

NIEUWSBRIEF

KBO afdeling

NIEUWERKERK AAN DEN IJSSEL



Mei 2020

Van de voorzitter

Beste KBO-leden,

Wat een veranderde wereld waarin we nu leven: Veel nieuwe gedragsregels om maar niet de kans te lopen de gevreesde ziekte op te doen. Dagelijks worden we geconfronteerd met de koude getallen van alle tragische overlijdensgevallen en dat het meestal om oudere en kwetsbare mensen gaat. Wij zelf zijn de mensen, die het risico lopen om corona op te lopen. En wat er ons nog te wachten staat is ongewis.

Maar we weten wat we er zelf aan kunnen doen: zoveel mogelijk thuisblijven, hoesten en niezen in onze elleboog, papieren zakdoekjes gebruiken en vaak onze handen wassen.

Onze kerkdiensten kunnen we voorlopig alleen via de computer volgen. En voor de mensen die geen computer hebben, zijn er de uitzendingen van kerkdiensten op NPO 2.

Toch zijn er ook elke dag weer plusjes en het is de kunst om deze te zien. Dagelijks zijn er weer mensen die iets bedenken om een stukje vrolijkheid te brengen zoals een bloemetje of een muzikale uitvoering voor inwoners van verzorgingstehuizen.

Na een actie van Libelle/Margriet heeft u als oppeppertje een exemplaar van Libelle of Margriet met de post gekregen. Zij hebben ons gevraagd om eenmalig gebruik te mogen maken van ons adresbestand. Er is ons toegezegd, dat het adresbestand hierna gelijk weer vernietigd zal worden.



Toch gaat het leven voor de meesten van ons gewoon door, zij het voorlopig nog onder de bijzondere omstandigheden zolang er nog geen vaccin bestaat dat ons weer een veilig bestaan garandeert. En soms komt uit een droevige gebeurtenis toch iets voort, dat in de toekomst tot verbetering leidt: Er is veel minder lawaai en de lucht is veel schoner. Daar profiteren alle mensen van.

Ook in onze directe omgeving kunnen er dingen veranderen: Op de terugweg na het afscheid van Frans de Groot sprak ik een aantal KBO-leden. Al wandelend op gepaste afstand kwam ik erachter, dat het niet voor iedereen eenvoudig is, de weg in onze plaats te vinden. Er waren obstakels in de vorm van stoep-randen. Omdat meerderen van ons groepje niet alleen slecht ter been waren maar ook visueel gehandicapt, kwamen we daarover in gesprek. Het zou echt een verbetering zijn als de uiteinden van de verlaagde trottoirbanden van een witte streep of grote stip voorzien zouden worden. En als dat overal gebeurt, vergroot dat de wereld voor de gebruikers. Zij durven dan verder van huis te gaan omdat ze niet meer alle obstakels hoeven te kennen. Onze leden hadden dit al een keer met iemand besproken, die het een goed idee vond, maar er was niets mee gedaan.

Daarom heb ik besloten een mailtje naar de SVO te sturen met de vraag of ze dit met de wethouder die over verkeersveiligheid gaat, willen bespreken. Hoewel alle gewone vergaderingen zijn opgeschort, moet het toch mogelijk zijn dit onder de aandacht te brengen van de gemeenteraad. In Hart van Holland hebben we kunnen lezen, dat zij met gebruik van "Zoom" gaan vergaderen nadat in de Tweede Kamer besloten is om dit toe te staan.

Zelf blijven we gebruik maken van mail en telefoon om als bestuur contact te houden.

Een vriendelijke groet van uw voorzitter,

Marcel de Groot

Spreuk van de maand mei

**“We hebben allemaal
wel eens hulp nodig.
Wees dus niet te trots
erom te vragen
wanneer u aan de beurt
bent.”**

LIEF EN LEED

Kroon-verjaardagen en Jubilea

70 jaar

11-6-2020 mevrouw G.J. van de Gaag-Bosker

75 jaar

9-6-2020 mevrouw G. Wols

80 jaar

30-6-2020 de heer J. Koolhaas



Overleden

Op 31 maart 2020 is F.P. (Frans) de Groot in het Hospice Cadenza in Rotterdam overleden op de leeftijd van 93 jaar.



Op maandag 6 april 2020 is afscheid genomen van Frans de Groot. De rouwauto reed langs de woning in de Verzetstraat waar vrienden en familieleden met een witte roos een laatste groet konden brengen.



Hulplijnen

Eén van de geweldige effecten die deze Corona tijd veroorzaakt is dat we allemaal wat meer oog hebben voor elkaar. En dat is maar goed ook, want als je eigen kinderen niet meer langs mogen komen is het wel heerlijk als een buurmeisje een tekening in je brievenbus gooit, of je wat vaker wordt opgebeld.

Maar hulp waar je op kon rekenen komt ineens minder vaak en je mag zelf niet meer hetzelfde als vroeger. Zeker nu het wat langer duurt komen er steeds meer dingetjes. Een kapotte lamp, een formulier, een vervelende brief, ingewikkelde brief, naar het ziekenhuis, kiespijn en u moet naar de tandarts, een boodschap noem het maar op. Kom je ergens niet meer uit, of moet je ergens heen en weet niet hoe, bel gerust met uw KBO bestuur zij helpen u zelf of zorgen dat u wordt geholpen.

Namen en telefoonnummers van bestuur KBO mag u aantreffen op de INFO-pagina achter in deze Nieuwsbrief.



Nieuwe leden

Wat fijn dat wij weer drie nieuwe leden welkom mogen heten:

Mevrouw F.M.C. Boerendonk – Dericks

Mevrouw D.G. van Driel

Mevrouw M.J.M. Schuurs-Herselman

Een stadsjongen in een dorp – en hoe KBO Nieuwerkerk begon

Stel u zich voor, Paaszaterdag, 11:00h twee mannetjes op een leeg parkeerterrein bij de voetbalclub, de één zit op een klapstoel en de ander op zijn rollator, druk in gesprek, vooral die op de rollator, hij vertelt

Zo'n Coronatijd is vreselijk natuurlijk, maar soms ontstaan er dingen, zomaar en bij iedereen. We gaan elkaar bellen, informeren hoe het gaat, of het nog goed gaat en of je wat nodig hebt. Ook zo bij de KBO Nieuwerkerk.

Zo breng ik Nanny Jongeneelen naar het Oogziekenhuis in Rotterdam en onderweg vertelt ze: "Ja, de KBO, daar was ik al heel vroeg bij, al in januari 1991, bij de oprichtingsvergadering. De chauffeur, die nog inkomend secretaris van de KBO is, weet van niets natuurlijk, maar vindt het wel interessant en vraagt.

"Neen" zegt Nanny, "dit moet je niet aan mij vragen, dan moet je naar Wim Peppel gaan, van de eersten is hij er nog." 'Aha' denk ik, 'die ken ik, dat is die politieman die me laatst vertelde hoe hij zijn vrouw ontmoette.'



Dus zo kwam het dat Wim en ik op Paaszaterdagochtend daar zaten, met een flesje water en een pakje sap dat zijn vrouw Elly had meegegeven, een soort picknick werd het als het ware.

Wim vertelt, "Wij waren in Nieuwerkerk komen wonen. Ik was een stadsjongen, geboren aan de Kleiweg in Rotterdam. Ik heb als jongen van 7 jaar het bombardement van Rotterdam goed gezien. Pas na 2 weken kon je uit ons huis de stad pas weer zien liggen, toen was het stof pas neergedaald.

In Nieuwerkerk gingen we natuurlijk naar de kerk en op een gegeven moment schoot Zuster Riet mij aan. Ze was bezig een afdeling van de KBO op te richten en meende dat ik een goede secretaris zou zijn. Nou zei ik, ik kom uit de stad en ken hier niemand, is dat nou wel zo'n goed idee?" "Jawel" zei ze "ik heb al een voorzitter, een echte Nieuwerkerker, die kent iedereen en dan komt het vanzelf goed." "Nou vooruit maar" zei ik, "ik ga wel praten met die meneer. Meneer was Cor Segers, een net opgehouden boer aan de 's-Gravenweg. Hij ontving me thuis en er was vreemd genoeg meteen een click tussen ons. Hij had het ook al helemaal bedacht. Hij belde de mensen wel op om te zeggen dat ze lid moesten worden en dan moest ik daar op bezoek om alles te noteren. Nou ja dan leer je snel mensen kennen!

Hij zou zelf wel voorzitter worden en hij had ook al bedacht wie de penningmeester moest worden. Marie de Jong was daar heel geschikt voor."

"Was er voordien dan niet iets als een ouderenclub?" vroeg ik.

"Nou", zegt Wim, "ene meneer Saers, die destijds in Dianthus woonde, had contact met een man of 20 katholieke ouderen. In Capelle was wel een KBO en als die een reisje hadden en er nog plek was, dan belde meneer Saers mensen van dat lijstje, zodat zij meekonden. Maar meneer Saers zelf heb ik nooit ontmoet, ik heb het lijstje van hem gekregen, dat was het." "Dat moet ik nog eens verder uitzoeken" denk ik bij mezelf.

(wordt vervolgd)

Tips, aanvullingen, anekdotes, belevenissen, ik vind alles leuk om te weten, je mag me bellen 0621855804, of je maakt een briefje als je dat liever wil.

Zoals ik hierboven al schreef wil ik ook graag meer weten over die meneer Saers en over de voorzittershamer.

George Henkens

Bewegen met Elly van Heijningen

1.

De Coronatijd is een tijd van vooral thuisblijven. Een beetje bewegen is dan best moeilijk. Toch is het belangrijk om fit te blijven.

Elly van Heijningen (ja, de dochter van) reikte 3 oefeningen aan waarvan het goed is als u die af en toe thuis probeert.

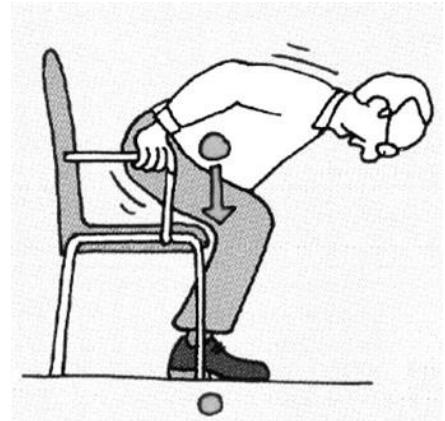
Het is niet zo eenvoudig om ze te beschrijven, maar we gaan het toch proberen.

Oefening 1

1. Ga in een stoel zitten aan de eetkamertafel!
2. Zet uw handen op de leuning van de stoel, of op de zitting van de stoel.
3. Kom op deze manier van zit tot stand.
4. Hierbij kunt u ervoor kiezen om armen en benen te laten samenwerken,
 - a) armen en benen voor 50%
 - b) armen wat extra gebruiken, bijvoorbeeld 75%
 - c) benen wat extra gebruiken, bijvoorbeeld 75%

4. Pak de rand van de tafel vast.
Strek u daarna goed uit! Rechte rug, recht naar voren kijken!

5. Aanvullend kunt één of twee armen naar voren of omhoog strekken, alleen als u stabiel / goed in balans staat.
6. Ga dan weer rustig zitten.
7. Probeer dit 5x te doen achter elkaar.



Oefening 2

1. Ga bij het aanrecht staan t.h.v. de spoelbak. Pak daar met twee handen de rand vast! Stap vervolgens opzij naar links en rechts om de beurt. U kunt de stap zo groot maken als u wilt zolang u stabiel bent.
2. Gaat de bovengenoemde oefening goed dan kunt u ook zijwaarts aansluiten, dus verder opzij in één richting en daarna weer terug. (Het aanrecht valt nooit om. Doe dit dus niet bij de vensterbank of boekenplank!

Oefening 3

1. Ga op de rand van uw bed zitten, met de voeten op de grond.
2. Breng uw bovenlichaam opzij.
3. Voor U bijna omvalt komt u weer terug naar rechtop zitten. (U mag hierbij eventueel afzetten op uw handen) Let op: Als u snel duizelig bent doe het dan rustig aan!



Eenvoud siert

Sinds 1 maart heeft KBO Nieuwerkerk of Zuidplas beter gezegd een nieuwe naam voor de website en nieuwe e-mail adressen. Allemaal veel eenvoudiger met minder kans op fouten. Alles staat vanaf nu ook op de laatste bladzijde van de omslag.

De website bereikt u nu met:

www.kbozuidplas.nl

Voorzitter Marcel de Groot bereikt u nu met:

voorzitter@kbozuidplas.nl

Penningmeester Sjaak Zuidwijk bereikt u nu met:

penningmeester@kbozuidplas.nl

Secretaris George Henkens bereikt u nu met:

secretaris@kbozuidplas.nl

Ledenadministrateur Eric van Nierop met:

ledenadministrateur@kbozuidplas.nl



EEN TEGEN EENZAAMHEID

Speciale telefoonlijnen

Landelijk

Met vragen of voor een luisterend oor zijn er verschillende telefonische hulplijnen

De luisterlijn (0900-0767) is 24/7 (dag en nacht) bereikbaar voor iedereen die behoefte heeft aan een gesprek of een luisterend oor

Ouderen die zich zorgen maken over het coronavirus, vragen hebben of gewoon graag een praatje willen maken kunnen bellen met:

KBO-PCOB (030-3400600)

Het Rode Kruis (070-4455888)

De Zilverlijn (0883442000) na aanmelding wordt u wekelijks gebeld op een door u gewenst tijdstip (Nationaal Ouderenfonds)

In je uppie aan de lijn. Aanmelden voor een groepsgesprek kan via 06-51277142 (op vaste tijden meestal op vrijdagmiddag 14.00 uur met vaste thema's zoals troost, vriendschap, thuis of familie)

Plaatselijk

Mee Midden Holland (0182-5200333)

Of kijk op de laatste pagina van onze Nieuwsbrief voor de telefoonnummers van ons bestuur.



Openingstijden supermarkten speciaal voor senioren.

Wilt u onbezorgd boodschappen doen met een gevoel van rust en veiligheid, dan kunt u terecht bij de volgende supermarkten:

- Albert Heijn, Reigerhof tussen 07.00 uur en 08.00 uur (ma t/m vr) voor 70+
- Jumbo, Reigerhof geen speciaal tijdvak
- MCD, Kerklaan tussen 07.00 uur en 08.00 uur (mat/m za) voor 70+
- PLUS, Dorrestein tussen 07.30 uur en 08.30 uur voor 65+
- Lidl Schermerhoek, Capelle tussen 09.00 uur en 11.00 uur



Modedag Boskoop verzet naar maandag 29 juni

Zoals u in de vorige Nieuwsbrief heeft kunnen lezen, hebben wij alle niet-noodzakelijke bijeenkomsten moeten annuleren in verband met de aangescherpte maatregelen vanwege het coronavirus.

Hierdoor zal de geplande modedag in Boskoop niet op 30 april gehouden kunnen worden. In overleg met Vander Klooster Mode is de Lady's Day verplaatst naar maandag 29 juni 2020 – dit alles **onder voorbehoud** van verdere maatregelen.

We hopen u in het juninummer - dat eind mei verschijnt - betere berichten te kunnen verstrekken en u nader te informeren over het programma en de aanmeldprocedure.

Vander Klooster Mode

De telefoonpool

Onze telefoonpool is ontstaan naar een idee van George om als KBO-bestuur onze leden hulp aan te bieden met boodschappen doen of ter bestrijding van eenzaamheid als mensen geen netwerk van contacten hebben.

Inmiddels kunnen we dit aanvullen met de vraag of men nog steeds in voldoende mate verzorging krijgt of dat de hulp in de huishouding wel komt. In de berichten, die we op dit moment in het nieuws van alledag krijgen, blijkt dit lang niet altijd het geval te zijn.

Er is een lijst van bijna 50 namen ontstaan van mensen die door de bestuursleden worden benaderd. Daarbij is het aan de gebelde KBO-leden om aan te geven of onze actie gewenst is. Gebleken is dat ons initiatief door vrijwel alle benaderde personen zeer positief is beoordeeld.

Vragen zoals "hoe gaat het met u, kunnen we iets voor u doen, vindt u het prettig als we u elke week bellen" werden door ons gesteld. Als reden van het bellen gaven we aan dat, nu iedereen eigenlijk in huis moet blijven, eenzaamheid wel dichtbij is.

Vrijwel iedereen is in staat zichzelf te redden wat betreft de boodschappen. Veel van onze leden doen dit nog zelf. Een aantal mensen wordt geholpen door hun kinderen. Wat ons wel duidelijk werd, is dat niemand graag toegeeft hulp nodig te hebben.

Er waren ook veel persoonlijke zaken die ter sprake kwamen, die we niet kunnen publiceren omwille van de privacy. Vooral leden met grotere problemen deed het goed om hierover te kunnen praten.

Wat ook duidelijk is, dat vrijwel iedereen de gang naar de kerk mist. Een aantal mensen kijkt naar de uitzendingen van de eucharistievieringen op NPO2 op zondagmorgen.

Als een groot gemis wordt gezien dat iedereen afstand moet houden: de 1,5 meter maakt dat aanrakingen - zoals een arm om je schouder - te veel risico geeft.

Helder is de combinatie van leeftijd van onze leden en het feit dat er soms meerdere gezondheidsproblemen zijn, die samen tot het begrip leiden, dat de betrokkenen tot de risicogroep behoren en zich daarom strikt aan de regels houden.

Onze conclusie is dat de telefoonpool zeer gewaardeerd wordt en er dus alle reden is om daar mee door te gaan al is het maar om dat stukje eenzaamheid te doorbreken.

Als u niet door ons bent gebeld maar dat toch prettig zou vinden, laat het ons dan even weten!

Telefoonnummers van de bestuursleden staan op de INFO-pagina achterin deze Nieuwsbrief.

Marcel de Groot



Gedicht van Fiet

Oh, kon ik vliegen als 'n vlinder,
Van corona, heel geen hinder.
Ik zou dan vliegen heel de wereld rond,
Soms hoog in de lucht, soms naar de grond.
Nectar zou mijn voedsel zijn,
Zoetheit vind ik nu ook fijn
Geen agenda met afspraken,
Wel zou ik contacten maken.
Ik vloog dan geen anderhalve meter van je vandaan,
In verwondering bleef je dan staan
Ik hoop dat je dan van mijn kleuren geniet
Ja dat is de wens van Fiet.
Maar die coronacrisis gaat voorbij.
En dan is iedereen weer blij.
Ik rijd zo direct een rondje door het park,
Ach kijk, een vlinder op de hark.



Fiet Rodenburg-Peer

INFORMATIE

<p><u>Voorzitter:</u> Marcel de Groot Gouwe 27 2911 GA Nieuwerkerk aan den IJssel tel. 0180 - 312939 voorzitter@kbozuidplas.nl</p>		
<p><u>Secretaris:</u> George Henkens 's-Gravenweg 30 2911 CG Nieuwerkerk aan den IJssel tel. 06-21855804 secretaris@kbozuidplas.nl</p>		<p>De volgende Nieuwsbrief nr. 6 (juni) mag u rond 26 mei 2020 verwachten. Kopij voor dat nummer s.v.p. inleveren vóór 14 mei 2020.</p>
<p><u>Penningmeester:</u> Sjaak Zuidwijk Pr. Alexanderlaan 98 2912 AM Nieuwerkerk aan den IJssel tel. 0180-313625 penningmeester@kbozuidplas.nl</p>		<p>KBO afdeling Nieuwerkerk aan den IJssel jaarcontributie 2020 * € 25,= alleenstaand * € 40,= 2 pers. zelfde adres</p> <p>bankrekeningnummer NL76 RABO 0345 2771 71 t.n.v. KBO afdeling Nieuwerkerk aan den IJssel</p>
<p><u>Ledenadministratie / webmaster</u> Eric van Nierop Mozartstraat 26, 2912 XJ Nieuwerkerk aan den IJssel tel. 0180-318436 ledenadministrateur@kbozuidplas.nl www.kbozuidplas.nl</p>		<p><u>Verschijningsdatum 2020:</u> Juni-nr. op 26 mei Jul/Aug.nr. op 23 juni Sept-nr. op 25 augustus <u>Verzoek:</u> wijziging in uw gegevens gelieve door te geven aan de ledenadministratie.</p>
<p><u>HUBA</u> (Hulp bij Belasting Aangifte/Administratie) Toon de Kort Linge 69 2911 EJ Nieuwerkerk aan den IJssel tel. 0180-314212 toondekort@outlook.com</p>		<p>Toon de Kort en Rennie Valentijn kunnen u dit jaar (weer) hulp verlenen bij het invullen van uw belastingbiljet.</p>
<p><u>HUBA</u> (Hulp bij Belasting Aangifte/Administratie) Rennie Valentijn Bospolderstraat 38 2912 PD Nieuwerkerk aan den IJssel tel. 0180-332121 r.valentijn@ziggo.nl</p>		<p>Rennie Valentijn en Toon de Kort kunnen u dit jaar (weer) hulp verlenen bij het invullen van uw belastingbiljet</p>

Meld uw e-mail adres aan ons. U krijgt de Nieuwsbrief dan ook in kleur via de mail en bent nog sneller op de hoogte van het nieuws in uw KBO afdeling. Aanmelden kan via e-mail adres: kbo@kbozuidplas.nl