

Senioren Contact 6^e jaargang 2023-nr.3 (juni)

Inhoudsopgave	Blz.
Van de bestuurstafel	2
Dagtocht met de bus op 5 juli a.s.	3
Boekbespreking	4
Uitnodiging thema middag CSO-D 8 juni 2023	6
Nieuws van de Mantelzorgcentrale Buurtplein	8
Geldzaken	11
Gedicht Lente	12
Overleg met de wethouder en CSO-D	13
Serieuze Onderwerpen	14
Ledenwerf actie	15
Contact gegevens SVD	16

UW AGENDAPUNT

Stemmen op Rabo Clubsupport is van 6 september tot 26 september 2023 mogelijk !!

NOTEREN EN NIET VERGETEN !!

VAN DE BESTUURSTAFEL

Eindelijk lijkt het voorjaar te beginnen. Tijd voor wandel en fietstochten of gewoon een middag op het terras met een versnapering.

Conform de gemaakte afspraken met onze leden op de jaarvergadering zijn wij in overleg gegaan met de regioverenigingen. De opdracht is om te onderzoeken of een bestuursfusie tot de mogelijkheden behoort. We spreken hier over de verenigingen van de gemeenten Bronkhorst, Oude IJsselstreek, Doesburg en/of Rheden. Na zorgvuldig overleg blijkt er geen draagvlak te zijn, ook niet met twee of meerdere verenigingen. Afstanden zijn te groot, gemeentelijk beleid te verschillend, en belangen behartiging te afwijkend. Wel blijft samenwerking bestaan op het gebied van belastinghulp en tips over mogelijke activiteiten. Wij als bestuur sluiten deze ledenopdracht dus af. Na de zomer zullen wij kijken naar de mogelijkheden voor een bredere samenwerking met de KBO-Doetinchem. Wij werken al samen met deze bond in het CSO-Doetinchem. Even als de andere partners de PCOB en KBO-Wehl. Het vinden van kwalitatief goede personen voor het dagelijks bestuur is het probleem van vele verenigingen.

Tenslotte bereiken mij berichten dat er onder onze leden goede adviezen en kritische opmerkingen zijn over verschillende facetten in onze vereniging. Het is zinvol om deze bij de koffie en aan de borreltafel te bespreken maar tevens het direct delen met het dagelijks bestuur. Dat levert onder de streep meer op.

Ik wens U een prachtige zonnige zomer met veel mooie momenten!

Jan IJsebrands

Voorzitter

DAGTOCHT PER BUS OP WOENSDAG 5 JULI 2023.

Opstapplaats: Parkeerplaats bij **Zwembad Rozengarde.**

Vertrek: 11.00u.

Programma: Bezoek aan een Nederlandse wijngaard. Hier krijgt U een korte presentatie en een lunch aangeboden.

Vervolgens gaan we met de bus naar het historische stadje Xanten. Hier nuttigen we koffie/thee met gebak.

Aansluitend een rondrit met de Express door Xanten.

Na de rondrit kunt U zelf nog een kijkje nemen in bijv. de Sint-Viktordom of even winkelen!

Ter afsluiting van deze gezellige dag vertrekken we om 17.00u per bus naar een Duits restaurant voor een 3 gangen menu.

Terugkomst in Doetinchem uiterlijk 20.00u.

Kosten:

€ 70,- per persoon. Dit bedrag uiterlijk betalen voor **20 juni a.s. op** rekeningnummer: **NL42RABO0328992356** t.n.v. Senioren Vereniging Doetinchem onder vermelding van bustocht.

Er zijn nog enkele plaatsen beschikbaar in de bus!

Voor vragen en inlichtingen bel:

Nelleke IJsebrands

Mail: j.ijsebrands@kpnplanet.nl

Tel: 0314 330411

P.S. Wanneer u gebruik maakt van een rollator, deze dan duidelijk k merken met b.v. uw naam

Boekbespreking van "Aleksandra"

Auteur: Lisa Weeda

Het boek vertelt de geschiedenis van de familie Temnikov. De familie woonde en woont nog steeds deels in Oost Oekraïne. Oorspronkelijk een Don Kozakken familie.

Lisa Weeda is Nederlandse en zij vertelt op verzoek van haar oma, Aleksandra (nog in leven, nu 99 jaar) haar geschiedenis. Aanvankelijk zwijgt Aleksandra over haar verleden en ook de overige familieleden zwijgen. Wanneer in 2015 Kolja, een neef van Aleksandra wordt vermoord, doorbreekt zij het zwijgen.

Het verhaal begint als Lisa in 2018 besluit naar Oekraïne te gaan om de doek van de familie, een geborduurde stamboom, naar het graf van Kolja te brengen. Hier beginnen fictie en werkelijkheid door elkaar te lopen. Wanneer het Lisa is gelukt de grens over te steken en in Loegansk is aangekomen "ontmoet" ze haar overgrootvader Nicolai Temnikov in het Paleis van de verloren Don Kozak. Van hieruit vertelt Nicolai het verhaal van zijn familie en het leven van zijn dochter Aleksandra.

Lisa Weeda is er in geslaagd een uitermate boeiend boek te schrijven. De manier waarop zij haar grootvader het verhaal laat vertellen is heel bijzonder. Wij krijgen een inkijk in het leven van de mensen in Oost Oekraïne gedurende de laatste eeuw. De enorme liefde voor het gebied en de grond, waarop ze wonen. De tradities en cultuur van de Kozakkenfamilies. De oorlogen en onderdrukking die daar plaats hebben gevonden en nog steeds gebeuren. En we kunnen nu een beetje beter begrijpen, waarom de

Oekraïners vechten tot het bittere eind in de huidige oorlog met Rusland.

Enige oplettendheid bij het lezen is geboden. Fictie en non fictie wisselen elkaar af en soms spring je van het ene tijdvak in het andere. Gelukkig kan de stamboom achter in het boek je dan weer helpen. Opmerkelijk is, dat het boek in oktober 2021 is uitgekomen, kort voor de inval van Rusland in Oekraïne.

Wat zijn de belangrijkste thema's:

- Het noodlot van de bevolking in het oosten van Oekraïne gedurende de laatste 100 jaar
- Het gaat over leven en dood en over tegenstellingen in een familie, over goed en kwaad en over rood en zwart, dat staat voor vreugde en verdriet
- Het gaat over het grote zwijgen
- Tenslotte is de vorm waarin het boek gegoten is een bijzonder mooie mix van magisch realisme.

Kortom: een prachtig boek!

Jannie Menderink (Leeskring 2)





Centraal Senioren Overleg - Doetinchem
Platform voor Ouderenorganisaties

UITNODIGING DONDERDAG 8 JUNI 2023

Het bestuur van het CSO-D nodigt u uit op donderdag **8 juni** in de Bongerd, De Bongerd 81,7006 NH te Doetinchem van **14.00 tot 16.00 uur** voor een themamiddag over **WONEN**.

13.30 - 14.00 uur:

Ontvangst met koffie/thee met iets lekkers.

14.00 - 14.45 uur:

Wethouder Ingrid Lambregts gaat graag met u in gesprek over de woonvisie vanuit de gemeente.

Mooi wonen in een gemeente met stadse allure en dorpse gemoedelijkheid.

Dat is het motto van de nieuwe lokale woonvisie van gemeente Doetinchem.

Wethouder Ingrid Lambregts geeft u graag een inleiding op deze woonvisie waarin we ingaan op de belangrijke opgaven waar Doetinchem voor staat. Zo is er in de visie veel aandacht voor onder andere seniorenhuisvesting. Denk aan het toevoegen van passende woningen in de buurt van voorzieningen.

Of aan het verduurzamen en levensloopbestendig maken van bestaande woningen.

De gemiddelde leeftijd van inwoners stijgt en dat betekent dat wonen en zorg steeds nadrukkelijker met elkaar verbonden zijn. Het belang van samenleven, elkaar

ondersteunen en ontmoeting zijn daardoor steeds belangrijkere thema's.

14.40 - 15.00 uur: **PAUZE** met gratis drankje.

15.00 - 15.50 uur: Mevr. Minke Pieters en mevr. Jennifer Bachofner, teamleiders wijk- en woonadvies Sité-woondiensten.

Sité neemt u mee in de ontwikkelingen die er zijn op het gebied van:

- Wonen en Zorg,
- het nieuwe Thuis in de Achterhoek
- Langer Zelfstandig Thuis Wonen."
- Belevingswoning Schöneveld.
- Doorstromingsregeling vanuit de provincie.
- Nieuwe woonruimte verdeling systeem.

Zoals U ziet is het een zeer interessante middag, waar u zeker niet mag ontbreken.

U hoeft zich voor deze middag niet aan te melden en de toegang is **GRATIS**



Nieuws van de Mantelzorgcentrale van Buurtplein

In maart jl. is het nieuwe team van de Mantelzorgcentrale van Buurtplein gestart. Het nieuwe team bestaat uit consulenten Heleen Liedenbaum, Ellis Mecking, en ondergetekende als coördinator van de Mantelzorgcentrale. De Mantelzorgcentrale biedt, zoals de naam al waarschijnlijk doet vermoeden, mantelzorgers in de gemeente Doetinchem ondersteuning en hulp bij mantelzorgvragen. De ondersteuning en hulp kan bestaan uit bieden van een luisterend oor aan mantelzorgers, maar ook uit het geven van informatie en advies over regelingen en zorgaanbod. Daarbij stemmen wij af met onze buurtcoaches als zij betrokken zijn bij de zorgvrager (waar een mantelzorger is, is immers ook een zorgvrager aanwezig). Heleen en Ellis kunnen u, mantelzorger, telefonisch te woord staan, maar u ook thuis of op een van onze wijkcentra ontmoeten. Sinds kort sluiten we aan bij de inloopspreekuren van Buurtplein in de wijkcentra Tirol, de Daele en de Zonneboom. U kunt de inloopspreekuren zonder afspraak bezoeken. Hieronder vindt u de dagen, tijden en adressen van de inloopspreekuren.



Van links naar rechts: Heleen Liedenbaum, Daniëlle van der Meer en Ellis Mecking.

Naast bovengenoemde ondersteuning en hulp, zorgt de Mantelzorgcentrale, namens de gemeente Doetinchem, ook voor het jaarlijkse mantelzorgcompliment. Dit compliment wordt in november van elk jaar uitgereikt, rond de dag/week van de mantelzorger. Bent u mantelzorger en nog niet bij ons bekend? Dan kunt u zich bij de Mantelzorgcentrale laten registreren. U ontvangt dan een telefoontje van een van ons. We vragen naar uw situatie en informeren u over ons aanbod van ondersteuning en hulp. Daarnaast ontvangt u maandelijks onze nieuwsbrief met informatie over ontwikkelingen bij de Mantelzorgcentrale en aankondigingen van thema-avonden en cursussen van onze ketenpartners, bijv. het Trefpunt Alzheimer in Doetinchem.

U ontvangt ook informatie over het mantelzorgcompliment én het daadwerkelijke mantelzorgcompliment.

Tot slot wil ik u attenderen op het Mantelzorgcafé op de eerste vrijdagochtend van de maand bij horecagelegenheid 'Vanouds'. Tussen 10.00 en 11.30 uur bent u als mantelzorger van harte welkom voor een ontmoeting met andere mantelzorgers. Consulenten Heleen en Ellis zijn aanwezig voor het beantwoorden van eventuele vragen. Een kopje koffie of thee is voor rekening van Buurtplein. Adres van 'Vanouds' is Grutstraat 43, 7001 BW Doetinchem.

De Mantelzorgcentrale van Buurtplein is bereikbaar via de mail: mantelzorgcentrale@buurtplein.nl of telefonisch op nummer 0314-654440.

Daniëlle van der Meer,
Coördinator Mantelzorgcentrale

Inloopsprekuren van Buurtplein waarbij een van de consulenten van de Mantelzorgcentrale aanwezig is:

- Dinsdag van 16.00-17.30 uur in de Zonneboom, Zonneplein 4 in Doetinchem (Oosseld/de Vijverberg)
- Woensdag van 10.00-12.00 in Tirol, Tirol 77 in Doetinchem (Dichteren)
- Woensdag van 17.00-19.00 uur in de Daele, Stevinlaan 9 in Doetinchem (Overstegen)

GELDZAKEN

Veilig omgaan met bank e-mail.

Ontvang je een e-mail van een "bank"? Let dan op onderstaande punten.

- Uw bank vraagt **nooit** om vanuit een e-mail direct in te loggen.
- Uw bank vraagt **nooit** om beveiligingscodes.
Beveiligingscodes zijn pincodes of inlogcodes. Geef deze codes nooit door aan anderen.

Vertrouw je een e-mail niet? Stuur deze dan door naar uw bank en verwijder de e-mail hierna direct.

Uw betaalpas en pincode.

- Komt de betaalpas na de transactie niet uit de geldautomaat? Neem dan direct contact op met uw bank.
- Breek de transactie direct af wanneer u de situatie of omgeving niet vertrouwt.
- Laat u door niemand afleiden voor, tijdens en na het gebruik van de betaalpas en pincode.
- Let op voor "behulpzame mensen" die u willen helpen. Zij kunnen uit zijn op uw betaalpas en pincode.
- Zorg dat anderen niet mee kunnen kijken als u de pincode intoetst bij een geld- of betaalautomaat.

Lente 2023.

*Spontaan, onverwacht, springt de donkere aarde open.
Gekruide grond en plantengroei doen op nieuw leven hopen.
Alsof een barende moeder op haar laatste weeën wacht
en zich vol overgave geeft aan haar laatste kracht.*

*'t Zand, de klei, het veen, 't water, alles trilt en beeft
door de ontembaar, grote kracht die in de aarde leeft.
Een houthakker, die met een bijl de stam in tweeën splitst
en daarmee nieuwe energie opwekt, voor korte tijd.*

*De poriën van de natuur staan wagenwijd geopend.
Verlangend wachtend, op een nieuwe flora en fauna hopen.
Mussen pikken tijpend van het prille groen, voluit
en meeuwen maken buitelend een stereo-geluid.*

*De hemel en de aarde lachen, juichen allebei.
Koeien dansen vrijheidsvreugde in de malse wei.
Nieuw jaargetij van vruchtbaarheid en groei, zo ongekend!
Strakblauw en stralend is de lucht. Oogstrelend is de lente !.*

Sytze van Koningsveld.

OVERLEG Wethouder en CSO-D

Zoals U weet overlegt het CSO-Doetinchem 4 x per jaar met de wethouder(s). In het laatste overleg zijn onderstaande punten besproken:

- Scootmobiel training/vaardigheden
- Sociale Raad stand van zaken en positie ouderen
- Themamiddag cybercrime in oktober
- Stemplokaal op de Hoop
- Contant betalen in Doetinchem
- Hitteplan 2023
- Mantelzorgwaardering 2023
- Documenten aanvragen bij Gemeente zonder Digid.

Wilt U toelichting op bovengenoemde punten of zelf iets op de agenda plaatsen neem dan even contact met mij op.

Jan IJsebrands (voorzitter)

Tel: 0314-330411



“Serieuze” onderwerpen

Voor betere vertering drink ik bier.

Bij verminderde eetlust drink ik witte wijn.

Bij lage bloeddruk drink ik rode wijn.

Als ik te hoge bloeddruk heb, drink ik whisky.

En als ik verkouden ben. drink ik jenever.

Wanneer ik water drink ?

Zo ziek ben ik nog nooit geweest !



NIEUWE LEDEN

Uiteraard willen wij als vereniging verder groeien! Daarom hebben we een permanente ledenwerf actie.

Voor ieder nieuw lid dat U aanbrengt, ontvangt U een VVV-cadeaubon van €10,- . Als de betaling van het nieuwe lid op de bankrekening van onze vereniging is bijgeschreven, wordt de attentie bij U thuis bezorgd!

Schouders er onder! Samen worden we sterker!



WE WANT YOU!

SENIOREN CONTACT

Mocht U klachten hebben over de bezorging van het Senioren Contact neem dan contact op met de ledenadministratie.

Het volgende nummer verschijnt rond 1 september 2023

Copy inleveren voor 20 augustus 2023

Contacten Senioren Vereniging Doetinchem

- KVK 65208463
- postadres: Bonifaciusstraat 10, 7009 MP Doetinchem
- info@seniorenverenigingdoetinchem.nl
- www.seniorenverenigingdoetinchem.nl
- Twitter: @ SenvDoet
- bankrekening : NL 42 RABO 0328 9923 56
- jaarcontributie € 30,00, partner € 15,00

Voorzitter: Jan IJsebrands,
tel. 0314-330411: j.ijsebrands@kpnplanet.nl

Secretaris: Leo Schipperheijn,
tel. 06-44456577: leo.schipperheijn@me.com

Penningmeester: Henk Messink,
tel. 06-53147914: melam@planet.nl

Ledenadministratie: Henk Messink,
tel. 06-53147914: ledenadministratie@seniorenverenigingdoetinchem.nl

Ouderenadviseur: Berry Gerritsen,
tel. 0314-324840: a.gerritsen20@kpnplanet.nl

Coördinatie belasting invul hulpen: Peter Smit,
tel. 0314- 327634: pwsmit1@gmail.com

Coördinatie lief en leed: Hetty Messink
tel. 0314-683964 of : 06-41653525

Coördinatie activiteiten: Nelleke IJsebrands
tel. 0314-330411: j.ijsebrands@kpnplanet.nl

Coördinatie kegelclub: Ardie Wenneker
tel. 06-36299186: ardiewenneker@gmail.com

Coördinatie fietsclub: Berry Gerritsen,
tel. 0314-324840: a.gerritsen20@kpnplanet.nl

Coördinatie leesclub: Trudi van Koningsveld
tel. 0314-391215: lierk38@gmail.com

Redactie: Carin Magielse: redactie@seniorenverenigingdoetinchem.nl