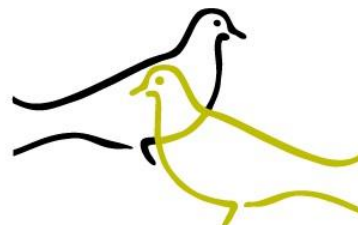


januari 2021

Nieuwsbrief

Voor alle huurders en vrijwilligers van Stichting Duivenvoorde



STICHTING DUIVENVOORDE

vertrouwd wonen

Het gekste jaar uit ons leven?

Afgelopen jaar 2020 was misschien wel het gekste jaar uit ons leven. Het leek allemaal heel even onschuldig toen we in maart elkaar lacherig een elleboogje gaven in plaats van een hand. Maar al snel werd duidelijk dat er wel iets meer aan de hand was dan een griepje. Inmiddels is thuiswerken de norm, houden we 1,5 meter afstand van elkaar en dragen we in publieke ruimtes een mondkapje.



2021, een nieuw jaar, waarbij we uiteraard hopen dat het virus snel verdwijnt, dat we elkaar weer een hand kunnen geven, weer kunnen samenkomen in het Dienstencentrum voor een kopje koffie en een praatje!

Een nieuw jaar, we gaan vol frisse moed er weer tegenaan want vanaf 1 januari is Karin van de Plasse onze nieuwe sociaal beheerder geworden. Deze taak houdt in dat Karin verantwoordelijk is voor bewonerszaken. Daarnaast heeft zij de verantwoordelijkheid gekregen voor het dienstencentrum en de vrijwilligers. Het is een heel breed takenpakket geworden maar wij hebben er alle vertrouwen in dat Karin deze taak aan kan. Wij feliciteren haar daarom van harte met deze nieuwe functie.



Verder kunnen wij u mededelen dat wij ook iemand hebben gevonden die de functie van beleidsmedewerker gaat invullen. In de volgende nieuwsbrief krijgt u hierover meer informatie.

Wij hopen dat de start van het nieuwe jaar voor u ook goed is begonnen en wensen u allemaal een mooi en gezond nieuw jaar toe.



KERST ATTENTIE

Op woensdag 16 december zijn de huurders van Stichting Duivenvoorde verrast met een kerstattentie. Alle medewerkers, maar ook de leden van de Raad van Toezicht en de stagiair hebben ervoor gezorgd dat er huis-aan-huis een kerstattentie bezorgd werd. Onze kerstwens: Als ik een wens mocht doen voor het nieuwe jaar. Dan wens ik dat we samen kunnen zijn gezellig bij elkaar.

Onderhoudswijzer MVGM Zorgvastgoed

In december jl. heeft u van MVGM Zorgvastgoed een onderhoudswijzer ontvangen die u in de meterkast kan plaatsen. Van de bewonerscommissie hebben wij begrepen dat sommige huurders vragen hadden of hiermee de serviceovereenkomst met Van Benten verviel. Via deze nieuwsbrief willen wij u laten weten dat dit niet het geval is. De service-



overeenkomst met Van Benten vervalt niet.

De onderhoudswijzer is slechts een overzicht dat aangeeft welke gebreken of onderhoudswerkzaamheden voor huurder en verhuurder zijn. De rol van de verhuurder en

huurder bij onderhoud is wettelijk vastgelegd in het huurrecht. Hierin staat dat de verhuurder een instandhoudingsplicht heeft en de huurder een verzorgingsplicht.

Rol verhuurder

Stichting Duivenvoorde is verantwoordelijk voor de algemene technische staat van de woningen en woongebouwen. Alle hieruit voortvloeiende onderhoudswerkzaamheden zijn dan ook voor rekening van de verhuurder. Om een goede staat van onderhoud te garanderen werkt Stichting Duivenvoorde met een onderhoudsplan, zodat alle noodzakelijke werkzaamheden tijdig en preventief worden uitgevoerd.

Rol huurder

Als huurder heeft u de plicht om de woning en de daarbij behorende gemeenschappelijke ruimten te verzorgen als een goed huurder. Kleine en/of dagelijkse onderhoudswerkzaamheden komen volgens de wet voor rekening van de huurder. Werkzaamheden (onderhoud, reparatie, etc.) als gevolg van nalatigheid, onreinheid, vernieling of onjuist gebruik door de huurder of zijn of haar gasten komen altijd voor rekening van de huurder. Meer informatie hierover staat in het Besluit kleine herstellingen (behorend bij artikel 7: 240 burgerlijk wetboek; zie ook www.wetten.nl).

Onderhoudswijzer

Er zijn onderhoudszaken die eigenlijk behoren tot de onderhoudsplicht van de huurder, maar die om uiteenlopende redenen niet door de huurder kunnen of mogen worden uitgevoerd. Denk hierbij bijvoorbeeld aan het ontstoppen van (hemelwater)afvoer en 24-uurs service in geval van liften of Cv-installaties. Met deze onderhoudswijzer is overzichtelijk gemaakt welke zaken onder de rol van de verhuurder en welke onder de rol van de huurder vallen.

Serviceovereenkomst

Dat een huurder voor de onderdelen die voor eigen rekening/onderhoud zijn, een onderhoudsbedrijf inschakelt (bijv. Van Benten), dat kan en mag. De serviceovereenkomst staat los van deze onderhoudswijzer. Heeft u een serviceovereenkomst, dan neemt Van Benten u kleine reparaties of deels vervangingen uit handen. Deze zaken staan vermeld onder het kopje 'huurder' op de onderhoudswijzer. Bijvoorbeeld het repareren van een lekkende kraan of het vervangen en/of herstellen van sloten, grendels en scharnieren. Met de serviceovereenkomst bent u verzekerd van snelle, vakkundige reparaties. Bovendien beperkt u onverwachte onderhoudsuitgaven.

U sluit de serviceovereenkomst af voor onbepaalde tijd. De overeenkomst eindigt bij huuropzegging of bij een tussentijdse opzegging. U heeft dan een opzegtermijn van 1 maand. De serviceovereenkomst kost € 6,30 (prijsspeil 2020) per maand. Indien u geïnteresseerd bent in een serviceovereenkomst, dan kunt u informatie opvragen bij de firma Van Benten 070-320 3081.

In de volgende gevallen bent u zelf verantwoordelijk voor onderhoud en kunt u geen gebruik maken van de serviceovereenkomst:

- Indien het onderhoud en reparaties aan onderdelen betreft die u zelf in de woning heeft aangebracht of die u heeft overgenomen van een vorige huurder.
- Beschadigingen en gebreken die u had kunnen voorkomen.
- Schade ontstaan door doe-het-zelfwerkzaamheden.

Indien u in het verleden een serviceovereenkomst heeft afgesloten met Woonservice Haaglanden dan wordt dit nu door Van Benten afgehandeld.

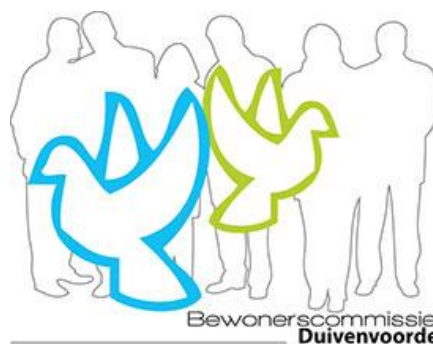
Met vriendelijke groet MVGM Zorgvastgoed

De Bewonerscommissie Duivenvoorde

De Bewonerscommissie Duivenvoorde wenst alle bewoners van Duivenvoorde en Frekeweg een mooi 2021 met nieuwe kansen maar bovenal met alle mogelijkheden voor een goede gezondheid.

In dit nieuwe jaar zal Willem van Dijk als algemeen lid onze bewonerscommissie versterken. In de eerstvolgende jaarvergadering zal hij officieel aan u voorgesteld en kiesbaar gesteld worden.

Wij blijven ons inzetten voor u als bewoner van Stichting Duivenvoorde. Heeft u ons nodig dan kunt u contact opnemen via onze website www.bcduivenvoorde.nl of via e-mail info@bcduivenvoorde.nl of via de brievenbussen in de hal van flat D of G.



De Bewonerscommissie Prinsenvoorde

De Bewonerscommissie Prinsenvoorde heeft besloten dat het na 5 jaar tijd wordt voor een nieuwe ploeg enthousiaste bewoners om het commissiewerk voort te zetten. Ondergetekenden treden dan ook per 1 maart a.s. gezamenlijk af. De bewonerscommissie heeft de afgelopen 5 jaar met veel plezier en toewijding de belangen van flatgebouw Prinsenvoorde bij de stichting Duivenvoorde behartigd en vele activiteiten georganiseerd. Het wordt

nu tijd dat dit door andere bewoners wordt overgenomen. De nieuwe bewonerscommissie zal uit minimaal 3 bestuursleden moeten bestaan. Indien het niet lukt om 3 nieuwe bestuursleden te vinden dan zal de bewonerscommissie Duivenvoorde de werkzaamheden van de huidige bewonerscommissie Prinsenvoorde overnemen. De voorwaarde is dan echter dat 1 bewoner van Prinsenvoorde plaats moet nemen in de bewonerscommissie Duivenvoorde. Heeft u belangstelling om in de bewonerscommissie plaats te nemen en woont u in Prinsenvoorde dan kunt u zich opgeven bij de stichting Duivenvoorde of bij de bewonerscommissie Prinsenvoorde. De bestuursleden van de huidige bewonerscommissie bedanken u allen voor het gestelde vertrouwen en de ontvangen medewerking in de afgelopen 5 jaar.

Met vriendelijke groet, Bewonerscommissie Duivenvoorde

[Ingezonden stukje]

*Beste medewerkers en vrijwilligers,
Bij deze dank ik u voor de goede zorg voor de bewoners van
Duivenvoorde. De leuke attenties en de nieuwsbrieven. Ik begrijp
dat het veel werk is geweest, maar voor ons heel belangrijk.*

*Nogmaals dank!
Mevrouw A.A. Voorwerk*

RECEPT Italiaanse fusilli met gekruide stukjes Valess italian style (voor 2 personen)

Ingrediënten:

200gr. fusilli
2 eetlepels olijfolie
1 bakje Valess gekruide stukjes
Italian Style
1/2 courgette, in stukjes
1/2 aubergine. in stukjes
6 cherry-/kerstomaten gehalveerd
klein potje pesto alla Genovese
handje rucola



Bereiding:

- 1** Kook de fusilli volgens de aanwijzingen op de verpakking.
- 2** Verhit de olijfolie in een hapjespan en bak hierin de Valess stukjes op middelhoge stand om en om in vijf minuten goudbruin. Neem ze uit de pan en bewaar op een bord.
- 3** Bak vervolgens in dezelfde olie de courgette en aubergine. Voeg de tomaten en de pesto toe en breng op smaak met zout en peper. Laat vijf minuten pruttelen.
- 4** Giet de fusilli af en voeg toe aan de saus. Roer het geheel goed door.
- 5** Verdeel de pasta over 2 borden, leg de Italiaanse stukjes erop en bestrooi met rucola.

Tip

lekker met wat geraspte Parmezaanse kaas.

Duiventil Team kookt in januari

15 januari Bruine bonensoep met een broodje kaas

29 januari Hollandse salade geserveerd met stokbrood met kruidenboter

Inschrijven en betalen kan bij de receptie van Duivenvoorde van maandag t/m woensdag tussen 9:00 en 17:00 uur. U kunt betalen met uw pinpas of met de Duivenvoordepas. De maaltijd wordt bij u thuis bezorgd op vrijdagmiddag vanaf 16:00 uur.

Menu Wereldtafel

13 januari Appeljachtschotel

20 januari Chili con carne

27 januari Witlof in ham en kaas met aardappelpuree

Wat: Verse internationale maaltijd, bereid door vrijwilligers

Wanneer: Elke woensdag ophalen om 12.00 uur Dienstencentrum Duivenvoorde, Duivenvoorde 262,

Reserveren: Uiterlijk tot maandag 12:00 uur, bij receptie Dienstencentrum.

Prijs: € 4,00 te betalen bij het reserveren (met pin of Duivenvoordepas).

Beste bewoners Duivenvoorde, voor de 5e maal ga ik weer collecteren voor de Hersenstichting voor zo noodzakelijk onderzoek. 30 januari – 6 februari 2021.

Medebewoonster Liesbeth Hoogduin

KERSTKAARTENACTIE

Door de corona-maatregelen brengen we noodgedwongen meer tijd thuis door. En tijdens de donkere dagen in december, mochten we zelfs nauwelijks bezoek ontvangen. De feestdagen zijn anders gevierd, dan de meesten van ons gewend zijn. Daarom hebben we in november een kerstkaartenactie opgezet en hebben we o.a. inwoners van Leidschendam-Voorburg, maar ook scholen in de omgeving ge-



vraagd om een kerstkaart naar ons te sturen. De ontvangen kerstkaarten

(en dat waren er een heleboel) hebben we verdeeld onder al onze huurders. Met deze kerstkaartenactie wilden we in iedere woning een lichtpuntje brengen en een glimlach op het gezicht van de huurders toveren. En we denken dat dit wel gelukt is.



Robin en Ab kwamen langs met Draaiorgel Frans Hals

Woensdagmiddag 23 december kwam Robin Hendriks met zijn draaiorgel langs in Duivenvoorde en op de Frekeweg. Vanaf de balkons, galerijen en vanuit de woningen werd er geluisterd naar de diverse kerstliedjes.



Ab Biever is een draaiorgel liefhebber. Hij heeft veel draaiorgel-vrienden. Robin is er één van. Robin heeft drie draaiorgels, met

elk een eigen geluid: het Scala orgel, Labre orgel en het Frans Hals orgel. Op 23 december had hij het Frans Hals orgel mee. Ab is achter het orgel aan gegaan van Duivenvoorde, naar de Frekeweg en naar het dienstencentrum De Plint. Als klein kind liep Ab al mee met het orgel De Brandweer. Dit is een duw wagen. Ab helpt Louis op zaterdagmiddag in de Herenstraat in Voorburg. Louis duwt de wagen en Ab helpt om het geld op te halen. Het orgel De Brandweer is op zaterdag te horen tijdens de weekmarkt van ongeveer 15.00 tot 17.00 uur. U bent van harte welkom om een keertje te komen luisteren.





Minder papier en karton gebruiken

- Plaats op uw brievenbus een nee-nee sticker (geen ongeadresseerd drukwerk of reclame) of nee-ja sticker (geen reclame, wel huis-aan-huisbladen). Raadpleeg de huismeester voor meer informatie.
- Vraag vrienden of familie of zij tijdschriften willen delen, in plaats van er ieder zelf één te kopen.
- Print alleen als dat noodzakelijk is.
- Zoek uit of er een minibieb of buurtboekenkast is in uw omgeving, het is een leuke manier om boeken te lenen. Of word lid van de bibliotheek.

Papier en karton langer gebruiken

- Geef een gelezen krant, boek of tijdschrift door aan burens, vrienden of familie. Een abonnement delen kan natuurlijk ook.
- Gebruik papieren tasjes opnieuw.
- Bewaar de doos of bubbeljesenvelop van een ontvangen pakketje voor als u zelf iets wilt versturen. Haal het tape van de doos, dan is hij plat te bewaren.
- Gebruik een lege eierdoos opnieuw voor als u losse eieren koopt.

Papier en karton scheiden

- Maak dozen en doosjes kleiner door ze plat te drukken of te verscheuren, dan is de papiercontainer minder snel vol.
- Doe folders zonder de plastic verpakking in de papierbak. Die verpakking hoort bij plastic verpakkingen, blik en drinkpakken.
- Vensterenveloppen mogen met het plastic venstertje in de papierbak. Dat kleine beetje plastic is niet erg, u hoeft het dus niet los te peuteren. Maar het mag natuurlijk wel, dan bent u helemaal goed bezig.
- Doe ook kleine papiertjes, zoals boodschappenlijstjes, in de papierbak.

Erwin Willemsen adopteert perkje bij ingang Gebouw G



Bewoner Erwin P. Willemsen, ontwerper, zal de komende jaren het perkje links bij binnenkomst bij Gebouw G verzorgen. Hiervoor heeft hij van de Gemeente een adoptierecht stedelijk groen gekregen. Hij vond dat het perkje gedurende bepaalde perioden in het jaar te weinig groen en bloemen bevatte en heeft daarom al diverse planten bijgeplant. De gemeente heeft

zijn plan goedgekeurd. "Het is toch prettig als je als bewoner in een bloemrijke omgeving binnenkomt in gebouw G. Ik ga proberen het gehele jaar bloemen te laten zien. Dat is goed voor de psyche", aldus Erwin Willemsen.

Mensen maken Nederland

'Mensen maken Nederland' is het motto van het Nationaal Jaar Vrijwillige Inzet 2021. Een campagne waardoor meer aandacht voor het vrijwilligerswerk wordt gewekt, en meer en nieuwe mensen bij vrijwilligerswerk worden betrokken.

Wilt u iets voor een ander betekenen? Word vrijwilliger!

Binnen Stichting Duivenvoorde zijn er diverse mogelijkheden om vrijwilligerswerk te doen, zoals bijvoorbeeld receptiewerkzaamheden (telefoon beantwoorden, bezoekers te woord staan, licht administratief werk). Heeft u een aantal uurtjes tijd over? En vindt u het leuk om iets voor een ander te betekenen? Neem dan contact op met Karin van de Plasse om de mogelijkheden van vrijwilligerswerk te bespreken. Karin is bereikbaar via (070) 320 37 36 van maandag t/m donderdag, of per e-mail op kvdp@stichting-duivenvoorde.nl.



Vliet Awards: jij maakt het verschil

De Vliet Awards zijn in onze gemeente dé prijzen voor sport, vrijwilligers en cultuur. Met de Vliet Awards zet de gemeente inwoners die in 2020 het verschil hebben gemaakt in het zonnetje. De drie betrokken wethouders, Astrid van Eekelen van cultuur, Floor Kist van welzijn en Nadine Stemerding van sport spreken hun waardering uit: "Het was een bijzonder jaar dat veel van ons gevraagd heeft. Het is mooi om te zien hoe creatief sportverenigingen, sporters en vrijwilligers zijn om zich erdoorheen te slaan, hoe zij kijken naar de mogelijkheden in plaats van de beperkingen en hoe iedereen samenwerkt en klaar staat voor elkaar. Eigenlijk verdient iedereen een prijs!"

Vliet Awards voor sport en vrijwilligers

De Vliet Awards 2020 voor sport en vrijwilligers worden uitgereikt op vrijdagavond 12 maart 2021. **Tot 31 januari 2021 kun je kandidaten voordragen.** Speciale aandacht gaat dit jaar uit naar sporters en vrijwilligers die zich tijdens de coronacrisis op een of andere manier hebben ingezet voor de samenleving. Voor meer informatie of het voordragen van een kandidaat of vrijwilligersorganisatie, kijk op: <https://vlietawards.nl>. Beschikt u niet over internet, dan kunt u uw kandidaat of vrijwilligersorganisatie ook voordragen door een briefje in de brievenbus van Stichting Duivenvoorde (Duivenvoorde 262) te doen. Vermeld op dit briefje de volgende gegevens:

Naam kandidaat / **Telefoonnummer** van de kandidaat / **E-mailadres** van de kandidaat / **Bij welke organisatie** doet de kandidaat vrijwilligerswerk? / **Functie** van de vrijwilliger / **Resultaat** van het werk / **Motivatie**: waarom verdient deze kandidaat de prijs? / **Uw naam** en contactgegevens / **Uw relatie** tot de voorgedragen kandidaat / **Toestemming** gebruik gegevens.

De kracht van wandelen

Hersenen: Slechts 2 uur per week wandelen verlaagt je kans op een beroerte met 30%.

Geheugen: 3x per week 40 minuten wandelen beschermt het hersengedeelte dat wordt geassocieerd met planning en geheugen.

Stemming: 30 minuten per dag wandelen kan de symptomen van depressiviteit met 36% verlagen.

Gezondheid: 3500 stappen per dag wandelen verlaagt het risico op diabetes met 29%.

Levensduur: 75 minuten per week stevig wandelen kan je levensduur met bijna 2 jaar verlengen.

(Over)gewicht: 1 uur per dag wandelen verlaagt je risico op obesitas met 50%.

Ontzettend eenvoudig, verbazingwekkend effectief en wetenschappelijk bewezen, studie na studie: Elke dag een aantal minuten wandelen kan je gezondheid, lichaam en geest transformeren.

Kom in beweging!

Hart: De meeste dagen van de week 30 - 60 minuten wandelen, verlaagt het risico op hartaandoeningen drastisch.

Botten: 4 uur per week wandelen kan het risico op heupfracturen verlagen tot wel 43%.

