

Extra Nieuwsbrief 10

Leidschendam, 15 mei 2020

STICHTING **DUIVENVOORDE**
vertrouwd wonen

Aan alle huurders en vrijwilligers van Stichting Duivenvoorde

De corona-uitbraak heeft een enorme impact gehad op ons allemaal. Langzaamaan mogen we ons iets vrijer bewegen. Deze week zijn Multi Fysio, de kapper, de pedicure en de dagopvang van Florence weer begonnen. En wat zijn we blij dat we weer een beetje aan onszelf kunnen werken. Maar de komende drie weken worden spannend. Want hoe gaat het uitpakken? Het is afwachten.

Hieronder ziet u hoe Multi Fysio de bewoners van de gebouwen D en E goed aan het bewegen heeft gekregen. De bewoners hadden er zin in maar de medewerkers van Multi Fysio ook. Zij waren blij dat ze weer aan de slag konden.

Blij weer aan de slag – fysio in de buitenlucht!



Foto Marianne Claassen

Volgende week geen nieuwsbrief maar een Oppepper

Volgende week geen nieuwsbrief van Stichting Duivenvoorde in uw brievenbus – maar niet getreurd: u krijgt wel **Oppepper Magazine**. Dat staat boordevol leuke onderwerpen. De inhoud is speciaal gemaakt dóór scholieren vóór ouderen en bewoners van zorginstellingen in de gemeente Leidschendam-Voorburg. Om u een hart onder de riem te steken in deze vreemde en soms lastige tijden waarin we op afstand leven en geen of nauwelijks bezoek mogen ontvangen. Optima Forma en Tigges hebben de handen ineen geslagen en een vrolijk en creatief tijdschrift gemaakt! In week 23 zijn we er weer met Nieuwsbrief nummer 11.

.... al blijft het Dienstencentrum nog gesloten

Het Dienstencentrum blijft voorsnog gesloten tot 1 september, afhankelijk van de maatregelen die door de regering worden opgelegd. Dit is om de kwetsbare bewoners en bezoekers te beschermen, en ook de medewerkers en de vrijwilligers. We beseffen heel goed dat dit u belet om deel te nemen aan uw favoriete activiteit in het Dienstencentrum of langs te komen voor een praatje en een kopje koffie/thee. Maar het is helaas noodzakelijk voor ieders gezondheid. Vanzelfsprekend blijven onze medewerkers en vrijwilligers zich met hart en ziel inzetten om het u zo aangenaam mogelijk te maken.

Frekeweg hart onder de riem. Geen patat maar chocolaatjes!



Onze huurders van de Frekeweg zijn we natuurlijk niet vergeten. Zij konden tot nu toe geen patat krijgen. Daar heeft de stichting iets op bedacht zodat zij vorige week ook iets te snoepen hadden. Dit werd gewaardeerd.



Reactie bewoner: "Veel dank voor de leuke attentie van afgelopen vrijdag. Van vele bewoners kreeg ik leuke reacties. Je hebt weer veel werk verricht voor ons. Nogmaals dank. Groet, Amy".

Vanaf volgende week vrijdag (22 mei) gaan we starten met een proef om ook voor de bewoners van de Frekeweg patat te bakken. We gaan kijken of we de patat warm over kunnen brengen.

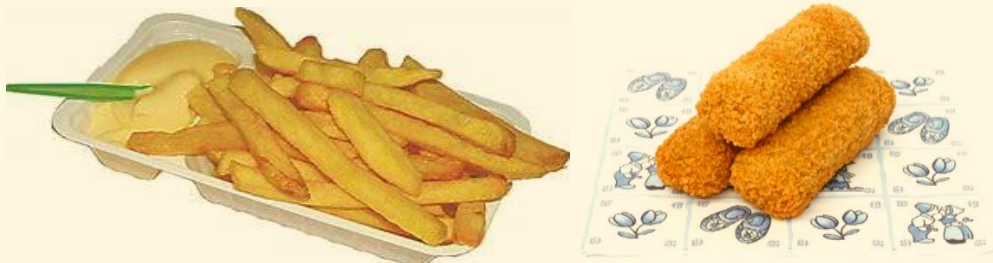
ZOEKPLAATJE

In het hart van deze nieuwsbrief treft u een tekening aan. In deze tekening zitten een heleboel spreekwoorden verborgen. U krijgt 14 dagen de tijd om ze allemaal te vinden. Schrijf uw naam en huisnummer op de tekening en de spreekwoorden op de achterzijde. **Lever de tekening met oplossing vóór 5 juni in bij de Activiteitencommissie** in de brievenbus op Duivenvoorde 157 en wie weet wint u wel een prijs.

Tip: misschien is het leuk om samen te zoeken naar de spreekwoorden.

Beste bewoners,

De Activiteitencommissie van Stichting Duivenvoorde geeft gratis patat en kroketten weg. Gesponsord door Vlietwensen, Rotary club Voorburg en verzorgd door "het Duiventilteam". Het zal bezorgd worden vrijdag 22 mei tussen 16.00 en 18.00 uur.



Bestellen voor donderdag 21 mei bij Nico Stapel, tussen 17.00 en 22.00 uur, tel: 06-40959519. Na 22.00 uur worden geen bestellingen meer aangenomen. Wilt u aangeven: Patat zonder saus of met mayonaise of met piccalillysaus.



Binnenkort: genieten van hamburgers

Van der Valk uit Voorschoten heeft 120 hamburgers geschonken voor de bewoners van Stichting Duivenvoorde. Op vrijdag 8 mei jl hebben Ed en Liesje Delnaaij-Boer ze opgehaald bij Valk Versmarkt in Voorschoten. Ze kregen de boodschap mee: "Dat de senioren ervan



mogen genieten!" Het Duiventilteam zal deze hamburgers voor u klaar maken. Als het zover is, leest u daar meer over in deze nieuwsbrief.



Reactie bewoner:

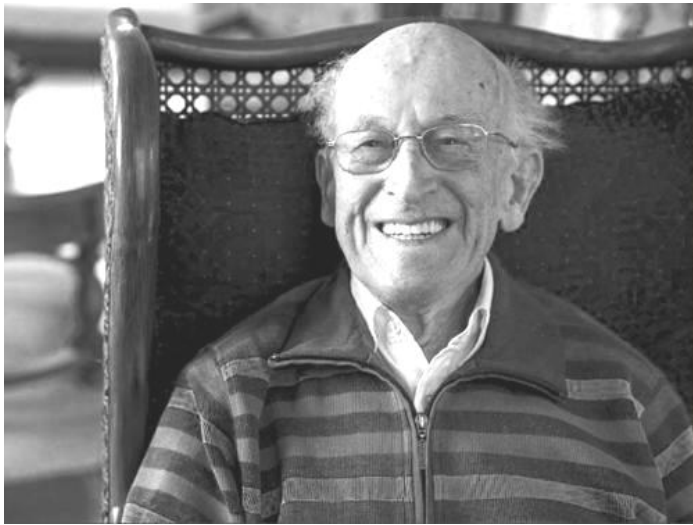
Gisteren werd mijn bestelling bezorgd, keurig op tijd! Lekkere patat en een paar satéstokjes, Overheerlijk.

Duiventilteam: hartelijk dank hiervoor. Ik heb grote bewondering voor jullie.

Het zijn voor ons ,de ouderen, moeilijke tijden. En dan is het heel fijn dat er nog zo veel voor ons gedaan wordt.

*nogmaals hartelijk dank,
Reinier van 't Wout*

*'Ik denk dat corona de wereld verandert
en dat werd tijd'*



Henk (103) uit Schalkwijk, woont in het huis naast zijn zoon. Hij werd geïnterviewd door ZorgSaamWonen, een landelijk platform voor de maatschappelijke opgaven op het gebied van wonen, zorg en welzijn. Het werd een bijzonder gesprek.

Foto: Claudia Kamergorodski.

Langs bij de ouwe baas

“Van corona heb ik geen last. Ik ben er niet bang voor. Je moet toch ergens dood aan gaan. Ik ben 103 jaar en het is goed geweest. Ik heb een mooi leven gehad. Natuurlijk vind ik het leven vaak nog leuk hoor. Ik zit in de zon en ik studeer nog, over het heelaal. Gelukkig vierde ik mijn verjaardag op 10 maart, toen verjaardagen vieren nog net mocht. Ik woon naast mijn zoon en schoondochter. Mijn kinderen komen nu om beurten op bezoek. Ik heb zeven kinderen en die vinden het nog altijd fijn om bij deze ouwe baas langs te komen. Ik vind dat heel gezellig want heb graag mensen om me heen. Mijn familie is wel bezorgd. Mijn kleindochter is huisarts en dat is prettig maar huisartsen hebben nu weinig tijd voor je.”

Wandelstok

“Mijn schoondochter doet de boodschappen. Weet je, ik zie namelijk niet zo goed en herken mensen niet en ik zie de vitrines niet. Ik kook nog wel zelf. Wat me de meeste tijd kost, is opstaan. Het wakker worden, gebit schoonmaken, aankleden, het gaat allemaal erg langzaam. Pas rond negen uur, als ik heb ontbeten, denk ik: héhé, ik ben nu goed wakker. De machine loopt gewoon niet zo goed meer. Ik waggel en gebruik mijn stok om niet te vallen. Ik wil geen rollator of iets dergelijks. Met een wandelstok ben je een heer, zeg ik altijd.”

Postpakketten

“Ik zit vaak in de tuin in het zonnetje. Om daar te komen moet ik zo’n zestig meter lopen. Een beetje beweging is belangrijk. Ik maak ook een rondgang in het huis. Ik heb ooit als postbode gewerkt. Ik zie dat er nu veel meer postpakketten worden verstuurd en bezorgd. Als oud-postbode is dat boeiend, maar ik vind het eigenlijk niet leuk. Het is zo onpersoonlijk. Eerst was ik schoenmaker, net als mijn vader. Toen ben ik bij de post gaan werken omdat je dan meer verdiende en daarna ben ik bij de bank gaan werken. En altijd actief geweest in het dorp hier. Voor lezen had ik vroeger weinig tijd. En nu wel en ik vind het fijn. Wat een ontdekking.”

Placebo

“Ik hoor nog wel goed, al is het maar met één oor. Maar telefoneren gaat nog goed. Ik krijg iedere week de preek op schrift nu ik niet naar de dienst kan op zondag. Dan leest mijn zoon het voor. Het is een goed alternatief in plaats van naar de kerk te gaan. Alleen is mijn zicht erg achteruit gegaan. Mijn zoon brengt daarom luisterboeken mee. Daar geniet ik enorm van. Ik lees momenteel veel over het heelal. Dat is interessant. Wat je denkt dat gebeurt, gebeurt ook vaker. Een beetje het placebo-effect. Het denken beïnvloedt veel. Als je positief denkt, trek je positivisme aan. Ik denk dat de wereld wel verandert door corona. Mensen kijken nu meer naar elkaar om. Dat zal blijven. En dat werd ook hoog tijd.”

RECEPT Witlof-aardappelsalade voor 2 personen

Ingrediënten:

500 gram krieltjes
Citroensap
1 theelepel mosterd
2 eetlepels olijfolie
75 gram (trosje) druiven
2 eetlepels gedroogde cranberries
50 gram walnoten
1 bosuitje
3-4 struikjes witlof

en wat u verder maar wilt - u kunt er zelf eindeloos mee combineren.

Was de krieltjes en halveer grote exemplaren.
Kook de krieltjes in een bodempje water in ca. 7 minuten gaar.
Maak een dressing van citroensap, de mosterd en de olijfolie.
Meng de dressing door de nog warme krieltjes en laat af koelen.
Was de druiven. Halveer ze en wip de pitjes eruit.
Meng de cranberries door de druiven.
Breek de walnoten grof.
Maak het bosuitje schoon en snijd aan ringen.
Maak de witlof schoon en snijd het in smalle repen.
Meng de witlof, bosui, het fruitmengsel en de noten door de krieltjes.

De alternatieve bibliotheek loopt goed

In de vorige Nieuwsbrief stond de tip om boeken op de bank in de hal neer te leggen, zodat anderen die zouden kunnen lezen. Die ‘alternatieve bibliotheek’ is een succes. Het loopt goed. De boeken liggen hooguit een half uurtje op de bank en zijn dan verdwenen. Fijn dat we elkaar op deze manier kunnen helpen.

Denkt u nog even aan de regels:

Als u een mooi boek hebt gelezen en u wilt dit ook anderen laten lezen, leg dit dan beneden in de hal op de bank. Doe daar een briefje in met uw naam en huisnummer. Andere burens kunnen dit boek dan ook lezen en weer terugleggen op de bank, zodat de eigenaar dit boek, uiteindelijk, weer terugkrijgt.

Wilt u het boek niet meer terug hebben, doe er dan geen briefje in, leg het wel op de bank en kijk de andere dag of het boek is meegenomen. Ligt het er nog, neem het dan weer mee. Laat het dus geen dagen op de bank liggen. Ligt het boek er de volgende dag nog neemt u het dan weer mee naar huis.



Mondkapjes



Vanaf 1 juni mag er alleen met het openbaar vervoer gereisd worden als u een mondkapje voor hebt. Voor gebruik in het openbaar vervoer is een niet-medisch mondkapje zonder filter, bijvoorbeeld van katoen, voldoende. U kunt deze ook zelf maken. Dat er 'niet-medisch' staat is om te voorkomen dat de reiziger om mondkapjes gaat concurreren met zorgpersoneel die het harder nodig heeft.

Zoals u links kunt zien zijn sommigen van u al creatief bezig geweest! Foto van Marianne Claassen

En voor anderen die niet zo handig zijn met de naaimachine hebben we hier rechts een model dat u zelf kunt maken zonder gebruik van naald en draad. Een schaar is alles wat u nodig heeft, en een koffiefilter, en een schone sok natuurlijk 😊

- knip van een sok de hiel en teen af;
- knip in de uiteinden tot halverwege
- vouw de sok zó dat er lussen ontstaan
- vul op met een koffiefilter



Inspectiebeurt serviceabonnement

De firma Van Benten gaat binnenkort weer starten met het uitvoeren van de inspectiebeurt van uw serviceabonnement. U ontvangt hiervoor binnenkort een brief van hen met daarin een datum en tijdstip. In verband met het coronavirus gelden de volgende maatregelen:

- bij geringe griep- en/of verkoudheid klachten dient u de afspraak af te zeggen;
- houd minimaal 1,5 meter afstand van de medewerker;
- de medewerker zal zijn handen voor aanvang en na beëindigen van de werkzaamheden ontsmetten;
- gebruik voor het ondertekenen van de checklist service abonnement uw eigen pen.

Loslopende honden: mag dat?

Niet iedereen weet wat de wetten en regels zijn omtrent het laten loslopen en aanlijnen van honden. Dit levert vaak veel ergernis op tussen honden-eigenaren en andere wandelaars. Dat is eigenlijk jammer en niet nodig. Hoe zit het precies? Waar mag u binnen én buiten de bebouwde kom met uw hond lopen? Welke boetes worden uitgedeeld? Wat zegt de wet?



In de Algemene Plaatselijke Verordening (APV) staan de wettelijke regels die van kracht zijn binnen een gemeente op het gebied van openbare orde en veiligheid. Ook regels rondom het houden van honden staan hierin beschreven. Denk aan het opruimen van hondenpoep, waar honden los mogen lopen en hoe om te gaan met gevaarlijke honden. De Vereniging van Nederlandse Gemeenten heeft het model APV opgesteld.

De gemeente Leidschendam-Voorburg heeft plaatsen aangewezen waar honden los mogen lopen. Losloopgebieden zijn bijvoorbeeld grasvelden. Een kwispelroute is een wandelpad waar de hond los mag lopen. U herkent deze gebieden en routes aan de borden 'Loslopende honden toegestaan'.

Wat u moet weten:

- Honden moeten altijd aangelijnd zijn behalve op losloopgebieden en kwispelroutes
- Overal hondenpoep opruimen, ook in de losloopgebieden en op de kwispelroute. Uitgezonderd hulp- en geleidehonden
- Honden zijn verboden op kinderboerderijen, speelplaatsen, speelweides en schoolpleinen. Uitgezonderd hulp- en geleidehonden
- Uw hond is welkom op de begraafplaatsen. Wel altijd aangelijnd houden

Eigenlijk zijn de regels dus niet zo heel moeilijk, als u zich aan deze regels houdt kunt u de veiligheid van uw hond en anderen (mens en dier) waarborgen.

De regels zijn:

- Binnen de bebouwde kom: bijna overal aanlijnen behalve in aangegeven gebieden,
- Buiten de bebouwde kom: bijna overal loslopen behalve in aangegeven gebieden,
- Houd met je loslopende hond altijd rekening met aangelijnde honden, weidedieren, wilde dieren en andere weggebruikers,
- Houd met je aangelijnde hond rekening met loslopende honden.

Neem uw verantwoordelijkheid. Opsporingsambtenaren (Boa's) kunnen boetes uitdelen die variëren tussen 90 en 150 euro. Bij overlast die u niet zelf kunt oplossen kunt u de politie bellen op 0900-8844. Merkt u mishandeling of verwaarlozing, bel dan de dierenpolitie via het telefoonnummer 144. Voor hondenpoep kunt u de Gemeente afdeling Handhaving bellen.

Zie ook voor meer informatie www.doggo.nl waar deze informatie deels van afkomstig is.

Oog in oog met de Nachtwacht



Het Rijksmuseum is begonnen met de grootste restauratie ooit van de Nachtwacht. Op de website www.rijksmuseum.nl staat een foto die u zo spectaculair kunt uitvergroten dat ook u de barstjes rond het oog van kapitein Frans Banninck Cocq kunt bestuderen. Zo gedetailleerd heeft u dit meesterwerk van Rembrandt nog nooit gezien. Een schilderij om in te verdwalen!

Er is ook een roemrucht Nachtwachtverhaal

Probeer dit verhaal maar eens voor te lezen of hardop te lezen. Het werd begin jaren 60 verteld tijdens het kampvuur. En dit verhaal kun je zo lang maken als je wilt. Probeer het maar eens.

De nachtwacht van de voormiddernachtwacht komt zijn collega, de nachtwacht van de namiddernachtwacht tegen en vroeg hem: mag ik jou bellen als nachtwacht van de namiddernachtwacht. Dat is goed zei de nachtwacht van de namiddernachtwacht tegen de nachtwacht van de voormiddernachtwacht. De nachtwacht van de voormiddernachtwacht belde met de nachtwacht van de namiddernachtwacht om te vragen of de nachtwacht van de namiddernachtwacht de nachtwacht van de voormiddernachtwacht wil overnemen zodat de nachtwacht van de namiddernachtwacht de voormiddernachtwacht kan doen. Daar moet de nachtwacht van de namiddernachtwacht over nadenken zei hij tegen de nachtwacht van de voormiddernachtwacht. De nachtwacht van de namiddernachtwacht heeft er tijdens zijn nachtwacht in de namiddernachtwacht goed over nagedacht. Hij belde de nachtwacht van de voormiddernachtwacht op en zei: ik als nachtwacht van de namiddernachtwacht wil de nachtwacht van de voormiddernachtwacht wel overnemen. Dan doe ik de nachtwacht van de voormiddernachtwacht en jij de nachtwacht van de namiddernachtwacht. Aldus afgesproken.

