

# Dordt Senior



Maandblad voor de leden van de



Dordtse  
Seniorenbond

## Ruime collectie Relaxfauteuils

Maak kennis met onze nieuwe, exclusieve collectie relaxfauteuils en ervaar wat optimaal zitcomfort betekent.



**ALLE MEUBELS WORDEN BIJ ONS GRATIS BEZORGD EN GEPLAATST**



## Ledikant Tosca

Prachtig comfort ledikant. Het ledikant is gemaakt van massief hout in combinatie met veredelde plaatmaterialen.

# SKIPPY Meubel

Provincialeweg 8a · Dordrecht  
(richting Kop van 't Land)  
Tel. 078 - 616 50 91  
[www.skippymeubel.nl](http://www.skippymeubel.nl)

Wie boort er een gat in die harde betonmuur?  
Wie hangt de kapstok, spiegel of schilderij op?  
Wie komt mijn gordijnen ophangen?

Wie maakt dat slot nu eens een keer?  
De tuindeur klemt. Wie lost dat op?

Wie maakt er een kastje precies op maat?  
Wie vervangt dat lampje aan het plafond?

Wie verplaatst de kast voor de schoonmaak?  
Wie gaat er samen met mij zware boodschappen doen?  
Wie gaat er met mij kleding kopen?

Wie maakt die tochtkieren dicht?  
Wie maakt de goot een keer schoon?  
Wie spuit mijn straatje eens goed schoon?  
Wie zaagt die struik een keer kort?

Wie kan ik bellen voor zo'n klusje?

**Hans van Loon**  
**Praktische Zorg**  
GROOT gemak voor kleine klusjes!

Verzorging van allerlei kleine klusjes in uw woonsituatie

Speciaal voor senioren en alleenstaanden  
Ook voor PGB voor "individuele begeleiding".

Tel.: 0646 727 623 / 078 622 4674  
E-mail: [hans@hvl-pz.nl](mailto:hans@hvl-pz.nl) / [www.hvl-pz.nl](http://www.hvl-pz.nl)



## Samenstelling bestuur en commissies

<p><b>Arnold G. Daane</b> voorzitter redactielid</p> <p>Vijverplantsoen 72 3319 SX Dordrecht telefoon: 078-6166320 e-mail: arnolddaane@wxs.nl</p>		<p><b>Arie van Zanten</b> secretaris/ penningmeester</p> <p>Leeuwstraat 22 3318 VD Dordrecht telefoon: 078-6175671 e-mail: avz1946@outlook.com IBAN: NL25 INGB 0007 1383 82 t.n.v. Dordtse Seniorenbond</p>	
<p><b>Joke Herrewijn-de Vries</b> bestuurslid redactielid 'Lief en Leed'</p> <p>telefoon: 078-6170761 e-mail: jherrewijn@hetnet.nl</p>		<p><b>Corrie Dubbeld</b> ledenadministratie bezorging ledenblad</p> <p>e-mail: cdubbeld@gmail.com (via de mail heeft de voorkeur) telefoon: 078-6472665</p>	
<p><b>Wilma Molendijk</b> bestuurslid reisclub 'Lief en Leed'</p> <p>telefoon: 078-6173566 en 06-23118357 e-mail: wilmamolendijk@gmail.com</p>		<p><b>Co Wapperom-Peterson</b> bestuurslid reisclub</p> <p>telefoon: 078-6170022 en 06-15407568 e-mail: jpwapperompeterson@kpnmail.nl</p>	
<p><b>Els Bel</b> bestuurslid</p> <p>telefoon: 078-6161880 e-mail: ejbelroos@gmail.com</p>		<p><b>Ad Veltman</b> reisclub</p> <p>telefoon 06-15175708 IBAN</p>	
<p><b>Ab Küchler</b> redactielid</p> <p>telefoon: 078-6185567 e-mail: redactie@dordtsenior.nl</p>		<p><b>Jan Geenen</b> redactielid</p> <p>telefoon: 078-6185567 e-mail: jan@gnen.nl</p>	
<p>De commissie 'Lief en Leed' besteedt aandacht aan leden en families, die bericht hebben gestuurd van overlijden, huwelijk, verjaardagen, opnamen in ziekenhuis, ziektes, enzovoort. Deze berichten moeten worden gestuurd naar de coördinator Wilma Molendijk, zie boven.</p>			

Kopij voor de DordtSenior van maart uiterlijk **10 februari 2016** inleveren bij de redactie, per adres Ab Küchler, Van Eesterenplein 269, 3315 KX Dordrecht of per e-mail: redactie@dordtsenior.nl



# In dit nummer

1. Samenstelling bestuur en commissies  
Einddatum inleveren kopij
2. In dit nummer  
Colofon  
Aanbeveling Brandbrief
3. Arie van Zanten: Berichten Dordtse Seniorenbond  
Bezorging DordtSenior in 2016
4. Senior Wijzer: Luctor et emergo  
Statuten & Huishoudelijk Reglement  
Inning contributie
6. Joke Herrewijn-de Vries: Boekbespreking  
Ab Küchler: Limerick
8. Co Wapperom-Peterson: Van de Reisclub  
Zogezegd
10. De Wielborgh: UitKrant februari 2016  
2016: het jaar van de Aap
12. Uitnodiging voor bijeenkomst gezamenlijke ouderenbonden  
Weerspreuken voor februari
13. Eerste levensbehoeften zo'n vijftig jaar geleden  
65-plussers ouder en gezonder
15. Hanny Roskamp: Ook ú kunt gelukkiger worden  
Kijk uit voor valse mails uit naam van CJIB
17. Ab Küchler: Poëzie & Positivismen  
Ouderenbonden in de omgeving
18. Verjaardagskalender  
Pak babbeltruc op straat harder aan  
SeniorService: belangrijke telefoonnummers
19. Inschrijfformulier Dordtse Seniorenbond



## Mogen wij u een boek aanraden?

Hetty Zwamborn heeft dit pakkende boek geschreven over de recente strijd binnen de ANBO over de vraag wiens bond het is. Hebben de leden het uiteindelijk voor het zeggen of de beroepskrachten? U kunt het via ons bestellen.

## Colofon



Omslagafbeelding:  
pentekening van Ad Bakker  
(met toestemming geplaatst)

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

### Redactieadres DordtSenior

p/a Ab Küchler  
Van Eesterenplein 269  
3315 KX Dordrecht  
078-6185567  
redactie@dordtsenior.nl

### De redactie bestaat uit

Ab Küchler  
(zie redactieadres boven)

Arnold G. Daane  
arnolddaane@wxs.nl

Joke Herrewijn-de Vries  
jherrewijn@hetnet.nl

### Vormgeving en opmaak

Jan Geenen  
jan@gnen.nl

### Coördinator bezorgers

Corrie Dubbeld  
078-6472665  
cdubbeld@gmail.com  
(via de mail heeft de voorkeur)

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

### Adverteren in dit blad?

Voor inlichtingen en/of tarieven kunt u contact opnemen met de redactie (zie redactieadres).



## ... en nu samen aan de slag

Dit artikel staat geheel in het teken van de start van onze Dordtse Seniorenbond die op 24 november vorig jaar is opgericht. Oprichten is een ding, alles regelen wat daarvoor nodig is statuten via de notaris, inschrijving Kamer van Koophandel en niet te vergeten het openen van een bankrekening vergt wel even tijd. Dat is inmiddels allemaal geregeld. Nu kunnen we echt en vooral samen aan de slag.

### Met grote blijdschap en gepaste trots

Op 13 januari dit jaar zijn de statuten gepasseerd bij notaris Goedegebuure in Zwijndrecht en gaan we als zelfstandige afdeling verder onder de naam Algemene Dordtse Seniorenvereniging. Onze roepnaam is Dordtse Seniorenbond.

We zijn ingeschreven bij de Kamer van Koophandel onder nummer 65058836. Ons bankrekeningnummer bij de ING is: NL25 INGB 0007 1383 82. Vanaf heden kunnen we na al deze regelzaken echt aan de slag met het behartigen van de belangen van de Dordtse Senioren in de ruimste zin van het woord. Daar gaan we samen met u als leden nu echt werk van maken.

### Samen aan de slag

Verzet begint niet met grote woorden, maar met kleine daden.

We zitten zeker het eerste half jaar in de start- en opbouwfase van onze vereniging.

Op een aantal punten, zoals het uitbreiden van het bestuur en de organisatie van activiteiten (variërend van bezorgen van de ons blad, meehelpen bij de uitvoering van activiteiten, werven van leden, enzovoort) hebben we actieve leden nodig die hier tijd en energie in willen stoppen. Concreet zijn we op zoek naar:

- een penningmeester;
- bezorgers van ons nieuwe blad;
- leden die meehelpen bij de uitvoering van projecten en activiteiten;
- ledenwervers.

### Samen zijn we de Dordtse Seniorenbond

Wij hebben er alle vertrouwen in dat we in staat zijn onze vereniging dit jaar gezamenlijk verder op- en uit te bouwen tot een strijdbare, maar ook sociale en gezellige club die het verschil maakt omdat de leden met elkaar in staat zijn er iets van te maken waar we trots op zijn.

Dit betekent dat we van al onze leden verwachten dat ze - als dat kan - actief meedenken en meedoen. Dat zij hun best doen om leden te werven voor onze bond, maar ook zaken doorgeven waar we als bond achteraan moeten gaan omdat de belangen van senioren in het geding komen. We stellen het als bestuur erg op prijs als u ook over de brug komt met voorstellen, suggesties en vooral ook gewoon actief mee doet.

Laten we in ieder geval met elkaar afspreken dat we zorgen dat we metterdaad de leukste seniorenbond van Dordrecht worden en die gezicht geven. Ja toch?

### Samen met anderen

Wij geloven als bestuur van de Dordtse Seniorenbond in de kracht van samenwerken in het kader van belangenbehartiging voor senioren. We zijn blij dat we welkom zijn bij het overleg van de Dordtse seniorenbonden - KBO en PCOB - en zullen daaraan ook richting gemeente Dordrecht inzet plegen in uw belang. Want samen staan we nog sterker.



## Bezorging DordtSenior in 2016

**DordtSenior**



Samen met de hand van de Dordtse Seniorenbond

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.

De DordtSenior van maart kunt u verwachten in week 9, dat is in de week van 29 februari t/m 5 maart.





## LUCTOR ET EMERGO - IK WORSTEL EN KOM BOVEN

**D**eze rubriek Senior Wijzer wil ik beginnen met de toepasselijke Zeeuwse wapenspreuk die hierboven is vermeld. Mijns inziens is deze spreuk alleszins van toepassing op de nieuwe Dordtse Seniorenbond. Immers: van ANBO Dordrecht, opgeheven per 31 december 2015, zijn wij bovengekomen als Dordtse Seniorenbond.

Op 13 januari 2016 hebben Joke Herrewijn-de Vries en ik bij notaris Goedegebuure de Akte van oprichting van de Algemene Dordtse Senioren Vereniging, werknaam Dordtse Seniorenbond, getekend. Tevens hebben wij de Statuten ondertekend. Wij zijn dus nu een officiële vereniging en door bemiddeling van de notaris ingeschreven in het Handelsregister van de Kamer van Koophandel. Dit houdt in dat wij bij de ING bank een rekening hebben kunnen openen. Elders in dit blad vindt u het nummer van onze bankrekening. Het oprichtingsbestuur bestaat uit; Arnold G. Daane - voorzitter en Arie van Zanten - secretaris/penningmeester.

De algemene bestuursleden zijn Els Bel, Joke Herrewijn-de Vries, Wilma Molendijk en Co Wapperom-Peterson.

Wat is er veranderd en wat is hetzelfde gebleven? De u bekende ANBO-Koerier heeft een omslag met de Dordtse kleuren gekregen onder de nieuwe naam DordtSenior. De redactie hiervan bestaat uit eindredacteur Ab Küchler opmaakredacteur Jan Geenen, en de redactieleden Arnold G. Daane en Joke Herrewijn-de Vries.

De Reisclub blijft bestaan uit Co Wapperom-Peterson en Wilma Molendijk, die ook Lief en Leed blijft behartigen. De contributie van onze bond bedraagt € 15,00 per individueel lid en € 25,00 per paar op 1 adres.

Als bestuur zullen wij alles in het werk stellen uw belangen in de ruimste zin van het woord te behartigen. Wij werken daartoe periodiek samen met de lokale bonden PCOB en KBO en de Wmo raad. Tevens hebben wij een aantal malen per jaar overleg met onze wethouder, Karin Lambrechts. Uiteraard zullen wij er naar streven gezellige middagen en/of avonden - zoals op 18 december 2015 in het Polderwiel - te blijven organiseren. Uw introducés zijn dan zoals gewoonlijk ook bij ons weer welkom.

Mijn Laatste Deadline van 2015 eindigde ik met 'Tot Deadline 2016 in wat voor vorm dan ook'. In 2016 kom ik dus niet terug als Deadline maar als Senior Wijzer.



---

## Statuten & Huishoudelijk Reglement

Wie de Statuten en het Huishoudelijk Reglement van de Dordtse Seniorenbond wil inzien kan contact opnemen met de secretaris: telefonisch (078-6175671) of per e-mail (avz1946@outlook.com).

---

## Inning contributie

Onze penningmeester verzoekt u dringend de verschuldigde contributie (€ 15,- of € 25,-) zo spoedig mogelijk over te maken naar  
NL25 INGB 0007 1383 82 t.n.v. Dordtse Seniorenbond.

# Goedegebuure notariaat

& estate planning

Advies nodig?

Maak vrijblijvend  
een afspraak ter  
oriëntatie.

Goedegebuure Notariaat  
Rotterdamseweg 40  
3332 AJ Zwijndrecht

T 078 - 612 64 66

info@goedegebuurennotariaat.nl  
www.goedegebuurennotariaat.nl

Leden van de Dordtse  
Seniorenbond ontvangen  
10 % korting.

Voldoende gratis parkeer-  
gelegenheid.

Gemakkelijk bereikbaar.



# '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



## Podotherapie Bosch

Heeft u pijnlijke voeten?  
Of last van knieën, heup of rug als gevolg  
van een veranderde voetstand?

De Podotherapeut kan u helpen  
met een schoenadvies met steunzolen met  
een behandeling van nagelproblemen.

Sint Jacobsplein 70 Dordrecht | Tel. 078-6148562 | laura6970@outlook.com  
of bezoek de website: [www.podotherapiebosch.nl](http://www.podotherapiebosch.nl)

advertentie



## ATLAS TRAVEL

VERZORGING VAN DAGTOCHTEN  
EN MEERDAAGSE REIZEN

DOOR HEEL NEDERLAND

VOOR BOEKINGEN EN INFORMATIE  
BEL GRATIS 0800-0221620



## 'Magdalena' van Maarten 't Hart

**M**aarten begint zijn boek met te verkondigen dat hij zielsveel van zijn moeder heeft gehouden. Ze overleed in 2012 op 92-jarige leeftijd. Maarten haalt herinneringen op aan zijn moeder en probeert haar jeugd te reconstrueren. Belangrijk in de verhouding van moeder en vader is de grote achterdocht die zij koestert ten opzichte van hem. Hij is grafdelver van beroep. Ze is zo paranoïde met de gedachte dat hij, brave huisvader, altijd achter 'mokkels' aan zou willen. Ze stuurt altijd de kinderen met hem mee voor controle. Ze dacht zelfs dat hij een mokkel met fiets en al in een graf bewaarde. Ze vindt het niet nodig lekker te koken of te eten. Dat zou later in de hemel wel goed komen. Ze neemt een thermoskan koffie mee en eigen boterhammen wanneer ze op bezoek gaat. Maarten verkondigde, dat hij van zijn moeder hield, zelfs zoveel dat hij alles wat zij deed - breien, haken, borduren, naaien, wassen, strijken - wilde leren. Die liefde is nooit overgegaan, in weerwil van wat hij met haar meemaakte. In de aanvang wordt dat duidelijk verteld, maar in de rest van het verhaal merk je er niet zoveel van. Door over zijn oma te vertellen horen we Maartens voorgeschiedenis. Ze was aan één stuk door aan het ratelen, het maakte niet uit of men luisterde of niet. Eén detail: het verhaal over een doodarm bet-over-achter-gezinshoofd met 24 kinderen, waarvan er elf in leven bleven, weliswaar van twee vrouwen. Het verhaal over zijn goesting is vermaard: vurig als een winterkoninkje in de rui rende hij iedere middag na het eten zes of zeven rondjes, het kunnen er acht zijn, om de tafel. Dit teneinde zijn vrouw te kunnen grijpen om haar daarna, als een ware neanderthaler het



trapje naar de zolder op te sjoeren. De kinderen luisterden naar wonderlijke geluiden die dan begonnen. Volgens Maarten werd er vroeger nooit over seks gepraat, maar dat was waarschijnlijk nergens voor nodig. Zijn moeder was zeer bang voor dieren. De ouders waren gereformeerd maar toch verschillend van opvatting. Leuk vertelt hij over zijn moeder, patronen knippend uit de Marion en naaiend met een trapnaaimachine. Wanneer ze haar mond vol spelden had, deed hij oervervelend. Hilarisch doet Maarten niet voor haar onder wanneer hij uiteen zet waarom het verhaal van de Ark van Noah niet klopt. Zijn rigide, met Bijbelteksten chanterende en manipulerende en geluidloos tranen met tuiten huilende moeder gaat de schrift met autistische rechtzinnigheid te lijf. Aan het slot van het boek fileert hij het Onze Vader volledig.

---

## Limerick: 13 februari

Een verliefde man uit Nieuw-Krispijn  
Leed ondraaglijk onder hartenpijn  
Oorzaak van dit grote leed  
Was ene blonde Greet  
Die hem afwees daags voor Valentijn

Ab Küchler





**BRIDGE**  
cursussen in Dordrecht

**Leer bridgen!**

**Bridgecursussen voor:**



**OOK VOOR PRIVÉLESSEN (4 TOT 8 PERSONEN) EN VERENIGINGEN**

Informatie bij Ina Zoetemeijer  
Docente Nederlandse Bridge Bond



Gentiana 10, 3317 HH Dordrecht  
Telefoon 078-6177784  
E-mail: [Inez51@upcmail.nl](mailto:Inez51@upcmail.nl)

**Koelewyn's**  
Visspecialiteiten

Loop gerust eens onze moderne 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 121  
3318 JW Dordrecht  
Telefoon 078 - 618 16 84  
[www.koelewijnvis.nl](http://www.koelewijnvis.nl)



Wij zijn ook op maandag open van 11.00 tot 18.00 uur

## Slijterij De Dijk

Wijnen, Gedistilleerd en Relatiegeschenken

**Andrea van der Borg**

Noordendijk 5  
3311 RM DORDRECHT  
[info@slijterij-dedijk.nl](mailto:info@slijterij-dedijk.nl)  
Telefoon 078-6210860



Op vertoon van deze advertentie krijgt u **10% korting** op ons uitgebreide assortiment wijnen/sherry/port en **5% korting** op gedistilleerde drank



## Voorjaarstocht donderdag 31 maart



### Oude Ambachten en Speelgoedmuseum in Terschuur

Als reisclub willen wij u nu via de Dordtse Seniorenbond als voorheen een prachtige tocht aanbieden voor leden en belangstellenden.

We vertrekken van de voor velen bekende opstapplaatsen, te weten om 08.15 uur van de Hellingen en om circa 08.30 uur van het Dalmeyerplein (Sterrenwiel).

Na vertrek rijden we richting Scherpenzeel naar restaurant Boschzicht voor de koffie met gebak.

Vervolgens maken we een rondrit door de bosgebieden van de Utrechtse Heuvelrug om terug te keren naar Boschzicht voor een zeer uitgebreid diner.

Na het diner gaan we naar het gigantische museum in Terschuur. Er zijn daar zo'n 150 verschillende ambachten te bezichtigen, waaronder een DAF-garage, maar ook een groenteboer, een metselaar, een jeneverstokerij, een pruikenmaker, enzovoort.

U moet zeker het speelgoedmuseum niet overslaan, met o.a. een geweldige collectie poppen en vergeten speelgoed.

De kosten voor deze tocht zijn € 47,00 per persoon.

U kunt zich voor deze dagtocht opgeven bij Wilma Molendijk, telefoon 078-6173566 of bij Co Wapperom, telefoon 078-6170022. Daarna kunt u de kosten overmaken op een tijdelijk nummer NL37 INGB 0003 2896 91 ten name van A.A.F. Veltman.

#### Mededelingen

We hebben ook al naar verdere dagtochten gekeken, maar omdat we een geheel andere start gaan maken kunt u daar later van vernemen in dit nieuwe ledenblad.

We zitten zeker vol plannen in de Dordtse Seniorenbond!

---


## Zogezegd

Een dwaas doet wat hij niet kan laten, een wijze laat wat hij niet kan doen

DORDRECHT  
Nieuwstraat 19-21

Sinds Pim's 1986

**POFFERTJES  
EN  
PANNEKOEKEN**



www.pimspofenpan.nl

**DÉ SPECIALIST**



VOOR UW INTERIEUR!

www.wanddeco.com

**COLORS @ HOME VAN GEMERT |**

Woonwinkel en Schilders Winkelcentrum Crabbehof

GORDIJNEN | VERF | BEHANG | VINYL  
RAAMDECORATIE | TAPIJT | LAMINAAT |  
PVC VLOEREN | HOUTEN VLOEREN | SHUTTERS  
HORREN | KLEUR- EN INTERIEURADVIES




**PETER PETERS KLOKKEN**  
uurwerkreparatie in- en verkoop



**Openingstijden:** Dinsdag tot en met vrijdag  
van 9.30 tot 14.00 uur. Zaterdag op afspraak.  
*Prijsopgave vooraf.*

Noordendijk 173<sup>a</sup> no. 12  
3311 RN DORDRECHT  
☎ 06-18214912  
✉ alppeter@live.nl  
www.peterpetersklokken.nl

Een goed gerepareerde en schoongemaakte klok kan vaak weer jaren mee en houdt u dagelijks bij de tijd!

Op vertoon van deze advertentie

**10%  
KORTING!**

*Meyer  
Casa Moda  
Alan Red  
Fellows  
Falke*

HERENMODE

**PIET LAP**  
W.C. STERRENBURG

---

# De Wielborgh: Uitkrant februari 2016

Als lid van de Dordtse Seniorenbond kunt u aan alle activiteiten deelnemen: u bent op alle locaties van harte welkom!

## Dinsdag 9: Muziek in de middag

Live: Erwin Hardenberg.

Sterrenwiel, 13.30 uur, gratis

## Woensdag 10: Muziek in de middag

Met het Polderwielkoor.

Polderwiel, 14.00 uur, gratis

## Donderdag 11: Muziek in de middag

Frits Roskam op accordeon.

Waterwiel, 14.00 uur, gratis

## Vrijdag 12: Muziek in de middag

Meezingen met de Kesera's.

Stadswiel, 13.30 uur, gratis

## Zaterdag 13: Snuffelmarkt

Polderwiel, 10.00 - 15.00 uur, gratis

## Zaterdag 20: Repair Café

Sta-Pal, 11.00 - 13.00 uur, gratis

## Zaterdag 20: Superbingo

Extra leuke prijzen.

Stadswiel, 14.15 uur, € 3,50

## Woensdag 24: Team klaverjassen

3 rondes kaarten in teamverband.

Sta-Pal, 19.00 uur, € 2,15

## Woensdag 24: Muziek in de middag

Live: Frits Roskam.

Polderwiel, 14.00 uur, gratis

## Zaterdag 27: Nellie's dansavond

Nellie maakt er altijd een feest van.

Polderwiel, 20.00 uur, € 5,00

## Zaterdag 27: Muziek in de middag

Swingen met de Swin Voices.

Sterrenwiel, 13.30 uur, gratis

### Samen eten in februari

DINER AGENDA VAN DE WIELBORGH

### Ontmoet & eet goed

Samen eten, vers bereid & drie gangen voor € 9,95 overal vanaf 17.00 uur

Polderwiel: vrijdag 12 februari

Waterwiel: donderdag 25 februari

(repetitieavond shantykoor de Admiraliteit)

Sterrenwiel: vrijdag 5 februari

### Kleine-kaartavond

Altijd wat lekkers tussen de € 2,00 en € 7,50

Waterwiel:

donderdag 11 februari, 16.00 uur

(repetitieavond shantykoor de Admiraliteit)

Sterrenwiel:

vrijdag 12, 19 en 26 februari, 17.00 uur

---

## 2016: het jaar van de Aap

Apen zijn de genieën van de Chinese dierenriem. Ze leven in groepen, zijn intelligent en geestig. Niets is voor hen te moeilijk. En als het wel te moeilijk is, zullen ze doorgaan tot het bittere einde. Ze zijn vindingrijk, houden van uitdagingen, hebben respect en hebben inzicht in zaken. Als apen zich ergens voor inzetten, worden ze steeds beter.

Ze zijn heel erg flexibel en kunnen zich uit situaties redden door gevele en strategisch manoeuvreren. Als er iets fout gaat zullen ze zelden twee waarschuwingen geven. Apen zijn 'planners', die uit situaties hun eigen voordeel willen halen. Ze kunnen ook snel hun interesse verliezen, wanneer ze geen aandacht krijgen. Apen zijn zo in zichzelf gekeerd, dat ze anderen niet gemakkelijk vertrouwen. Ze kunnen een kleinigheid opblazen tot iets groots.

Mensen geboren in het Jaar van de Aap (1992-1980-1968-1956-1944-1932) zijn geestig, intelligent, en hebben een magnetische persoonlijkheid. Persoonlijkheidskenmerken, zoals ondeugendheid, nieuwsgierigheid en slimheid, maken ze erg ondeugend. Apen zijn meesters van practical jokes, omdat ze graag grappen maken. Hoewel ze geen slechte bedoelingen hebben, kunnen hun streken soms kwetsend zijn voor de gevoelens van anderen.



## Adverteren hier of op een andere plek in dit blad?

Voor informatie kunt u contact opnemen met de redactie van dit blad.

078-6185567  
redactie@dordtse.nl  
www.dordtse.nl



## Regelzorg Rijbewijskeuring

Seniorkeuring klein- en  
grootrijbewijs (75+)

Voordelig en prettig geregeld,  
ook bij u in de buurt.

Telefoon: 088 23 23 300.  
Website: [www.regelzorg.nl](http://www.regelzorg.nl)



---

# Uitnodiging gezamenlijke ouderenbonden



deze bijeenkomst van de gezamenlijke ouderenbonden wordt gehouden op

**donderdag 18 februari 2016**

**in De Rank**

Dubbelsteynlaan West 70, Dordrecht-Dubbeldam  
Deze bijeenkomst duurt van 14.00 uur - 16.30 uur  
(zaal open vanaf 13.30 uur)

THEMA:

**WAT KAN HET SOCIAAL TEAM VOOR U BETEKENEN!**

Dordrecht kiest ervoor om zorg en ondersteuning gebiedsgericht te organiseren in Sociale Teams. Laagdrempelig en dichtbij. De Sociale Teams zijn dé voordeur voor informatie, advies en ondersteuning. U kunt er terecht op maandag tot en met vrijdag van 9.00 uur tot 16.00 uur. Ook de Sociale Dienst Drechtsteden (SDD) zal een inbreng hebben deze middag.

- Waar vindt u de Sociale Teams?
- Met welke vragen kunt u terecht bij een Sociaal Team?
- Hoe werkt het Sociale Team en wie zitten er in?
- Wat regelt de Sociale Dienst Drechtsteden en wat zijn de veranderingen binnen de WMO 2016?

**Agenda:**

- Ontvangst met koffie of thee
- Opening door de voorzitter PCOB
- Inleiding
- Korte pauze met een kopje koffie of thee
- Vragenronde
- Sluiting

We hopen op een goede bijeenkomst.

Namens de ouderenbonden,  
Cor den Dopper,  
voorzitter PCOB

---

## Weerspreuken voor februari

verzameld door Ab Küchler

Alle maanden van het jaar vrezen een mooie februari.  
Schijnt morgenrood je tegen, dan dreigt februari met regen.  
Verloopt alles door de ijzel eens een keer gladjes, is het weer niet goed.

---

# Eerste levensbehoeften zo'n vijftig jaar geleden

Wanneer mensen van die tijd over de markt zouden lopen, zouden ze vreemd opkijken. Avocado, venkel, verse ananas, broccoli, aubergines: onbekend. Bij de bakker zou het ze duizelen over de verschillende soorten brood en broodjes.

Het dagelijkse menu van alle Nederlanders is erg veranderd. Fruit werd steeds weelderiger en overvloediger. De nationale pot van aardappels, groente en vlees had concurrentie van de buitenlandse keuken en delfde langzamerhand het onderspit. De Chinees was de plek waar men naar toe ging om buiten de deur te eten. In de jaren zeventig openden voormalige Italiaanse gastarbeiders de eerste pizzeria's en serveerden Joegoslaven de vleesspiezen, die mensen tijdens hun vakantie hadden leren eten.

Wie weet nog, dat in de winter de vrieskou ijsbloemen op het raam maakte?

De elektrische apparaten, stofzuiger, wasmachine, droger, afwasmachine en koelkast waren bekend bij de enkelingen.

Wie stopt er nog sokken en wie maakt van een couponnetje een fleurige zomerjurk?

Maar de melkboer en de bakker aan de deur krijgen is ook verleden tijd.

De overheid heeft zich op verschillende manieren met brood bemoeid. Tot 1993 bestond er een minimumbroodprijs om warme bakkers te beschermen tegen de concurrentie van de supermarkten. Wanneer het Ministerie van Economische Zaken besloot die prijs met één of twee cent te verhogen, haalde dat bericht stevast de voorpagina van alle kranten.

Joke Herrewijn-de Vries  
(met hulp van Gouden jaren)



---

## 65-plussers ouder en gezonder

65-plussers zijn de laatste 30 jaar ouder en gezonder geworden. De levensverwachting is toegenomen en daarmee de jaren zonder lichamelijke beperkingen. Maar de 65-plussers leven ook langer met chronische ziekten, zoals suikerziekte, gewrichtsslijtage en hartaandoeningen. Dat blijkt uit cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS).

### Toename vooral onder mannen

De levensverwachting neemt in Nederland vooral onder mannen toe. Vrouwen worden gemiddeld genomen nog wel ouder dan mannen. In 2011 was de levensverwachting voor vrouwen 82,9 jaar, tegen 79,2 jaar voor mannen.

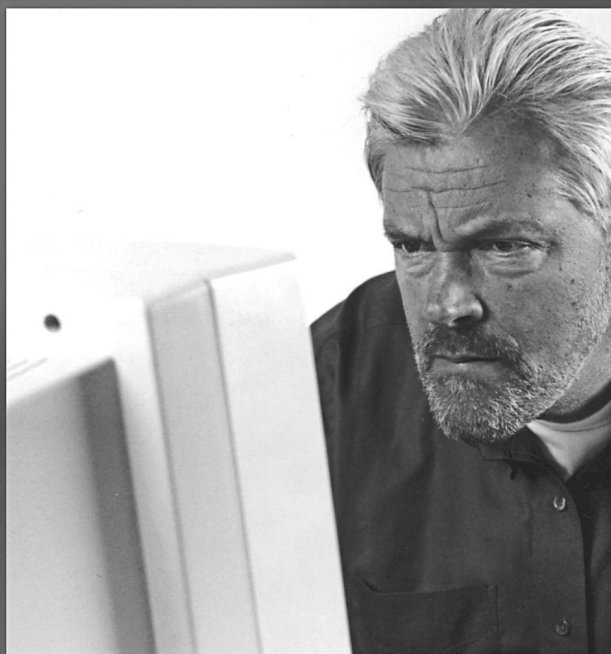
### Snellere groei

Tussen 1985 en 2000 groeide de levensverwachting voor mannen met 2,5 jaar, tegen slechts 0,9 jaar bij vrouwen. Daarna ging het sneller. Tussen 2000 en 2011 bedroeg de toename bij mannen 3,6 jaar. Vrouwen boekten in deze periode een 'winst' van 2,3 jaar.

### Bij 65-plussers levensverwachting hoger

Bij 65-plussers ligt de levensverwachting hoger, omdat mensen die eerder zijn overleden niet meer worden meegeteld. Zo geldt voor mannen die in 2011 65 jaar zijn geworden, dat ze gemiddeld nog 18,3 jaar leven. In 1981 was hun levensverwachting nog 14,3 jaar. Bij vrouwen van 65 jaar en ouder is de levensverwachting minder hard gestegen van 18,9 jaar in 1981 naar 21,3 jaar vorig jaar.

ANP



# Vermoeide ogen achter de computer?

## Dé oplossing:

Perfect voor computer, bureauwerk en hobbies. Montuur en ontspiegelde glazen

~~429,-~~

Nu voor € **299,-**

# Kijkgroep Krispijn

Brillen & contactlenzen

Krispijnseweg 31 - Dordrecht - Telefoon (078) 614 36 17.



## Vlijtig Liesje Thuishulp

Op zoek naar een goede  
huishoudelijke hulp?

Bent u gekort op uw uren of heeft u een hoge eigen bijdrage? Particuliere huishoudelijke hulp via **Vlijtig Liesje Thuishulp** is de oplossing.

Een persoonlijke benadering en een schoon huis. Daar staan wij voor!

U heeft al een huishoudelijke hulp voor **€15,00 per uur.**

Neem vrijblijvend contact op.  
Bel voor meer informatie:

**078-6185571**



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



Een miljoen op de bank, een tweede huis in Frankrijk... Wordt u daar écht gelukkig van?

## Positieve psychologie werkt!

Misschien behoort u tot de gelukkige, positieve mensen die dit van nature al weten. Maar behoort u tot de wat pessimistische soort, dan kunt u zichzelf eenvoudig aanleren om anders naar het leven te kijken en gelukkiger te worden. De Amerikaanse psycholoog Martin Seligman realiseerde zich twintig jaar geleden dat hij zijn leven lang bezig was geweest om te kijken hoe hij 'extreem ongelukkige mensen' iets gelukkiger kon maken. Tot hij besloot om te onderzoeken wat gelukkige mensen onderscheidt van de rest, zodat anderen die kunst konden afkijken. Hij ontdekte dat iedereen vaardigheden kan leren om gelukkiger te worden. Bovendien bewees Seligman wetenschappelijk dat die vaardigheden echt werken. Hij noemde zijn aanpak: positieve psychologie.

## Drie soorten gelukkige levens

Een flink deel van ons geluksgevoel zit in wat er tussen onze oren gebeurt. Om hierin meer inzicht te krijgen, zette Seligman drie soorten gelukkige levens op een rij. De eerste noemt hij het 'plezierige leven'. Daarin is iemand er op uit om zo veel mogelijk gelukkige momenten te beleven door genot na te jagen. Lekker eten, seks, drinken. "Dit leven heeft één enorm nadeel", meent Seligman, "het effect van plezier raakt op den duur uitgedoofd. Als je voortdurend uit eten gaat, gaat de lol er af en wordt het een 'lege' ervaring."

## Het belangrijke leven

Het 'belangrijke leven' is een leven waarin iemand zijn talenten en sterke punten benut en daaruit bevrediging haalt. Deze mensen brengen een groot deel van hun tijd door in een flow, een toestand waarin het gevoel voor tijd verdwijnt en emoties naar de achtergrond verhuizen. De echte carrièremaker bijvoorbeeld.


## Het betrokken leven

Het 'betrokken leven' is volgens hem een leven waarin dienstbaarheid aan een groter geheel, zoals familie, de samenleving of God, de bron is van het geluk. Zoals bij moeder Teresa of iemand die minder gefortuneerden helpt.

## De combinatie is het best

Hoewel we vaak horen dat jezelf opofferen verkeerd is, kan het dus een route zijn naar meer geluk, zolang je maar wordt gewaardeerd. Het beste leven is volgens Seligman een leven waarin betrokkenheid en belangrijk zijn samenkomen met plezier. "Plezier draagt alleen bij aan het geluksgevoel, als tevens sprake is van betrokkenheid en een belangrijk of betekenisvol leven. Dan is het de kers op de taart."

Met dank aan MAX magazine



Gelukkig zijn  
kun je leren

## Kijk uit voor valse mails uit naam van CJIB

Het is weer raak: volgens diverse e-mails hebt u te hard gereden of een verkeerslicht genegeerd. Nu dient u een boete te betalen. Of niet?



Valse e-mails uit naam van het CJIB zijn gemakkelijk te herkennen: uw kenteken en de pleeglocatie ontbreken. Twijfelt u toch aan de echtheid van een ontvangen boete via e-mail? In het Digitaal Loket van het CJIB kunt u zien welke verkeersboetes op uw naam open staan (log in met uw DigiD).

Voorbeelden van de valse CJIB-mails vindt u op de site van de Fraudehulpdesk.

### Residentie De Alblas en Respijthuis Maison Patrick



Tussen de weilanden van de Alblasserwaardse-polder en klem aan het riviertje De Alblas in Bleskensgraaf ligt Residentie De Alblas. Op het terrein is Maison Patrick gevestigd. Maison Patrick is een respijthuis, dat wil zeggen: een logeershuis voor mensen die in de thuissituatie verzorgd worden door mantelzorgers. Wanneer deze mantelzorgers ontlast moeten worden is er bij Maison Patrick mogelijkheid om te logeren. Dit kan een langere periode zijn, maar ook een of meerdere dagen zijn mogelijk.

Maison Patrick is kleinschalig en daardoor is er ruimte voor persoonlijke aandacht. Er worden activiteiten aangeboden, maar de gasten zijn vrij daaraan mee te doen. Geïnteresseerden zijn van harte welkom voor een kennismakingsgesprek. Neem daarvoor contact op met Patrick Konings. Telefoon: 06-5741 4845

#### **Wat is de 'route' ernaar toe?**

Bij de gemeente is sinds dit jaar een aanvraag in te dienen onder de noemer 'WMO kortdurend verblijf'. Het is per gemeente verschillend wat de hoogte van de vergoeding is. Via een mantelzorgmakelaar kan hulp worden ingeschakeld. Deze 'makelaar' zoekt uit hoe het allemaal werkt. Veel verzekeringen vergoeden de kosten hiervoor. Ook de BWI (brede welzijnsinstelling) in Papendrecht helpt bij het zoeken. De BWI biedt hulp door het verstrekken van informatie en advies op sociaaljuridisch terrein. Website: [www.bwi-papendrecht.nl](http://www.bwi-papendrecht.nl), telefoon: 078-6154741

#### **Residentie De Alblas**

Rust is kenmerkend voor deze plek. Niet zo verwonderlijk dat er trainingen en workshops worden gegeven die op verschillende manieren gebruik maken van die rust. Monique Geerts is personal coach, heeft Toegepaste Integrale Psychologie gestudeerd en geeft trainingen met als thema: Als het leven je geraakt heeft. Kijk voor meer informatie op de website: [www.residentiedealblas.nl](http://www.residentiedealblas.nl)



Residentie De Alblas beschikt over twee coach- en vergaderruimtes, een grote creatieve ruimte en een stilleruimte voor verhuur. Koffie, thee en lunch kan verzorgd worden. Huren per dagdeel is ook mogelijk. Neem voor meer informatie vrijblijvend contact op met Monique Geerts telefoon 06-1552 5162.



In een televisieprogramma op oudejaarsavond werd aan voorbijgangers gevraagd wat hun goede voornemens voor 2016 waren. Een jonge man vertelde dat hij een blad ging uitgeven met alleen goed nieuws als tegengif tegen alle negatieve berichten die over ons worden uitgestort.

Een geweldig idee! Driek van Wissen deed ons in 'Volgens Bartjens' al voor hoe dat moet:

*U kent vast de natuurkundige wet  
Dat water, als het eenmaal is bevroren,  
Daardoor niets aan volume heeft verloren,  
Maar juist met tien procent is uitgezet.*

*Dus als men uw pensioen bevriest, wees blij:*

*Dan krijgt u er vast tien procenten bij!*

Ook Hans Dorrestijn weet in 'Materiaal' slecht nieuws een positieve draai te geven:

*Geeft de bank mij geen krediet*

*Verzuip ik bijna in 't kanaal*

*Dat wordt vast een heel mooi lied*

*Of een schitterend verhaal.*

*Als 'k 't vliegtuig mis, de trein niet haal*

*Prachtig, prachtig materiaal.*

*'k Brand mijn fikken, stoot mijn knie*

*'t Wordt een roman (een trilogie)*

*En krijg ik een leverkwaal*

*(de alcohol werd mij fataal)*

*Prachtig, prachtig materiaal.*

Jan J. Pieterse leert je in 'Herinnering aan óns kind in de sneeuw' positief om te gaan met een kind dat niet zo sportief is als je zou willen:

*Het was nog in die tijd van: moet plasje!*

*die tijd van: het potje waarop je pieste;*

*die tijd van: met andere kleuters in een klasje;*

*die tijd van huilend in de sneeuw tot aan je knieën!*

*En oh wat verlieten wij in die tijd blij de piste,  
trots op óns kind, dat níét durfde skieën!*

Ook in de dierenwereld zien we zulke reacties.

Daarvan geeft Kees Stip een mooi voorbeeld:

*Een zwarte kip heeft in Schiedam*

*een goed belegde boterham,*

*zij gaat met eieren langs de deuren*

*bij alle stokers van likeuren.*

*"Het gaat me," scheidt ze op, "niet kwaad:  
mijn nageslacht wordt advocaat!"*

Natuurlijk kan je ook overdrijven. Een voorbeeld daarvan geeft Rien Vroegindewey in 'Poëzie is ...':

*Poëzie is voor mij het verhaal*

*Dat men mij vroeger vertelde*

*Van een man die op zijn zolder*

*Een vliegtuig van beton gebouwd had*

*En trots tegen iedereen zei*

*Dat het wel kon vliegen*

*Maar niet door het dakraam kon*

Ik vond ook nog 'Stamboom' van Jan J. Pieterse, over een duidelijk positief ingestelde man:

*Volgens zijn vader*

*komt hij uit een groot geslacht.*

*Volgens zijn moeder*

*valt dat wel mee.*

Dit valt allemaal niet erg serieus te nemen.

Gelukkig zijn er ook heel mooie voorbeelden van echt positief gedrag. Daarover vond ik een gedicht van Gerard Reve, genaamd 'Roeping':

*Zuster Immaculata die al vier en dertig jaar*

*verlamde oude mensen wast, in bed*

*verschoont, en eten voert,*

*zal nooit haar naam vermeld zien.*

*Maar elke ongewassen aap die met een bord:*

*dat hij voor dit, of tegen dat is,*

*het verkeer verspert,*

*ziet savonds reeds zijn smoel op de tee vee.*

*Toch goed dat er een God is.*

---

## Ouderenbonden in de omgeving

Onlangs kwam in EenVandaag naar buiten dat ANBO landelijk van 180.000 leden was gezakt naar 124.000 leden. Een bescheiden inventarisatie van onze buurgemeenten leverde het volgende op: Dubbeldam beperkt zich tot de activiteiten in De Gravin onder de naam De Baron.

Zwijndrecht gaat door met een onafhankelijke Seniorensoos. Voorlopig ligt de nadruk op biljarten, maar mogelijk wordt dat spoedig uitgebreid.

In Papendrecht is de Seniorenbond De Ertepeller opgericht. Alle activiteiten zijn te vinden op hun website: [www.ertepeller.org](http://www.ertepeller.org).

Het telefoonnummer op de website van Sliedrecht is dat van het regiokantoor van ANBO. Vreemd!

In 's-Gravendeel is de Algemene Seniorenbond 's-Gravendeel (ASG) opgericht

Alleen Hardinxveld-Giessendam gaat door als ANBO-afdeling.

---

## Verjaardagskalender

*Hiep*  
**HIEP**  
hoera!

Alle leden die in februari jarig zijn:  
van harte gefeliciteerd!

Op deze plek besteden we speciale aandacht aan onze leden die de respectabele leeftijd van 85 jaar of ouder bereiken:  
mevrouw H.M. Groen-van Donge, 6 februari 89 jaar  
mevrouw A. Lengton-Holleman, 28 februari 95 jaar

Het bestuur wenst u een heel fijne dag toe!

---

## Pak babbeltruc op straat harder aan

Oplichters die ouderen op straat geld afhandig maken met een babbeltruc moeten zwaarder gestraft worden. Dat wil ouderenorganisatie Unie KBO, meldt De Telegraaf.

### Woninginbraak

Volgens de bond komen babbeltrucs steeds vaker voor, met name op straat, en voelen ouderen zich nadat ze slachtoffer zijn geworden van oplichters zo onveilig dat ze vaak een verhuizing naar een verpleeghuis overwegen. "De babbeltruc aan de deur wordt formeel gelijkgesteld aan een woninginbraak", laat Unie KBO-directeur Manon Vanderkaa weten. "Babbeltrucs op straat moeten daar ook toe gerekend worden." Ook moet de pakkans omhoog, vindt Vanderkaa.

ANP/Telegraaf



---

## SeniorService: belangrijke telefoonnummers

Voor spoedeisende huisartsenhulp 078-6542600.

Op maandag t/m vrijdag van 17.00 uur 's avonds tot de volgende dag 8.00 uur.

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

Alarmnummer	112 (gratis)	Sociale Dienst Drechtsteden	078-7708910
Snelle politiehulp, maar zonder zwaailicht	0900-8844	Wmo adviesraad Dordrecht	078-7708910
		Parkinson-vereniging	078-6541024
		Alzheimer Nederland	0800-5088
<b>PlusBus informatie en reserveringen:</b> telefoon: 06-337836189 e-mail: bus@wielborgh.nl		Sensor, telefonische hulpdienst, 24 uur per dag bereikbaar	0900-0767
Stichting Wielborgh (algemeen)	078-6492111	Het Juridisch Loket	0900-8020
Stichting Wielborgh (thuiszorg)	078-6492111	Bureau Sociale Raadsliden	088-1237011
Het Spectrum Wonen en Zorg	078-6172333		
Aafje Zorglijn	088-8233233	Maison Patrick (respijtzorg)	06-57415845
Internos Zorglijn	078-6483838	e-mail: info@maison-patrick.nl	

# Inschrijfformulier



## Waarom lid worden van de Dordtse Seniorenbond?

- Belangenbehartiging bij gemeente en provincie
- Belasting-invulservice
- Hulp bij invullen huur- en zorgtoeslagformulieren
- Gratis 10 keer per jaar het ledenblad van de Dordtse Seniorenbond
- Korting op reizen en uitstapjes (eigen reisclub en de PlusBus)
- Nieuwe mensen ontmoeten en deelnemen aan activiteiten in uw buurt

Word nu lid door onderstaand formulier in te vullen. U gaat dan met ingang van 1 januari 2016 per jaar € 15,00 betalen. Als u met uw partner op één adres woont betaalt u samen € 25,00.

## Inschrijfformulier - velden gemerkt met een ( \* ) zijn verplichte velden

geslacht* man/vrouw	geboortedatum*
voorletters*	achternaam*
straat + huisnummer*	
postcode + woonplaats*	
telefoonnummer*	
e-mailadres	
IBAN (banknummer)	
<input type="checkbox"/> Ik machtig de Dordtse Seniorenbond tot automatische afschrijving van het contributiegeld	

## Inschrijving partner (op hetzelfde adres):

geslacht* man/vrouw	geboortedatum*
voorletters*	achternaam*
e-mailadres	

- Ja, ik word lid van de Dordtse Seniorenbond en betaal € 15,00 per jaar
- Ja, mijn partner, wonend op het zelfde adres, wordt ook lid; samen betalen wij dan € 25,00 per jaar.

Handtekening:

Handtekening partner:

Stuur het ingevulde formulier naar Jan Geenen Van Ravesteyn-erf 515, 3315 DW Dordrecht of e-mailen naar [jan@gnen.nl](mailto:jan@gnen.nl).



# Iedereen verdient goede zorg!

Het Spectrum biedt persoonlijk gerichte zorg en welzijn tijdens verschillende fases in het leven. Wij doen dat op een hartelijke, persoonlijke manier, vol aandacht. Door goed naar uw wensen te luisteren en te volgen wat er in de maatschappij leeft, kunnen we u helpen met de best passende ondersteuning.

- **Zelfstandig wonen**, in appartementen op diverse locaties in Dordrecht.
- **Begeleiding bij dementie**, bij u thuis, in ontmoetingscentra of in de Spectrumlocaties.
- **Verpleeghuiszorg**, in De Sterrenlanden en Vreedonk voor mensen met een lichamelijke handicap of dementie.
- **Revalidatiezorg**, met als specialismen COPD, orthopedie (heup en knieën) en hartfalen.
- **Begeleiding tijdens de laatste levensfase**, thuis of in De Rozenhof of hospice De Patio.
- **Behandelaars** die u helpen om langer thuis te wonen, zoals fysiotherapeuten, ergotherapeuten, logopedisten en diëtisten.
- **Kinderdagverblijf De Sterretjes**, kleinschalige opvang van kinderen van 0 tot 4 jaar.

Bekende locaties van Het Spectrum zijn onder meer De Sterrenlanden, Vreedonk en De Prinsemarij. Daar biedt Het Spectrum nog allerlei faciliteiten waar iedereen gebruik van kan maken, zoals restaurants, internetcafés, kappers, levensmiddelen- en tweedehandswinkels.

Het Spectrum [info@hetspectrum.nl](mailto:info@hetspectrum.nl), 078 617 23 33, [www.hetspectrum.nl](http://www.hetspectrum.nl)

**ZORG MET AANDACHT, AANDACHT MET ZORG!**



**HETSPECTRUM**

Geen bloemen  
maar een gift voor  
een goed doel,  
hoe regel ik dat?

## Ons team heeft alle antwoorden

De dienstverlening is altijd persoonlijk, de kracht van het DenO team geeft ons alle mogelijkheden en u alle antwoorden. Samen zorgen we voor een persoonlijk afscheid.

Bij overlijden: **0800 – 099 55 15** (gratis) 24/7 bereikbaar.

DenO Uitvaartcentrum | Nassauweg 190, 3314 JR Dordrecht  
[www.uitvaardordrecht.nl](http://www.uitvaardordrecht.nl)



# De Wielborgh

- ▶ thuiszorg
  - ▶ Zorg
  - ▶ Huishouding
  - ▶ Persoonsalarmering
- ▶ welzijn
  - ▶ Elkaar ontmoeten
  - ▶ Samen eten
  - ▶ Samen uit
- ▶ wonen
  - ▶ Veilig wonen



de Wielborgh

**Thuiszorg en meer. Met elkaar. Voor elkaar.**

Beverwijkstraat 49 3311 GB Dordrecht T 078-6492111 W [www.wielborgh.nl](http://www.wielborgh.nl)

