

NIEUWSBRIEF

KBO afdeling Zuidplas



Juli-augustus 2024

Van de voorzitter

Beste KBO-leden,

We zijn alweer na een geslaagde "High Tea" aan de "zomervakantie" toe. De laatste haakjes zijn bedoeld om aan te geven, dat we onze vakantie liever plannen als het wat minder warm en vooral minder druk is op de vakantiebestemmingen. Ook in onze kerk wordt het kerkelijk jaar afgesloten maar niet in onze eigen St. Josephkerk.

Vakantietijd betekent meestal ook dat onze mantelzorgers op vakantie gaan en dat is hen natuurlijk van harte gegund. Maar wie kan dan eventueel de benodigde zorg verlenen? Het is natuurlijk van belang dat u dit op tijd signaleert. Mantelzorg wordt meestal geleverd door de eigen kinderen, familieleden of een goede buur of kennis. Als u daar toch niet uitkomt zijn er misschien toch ook nog vrijwilligers waar u een beroep op kunt doen. Misschien via de kerk of de Stichting ZO! Van de eenvoudigste vragen tot ingewikkelde zaken zoals respijtzorg waarvoor professionele organisaties of vrijwilligers de zorg tijdelijk kunnen overnemen. De zorg voor iemand die 24-uurs-zorg of permanente zorg nodig heeft, wordt geregeld door zorgkantoor Midden Holland en is bereikbaar via de Stichting ZO! Als een mantelzorger verlof wil krijgen om iemand te verzorgen, zijn er drie situaties mogelijk: als eerste calamiteitenzorg als u plotselinge situaties moet oplossen, dan wordt uw loon in principe gewoon doorbetaald. Ten tweede kortdurend zorgverlof dan krijgt u maximaal twee werkweken per jaar minstens 70 % van uw loon doorbetaald, waarbij het bedrag dat u krijgt niet onder het minimum mag komen. Als derde mogelijkheid: tijdens langdurig verlof hoeft de werkgever uw salaris niet door te betalen. Voor de laatste twee mogelijkheden geldt dat het bedrijf alleen mag weigeren als het bedrijf in ernstige problemen komt. Een en ander kan in uw cao geregeld zijn en dan gelden de regels van de cao. Ten slotte wil ik u nog wijzen op het bestaan van een mantelzorgmakelaar die mantelzorgers helpt met alle regeltaken rond de zorg. Als u een mantelzorgmakelaar bij u in de buurt zoekt, kijk dan op internet: www.bmzm.nl/zoek-mantelzorgmakelaar

Graag wil ik u nog bekend maken met de website van de overheid waarop u tussen tal van onderwerpen ook de ouderenzorg tegenkomt. Daarin staan allerlei zaken beschreven zoals wat de overheid in de toekomst ziet veranderen met de daarbij behorende budgetten waardoor we kunnen begrijpen dat het echt wel die kant opgaat. Een belangrijk onderwerp gaat over de zelfredzame ouderen: u kunt begrijpen dat dit betekent dat de overheid zich steeds meer gaat terugtrekken en het aan de maatschappij over laat. De wet die hier over gaat heet de WOZO (Wet Ondersteuning Zelfredzame Ouderen) dit betekent dat ouderen zoveel mogelijk zelf blijven doen en regelen, vervolgens ouderen zo lang mogelijk zorg en ondersteuning aan huis krijgen en tenslotte zoveel mogelijk digitale zorg krijgen. Tot 2027 is daar € 1,5 miljard voor beschikbaar. Digitale zorg wil zeggen dat er via computers of smartphones met u gepraat gaat worden en dat er hulpmiddelen zoals beeldtelefoons, medicijn-robots en valsensoren in uw huis komen zodat u met de beeldtelefoon aanwijzingen kunt krijgen om eventuele problemen zoveel mogelijk op afstand op te lossen.

Er zal een groter beroep worden gedaan op mantelzorgers en vrijwilligers waarbij ik persoonlijk erg weinig verschil zie tussen beide groepen of het moet zijn dat beide groepen niet betaald worden en derhalve weinig gemotiveerd zijn om kennis van zaken tot zich te nemen. Daarvoor bestaat de "wegwijzer samenwerken met informele zorg" dit zou door professionals met de beide groepen worden geïmplementeerd.

Afgelopen periode hebben we met KBO Zuid Holland vergaderd over de jaarstukken en presentatie over het DNA van de oudere. Ook is er vergaderd met het SVO en tenslotte met ons bestuur over de High tea.

Een hartelijk groet van uw voorzitter, Marcel de Groot

<p>Spreuk van de maand juli</p> <p>“Lachen werkt aanstekelijk, veroorzaakt eens een epidemie.”</p> <p style="text-align: right;">Tegeltje wijsheid</p>	<p>Spreuk van de maand augustus</p> <p>“Bij slecht weer kun je wel lekker met je hoofd in de wolken lopen.”</p> <p style="text-align: right;">Loesje</p>		
<p>LIEF EN LEED</p> <p>Kroonverjaardagen <u>juli</u></p> <p>75 jaar 16-7-2024 mevrouw M. Tom-Megens</p> <p>80 jaar 24-7-2024 de heer H. Dissel</p> <p>95 jaar 2-7-2024 mevrouw J. Fellingier-Schulten</p>		<p>LIEF EN LEED</p> <p>Kroonverjaardagen <u>augustus</u></p> <p>85 jaar 19-8-2024 mevrouw H.M. Bot-Hoge 22-8-2024 mevrouw G. Goedhart 28-8-2024 de heer G.J.M. van Boheemen</p> <p>90 jaar 10-8-2024 de heer E.D. van Vliet</p> <p>95 jaar 28-8-2024 mevrouw P.L. Morel-de Quack</p>	
<p>Overleden op 3 juni 2024 de heer Q.J. (Rien) van Dijk (88 jaar) op 21 juni 2024 mw. A.W. (Leida) Ouborg (82 jaar)</p>			

Jarigen in juli

<ol style="list-style-type: none"> 1 Liedewij Markwat (1951) 2 An Fellingier-Schulten (1929) Ellen Verweij (1953) 8 G. ter Maten (1938) 10 Riet Roelofs-Ruigrok (1938) 11 Wim Both (1942) 12 Francie Reichardt (1953) 13 Netty Kremers-Roos (1932) 16 Mieke Tom-Megens (1949) 18 Stoffel Heuseveld (1941) Wil Zijleman-van Kralingen (1945) 19 Hellen van der Meijden-Spavens (1946) 23 Fred van Hemert (1946) 24 Henk Dissel (1944) 26 mw. Uijttenbroek-Teuling (1930) 28 geb.dag Piet van Geest (1929) 31 Pierre van Bruchem (1943) 	<ol style="list-style-type: none"> 4 Hans Stapels (1959) 8 Dirkje Vercouteren-Luhrman (1945) Marjo Govers (1956) 9 Ria Schuurs-Herselman (1941) 10 Ewoud van Vliet (1934) 12 geb.dag. Marinus Bramsen (1924) 15 Martin Breuer (1937) 16 Christa van de Hooven (1953) geb.dag Jan Hilkhuijsen (1935) 18 Klazina Bek-van de Heuvel (1942) 19 Marianne Bot-Hoge (1939) 20 geb.dag mw. van Driel-Noorlander (1927) 22 mw P.L. Ammerlaan-Adegeest (1931) Gerda Goedhart (1939) 24 Arjo Bleeker (1953) Hans Dekkers (1945) 26 geb.dag Wil van der Lek-Rijmers (1932) 28 Gerard van Boheemen (1939) Nel Morel-de Quack (1929) 29 geb.dag Helena de Boed (1930) 30 Jan van den Brink (1935) Carla Witteveen-Jolink (1957) 31 Barbera Triesschijn-Rummel (1958)
<p>We hebben 4 nieuwe leden. Dit zijn (alfabetisch):</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Mevrouw R.H.J. Blokland-Pleij ❖ Mevrouw M. van Doorn-van Campenhout ❖ Mevrouw N.G. Kooijmans ❖ Mevrouw F.M. van Rijn-Maters 	

Aankondiging activiteiten in de komende tijd

KBO ACTIVITEITEN - Graag vooraf aanmelden bij het bestuur – zie de laatste pagina van deze Nieuwsbrief

Dinsdag 10 september van 14:00-17:00 uur Digitaal Nalaten, een presentatie van de bibliotheek (pag. 13)

Dinsdag 8 oktober van 14:00-17:00 uur Lezing Humanitas over geldzaken, eenzaamheid, verlies en eventueel aansluitende zaken – zie pagina 6.

Dinsdag 22 oktober van 10:15-15:15 uur – Modedag bij Vander Klooster in Boskoop

Voor bovengenoemde activiteiten (m.u.v. modedag) geldt: **inloop 13:30 uur, aanvang 14:00 uur**

Terugblik High Tea nummer 6

door George Henkens

Op 11 juni hadden we onze 6^{de} High Tea! Ik sprak mensen die zeiden dat ik dat echt helemaal verkeerd had, maar echt geloof het of niet, het was alweer de 6^{de} keer dat we een High tea hadden. De eerste was donderdag 27 augustus 2020 tijdens corona.

We hebben wel eens een HT gehad in juni met echt stralend weer, maar dat was deze keer niet zo. Het was dus eenvoudig om te beslissen dat we het niet buiten zouden proberen te doen.

Er hadden zich 43 mensen aangemeld en dat is echt veel. Meestal doen we niet ingewikkeld over het aanmelden, maar bij een HT moeten we inkopen doen en alles mooi op bordjes uitserveren en dan is het echt nodig dat we weten wie er komen. Grappig is dat er dan op de dag zelf toch 3 mensen niet komen, soms vooraf aangegeven, maar soms zonder afmelding (foei). Maar dan zijn er toch ook nog wel weer een paar mensen die komen zonder zich te hebben aangemeld. We zijn wel zo flexibel en vooral gastvrij dat we daar dan snel een extra bordje voor maken.



Nu we een paar HT hebben georganiseerd, kunnen we wel zien wat de high tea tot een succes maakt. Allereerst moet het er bij binnenkomst een beetje gezellig uitzien. Dat proberen we door een echte dammasten tafellinnen (van papier) op de tafels te leggen, een leuk gekleurd servetje in het midden met een bloemetje en een servetje op ieders plaats, dat kleedt het echt al aan. Je moet genoeg zitplaatsen maken, maar niet te veel, want dan zijn er tafels waar 6 mensen omheen kunnen en zitten er maar 2, dat is niet gezellig. Dus we maken net iets

minder zitplaatsen dan het aantal aanmeldingen. Je kan best gemakkelijk een stoel erbij trekken en van een tafel voor 6 mensen er 8 omheen zetten.

Een goede vriendelijke gastheer, zoals Clemens, die thee en koffie serveert is natuurlijk het halve werk. Helemaal af wordt het als de dames van de catering iedereen een bordje aanreiken met heerlijke zoetigheden.

Zo zijn alle ingrediënten aanwezig om royaal een uur gezellig pratend door te brengen. Want iets anders hoeft er niet. Gewoon aandacht voor elkaar, een arm om je heen voelen, horen hoe de verhuizing van Ank is gegaan en of het leuk is in haar nieuwe huis.

Om 3 uur gaan Marcel en Clemens rond en vragen welk drankje ze voor je kunnen inschenken.

Advocaat met slagroom blijkt één van de toppers te zijn zag ik.

Ondertussen zijn Trudie, Joke, Gon, Elly, Ellie en Ria, onder leiding van Irene hard aan het werk de koude hartige hapjes te maken en mooi op bordjes te leggen. Spiesjes, sandwiches met kip en zalm, krabsalade, ham rolletjes, wraps waren er, werkelijk heerlijk! Allemaal zelf gemaakt door de dames! In de loop van de middag ging de zon nog schijnen zodat het allemaal nog gezelliger werd, dachten we. Totdat het om 16:30u ineens heel hard ging regenen! Gelukkig was die bui om 17:00u klaar en kon iedereen droog naar huis. Dan moet er nog best heel wat worden gedaan om alles weer schoon te krijgen en weer terug op zijn plaats te zetten. Dat gaat dan toch snel door de vele helpende handen.

Nummer 6 was weer voorbij, een heerlijke middag!



In gesprek met onze voorzitter

door George Henkens

Op 21 maart van dit jaar was onze Algemene Leden Vergadering. Zoals gebruikelijk opende onze voorzitter Marcel de Groot de vergadering met berichten die op dat moment actueel waren. Aan het einde van zijn verhaal vertelde hij dat hij volgens de statuten eigenlijk geen voorzitter meer mag zijn. Hij meende dat het goed zou zijn als iemand zich het komende jaar zou warmlopen om bij de volgende ALV de voorzittershamer over te willen nemen. Gelukkig voegde hij eraan toe dat nog hij steeds graag voorzitter van de KBO is. Volgens de statuten uit 1987, dat zijn nog de oprichtingsstatuten, is de benoemingstermijn van bestuursleden 3 jaar. Daarna staat "zij zijn terstond herkiesbaar." In de statuten die wij in de ALV van 2023 hebben goedgekeurd, is dit veranderd en wel zo dat de zittingstermijn 4 jaar is en daarna bestuursleden eenmaal herbenoembaar zijn.

Als er nou iets is wat senioren weten, dan is het dat continuïteit in een bestuur belangrijk is. Dat er mensen met ervaring aan het roer staan. Zij hebben levenservaring, zijn standvastig en je zou ze eigenlijk voor 'altijd' willen houden.

Nou ja, dat is natuurlijk niet zo, de termijnen in statuten zijn er omdat een frisse wind best goed is en als je een keer bestuurslid hebt die 'het wel gezien heeft', dan is het goed dat iemand er op kan vertrouwen dat er ook een eind komt aan een zittingstermijn. Tegenwoordig is men zelfs strenger aan het worden dat zie je ook wel aan onze nieuwe statuten. Dat heet corporate governance ofwel goed bestuur, geen vriendjespolitiek of regentengedrag.



De ALV is al weer even geleden en er heeft zich nog geen aspirant voorzitter gemeld.

Ik vond dat een goede reden eens met Marcel om de tafel te gaan zitten en het voorzitterschap van de KBO onder de aandacht te brengen.

We zitten op 13 juni bij hem thuis aan tafel.

Ik vraag hem eerst maar eens hoe hij voorzitter werd van de KBO afdeling Nieuwerkerk aan den IJssel.

Marcel vertelt: 'Ik was net 65 jaar geworden en gestopt met werken, het was eind 2015. Op een zondagmorgen bij het verlaten van de kerk, tikt iemand op mijn arm, het was Aad van der Knaap. Die zegt: "Ik hoor dat je met pensioen bent gegaan en dacht dat jij maar de nieuwe voorzitter moet worden van de KBO". Ik was toen nog geen lid van de KBO. Ik werkte tot vlak daarvoor als full-time leraar aan een technische school in Amsterdam.'

'Wie zaten er toen in het bestuur?' 'Sjaak en Irene vormden toen het bestuur. Jaap van Duinen was de laatste voorzitter, maar die was toen al teruggetreden. Ik ben lid geworden en heb me georiënteerd en ben het gaan doen. In de ALV van 2016 werd ik benoemd.'

'Aha, zo kan het ook, denk ik, misschien ook helemaal niet zo gek, gewoon op iemand afstappen. Het gebeurt maar weinig dat mensen zich zo maar melden voor een bestuur. Maar het is wel heel goed,' denk ik 'dat Marcel het op tafel heeft gelegd, zodat iedereen die interesse heeft zich kan melden. Het moet natuurlijk wel een democratisch proces worden.'



'Jij bent niet van oorsprong een Nieuwerkerker toch?' vraag ik aan Marcel.

'Nee ik ben in 1950 geboren in Broek op Langedijk (waar dat precies ligt heb ik na ons gesprek maar even opgezocht, het bleek veel noordelijker te liggen dan ik dacht, namelijk ten noorden van Alkmaar). Mijn vader was bakker en in Broek op Langedijk was je dan vooral broodbakker. Mijn vader wilde echter veel liever banketbakker zijn en dan moest je wel naar

een grotere stad. Dat werd Woerden, waar mijn vader uiteindelijk een grote zaak had met 4 bakkers en 3

mensen in de winkel. Ik was 3 toen we daar naar toe verhuisden, dus aan Broek op Langedijk heb ik niet veel herinneringen. Ik was de 2^{de} van 4 jongens en mijn ouders hebben nooit geprobeerd één van ons het bakkersvak in te loodsen. Wij jongens gingen allemaal iets technisch leren.'

Wat was dat in jouw geval?

Het duurde in mijn geval vrij lang voordat ik wist wat ik wilde worden. Dat is wel lastig want dan koers je niet rechtstreeks af op je doel. Maar op een gegeven moment wist ik het: leraar worden in het technisch beroeps- onderwijs. Daarvoor was het nodig dat je naast naar school gaan ook een praktische ervaring had van 5 jaar, dus ik werkte overdag bij den Oudsten, een carrosseriebedrijf in Woerden en ik ging 3 avonden in de week naar de avondschool. Ik ging net zo lang door met aktes halen totdat ik de bevoegdheden had die ik nodig had. Mijn ambitie is altijd geweest en gebleven jonge jongens (want het waren in al die jaren vooral jongens) lesgeven en hen wat bij brengen. Dat lukt het beste in het lager beroeps onderwijs. Ik heb dat eigenlijk al die jaren gedaan, van zeg mijn 30^{ste} tot mijn pensioen.

Over welk vak hebben we het eigenlijk?

'Elektrotechniek,' antwoordt Marcel, 'En dan alles wat daarbij hoort, dus huisinstallaties, industriële installaties, maar ook telefooninstallatie en elektronica.

Daarbinnen had je natuurlijk theoretische vakken zoals wiskunde en natuurkunde, meetvakken, materialen- en gereedschapsleer, maar ook tekenen op een tekenplank en later met de computer, ik heb het allemaal wel gedoceerd in die jaren.

Moesten die jongens ook veel praktisch werk doen? 'Per week moesten ze 10 uur stage lopen. Ze moesten zelf ook dat stagebedrijf zoeken, maar in de praktijk kwam het toch neer op de contacten die de docenten hadden met bedrijven die jongens van school wilden opnemen.



Ik vind het wel indrukwekkend dat je je hele werkzame leven zo gepassioneerd bent. Als Marcel er nu over praat, merk ik dat hij het met veel plezier heeft gedaan, terwijl het vast niet altijd gemakkelijk was om pubers te motiveren. Maar Marcel zegt dan: 'Dat was juist de uitdaging, om ze wel te motiveren.'

Hoe kwam je eigenlijk in dit dorp terecht?

Marcel: 'Toen ik 27 jaar was, ben ik Ada van Zuilen van de 2^{de} Tochtweg tegengekomen in de Kluis.' 'De Kluis?' vraag ik? 'Ja, dat was een bekende dansgelegenheid in Woerden die mensen uit de wijde omgeving aantrok.



Ook meisjes uit Nieuwerkerk. Ada woonde nog op de boerderij, maar werkte op de administratie van groente- en fruithandel Bonnet en later den Hoog.

Als we in 1978 een huis kunnen kopen in de Van Beethovenlaan trouwen we en zo kwam ik in dit dorp. We hebben daar tot 2000 gewoond en onze 2 zonen zijn daar in 1980 en 1982 geboren. In 2007 overlijdt Ada nadat ze jaren is behandeld tegen kanker. De jongens vliegen uit en dan woon je nu alleen hier aan de Gouwe. Gelukkig dat de familie van Ada in de buurt woont. Zijn jongens wonen ook relatief in de buurt, dat is een zegen, want dan kun je die regelmatig zien, inclusief hun kinderen.'

Ik schreef het al eens eerder: niets is zo heerlijk als je die kunt zien opgroeien.

Marcel: 'Ik bleef gewoon werken in Amsterdam, elke dag om 7:00u met de auto naar Amsterdam, het was goed te doen, de school stond in de Baarsjes, een wijk van Amsterdam.'

En dan ga je in 2015 met pensioen en dat had Aad van der Knaap dan meteen door, kenden jullie elkaar goed?

Marcel zegt: 'Nou ik kende Van der Knaap natuurlijk als mede kerkganger, maar hij had contact met mijn zoon die vlak bij hem woonde. Zo was hij wel op de hoogte van mij.'

Wat vind je zo relevant aan het werk van een voorzitter van de KBO?

De KBO moet er zijn voor oudere mensen, ze moet hen kennis en kunde aanbieden maar ook ontspanning en dingen organiseren om samen te doen.

Aanvankelijk richtte ik me als voorzitter vooral op de afdeling, wat later nam ik ook actief deel aan de regionale verbanden die er binnen de KBO zijn, zoals met de IJsselgemeenten, Midden Holland en Zuid Holland. Ondertussen werd de samenwerking met de PCOB inniger. Zeker op lokaal niveau hebben we een hele goede band. We treden samen met hen op als SamenwerkingsVerband Ouderenbelangen (SVO) en proberen bij de politieke partijen en het gemeentebestuur de onderwerpen die voor senioren belangrijk zijn, onder de aandacht te brengen. Dat gaat de laatste tijd heel goed, de SVO is veel scherper en alerter geworden en je ziet dat de gemeente daarop ook veel adequater reageert en dat is een hele goede ontwikkeling.'

Zie je verschil tussen de afdeling toen je er in 2016 binnenstapte en nu?

'Tijdens de Ontmoetingsmiddagen is er meer activiteit dan vroeger en meer gevarieerd. Vroeger werd er vooral gekaart, nu ook gesjoeld, getafeltenist en koersbal gespeeld. De busreizen zijn wel een beetje achterop geraakt, toch gaan we ook regelmatig op stap, zoals naar de Oudheidkamer, Dordrecht en de historische Tramlijn in Rotterdam. Daarentegen doen we wat meer aan voorlichting en kennisoverdracht. Dat moet ook wel, want er gebeuren hier en daar nare dingen met ouderen en ik vind het toch wel een taak van de KBO om onze leden weerbaar te maken. Denk aan wat er allemaal voor akelige dingen gebeuren met oplichting aan de deur of met de telefoon. We willen toch dat we veilig ouder worden niet waar?

De belangenbehartiging naar de lokale politiek is een taak van de KBO die ze in SVO verband uitvoert. Heel relevant, zeker als je bedenkt dat bij de gemeente alles om inclusie draait en doelgroepen als jongeren of ouderen als zodanig niet meer worden benoemd. Wij hebben echt een taak om te toetsen of het beleid ook aansluit op de senior en oudere in deze gemeenschap.'

Kijk zo kunnen we aan het eind van ons gesprek nog een bevlogen stuk opnemen over de rol van de KBO. Sluit dat niet mooi aan bij het begin van dit verhaal? Marcel wekt helemaal niet de indruk dat hij uitgeblust is voor wat betreft het werk van de KBO. Maar dit jaar waren zijn 2 termijnen van 4 jaar voorbij en dan moet je als goed bestuur bereid zijn om plaats te maken voor een ander.

Voelt jij je aangesproken door de missie van de KBO?



Aankondiging Lezing Humanitas over geldzaken dinsdag 8 oktober

Dit hele jaar besteden we aandacht aan "Financieel veilig ouder worden". We hebben dat gedaan door stukken in de Nieuwsbrieven, door de lezing van mw. Van Grieken van de RABO bank, door de computerdeskundigen van de bibliotheek en nu valt de beurt aan de Stichting Humanitas.

Op dinsdagmiddag 8 oktober ontvangen we Gabe de Vries van Humanitas Midden Holland. Hij weet alles over geldzaken en kan ons helpen in de steeds moeilijker digitale wereld van geldzaken de weg te vinden.

Dinsdag 8 oktober, inloop vanaf 13:30u, start 14:00u.

U mag een belangstellende die (nog) geen lid is van de KBO, meenemen.

De entree is gratis, net als de thee en koffie. **Graag vooraf aanmelden** om voldoende stoelen klaar te zetten.

Voor noodgevallen een noodpakket?

door George Henkens

In 1939 schreef de Engelse auteur Nevil Shute, een boek met de titel: 'What happened to the Corbetts'.

Nevil Shute was een Engelse vliegtuigbouwkundig ingenieur die was geboren in 1899 en midden in de ontwikkeling stond van de luchtvaart in de tijd tussen de 2 wereldoorlogen. Hij bleek een niet onverdienstelijk, romanschrijver en na verloop van tijd doofde dat zijn carrière als ingenieur en kon hij royaal leven van de royalty's van zijn boeken. Sommigen zijn zelfs verfilmd.

Er zijn er heel wat ook in Nederland uitgebracht en zo kreeg ik er ooit één in handen. Ik vond het geweldige boeken en ik heb de Engelse nu allemaal in mijn boekenkast. Het was best leuk om ze te verzamelen. Allemaal tweedehands, vaak moest ik ze uit Australië of Canada laten komen, want als Engelse auteur waren zijn boeken in de Gemene Best ook erg populair. De boekjes kostten nu maar een euro of 2, dus echte collector items zijn het niet geworden. Totaal zijn er 26 boekjes. Meer dan de helft is ook in het Nederlands vertaald.

Eén van die boeken was het boek 'What happened to the Corbetts' en vertelt wat de familie Corbett meemaakt als hun stad wordt gebombardeerd.

Peter Corbett is een jonge advocaat die met zijn vrouw en 3 kleine kinderen in 1939 in de buurt van Southampton woont. Southampton is een belangrijke marine- en havenstad aan de zuidkust van Engeland. Op een nacht vallen er bommen. Peter vlucht naar de garage met zijn gezin en bivakkeert die nacht in de auto. De volgende ochtend blijkt het goed mis te zijn. Veel ramen zijn kapot en de grootste schrik is 's ochtends dat er plassen in de kamers staan, omdat het ook hard regent. Even later ontdekt hij dat allerlei zaken waarop een normaal mens in die dagen rekende, zoals licht, de melkboer en water uit de kraan, niet meer functioneren.

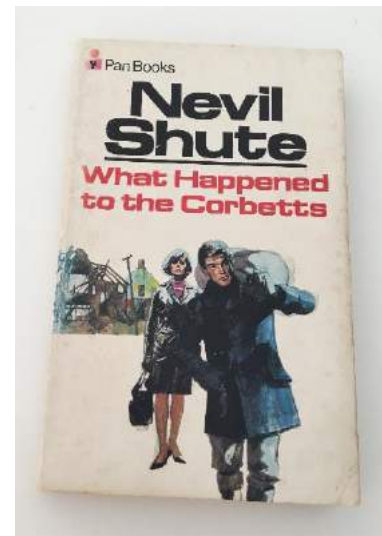
De nachten daarop vallen er wederom bommen en Peter begint op aanraden van zijn buurman een groot gat in de tuin te graven waar zijn gezin 's nachts kan schuilen.

Nevil Shute schreef het boek, omdat hij wilde laten zien dat een volgende oorlog heel anders zou zijn dan de oorlog die Engeland in '14-'18 meemaakte. Engeland voerde wel oorlog, maar niet op haar eigen grondgebied. Engeland was met de toen beschikbare technieken niet te bereiken vanuit het westen van Europa.

Als ingenieur werkzaam in de luchtvaart had hij gezien welke mogelijkheden er waren ontstaan om bommen zelf te laten vliegen. De spanning in Europe met Hitler die steeds meer landen binnenviel, bracht hem er toe dit boekje te schrijven. Toen het boekje werd uitgegeven stelde zijn uitgever 1000 exemplaren gratis ter beschikking aan het 'Air Raid Precautions team' (een soort BB (Bescherming Bevolking) zoals wij dat in Nederland jarenlang hadden) om hen een indruk te geven wat er zou kunnen gebeuren.

Het boekje laat goed zien waar je tegen aanloopt als er essentiële zaken uitvallen, zoals water en elektriciteit en niet alleen bij jou, maar voor een hele stad. Het duurt even voordat Peter doorkreeg welke effecten het bombardement op zijn stad heeft, maar uiteindelijk kan hij zich aardig redden. Dat komt, omdat hij een goede kampeeruitrusting had op zijn zeilboot die hij ergens had liggen in het riviertje Hamble. Die haalde hij naar huis en zo kon hij op zijn primus toch warm eten maken voor het gezin en had hij een grote jerrycan om water te halen.

In de Havenloods stond één dezer dagen een aansporing om een noodkist in huis te hebben. In die noodkist zouden dingen moeten zitten die je nodig hebt in geval van een calamiteit. Dat gaat niet persé over oorlog, maar bv bij langdurige stroomuitval, ernstige luchtverontreiniging waardoor je je huis niet uit kan of wateroverlast. Over wat er in zo'n noodkist moet zitten kun je natuurlijk eindeloos praten en het hangt er ook erg vanaf hoe je zelf tegen deze dingen aankijkt.



Het lijstje waar de Rijksoverheid naar verwijst benoemt de volgende zaken:

- Flessen water
- Eten dat lang houdbaar is zoals noten, groente in blik en gedroogd fruit (met blikopener)
- Een radio op en met batterijen zodat je op de hoogte kan blijven van wat er gebeurt
- Zaklamp met extra batterijen, kaarsen, lucifers
- EHBO-doos met ontsmettingsmiddel
- Dekens om warm te blijven
- Fluitje om hulpdiensten te laten weten waar je bent
- Contant geld
- Gereedschap zoals een hamer en een knijptang
- Wc papier, tandpasta en tandenborstel;
- Lijstje met belangrijke telefoonnummers
- Reservesleutels van huis en auto.

Ik heb een paar jaar geleden ook een noodpakket gemaakt. Ik dacht: 'Veel dingen heb ik gewoon, maar staan ver weg in de schuur of op zolder, omdat het geen dingen zijn die je elke dag gebruikt. Ik ga ze gewoon maar eens verzamelen en stop ze in een doos'.

Zo zit in mijn pakket ook:

- Een knijpkat
- Een lang stuk touw
- Mijn camping gas brander met een nieuwe gasvulling
- Mijn kampeerpannetjes
- Een stormlantaarn of zoals sommige mensen zeggen een stallantaarn met een fles lampolie.
- Een blocnote en een potlood
- Een zakmes waarmee je ook je potlood kan slijpen
- Een powerbank op zonnecellen



de knijpkat

Toen ik het lijstje van de Rijksoverheid langsleiep en dat naast mijn eigen pakket hield, was ik direct geraakt door het fluitje. Wat een enorm goede toevoeging! Natuurlijk had ik in huis wel een fluitje, maar waar? Toch maar even gezocht en uiteindelijk vond ik er 2. Die zitten nu beiden in mijn noodpakket. Het lijstje met telefoonnummers vind ik ook een hele goede toevoeging.

Ik had laatst iets stoms gedaan en was mijn echtgenote kwijt geraakt in de stad bij een wandeling met een gids. Zij had mijn telefoon in haar tas. Ik dacht ik bel haar wel even met de telefoon van een ander, tja..... haar telefoonnummer had ik niet.

Vreemd genoeg ken ik nog wel het telefoonnummer van onze telefoon in Groningen waar ik tot 1965 woonde, maar ik ken geen enkel telefoonnummer van nu uit mijn hoofd! Nou het kwam goed, maar het lijkt mij handig dat als ik in een noodgeval en niet meer in het telefoonlijstje van mijn telefoon kan komen, ik toch belangrijke telefoonnummers heb opgeschreven.

Ik wil met dit stukje helemaal niemand zenuwachtig maken, maar ik zou het fijn vinden als we ons eens afvragen hoe je je redt als er een noodgeval optreedt. Koop bij de volgende keer boodschappen doen een stel batterijen die in uw zaklamp passen, stop ze er niet in, want dan lopen ze leeg. Doe ze met die lamp in een doos of een tas en hang die in de meterkast. Een plek waar ze niet in de weg liggen en je ze toch zo kan pakken. Maak ook eens een lijstje wat u graag in uw pakket zou willen doen en verzamel het eens als je weer op zolder moet zijn. Dat radiootje staat vast nog ergens. En als u nog een knijpkat heeft, die doen het altijd dus stop hem ook bij uw noodpakket.

Oh ja en tenslotte nog iets, in deze tijd waarin je steeds minder contant betaalt, is het best een heel goed idee ergens wat geld in huis te hebben. Bedenk dat als je in de winkels niet meer kan betalen, omdat hun betaalsystemen niet meer werken het heeeeeeel handig is als je toch de dingen kan aanschaffen die je nodig hebt omdat jij zo slim was contant geld in huis te hebben.

De Rijksoverheid roept ouderen op meer na te denken over later. Kennelijk zijn de ervaringen zo, dat mensen toch teveel worden overvallen door de omstandigheden die nou eenmaal horen bij ouder worden. En het is ook belangrijk, laten we wel wezen. Uit onze eigen kringen zijn er best heel aardige voorbeelden van mensen die goed nadachten over hoe het later zou moeten zijn. Ik denk aan Wil Petterson, die we in de Nieuwsbrief van juli 2023 aan het woord hebben gelaten. Maar ook recent waarbij één van onze leden verhuisde van een woning in Dorrestein naar Dianthus. Het is goed er over te denken zonder dat het allemaal morgen moet worden gerealiseerd. Want heel veel dingen zijn helemaal niet zo maar te realiseren. Je kunt wel willen verhuizen naar een meer senior vriendelijk appartement, maar dan moet het er wel zijn binnen de financiële mogelijkheden die je hebt. Kortom, een goed idee van de overheid en hieronder hebben stukken uit hun berichten overgenomen.



MEER OVER MORGEN

Het lijkt misschien nog ver weg, maar wie straks ook vol van het leven wil blijven genieten praat vandaag over morgen. Bijvoorbeeld over wat je voor elkaar kunt doen als er later zorg nodig is, of het huis waar je nu woont nog bij je past of hoe je fit blijft. Wat vind jij belangrijk voor later? Begin op tijd het gesprek.

56%	van de Nederlanders tussen de 60 en 75 jaar praat over later.
76%	praat over de woning. Dit is het meest besproken onderwerp.
26%	van de mensen die nog niet over later praat, wil binnen vijf jaar het gesprek hierover starten.
85%	vindt praten over de toekomst nuttig.

In 2019 is Praat vandaag over morgen gestart. Een publieksaanpak om heel Nederland te betrekken bij de toekomst van de ouderenzorg. Praat vandaag over morgen is een initiatief van ActiZ, branchevereniging van zorgorganisaties. Het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) versterkt Praat vandaag over morgen in 2024 met de start van een landelijke publiekscampagne: 'Wat vind jij belangrijk voor later?' om het gesprek over later te stimuleren.

Daarnaast organiseren de Seniorencoalitie, het Senioren Netwerk Nederland, ActiZ en Ouder Worden 2040 de komende twee jaar activiteiten en bijeenkomsten om zoveel mogelijk mensen een gesprek over hun toekomst te laten voeren.

Publieksonderzoek

Wat vind jij belangrijk voor later?

In opdracht van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport deed onderzoeksbureau Kien in februari 2024 een onderzoek onder 1.043 Nederlanders tussen de 60 en 75 jaar. Hierin stonden vragen centraal als: In hoeverre zijn mensen tussen de 60 en 75 jaar al met de toekomst bezig? Hoe leven deze mensen nu? En hoe zien ze hun leven voor zich over 10 jaar?

Hieruit bleek dat 1 op de 2 over de toekomst praat. Van hen vindt 85% dit heel nuttig. De woning blijkt het meest besproken onderwerp. Maar liefst 76% heeft het hierover. Andere onderwerpen waar mensen tussen de 60 en 75 jaar veel over praten, zijn hoe ze jong van geest blijven (72%), fit blijven (67%) en hoe ze een sociaal leven behouden (63%).

Wat verder opvalt in het onderzoek: 35% van de ondervraagden geeft aan dat hun huis niet geschikt is om later in te blijven wonen. Toch blijft 80% het liefst in hun huidige woning wonen.

Zorg

Goed ouder worden doe je samen

Goed ouder worden doe je samen. Ook na je pensioen is het belangrijk om leuke dingen te blijven doen met anderen. Het is ook handig om in de toekomst mensen om je heen te hebben die voor je kunnen zorgen als dat nodig is.

Tips

Veel mensen vragen liever niet om hulp. Toch is het belangrijk om nu al te bespreken hoe je elkaar kunt helpen als er later zorg nodig is. Zo houd je de regie over je eigen zorg. En weten jij en je omgeving waar jullie in de toekomst aan toe zijn. Anderen helpen geeft bovendien voldoening.

Voor wie kun jij nu al klaarstaan? Wie zijn voor jou onmisbaar om goed ouder te worden? Heb je ze dat wel eens verteld?

Zou jij iemand uit jouw omgeving willen helpen wanneer dat nodig is? Wat voor hulp zou jij kunnen bieden? Wie zouden bij kunnen springen als je later zorg nodig hebt? En wat verwacht je van hen?

Wonen

Wonen als je ouder wordt

De meeste mensen willen graag zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Misschien kan dit in je huidige woning, of misschien is er een ander type woning dat beter bij je past. Bijvoorbeeld op een plek waar je makkelijk andere mensen ontmoet. Of dichterbij belangrijke voorzieningen. Als je nu al nadenkt over hoe je later wilt wonen geeft dat een rustig gevoel.

Tips

De ideale woonsituatie is voor iedereen anders. De meeste mensen willen graag zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Misschien kan dit in je huidige woning of misschien is er een ander type woning dat beter bij je past. Bijvoorbeeld op een plek waar je makkelijk andere mensen ontmoet of dichterbij belangrijke voorzieningen. Als je nu al nadenkt over hoe je later wilt wonen, geeft dat een rustig gevoel.

Welke aanpassing heeft jouw huis nodig zodat je er nog lang kan blijven wonen? Welke aanpassing zou je nu al aan je woning kunnen maken?

Fit blijven

Gezond ouder worden zit in de kleine dingen

Om gezond en fit ouder te worden hebben je lichaam en je hersenen uitdaging nodig. Bewegen, gezond eten en dingen doen die je leuk vindt en waar je je goed bij voelt helpen daar het beste bij. Dat hoeft niet moeilijk te zijn: juist met kleine dagelijkse gewoontes kun je al veel bereiken.

Tips

Hoe zorg je ervoor dat je fit blijft? Waar denk jij aan bij gezond en fit blijven?

Om lekker in je vel te zitten, hebben je lichaam en je hersenen uitdaging nodig. Zeker als je ouder wordt.

Bewegen, gezond eten en dingen doen die je leuk vindt en waar je je goed bij voelt helpen daar het beste bij. Gelukkig kun je al met kleine dingen grote resultaten bereiken. Denk aan een wandeling door de buurt of een uitdagende puzzel

Veel meer informatie zoals video's en vragenlijstjes die je kan gebruiken als je een gesprek wil voeren, kunt u vinden op de website: www.praatvandaagovermorgen.nl



Digitalisering: leuk, onnodig, lastig, gewenst, vooruitgang?

door George Henkens

Ik had het lijstje hierboven nog wel langer kunnen maken, maar ik dacht: 'Ik hou er mee op.'

Onze kinderen en kleinkinderen weten niet beter, zij hebben geen herinnering aan hoe het was zonder computers, zonder smartphones, zonder internet.

Wij wel en dan is het niet zo vreemd dat je denkt: 'Waarom moet dit nu weer anders?' Dat denk je vooral als het niet gemakkelijk is om te doen wat ze nu weer van je willen.

Ik heb dat zelf ook heel vaak als ik weer ergens gevraagd wordt een account aan te maken, maar ook met vergaderstukken. Vroeger stuurde men je in een dikke enveloppe alles wat je voor een vergadering nodig had. En om te voorkomen dat het teveel werd, keek de verzender eens kritisch wat hij allemaal wilde versturen. Dus je kreeg alleen dat wat de secretaris nuttig vond en wat hij wilde kopiëren en inbinden.

Nu stuur je alles per mail. Niemand lijkt nog te kijken wat ze versturen en de ontvanger moet dan uitzoeken in de brij van informatie wat echt relevant is en wat niet, gruwelijk.

Ik weet natuurlijk dat alles vroeger helemaal niet altijd beter was, computers hebben ons leven ook veel gemakkelijker gemaakt. Je kan heel wat beter met anderen in contact komen en blijven dan vroeger. Je kan je kleinkinderen zelf bellen of appen, dat had je toch nooit gedacht? Ik kan ook ¼ van al onze KBO leden met een mailtje bereiken en ze zo nog kort voor een bijeenkomst, een herinnering sturen.

Eén van de nieuwe dingen waar ik zelf laatst tegenaan liep, ga ik hier beschrijven. Ik kwam daar terecht toen ik de huisarts nodig had, voor een herhaalrecept van mijn oogdruppels.

Mijn huisarts is Erkelens den Besten, twee jonge dames-dokters die de opvolgers zijn van dokter Erkelens. Zij hebben zich aangesloten bij **uw zorg online**. Dit is -zoals men dat tegenwoordig noemt- een platform. Dat wordt meestal gemaakt door een paar slimme mensen van een softwarebedrijf met een bepaalde doelgroep in hun hoofd. Ze maken iets moois waarvan ze hopen dat er mensen en bedrijven zijn die denken, hé dat is handig daar wil ik ook wel aan meedoen. In dit geval een bedrijf wat zich **uw zorg online** noemt en een platform heeft gebouwd voor artsen, apotheken en ziekenhuizen.

Wat schrijven ze zelf?

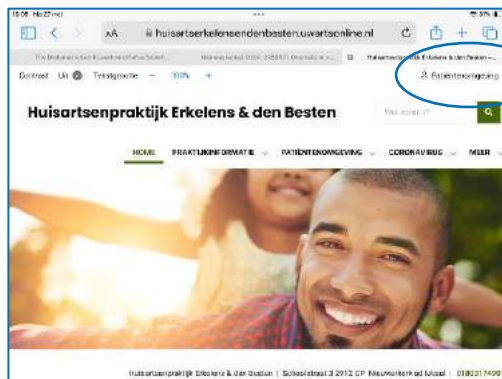
Wij maken zorg bereikbaar

Wij geloven dat zowel zorgaanbieders als zorgconsumenten het gelukkigst worden van tijd. Met digitale toepassingen maken we zorg efficiënter en beter bereikbaar.

Zorgverleners helpen we door het contact met hun patiënten makkelijker en efficiënter te organiseren. Daardoor zijn zij minder tijd kwijt aan gedoe en geregel. Dat betekent meer tijd voor het echte werk: zorg voor de patiënt.

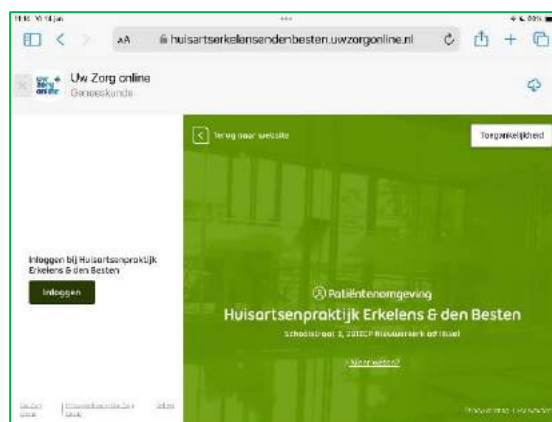
Zorgconsumenten helpen we door het contact met zorgverleners te vergemakkelijken. Niet meer bellen voor een recept of afspraak, maar zelf regelen op het moment dat het hen uitkomt. Bovendien brengt Uw Zorg Online al hun zorgverleners bij elkaar in één slimme app. Handig, eenvoudig en snel.

Mijn huisartsen hebben zich hier dus bij aangesloten en dat zie je als je naar de website van de dokter gaat. In de rechterbovenhoek zie het volgende:
Als je daarop klikt kom je op de volgende pagina waar op dan staat geschreven:



 **Patiëntenomgeving**

Je drukt op het woord : **Patiëntenomgeving** en dan zie je:



Je kan inloggen, maar je wil natuurlijk eerst meer weten, dus ik drukte op de tekst: **meer weten?** En dan komt het volgende kader tevoorschijn:

Beveiligde patiëntenomgeving

Welkom in uw patiëntenomgeving. Regel veilig uw zorg online bij onze praktijk. Log in met uw gebruikersnaam, wachtwoord en beveiligingscode.

Afspraken inplannen

Wilt u een online afspraak op het spreekuur maken? Dan kunt u hiervoor gemakkelijk gebruik maken van de webagenda. Wilt u erbij zetten waarvoor u komt? Voor spoedeisende klachten altijd naar de praktijk bellen!

Herhaalrecepten aanvragen

Heeft u medicijnen nodig die u langdurig gebruikt en die eerder door uw huisarts zijn voorgeschreven? Dan kunt u online uw herhaalrecepten aanvragen. Deze service is alleen mogelijk voor chronische recepten.

Dossier bekijken

Wilt u inzicht in uw medische gegevens hebben? Dan kunt u online uw dossier bekijken vanaf 1 december 2020.

Zelfmetingen sturen

Wilt u bijvoorbeeld uw gewicht, bloeddruk of bloedsuiker waarden doorgeven aan uw zorgverlener? Dan kunt u online uw zelfmetingen bijhouden en versturen.

Als je een account hebt aangemaakt kan je inloggen, maar dat is dan nog een keer extra beveiligd. Eerst moet je een wachtwoord invullen, of je vingerafdruk gebruiken en dan krijg je een Beveiligingscode toegestuurd op je e-mail adres. Daarna ben je binnen.

Als je dan binnen bent kunt je bijvoorbeeld naar je recepten, of in de agenda van de praktijk een afspraak maken. Dat vind ik wel gemakkelijk. Beter dan vanaf 8:00u aan de telefoon hangen en wachten tot je eindelijk aan de beurt bent!

Je kan ook kijken naar de uitslag van je bloedonderzoek, nou ja van alles.

Je kan ditzelfde ook bij de praktijk van dokter De Heer en bij beide apotheken. Die maken ook gebruik van **uwzorgonline**.

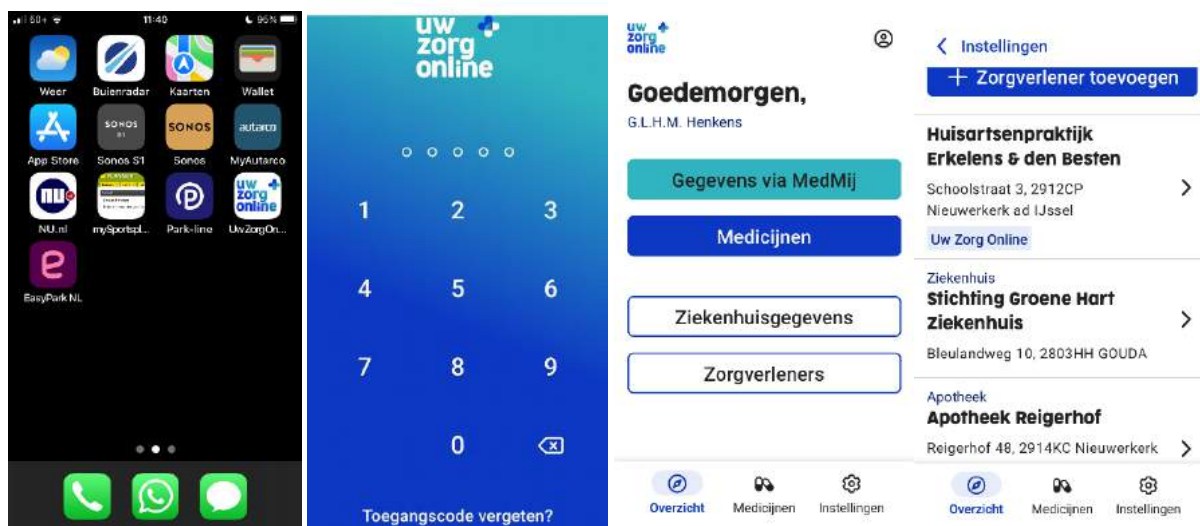
Om te voorkomen dat het allemaal teveel wordt eindig ik hier dit stukje.

Is er nou een moraal aan dit verhaal, vraagt u zich wellicht af?

Nou, dat natuurlijk niet. Maar ik wilde laten zien dat er ontwikkelingen zijn in de digitalisering op terreinen die je niet direct in de gaten hebt. Het is toch een beetje de nieuwe tijd. Het is misschien best een goed idee voorzichtig eens te verkennen hoe dit allemaal werkt. Begin maar eens bij de apotheek waar u altijd naar toegaat. Er zijn er maar 2 en ze zijn beide aangesloten.

Een volgende keer ga ik een stapje dieper. Want er is ook een app van **uwzorgonline**.

Die brengt je snel bij jouw zorgverleners. Hieronder alleen de plaatjes die je dan ziet, volgende keer meer!



Aankondiging Digitale Nalatenschap dinsdag 10 september

In de Nieuwsbrief van juni deden we verslag van de bijeenkomst op 14 mei, toen we 3 specialisten op bezoek hadden die ons hielpen met vragen over computers. Mw. Elja Franken die werkzaam is bij de bibliotheek vroeg bij haar introductie ook aandacht voor de Digitale Nalatenschap.

Dat leek mij wel zo belangrijk dat ik er in die Nieuwsbrief nog wat meer over schreef. Ik sloot toen af met de aankondiging dat we er in het najaar een aparte middag over zouden gaan organiseren.

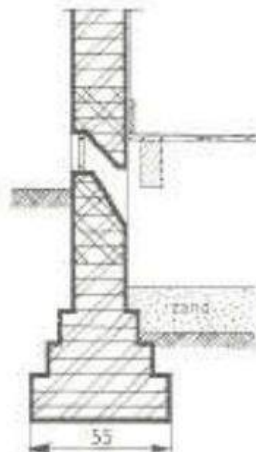
En de datum daarvan is bekend: **dinsdagmiddag 10 september, inloop vanaf 13:30u, start 14:00u.**

U mag een belangstellende die (nog) geen lid is van de KBO, meenemen. De entree is gratis, net als de thee en koffie. **Graag wel aanmelden** om voldoende stoelen klaar te zetten.

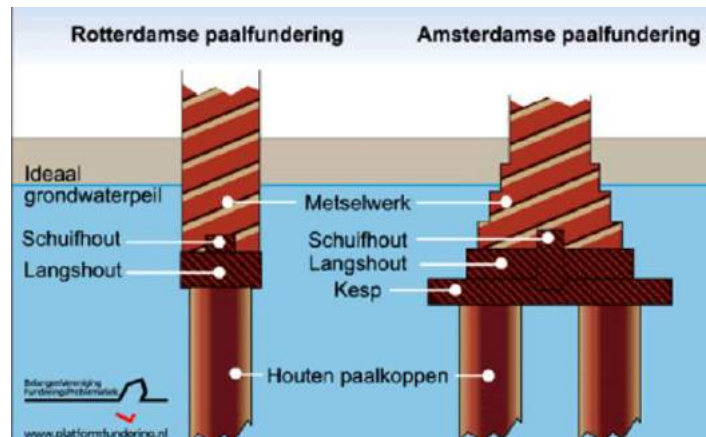
Als u de Nieuwsbrief niet meer heeft en het stuk nog eens wil lezen, ga naar de website van KBO Zuidplas, klik op het woord Nieuws en dan op Nieuwsbrieven en kies het nummer juni 2024.

De laatste tijd is er in de media vrij veel belangstelling voor funderingen of liever de schade die ontstaat door verzakte funderingen. Schade aan een fundering is schade aan het huis en aangezien dat het meest kostbare materiele bezit is wat mensen hebben, is die belangstelling zeer terecht. Makelaars zijn met financiers al bezig met een funderingscertificaat, wat je bij verkoop van je huis moet hebben.

Ik schrijf dit stukje eigenlijk om de KBO'ers in Nieuwerkerk gerust te stellen. Wat u leest geldt eigenlijk niet voor huizen in ons dorp, op een enkele uitzondering na.



fundering op staal



funderingen op palen

Eerst maar een korte uitleg over funderingen.

In Nederland heb je twee soorten funderingen. Een fundering op palen en een fundering op staal. We beginnen met die laatste. Met het materiaal staal heeft het totaal niets te maken, waar deze uitdrukking vandaan komt, heb ik nog nooit kunnen achterhalen. Maar Irene kan beter zoeken en kwam met de uitleg:

De term komt uit het Oudgermaans stal en Oudfrans estal, wat stand, vaste plaats of staan op, rusten op betekent, vergelijk met opstal. Staal betekent eigenlijk, ondergrond, harde bodem.

Een fundering op staal is een ondiepe fundering. Simpel gezegd, je graaft een sleuf van 70 cm diep en dan ga je er een muur in metselen. Die muur is op die diepte wat breder en wordt naar boven trappsgewijze dunner. De sleuf mag niet te ondiep zijn, hij moet dieper zijn dan de vorstgrens, dat is de diepte waarop het water in de grond niet meer bevriest. Verder wil je ook niet dat ongedierte zomaar onder je huis kan komen. Om nu niet zomaar stenen in die sleuf te leggen waarbij de specie tussen de stenen de grond inzakt, werd onderin de sleuf een doek gelegd. Daarvoor gebruikte men vroeger koeienhuiden. Die doen dus niets aan de sterkte van de fundering, maar zorgen ervoor dat het water van de metsel-specie niet de grond inzakt. Als er vroeger plastic beschikbaar was geweest had men zeker plastic in plaats van huiden gebruikt.

Het is duidelijk dat deze manier van funderen goedkoop is en ook eenvoudig. Om die reden zocht men in het verleden altijd plekken uit waar de grond stevig was en ging men aan de slag. In het oosten van ons land kun je zo hele goede funderingen maken. En dat gebeurt nog steeds ook al gaan we niet meer metselen maar storten we betonbalken.

Het nadeel van funderingen op staal is dat het zo dicht aan het oppervlak ligt en daardoor gevoelig is wat het grondwater doet en trillingen door verkeer kun je ook goed in huis voelen.

De zeer natte en droge seizoenen van de laatste jaren hebben veel schade veroorzaakt aan huizen die op staal zijn gefundeerd.

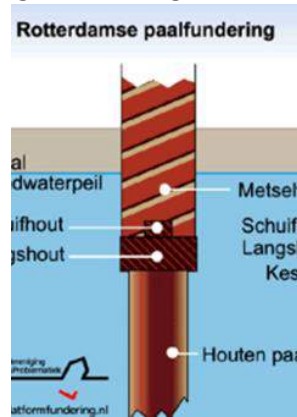
In ons dorp komen funderingen op staal in principe niet voor, uitgezonderd hele lichte gebouwtjes die net na de drooglegging van de polders werden gebouwd. Meestal is de grond zo zacht dat je er niets op kan bouwen. Een fundering met houten palen kennen we in Nederland weliswaar al heel lang, maar het was een ingewikkeld werk en als je het kon vermijden dan deed je dat. De oude boerderij van de familie

Segers aan het einde van de Bermweg had een fundering op staal. De boerderij dateerde uit het eind van de 19^{de} eeuw.

Nieuwerkerk kent eigenlijk twee soorten bodem. Het gedeelte tussen de IJssel en de Ringvaart is nog de oorspronkelijke bodem. Dat is van boven af gezien een laag van 4 meter dik veen waaronder klei en dan komt zand. Achter de Ringvaart, dus dat is in de Alexanderpolder en in de Zuidplaspolder is al dat veen weggegraven en als turf naar Rotterdam gevaren om als brandstof gebruikt te worden. Daar is de bodem dus 4 m lager. Daarom kennen we hier Esse Hoog waar het veen nog steeds de bodem is en Esse Laag waar het veen is afgegraven. In de polder bestaat de bodem uit klei, ongetwijfeld ook nog uit laagjes veen, want het was natuurlijk niet zo dat men eeuwen geleden alle veen precies tot een vast niveau kon weg halen. Veen is niets anders dan plantenresten en water. Als het water eruit is weegt het vrijwel niets. Op veen kun je geen stenen gebouwen maken, dus dan moeten er palen worden geheid.



Figuur 1's-Gravenweg 30



paalfundering met kesp

Mijn oude huis aan 's-Gravenweg 30, werd in 1921 gebouwd en stond op 35 houten palen. Onder elke muur een enkele rij palen steeds ongeveer 1 meter uit elkaar. Om dan een muur te bouwen moet er eerst een dikke plank hout van wel 8cm over de paalkoppen worden gelegd die zo breed was als de muur die je erop wil metselen. Deze planken heten kespen. Bij dit huis was de kesp 22 cm breed en dan begon metselwerk met een dikte van 22 cm tot het maaiveld en dan 16cm, de dikte van een ijsselsteentje. Dit noemt men een Rotterdamse paalfundering. In Amsterdam en omstreken maken ze rijen van 2 palen naast elkaar.

De palen waren ongeveer 10 meter lang. Bouwers wisten natuurlijk al eeuwen dat hout zou rotten als het niet onder water bleef. Dat geldt niet alleen voor de paal, maar vooral voor de kespen op die palen en waarop de muur is gemetseld. Die kespen zijn de eerste onderdelen die droogvallen als het grondwater daalt. Ze knijpen in en dat kan bij een plank met een dikte van 8cm best een 1cm zijn. Dan kan je al scheuren krijgen in de muren.



houten palen met de kesp, vrijgegraven

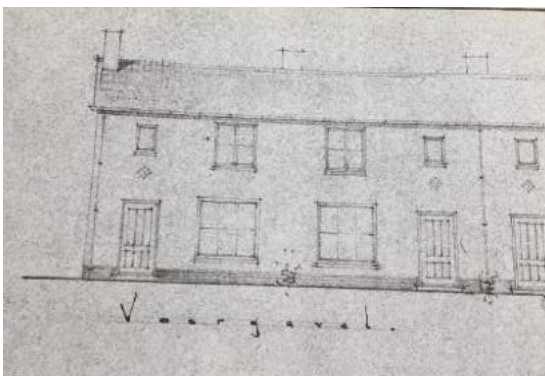


schoolplaat van een fundering met houten palen

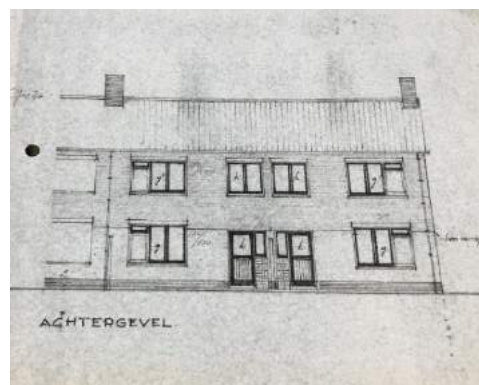
Het maken van een fundering van houten palen was erg lastig, want je moest dat maken in de nattigheid, immers het hout moest wel zeker 20 cm onder het grondwater zitten. Nu kunnen we dat water makkelijk wegmalen maar dat was vroeger veel moeilijker. Bovendien moest er een enorme heistelling worden gebouwd, die ook nog voor elke paal moest worden verplaatst.

Als je de kans kreeg zocht je dus een plekje met stevige grond, een zandrug bv waar je een fundering van staal kon maken en maakte je een huis ook zo licht mogelijk!

Na de oorlog is beton een geliefd bouw materiaal geworden. De brand na het bombardement van Rotterdam in 1940 heeft de binnenstad kunnen verwoesten door al het hout wat in de gebouwen aanwezig was. De gebouwen die nog overeind stonden hadden allemaal een gewapend betonskelet. Palen voor huizen bleven aanvankelijk van hout, want het was niet goed mogelijk dunne betonpalen te maken die niet al tijdens het heien braken. Betonpalen zijn bovendien veel zwaarder dan een houten paal. Wel ging men de houten palen voorzien van een bovenstuk van gewapend beton, de zogenaamde opzetter. Men heide eerst de houten paal een eind in de grond, zette er die betonnen opzetter erop en heide dan verder. Het voordeel was dat het hout van de paal veilig diep in het water stond. Bovendien maakte je dan ook geen houten kesp meer, maar een betonnen kesp, die we nu gewoon een balk noemen. Alle huizen in Dorrestein die na 1955 zijn gebouwd hebben houten palen met een betonnen opzetter en betonbalken. Ik heb dit gezien door de bouwtekeningen van de Verzetstraat, de Middenmolensingel en van het Rietveen te bekijken. Dankzij de opzetter van beton en de betonnen kespen is de fundering van deze huizen uitstekend en ook niet gevoelig voor veranderingen van de grondwaterstanden want het hout zit diep onder water!



1950 Kon. Julianastraat



1957 Verzetstraat

Interessant is dat de huizen van de Kon. Julianestraat in 1950 zijn door de architect waren ontworpen op houten palen met een betonnen opzetter, maar zijn gebouwd op betonpalen van 12 m lang. Dat is kennelijk niet erg goed bevallen, want de architect van deze straat is dezelfde als van de Verzetstraat die hij 5 jaar later tekent en daar is hij weer op houten palen met een betonnen opzetter overgestapt. Ik begrijp dat wel. De betonpalen die hij gebruikte wogen 2000 kg en waren 12 m lang en dus best heel onhandelbare dingen. Dan waren houten paaltjes een stuk eenvoudiger en die heide je ook veel gemakkelijker in de grond.

Na 1970 worden de huizen steeds zwaarder omdat we liever geen houten vloeren meer maken. De begane grondvloer van hout was niet populair in deze omgeving omdat het grondwater al in de kruipruimte staat. Verdiepingsvloeren van hout zijn gehorig, lastig als er een balkon aan moet en brandgevaarlijk. De betonindustrie levert een veelheid van soorten vloeren. Men slaagt er ook in een slanke betonnen heipaal te maken die geschikt is voor woningbouw.

De Dalen in de Zuidplas zijn allemaal gefundeerd op dit soort palen. De schuurtjes en garages hebben palen van 22 cm in het vierkant, de woningen 29 cm in het vierkant. De huizen hebben inmiddels betonnen muren, betonnen vloeren en een houten dak.

Deze huizen hebben dus de beste fundering die je kan hebben!

Merkwaardig genoeg zijn onze huizen niet gevoelig voor de gevolgen van klimaatveranderingen terwijl de huizen met een fundering op staal dat wel zijn. Als het grondwaterpeil wat hoger of lager staat maakt dat niet uit, want door de betonnen opzetters zit het hout diep onder water. Alleen voor een huis wat op houten palen staat met houten kespen is de grondwaterstand wel belangrijk.

En dit terwijl wij in het westen denken dat we op de slechtste grond wonen. Dat laatste is ook zo, het is nat, de grond verzakt, maar daardoor hebben we onze huizen gebouwd op iets wat diep onder het maaiveld in het zand staat.

Het wonen in dit gebied betekent wel dat ons maaiveld altijd aan het zakken is. Zelfs in Rotterdam zakt het maaiveld elk jaar iets van een cm. Als je in de strook tussen de IJssel en de Ringvaart woont en je dus op 4 m veen woont is het pas goed raak. Ik heb gezien hoe een ophoging van een tuin met 1m aarde, een jaar later 50cm was gezakt! Logisch, als je een meter grond op veen gooit.

In de Alexanderpolder en de Zuidplaspolder is dit verschijnsel minder sterk. De 4 m veen is daar groten-deels weg. De bodem bestaat uit klei, wat aanmerkelijk stijver is dan veen, maar ja het is geen zand, dus zakken doet het wel als je het permanent belast. Je kan dat heel mooi zien, door de kuilen die ontstaan onder de wielen van auto's, als de auto elke dag op dezelfde plaats wordt geparkeerd.

Tuinen zakken omdat er bij de bouw van de wijken eerst een dikke laag zand op het maaiveld is gestort. Daarmee probeert een bouwer de grond wat te laten inklinken voordat hij gaat bouwen (dat noemen we voorbelasten) zodat het al is ingeklonken voordat de straten worden aangelegd. Bovendien kun je zonder die laag zand niet goed over het terrein rijden. Het is en blijft een blubberboel. De laag zand zorgt ervoor dat het water na een regenbui lekker naar beneden zakt.

Het grote bezwaar van het ophogen met zand is dat de ondergrond niet ophoudt met zakken en inklinken als de bouw klaar is. Het gaat nog tientallen jaren door en dat weet je als je in de Zuidplas hebt gewoond. De meeste mensen laten hun tuin een keer ophogen. Een slechte oplossing, want dan komt er weer meer belasting op de ondergrond en die gaat weer lekker inklinken, na 5 jaar ben je weer net zo ver. Ophogen met zwaar (maar goedkoop) materiaal is een slechte oplossing dus. Je moet het eigenlijk niet ophogen en alleen op die plaatsen waar het moet (bij de deur) en dan met licht materiaal, zoals piepschuim. Wel duurder, maar dan ben je er wel vanaf!

Sinkholes

Tegenwoordig hoor je wel eens van sinkholes, er is plotseling een heel stuk bestrating ingestort.

Dit is het gevolg van een lekke riolering. Als een riolering stuk is stroomt er grondwater in de buis en die voert het water af. Het water neemt het zand mee waarop de bestrating werd aangelegd. Er ontstaat een holte onder de bestrating die dan zomaar een keer kan instorten.

Als je huis een fundering op staal heeft is dit een ramp als het vlak bij je huis is. Maar voor een huis met een fundering op houten palen is het ook gevaarlijk. De grondwaterstand kan hierdoor plaatselijk langdurig te laag staan en het hout droog zetten.

Als een betonnen opzetter is gebruikt, begint het hout zo diep dat dit geen probleem is en dat is voor alle huizen in ons dorp die na 1950 zijn gebouwd het geval.



Van de Wagnerstraat naar Dianthus

door George Henkens

In het stuk over **praat vandaag over morgen** haalde ik als voorbeeld al even aan, de verhuizing van één van onze leden naar Dianthus. Tijdens de Ontmoetingsmiddag van 20 juni sprak ik Ank Baas, want over haar had ik het, en informeerde hoe dit allemaal in zijn werk was gegaan.

Ank vertelt: 'Een vriendin van mij was bezig om een appartement te zoeken omdat haar huidige huis niet meer geschikt was. Dat zette mij aan het denken. Ik woon al 29 jaar in het huis aan de Wagnerstraat. Ik kwam daar wonen toen ik trouwde met Arie en hij woonde daar al vanaf 1976! Een fijn huis met een grote tuin. Maar het was best groot en eigenlijk leek me een appartement wel wat. Ik ben de Batavierlaan overgestoken en bij de stichting ZO! binnengestapt. Daar hebben ze me geholpen me in te schrijven als woningzoeker. Het huis aan de Wagnerstraat was gehuurd en dan moet je eigenlijk alles weer terug brengen in de staat waarin het huis ooit was. Mijn man had in het huis de badkamer flink verbouwd en beneden lagen overal plavuizen! Maar die lagen er al zo lang dat het was verjaard, zodat ik het zo achter mocht laten, dat was ontzettend fijn. Ik hield de website van Woonbron in de gaten en plots stond daar iets in Dianthus. Maar dat was in Dianthus en dat wilde ik nog niet. Niet veel later kwam één van de aanleunwoningen vrij. Die kon ik krijgen en nu woon ik daar al 3 weken, net boven mevrouw Vis. Ik kan mee doen met alle recreatieve dingen die ze in Dianthus organiseren en dat doe ik ook, maar ik heb wel een eigen voorkeur.

Ik heb veel geluk gehad en ben ontzettend goed geholpen door mijn oude burens, mijn zus en een neef en nicht, want er komt natuurlijk van alles bij kijken, veel dingen die je gewoon niet zelf kunt. Verven, verlichting, oude spullen wegdoen, want ik heb natuurlijk nu veel minder ruimte. De klusdienst van de SAZ heeft de schilderijen opgehangen.

Maar ik heb nog geen moment spijt gehad. Het is ontzettend snel gegaan en ik ben blij!



Toch geen driewieler voor Frans

door George Henkens

Misschien herinnert u zich het wel, 17 november 2022 hadden we bezoek uit Oldenzaal van een bedrijf wat driewielers maakte. Ze hadden er een aantal meegenomen en één van onze leden die erg geïnteresseerd was, was Frans Scholte.

Tijdens de Ontmoetingsdag op 20 juni, stond hij ineens met een nieuwe elektrische fiets voor de kerk. Hij kwam hem speciaal even laten zien. Het is zijn eerste elektrische fiets en geen driewieler!

Hij vertelde: 'Ik zocht naar een fiets waar ik niet mee zou kunnen omvallen. Daarom leek mij een driewieler wel een prima oplossing. Maar toen zei die meneer uit Oldenzaal tegen mij: "op een driewieler moet je als een zoutzak gaan zitten". Nou toen was ik er meteen klaar mee. Fietsen doe ik ook om actief te blijven.' De fiets die Frans nu bezit, heeft een bijzondere mogelijkheid. Je kan het zadel laten zakken of stijgen als je op een knopje op het stuur drukt. Als je dus stil staat, zijn je voeten plat op de grond en kan Frans goed blijven staan. Dan fietst hij weg en als hij wat snelheid heeft, gaat hij even op de trappers staan en drukt op het knopje, het zadel gaat omhoog en dan zit hij precies in de goede houding. Bij zijn oude fiets had hij het zadel laag staan, zodat hij zijn voeten goed op de grond kon zetten, maar dat was niet de goede positie om te fietsen.

De fiets heeft kleine wielen, 20" (inch) terwijl fietsen normaliter 28" hebben. Hierdoor is de fiets veel handelbaarder als je met de fiets aan de hand loopt. Frans heeft een jaar lang elke fietswinkel in de buurt bezocht en ontelbare fietsen geprobeerd. Frans zegt nu: 'Deze is fantastisch! Geen ketting maar een snaar, versnellingen in de naaf en in te stellen vanaf de app.' Hij heeft er ook een helm bij, maar wel met een petje eronder, zodat zijn hoofd niet verbrandt en hij een zonneklep heeft.

Als u ook een nieuwe fiets overweegt en iemand met ervaring wil spreken, zoek Frans maar eens op daar wordt je veel wijzer van!



Wraps, een gerechtje voor een lichte lunch, een high tea of borrelhapje

Hier is een stap-voor-stap leidraad voor het maken van wraps met roomkaas en diverse ingrediënten zoals groenten, zalm of kipfilet. Deze wraps zijn ideale borrelhapjes en kunnen op verschillende manieren bereid worden zoals voor een High Tea of lichte lunch.

door Irene Vasterman

Mise-en-place

Dit wordt in de horeca zo genoemd voor de algemene voorbereiding (*op zijn plaats klaarzetten*)

1. Ingrediënten:

- **Wraps:** Gebruik medium formaat tortilla's of flatbreads
- **Roomkaas:** Kies gewone roomkaas of kruidenroomkaas.
- **Groenten:** Denk aan paprika, komkommer, wortel, sla, rucola, greenpeez, tomaat.
- **Vlees/Vis:** Gerookte zalm, gerookte kipfilet, of gegrilde kipfilet.
- **Kruiden:** Verse kruiden zoals dille, bieslook of basilicum.
- **Overige:** Citroensap, peper, zout. Eventueel ook sesamzaad, pijnboom-pitten, zonnebloempitten



2. Bereiding:

- Groenten: Was en snijd in dunne reepjes of schijfjes.
- Vlees/Vis: Snijd in dunne plakjes of reepjes.



Wraps met kipfilet

1. **Verwarm** de wrap aan beide zijden in een droge pan (1 sec. of 1 min. - zie verpakking)
2. **Smeer:** Bestrijk de wrap met een gelijkmatige laag kruidenroomkaas.
3. **Beleg:** Voeg plakjes gerookte of gegrilde kipfilet toe.
4. **Groenten:** Voeg reepjes komkommer, paprika, rucola en tomaat toe.
5. **Op smaak brengen:** Strooi er wat verse bieslook overheen en breng op smaak met peper en zout.
6. **Oprollen:** Rol de wrap strak op.
7. **Bewaren:** Rol de wrap in gladpack of huishoudfolie.
8. **Snijden:** Snijd de opgerolde wrap (zonde folie!) door de helft voor een lunchgerechtje, in vieren voor een High Tea en in stukjes van 2-3 cm voor borrelhapjes.



Het oprollen van de wraps gaat makkelijker met horeca handschoenen onder meer vanwege een goede grip.



Presentatie

- **Prikkers:** Gebruik cocktailprikkers om de hapjes bij elkaar te houden.
- **Schalen:** Rangschik de wraps mooi op een schaal met een beetje sla en kerstomaatjes ter decoratie.
- **Sausjes:** Een lunchwrap kan geserveerd worden met bijpassende sausjes zoals een dille-yoghurtdip, zoete chilisaus, of guacamole.

Voor de wraps met gerookte **zalm** of wraps met **vegetarische** opties, geldt dezelfde werkwijze met kleine aanpassingen van de ingrediënten en smaakmakers. Voor meer kleur kan een iets dunnere bietentortilla of worteltortilla gebruikt worden.

Deze wraps zijn eenvoudig te maken en perfect voor feestjes of borrels. Ze kunnen ruim van tevoren worden voorbereid en in folie of luchtdichte doos in de koelkast worden bewaard tot ze worden gesneden en geserveerd. Het is dus praktisch om (aan de 'lopende band') achter elkaar alle wraps te maken (zoals ik voor 43 personen voor de High Tea heb gedaan).



Stuurt u een recept in voor de volgende editie van de Nieuwsbrief?

INFORMATIE

website: www.kbozuidplas.nl

Bestuur, ledenadministrateur en medewerkers KBO afdeling Zuidplas

<p><u>Voorzitter:</u> Marcel de Groot Gouwe 27 2911 GA Nieuwerkerk a/d IJssel tel. 0180 - 312939 mobiel: 06-2463 2705 voorzitter@kbozuidplas.nl</p>		<p><u>Penningmeester:</u> Sjaak Zuidwijk Pr. Alexanderlaan 98 2912 AM Nieuwerkerk a/d IJssel mobiel: 06-1418 0264 zuidwi@telfort.nl</p>	
<p><u>Secretaris/ledenadministrateur:</u> George Henkens 's-Gravenweg 30 2911 CG Nieuwerkerk a/d IJssel mobiel: 06-21855804 secretaris@kbozuidplas.nl</p>		<p><u>Evenementen commissie:</u> Irene Vasterman Valkendaal 41 2914 RK Nieuwerkerk a/d IJssel mobiel: 06-13745920 kbo.nieuwerkerk@gmail.com</p>	
<u>HULP BIJ BELASTINGAANGIFTE / ADMINISTRATIE (HUBA)</u>			
<p><u>HUBA</u> Arjo Bleeker Iersestraat 5 2914 TH Nieuwerkerk a/d IJssel mobiel: 06-20005624 arjo@bleekhoog.nl</p>		<p><u>HUBA</u> Rennie Valentijn Dalkruid 5 2914 BD Nieuwerkerk a/d IJssel mobiel: 06-43466100 rennie.valentijn@ziggo.nl</p>	
<p><u>HUBA</u> Fransien van Rijn-Maters Prins Alexanderlaan 87 2912 AK Nieuwerkerk a/d IJssel mobiel: 06-10796733 frarijn@gmail.com</p>		<p><u>HUBA</u> Albert Meijerink Vecht 35 2911 EL Nieuwerkerk a/d IJssel mobiel: 06-22208198 a.meijerink@casema.nl</p>	
<p>Gelieve wijziging van uw gegevens door te geven aan: ledenadministratie@kbozuidplas.nl De volgende Nieuwsbrief met nr. 9 (september) mag u rond 26 augustus 2024 verwachten. Kopij voor die editie s.v.p. inleveren vóór 15 augustus.</p> <p>Verschijningsdata 2024: Oktober – nr. 10 – 30 september November – nr. 11 – 28 oktober Dec/Januari 2025 – nr. 12/1 – 2 december</p> <p>KBO - Ontmoetingsmiddagen – elke 3^e donderdag ook in de zomer, inloop vanaf 13:30 uur, aanvang 14:00 uur en afsluiting om 17:00 uur.</p>		<p>KBO afdeling Zuidplas jaarcontributie 2024 * € 25,= alleenstaand * € 40,= 2 personen op hetzelfde adres Als u een machtiging heeft gegeven, is de contributie voor 2024 rond 27 januari afgeschreven.</p> <p><u>bankrekeningnummer</u> NL76 RABO 0345 2771 71 t.n.v. KBO afdeling Nieuwerkerk aan den IJssel</p> <p>Aanmelden voor activiteiten: per mail: kbo@kbozuidplas.nl of telefonisch bij het bestuur. Redactie Nieuwsbrief – kbo@kbozuidplas.nl George Henkens en Irene Vasterman</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: secretaris@kbozuidplas.nl