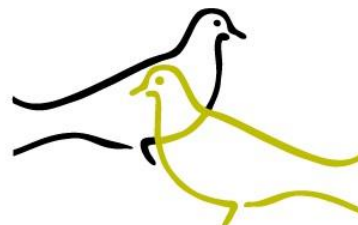


maart / april 2021

Nieuwsbrief

Voor alle huurders en vrijwilligers van Stichting Duivenvoorde



STICHTING DUIVENVOORDE

vertrouwd wonen

Hoera, het wordt voorjaar!

De temperatuur stijgt, de natuur ontwaakt en het is langer licht. We ervaren het letterlijk én figuurlijk als een nieuw begin, er gloort hoop en licht aan het eind van een lange tunnel. Wat zijn wij daar met z'n allen ontzettend aan toe. Maar zoals altijd wegen de laatste loodjes het zwaarst.

Op dinsdag 23 maart was er weer een persconferentie van premier Mark Rutte en minister Hugo de Jonge. Ze vertelden over hoe het nu gaat met het coronavirus. De maatregelen kunnen nog niet worden versoepeld. Dit betekent ook dat wij het dienstencentrum nog niet mogen openen voor activiteiten en het drinken van een kop koffie.

Het blijft gelukkig wel steeds langer licht buiten. Daarom gaat de avondklok 1 uur later in, vanaf woensdag 31 maart. U mag dan niet naar buiten tussen 22:00 uur 's avonds en 04:30 uur 's ochtends.

Helaas mogen we nog niet naar het buitenland op vakantie. Ook niet in de meivakantie. Dit geldt tot en met 15 mei.



Maar in Nederland zijn ook hele mooie plekken om vakantie te vieren en dat mag wel.

Steeds meer mensen hebben al een prik gekregen. Hopelijk hebben in juli alle volwassenen die dat willen, een prik gehad.

Niet vergeten

- Was je handen.
- Houd 1,5 meter afstand van anderen.
- Laat je testen bij klachten.

Op 13 april kijkt de regering opnieuw naar de maatregelen. Dan bekijkt zij welke maatregelen er nodig zijn na 20 april.

Nieuwe Bewonerscommissie Prinsenvoorde stelt zich voor

Op 31 maart 2021 is de nieuwe Bewonerscommissie Prinsenvoorde aangetreden. Deze bestaat uit (vlnr) Marry de Niet (voorzitter), Eveline van Bree (penningmeester) en Maria Hogenhout (secretaris).



Hoewel wij nog steeds te maken hebben met de coronamaatregelen, zullen wij met hart en ziel werken aan een goed contact met de bewoners enerzijds, en Stichting Duivenvoorde anderzijds. Wij zullen de bewoners steeds op de hoogte houden waar wij mee bezig zijn. Daarnaast zullen wij activiteiten plannen zodra de coronamaatregelen van de baan zijn. Bewoners die iets te melden hebben, wensen of ideeën hebben, kunnen een briefje doen in de brievenbus in de hal. Wij zullen hier iedere dag in kijken en nemen vervolgens contact met u op. Wij gaan ervoor!

Nieuws van de Bewonerscommissie Duivenvoorde

Voorlopig zal er nog geen mogelijkheid zijn een jaarvergadering te houden. Het jaarverslag 2020 van de BWC Duivenvoorde staat op onze website www.bcduivenvoorde.nl of is op te vragen via info@bcduivenvoorde.nl of via een briefje met uw naam en uw adres in een van de brievenbussen van de BWC in gebouw D en G. Wij wensen u ondanks alle Covid-maatregelen gezellige Paasdagen.



De Stichting Interculturele Bevordering Contact & Educatie (IBCE) is een multiculturele welzijnsorganisatie, opgericht in augustus 2001 door allochtone en autochtone studenten uit het hoger en wetenschappelijk onderwijs. Al sinds de oprichting brengen zij diverse groepen mensen binnen de gemeente Leidschendam-Voorburg bij elkaar. De activiteiten



INTERNATIONALE VROUWENDAG 2021

variëren van huiswerkbegeleiding tot Internationale vrouwendag, maar bij IBCE is iedereen welkom.

Ondanks Corona kon het bestuur (bestaande uit vrouwen uit diverse culturen) het niet laten om de INTERNATIONALE VROUWENDAG 2021 toch te vieren.

Stichting IBCE wilde even stilstaan bij de vele problemen waarmee vrouwen dagelijks te maken krijgen. Daarom gingen ze langs bij de deuren van Duivenvoorde om de vrouwen blij te maken met een bos bloemen. Stichting IBCE hoopt hiermee aandacht te vragen voor alle vrouwen die op een of ander manier te maken krijgen met discriminatie, geweld en onderdrukking. Deze mooi actie is met financiële steun van Vlietwensen gerealiseerd. Meer informatie over Stichting IBCE is te vinden op hun website: <https://ibce.biz/>

De vrouwen van Duivenvoorde waren blij en dankbaar voor de mooie bloemen. Namens alle vrouwen: Dank voor deze leuke verrassing!

Tip van de huismeester Als u denkt dat de intercom (videofoon) kapot is kunt u het volgende eerst even zelf checken. Aan de onderkant van het intercomtoestel, dat bij u in de gang hangt, zit een wielje waarmee het volume van de bel ingesteld kan worden. Soms verschuift dit wielje tijdens het schoonmaken helemaal naar één kant. Dan lijkt het alsof de intercom het niet meer doet maar is het geluid gewoon uitgezet. Even aan het wielje draaien en u hoort de bel weer! Werkt de intercom echt niet meer? Neem dan contact op met MVGM Zorgvastgoed. Zij zijn telefonisch bereikbaar, voor al uw reparatieverzoeken, via 088 432 47 80 of zorgvastgoed@mvgm.nl.

Tweede Kamer verkiezingen

Op woensdag 17 maart mocht er weer gestemd worden voor de volksvertegenwoordiging in de Tweede Kamer. Ook in Dienstencentrum Duivenvoorde kon er gestemd worden. In het Dienstencentrum was een stemlokaal ingericht.

Hier vindt u de definitieve uitslag van de top 10 van de Tweede Kamerverkiezingen in Leidschendam-Voorburg.

Opkomstpercentage: 80,6%

VVD	12.294
D66	8.559
PVV (Partij voor de Vrijheid)	4.323
CDA	3.589
Partij van de Arbeid (PvdA.)	2.359
GroenLinks	2.176
SP (Socialistische Partij)	2.022
Partij voor de Dieren	1.934
Forum voor Democratie	1.716
Volt	1.286

Nieuwe planten geplaatst bij entree Gebouw G



Vrijwilliger-ontwerper Erwin P. Willemsen heeft in maart nieuwe planten geplaatst in het door hem Geadopteerde Stedelijk Groen-perkje bij de entree van gebouw G. Dit heeft hij gedaan in goede samenwerking met Stichting Duivenvoorde. Het gaat om een strook van 1,2 meter, waar de gemeente, de plantsoenendienst, zich nu in beginsel niet meer mee bemoeit en geen onderhoud meer uitvoert. Dat is afgesproken in een Overeenkomst zelfbeheer openbaar groen.

Erwin: "Er is pampasgras geplaatst om harde wind bij de ingang uiteindelijk te breken. Verder zijn er een rhododendron, een vlinderstruik en diverse rozenplanten geplaatst. De rhododendron zal in april en mei, en misschien ook daarna nog, gaan bloeien, de vlinderstruik zal van juli tot en met september bloemen laten zien. De rozen bloeien vanaf juni tot en met september en als het goed is verschijnen er vanaf juli wit-roze leliebloemen."

"De rhododendron blijft verder het gehele jaar de groene bladeren behouden, dat voorkomt een maandenlang beeld van dorheid van de aangrenzende Japanse sierstruiken. Ook het plaatsen van pampasgras werkt dit beeld van verdorring eenvoudig weg. Natuurlijk zijn de Japanse sierstruiken erg mooi in bloei, maar ze

zien er vele maanden in het jaar gewoon verdord uit. Bruine takken zonder blad of bloem. Daar moesten dus andere planten aan worden toegevoegd, vond ik. De peterselie blijkt aldus een prachtige, donkergroene, grondbedekker te zijn die zelfs vorst en sneeuw kan weerstaan. Ook de rozen kunnen vorst aan tot min vijftien tot twintig graden. Verder staan er nu ook Franse geraniums en een camellia."

Het belangrijkste vindt Erwin dat er in de loop van het jaar een gevarieerde hoeveelheid bloemen te zien is. "De grond is vruchtbaar en er is nu een begin gemaakt voor een aangenaam ogend perkje met bloemen en groen erin. Leuk voor alle bewoners, bezoekers en voorbijgangers."

Erwin en Duivenvoorde houden het perkje nu goed in de gaten en wachten de komende maanden af. Bloemen zijn immers goed voor de menselijke psyche.



Stichting Duivenvoorde genomineerd voor Vliet Awards

Onlangs is de Stichting Duivenvoorde genomineerd voor de Vliet Awards Vrijwilligersprijs 2020 in de categorie Vrijwilligersorganisatie. De gemeente wil inwoners die hét verschil maken én extra waardering verdienen één keer per jaar in het zonnetje zetten. Helaas



hebben we de Vliet Award niet gewonnen maar het voelt zeker niet als een verlies. Speciale aandacht ging dit jaar ook uit naar sporters en vrijwilligers die zich tijdens de coronacrisis op een of andere manier hebben ingezet voor de samenleving. Een nominatie, daar zijn we trots op, en dat is zacht uitgedrukt... we zijn hééééél erg trots! Trots

op onze vrijwilligers die ons helpen, ondersteunen, activiteiten organiseren, koken en bakken, gastvrij bezoekers te woord staan, nieuwsbrieven rondbrengen, de bar bemanen en/of het Dienstencentrum versieren met Paas/Sinterklaas/Kerst-decoratie (eigenlijk teveel om allemaal te kunnen noemen). Vrijwilligers in allerlei varianten, maar allemaal met een groot hart.

Hospice het Vliethuys is uitgeroepen tot 'vrijwilligersorganisatie van het jaar'. Het hospice bestaat nu 20 jaar en ondanks Corona zijn de vrijwilligers steeds blijven komen.

Wij feliciteren het Hospice van harte met deze Award



Deel herinneringen van vroeger en laat ze vastleggen voor anderen

Vindt u het leuk om een nieuwe methode uit te proberen om uw persoonlijke verhalen te vereeuwigen? Kunt u overweg met een smartphone of computer en heeft u er een in uw bezit? Dan zijn we naar u op zoek!

Deelnemers gezocht! Doet u mee?

Het Nationaal Ouderenfonds heeft een website en app ontwikkeld om herinneringen te vertellen en te delen met anderen. Deze app en website willen zij graag met u testen.

Het Nationaal Ouderenfonds schrijft hierover: "In drie tot vier bijeenkomsten gaan we over een bepaald onderwerp herinneringen en levensverhalen delen. In een groep of duo's werken we samen aan de verhalen, scherpen ze aan en zorgen er samen voor dat het verhaal zo goed mogelijk uit de verf komt. Uiteindelijk spreekt u de herinneringen in zodat ze als geluidsbestand bewaard kunnen worden. Samen werken aan de verhalen zorgt voor gezelligheid en persoonlijk contact. Uiteindelijk gaat iedereen met een bijzondere opname van het eigen verhaal of verhalen naar huis!"

In mei 2021 gaan het Ouderenfonds deze bijeenkomsten organiseren. Lijkt u dit leuk of heeft u vragen? Neem contact op met Charlotte Buitenkamp van het Ouderenfonds c.buitenkamp@ouderenfonds.nl of bel naar 088 344 2042.

Kijk uit voor Babbeltrucs

Laat onbekenden niet binnen

Onbekenden bellen bij u aan en gebruiken een mooie smoes om binnen te komen. Ze zeggen bijvoorbeeld dat ze meteropnemer of reparateur zijn. Of ze vragen om een glas water of een pen, terwijl een handlanger het huis binnenglipt. Vervolgens stelen zij uw geld en andere waardevolle bezittingen. Of onbekenden spreken u aan op straat, in een winkel of bij een pinautomaat. In sommige gevallen gebeurt dit in combinatie met bedreiging en/of geweld.

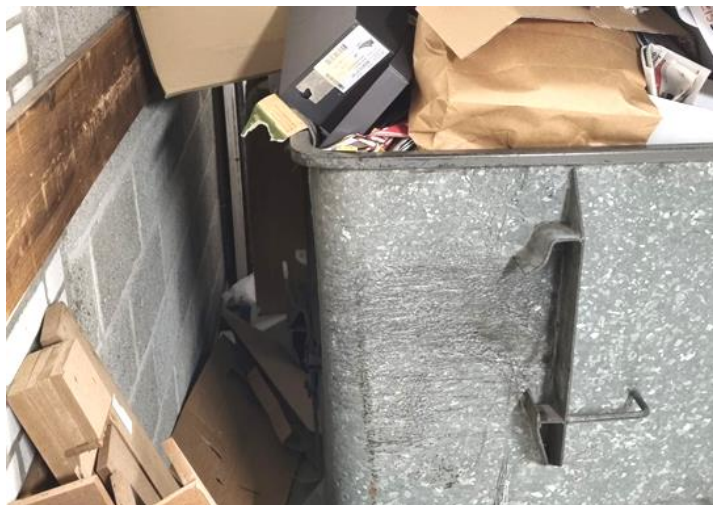


Dit zijn voorbeelden van zogeheten babbeltrucs en deze zijn bedoeld om mensen op te lichten. Denk niet dat het u niet kan overkomen, want de dieven zijn zeer behendig met hun smoezen. Onlangs waren er in Duivenvoorde twee dames aan de deur bij een huurder die zeiden gestuurd te zijn door de huisarts en dat ze even een praatje wilden maken om te vragen hoe het gaat.

Als de bezoekers geen bekenden van u zijn, laat ze dan niet binnen. De politie is alert op deze vorm van diefstal, en wat kunt u zelf doen tegen babbeltrucs:

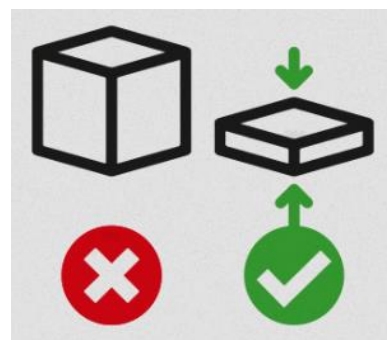
- Kijk voor u opendoet, eerst wie heeft aangebeld.
- Open de voordeur bij woongebouwen met een centrale toegang alleen voor uw eigen bezoek.
- Zorg dat u de deur op een kier kunt zetten met bijvoorbeeld een deurketting of kierstandhouder.
- Babbeltrucs en overvallen vinden niet alleen 's avonds plaats.
- Laat nooit onbekenden uw huis binnen, hoe betrouwbaar of onschuldig ze ook ogen.
- Wilt u iets pakken, bijvoorbeeld uw telefoon of geld? Laat mensen dan buiten wachten en doe uw deur dicht.
- Neem nooit uw portemonnee mee naar de deur.
- Komen onbekende met de vraag of ze het alarmnummer mogen bellen? Laat ze niet binnen. Bel zelf met 112.
- Laat vreemden geen gebruikmaken van uw toilet, verwijs naar een openbaar toilet.
- Loop nooit met iemand mee naar buiten, dieven komen vaak met z'n tweeën.
- Doe uw achterdeur op slot als u alleen thuis bent. Soms komt iemand via de achterdeur uw huis binnen, terwijl u aan de voordeur staat te praten.
- Geef nooit uw pinpas en/of pincode af.
- Bewaar uw pincode en pinpas apart.
- Betaal geen portokosten voor niet door uzelf bestelde pakjes.

Hoe voorkomen we overvolle papierbakken?



Het is ons opgevallen dat de papierbakken overvol zijn. Er staan zelfs kartonnen dozen naast en de klep van de papierbak kan niet meer dicht. Hoe kunnen we dat voorkomen?

Maak
kartonnen
dozen plat



Graag willen we u vragen om kartonnen dozen plat te maken, voordat u ze in de papierbak doet. Dit voorkomt dat de papierbak te snel vol komt te zitten. Ook wordt er materiaal in de papierbakken gegooid dat er niet in hoort. Denk aan melk- en sap pakken, piepschuim en hout dat vaak om kwetsbare materialen heen zit ter bescherming.

Wildenberg Recycling leegt de papierbakken niet als er dit soort afval in de bak zit. Dus nogmaals het verzoek om alleen papier en karton in de bakken te gooien.



Wat mag er wel in de papierbak?

Kranten, folders, enveloppen, wc-rolletjes en kartonnen dozen: het mag allemaal bij het oud papier. Papier kan goed gerecycled worden tot nieuw papier.

Wat mag er niet in de papierbak?

Melkpakken en sapzakken horen niet in de papierbak maar bij het plastic afval: er zit een laagje plastic in. Zit er plastic om uw tijdschrift of reclamefolders? Haal dat er eerst af voordat u uw tijdschriften en/of reclamefolders in de papierbak gooit.

Compliment voor Avalex

De afval containers voor restafval bij gebouw BC zaten op slot. In de ene container was een te groot stuk afval gegooid; dat was vast komen te zitten in de klep en gewoon doorgedrukt. Daardoor schiet de klep op slot. Dat heeft een aantal dagen geduurd, maar de andere container kon nog wel gebruikt worden, waar dan ook driftig gebruik van werd gemaakt. Totdat ook daar werd geprobeerd een te groot stuk in te gooien. Gevolg: ook op slot. Dinsdag trof een andere bewoner beide kleppen op slot, dus de vuilniszak er maar bijgezet. Vaak wordt gezegd: ZE ruimen het wel op. Maar wie is ZE, geen idee, dus ZE kan hier niets mee doen. Ik heb dit wel gedaan. Op woensdag 3 maart om 09:15 uur heb ik Avalex aangegeven wat het probleem was en om 10:00 uur, dus maar 3 kwartier later, stapten 2 mensen van Avalex van de fiets en hebben de beide containers met hun sleutel open gemaakt. De grote stukken verder naar beneden geduwd en jawel de beide containers kunnen weer gebruikt worden. Complimenten hiervoor aan Avalex, zeer snelle service. Gelukkig was het mistig, dus de meeuwen hadden de zak nog niet ontdekt, anders gaan ze die kapot trekken en ligt alles over straat. Wat nog meer ongedierte aantrekt. Op zaterdag 6 maart was het weer hetzelfde verhaal: 1 container vol en in de andere weer te groot vuil gegooid. Avalex weer gebeld en weer kwam iemand met een sleutel kijken; maar die kreeg het nu niet voor elkaar. Wij hebben de zakken naar de andere containers gebracht en een papier op beide containers opgehangen dat ze op slot zitten, met verzoek het vuil naar de containers bij Vreeburg te brengen.

Beste mede-bewoners,

Wat leert ons dit verhaal: Als u te groot afval heeft, maak het klein en gooi het dan pas in de container. Mocht toch onverhoopt de klep op slot schieten, bel dan even naar Avalex **0900-0507** en het probleem wordt snel opgelost. Laat dit niet aan andere bewoners over. Laten we onze mooie buurt ook mooi houden en alles zelf opruimen



RECEPT Groentepilaf met kip (2 personen)

Ingrediënten

1 ui
150 gram kipfilet
2 eetlepels olie
2 theelepels kerriepoeder
1 theelepel gemberpoeder
150 gram zilvervliesrijst
400 gram groenteroerbakmix
6 gedroogde abrikozen

Bereiding

Pel de ui en snijd hem klein.
Snijd de kipfilet in kleine stukjes.
Bak de kipfilet enkele minuten al omscheppend in de olie.
Bak de ui met de kerrie en het gemberpoeder mee.
Voeg de rijst toe en bak die mee tot de korrels glanzen.
Voeg 500ml water toe en breng dit aan de kook.
Kook de rijst 10 minuten.
Schep er voorzichtig de groenteroerbakmix door en kook het gerecht in nog 5 minuten verder gaar.
Knip of snijd de abrikozen in stukjes.
Meng de abrikozen door de rijst. Warm dit goed door.



Het Sociaal Servicepunt: *voor informatie, advies begeleiding en ondersteuning*

We hebben allemaal wel eens hulp nodig. Bij het Sociaal Servicepunt kunt u terecht voor informatie, advies, persoonlijke begeleiding en praktische ondersteuning. Hoe kunt u omgaan met bepaalde situaties? Hoe kunt u ondersteunende hulp inzetten? Welke regelingen zijn er in Leidschendam-Voorburg? Het Sociaal Servicepunt helpt u graag.

Stel uw vraag

Met welke vraag u ook zit, schroom niet om contact met het Sociaal Servicepunt op te nemen. U kunt op werkdagen elke ochtend bellen naar het Sociaal Servicepunt via telefoonnummer 070-2057000. Ook bent u welkom op de spreekuren van het servicepunt.

Gesprek met medewerker Sociaal Servicepunt

Een medewerker van het Sociaal Servicepunt neemt de tijd om rustig met u in gesprek te gaan en uw vraag met u in kaart te brengen. Daarna wordt er met u besproken met welke oplossingen u het beste geholpen bent, tijdelijk of voor langere periode. Zo komt u in contact met de juiste zorgverleners, hulpverleners en vrijwilligersorganisaties.

Wat kost hulp bij het Sociaal Servicepunt?

Aan hulp en/of advies van het Sociaal Servicepunt zijn geen kosten verbonden voor inwoners van Leidschendam-Voorburg.

Heb ik een verwijzing nodig voor het Sociaal Servicepunt?

Nee, u heeft geen verwijzing nodig van huisarts of specialist om hulp of advies te krijgen van het Sociaal Servicepunt

Hoe gaan het Sociaal Servicepunt met mijn gegevens om?

De medewerkers van het Sociaal Servicepunt hebben een beroepsgeheim. De gesprekken die u heeft met de medewerkers van het Sociaal Servicepunt zijn vertrouwelijk. Heeft u vragen of zorgen? Zijn er problemen binnen uw gezin? Neem dan contact op met het Sociaal Servicepunt. U kunt hen altijd bellen of een e-mail sturen. U kunt ook terecht bij een van de twee wekelijkse spreekuren: Bel 070-2057000 om een afspraak te maken, of stuur een e-mail naar info@sociaalservicepunt.nl.

**STICHTING DUIVENVOORDE WENST
U FIJNE PAASDAGEN TOE.**

