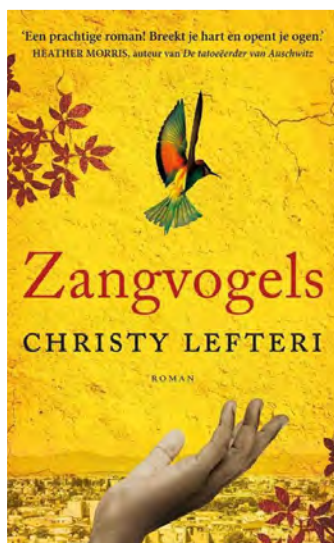


BOEKBESPREKING

Joke Herrewijn-de Vries



'ZANGVOGELS' GESCHREVEN DOOR CHRISTI LEFTERI



Christi behandelt in Zangvogels de leefomstandigheden van de alleenstaande moeder Nisha, die haar thuisland Sri Lanka verliet om in Cyprus als huishoudster aan het werk te gaan. Zij hoopt op deze manier haar eigen kind en familie financieel bij te kunnen staan en hun op deze manier zekerheid en een beter leven te geven. Nisha gaat aan de slag bij de alleenstaande Petra. Naast haar huishoudelijke taken zorgt ze voor Petra's dochter Alik, ze koestert haar vertroetelt en heeft haar ontzettend lief en op wie zij haar eigen dochter Kumari reflecteert.

Wanneer Nisha verliefd wordt op Yannis wil ze haar baan raakt zwanger. De werkloze Yannis verdient geld met het stropen van zangvogels door netten en lijmsokken. Ze wil dat hij stopt met dit illegale werk. Maar hij is verstrikt in de netten van de clandestiene organisatie. Hij kan er onmogelijk uitstappen, bang voor zijn eigen leven.

Nisha verdwijnt plotseling, daardoor stort zijn wereld in en de wereld van Petra. De politie weigert een onderzoek in te stellen omdat het toch maar een vreemdeling is: ze zal naar het thuisland zijn teruggereisd. Daar ze alles heeft achtergelaten vooral haar paspoort ligt dat duidelijk niet voor de hand. Tijdens de zoektocht van Petra en Yannis komen ze onthutsende zaken te weten.

Het boek is opgebouwd uit verschillende korte hoofdstukken, waarin telkens het standpunt van Petra en Yannis is weergegeven. Af en toe is er een hoofdstuk waarin een onbekende persoon (Nisha?) een beschrijving van een situatie geeft. De auteur Christy Lefteri geeft een heldere kijk op het leven van huishoudsters in Cyprus en toont aan dat veel afhangt bij wie men is tewerkgesteld. De schrijfster legt terecht de vinger op de wonde, klaagt aan en toont vervolgens aan dat 'gastarbeidsters' niet welkom zijn. Deze vrouwen hebben enkel plichten, weinig tot geen rechten. Zeker geen uitzicht op enig begrip voor hun situatie, laat staan op erkenning.

De auteur heeft een fijne en vlotte schrijfstijl, ze gebruikt aardige metaforen. Beschrijving van de Cypriotische natuur en samenleving. De aandachtstrekker is het onrecht en de onmacht van de gastarbeiders. De inspiratie voor het boek was de tragedie die zich op Cyprus voordeed: toen vijf vrouwelijke huishoudhulp en twee van hun kinderen plotseling verdwenen.



Christi Lefteri (1980).

Ze is geboren en getogen in Londen, waar ze creative writing studeerde. Ze is de dochter van Grieks-Cypriotische vluchtelingen. Dit is een roman, schrijfster van de Bijenhouder van Aleppo, ze geeft een gezicht aan alle naamloze emigranten.

WINTERTIJD 2023 - KLOK VERZETTEN

De wintertijd gaat altijd in op de laatste zondag van oktober. De ingang van de wintertijd 2023 is in de nacht van **zaterdag 28 op zondag 29 oktober** aanstaande. Dan worden de klokken weer een uur achteruit gezet en maakt de zomertijd plaats voor de wintertijd. Dit betekent dat uw nachtrust met één uur wordt verlengd. De 'wintertijd' duurt tot zondag 26 maart 2023 en is eigenlijk de gewone tijd en duurt vijf maanden. Hierdoor is het 's ochtends eerder licht en 's avonds eerder donker.



Ezelsbruggetje: Vergeet nooit meer wanneer je de klok vooruit of achteruit met zetten. In het voorjaar zet je de klok 1 uur vooruit en in het najaar zet je de klok 1 uur achteruit.





M-Design&Wonen

De specialist voor uw interieur

*Verf - Behang - Tapijt - Laminaat - PVC - Vinyl - Gordijnen -
Binnenzonwering - Buitenzonwering - Karpetten - Lampen -
Tafelzeil - Matten - Plaids - Sierkussens - Interieur accessoires*

www.mdesignenwonen.nl tel: 078-8427375 info@mdesignenwonen.nl

Winkelcentrum Crabbehof



Scootmobiel
Rijnmond.nl

Openingstijden:

Dinsdag - vrijdag
10:00 - 16:00 uur

Zaterdag en 's avonds
alleen op afspraak



**Uw zorgspecialist in de
regio voor Scootmobielen,
Rollators, Rolstoelen en
Zorghulpmiddelen.**



Showroom van 200m² zorgplezier en gratis parkeren voor de deur!

Noordeinde 118, 3341 LW Hendrik-Ido-Ambacht | Tel. 078 68 22 307 | scootmobielrijnmond.nl



NAAR EEN NIEUW DORDT SOCIAAL SENIORENCONTRACT?

Aanleiding

6 oktober staan we als senioren extra in het zonnetje. Dat is de nationale dag van de ouderen. Wereldwijd is dit een eerbetoon aan alle oudere mensen op deze moeder Aarde en het belang van ouderen in onze samenleving. Deze dag is ingesteld door de Verenigde Naties bij resolutie van 14 december 1990.

Reden waarom de schijnwerper dit keer staat op de vraag hoe we Dordrecht nog leuker maken voor senioren. We zijn het heel veel. Dus starten we met cijfers. Daarna gaan we in op twee zaken.

Om te beginnen dat we met terugwerkende kracht stoppen met praten over senioren.

We hebben als zeer grote groep bewoners van deze stad - in de toekomst maar liefst 26% - recht op erkenning dat we er als mens met een respectabele leeftijd mogen zijn en niet afgeschreven als een 'kostenpost'. We zijn allemaal mensen die er mogen zijn en die niet mogen afgeschreven worden. De tweede opmerking is dat ook voor senioren geldt dat hun bestaansrecht wordt erkend door de (gemeentelijke) overheid. Dat is dus wat anders als aanvullend als het de overheid uitkomt. Kortom het roer zal bij het ouderenbeleid flink om moeten. Het zou fantastisch zijn als we dit bij de dag van ouderen in 2024 ook kunnen vaststellen.

Hoeveel senioren telt onze stad Dordrecht? Op dit moment telt Dordrecht 22.029 senioren, of te wel 18%. De komende jaren neemt dit aantal behoorlijk toe. In 2030 telt onze stad 30.287 of te wel 23,4% senioren. Weer later, in 2040 stijgt dit tot 40.3260 en komt daarmee op 26,7% terwijl het landelijk gemiddelde 25% bedraagt. Het is klip en klaar dat we in onze gemeente aan de bak moeten om te zorgen dat we op tijd inspelen op dit gegeven. Kortom laten we niet blijven hangen in hoe leuk het vroeger allemaal was. Daar zullen we afscheid van moeten nemen. We moeten in het hier en nu aan de slag met de opgaven waar we NU voor staan en dat vergt ook andere antwoorden en omdenken. Dit leidt naar mijn mening tot een tweetal opgaven.

Opgave 1: We gaan echt in gesprek met elkaar als generaties. Om te beginnen valt me op dat er nu van een echt gesprek of liever dialoog niet of nauwelijks sprake is. Senioren worden vooral gezien als kostenposten en dit zorgt er voor dat generaties verwijtend naar elkaar wijzen want wat baat het de mens als hij/zij wat over moet hebben voor een ander. We zullen wat mij betreft af moeten van de dictatuur van economen die ons reduceren tot kostenposten en mede daardoor een samenleving waarin generaties WEL wat voor elkaar over hebben naar de knoppen helpen. We moeten ook af van de trend dat er vooral over senioren wordt gesproken. De tijd dat we in de zandbak hebben gezeten ligt inmiddels mijlenver achter ons. Het is heel gewoon dat er met ons als senioren gesprekken worden gevoerd over oplossingen waar we onderdeel van zijn. Ik ben er van overtuigd dat dit uiteindelijk veel betere oplossingen oplevert dan de zogenaamde kostenbesparende ideeën die nu vooral buiten ons om worden bedacht.

Neem nou wonen voor senioren.

Waarom gaan we nou juist niet uit van de vraag van senioren zelf? Dus liefst gelijkvloers kunnen worden, nabij daarop afgestemde voorzieningen. Heel concreet betekent dit doorstroming bevorderen van senioren naar flats en als dat niet kan zorgen voor een traplift en afspraken maken over al dan niet passend vervoer en het netwerk waarop senioren mogen rekenen. Een knarrenhofje is natuurlijk een aardig idee, maar het duurt wel erg lang voor het er daadwerkelijk staat en is qua aantal een druppel op een gloeiende plaat. En tenslotte, wat is er nou eigenlijk mis met levensloopbestendig bouwen en breder toestaan van kangoeroe woningen?

En o ja nog even dit. Waarom is er wel een kinderburgemeester en ook geen seniorenburgemeester?

Opgave 2: Erkenning bestaansrecht senioren.

Met dank aan een te dominante invloed van neo-liberale politieke partijen zijn de burger en de overheid van elkaar vervreemd en staan vaak lijnrecht tegenover elkaar. Het is de hoogste tijd deze schade te herstellen en de sociale rechtstaat de plek te geven die ze verdient voor de gewone burger. Concreet gaat het om de sociale grondrechten die in 1983 in de Grondwet zijn vastgelegd. Onze overheid moet zich houden aan kernverantwoordelijkheden: spreiding van welvaart, verbetering leefmilieu, werkgelegenheid, rechtsbescherming, voldoende woonegelegenheid, onderwijs, volksgezondheid en maatschappelijke en culturele ontplooiing. Daarmee komen we met dank aan Pieter Omzigt uit op het idee dat we ook in Dordrecht voor de opgave staan inhoud te geven aan een nieuw sociaal seniorencontract. Dankzij dit contract kunnen we als senioren en overheid met een schone lei beginnen aan de uitdaging Dordrecht richting toekomst serieus senior proof te maken. Concreet betekent dit dat maatregelen op het gebied van wonen, welzijn, vervoer en zorg altijd in overleg met senioren nader dienen te worden uitgewerkt.

Hoe moeilijk kan dit nou zijn? Zullen we hier morgen maar mee beginnen?

Bron: Pieter Omzigt
een nieuw sociaal contract, Prometheus 2021



ARIE VAN ZANTEN



Houd uw geheugen fit!

Er zijn
GEEN KOSTEN
aan verbonden!

Kom dan naar de inloop!!
U komt en gaat wanneer u wilt

Iedereen is van harte welkom en de koffie en thee is **GRATIS**.
Dit geldt ook voor mantelzorgers.



BEWEGEN staat centraal



Iedere **maandag**
van 11.00 tot 13.00 uur

Sporting Delta
Gravensingel 118
in Dordrecht

Contact:
Ria de Vrind
riadevrind@gmail.com
T 06 10 33 11 18



Iedere **dinsdag**
van 11.00 tot 12.30 uur

Gymnastiekvereniging Sparta
Eddingtonweg 1
in Dordrecht

Contact:
Marjan Holster
m.holster@spartadordrecht.nl
T 06 45 21 11 68



Iedere **donderdag**
van 09.30 tot 11.30 uur

De Prinsemarij
Nassauweg 2
in Dordrecht

Contact:
Petra Brand
abdeprinsemarij@hetspectrum.nl
T 06 12 71 58 78



KUNST & CULTUUR staat centraal

Iedere **dinsdag**
van 09.30 tot 11.30 uur

Energiehuis
Ingang Energieplein
Noordendijk 148
in Dordrecht

Contact:
Roxanne van der Slot
projectbureau@tobe.nl
T 088 888 53 81

Heeft u persoonlijke
vragen over uw geheugen?

Dan is er gelegenheid
deze voor te leggen aan
een deskundige.

Bij inloop A, B en C zijn er
beweegactiviteiten zoals bijvoorbeeld:

- Badminton
- Koersballen
- Wandelen

Bij inloop D zijn er culturele
activiteiten.

Denk aan:

- Muziek & Zang
- Dans & Beweging
- Kunst & Design

Kijk op www.tobe.nl/
agenda voor het
actuele programma.



Wat te doen met uw pensioen?

Dacht u ook toen u met pensioen ging: “Ein-de-lijk tijd om te gaan doen wat ik écht leuk vind, maar nu eerst...zalig niets doen! Daarna ga ik mij wel oriënteren op een zinvolle of leuke invulling van mijn pensioen.”

Maar zegt u eens eerlijk...wat is er terecht gekomen van deze goede voornemens? Bent u na uw pensioen gaan doen wat u écht leuk vindt? Of bent u nog niet zo ver en schuift u het zo'n beetje voor u uit? Heel herkenbaar, Het is ook helemaal niet erg, genieten van uw vrije tijd mag natuurlijk. Maar misschien wordt u toch een beetje stram in die luie stoel en voelt u het nu een heel klein beetje kriebelen... dan is de koffieochtend met thema “Wat te doen met uw pensioen?” misschien iets voor u.

De koffie-ochtend is op maandag 27 november van 10.00 tot 12.00 uur in Cultureel Centrum Sterrenburg en is bedoeld voor alle senioren; of u nu al wel of nog niet met pensioen bent en of u nu 60+ of al wat ouder bent. bent niet de enige.

Inspiratie & Informatie

Tijdens deze ochtend ontvangt u informatie over de vele mogelijkheden die er zijn om uw pensioen te kleuren op een manier die bij u past en te gaan doen wat u leuk vindt op een moment dat u daar tijd voor heeft. Helemaal anno-nu: flexibel en vrijblijvend. U kunt zich bijvoorbeeld verder ontwikkelen, iets heel nieuws leren of u in gaan zetten voor een doel wat u altijd al belangrijk heeft gevonden, maar waar u nooit tijd voor had.

Er zijn gepensioneerden aanwezig die uit eigen ervaring vertellen hoe zij hun pensioen hebben ingevuld en uw vragen graag beantwoorden. En er is, als u dat wilt, ook al direct informatie voorhanden waarmee u direct aan de slag kunt. Denk aan vrijwilligersvacatures, inschrijflijsten voor interessante cursussen en een agenda met activiteiten in Dordrecht, waaraan u deel kunt nemen. Niets moet, alles mag, we hopen u te inspireren.

Talentscan

Wie dat wil kan samen met een speciaal daarvoor opgeleide adviseur de ‘Talentscan’ doen. Op lichte wijze met behulp van inspiratie- en thema-kaarten krijgt u inzicht uw interesses, vaardigheden (verborgen) talenten en mogelijkheden. Na afloop krijgt u suggesties mee voor activiteiten die passen bij de kaarten die u gekozen heeft.

De talentscan is ontwikkeld door stichting Humanitas. De ochtend wordt georganiseerd door INZET078! (het centrum voor vrijwillige inzet in Dordrecht) in samenwerking met Buurtwerk Dordrecht. Voor koffie, thee en wat lekkers wordt gezorgd. De workshops worden kosteloos aangeboden en zijn natuurlijk geheel vrijblijvend. U gaat naar huis met inspiratie, niet met verplichtingen! Het Cultureel Centrum Sterrenburg is gevestigd aan het Dalmeyerplein 10.

Aanmelden en meer informatie

Aanmelden kan eenvoudig door een mailtje te sturen naar info@inzet078.nl.

Voor vragen en meer informatie kunt u tijdens kantooruren bellen met één van de adviseurs van INZET078! Het telefoonnummer is: 078- 206 3002



Een adviseur van INZET078! bekijkt samen met een geïnteresseerde dame de inspiratiekaarten van de Talentscan.



De werkgroep Lief en Leed besteedt aandacht aan leden en families, die bericht hebben gestuurd van huwelijksjubilea, opnamen in ziekenhuis, langdurige zieken, overlijden, etc. deze berichten mogen worden gestuurd naar onze vrijwilligster Els Bel. (Zie pagina 1).



Goedegebuure notariaat & estate planning

Advies nodig?

*Maak vrijblijvend een
afpraak ter oriëntatie.*

Goedegebuure Notariaat
Rotterdamseweg 40
3332 AJ Zwijndrecht

T 078 - 612 64 66

Leden van de Dordtse
Seniorenbond ontvangen
10% korting.

info@goedegebuurennotariaat.nl
www.goedegebuurennotariaat.nl

*Voldoende gratis
parkeerplaatsen.*

Gemakkelijk bereikbaar.



KunstGalerij Europ'Art,
gevestigd in een 350
jaar oud koopmanshuis
(rijksmonument) in
de oudste straat in
het historische
centrum van Hollands
oudste stad,
Dordrecht.

- OUDE EN MODERNE KUNST
- SCHILDERIJEN
- ROYAL LEERDAM CRYSTAL
- SCULPTUREN
- KUNSTBOEKEN

KunstGalerij Europ'Art
Grotekerksbuurt 8, 3311 CB Dordrecht
tel: 078-6148024 / 06-13623435

e-mail: europart@xs4all.nl
website: www.kunstrondje.nl/europart

Openingstijden: Za 12-17 uur, op afspraak en op
de 1e zondag van de maand van 12 tot 17 u.

'T ZIT WEL



MET

KADOR TAPIJTEN

De grondleggers van kwaliteit en bodemprijzen
LANGE BREESTRAAT 37-39

Dordrecht-Centrum Tel. 078 - 614 56 03
www.kador.nl • www.traploper.nl

Koelewijn's Visspecialiteiten

**Per 22 maart hebben wij onze nieuwe
winkel in Winkelcentrum Sterrenburg
op een ander locatie geopend!
Wij zitten nu op nummer 135**

Loop gerust eens onze super moderne nieuwe
viswinkel binnen en ontdek wat de zee u allemaal
te bieden heeft.

Graag staan wij u persoonlijk te woord om in
goed overleg uw bestelling te kunnen noteren en
vervolgens klaar te maken.

Winkelcentrum Sterrenburg
P.A. de Kokplein 135
3318 JW Dordrecht
Telefoon 078 - 618 16 84
www.koelewijnvis.nl



Wij zijn ook op maandag open van 11.00 tot 18.00 uur



INVESTEREN IN OUDEREN IS INVESTEREN IN DE TOEKOMST

De Seniorencolatie roept politieke partijen op om te investeren in de kracht van senioren. De coalitie, die bestaat uit ANBO, KBO-PCOB, Koepel Gepensioneerden, NOOM en SOMNL, doet dit in aanloop naar de Tweede Kamerverkiezingen op woensdag 22 november.



Het groeiend aantal senioren in Nederland is een groep met enorme potentie. De Seniorencolatie wil dat die potentie volledig benut wordt. Om dit te bewerkstelligen heeft de Seniorencolatie een brochure gemaakt met actiepunten rondom de belangrijke thema's wonen en welzijn, zorg, digitalisering en koopkracht en pensioen.

Levenservaring

Senioren hebben veel levenservaring. Ervaring die ze inzetten voor vrijwilligerswerk of het verlenen van mantelzorg. Daarnaast zijn er steeds meer senioren die (willen) blijven werken. Daarvoor moeten alle nodige voorwaarden samengevoegd worden in een duidelijk pakket van acties. Hieronder volgt een opsomming van de aandachtspunten die noodzakelijk zijn in een dergelijk pakket om senioren in hun kracht te zetten én te houden.

Koopkracht

Een van de belangrijkste thema's is koopkracht; een blijvend aandachtspunt. Zolang de inflatie de koopkracht blijft aantasten is het belangrijk dat de overheid senioren niet in de kou laat staan, vooral degenen die financieel kwetsbaar zijn. Hoge, instabiele energieprijzen en aanhoudende prijsstijgingen hollen ook de koopkracht van

AOW'ers boven het minimum uit, waardoor lagere middeninkomens dreigen te verarmen. Evenwichtige koopkrachtcompensatie blijft daarom de komende tijd actueel.

Wonen

In de nieuwe kabinetsperiode moet vol worden ingezet op de mogelijkheid om zelfstandig passend te kunnen (blijven) wonen. Dat houdt in dat er voldoende betaalbare, geschikte en bereikbare (geclusterde) woningen voor senioren moeten komen in wijken met goede voorzieningen. Daardoor wordt het mogelijk de noodzakelijke doorstroming een flinke impuls te geven. Daarnaast moet worden ingezet op het bouwen van nieuwe woonvormen met een sociale component. En op mogelijkheden om zo nodig zorg aan huis te kunnen leveren.



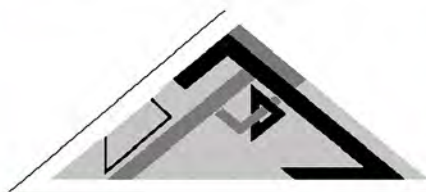
Als de laatste zorg de beste moet zijn

Tineke van der Jagt
Uitvaartverzorging staat
al 25 jaar garant voor een
persoonlijk afscheid en een
begrip in de regio. Bij Tineke
en haar team staat persoonlijke
aandacht voor de overledenen
en hun families voorop.



DEMENTIE & ROUW FAMILIEKAMERS ROUWVERWERKING ONDERSTEUNING & ADVIES BEGRAVEN EN CREMEREN

De ervaring leert dat het regelen van de uitvaart, in
overeenstemming met de (soms bijzondere) wensen
van de nabestaanden, een belangrijke rol speelt bij de
rouwverwerking. Mensen die bij leven hun uitvaart willen
regelen, kunnen ook terecht bij Tineke van der Jagt.
Bent u benieuwd naar de benadering van Van der Jagt
Uitvaartverzorging? Neem vrijblijvend contact op.



TINEKE VAN DER JAGT
Begrafenis- en Crematieverzorging

Een waarborg voor verzekerde zorg en persoonlijke aandacht

JAN VALSTERWEG 100 - 3315 LG DORDRECHT - T. 078 644 07 77
INFO@VANDERJAGTUITVAART.NL - WWW.VANDERJAGTUITVAART.NL



EVENEMENTEN/ACTIVITEITEN OKTOBER 2023

6 oktober:

Dag van de ouderen 13.00 tot 17.00 uur
Vissertuin 7 Dordrecht
(zie voor meer informatie pagina 7)

14 oktober:

Dordtse Cultuurnacht: Diverse cultuurinstellingen
dordsecultuurnacht.nl

19 oktober:

Biesbosch Herfstfeest, Biesboschcentrum
www.biesboschcentrumdordrecht.nl



Biesboschcentrum
Dordrecht

3 november:

Klucht "Geen gestruin door mijn tuin" 14.00 tot 16.30 uur De Merwelanden Haringvlietstraat 515 Dordrecht.

Voor leden van de Dordtse Seniorenbond 3,50 euro / introducees 5 euro.

Zie voor verdere omschrijving pagina 5.



5 november:

Drechtstadloop Start/finish Statenplein
www.drechtstadloop.nl

Verzameld door Nico Babbeko

Dringend! Bezorgers voor de DordtSenior gevraagd!

Wil jij ook onze vereniging een handje helpen?

We hebben je hulp hard nodig! Door een tekort aan bezorgers zijn we dringend op zoek naar vrijwilligers die ons ledenblad willen rondbrengen. Het blad staat vol met leuke en handige informatie. Het komt tien keer per jaar uit en het laat zien hoe geweldig onze club is.

Het is geen zware klus om het blad te bezorgen. Je bent maar een paar uurtjes per keer bezig.

Je maakt veel leden gelukkig, want ze genieten van onze verhalen en tips.

Dus twijfel niet en meld je aan als vrijwilliger bij ons. We zijn blij met jou als een van onze toppers!



Je kunt je aanmelden door te mailen naar Rob Nabarro via rob@dordtsenior.nl of te bellen naar 06-44404880.



STEUNFONDS

Wij werken met een lage contributie. Daardoor zijn onze financiële middelen beperkt.

Het bestuur heeft daarom in 2016 een steunfonds in het leven geroepen:

Gelukkig blijken verschillende leden bereid daaraan een vrijwillige bijdrage te leveren.

Daarvoor staat open: NL25 INGB 0007 1383 82 t.n.v. Dordtse Seniorenvereniging.

A.u.b. onder vermelding 'Steunfonds'

ZOGEZEGD

De maatschappelijke ladder is voor de meeste mensen een huishoudtrapje





VSP Dordrecht wil
**SAMEN MET U EEN
WELZIJNSSAMENLEVING
REALISEREN!**

- ✓ **Bij de VSP telt iedere Dordtenaar mee.**
- ✓ **We zijn er voor jong en oud.**
- ✓ **Wij staan voor een veilige en leefbare stad met voldoende voorzieningen in elke wijk.**
- ✓ **Betaalbaar bouwen voor iedere Dordtenaar.**
- ✓ **Vrijwilligers en mantelzorgers verdienen onze aandacht en steun.**
- ✓ **Sport is belangrijk. Het verbindt mensen en is goed voor lichaam en geest.**
- ✓ **De VSP wil meer aandacht voor sport. Het moet toegankelijk zijn voor iedereen.**
- ✓ **De bezuinigingen in de zorg moeten stoppen! Dat betekent onder meer: handen af van de thuiszorg en meer erkenning en geld voor zorg-medewerkers en huishoudelijke ondersteuning.**



De VSP is er voor jong en oud

Contact VSP: M.G. (Margret) Stolk (Fractievoorzitter) | margretstolk@hotmail.com | 06-559 885 20 | www.vsp-dordrecht.nl



VSP-Dordrecht





SENIORSERVICE: BELANGRIJKE TELEFOONNUMMERS

Voor spoedeisende huisartsenhulp 078-2020020.

Op maandag t/m vrijdag van 17.00 uur 's avonds tot de volgende dag 08.00 uur.

Op zaterdag, zondag en erkende feestdagen 24 uur per dag.

Alarmnummer

Snelle politiehulp, Geen spoed

112 (gratis)

0900-8844

Stichting MEE

078-7508900

Hulplijn, hulp nodig?

Wij zijn er voor jou als het alleen even niet lukt

Samen wandelen, klusjes in huis? 078-2001079

De Luisterlijn, telefonische hulpdienst,

Wij luisteren 24 uur per dag

088-0767000

Het Spectrum

algemene nummer

078-6172333

Thuiszorg het Spectrum

(vragen over welzijn, wonen en zorg)

078-7999220

Het Parkhuis

078-6220000

Aafje Zorglijn

088-8233233

Internos Zorglijn

078-6483838

Buurtzorg

06-57514200

ZorgMies Drechtsteden

078-7820560

Aanvullende mantelzorg, Hulp in huis gezelschap en
24 uren zorg

Stadswinkel Drechtsteden

14078

Sociale Dienst Drechtsteden

078-7708910

Wmo adviesraad Dordrecht

078-6176982

Sociaal wijkteam Dordrecht

078-2210200

Bureau Sociaal Raadsliden

088-1237011

Parkinson-vereniging

078-6541024

Alzheimer Nederland

0800-5088

RijbewijskeuringsArts.nl

085-0180800

Regelzorg rijbewijs-keuringen

088-2323300

INZET078

078-2063002

Het centrum voor vrijwillige inzet.

Wij geven informatie, advies en ondersteuning
aan vrijwilligers en vrijwilligersorganisaties.





Drukkerij RAD

voorheen Reprografisch Adviesbureau Dordrecht
sinds 1982

Speciaal ingericht voor het
vervaardigen van Moderne Handels-,
Familie- en Reclame-Drukwerken in de
eenvoudigste tot de fijnste uitvoering.

Jubileumkaarten *Verhuiskaarten*

Nette uitvoering • Vlugge aflevering • Billijke prijzen

Reewegpad 22 – 3319 CJ Dordrecht – Telefoon: 078-6213882





GEBITSPRAKTIJK DORDRECHT

Onze Kliniek: Uw kunstgebittenspecialist



Reparatie service ook in het weekend

Plein 1940—1945 nummer 32
3313 CV Dordrecht

Telefoon: 078-842 06 31

Website: www.gebitspraktijkdordrecht



VOOR VRAGEN OVER WONEN, ZORG & WELZIJN

KLANTENSERVICE HET SPECTRUM

078 799 92 20

klantenservice@hetspectrum.nl

www.hetspectrum.nl



#stichtinghetspectrum

ZORG MET AANDACHT, AANDACHT MET ZORG!