



Extra Nieuwsbrief 15

Leidschendam, 26 juni 2020

STICHTING **DUIVENVOORDE**
vertrouwd wonen

Aan alle huurders en vrijwilligers van Stichting Duivenvoorde

Op 24 juni heeft premier Rutte nieuwe versoepelingen aangekondigd. Hieronder treft u de nieuwe maatregelen aan die per 1 juli gelden. Stichting Duivenvoorde is bezig een protocol te maken waarin staat hoe wij op een veilige manier het dienstencentrum weer kunnen openen. Met name de 1,5 meter afstand geeft ons nog hoofdbrekens. Zodra de Raad van Toezicht het protocol goedkeurt kunnen wij het dienstencentrum weer openstellen. Wij doen ons uiterste best om dit op korte termijn te realiseren maar houdt u er rekening mee dat dit nog niet op 1 juli het geval zal zijn. Wij houden u op de hoogte.

1,5 meter afstand is altijd de norm

Heb je klachten?

Blijf thuis.

Laat je testen.

Ben je benauwd en/of heb je koorts? Dan moeten alle huisgenoten thuisblijven.

Werk zoveel mogelijk thuis.

Houd 1,5 meter afstand.

Vermijd te drukke plekken.

Was vaak je handen.

Per 1 juli gelden de volgende maatregelen:

Binnen én buiten:

- Is er doorstroming van mensen met beperkt onderling contact?
Aantal mensen onbeperkt.
- Is er sprake van een vaste zitplaats, reservering en gezondheidscheck?
Aantal mensen onbeperkt.
- Spreekkoren, hard meezingen of schreeuwen in groepsverband is niet toegestaan.
- Discotheken en nachtclubs blijven gesloten.

Binnen:

- Geen reservering en gezondheidscheck?
Maximaal 100 mensen met vaste zitplaats.
- Buiten:**
- Geen vaste zitplaats, reservering en gezondheidscheck?
Maximaal 250 mensen.
- In de horeca is een vaste zitplaats altijd verplicht.

In vervoer:

- Alle zitplaatsen zijn beschikbaar.
- In het openbaar vervoer:**
- Het dragen van een niet-medisch mondkapje is verplicht.
- Vermijd de spits.
- In personenvervoer zoals touringcars, taxi's en busjes:**
- Gezondheidscheck, niet-medisch mondkapje en reservering zijn verplicht.
- In privévervoer:**
- Niet-medisch mondkapje geadviseerd bij passagiers uit verschillende huishoudens.

De 1,5 meter afstand is niet verplicht voor:

- Kinderen tot 18 jaar
- Sporters, acteurs en dansers
- Huishoudens
- Contactberoepen
- Hulpbehoevenden
- Terras met kuscherm

Versoepelen van maatregelen kan alleen als het coronavirus onder controle blijft.

**alleen samen krijgen we
corona onder controle**

Voorwaarden en meer informatie:
rijksoverheid.nl/coronavirus
of bel 0800-1351

Hitteplan

Het was de afgelopen dagen erg warm. Gelukkig gaat de temperatuur weer wat naar beneden. Toch willen wij u wijzen op het hitteplan van het RIVM. U bent dan voorbereid bij een eventuele volgende hittegolf. Extra opletten kan gezondheidsproblemen door het warme weer beperken.



Extra aandacht voor elkaar

Het hitteplan is in feite een waarschuwing voor hitte en de risico's die dit met zich mee kan brengen. Het is ook een oproep om extra op elkaar te letten. Vooral voor groepen kwetsbare mensen, zoals ouderen, baby's, chronisch zieken, mensen met overgewicht, mensen in verzorgingshuizen en mensen in een sociaal isolement brengt hitte gezondheidsrisico's met zich mee. Deze mensen moeten alert zijn op uitdroging en oververhitting. Ook baby's en hele jonge kinderen hebben extra aandacht nodig om koel te blijven en genoeg te drinken.

Maatregelen tegen de zon en de hitte

- Drink voldoende;
- Draag dunne kleding die bescherming biedt tegen verbranding door de zon;
- Zoek de schaduw op;
- Smeer de huid in met zonnebrandcrème;
- Beperk lichamelijke inspanning in de middag;
- Houd de woning koel door zonwering, ventilator of airconditioning;
- Let extra op mensen in je omgeving die zorg nodig hebben.

Hitte, COVID-19 en het gebruik van ventilatoren

Het hitteplan is niet aangepast naar aanleiding van het coronavirus (COVID-19). Wel zijn de adviezen over verkoeling met behulp van ventilatoren aangepast:

- Voor persoonlijk gebruik in de thuis/gezinssituatie kun je een ventilator gebruiken om een verkoelende luchtstroom te creëren. Een bevroren waterflesje voor de ventilator zorgt voor nog meer koelte.
- Gemeenschappelijke ruimten kun je verkoelen door plafondventilators of airco. Als dat niet kan, kunnen ook losse ventilatoren gebruikt worden. Let op dat de luchtstroom van de ventilator niet van de ene naar de andere persoon gaat.



Schilderij van
Louky Scheltema



Ouderengym van start

Afgelopen maandag was de eerste bijeenkomst van de ouderengym. Er was een behoorlijk grote opkomst. Maar liefst 16 personen. Het was dan natuurlijk ook prachtig weer om in de buitenlucht te sporten. Krijgt u ook zin om mee te doen na het zien van deze leuke foto. Kom dan maandag a.s. 29 juni om 10.30 uur naar de ingang van het dienstencentrum en volg een lesje mee.

Overleg over afrekening Stook- en servicekosten 2019

Vorige week heeft u allemaal de afrekening van de stook- en servicekosten over 2019 ontvangen. Hierover is veel onrust ontstaan. De bewonerscommissies zijn daarom in overleg met MVGM en ze komen daar volgende week op terug.



Huismeester komt nieuwe rookmelders plaatsen



Nick Sanders komt binnenkort bij u langs om nieuwe rookmelders te plaatsen. De oude rookmelders zijn aan vervanging toe; de nieuwe rookmelders hebben een batterij met een levensduur van 10 jaar. Tegelijkertijd zal Nick ook de batterijen van de afstandsbediening van het zonnescherm vervangen. Soms zal Karin van de Plasse met Nick mee komen.



Nick werkt niet volgens een vooraf opgestelde planning dus het kan zijn dat hij plotse-ling bij u voor de deur staat. Mocht u niet thuis zijn of komt het u niet uit dan is dat geen probleem. Hij zal dan op een ander tijdstip/dag nog een keer bij u langs komen. U hoeft hiervoor geen afspraak te maken.

In verband met de corona crisis kunnen wij ons ook voorstellen dat u liever niemand in huis ontvangt. U kunt dit dan telefonisch (070-320 37 36) of via de mail (info@stichting-duivenvoorde.nl) aan ons doorgeven. Zodra de crisis voorbij is zal Nick dan met u een afspraak maken om alsnog de rookmelder en de batterijen van het zonnescherm te vervangen.

RECEPT - Aardbeien panna cotta (4 personen)

Benodigheden

3 blaadjes witte gelatine
300 ml houdbare slagroom
50 gr suiker
1 zakje vanille suiker
200 gr. aardbeien
(vers of diepvries)
4 blaadjes munt
1 snufje poedersuiker
om te bestrooien
1 staafmixer.



Bereiding

Week de gelatine 5 min. in een kom met ruim koud water.
Breng in een steelpan de slagroom met de suiker en vanillesuiker tegen de kook aan.
Neem de pan van het vuur. Los al roerend met een lepel de goed uitgeknepen gelatine op in de room.
Laat 10 min. afkoelen.
Pureer intussen de aardbeien met de staafmixer. Meng de aardbeienpuree door de room en schenk in 4 glazen of 8 kleine glaasjes (voor een buffet). Laat afkoelen tot kamertemperatuur.
Zet de puddinkjes minstens 3 uur in de koelkast om op te stijven.
Doe er een blaadje munt en een beetje poeder-suiker op.
En zet ze op tafel.

Goed werk!

Wij brengen u vaak op de hoogte van de werkzaamheden die gedaan worden door de vrijwilligers van het Duiventilteam. Maar wist u dat er nog meer vrijwilligers zijn die voor u klaar staan. En hoe.



Wat dacht u van Joop en Thea Alberti. Zij hebben de broodjes met bokking gesponsord, klaar gemaakt en rond gebracht. Er hebben 100 mensen heerlijk van kunnen smullen.

Hartelijk dank voor jullie geste en werk Joop en Thea!

En dan Josje en Henk. Zij verzorgen het tuintje bij de winkel van Vreeburg. In plaats van een droog dor stukje grond staan er nu prachtige planten en bloemen te groeien. Iedereen kan genieten van dit prachtige plantsoentje. Ook jullie hartelijk dank voor al dit werk!



Elke week zitten ze er weer klaar voor. Theo en Marian Metz en Fred de Neuve vouwen alle 430 nieuwsbrieven en brengen deze in rap tempo rond. Theo en Marian sturen ook elke week een recept in. Hopelijk heeft u al een recept uitgetest. Daar zijn wij wel benieuwd naar. Ook deze kanjers willen wij hartelijk danken!

De kabouters van Kees

Kees van Eunen begon kaboutertjes te tekenen tijdens vergaderingen. Ze kregen een heel andere betekenis toen zijn vrouw ziek werd en nog maar twee jaar te leven had. Hij beloofde elke dag iets te schrijven of te tekenen om voor haar de dag bijzonder te maken. Na haar dood is hij kabouters blijven tekenen. “Als ik soms mijn bed uit kom en echt geen zin in de dag heb, dwing ik mijzelf om een kabouter te tekenen. Als die kabouter dan lukt voel ik me een stuk beter”, aldus Kees. Hij zet ze op de blog <https://kaboutersvankees.wordpress.com>. “Ik hoop dat de kabouters nog vaak voor een glimlach kunnen zorgen: Als woorden mij ontbreken / en ik een kabouter teken / is dat ook een vorm van spreken?”





De steenhouwer *Er was eens een steenhouwer. Hij was tevreden met zijn leven, had genoeg te eten en geen zorgen. Op een dag moest hij een partij stenen afleveren bij de villa van een rijk man. Toen hij het prachtige huis zag bekreep hem voor het eerst in zijn leven een kwellend verlangen. 'Zo rijk zou ik ook willen zijn,' zuchtte hij. 'Dan hoefde ik niet meer zo te zweten om in mijn levensonderhoud te voorzien.' Groot was zijn verbazing toen hij een stem hoorde: 'Je wens zal vervuld worden, vanaf nu zul je krijgen wat je verlangt.' Wat moest hij hiervan denken? Had hij gedroomd? Maar toen hij die middag thuiskwam zag hij op de plek van zijn oude hut een prachtige villa. De steenhouwer stopte met werken en begon het leven van de rijken te leven. Tot hij op een broeierige middag uit zijn raam keek en de koning langs zag rijden in zijn prachtige koets. Hij mompelde: 'Was ik*

maar de koning, dan zat ik nu in die koele koets.' Meteen werd zijn wens vervuld. Maar in de koets was het nog veel warmer. Hij keek uit het raam en dacht: 'Was ik maar de zon...' Weer werd zijn wens vervuld. Hij stuurde hij golfen van hitte het heelal in en had een tijdje geen wensen. Maar op een regenachtige dag probeerde hij vergeefs door een dik wolkendeek heen te breken, en hij wenste een wolk te zijn die de macht had om de zon tegen te houden. En hij werd een wolk, wat betekende dat hij na een tijdje regen werd. Hij viel op de aarde, stroomde langs een helling omlaag, tot een machtig rotsblok hem dwong tot een omweg. 'Wat?!' riep hij uit. 'Zo'n rots is machtiger dan ik? Goed, dan wil ik een rots zijn!' Daar stond hij nu, op de berghelling, rots te zijn, toen hij plots een krakend geluid hoorde. Hij keek omlaag en zag tot zijn grote schrik een man die bezig was stukken uit hem weg te hakken. 'Wat?! Die man is sterker dan ik...!'

Dus hij werd weer een steenhouwer, die de bergen in ging om stenen te hakken, onder de hete zon en in de plenzende regen, maar altijd met een lied op zijn lippen, want hij was tevreden met wat hij had en wat hij was.

(Vrij naverteld naar 'De Japanse steenhouwer' van Multatuli)

HAAR Salon Duivenvoorde

Op de flyer van HAAR Salon Duivenvoorde die u afgelopen week in uw brievenbus aantrof heeft u het kunnen zien: vanaf nu werken Sandra Tromp en Angelique Buitelaar samen. Angelique heeft 35 jaar gewerkt bij kapsalon Vienna en werkt nu dus in het dienstencentrum bij HAAR Salon Duivenvoorde. Wij wensen Angelique veel succes met haar nieuwe werkomgeving. U kunt de salon bellen voor een afspraak via telefoonnummer 070-301 40 17. Zolang het dienstencentrum gesloten is voor bezoekers kunt u de salon via de achteringang bereiken. Verdere aanpassingen in verband met corona-maatregelen zijn:

- Wij volgen de richtlijnen van het RIVM en het Protocol van de ANKO. Deze hangt in de hal, voor u de salon betreedt
- Heeft u een afspraak? Wij zijn via de achterdeur van de Stichting te bereiken (bij de Multi Fysio)
- Wij rekenen een compensatie-/veiligheidstoeslag ad € 2,50
- We schenken geen koffie of thee

HAAR Salon Duivenvoorde is een professionele Dames- en Heren Kapsalon. Gevestigd in het Dienstencentrum van Stichting Duivenvoorde, te Leidschendam.

Wij zijn vakmensen die met gevoel, open armen en enthousiasme onze klanten willen ontvangen.

Wij willen klanten behandelen zoals wij zelf behandeld willen worden.

Wij willen dat onze klanten zich welkom voelen.

Dit met "ouderwetse" gezelligheid, een lekker kopje koffie en koek.

HAAR Salon Duivenvoorde werkt met een afsprakenkaart. Wanneer deze vol is ontvangt u een professioneel HAAR-product gratis!

Heeft u geen afspraak? Bel ons gerust of wij u nog kunnen helpen.

Met HAAR verzorgde groet
Sandra – Angelique

Operingslijden:
Woensdag – Donderdag – Vrijdag
09.00 – 18.00
070-3014017
f haarsalonduivenvoorde

Z O E K P L A A T

Zoek de 14 dieren





*Bloem, je bent mooi,
je vorm, je kleur, je geur,
Je bent prachtig!
Je laat me genieten van je schoonheid.
Zomaar.... om niet.
Om de liefde misschien,
De schoonheid.*

*Wat is je doel?
Tederheid brengen in de wereld
verwondering oproepen in een ieder die jou aanschouwt
En de wereld doen openen in zachtheid.*

*En als ik dan geniet van jouw stralende pracht,
Vergeet ik de lange weg die je hebt afgelegd.
De tijd die voorbij is gegaan.
In de donkere aarde viel je als zaad,
Je ontkiemde in vol vertrouwen,
niet wetend wat onder was en wat boven,
volgde je de stroom van het leven,
die je als vanzelf de goede richting opstuurde.
Steeds verder richting het doel.*

*En nu sta je dan te stralen,
Je schoonheid toon je,
Zonder enig voorbehoud.
De wereld is een heerlijk plek om te zijn,
Dankzij jou, mijn prachtige bloem,
Dankzij jou*

Annemieke Bouman