



Extra Nieuwsbrief 4

Leidschendam, 3 april 2020

Aan alle huurders en vrijwilligers van Stichting Duivenvoorde

Beste huurders en vrijwilligers, zoals jullie vast wel hebben gehoord of gelezen hebben zijn de coronamaatregelen verlengd. Het kabinet heeft dinsdag 31 maart besloten dat alle coronamaatregelen in Nederland worden verlengd tot en met dinsdag 28 april. In de week vóór 28 april beoordeelt het kabinet wat er voor de periode daarna nodig is. Voor het aanstaande Paasweekende is het dringende advies om ook dan thuis te blijven.

Het dienstencentrum blijft dus dicht tot en met 28 april. Het verbod op evenementen blijft tot 1 juni van kracht.

De verlenging is noodzakelijk om de verspreiding van het coronavirus te kunnen controleren, kwetsbare groepen te beschermen en ervoor te zorgen dat zorgverleners en ziekenhuizen de grote druk aankunnen. Er moet voldoende bewijs zijn – te zien in vermindering van het aantal ziekenhuisopnames en de capaciteit op de intensive care afdelingen – alvorens met zekerheid gezegd kan worden dat de epidemie onder controle is, en dus de maatregelen heroverwogen kunnen worden.

Nederland is er nog lang niet. Wel is de goede weg ingeslagen. Het aantal zieken neemt nog steeds toe, maar dit gaat niet meer zo snel als enkele weken geleden, voordat er maatregelen werden afgekondigd.

Het komt er dus op aan dat alle Nederlanders samen de maatregelen volhouden, want het risico op besmetting is nog groot. Het blijven naleven van de maatregelen is daarom cruciaal.

Alleen samen krijgen we corona onder controle

Eenzaam?

Hulp vragen en accepteren. We zijn allemaal gewend om onze eigen boontjes te doppen en om hulp roepen weg te wuiven: niet nodig, ik kan het zelf. Maar dit zijn tijden die vragen om een ongewone aanpak. Beseffen dat je hulp nodig hebt en daar ruitelijk voor uit durven komen, is een eerste stap. Het is even niet anders. Je bent in je eentje, maar je bent niet alleen. Meld het bij de huisarts, de gemeente, de burens, de kinderen. En beseef vooral: mensen vinden het fijn om iets voor een ander te doen. Echt waar. Dus geef je (klein)kinderen, je burens of eventuele andere vrijwilligers, die kans. En dan gaan we later – als dit allemaal voorbij is – vast weer gewoon zelf de boodschappen doen.



Extra Nieuwsbrief 4

Sociaal Servicepunt voor hulp en advies tijdens coronacrisis

Inwoners van Leidschendam-Voorburg die vragen hebben of door de coronacrisis in de problemen komen, kunnen iedere werkdag contact opnemen met het Sociaal Servicepunt (SSP). Medewerkers van het SSP zoeken dan samen met u naar oplossingen.

Boodschappen of een praatje

Het advies om thuis te blijven om besmetting met het coronavirus te voorkomen, geldt voor iedereen. Maar hierdoor kunnen problemen ontstaan. Bijvoorbeeld voor inwoners die niet naar buiten kunnen. Wie kan dan boodschappen doen of maakt even een praatje? De medewerkers van het SSP denken mee over oplossingen voor deze en andere vragen.

Telefoon of e-mail

Het Sociaal Servicepunt is van maandag tot en met vrijdag bereikbaar, van 9:00 tot 17:00 uur. Bel naar telefoonnummer 070 205 70 00 of stuur een e-mail naar info@sociaalservicepunt.nl.

Vrijwilligerswerk

In de gemeente ontstaan initiatieven die inwoners kunnen helpen in deze crisistijd. Ook zijn er veel inwoners die zelf hun hulp aanbieden. Heeft u een initiatief? Of bent u juist op zoek naar een initiatief om bij aan te sluiten? Het Vrijwilligerspunt brengt vrijwillige hulpvraag en -aanbod bij elkaar. Kijk op www.vrijwilligerspunt.nl voor meer informatie.

Samenwerking

De gemeente Leidschendam-Voorburg werkt samen met het Sociaal Servicepunt, waarin medewerkers van Woej, MEE, SenW en Kwadraad samenwerken.

*Het vertrouwen heeft niet alleen de zingeving,
maar tevens de vreugde in de wereld gebracht.*

Quote aangeleverd door dhr. Tan (Duivenvoorde 326) afkomstig uit Yoga leerboek:

♥ Betrokken bewoners ♥

In deze gekke tijd is het mooi om te zien welke initiatieven er ontstaan

Schoonmaken

Zo zijn er bewoners actief bezig met het zorgen voor extra hygiëne in de gebouwen. Ze nemen dagelijks de deurknoppen, liftknoppen en dergelijke af. Onderling spreken ze af wie wanneer deze taak op zich neemt, zo vertelden enthousiaste bewoners uit gebouw G en de Frekeweg ons.

Natuurlijk worden de gebouwen ook nog steeds schoongemaakt volgens het schoonmaakprogramma. Bij het schoonmaakbedrijf Blue Groep hebben ze, gezien de huidige omstandigheden, ook extra maatregelen genomen om te zorgen voor een goede hygiëne in de gebouwen.

Extra Nieuwsbrief 4

Bloemen

Er zijn bewoners die kwekers vragen of zij nog bloemen over hebben die anders “doorgedraaid” zouden worden, die we dan kunnen uitdelen aan onze bewoners van Duivenvoorde. Afgelopen vrijdag hebben we zo onze bewoners kunnen verrassen met bloemetjes, met dank aan vrijwilligers en natuurlijk de vrijgevege **Roseworld uit De Lier** (hele mooie White Naomi rozen) en **Kwekerij R. Mooyman uit De Lier** (prachtige rode gerbera's).



*Reacties van bewoners waren:
“O, wat lief” en “leuk, dank u wel” tot “u komt een beetje vrolijkheid brengen”.
Sommige bewoners waren ontroerd dat ze dit kregen.*

*Hartelijk dank voor de mooie bloemen,
die ik vandaag aangereikt kreeg! We houden ons allemaal aan de regels en dit is een opsteker!
Ik voel me veilig om hier te wonen.
Hartelijke Groeten
Hannie Vries*

*Namens bewoner van Prinsenvoorde
Ik wens alle bewoners en medewerkers van Duivenvoorde veel sterkte in deze lastige tijd.*



De bloemen zijn met een geweldig enthousiasme onthaald in gebouw H en heel veel bewoners zeiden:

Geweldig ze denken aan ons.



Ik had genoeg voor iedereen maar niet iedereen was thuis of deed niet open. Bij wie ik zeker wist dat ze thuis waren heb ik ze in het openstaande raam gelegd of aan de deur gehangen. En als klap op de vuurpijl zijn er afgelopen woensdag en donderdag orchideeën uitgedeeld aan diverse bewoners die nog niets hadden gehad (o.a. flat E 1e, en 2e etage) en onze “hulphonden” en patatbakkers. Op donderdag hebben de vrijwilligers die niet in Duivenvoorde wonen ook een mooie tak gekregen. Want ook hen vergeten we niet. De bloemen kwamen van **Theo Ammerlaan Orchideeënkwekerij uit Pijnacker**.



Extra Nieuwsbrief 4

Patat, kroket en soep



Ook zijn er bewoners die een patatje wilden bakken voor andere bewoners. Het was een hele klus om voor 100 bewoners patat en kroketten te bakken. Maar Nico Stapel en Harry van Rijn draaiden daar hun hand niet voor om. De bestellingen werden bij sommige bewoners aan huis bezorgd door Frits van den Nouweland en Marian van der Kraan. RTV Midvliet was er bij om opnames te maken.

Ook Ron Ginus wilde iets doen en had een heerlijke soep gemaakt en rondgebracht.



**ALLE VRIJWILLIGERS BEDANKT VOOR JULLIE INZET.
JULLIE ZIJN ALLEMAAL TOPPERS!**



Bij gebouw D is een mooie tekening gemaakt door een meisje uit de wijk naast ons.

Op de tekening stond:

**JULLIE ZIJN NIET ALLEEN
PAS OP ELKAAR**

met allemaal hartjes er om heen.

#daslief.

RECEPT Bonenschotel met gehakt en perzik voor 2 personen

Benodigdheden:

1 potje witte bonen (ca.350gr.)
1 blikje perzicschijfjes (ca.225gr)
1 ui, 1 eetlepel olie,
100 gr sperziebonen (diepvries)
150 gr rundergehakt,
3 eetlepels ketjap manis,
2 theelepels sambal,
Zout en peper.

Bereiden:

Witte bonen afspoelen en laten uitlekken
Perzicschijfjes laten uitlekken (sap niet nodig)

Ui pellen en snipperen, Ui ca.3 min. zachtjes bakken en intussen de sperziebonen net gaar koken (4 min.) Gehakt aan de ui toevoegen en ca.6 min. met vork rul en net gaar bakken. Sperziebonen afgieten. Ketjap manis sambal, witte bonen en sperziebonen door het gehaktmengsel scheppen. In ca.5 min. door en door heet laten worden. Perzicschijfjes erdoor scheppen en op smaak brengen met zout en peper.

Wist u dat...

- De oranje straatbrievenbus van PostNL nu regelmatig eerder geleege wordt dan er op de brievenbus staat? Soms is het 15.30 uur, 16.00 uur en vandaag 16.20 uur. Dus houdt hier rekening mee.
- U de lift nog kunt gebruiken?
We hebben voor u een aantal belangrijke tips samengesteld om dit ook verantwoord te kunnen blijven doen, zelfs in moeilijke tijden zoals nu. Liftten zijn afgesloten ruimtes waar willekeurige mensen bij elkaar staan. Ook zijn ze essentieel voor mensen die moeite hebben met traplopen. Door onderstaande tips te volgen, kan iedereen een steentje bijdragen om het gebruik veiliger te maken, voor zichzelf en voor een ander
 - Vermijd handcontact
 - Vermijd direct handcontact met drukknoppen. Gebruik handschoenen of een voorwerp om de knop mee in te drukken.
 - Vermijd drukte: wees geduldig en stap niet in een volle lift, wacht op de volgende. Of overweeg, indien mogelijk, om de trap te nemen.
 - Houd afstand. Laat minimaal 1,5 meter ruimte tussen u en uw medepassagiers.
 - Praat niet met elkaar en hoest of nies indien nodig in uw elleboog.
- Vanaf 4 april alle ondergrondse containers open staan voor het huishoudelijk afval in de gemeente Leidschendam-Voorburg?
Er is dan geen afvalpas meer nodig om afval weg te gooien. Reden om alle containers open te zetten, is dat er naast containers die al open zijn, minder afval (illegaal) wordt geplaatst. Het openstellen van de containers is overigens niet gerelateerd aan de coronacrisis, aldus Avalex.
- We ook dit jaar de meeuwenoverlast proberen te beperken?
Daar hebben wij wel uw hulp bij nodig. Ons dringende verzoek is dan ook om geen vogels te voeren!

Wegwijs worden op het internet?

Helpdesk Welkom Online: deze gratis [helpdesk van het Ouderenfonds](#) is speciaal opgezet vanwege het coronavirus. Het fonds organiseert dit samen met VodafoneZiggo omdat online contact nu nog belangrijker is. U krijgt er telefonische hulp voor online en digitale vragen. Denk aan uitleg over videobellen en contact houden via social media. Maar ook hoe u online spelletjes speelt met anderen. Zo nodig verwijst men naar de laatste informatie over het coronavirus. U kunt de Helpdesk Welkom Online bereiken op werkdagen van 9.00 uur tot 17.00 uur op 088-344 2000.



Tips tegen de verveling

- ☺ Haal iedere dag een frisse neus.
Ja we moeten thuisblijven, maar dat betekent niet dat u niet zo af en toe, of iedere dag, even een frisse neus mag halen en een stevige wandeling in de natuur kunt maken. Denk er natuurlijk wel om dat je hierbij nog steeds ruime afstand houdt van andere passanten die, net als u, juist nu de natuur opzoeken.
- ☺ Lees eindelijk dat boek eens uit.
- ☺ Pak een pen en beschrijf die anekdote van uw kleinkind, of van die leuke hond, of die spinnende poes. Onder het schrijven kom je steeds op meer. De tijd vliegt. U kunt er trots op zijn.
- ☺ Pak een atlas, zoek de plaatsen in de wereld, waar herinneringen liggen, pak de foto's er bij en denk aan uw belevenissen toen.
- ☺ Begin nog even aan een dagboekje.
- ☺ Stuur een kaart naar iemand, of schrijf met de hand een brief. Mag ook per e-mail. Als u maar weet dat "u leeft".
- ☺ Teken op uw manier een bloem, doe er echt uw best op.

Als laatste tip:

- ☺ Overweeg of u bepaalde afspraken wilt door laten gaan, zoals het bezoek van de glazenwasser. Vermijd zoveel mogelijk het persoonlijk contact.

Heeft u ook tips, laat het ons dan weten; wie weet komen ze dan in de volgende nieuwsbrief. U kunt uw tips mailen naar info@stichting-duivenvoorde.nl of in de brievenbus doen op DV 262 of in de brievenbussen van de bewonerscommissies.

Mijmeren is...

Een bekend schilderij... het meisje met de parel. Het lijkt wel een kleurenfoto. Wie kijkt ze aan? Natuurlijk, ze kijkt de schilder Vermeer aan, maar nog meer is er het idee dat ze u aankijkt. Welke gedachte speelt er in haar hoofd? Hoopt ze goed op het schilderij te staan. Hoopt ze indruk op Vermeer te maken die toen nog zo midden 30 was? Heerlijke schilderijen om bij de mijmeren... je gedachten de vrije loop te laten. Denken aan vroeger. Bijvoorbeeld aan die eerste liefde... Mijmeren is graven in je eigen verleden en schilderijen als deze vormen een heerlijke bron om te mijmeren.



Duivenvoorde puzzel 1

Woordzoeker: Kunt u alle verborgen woorden vinden?

D	Q	S	N	B	Z	M	J	J	E	B	P	L	X	C	T	B	T
I	G	Z	E	E	S	S	Y	U	O	N	E	N	O	W	I	G	S
E	E	W	T	L	J	K	A	N	T	O	O	R	K	O	I	E	E
N	Z	I	I	Q	E	K	P	R	A	A	T	J	E	Q	W	X	J
S	E	A	E	E	X	K	E	Y	V	M	F	L	E	N	T	E	T
T	L	K	T	D	N	O	N	O	N	R	A	C	N	O	Z	B	E
E	L	Q	I	T	F	I	N	I	K	E	O	A	T	U	I	N	L
N	I	C	V	L	U	L	M	T	W	W	R	L	L	U	A	E	L
C	G	B	I	Y	Y	L	F	A	B	V	K	U	I	T	O	L	E
E	H	R	T	L	J	T	P	H	T	I	L	Y	B	J	I	S	P
N	E	C	C	H	H	K	H	R	S	I	J	Y	B	A	K	J	S
T	I	A	A	E	O	D	V	N	J	T	V	T	K	F	H	N	D
R	D	U	E	K	H	A	A	H	E	X	E	O	N	S	E	Y	U
U	O	J	E	M	H	S	I	N	N	T	F	I	H	E	V	Y	E
M	L	N	L	A	C	H	E	N	S	F	I	F	F	L	M	J	V
N	E	L	E	D	N	A	W	O	I	E	W	U	J	J	U	A	O
U	M	S	X	D	J	X	K	E	W	D	N	I	B	Q	Y	N	S
W	S	D	A	N	H	V	H	H	D	P	N	E	G	N	I	Z	O

- ACTIVITEITEN
- DANSEN
- GEZELLIGHEID
- KOFFIE
- LENTE
- PRAATJE
- THEE
- VITAMINE
- WINKEL
- ZON
- BUITEN
- DIENSTENCENTRUM
- KANTOOR
- KOKEN
- MAALTIJD
- SAMEN
- TUIN
- VROLIJK
- WONEN
- BUREN
- FIETS
- KOEKJE
- LACHEN
- ONTBIJT
- SPELLETJES
- TULP
- WANDELEN
- ZINGEN

KERKVIERING

LIEVE MENSEN VAN DE DONDERDAGOCHTEND KERKVIERING

Lieve mensen, wat mis ik jullie allemaal.
Ik zou zo wel even bij jullie om een hoekje willen kijken.
Ik zou heel graag jullie even een hand willen geven,
een arm om jullie schouder willen leggen.
Ik wil iedereen heel veel kracht en sterkte wensen in deze verdrietige tijd.
Verlies de moed niet en blijf hopen op betere tijden.
Het volgende gebed vond ik voor mensen die zich eenzaam voelen:

“Vandaag ben ik alleen”

E. Dobbelaere

Mijn God,

vandaag ben ik alleen:
Alles is stil om me heen.
Alles is storm in mij.
Ik zou U willen zeggen:
Het is heel moeilijk
om nergens meer heen te kunnen,
om alles alleen te doen:
alleen te hopen, alleen te dromen,
alleen te leven met mijn angst.
Waar kan ik U vinden mijn God?

Toch wil ik U danken:
voor U zal mijn alleen –zijn
niet zonder zin zijn.
Ik wil mij aan U toevertrouwen:
die stilte rond mij, die storm in mij.
Alles wil ik in Uw handen leggen.
Samen met allen die vandaag
alleen door het leven gaan wil ik U vragen
Geef mij kracht, help me en blijf bij me.

Amen.

Hartelijke groet ook namens Ria Verhoef
Tot ziens allemaal!

Riet van der Ham- den Elzen