

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

Huishoudelijke hulp nodig?

U kunt bij ons terecht met een WMO-indicatie, dienstencheques en als particulier.

Meer weten?
Bel ons op 078-6185571

Vlijtig Liesje Thuishulp
info@vlijtigliesjethuishulp.nl
www.vlijtigliesjethuishulp.nl





Samenstelling bestuur en werkgroepen

<p>Arnold G. Daane voorzitter en redactielid DordtSenior</p> <p>Vijverplantsoen 72 3319 SX Dordrecht telefoon: 078-6166320 e-mail: agdaane@gmail.com</p>		<p>Co Wapperom-Peterson secretaris en coördinator van de Reisclub</p> <p>Loudonstraat 327 3317 PG Dordrecht telefoon: 078-6170022 e-mail: JPWapperomPeterson@kpnmail.nl</p>	
<p>Gerard L. Ek penningmeester</p> <p>Leeuwstraat 26 3318 VD Dordrecht telefoon: 078-6179421 e-mail: ek.van.es@planet.nl IBAN: NL25 INGB 0007 1383 82 t.n.v. Dordtse Seniorenbond</p>		<p>Joke Herrewijn-de Vries adjunct-voorzitter en lid van redactie DordtSenior en van de werkgroep Lief en Leed</p> <p>telefoon: 078-6170761</p>	
<p>George Scheen adjunct-secretaris</p> <p>telefoon: 078-6172946 e-mail: jgscheen@gmail.com</p>		<p>Voor het onderhouden van onze website www.dordtse.nl zoeken wij met spoed een webmaster (man/vrouw)</p>	
<p>Wilma Molendijk bestuurslid en lid van de Reisclub en van de werkgroep Lief en Leed</p> <p>telefoon: 078-6173566</p>		<p>Els Bel bestuurslid en lid van de activiteitenwerkgroep</p> <p>telefoon: 078-6161880</p>	
<p>De werkgroep Lief en Leed besteedt aandacht aan leden en families, die bericht hebben gestuurd van overlijden, huwelijk, verjaardagen, opnamen in ziekenhuis, ziektes, et cetera. Deze berichten moeten worden gestuurd naar de coördinator Wilma Molendijk, zie boven.</p>		<p>Corrie Dubbeld ledenadministrateur en coördinatie bezorging ledenblad</p> <p>e-mail: ledenadmin@dordtse.nl telefoon: 078-8427213 (via de mail heeft de voorkeur)</p>	
<p>Jan Geenen redactie en advertenties DordtSenior en webmaster en ledenadministrateur</p> <p>telefoon: 06-4821 9666 e-mail: jan@dordtse.nl</p>		<p>Ab Küchler eindredacteur DordtSenior</p> <p>telefoon: 078-6185567 e-mail: redactie@dordtse.nl</p>	

Kopij voor DordtSenior van **juni** uiterlijk **16 mei** inleveren bij de redactie,
per adres Ab Küchler, Van Eesterenplein 269, 3315 KX Dordrecht
of per e-mail: redactie@dordtse.nl



In dit nummer

1. Samenstelling bestuur en werkgroepen
Einddatum inleveren kopij.
2. In dit nummer
Colofon
3. Federatie van Algemene Seniorenverenigingen (FASv)
Zogezegd
Senior Wijzer
4. Toni van Dam: Hoe veilig is ons patiëntendossier?
1,3 miljoen Nederlanders slechthorend
6. Co Wapperom-Peterson: Van de Reisclub
Langer zelfstandig wonen met de Blijverslening
8. Joke Herrewijn-de Vries: Boekbespreking
Ab Kuchler: Limerick
10. Verse maaltijden aan huis: makkelijk en smakelijk
Diabetespatiënt ziet huisarts veel te weinig
12. Harry Aardoom: Het Gerecht van Dordrecht
13. Liny van Konijnenburg: Hoe vaak ging ik niet door die poort?
Vitamine D: belangrijk voor botten en fysiek functioneren
15. Willem Wilmink: Ben Ali Libi
Ab Kuchler: Met elkaar voor elkaar
Joke Herrewijn: Ontwikkelingen geneeskunde in de 19e eeuw
17. Vijf vragen over de nieuwe donorwet
Te ingewikkelde regels leiden tot schulden
19. Jan Geenen: Wat te doen in mei in Dordrecht?
21. Eerste hulp bij een tekenbeet: vijf vragen en tips
Zogezegd
23. Ab Kuchler: Poëzie & Historie
Bezorging DordtSenior in 2018
24. Verjaardagskalender
Nieuwe leden
SeniorService: belangrijke telefoonnummers

Ledenvergadering

Redactie

Op het moment dat u dit leest is de ledenvergadering van 26 april al geweest. Wij hadden daar graag verslag van gedaan, maar helaas: in verband met de Koningsdag moest op 24 april de kopij van dit blad al naar de drukker. In het juninummer wordt u alsnog ingelicht!

Colofon



Omslagafbeelding:
pentekening van Ad Bakker

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 Ab Kuchler
Van Eesterenplein 269
3315 KX Dordrecht
078-6185567
redactie@dordtsenior.nl

De redactie bestaat uit
Ab Kuchler
(zie redactieadres boven)

Arnold G. Daane
arnolddaane@wxs.nl

Joke Herrewijn-de Vries
jherrewijn@hetnet.nl

Vormgeving en opmaak
Jan Geenen
jan@dordtsenior.nl

Coördinator bezorgers
Corrie Dubbeld
078-6472665
ledenadmin@dordtsenior.nl
(via de mail heeft de voorkeur)

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

Website Dordtse Seniorenbond
www.dordtsenior.nl

Adverteren in dit blad?
Voor inlichtingen en/of tarieven kunt u contact opnemen met de redactie (zie redactieadres).

ORPHEUS
ensemble dordrecht

Voor het concert van het Orpheus Ensemble Dordrecht op 3 juni om 14.30 uur in de Wilhelminakerk krijgen leden van de Dordtse Seniorenbond een korting van € 2,50 op de toegangsprijs van € 17,50.



Federatie van Algemene Seniorenverenigingen (FASv)

U heeft in dit blad al verschillende keren kunnen lezen dat de Dordtse Seniorenbond is aangesloten bij de Federatie van Algemene Seniorenverenigingen (FASv), de jongste landelijke ouderenorganisatie in Nederland.

De leden van de FASv zijn de zelfstandige, plaatselijke, algemene seniorenverenigingen. De meeste verenigingen ontstonden - net als wij - als een doorstart van plaatselijke afdelingen van de ANBO.

Half 2017 waren 75 verenigingen aangesloten bij de FASv.

De formele oprichting van de FASv vond op 29 september 2016 plaats en reeds op 12 mei 2017 werd de eerste Federatieraad gekozen. Op 29 november 2017 benoemde de Federatieraad het eerste gekozen bestuur. De FASv is een ouderenorganisatie met groeipotentie.

De FASv heeft als missie:

een samenleving te bevorderen die zorgzaamheid betracht jegens ouderen, zodat zij - naar vermogen - in volwaardigheid en zelfstandigheid kunnen blijven deelnemen aan het maatschappelijk verkeer; de belangen van ouderen te behartigen in de ruimste zin van het woord, zowel individueel als collectief.

De FASv tracht haar doel onder meer te bereiken door:

het ondersteunen en stimuleren van de aangesloten verenigingen in het bereiken van hun doel en missie;

het gevraagd en ongevraagd adviseren van overheden, instellingen, organisaties en personen inzake de voorbereiding, vaststelling en uitvoering van ouderenbeleid en alle zaken die ouderen aangaan;

het aangaan van samenwerking op het terrein van ouderenbelangen met gelijkgestemde organisaties en instellingen, in formele en informele verbanden;

het organiseren van educatieve en voorlichtende activiteiten.



Een belangrijke reden om als Dordtse bond toe te treden tot deze federatie is geweest om via de FASv een **collectiviteitskorting** te kunnen aanbieden, vooral bedoeld voor leden die een groot vertrouwen in hun 'eigen' ziektekostenverzekeraar hebben en weinig behoefte hebben om van verzekeraar te veranderen. Daarom was ook bij de oprichting van de FASv de eerste vraag: hoe zit het met premiekorting ziektekostenverzekering? De FASv heeft inmiddels bij een groot aantal verzekeraars collectieve premiekortingen voor zorgverzekeringen geregeld.

Daarnaast kunt u als lid van de Dordtse Seniorenbond onder andere profiteren van lagere energiekosten die worden geboden door **Energiebesteding**, een energieleverancier die samen met de FASv (net als de KBO-PCOB) streeft naar 'eerlijk, blijvend goedkoop én 100% groen!' Als u daar meer over wilt weten vindt u alles op fasv.nl: **BESPAAR OP UW ENERGIEKOSTEN**.



U kunt op deze website (als lid van de Dordtse Seniorenbond) nog veel meer leuke voordeeltjes vinden.

Zogezegd

Geluk is dat je bent waar je wilt zijn. Waar dan ook, met wie dan ook (*Daniël Lohues*)

Senior Wijzer

Arnold G. Daane



Helaas lukte het Arnold door persoonlijke omstandigheden deze week niet zijn column te schrijven. Excuses en tot de volgende keer!



Hoe veilig is ons patiëntendossier?

Toni van Dam



Bij mijn driemaandelijke diabetescontrole, tref ik een nieuwe praktijkondersteuner, aardige vrouw. Belangrijk voor mij, want het moet tussen patiënt en zorgverlener wel een beetje klikken. "Nou nou, u bent wel flink afgevallen, zie ik. Van 93 kilo naar bijna 60 kilo". Ik, stomverbaasd: "93 kilo? Dat heb ik nog nooit gewogen, zelfs niet toen ik zwanger was". Toen daarna mijn dossier aangaf dat ik vorig jaar was gestopt met roken, brak helemaal mijn klomp. Dus ik: "Wat roken? Ik heb nooit gerookt". Na controle, ik keek mee, gaf het computerscherm mijn juiste adres en geboortedatum aan.

"Zijn het dan de gegevens van uw man?" "Nee, dat kan niet, want die heeft ook nog nooit 93 kilo gewogen, al rookte hij wel". Enfin, ik eiste dat die zo snel mogelijk zouden worden verwijderd want STEL dat ik onverhoopt op de spoedeisende hulp terecht zou komen en die mogelijkheid is er altijd, maar zeker op mijn leeftijd, zou men kunnen zien dat ik rookte en veel te zwaar was. En dat zou NIET kloppen. Dat verwijderen kon niet ZO snel want dat kon alleen de systeembeheerder waar men sinds kort mee werkt.

Goed, zult u zeggen, fouten worden gemaakt en dit heeft natuurlijk niets met de veiligheid van het patiëntendossier te maken. Maar ik was boos. Na drie weken kreeg ik bericht dat deze foutieve gegevens waren gewist. Wat nu in mijn dossier staat ga ik binnenkort even bekijken want daar heeft men recht op.

Wat lees ik in de (Volks)krant? "Talloze medewerkers van het Haga Ziekenhuis hebben het medisch dossier van reality-ster Barbie ingekeken," onthulde EenVandaag. Je vraagt je dus af: zijn mijn gegevens nog wel veilig? Alle 2.800 artsen en verpleegkundigen in genoemd ziekenhuis hebben toegang tot elektronische dossiers (EPD). Tientallen medewerkers hebben dit jaar van die mogelijkheid gebruik gemaakt!



Wat erg! Het moet en mag toch niet zo zijn dat 'het neefje van de bureu', die in het ziekenhuis werkt, benieuwd is naar jouw gesteldheid en dat even opzoekt? Het genoemde ziekenhuis heeft dit bevestigd en stelt een onderzoek in.

En hoe zit dat bij het politieapparaat? In welke systemen medewerkers bij de politie mogen kijken is afhankelijk van hun functie. Voor zoeken in dit systeem moet een agent een goede reden hebben. Dat wordt helaas niet altijd gecontroleerd, maar achteraf kan worden nagegaan wie heeft gezocht.

Nou, fijn allemaal, maar toestemming geven tot inzage in jouw dossier vind ik NIET nodig, daarbij: lang voordat deze computersystemen bestonden was bekend bij een ziekenhuisopname welke medicijnen men slikt en of men al eerder in een ziekenhuis had gelegen, dat is persoonlijk ondervonden door

Toni van Dam

1,3 miljoen Nederlanders slechthorend

Zo'n 1,3 miljoen Nederlanders van zestig jaar of ouder hebben moeite met hun gehoor in rumoerige ruimtes. Volgens kenniscentrum VeiligheidNL is slechthorendheid een groeiend probleem dat vaak wordt verwaarloosd.

World Hearing Day

Gemiddeld wachten slechthorenden volgens de organisatie zeven tot tien jaar met het zoeken van professionele hulp. "Aandacht voor slechthorendheid is cruciaal omdat verwaarlozing ervan een grote impact op de kwaliteit van leven kan hebben. Communiceren wordt lastiger en er kunnen gevoelens van angst en depressie ontstaan met als mogelijk gevolg sociaal isolement en verenzaming", stelt VeiligheidNL.

Verband dementie

Het expertisecentrum wijst er ook op dat er een verband is tussen ouderdomsslechthorendheid en het ontwikkelen van dementie.

Gehoorverlies is een wereldwijd probleem. Naar verwachting verdubbelt het aantal slechthorende mensen tot 900 miljoen in 2050. Die stijging wordt veroorzaakt door de algehele groei van de wereldbevolking en de vergrijzing.





Wij gaan naar Medipoint voor zorg- en welzijnshulpmiddelen

Medipoint is er voor uw dagelijkse comfort

Medipoint: hét loket voor al uw vragen

U kunt nu ook in Dordrecht terecht voor het lenen, huren en kopen van zorg- en welzijnshulpmiddelen. U krijgt bij Medipoint persoonlijk advies, er wordt gekeken welk hulpmiddel het beste bij u past en welke vergoedingsmogelijkheden er gelden.

Wie is Medipoint?

- Medipoint heeft een breed aanbod van zorg- en welzijnshulpmiddelen
- Deze hulpmiddelen kunt u lenen, huren of kopen
- Wij werken samen met:
 - Alle gemeentes in uw omgeving zoals Alblasserdam, Dordrecht, Hendrik Ido Ambacht, Papendrecht, Sliedrecht, Zwijndrecht.
 - De bekende thuiszorgorganisaties zoals Careyn.
 - Alle zorgverzekeraars in Nederland.
- Medipoint Thuiservice geeft vrijblijvend advies thuis, in geval u niet naar ons kunt komen.

Hulpmiddelenoutlet

Voor een ruime keuze aan occasions en bulkpartijen kunt u ook terecht op deze locatie.

Loop gerust eens bij ons binnen:

Medipoint | Careyn
Kamerlingh Onnesweg 15
3316 GK Dordrecht

Openingstijden:

Ma t/m vr: 9.00 - 17.30 uur
Za: 10.00 - 16.00 uur

Wij staan graag voor u klaar.



Kris Kras Gouda Stroopwafels ? en ?

Donderdag 7 juni 2018



Zoals gebruikelijk zijn leden van de Seniorenbond en belangstellenden van harte welkom. We vertrekken om 8.45 uur van de Hellingen en van het Dalmeyerplein om 9.00 uur. We rijden naar Gouda waar we eerst, verdeeld in twee groepen, de fabriek van Goudse stroopwafels bezichtigen. Natuurlijk wordt ons daar ook koffie met ?? wordt geserveerd. Daarna wandelen we naar Tearoom en Eeterij van den Berg. Hier staat voor ons een heerlijke lunch in buffetvorm klaar. Na de lunch biedt een gids zich aan voor een uitgebreide stadswandeling. Daarnaast is er de mogelijkheid de Sint-Janskerk te bezichtigen (een minder lange wandeling). Hierna kan men uitrusten op een terrasje of wat kaaswinkeltjes bezoeken.



Daar de bus niet in de stad mag parkeren is gekozen voor bovenstaand programma. De chauffeur zal u de gehele dag de nodige uitleg en aanwijzingen geven. Van af het terras wandelen we naar de bus. We vertrekken uit Gouda en rijden naar het dineradres voor een afscheidsdiner. Een zeer uitgebreide tocht, met diverse mogelijkheden.

De kosten voor deze tocht zijn € 57,00 per persoon.

U kunt zich opgeven voor deze tocht bij Wilma Molendijk, telefoon 078-6173566 of bij Co Wapperom, telefoon 078-6170022. Wij verzoeken u na de aanmelding de reiskosten over te maken naar onze bankrekening NL66 INGB 0007 2441 50 , ten name van Reisclub Dordtse Seniorenbond.

Langer zelfstandig wonen met de Blijverslening



De gemeente Dordrecht introduceert de zogenaamde Blijverslening. Met deze lening kunnen oudere woningeigenaren hun huis levensloopbestendig maken en langer thuis blijven wonen. Op dinsdag 13 maart 2018 stemde het college van B&W in met dit voorstel. Er wordt in totaal 300.000 euro ter beschikking gesteld voor het verstrekken van de Blijverslening.

"De meeste mensen blijven het liefst zo lang mogelijk in hun eigen woning wonen", zegt wethouder Karin Lambrechts. "Inwoners hebben nu de kans hiervoor een voordelige lening af te sluiten waarmee ze woningaanpassingen kunnen financieren, zoals het aanbrengen van een traplift of het realiseren van een slaapkamer op de begane grond."

Twee soorten leningen

Er zijn twee varianten van de lening: een consumptieve lening (van minimaal € 2.500,- tot maximaal € 10.000,-) en een hypothecaire lening (van minimaal € 2.500,- tot maximaal € 50.000,-). De leningen worden verstrekt door het Stimuleringsfonds Volkshuisvesting Nederlandse gemeenten (SVn).

Aanvragen

Voor meer informatie of voor het aanvragen van de Blijverslening kunnen inwoners terecht op www.dordrecht.nl.

'T ZIT WEL



MIET

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

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.koelewynsvis.nl



Wij zijn ook op maandag open van 11.00 tot 18.00 uur

UW VLOERSPECIALIST

RENOVATIE PARKETVLOEREN

Wij schuren
stofvrij!
€ 17,- per m²



RENOVATIE NATUURSTEEN

Uw bestaande
natuursteenvloer
weer als nieuw!



TRAPRENOVATIE

Uw trap gerenoveerd
in 1 dag met een
massief houten of
laminaat systeem
geplaatst en wel door
onze eigen vakmensen
Al vanaf € 1495,-



VERKOOP LAMINAAT, HOUTEN VLOEREN EN PVC

Dealer van o.a.:
Quickstep
Douwes Dekker
Beaufloor
Hafa
Trenovo
Raftwood



FLOORTEC

Bamendaweg 46

3319 GS Dordrecht (achter Tuinwereld wijk Dubbeldam)

Tel. 078 622 72 14

www.vloerspecialist.nl / www.floortec.nl



Boekbespreking

Joke Herrewijn-de Vries



'Zaïda' van Anne Cuneo

Anne is een Zwitserse schrijfster en filmregisseur. Ze schreef haar boeken in het Frans. Na de Tweede Wereldoorlog trok het gezin naar Italië. In 1945 overleed de vader en vanaf 1950 leefde ze in Lausanne. Haar eerste boek 'Grave de diamant' is niet in het Nederlands vertaald. 'Zaïda' en 'De loop van een rivier' zijn wel in het Nederlands vertaald.

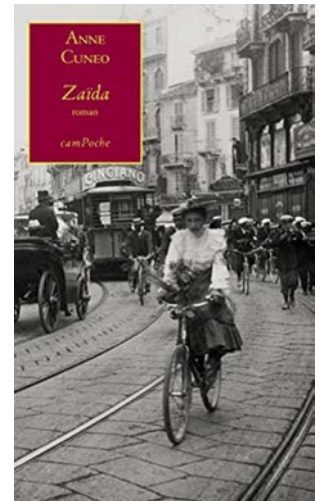
'Zaïda' is een boek van en voor vrouwen. Ze heeft veel problemen om uiteindelijk arts te worden. Ze is één van de eerste vrouwelijke artsen. Als adellijke Engelse vrouw is dat heel ongebruikelijk. Haar motto was: laten we liever over morgen praten dan over gisteren. Het boek is geschreven alsof diegene die vertelt het achterkleinkind was. Ze was psycho-analitica. Zaïda had een huishoudster en gezelschapsdame Mathilde. Ze leefde een eeuw. Het boek is een fictieve autobiografie over haar leven als Zaïda de Vico, dochter van een Italiaanse schrijver en een Engelse moeder. Aan het einde van haar veelbewogen leven besluit Zaïda (in Engeland wordt ze Zadie genoemd) de balans op te maken van haar leven, vanaf haar achttiende tot ongeveer honderd jaar. Op dat moment is haar achterkleinkind op komst. Op haar achttiende ontmoet ze Basil Tatley, haar grote liefde. Na een week trouwen ze! Haar moeder vergeeft haar niet dat daardoor de titel van gravin haar ontgaat. In Florence krijgt ze een plaats als arts. In een mannenartsenpak in de operatiekamer, want vrouwen mochten dat niet. Ze werd niet ontdekt. Basil overlijdt na tien jaar gelukkig huwelijk. Na enkele jaren trouwt ze met een buurman, Jonathan Barber, afkomstig uit een rijke aristocratische familie. Hij zet een ziekenhuis op in een arbeiderswijk in Londen. Ze krijgen twee zonen. Als Zaïda 35 is wordt Jonathan gewelddadig om het leven gebracht. De familie Barber wil de adellijke titel veilig stellen, ze willen de twee zonen ontvoeren.

Francesco Gioconda, de chirurg die vecht voor het leven van Jonathan, vraagt Zaïda ten huwelijk en adopteert de zonen. Het begon als een verstandshuwelijk maar wordt een liefdevolle verbintenis, die zestig jaar duurt.

Er zijn maatschappelijke ontwikkelingen in Europa. Zaïda beleeft de eenwording van Italië en de daarop volgende volksoptstanden. Daardoor ziet ze haar bevoorrechte positie pas goed. Ze ervaart verkiezingen waarbij vrouwen geen stemrecht hebben. De verschrikkingen van de Eerste Wereldoorlog en de opkomst van het fascisme. De familie vlucht naar Zwitserland.

Zaïda maakt veel mee. Het tragische dieptepunt in de Tweede Wereldoorlog is het verlies van haar zonen Martino en Gianni. Ze beseft haar bevoorrechte positie en wil zich door middel van haar beroep inzetten voor mensen die het minder hebben. Haar leven als arts is een rode draad door het boek. Haar vrouwelijke patiënten komen naar haar met klachten, waarmee ze nooit bij een mannelijke arts zouden komen. Ze volgt de ontwikkelingen in de medische wetenschap: Pasteur, de ontdekking van de penicilline, röntgenstralen, psycho-analyse, etcetera.

Na de Eerste Wereldoorlog legt ze zich toe op getraumatiseerde slachtoffers. In het dankwoord aan het einde van het boek legt Cuneo uit dat haar hoofdpersoon is geïnspireerd door twee grande dames die zij persoonlijk kende: haar oudtante Zaïda Cuneo en de arts Marguerite S. die beiden ruim honderd jaar leefden.



Limerick: 60+

Als je al zestig jaren had gehad
Vond men je 'oud en der dagen zat'
Maar in onze tijd
Klinkt met stelligheid:
'Je bent wel oud, maar je wilt nog wat!'


Ab Küchler



DORDRECHT
Nieuwstraat 19-21

Sinds Pim's 1986

POFFERTJES
EN
PANNEKOEKEN



www.pimspofenpan.nl

Op vertoon van deze advertentie

10%
KORTING!

Meyer
Casa Moda
Alan Red
Fellows
Falke

HERENMODE

PIET LAP

W.C. STERRENBURG

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^a 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!



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.

Verse maaltijden aan huis: makkelijk en smakelijk

In 'Home Town' Krimpen aan de IJssel zijn de dagelijks thuisbezorgde warme maaltijden Hoogerbrug Cuisine al een paar jaar een ingeburgerd en populair verschijnsel. Dagelijks wordt op vele adressen genoten van een dagverse maaltijd van het cateringbedrijf. In Dordrecht wordt de maaltijd-service nu sinds drie maanden aangeboden en het aantal klanten groeit gestaag, vertelt Corné Hoogerbrug.



Aan de aan huis bezorgde maaltijden van de Krimpense cateraar wordt veel aandacht besteed, aldus Hoogerbrug. "De groente, aardappelen en het vlees worden dagelijks vers bij ons aangeleverd. We werken met lokale groenteboeren en slagers en maken gebruik van biologische producten." De stap naar Dordrecht kwam eigenlijk een beetje toevallig. "Wij werden benaderd met de vraag of we de maaltijden in het schippersinternaat wilden gaan verzorgen. Daar kregen we een prachtige keuken tot onze beschikking, waar we eigenlijk wel meer mee konden. Vandaar dat we een aantal maanden geleden besloten ook in Dordrecht met de maaltijdservice te starten. Met succes, want we krijgen wekelijks nieuwe aanmeldingen."

Dagelijks vers

Dat aanmelden gaat simpel via de telefoon of het formulier op de website. Hoogerbrug: "Mensen krijgen vervolgens een informatiepakket opgestuurd, een menukaart, een incassoformulier en een antwoordenvolp. Ze kunnen kiezen voor minimaal twee tot alle dagen van de week. Dagelijks kan er gekozen worden uit twee soorten vlees, twee soorten groenten en twee desserts."

In het weekend staan er ook bijvoorbeeld soepen, rijst- en pastagerechten op de, steeds wisselende menukaart. De maaltijden kosten € 6,99 per keer. Wie iedere dag bestelt, betaalt € 5,99.

Porselein

Waar overigens ook extra aandacht aan wordt besteed bij Hoogerbrug, is de verpakking van de maaltijden en de presentatie. Geen piepschuim meervakborden bij Hoogerbrug, maar gewoon porseleinen borden en goed bestek, dat je bij de volgende bestelling weer meegeeft. "In Dordrecht wordt er vooralsnog een bezorgroute gereden tussen 11.30 en 13.00 uur, maar als daar veel vraag naar is, wordt zeker overwogen om ook een 'avondronde' te maken" zegt Hoogerbrug.



Kijk voor meer informatie, ook over de vele andere cateringmogelijkheden van Hoogerbrug Cuisine, op onze website: www.hoogerbrugcuisine.nl. Bellen kan ook: tel. 06-13253491.

Zie ook de advertentie op pagina 14

Diabetespatiënt ziet huisarts veel te weinig

Vier op de tien diabetespatiënten praten niet met hun huisarts over hun ziekte, terwijl dat volgens de zorgrichtlijnen ten minste één keer per jaar zou moeten. Dat blijkt uit onderzoek van de Diabetesvereniging Nederland onder bijna duizend patiënten, meldt het AD.

Praktijkondersteuner

Voor controle of behandeling van hun ziekte komen de meeste diabetespatiënten nu terecht bij een praktijkondersteuner. Maar volgens Diabetesvereniging Nederland hebben lang niet alle praktijkondersteuners de nodige kennis over complexe wondzorg of medicatie in huis. "Veel patiënten slikken vier à vijf medicijnen. Wanneer die tegen elkaar inwerken, moet dit op tijd gesignaleerd worden. Daarom blijft een jaarlijks gesprek met de huisarts belangrijk" zegt directeur Olof King.

Drukkerij RAD

voorheen Reprografisch Adviesbureau Dordrecht
sinds 1982



Jubileumkaarten

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

Verhuiskaarten

Nette uitvoering • Vlugge aflevering • Billijke prijzen

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

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.



Alles voor de aankleding van uw huis bij Colors at Home van Gemert

Verhuizen, verbouwen, opknappen?

Het kan een hoop stress opleveren, wij nemen u deze last uit handen. Met al meer dan 100 jaar ervaring op gebied van schilder- en behangwerk, in combinatie met onze woonwinkel, kunnen wij u met raad en daad bijstaan. Zo komt u zonder zorgen tot uw gewenste eindresultaat."



U vindt de winkel van **Colors at home van Gemert** aan het van Oldenbarneveltplein 68, Winkelcentrum Crabbehof, neemt u ook eens een kijkje op onze website WWW.WANDECO.COM

COLORS @HOME VAN GEMERT

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

Gevlucht

Matthieu Nolté (Nolthé), een 37 jarige poorter van Dordrecht, werd in 1797 verdacht van 'sodomie' (homoseksueel gedrag). Hij zat al enige tijd ingesloten in een gijzelkamer op het stadhuis van Dordrecht. Maar hij wist te ontsnappen.

Het gebeurde op zondag 3 september 1797 tussen licht en donker. Wie ingesloten was in een gijzelkamer had voorrechten. Je kon op eigen kosten je eigen voedsel en drank in restaurants (laten) bestellen, en je had recht op verlichting om te kunnen lezen, en op verwarming. De gijzelkamers bevonden zich aan de kant van de Voorstraathaven op de tweede verdieping, en hadden redelijk grote ramen.

Het vrouwelijke hulpje van cipier Verhoeven kwam om ongeveer acht uur 's avonds in de kamer van Nolté om het licht te verzorgen, om nieuwe kaarsen in de kaarsenhouders te doen. Ze had de deur weer achter zich op slot gedaan, en liep met haar armen vol met lantaarn plus een paar nieuwe kaarsen de kamer in. Op dát moment sloeg Matthieu haar onverwacht met kracht in haar gezicht zodat ze op de grond viel. Daardoor doofde de lantaarn. Nolté wist van de duisternis gebruik te maken. Hij griste de sleutelbos uit haar handen, deed de deur open, liep de gang in en vergrendelde de deur van de gijzelkamer aan de buitenkant. Daarna liep hij kalm de deur uit. Diender Van Geluk lette niet op. Pas toen Nolté al even weg was viel het hem op dat die goede man toch gevangen moest zitten.

Goed. De hoofdofficier en schepenen van het Gerecht van Dordrecht kwamen diezelfde avond nog in spoedzitting bijeen. Er werd een premie van 1400 gulden uitgelooft voor degene die de ontvluchte Nolté kon terugbezorgen. Dat is overigens niet gelukt.

Zijn signalement was als volgt, het is maar dat u 't weet: "Lang circa 5 voet, 8 á 9 duim (plusminus 1,85 meter), zeer gezet van ligchaam, vol en bleek van aangezigt, hebbende ligte blauwe of gryze oogen, bruin gebonden hair, aan hebbende een buisje en lange broek van gestreept groenagtig geel en blauw katoen, ... een witte das met rode streepjes, schoenen met breede banden, en witte kousen, op hebbende een driekanten hoed, zynde een fatsoendlijk en poliet voorkomen. Spreekende goed Fransch en Hollands".

Interessant is de briefwisseling die daarna ontstond tussen 'de Provisionele Repesentanten van het Volk van Holland' in Den Haag en het Gerecht van Dordrecht.

Uit Den Haag kwam het bevel, in de trant van 'gelieve omstandig te rapporteren', u kent het wel. Want had cipier Verhoeven dit niet kunnen voorkómen? Was hem geen nalatigheid te verwijten?

Want in dit geval, met een vriend van Nolté die in Den Haag werd verhoord en veroordeeld, ging het om een prestigezaak. Er was behoefte aan 'een bonte hond.'

Op 27 november 1797 werd het Gerecht van Dordrecht per brief geadviseerd om Jan Verhoeven alsnog te ondervragen, "hem te vermaanen zijne nalatigheid voor 't vervolg te eviteeren, (en) hem ten dien eynden eene instructie te geeven ..." En, o ja, Jan Verhoeven moest ook nog als cipier worden beëdigd. Want hij was na het overlijden van zijn vader destijds zonder plichtpleging zijn vader als cipier opgevolgd.

Op 4 december 1798 was schepen Lith de Jeude er toevallig getuige van dat de vrouw van Verhoeven met de sleutelbos in de hand uit de gijzelkamer kwam, daarna met die sleutelbos de deur van een gewone cel opendeed en daar met de sleutelbos in de handen binnenging. Met andere woorden, ook hier zou in theorie een ontsnapping van een gevangene mogelijk geweest zijn.

Er werden hierover vragen gesteld aan Jan Verhoeven. Die beriep er zich op dat hij op dat moment afwezig was. Maar het Gerecht van de stad stelde Verhoeven wel degelijk eindverantwoordelijk. Hij werd veroordeeld. Het vonnis luidde dat zijn salaris drie maanden werd ingehouden. Bovendien mocht Verhoeven de salariskosten van de waarnemer over die periode betalen.

Jan Verhoeven was de bonte hond die de schuld kreeg. Als er uit het vervolg iets duidelijk werd was het wel dat een en ander een volgende ontsnapping in 1799 niet wist te voorkómen.



Schrijf mee met de DordtSenior!

Hoe vaak ging ik niet door die poort? (vervolg)

Liny van Konijnenburg

We werkten 48 uur in de week, afwisselend in dagdienst, middagdienst en nachtdienst. In de nachtdienst werkten we 14 nachten achter elkaar, kwamen vrijdagmorgens om 7.30 uur uit de wacht en moesten dan de volgende maandag om



7.30 weer beginnen. In onze vrije tijd moesten we cursussen volgen in anatomie, ziekteleer, verbandleer, voedingsleer en zelfs 6 weken koken.

Dat is tegenwoordig heel anders, mijn kleinzoon zit op de HBOV, ze gaan daar de hele week naar school, lopen af en toe een poos stage in een ziekenhuis, en wonen ook niet meer intern, maar op een flatje ergens alleen.

Toch hadden wij een fijne tijd zo met elkaar, het was hard werken en veel leren. Maar we hadden ook veel steun aan elkaar. Bijvoorbeeld: bij mijn eerste sterfgeval van een patiënt, wat ik mij tot op de dag van vandaag nog goed herinner, kon ik mijn verhaal kwijt bij mijn kamergenoten en zij konden mij troosten en steunen, want al was het ons werk en al was het geen familie, je trok het je toch erg aan. Voor een proefwerk of examen konden we elkaar overhoren, dat scheelde soms wel in de cijfers die je haalde.

Al die aparte gebouwen die best wel ver uit elkaar lagen, hadden ook een nadeel. Als er een patiënt naar de röntgen moest, dan ging hij goed ingepakt op de brancard, zeil eroverheen als het regende. Wij ook goed ingepakt, 10 minuten minstens lopen naar het röntgengebouw. Nu, met alles onder een dak, is dat wel veel makkelijker.

In 1957, ik werkte net 14 dagen op de oogkliniek, werd ik midden in de nacht overgeplaatst naar

Intern, want de A-griep was uitgebroken. De A-griep (Aziatische griep) heeft toen heel wat levens gekost. Omdat ik bekend was op Intern, ik had er een half jaar gewerkt, werd ik op een zaal met elf grieppatiënten geplaatst. Die moesten drie keer per nacht een penicilline-injectie hebben. Je had toen nog glazen spuitjes, die wij zelf moesten uitkoken, om ze steriel te maken. De penicilline zat in een glazen flesje in poedervorm. Je moest eerst de spuit vullen met steriel water, dat in het flesje spuiten, flink schudden, dan weer opzuigen, dunne naald erop en de prik geven. Dat bij elf mensen drie keer per nacht, dus 33 spuitjes per nacht en tussendoor alle spuitjes en naalden uitkoken en weer in elkaar zetten.

Toen we na drie jaar ons diploma hadden mochten we buiten het ziekenhuis wonen, maar bleven toch met ons vieren in een huis wonen. Toen nog negen maanden leren om het ooievaartje te halen, zodat je ook bij kraamvrouwen mocht verplegen. Inmiddels had ik toen verkering en ging in Rotterdam werken, Daar heb ik het nooit zo naar mijn zin gehad, het Erasmus waren ze toen nog aan het bouwen, en de afdelingen lagen verspreid door de stad.

Toen trouwde ik en stopte met werken tot onze jongste oud genoeg was om af en toe alleen in huis te zijn.

Daarna ging ik solliciteren bij verpleeghuis Crabbehoff. Ik kon meteen beginnen, voor mij lekker dicht bij huis. Daar hadden ze inmiddels steriel verpakte spuitjes, die je na gebruik weg mocht gooien, wat een gemak was dat. Ik heb er tot mijn pensioen met plezier gewerkt, het was ook daar hard werken, maar een fijne sfeer, ik denk er met genoeg aan terug.

Vitamine D: belangrijk voor botten en fysiek functioneren

Vitamine D-tekort komt veel voor onder ouderen. Dat vitamine D belangrijk is voor de botten is al langer bekend. Maar wist u dat ouderen met hogere vitamine D-waardes ook beter fysiek functioneren?

Uit onderzoek binnen LASA (bestudeert gevolgen van veroudering) blijkt dat bijna de helft van de Nederlandse ouderen een tekort aan vitamine D heeft. Hetzelfde onderzoek toont aan dat mensen met een lager vitamine D-gehalte slechter scoren op fysieke functietesten zoals de looptest, sta-op-uit-een-stoeltest en de balanstest. Lage vitamine D-waardes geven een groter risico op problemen bij dagelijkse activiteiten, zoals traplopen, aan- en uitkleden en teennagels knippen. Deze LASA-onderzoeken leidden tot de zogenaamde D-VITAAL-studie, waarin onder meer wordt onderzocht of vitamine D-supplementen daadwerkelijk leiden tot verbetering in het fysiek functioneren.



NIEUW IN
DORDRECHT

WARMER MAALTIJD AAN HUIS

ELKE DAG
EEN GEZONDE
MAALTIJD

INFO & AANMELDEN
www.hoogerbrugcuisine.nl
of bel 0180-234024



**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



ORPHEUS
ensemble dordrecht

Orpheus Ensemble Dordrecht

Een koor voor leuke mensen die van gezellig zingen houden. Heeft u ook zo'n zin om met ons mee te zingen?

Wij repeteren elke dinsdagavond van 20.00 tot 22.00 uur in Woon- en zorgcentrum De Merwelanden

Informatie: secretariaat 078 - 621 27 58
www.orpheusensemble.nl

Ben Ali Libi

Willem Wilmink



Op een lijst van artiesten, in de oorlog vermoord, staat een naam waarvan ik nog nooit had gehoord, dus keek ik er met verwondering naar: Ben Ali Libi. Goochelaar.

Met een lach en een smoes en een goocheldoos en een alibi dat-ie zorgvuldig koos, scharrelde hij de kost bij elkaar: Ben Ali Libi, de goochelaar.

Toen vonden de vrienden van de Weduwe Rost dat Nederland nodig moest worden verlost van het wereldwijd joods-bolsjewistisch gevaar. Ze bedoelden natuurlijk die goochelaar.

Wie zo dikwijls een duif of een bloem had verstoppt, kon zichzelf niet verstoppen, toen er hard werd geklopt. Er stond al een overvalwagen klaar voor Ben Ali Libi, de goochelaar. In 't concentratiekamp heeft hij misschien zijn aardigste trucs nog wel eens laten zien met een lach en een smoes, een misleidend gebaar, Ben Ali Libi, de goochelaar.

En altijd als ik een schreeuwer zie met een alternatief voor de democratie, denk ik: jouw paradijs, hoeveel ruimte is daar voor Ben Ali Libi, de goochelaar.

Voor Ben Ali Libi, de kleine schlemiel?
Hij ruste in vrede, God hebbe zijn ziel.

Met elkaar voor elkaar

Ab Küchler

In ons februarinummer ben ik er over begonnen: wie is op zoek naar een beetje hulp en wie kan die hulp bieden. Dat is niet meteen een daverend succes geworden, maar zoiets heeft waarschijnlijk tijd nodig. Toch zocht u misschien zelf ook al langer naar iemand die u kon helpen: met de computer, met de tuin, met dat lampje dat moet worden vastgedraaid, met dat breiwerkje dat moet worden afgemaakt, of met weet-ik-veel. Inmiddels hebben al een paar mensen gereageerd en konden vrager en aanbieder met elkaar in contact worden gebracht.



Zijn er bij u in huis ook van die klusjes die al lang gedaan hadden moeten worden en er maar niet van kwamen? Want: hoe doe je dat en wie helpt je daarbij?

En dan zijn er ook nog mensen die gewoon iemand zoeken om koffie mee te drinken, naar de bioscoop te gaan, een wandelingetje te maken en noem maar op.

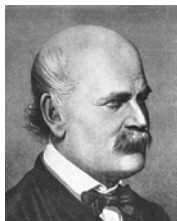
Ik ben bereikbaar op 078-6185567.

Ontwikkelingen geneeskunde in de 19e eeuw

Joke Herrewijn-de Vries

Er waren heel wat pioniers in de geneeskunde

Met betrekking tot de hygiëne: Semmelweiss, een Hongaarse arts te Wenen 1818-1865. Hij ontdekte dat de meestal dodelijk verlopende kraamvrouwenkoorts het gevolg was van een slechte hygiëne. Hij voerde het vooraf handen wassen met een chlooroplossing in en de sterfte daalde drastisch. Hij kreeg veel weerstand en verzet van collega's, dat kon hij niet verwerken en stierf jong in een psychiatrische kliniek.



Lister, arts in Engeland 1872-1912

Hij was een chirurg en ontdekte dat met wondvorming gepaard gaande fracturen desastreus verliepen; gesloten botbreuken genazen goed. Hij introduceerde met succes carbolzuur (nu bekend als fenol) om chirurgische instrumenten te steriliseren en wonden te reinigen. Hij liet voor de operatie de huid schoonmaken, dat gaf een heel gunstig effect. Ook voerde hij de chirurgische handschoenen in.



Zij zagen beiden dat er sprake was van besmetting, al wisten ze nog niet precies waardoor dat kwam. De ontwikkeling van de bacteriologie kwam pas daarna tot stand.





GEBITSPRAKTIJK DORDRECHT

Onze kliniek: Uw kunstgebitenspecialist



Reparatie service ook in het weekend

Plein 1940-1945 Nr. 32
3313CV Dordrecht

078 - 842 06 31 www.gebitspraktijkdordrecht.nl

Vijf vragen over de nieuwe donorwet

De kogel is door de kerk. Het actief donorregistratiesysteem is een feit. In dit nieuwe systeem ben je automatisch donor als je geen andere keus aangeeft. Het wetsvoorstel werd met een nipte meerderheid in de Eerste Kamer aangenomen.

1. Wat houdt de nieuwe donorwet in?

Alle Nederlanders van achttien jaar en ouder krijgen een brief waarin zij hun keus over orgaandonatie kenbaar kunnen maken. Er zijn vier opties:

- ja, ik geef toestemming
- nee, ik geef geen toestemming
- mijn partner of familie beslist
- een door mij gekozen persoon beslist.



Nieuw aan de wet is dat je bij geen keuze automatisch als 'geen bezwaar' wordt geregistreerd. Dit is overigens niet hetzelfde als geen toestemming verlenen. Bij 'geen bezwaar' houden de nabestaanden het laatste woord.

2. Vanaf wanneer gaat de nieuwe donorwet in?

De nieuwe donorwet actieve donorregistratie (ADR) wordt in de zomer van 2020 van kracht. Na invoering van de nieuwe wet blijft je huidige registratie in het donorregister geldig.

Bron: Rijksoverheid

3. Welke organen doneer je als je toestemming geeft?

Dit hangt af van wat je invult in het donorregister. Je kunt er bijvoorbeeld voor kiezen wel interne organen af te staan voor donatie maar geen oogweefsel.

4. Wat verandert er voor mijn nabestaanden?

In de nieuwe donorwet zal iedereen in principe donor zijn behalve als je expliciet hebt aangegeven dit niet te willen. Dit maakt de rol voor de nabestaanden een stuk kleiner. De nabestaanden beslissen als iemand dit zo heeft laten registreren.

Een 'ja' of 'geen bezwaar' kan door de nabestaanden worden aangevochten, mits zij hard kunnen maken dat de overledene echt geen donor had willen zijn.

5. Waar kan ik mijn keuze vastleggen als ik nu donor wil worden?

Als je nu donor wilt worden dan kun je je keuze vastleggen in het donorregister. Dit kan zowel online via donorregister.nl als op papier. Formulieren kun je telefonisch aanvragen via 0900-8212166. Gedrukte exemplaren liggen ook bij de huisarts, gemeente of apotheek.

Te ingewikkelde regels leiden tot schulden

Te ingewikkelde regels leiden tot schulden

Veel regels zijn voor een groeiende groep Nederlanders te ingewikkeld geworden. Zij lopen een verhoogd risico om in de schulden te raken, blijkt uit een onderzoek van de Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (RVS). De raad roept overheden en organisaties op om de regels eenvoudiger te maken.

Dertien regelingen

"Mensen met inkomensondersteuning hebben gemiddeld te maken met dertien verschillende regelingen. Veel mensen raken verstrikt in dit web van regelingen die bovendien allemaal een andere kant op wijzen", zegt Pauline Meurs, voorzitter van de RVS. Een oplossing voor de korte termijn is het direct overmaken van toeslagen naar de organisaties waar de toeslag voor bedoeld is.

Laaggeletterdheid

Ook moeten mensen eenvoudiger en sneller toegang krijgen tot hulp, stelt de raad. De verantwoordelijkheid van overheid, bedrijven en organisaties om te voorkomen dat mensen schulden krijgen, moet worden versterkt. Dan kan volgens de raad met begrijpelijke communicatie en alertheid op laaggeletterdheid of aan het tijdig bieden van hulp of een regeling bij een achterstand in betaling.





Gratis
parkeren

Voor u dé perfecte hobby-bril

Geen vermoeide ogen meer bij uw hobby's zoals
computer, lezen, handwerken etc.
Prettig zicht voor dichtbij en tussenafstanden.

Aanbieding voor u
Montuur met ontspiegelde glazen:

Nu voor € **299,-**

Kijkgroep Krispijn

Brillen & Contactlenzen

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

www.kijkgroepkrispijn.nl

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

Wie komt mijn gordijnen ophangen?
Wie gaat er samen met mij zware boodschappen doen?

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 zorgt er voor een veilige greep in de badkamer?
Wie maakt er een opritje voor de deur?

Wie verplaatst de kast voor de schoonmaak?
Wie maakt die tochtkieren dicht?

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 begeleiding via de WMO.

Tel.: 0646 727 623 / 078 622 4674

E-mail: hvl-pz@outlook.com



Wat te doen in mei in Dordrecht?

Op stap met de schaapskudde
woensdag 2 mei, 11:00 - 16:00
Nationaal Park De Biesbosch (gratis)
www.biesboschcentrumdordrecht.nl/

Op deze dag wandelt de schaapherder met zijn kudde schapen door de Hollandse Biesbosch. De tocht start vanaf het veld achter Biesboschcentrum Dordrecht. Je kunt met de kudde meelopen en ervaren hoe het is om schaapherder te zijn. De herder vertelt allerlei leuke weetjes.



Kinderen kunnen voor 5 euro hun herdersdiploma behalen door allerlei activiteiten mee te doen.

Het evenement is gratis toegankelijk, desondanks is aanmelden noodzakelijk voor deelname. Dit kan per mail via: info.biesbosch@dordrecht.nl. Geef hierbij ook aan of je een herdersdiploma en/of lunchpakket wil bestellen voor deze dag.

Kunst- en Antiekmarkt (mei-editie)
zondag 6 mei, Nieuwkerksplein (gratis)

In het voorjaar van 2018 is er rondom de Nieuwkerk bij de Voorstraat Noord, in het monumentale historische centrum van Dordrecht, een antiek- en curiosamarkt. Het kloppende hart van de markt is natuurlijk het prachtige Nieuwkerksplein met de antieke Nieuwkerk, daarop staan zo'n 40 kramen aangevuld met een heerlijke cateraar, terras en podium waarop bij alle markten een passend stukje muziek geprogrammeerd staat! De markt is van 10.00 tot 17.00 uur. Vanaf 14.00 uur zijn er optredens van een muzikant, singer-songwriter of band bij het gezellige terras van Chef en Sloof, waar ook een hapje en drankje verkrijgbaar zijn.

Ook in mei kunt naar Cine+

Kinopolis Cine+ is een heerlijke filmmiddag voor iedereen die de 50 jaar nadert of ouder is en graag naar de film gaat. Tijdens de speciale voorstellingen van Cine+ presenteren wij u een gevarieerd aanbod van mooie, ontroerende, spannende en humoristische films.



Kom langs en geniet voor slechts € 7,- p.p. van een fijne filmmiddag. Bovendien trakteren we u voor aanvang van de voorstellingen op een kopje koffie mét wat lekkers. Cine+ is een terugkerend evenement; data en tijden verschillen per maand. Bekijk in de filmagenda hieronder wanneer de Cine+ films bij uw bioscoop te zien zijn. Vanwege ruimtegebrek deze keer hier geen programma, kijk hiervoor op de site van Kinopolis. Kinopolis Dordrecht inloop vanaf 13.30 uur start film 14.00. Programma, tickets en informatie kinopolis.nl

Kinopolis is te bereiken met de buslijn 10, halte Energiehuis

Lepeltje Lepeltje
Van donderdag 10 mei t/m zondag 13 mei
Weizigtpark (gratis)

Dordrecht viert Hemelvaartsweekend én Moederdag op Lepeltje Lepeltje. Van donderdag 10 tot en met zondag 13 mei versiert Lepeltje Lepeltje het Weizigtpark met mobiele keukens én een breed muzikaal programma. De grote mensen genieten van ambachtelijk gemaakte producten, en de allerkleinsten van een rijk gevuld kinderprogramma. Daarnaast struint men over de mooie-spullen-markt. De toegang is uiteraard gratis. Lepeltje Lepeltje is het beste recept voor een heerlijk weekend in het park.

Dordt in Stoom
van vrijdag 25 mei t/m zondag 27 mei
Historisch havengebied en verschillende rijroutes door de stad. Gratis m.u.v. het Stoomrondje
Eind mei is alweer de 18e keer AD Dordt in Stoom, het meest omvangrijke stoomevenement van Europa in Dordrecht. Jong en oud brengen dit laatste weekend van mei een bezoek aan de stad om te genieten van schepen, treinen, bussen en meer. Mis niets en koop voor historisch vervoer het Stoomrondje Dordt. De aftrap is op vrijdagavond met de Vlootschouw, een spektakel van een opening op het prachtige drierivierenpunt van Dordrecht. Komt dat zien!





Henk Dorst

Tuinaanleg en -Onderhoud

Wordt het tuinonderhoud u te zwaar?

Denk dan eens aan een tuinman!

Wij bieden aan:

- ⇒ Twee tuinmannen voor twee uur
- ⇒ Compleet met voorrijkosten, gereedschap e.d.
- ⇒ In Dordrecht en omgeving
- ⇒ Verrichten allerlei soorten werkzaamheden
- ⇒ Dit is zonder mest, planten en afvoer

Normale prijs **€ 200,00**

**Voor de lezers
van DordtSenior
maar € 100,00
exclusief btw**

Ook voor een tuinonderhoudsabonnement,
voor tuinrenovaties en aanleg van een
nieuwe tuin.

Offertes zijn altijd vrijblijvend.



Voor meer informatie: Henk Dorst Tuinaanleg en -onderhoud 06 51 20 69 76

Kijk ook eens op onze website www.henkdorsttuinaanleg.nl



Eerste hulp bij een tekenbeet: vijf vragen en tips

In Nederland is er de afgelopen twintig jaar een verviervoudiging van het aantal mensen met Lyme geconstateerd. Waar loop je nu de meeste kans op een tekenbeet? Heb je een teek bij jezelf ontdekt? Lees hier de tips en trucs om het enge beestje veilig te verwijderen.

Waar kun je teken verwachten?

Teken komen in het hele land voor. Niet alleen in het bos maar ook in duingebieden, weilanden, parken en misschien zelfs in je eigen achtertuin. De kleine spinachtigen leven van het bloed van dieren en soms ook mensen. Teken kunnen besmet zijn met de Borreliabacterie. Deze bacterie kan de ziekte van Lyme veroorzaken.

Hoe ziet een teek er uit?

Teken zijn niet groter dan 1 tot 3 millimeter. Het is dan ook niet gek dat veel mensen het beestje over het hoofd zien. Net nadat de teek zich heeft vastgebeten lijkt het een klein zwart puntje op de huid. Na enkele dagen van het bloed gesnoept te hebben zwelt het achterlijfje op tot een bruin of grijs bolletje ter grootte van een doperwt.



Hoe kan ik een tekenbeet voorkomen?

Iedereen kan een tekenbeet oplopen. Teken zijn het hele jaar actief mits de temperatuur hoog genoeg is. De hoogste aantallen worden in het voorjaar gemeten. Heb je een lekkere boswandeling gemaakt, in de duinen gepicknickt of je tuin van nieuwe plantjes voorzien? Controleer jezelf en familieleden (kinderen) dan goed.

Om de kans op een beet te verkleinen houd dan onderstaande tips in acht:

- Duik niet de bosjes in maar blijf op de paden en vermijd dichte begroeiing.
- Trek dichte schoenen aan als je de natuur in trekt. Het is geen gezicht maar stop je broekspijpen in je sokken. Zorg ook voor lange mouwen. Een petje voorkomt dat een teek zich in het haar nestelt.
- Een insectenwerend middel op basis van DEET werkt afstotend op teken.

Help ik heb een teek!

Geen paniek. Volg onderstaand stappenplan en neem op tijd maatregelen als er op de plaats van de tekenbeet een verkleuring van de huid zichtbaar wordt.

- Het is belangrijk dat je de teek zo snel mogelijk weghaalt. Hoe langer de teek vastgezogen zit, hoe meer kans hij heeft ziekteverwekkers over te dragen.
- Heb je een tekentang bij de hand? Zet het vorkje dan zo dicht mogelijk op de huid en schuif hem om de teek heen. Met een licht draaiende beweging verwijder je de teek. Pas op, teken kunnen nog weglopen nadat je ze hebt verwijderd.
- Heb je geen tekentang bij de hand? Met een puntig pincet kun je de teek ook verwijderen. Pak het beestje zo dicht mogelijk bij de kop vast en trek hem er voorzichtig uit. Is de teek nog niet volgezogen dan kun je hem ook met je nagels verwijderen. De voorkeur gaat achter uit naar een tekentang of pincet.
- Ontsmet de plaats van de tekenbeet nadat je de teek hebt verwijderd.
- Schrijf de datum en de plaats van de beet op.

Waar moet ik op letten na een tekenbeet?

- Ontstaat er op de plaats van de beet een rode ringvormige plek? Ga zo snel mogelijk naar de huisarts. De vlek, die typerend is voor de ziekte van Lyme, verschijnt meestal na enkele dagen tot twee weken na de tekenbeet, maar dat kan ook pas na 3 maanden zijn.
- Ga ook naar de huisarts als je griepverschijnselen en spier- en gewrichtspijn waarneemt.
- Als vroege klachten van de ziekte van Lyme niet behandeld worden met antibiotica kunnen er gewrichtsklachten, hartklachten en zenuwklachten ontstaan. Soms komen deze klachten ook voor in het beginstadium van de ziekte.

Bron: RIVM/Tekenradar

Zogezegd

Lente. Niks moet, niksen mag (Loesje)

Voorjaar 2018 bij Maison Patrick



Heel voorzichtig piepen er in de tuin van Maison Patrick wat tulpen uit de grond, hier en daar ook wat krokussen. We zien er naar uit dat er weer wat kleur in de tuin komt! Soms kunnen wintermaanden eindeloos lijken.

Op het moment van schrijven hebben we enkele gasten in huis van wie de mantelzorgers een week genieten van een kleine vakantie. Een van de partners sprak ik net voor ze vertrok. "Het voelt erg dubbel" zei ze, met een stem die emotie verried. "Ik zie er zo naar uit even er een paar dagen tussenuit, maar het is moeilijk mijn man achter te moeten laten".

Ik heb haar aangeraden zeer bewust te gaan genieten. Wetend dat het maar een week is, die om zal vliegen! Goed opladen zodat ze straks de zorg voor haar man weer aankan.

Zorg uit handen geven blijft een lastige stap

Niemand weet beter wat, in dit geval, je echtgenoot nodig heeft en hoe hij verzorgd moet worden. Maar om die mantelzorg, die topzorg, te kunnen blijven volhouden, is het raadzaam af en toe 'op te laden'. We hebben het ook wel over een adempauze.

In Maison Patrick zijn verschillende gasten die een of meerdere dagen per week bij ons zijn. Op die dagen gaat een van hun vrouwen bijvoorbeeld graag naar haar wekelijkse koorrepetitie. De zorg gaat door, op een andere plek.

Bent u ook iemand die veel zorgt voor iemand in uw buurt; bent u mantelzorger? Ervaart u dat het soms best vermoeiend kan zijn? Kom gerust eens langs om te kijken in ons respijthuis! U bent altijd welkom, er is koffie!

Bel voor meer info met Patrick Konings via onderstaand telefoonnummer.



Respijthuis 'Maison Patrick' in een heerlijk lentezonnetje

Voor meer informatie over ons respijthuis: Patrick Konings.

Telefoon: 06-57414845 of kijk op de website: www.maison-patrick.nl



Poëzie & Historie

Ab Küchler

Aan het begin van deze maand herdenken we de Tweede Wereldoorlog. In alle ernst. Een kritische reactie geeft Ivo de Wijs in 'Wat een tijd':

*Toen ik die film zag: Soldaat van Oranje
Met Rutger Hauer en Jeroen Krabbé
Leuke jongens, vlotte meiden, wel en wee
En potjandorie voor ons landje op de bres
Heel die opgeklopte, rood-wit-blauwe franje
Ik dacht: Ja hoor, grote God, het is een feit
Het moest gebeuren, die verdomde Duitse tijd
Is uiteindelijk een commercieel succes*

Ook Coenraedt van Meerenburgh heeft kritiek op de manier waarop hier en daar wordt omgegaan met de geschiedenis. Hij noemde het 'Ah, bah!':

*De Slag bij Waterloo! Bekend bij velen,
Daar kreeg Napoleon een flink pak slaag,
En leed toen zijn ultieme nederlaag,
Nu willen ze die veldslag ná gaan spelen.*

*Dat hoef ik niet; ik heb al enge dromen
Van al die slagen die nog zullen komen.*

Heel ontroerend is het gedicht van Armando. Het is het bekende verhaal van een man die probeert duidelijk te maken waarom hij deed wat hem werd opgedragen. Het heet 'U begrijpt mij niet':

*u begrijpt mij niet wij vochten tegen
een vijand een vijand begrijp mij toch
ons werd verteld dat er een vijand was
ja we hadden een vijand nodig*

*u begrijpt mij niet u begrijpt niet
dat er oorlog was ik was degene van toen*

Een heel ander gevoel dan 'Soldaat van Oranje'. Gelukkig bestaan ook wel leuke gedichten over historische gebeurtenissen. Ivo de Wijs is daar sterk in, zeker als hij dat weet te verbinden met sport, in 'We gaan basketballen...':

*Een onbedwingbare blondine
Die bij de Franse guillotine
De hoofden in een mand zag vallen
Dacht: leuk! Dat gaan we doen met ballen!*

Helaas hebben niet alleen oorlogen veel ernstige negatieve gevolgen. Daarover gaat het gedicht van Aaike Jordans met de wat misleidende naam 'Partij voor de Dieren':

*In Verweg-land heerst weeral hongersnood,
er sterven duizend kinderen aan aids,
er woeden honderd oorlogen, en steeds
zaait een orkaan verderf, een vloedgolf dood.
Wel, dat interesseert ons dus geen reet,
zolang uw kat maar scharrelbrokjes eet.*

Inmiddels is de Elfstedentocht bijna historisch geworden. Daarover schreef Jan J. Pieterse:

*Iedereen ging er helemaal voor,
logisch dat menig Fries even griende.
Die zestiende Elfstedentocht ging niet door,
dus: óp naar de zeventiende!*

Ook ons taalgebruik is gekoppeld aan de historie. Dat signaleert Marjolein Kool in 'Vloeken':

*'Parbleu, mondieu en sapperloot,
Jandrie, wel-hier-en-ginder.
Mijn hemeltje, dit klinkt beschaafd,
het helpt alleen veel minder.*

Zoals bekend was Alfred Nobel de uitvinder van dynamiet. Belangrijk voor mijnbouw, wegebouw en tunnetaanleg. Veel andere uitvindingen maakten van Nobel een rijk man. Als hij in 1896 sterft aan een beroerte heeft hij 32 miljoen Zweedse kronen op zijn bankrekening staan. Evengoed noemt Jan J. Pieterse hem 'Sterk overschat':

*Het feit dat Alfred Nobel
zélf de Nobelprijs
nooit heeft gewonnen
dat zegt toch wel genoeg.*

Misschien niet historisch, maar wel leuk is 'Berouw komt na de zonde' van Jan J. Pieterse:

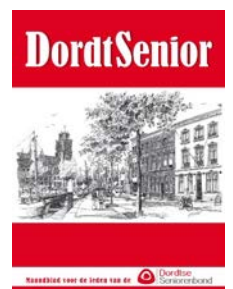
*Op de zevende dag met een burn-out
keek de Schepper vooruit en zag zijn fout.
"Had ik maar," zo sprak hij tot twee fans
"nooit zo'n beest geschapen als de mens."*

Bezorging DordtSenior in 2018

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 het juninummer.

U kunt het verwachten in week 23, dat is van 4 t/m 9 juni.



Verjaardagskalender

**Alle leden die in mei jarig zijn (hoe oud je ook wordt):
van harte gefeliciteerd!**

Op deze plek besteden we speciale aandacht aan onze leden die de respectabele leeftijd van **85 jaar of ouder** bereiken.



Mevrouw W. Schipper-Verweij, 7 mei 86 jaar
Mevrouw M. Wever-Harteman, 21 mei 88 jaar
Mevrouw B.C. van Wel-Kraal, 29 mei 90 jaar
Mevrouw A. Versluis, 30 mei 85 jaar

Nieuwe leden

Welkom

Mevrouw M.C. Machielse-Wünsch
Mevrouw H. Delst-Koens
Mevrouw T. van Dongen
De heer J.K. Meijer
Mevrouw S. Meijer-den Haan

Wij werken met een lage contributie. Daardoor zijn onze financiële middelen beperkt. Onze penningmeester heeft een steunfonds in het leven geroepen: de 'Vrienden van de Dordtse Seniorenbond'. Gelukkig blijken verschillende leden bereid daaraan een vrijwillige bijdrage te leveren. Wij blijven dankbaar voor elke bijdrage op NL25 INGB 0007 1383 82 t.n.v. Vrienden Dordtse Seniorenbond.



SeniorService: belangrijke telefoonnummers

Voor spoedeisende huisartsenhulp 078-2020020.

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)	Stadswinkel	14078
Snelle politiehulp, zonder zwaailicht	0900-8844	Sociale Dienst Drechtsteden	078-7708910
		Wmo adviesraad Dordrecht	078-6176982
PlusBus informatie en reserveringen:		Sensor, telefonische hulpdienst,	
telefoon: 06-33736189		24 uur per dag bereikbaar	0900-0767
e-mail: plusbus@hetspectrum.nl		Parkinson-vereniging	078-6541024
		Alzheimer Nederland	0800-5088
Het Spectrum	078-6172333	Het Juridisch Loket	0900-8020
(welzijn, wonen en zorg)	078-6492111	Bureau Sociale Raadsliden	088-1237011
Thuiszorg De Wielborgh	088-8233233	Regelzorg	088-2323300
Aafje Zorglijn	078-6483838	Maison Patrick (respijt zorg)	06-57414845
Internos Zorglijn	06-41362309		
Wijzelf Drechtstreken			



Astrid Erkelens Uitvaartverzorging: betrokken en persoonlijk

In 2018 steunen wij Vila Joep.

Wilt u meer weten over deze stichting en hoe ook u hen kunt steunen,
kijk op mijn website www.erkelensuitvaartverzorging.nl

Uitvaartkisten

Persoonlijke keuzes

Foto's

Drukwerk

Bloemen

Astrid Erkelens

UITVAARTVERZORGING



06-52881505 OF 078-2600366

INFO@ERKELENSUITVAARTVERZORGING.NL • WWW.ERKELENSUITVAARTVERZORGING.NL



IEDEREEN VERDIENT GOEDE ZORG

Het Spectrum biedt persoonlijk gerichte zorg en welzijn. Wij doen dat op een hartelijke en persoonlijke manier, vol aandacht. We luisteren naar uw wensen en helpen u met de best passende ondersteuning. Met elkaar en voor elkaar.

ALGEMEEN 078 617 23 33
THUIZORG 078 649 21 11
info@hetspectrum.nl
www.hetspectrum.nl

WONEN

Appartementen en persoonsalarmering op diverse locaties

THUIZORG DE WIELBORGH

Voor huishoudelijke ondersteuning en thuiszorg

ACTIVITEITEN IN DE WIJK

Diverse locaties, Sta-Pal, Het Theehuis en de PlusBus

REVALIDATIEZORG DE STERRENLANDEN

Specialismen COPD, hartfalen, oncologie en orthopedie

BEHANDELAARS

Fysiotherapeuten, ergotherapeuten, logopedisten en diëtisten

BEGELEIDING BIJ DEMENTIE

Thuis, in ontmoetingscentra of in de locaties van Het Spectrum

KINDERDAGVERBLIJF DE STERRETJES

Flexibele, kleinschalige kinderopvang (0 tot 4 jaar)

ZORG MET VERBLIJF

Voor mensen met een lichamelijke aandoening of dementie in De Sterrenlanden en Vreedonk

BEGELEIDING TIJDENS DE LAATSTE LEVENSFASE

Thuis, in De Rozenhof of in hospice De Patio