



April 2017, 30e jaargang, nummer 87

Monnickendam

Stichting Gecoördineerd Ouderenwerk Monnickendam

Katwoude

**De wijkverpleegkundige informeert
Seniorenvierdaagse
Vakantieweek Putten**





Impressie van de
Seniorenvriedaagse



Inhoud	
voorwoord	3
vanuit het bestuur	4
de wijkverpleegkundige informeert.....	5
literatuur plus	6
ouderen en gezondheid	8
vroeger en nu	9
verenigde naties uitgangspunten	10
koningsdag en 5 mei	11
financiële uitbuiting is een ernstige vorm van ouderenmishandeling	12
seniorenvriedaagse	14
nieuwe muziekmappen	14
inschrijfformulier seniorenvriedaagse	15
puzzel	16
creatief	17
vakantieweek 2017	18
inschrijfformulier vakantieweek 2017	19
servicepagina	20
gedicht	22

Foto op de voorkant: Geertrui Sermon



Voorwoord

Na een sombere kwakkelwinter is het nu voorjaar en dus ook weer langer licht. Heerlijk!

Het was wel een klus om alle bladeren en andere ongewenste dingen uit de tuin op te ruimen en de hortensia's weer toonbaar te maken, maar nu kunnen we lekker in het zonnetje zitten en genieten van zingende vogels.

De bloembollen staan in bloei en de viooltjes staan in potten mooi te wezen.

Als ik dit schrijf is een paartje pimpelmezen druk bezig het nestkastje te inspecteren.

In dit blad leest u wat er zoal staat te gebeuren. Onder anderen informatie over de feestmiddagen op Koningsdag en 5 mei, de Seniorenvriedaagse, de jaarlijkse vakantieweek.

Ook is er een artikel over financiële uitbuiting. U ziet het, genoeg om er even voor te gaan zitten.

Ik hoop dat de spreuk van de decemberpuzzel niet altijd opgaat, want de oplossing van de puzzel is: Groene Kerst, witte Pasen.

Na loting is de winnaar H. Lof uit de Graaf Willemlaan. Hartelijk gefeliciteerd. De bloemen komen naar u toe.

Dina de Vries



De oplossing van de december-puzzel is:

Groen Kerst, witte Pasen



Winnaar (na loting):

H. Lof, Graaf Willemlaan

Gefeliciteerd!

Vanuit het bestuur

Van meerdere kanten werd verteld dat het een strenge winter zou worden. Goed, het was wel een bepaalde periode onder nul graden, maar om te spreken van een strenge winter? Ik vind van niet, maar ben wel blij dat de winterperiode achter ons ligt en de lente zich heeft aangediend. Nu kunnen we naar buiten en “zuurstof happen”. Gelukkig kunnen de meeste mensen naar buiten. Dat is goed voor lichaam en geest.

Ik lees dat veel mensen zich eenzaam voelen. Dat geldt zowel voor ouderen als voor jongeren. Eenzaamheid is niet simpel op te lossen, maar als je wilt proberen er iets tegen te doen dan zal het regelmatig naar buiten gaan beter helpen dan binnen blijven. De kans dat je buiten iemand spreekt is nu eenmaal groter dan dat je thuis blijft. Buiten kun je misschien een praatje maken met burens of raak je in de supermarkt met iemand in gesprek.



Je kunt meedoen aan activiteiten, maar ook gaan kijken naar activiteiten waar anderen

mee bezig zijn. Een paar voorbeelden die u in de streekbladen kunt tegenkomen: bezoek aan museum De Speeltoren, lezingen van de Vereniging Oud Monnickendam, een meezingmiddag in Swaensborch, Open Eettafel in De Bolder, de Korendag, de Gouwezeemarkten, het Jan Haring Weekend, de Monnickendammer Visdagen en de Open Monumentendag.

De activiteiten van de SGOM vindt u verderop in dit blad. Ik denk aan Koningsdag 27 april waarop de SGOM een Feestmiddag organiseert voor ouderen in het atrium van Swaensborch met een optreden van ons eigen Zuiderzeekoor. Op 5 mei (Bevrijdingsdag) organiseert de SGOM in samenwerking met Eveen Swaensborch een gezellige middag in Swaensborch. Elders in dit blad en in Prettig Weekend kunt u lezen hoe u zich voor deze feestmiddagen kunt opgeven.

In de zomerperiode wordt weer de Seniorenvierdaagse gehouden. Dan wordt er in een rustig tempo 1,5 uur (3 km) gelopen, niet alleen in Monnickendam, maar ook in enkele andere kernen van Waterland. Ook mensen met een rollator en rolstoelgebruikers kunnen hieraan deelnemen. Dat is dan echt “zuurstof happen”.

In augustus wordt de vakantie week voor ouderen gehouden. Een goede gelegenheid om anderen te ontmoeten. Er is begeleiding door vrijwilligers van de SGOM.

Ik wens u een fijne lente en zomer toe met veel mooi weer om naar buiten te gaan!

Wim van Luipen
Voorzitter SGOM

De wijkverpleegkundige informeert...

De veranderingen in de zorg zijn een hot item geweest de afgelopen tijd bij veel informatie bijeenkomsten en natuurlijk in de media hebben we er ook veel over gehoord. Opnames in een verzorgingshuis hebben strengere eisen gekregen, thuiszorg wordt vaker maar ook op een andere manier ingezet en men blijft langer thuis wonen. Nu het nieuwe er een beetje van af is, zien we gelukkig dat de wens van de mensen om zo lang mogelijk thuis te blijven wonen sterker is dan de plicht vanuit de overheid om dit te doen. Het is goed om te zien dat dit synchroon loopt en we met ons werk dus deze wens kunnen ondersteunen. Om dit te bereiken heeft de wijkverpleegkundige de afgelopen jaren ook veel aandacht gelegd op het preventief informeren. Er is al langere tijd een vaste informatie rubriek in het Prettig Weekend, er is een Facebook pagina Zorg voor Waterland waar allerlei informatie valt te behalen, er wordt veel samen gewerkt met organisaties uit de sectoren Wonen en Welzijn en ook zelf organiseren de wijkverpleegkundigen met enige regelmaat informatie bijeenkomsten, klein en groot. Zo zijn zij afgelopen jaar de bibliotheken langs geweest in Ilpendam, Broek



in Waterland, Marken en Monnickendam om o.a. samen met een WMO consulente te vertellen over waar men welke zorg kan aanvragen. Dit jaar staan er voor de wijkverpleegkundigen van Waterland weer twee informatie rondes op de planning langs dezelfde bibliotheken – tijdens de eerste ronde willen zij u gaan informeren over (beginnende) dementie! Hoe herken ik het? En wat kan ik dan doen? Dus zowel voor u zelf als wel voor de partner of familie leden die hiermee te maken kunnen krijgen. Waar een wijkverpleegkundige vaak het gesprek begint met iemand die zegt “O maar daar heb ik in mijn omgeving geen ervaring mee hoor” – sluiten zij een gesprek toch vaak af met “Ik ga toch voor ... eens kijken of wat vroegtijdige ondersteuning gewenst is”. Bij deze willen wij u dus ook van harte uitnodigen om ook langs te komen op een van de onderstaande informatie bijeenkomsten – wie weet herkent u een van de signalen?

Uiteraard staat de koffie, thee en gebak wederom klaar op:

Woensdag 26 april – van 15.00 tot 16.00 uur – bibliotheek Broek in Waterland
Maandag 1 mei – van 11.00 tot 12.00 uur – bibliotheek Monnickendam



Literatuur plus

Roman en Film

Met film ben ik niet of nauwelijks grootgekomen, met lezen des te meer. Door te lezen zag ik de wereld. Op film keek ik een beetje neer, totdat ik als twintiger de zogeheten arthouse films ontdekte. Dat waren de films van Bergman, Visconti, Fellini, Bertolucci en vooral niet te vergeten de als Nouvelle Vague bekend geworden Franse films van Godard, Lelouch, Truffaut, Bresson. En nog steeds is het zo dat ik op hun films geïnspireerde films hoog waardeer.

Heel veel films zijn gebaseerd op romans. Het is niet zo moeilijk om een lijstje samen te stellen van vrij recent verfilmde Nederlandse romans: “De gelukkige huisvrouw” naar een roman van Heleen van Royen; “Komt een vrouw bij de dokter” van Kluun; “Tonio” van A.F.Th. Van der Heijden; “Publieke Werken” van Thomas Rosenboom; “De held” van Jessica Durlacher en “De helleveeg” van A.F.Th. van der Heijden. Bij mijn weten zijn al deze romans en gelijknamige films (DVD’s) nog steeds verkrijgbaar of te leen in een goed geoutilleerde bibliotheek...

Vergelijking

Bij wie zowel de roman als de film kent, komt vaak genoeg de vraag op wat hij/zij beter vindt: de roman of de verfilming... Het is de vraag naar een waardeoordeel. En vergelijkende waardeoordelen zijn meestal nogal subjectief, zeker als twee op zichzelf

staande artistieke genres als roman en film met elkaar vergeleken worden. De roman is taal en roept in de beleving van de lezer een vloed aan beelden op; de film tóont beelden en het gebruik van taal staat in dienst van het beeld.

Beelden projecteren op het filmdoek of beelden oproepen in een roman zijn dus op zichzelf staande kunstvormen die zelfstandig kunnen worden ervaren en beoordeeld. Wie ze toch met elkaar vergelijkt, de roman beter dan de film of omgekeerd, vergelijkt de ene subjectieve beleving met de andere. In mijn geval was het zo dat wanneer ik voor een verfilmde roman naar de bioscoop ging, de vrijwel altijd eerder gelezen roman beter vond dan de film. Totdat ik doorkreeg dat boek en verfilming ook zelfstandig gewaardeerd konden worden. Het moment waarop voor mij dat kwartje viel, herinner ik mij nog heel goed.

Zelfstandige kunstvormen

Ik zag in 1970 van Bernardo Bertolucci (1940) de film “Il conformista” (De conformist) en was meteen verkocht: een overweldigend beeld van het Italiaanse fascisme onder Mussolini, getóond in maar een paar karakters. Wat ik op dat moment niet wist, was dat de film naar de gelijknamige roman uit 1951 van Alberto Moravia (1907-1990) was gemaakt. Ik las Moravia’s roman in 1973. Vergelijking van de roman met de film bracht mij tot het inzicht dat zowel de roman als de film, juist dankzij de verschillen en niet zozeer vanwege de overeenkomsten, zelfstandige en overtuigende kunstvormen waren en zijn.

Overigens neemt deze bevinding (roman en verfilming als zelfstandige kunstvormen) bij mij niet de opvatting weg dat wie voor



de keuze staat (welke van de twee is beter) subjectief kiest en dat de keuze berust op de mate van eigen ervaring als lezer en filmkijker. Zo gaat dat met alle kunstvormen: wie er veel aan doet, vergelijkt ook veel en bouwt er een visie op die weliswaar persoonlijk blijft, maar ook de mogelijkheid biedt overeenkomsten en verschillen aan te geven die de keuze aannemelijker kunnen maken.

Kunst en leven

Deze keuzes lopen ook parallel met onze levenservaring. Kunst is een spel maar nooit vrijblijvend. Ze dringt ons leven binnen, maar het leven evenzeer in dat van de kunst. Ze voeden elkaar en ze voeden elkaar op tot wat iemand wordt.

“Tonio” is de roman van A.F.Th. van der Heijden over zijn dodelijk verongelukte zoon, maar is ook in al zijn tragiek uit het leven gegrepen. De moeder van Tonio heeft tot op de dag van vandaag de roman niet willen lezen. Maar de film heeft zij wel gezien. Die bleef kennelijk voor haar op

draaglijker afstand: meer een beeld van buiten haar op haar af komend dan het uiterst gedetailleerd geschreven verhaal.

Ik moet er natuurlijk naar gissen, maar vermoed dat zij de impact van het verbeeldende woord, waar haar echtgenoot een grootmeester in is, ervaart als te dichtbij, welhaast samenvallend met de gebeurtenis zelf en de daaropvolgende ondraaglijke rouw.

De verfilming van “Tonio” heb ik niet gezien. Ik heb er geen sterke behoefte aan. Vrees ik een betere film dan de roman? Ik kan het me haast niet voorstellen.

“Publieke Werken” van Thomas Rosenboom is een grootse historische roman, geënt op de bouw van het Victoria Hotel eind negentiende eeuw, nu gelegen tegenover het Centraal Station van Amsterdam. De roman is in een even groots en nagebouwd décor verfilmd, schitterend gespeeld door de beste acteurs maar toch, toch, zou desgevraagd mijn eerste keuze de roman zijn...

Is dit subjectief of algemener? Beide voor mij, denk ik: persoonlijk is lezen als een eerste liefde die je niet vergeet, algemener is als wie nu 65 is of ouder in een taalcultuur en bijna niet in een filmische beeldcultuur is opgevoed en schoolgegaan. De wereld was een gesproken en gelezen wereld: radiodistributie en plaatselijke krant! Leren was schrijven en lezen. En ook rekenen was een vorm van lezen. Studeren was met je neus in de boeken zitten. Die wereld lijkt heden een halve slag gedraaid: geen woorden maar beelden?

Wim Huijskens

Ouderen en gezondheid



Te snel dotteren

Mensen met 'etalagebenen' gaan te snel voor een dotterbehandeling naar het ziekenhuis. Dat kost onnodig geld en biedt vaak enkel tijdelijk soelaas.

Jaarlijks verwijden vaatchirurgen en radiologen deze bloedvaten met een dotterbehandeling bij rond de 6000 patiënten. Maar bij het gros van deze mensen is intensieve looptherapie minstens zo effectief, blijkt uit onderzoek waarop Lindy Gommans, arts-onderzoeker van het Eindhovense Catharina Ziekenhuis, promoveerde.

Deze looptherapie bij de fysiotherapeut is met gemiddeld zes keer zo goedkoop als de dotterbehandeling, en pakt de oorzaak van het probleem aan. "Wie zich alleen laat dotteren, zonder zijn leefstijl te veranderen, loopt bovendien grote kans op een vernauwing op een andere plek, en dus een nieuwe ingreep.", aldus Gommans.

Bron: Dokter Media/Trouw

Onderzoek naar ouderenzorg

Zeventien zorgorganisaties beginnen zaterdag met een groot landelijk onderzoek naar problemen in de ouderenzorg. Het doel is om de problemen van kwetsbare ouderen die nog thuis wonen in kaart te brengen, zodat geld op de juiste plaats kan worden ingezet. Het gezamenlijke onderzoek wordt uitgevoerd door onder meer Patiëntenfederatie Nederland, de Landelijke

Huisartsenvereniging, Alzheimer Nederland, de vereniging van Nederlandse ziekenhuizen en mantelzorgvereniging Mezzo.
Bron: De Telegraaf

Slaaptekort

Bijna de helft (45 procent) van de westerse wereld kampt met slaaptekort. Dikwijls het gevolg van slaapstoornissen of langdurige blootstelling aan het blauwe schijnsel van smartphones of tablets. „We moeten goed beseffen: wij mensen zijn geen robots, wij zijn gevoelig biologisch weefsel waaraan een grens is van wat het aankan...” Neuroloog en 'somnoloog' (= slaapdeskundige) Hans Hamburger, oprichter van het Amsterdam Slaapcentrum, ziet dagelijks de negatieve effecten van het vaak dwangmatige gebruik van mobiele telefoons, tablets, computergames en smartwatches. Patiënten, vaak jong nog, met gezondheidsklachten die dikwijls zijn terug te voeren op een ontspoord slaappatroon; ze lopen af en aan bij de slaapkliniek

Bron: De Telegraaf

Kust beste plek voor hooikoortspatiënten

Het pollenseizoen is begonnen en dat betekent voor hooikoortspatiënten tranende ogen, een loopneus en veelvuldig niezen. Vooral op warme dagen met veel zon bevinden zich extra veel pollen in de lucht. Bioloog Maurice Martens heeft een tip voor hooikoortspatiënten die toch graag van de zon willen genieten. "De Nederlandse kust is een goede plek om naartoe te gaan, want we hebben hier vaak wind die over zee komt. Omdat deze lucht redelijk schoon is, kun je er goed toeven", aldus Martens.

Bron: nu.nl



Vroeger en nu

Rini de Weijze



Ik ben in de Hongerwinter van 1945 geboren in het voormalige Oude Mannenhuis in Kerkstraat 33. Mijn ouders waren daar vader en moeder of zoals dat nu heet beheerders. Er stonden veel bouwvallige en onbewoonbare woningen in Monnickendam en de straten stonden vaak vol met rook van de rokerijen. De vreemdelingenboot (zoals wij dat noemden) uit Amsterdam maakte een stop bij de Grote Kerk. Hier stapten de toeristen uit om met een gids door de straatjes te lopen naar de haven waar het verder ging naar Marken. Tijdens één van deze wandelingen was een rijke Amerikaan aanwezig die na het horen van het verhaal over het onderduiken van de Joden en de hulp daarbij van de familie Hordijk deze toen heeft uitgenodigd om in Amerika te komen wonen. Achter de grote kerk voetbalden we samen en schaatsen deden we op de Binnendijk. Later als het ijs dik genoeg was gingen we naar het Hol. De middelbare school doorliep ik in Amsterdam Noord en ben bij de PTT aan de Bremstraat in Noord als loketambtenaar gaan werken. Mijn vader werkte toen bij de PTT in Volendam en later in Monnickendam. In 1964 ging ik in militaire dienst en toen ik daar uit kwam ging ik bij het hoofdkantoor van de PTT in

Amsterdam werken. Toen mijn vader verongelukte vroeg de PTT aan mij of ik in Monnickendam zijn plaats wilde overnemen. Dat heb ik enkele jaren gedaan. Vervolgens ben ik naar de Boerenleenbank in Noord gegaan. Daarna tot mijn pensioen bij de Rabobank in Monnickendam. Mijn vrouw Gré ontmoette ik 1968 in Parijs. Ik was op weg met de bus naar de Olympische winterspelen in Grenoble. Tijdens een tussenstop in Parijs zat ik in een cafeetje en wilde graag de beroemde metro zien. Een leuke dame uit Venhuizen wilde wel met mij mee en is nu al 47 jaar mijn vrouw. Samen hebben we dezelfde interesse in sport en reizen naar verre landen. We verloofden ons in Inzell en zijn in hetzelfde jaar getrouwd. In 2010 hebben we de zijderoute gedaan via Syrië naar China. Dat was fantastisch. We hebben samen heel veel verre landen bezocht. We zijn verder lange afstand wandelfans en hebben het Pieterpad gelopen en doen nu het Westerborkpad. Ook de Facebookpagina "Je bent Monnickendammer als" vind ik leuk en zet er vaak foto's op. Verder zit ik in het museum als gastheer, ben stadsgids, gastheer in de Grote Kerk ben betrokken bij Praathuis De Steg en doe nog veel meer. Ik praat graag over Monnickendam. Een aparte hobby van mij is satelliet. Op mijn zolderkamer heb ik veel apparatuur staan waarmee ik naar satellietbeelden zoek die door auto's met schotels op het dak vanuit de hele wereld worden uitgezonden. Ik maak live rampen en oorlogen mee. Ook maak ik raketlancerings live mee. Wij wonen in een fijne buurt met hele fijne burens. Ik ben blij dat ik 72 ben geworden en nog samen met mijn vrouw veel reis en plezier heb.

Verenigde Naties Uitgangspunten



Onafhankelijkheid

1. Ouderen moeten kunnen beschikken over voeding, water onderdak, kleding en gezondheidszorg
2. Ouderen moeten de mogelijkheid hebben om te werken of toegang te hebben tot andere inkomensvergrotende mogelijkheden.
3. Ouderen moeten invloed kunnen hebben op de gang van zaken rond hun pensionering.
4. Ouderen moeten toegang hebben tot passende educatie en opleidingsmogelijkheden.
5. Ouderen moeten kunnen loeven in een omgeving die veilig is en aan te passen aan persoonlijke voorkeuren en verminderde capaciteiten.
6. Ouderen moeten zo lang mogelijk thuis kunnen blijven wonen.

Deelname

7. Ouderen moeten geïntegreerd blijven in de maatschappij; actief deelnemen in de formulering en invulling van het beleid dat direct te maken heeft met hun welzijn; hun kennis en vaardigheden kunnen delen met de jongere generaties.
8. Ouderen moeten ouderenbewegingen en ouderenverenigingen kunnen vormen.

Zorg

9. Ouderen moeten kunnen profiteren van familie en gemeenschapzorg en bescherming in overeenstemming met elk maatschappelijk systeem van culturele waarden.
10. Ouderen moeten toegang hebben tot de gezondheidszorg om hen te helpen hun optimale fysieke en mentale staat en emotioneel welzijn te behouden of terug te winnen en aanvallen van ziekte te voorkomen of te vertragen.
11. Ouderen moeten toegang hebben tot sociale en juridische diensten om hun autonomie, bescherming en zorg te versterken.
12. Ouderen moeten gebruik maken van institutionele zorg kunnen die bescherming rehabilitatie en sociale en mentale stimulatie in een menselijke en onzekere omgeving biedt.
13. Ouderen moeten kunnen genieten van de mensenrechten en fundamentele vrijheden tijdens elke vorm van onderdak, zorg of behandelingsvoorziening, inclusief volledig respect voor hun waardigheid, geloof, behoeften en privacy en van het recht om beslissingen te nemen over hun zorg en de kwaliteit van hun leven.

Zelfontplooiing

14. Ouderen moeten de mogelijkheden voor volledige ontwikkeling van hun kennis kunnen voortzetten.
15. Ouderen moeten toegang hebben tot de educatieve, culturele, spirituele en recreatieve bronnen van de maatschappij.

Waardigheid

16. Ouderen moeten waardig en in veiligheid kunnen leven en bewaard blijven van fysiek of mentaal misbruik.
17. Ouderen moeten eerlijk behandeld worden, ongeacht leeftijd, ras, etnische achtergrond, bekwaamheden en economische bijdragen.

Bron: 1996, Verenigde Naties, het Internationaal Jaar van de Ouderen, Nationaal Comité Dag van de Ouderen

Koningsdag en 5 mei

Zoals elk jaar verzorgt de SGOM ook weer feestmiddag met bingo en broodmaaltijd
De koningsmiddag is op 27 april in Swaensborch.

De kosten voor deze middag zijn € 6.-inclusief koffie/thee, een drankje, een bingokaart en de broodmaaltijd.

Mochten er nog kaarten zijn, dan zijn ze te koop bij:

**Nimo Boek Kerkstraat 53
Receptie van Swaensborch.**

Wilt u opgehaald worden dan kunt u contact opnemen met mevr.

Ton Louwers, tel: 653396.



Op **5 mei** is er een feestmiddag met een muzikaal optreden in Swaensborch. De kosten hiervoor zijn € 4,- inclusief koffie/thee en een drankje. Voor kaartverkoop kunt u terecht op bovenstaande adressen. Ook voor deze middag kunt u, als het nodig is, opgehaald worden.

Nieuwe muziekmappen

De muziekmappen van het Zuiderzeekoor waren hard aan vervanging toe en daarom stuurde de heer de Bruijn van het Zuiderzeekoor via de actie Wensboom een wens in bij de Rabobank voor nieuwe muziekmappen. En die wens is gehonoreerd!

Er werd een bedrag van € 344,75 overgemaakt en daar zijn bij Nimo Boek mooie nieuwe muziekmappen voor gekocht. Het Zuiderzeekoor is hier heel blij mee en kan nu weer jaren voort.

Financiële uitbuiting is een ernstige vorm van ouderenmishandeling

Steeds meer ouderen worden het slachtoffer van financiële uitbuiting. De daders komen vaak uit eigen kring en kunnen daardoor soms jarenlang ongestoord hun gang gaan. Als het aan de Stichting Samen Veilig Ouder Worden (SVOW) ligt, komt daar snel een einde aan.

Het waren maar een paar regeltjes in de krant. ‘120.000 euro gestolen van bejaarde vrouw’, stond erboven. Maar ook achter kleine berichten kunnen grote drama’s schuilgaan. Jarenlang had een bejaarde inwonster van Ridderkerk alle vertrouwen gehad in een vrouw die wekelijks bij haar op bezoek kwam. Gezellig, kopje koffie erbij. Niets aan de hand, zo leek het. Totdat de oude dame begin 2015 overleed. Want toen kwamen de werkelijke bedoelingen van de mantelzorgster aan het licht. De 42-jarige vrouw uit Barendrecht bleek samen met haar 57-jarige partner in totaal 120.000 euro van het slachtoffer achterover te hebben gedrukt. Bij de arrestatie van het duo in januari dit jaar, legde de politie beslag op een woning, drie auto’s, sieraden, geld en een motorfiets.

Familie en verzorgenden

Voor Thérèse van de Velden, directeur van de in 2015 opgerichte stichting Samen Veilig Ouder Worden (SVOW), klinken dergelijke verhalen maar al te bekend in de oren. Niet voor niets probeert de oud-rechercheur met haar Stichting zoveel mogelijk ouderen te bereiken en hen voor financiële uitbuiting door familie of verzorgers te behoeden. “Het komt zeker zo’n 30.000 keer per jaar voor” weet Van der Velden. “Daarbij kan het gaan om diefstal van waardevolle spullen zoals sieraden, kunst, antiek of geld. Maar ook om het gedwongen wijzigen van het testament, een extra hypotheekopname of het misbruiken van de bankrekening.”

Topje van de ijsberg

Volgens Van der Velden kon het aantal van 30.000 nog wel eens het topje van de ijsberg

zijn. “We weten dat lang niet alle zaken aan het licht komen. Soms laten slachtoffers het erbij zitten, uit schaamte of uit angst om te vereenzamen. En ook worden incidenten nogal eens door de familie met de mantel der liefde bedekt. Zo van: ‘Die sieraden zien we toch niet meer terug, laat maar zitten.’ Dit zijn dus allemaal gevallen van uitbuiting die buiten de registratie vallen.”

In de praktijk blijkt de scheidslijntussen “even voor het gemak iets van oma lenen” en puur financieel misbruik soms flinterdun te zijn. Want lang niet altijd zijn de daders gewetenloze geldwolven, die in de gedaante van een thuiszorgmedewerkster hun slachtoffers uitkiezen. Sterker nog, in veel gevallen is het juist de familie die de fout in gaat. Even met oma’s bankpas een boodschap doen en voor het gemak ook de eigen boodschappen afrekenen, het is zo gebeurd.

Afhankelijkheid wordt groter

Door de vergrijzing is het zeker dat het aantal gevallen van financiële uitbuiting de komende jaren zal toenemen. Daarbij speelt ook een rol dat steeds meer ouderen langer zelfstandig wonen en afhankelijk zijn van hulp van familie of thuiszorg.

Van der Velden: “Met onze stichting willen we niet alleen maar handige tips en hulpmiddelen bieden, maar ook het onderwerp uit de taboesfeer halen. Het is zo belangrijk dat slachtoffers met hun verhaal naar buiten treden. We snappen dat het moeilijk kan zijn maar het kan toch niet zo zijn dat daders er zomaar mee wegkomen.

Zo beschermt u uw kostbaarheden en geld SVOW heeft enkele handige unieke oplossingen ontwikkeld waarmee financieel misbruik kan worden voorkomen en/of opgespoord. Eén daarvan is de digitale kluis.

Het aanleggen daarvan werkt heel eenvoudig via een App op een tablet of smartphone. Samen met een vertrouwenspersoon kunnen bezittingen worden vastgelegd met de camera

van de telefoon of tablet en kan op elk gewenst moment gekeken worden of de items er nog zijn. Verder heeft SVOW software ontwikkeld waarmee op afstand iemands bankrekening gemonitord kan worden op afwijkende en/of ongebruikelijke transacties. Zodra er zo’n verdachte of ongewone transactie plaats vindt krijgt de medewerker van de Stichting automatisch een signaal binnen en neemt vervolgens contact met u op.

Kijk voor deze en andere praktische oplossingen op www.svow.nl of mail naar info@svow.nl of bel met 0900-2002001 (45 cent per minuut). SVOW helpt u natuurlijk graag bij het maken van de juiste keuze.

Praktijk voorbeelden:

‘Ik heb het zo gelaten, anders komt er nog ruzie’ Mevrouw S. is 83 jaar en woont in een verpleeghuis in Rotterdam. Ze komt uit een grote familie met elf broers en zussen, van wie de meesten nog in leven zijn. “Ik ben nooit getrouwd geweest en heb altijd hard gewerkt. Daardoor heb ik best wat centjes op de bank, maar daar komt niemand aan, dat heb ik goed laten regelen. Zoals ik ook zelf bepaal wat er na mijn dood mee gebeurt. Voor wat betreft mijn sieraden ligt het helaas anders. Ik had aardig wat goud maar dat is bijna allemaal verdwenen. Tja, wie heeft het gedaan? Familie? Personeel? Ik heb geen idee en wil niemand beschuldigen. Straks jaag ik mensen tegen mij in het harnas en slijt ik mijn dagen in eenzaamheid...”

‘Mijn schoonzus was alles kwijt’

Liesbeth van Utteren heeft enkele jaren geleden met eigen ogen kunnen zien wat financiële uitbuiting aan kan richten. “Mijn schoonzus was een kranige vrouw, die tot op hoge leeftijd zelfstandig in een serviceflat in Kijkduin heeft gewoond. Toen ze toch wat hulp nodig had, heeft ze zelf een advertentie geplaatst. Uiteindelijk viel de keus op een keurige mevrouw. Moeder van 4 kinderen en een voormalig secretaresse.

In 2010 kwam mijn schoonzus op 87-jarige leeftijd te overlijden. Toen we naar haar flat toe gingen om de kamers leeg te ruimen, bleek dat alles weg was, inclusief teiltje en afwasborstel. We wisten niet wat we zagen.

Vervolgens bleek dat er in de loop van de tijd 30.000 euro van haar rekening was afgeschreven. Allemaal het werk van die ‘keurige’ hulp. We hebben aangifte gedaan en toen bleek dat de politie deze vrouw al enige tijd in de gaten hield. Ze had blijkbaar meer slachtoffers gemaakt. De vrouw is uiteindelijk veroordeeld tot 4 maanden gevangenisstraf.

“Samen veilig ouder worden, dat willen we toch allemaal”

De gemeente Waterland heeft met verzekeraar Centraal Beheer verzekeringspakketten afgesloten die de risico’s van vrijwilligerswerk en mantelzorgtaken zo goed mogelijk afdekken. Alle vrijwilligers en mantelzorgers in Waterland kunnen van deze verzekering gebruik maken. De gemeente wil hiermee het belang van het vrijwilligerswerk en de mantelzorg benadrukken en er voor zorgen dat eventuele risico’s van deze activiteiten zijn verzekerd. De gemeente had al enige jaren een verzekering afgesloten voor vrijwilligers. Vanaf 1 januari 2016 is de verzekering uitgebreid met mantelzorg.

U bent mantelzorger als u minimaal 8 uur per week langdurige en intensieve zorg biedt aan een hulpbehoevende chronisch zieke en/of gehandicapte partner, ouder, kind, vriend of buur. Het verzekeringspakket voor de mantelzorgers omvat met name: ongeval- en persoonlijke eigendommenverzekering; aansprakelijkheidsverzekering; verkeersaansprakelijkheidsverzekering; rechtsbijstandverzekering.

Informatie over de verzekering en de formulieren zijn te vinden op de gemeentelijke website: www.waterland.nl bij “Digitaal loket” onder het kopje “vrijwilligerswerk”.

Seniorenvierdaagse 2017

Ook dit jaar organiseert de stichting Samenwerkingsverband Welzijn Ouderen Waterland een seniorenvierdaagse voor de inwoners van de gemeente Waterland. De SGOM verzorgt het deel voor de Monnickendamers.

Wandelaars, ook mensen met een rollator of in een rolstoel kunnen zich hiervoor opgeven. Er wordt elke dag ongeveer drie km. gewandeld in kernen van Waterland met halverwege een koffiestop.

De start is op dinsdag 27 juni.



Vervoer tijdens de seniorenvierdaagse

Vrijdag 30 juni wandelen we in Monnickendam en wordt de vierdaagse feestelijk afgesloten.

We gaan met een bus naar de andere kernen.

Een week voor de start krijgen degene die zich hiervoor opgegeven hebben een brief met informatie over de starttijden en waar we dit jaar wandelen.

De kosten voor deze vierdaagse zijn €9,-

Monnickendamers kunnen zich tot 27 mei opgeven bij:

Irma Sprokkreeff, tel: 0299-651965

Dina de Vries, tel: 0299-651813.



De seniorenvierdaagse doet Marken aan



INSCHRIJFFORMULIER SENIORENVIERDAAGSE

Tijd: 27 t/m 30 juni 2017

Afstand + 3 km.

Inschrijfgeld a € 9,- storten op rekeningnummer:

NL 75 RABO 0342 8529 65 t.n.v. J. de Vries.
onder vermelding van seniorenvierdaagse.

Het inschrijfformulier voor 27 mei zenden naar:

*Dina de Vries, Corn.Dirkszoonlaan 300
1141 ZK Monnickendam.

Tel: 0299- 651813

*Irma Sprokkreeff, Ossenvenne 4

1141 RS Monnickendam

Tel: 0299-651965

U kunt hier ook terecht voor informatie.



Dit deel van het inschrijfformulier opsturen.

Naam: Mevr./Hr.

Voorletters.....Geboortedatum:.....

Adres:.....

Tel nr:.....

Deelnemer:
Gebruikt een rolstoel:.....JA/NEE *

Wil graag een vrijwilliger van de SGOM als duwer.....JA/NEE *

Heeft een eigen duwer, nl:.....

We hopen dat u, als u geen eigen rolstoel heeft, zelf een rolstoel kunt regelen.
In noodgevallen kunt u contact opnemen met Dina de Vries.

* doorhalen wat niet van toepassing is.

Kruiswoordfilippine verticaal

- 1 voorziening met draden
- 2 anders genaamd
- 3 stekelhuidig dier
- 4 veronderstelling
- 5 deel van de week
- 6 gelijke
- 7 eerste optreden
- 8 beschut
- 9 waarneming in de geest
- 10 gronden
- 11 verpanden
- 12 mineraal
- 13 geheel doorweekt
- 14 schenking
- 15 niet toestaan
- 16 deel van een fototoestel
- 17 snijwerktuig
- 18 voetveeg
- 19 natuurkundige
- 20 klein vliegtuig
- 21 gierwagen
- 22 wijze van leven
- 23 repeteren

1	16		5		2		10	3	13
		2	7				14		
		3	8		14		8	12	
4	2		3		8		10	3	13
5	5	10	3		5		13		
		6		8			2		
		7	18	6	6		19		11
8	16		14	1			12	15	5
9	11		12	1	8		17	10	
		10	2		8			3	
			11	16	7		3		3
12	5	8	7		14		19	4	
		13	5		19	12			17
14	5	19	17	2	17				
		15	9	8	10		12		3
			16		7	10		14	
		17	16	12	19		15		14
		18	18			8	15	2	
19	4		14	10	1		14		
20	3		8	3	5	8		8	12
		21	15	8	14		2	12	
22	7		8	4	12		13		7
		23	19		4	8			3

Hulpcellen

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Naam :

Adres :

Oplossing :

De oplossing kunt u inleveren bij het secretariaat: Ossenvenne 4, 1141RS te Monnickendam



Creatief

Decoratieve tak

U heeft nodig:

- Een kronkelige tak,
- een restje [witte] muurverf,
- wat lint of raffia,
- ijzerdraad,
- 2 kleine flesjes van bijv. koffiemelk of dessertsaus,
- 2 bloemen, evt. uit de tuin,
- dingen om verder aan de tak te hangen, bijv. een hartje, een schelp



Verf de tak met het restje muurverf. Doe ijzerdraad om de hals van de flesjes plus een lusje om op te hangen. Bevestig een stukje lint of raffia aan de overige dingen. Hang de tak op en versier hem ermee.

Succes, Dina de Vries



Vakantieweek van 29 juli t/m 5 augustus 2017

De SGOM organiseert jaarlijks een geheel verzorgde vakantieweek voor ouderen in de gemeente Waterland. Dit jaar gaan we weer naar Vakantiecentrum 't Hof van Putten. De vorige keren dat we daar waren, zijn ons goed bevallen. Putten ligt op de Veluwe in Gelderland. Het huis bevindt zich vlakbij het centrum van het dorp, zodat we op woensdagochtend lopend (en eventueel natuurlijk met de rolstoel) naar de markt kunnen. Er zijn meer dan genoeg terrassen om even koffie te drinken of een ijsje te eten. Wanneer u daar zin in heeft, kunt u er ook zelf nog eens gaan winkelen in één van de leuke winkelstraten. Er is de mogelijkheid voor een wandelingetje op het terrein. De eetzaal en de recreatiezaal zijn in hetzelfde gebouw met buiten een heerlijk terras waar je met mooi weer lekker kunt zitten. De slaapkamers zijn in een apart gebouw met twee verdiepingen even verderop, geheel overdekt te bereiken. Het zijn mooie kamers met douche, verhoogd toilet, televisie en telefoon. Er is een lift. Deze vakantie is geheel verzorgd, alleen de drankjes aan de bar moet u nog zelf betalen. De prijs hebben we wel weer iets moeten verhogen, deze week kost u dit jaar € 600,- p.p.

We beginnen en eindigen de week met een lunch in Swaensborch. Hoe het programma er verder precies uit gaat zien, staat nog niet vast. We zijn wel van plan om twee middagtochten te maken, één gaat waarschijnlijk weer naar de zandsculpturen in Garderen, het thema is dit jaar "Erop uit in eigen land". Verder is er een keer ochtendgymnastiek, een speurtocht op het terrein en



een middagje creatief. 's Avonds is er een programma met muziek, zang en natuurlijk een bingo. Er zijn ook vrije avonden en we proberen af en toe een rustuurtje na de lunch in te plannen.

Waarom zou u voor deze vakantie met de SGOM kiezen? Het is gemakkelijk, wij organiseren alles. U heeft als Waterlanders gezelligheid en steun aan elkaar. Er gaat een aantal begeleiders mee, waaronder een verpleegkundige. Zij helpen u, indien nodig, met het duwen van uw rolstoel, douchen en aankleden en met uw medicijnen. We gaan er wel van uit dat u 's nachts geen hulp nodig heeft!

Lijkt het u leuk om met ons mee te gaan, geeft u zich dan zo spoedig mogelijk op. Het aanmeldingsformulier staat hiernaast. Inleveren kan bij Ton Louwers, Noordeinde 49 (0299-653396) of Irma Sprokkreeff, Ossenvenne 4 (0299-651965). Voor vragen kunt u ook bij hen terecht. Ongeveer twee weken voor vertrek krijgt u een brief met het programma en verdere informatie toegestuurd.

Inschrijfformulier vakantieweek van 29 juli t/m 5 augustus 2017

AANMELDEN EN FORMULIER INLEVEREN VOOR 8 MEI 2017

NAAM:geboortedatum.....

ADRES:Tel:.....

POSTCODE EN WOONPLAATS:

E-MAILADRES:.....

CONTACTPERSOON: naam:.....Tel:.....

zoon/dochter/anders* nl.....

Ik maak gebruik van:

- rollator
- wandelstok of krukken
- eigen rolstoel permanent
- eigen rolstoel op afstand
- leenrolstoel op afstand
- verhoogd toilet of toiletverhoger

Ik wil graag hulp bij:

- aan/uitkleden
- toiletbezoek
- medicijngebruik
- douchen
- aan/uittrekken elastische kousen
- wondverzorging
- overig, t.w.....

Volgt een dieet JA/NEE *

Zo ja, welk dieet:

* doorhalen wat niet van toepassing is.

Verdere bijzonderheden:

Dit formulier kunt u voor 8 mei 2017 inleveren bij:

mevr. A. Louwers Noordeinde 49 1141AG Monnickendam

mevr. I. Sprokkreeff Ossenvenne 4 1141RS Monnickendam

Bij inschrijving dient u het volgende te doen:

Het inschrijfgeld ad € 100,- maakt u voor 31 mei a.s. over op rekeningnummer NL 91 RABO 0342 8311 43 van de Rabobank te Monnickendam, t.n.v. Ouderenvakantie SGOM. Het resterende bedrag ad € 500,- dient u uiterlijk op 15 JUNI a.s. op bovenstaand rekeningnummer te hebben voldaan.

Let op: U moet zelf een annuleringsverzekering afsluiten!!!!

Voor nadere informatie kunt u terecht bij het secretariaat tel: 0299-651965.



Servicepagina

Activiteiten van de Stichting Gecoördineerd Ouderenwerk Monnickendam

Activiteiten

Iedere donderdag zowel handenarbeid als spelletjes (o.a. kaarten, sjoelen, rummikuppen). Het zijn slechts enkele van de activiteiten die op donderdagmiddag vanaf 14.00 uur plaatsvinden in de recreatiezaal van Eveen Swaensborch. Op vrijdagochtend koersballen vanaf 10.30 uur. Ouderen uit Monnickendam treffen elkaar, drinken koffie of thee en vermaken zich.

Inlichtingen: Dina de Vries, tel. 651813.

ZondagMiddagPodium

De SGOM en Eveen/Swaensborch organiseren al enkele jaren optredens van diverse artiesten, die plaatsvinden in het atrium van Swaensborch. Het programma vindt u in de huis-aan-huisbladen, in Monnickendam Plus en op de website www.waterlandseevenementen.nl.

Klussendienst

U wilt een fotolijstje ophangen, een lamp verhangen, een plankje timmeren? Voor kleine huiselijke karweitjes is er de Klussendienst. Het is een service van ouderen door ouderen. De Klussendienst verbouwt niet uw hele huis, maar helpt u wel uit de nood. De SGOM vraagt hiervoor een kleine vergoeding.

Inlichtingen: Wim van Luipen tel. 653854 b.g.g. Siem Koerse, tel. 651966.



Alarmering

Ouderen die het niet prettig vinden om in geval van nood uitsluitend van de telefoon afhankelijk te zijn, kunnen zich opgeven voor personenalarmering. Een klein apparaatje dat u om uw hals hangt, zorgt ervoor dat er bij noodgevallen met een druk op de knop iemand kunt waarschuwen.

Inlichtingen: Ton Louwers, tel. 653396.

Wandelen en bezoeken

Vrijwilligers van de SGOM bezoeken regelmatig ouderen die daar prijs op stellen. Ze komen langs voor een kopje thee en een praatje en maken bijvoorbeeld een wandelingetje. Wie graag af en toe bezoek krijgt van onze vrijwilligers, kan zich vrijblijvend aanmelden.

Inlichtingen: Dina de Vries, tel. 651813.

Uitstapjes

De SGOM organiseert uitstapjes, bijvoorbeeld een ochtend/middag winkelen. De uitstapjes worden aangekondigd in de huis-aan-huisbladen. Ideeën zijn altijd welkom.

Inlichtingen: Dina de Vries, tel. 651813.



Maaltijdvoorziening

Ouderen die niet meer voor zichzelf kunnen of willen koken, kunnen gebruik maken van de Maaltijdvoorziening. De maaltijden worden iedere week afgeleverd. U kunt ze in de diepvries bewaren en in de magnetron opwarmen. Vrieskist en magnetron kunt u huren.

Inlichtingen: Ton Louwers, tel. 653396.

Zuiderzeekoor

Ouderen van Monnickendam die willen zingen, zijn van harte welkom bij het Zuiderzeekoor. De repetitie vindt iedere vrijdagmiddag plaats van 14.00 tot 15.00 uur in de Opstandingskerk aan de Graaf Willemlaan te Monnickendam. Het Zuiderzeekoor kan nieuwe koorleden goed gebruiken.

Inlichtingen: mw. N. Pronk tel. 651952 en I. Roos tel. 653793.

Vakantieweek

De SGOM organiseert al jaren de inmiddels beroemde vakantieweek voor ouderen die niet zelfstandig op vakantie willen of kunnen. Ondersteund door een aantal vrijwilligers van de SGOM gaan zij er iedere zomer een week tussenuit.

Inlichtingen: Irma Sprokkreeff, tel. 651965.

Seniorenvierdaagse

Iedere zomer wordt een seniorenvierdaagse georganiseerd. Voor wandelaars, al dan niet met rollators en rolstoelgebruikers. De afstand is ongeveer 3 km. per dag. Er wordt gewandeld in kernen van Waterland.

Inlichtingen: Dina de Vries, tel. 651813.

WWW.SGOM.NL

Bezoek de website voor alle activiteiten van de SGOM, het laatste nieuws, filmpjes van SGOM-evenementen, foto's en nog héél veel meer!

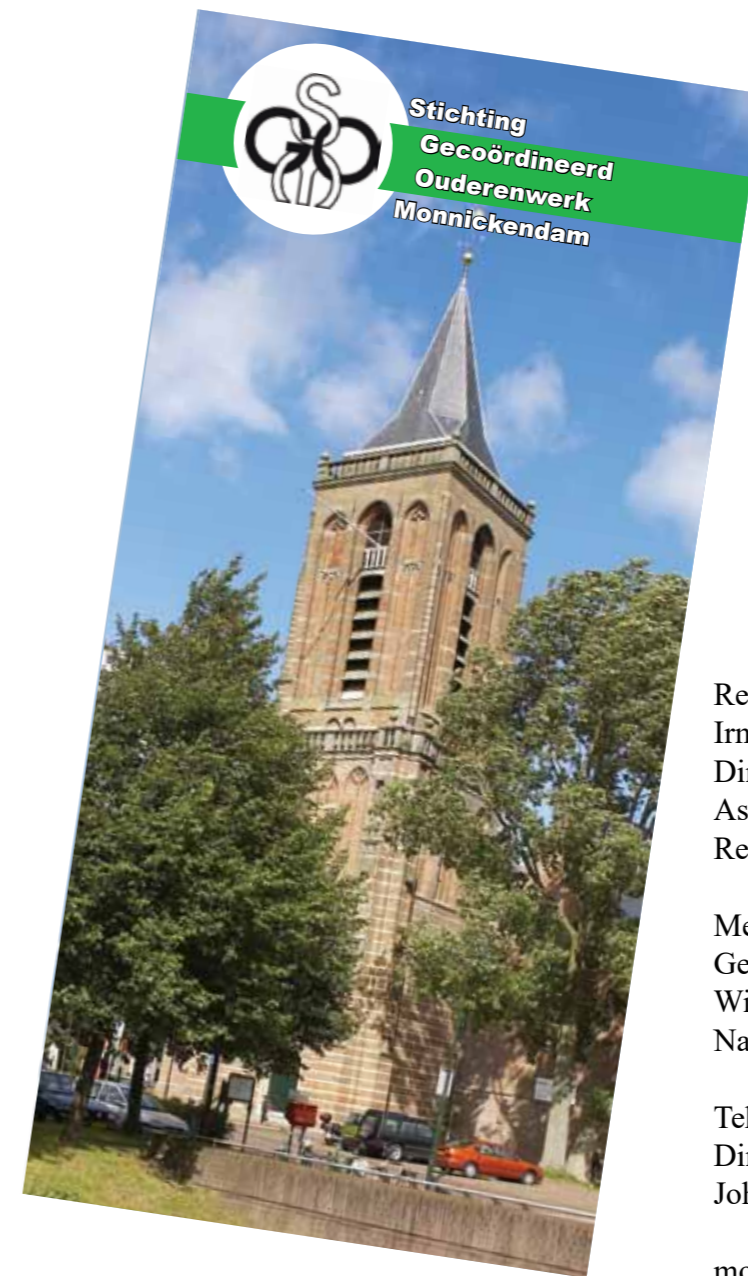


Het schrijverke

O krinklende winklende waterding,
met 't zwarte kabotseken aan,
wat zien ik toch geren uw kopke flink
al schrijven op 't waterke gaan!
Gij leeft en gij roert en gij loopt zoo snel,
al zie 'k u noch arrem noch been;
gij wendt en gij weet uwen weg zoo wel,
al zie 'k u geen ooge, geen één.
Wat waart, of wat zijt, of wat zult gij zijn?
Verklaar het en zeg het mij, toe!
Wat zijt gij toch, blinkende knopke fijn,
dat nimmer van schrijven zijt moe?
Gij loopt over 't spiegelend water klaar,
en 't water niet méér en verroert
dan of het een gladdige windtje waar,
dat stille over 't waterke voert.
o Schrijverkes, schrijverkes, zegt mij dan, -
met twintigen zijt gij en meer,
en is er geen een die 't mij zeggen kan: -
Wat schrijft en wat schrijft gij zoo zeer?
Gij schrijft, en 't en staat in het water niet,
gij schrijft, en 't is uit en 't is weg;
geen Christen en weet er wat dat bediedt:
och, schrijverke, zeg het mij, zeg!
Zijn 't visselkes daar ge van schrijven moet?
Zijn 't kruidekes daar ge van schrijft?
Zijn 't keikes of bladtjes of blomkes zoet,
of 't water, waarop dat ge drijft?
Zijn 't vogelkes, kwietlende klachtgepiep,
of is 'et het blauwe gewelf,
dat onder en boven u blinkt, zoo diep,
of is het u, schrijverken, zelf?
En 't krinklende winklende waterding,
met 't zwarte kapoteken aan,
het stelde en het rechte zijne oorke flink,
en 't bleef daar een stondeke staan:
'Wij schrijven.' zoo sprak het, 'al krinklen af
het gene onze Meester, weleer,
ons makend en leerend, te schrijven gaf,
één lesse, niet min nochte meer;
wij schrijven, en kunt gij die lesse toch
niet lezen, en zijt gij zoo bot?
Wij schrijven, herschrijven en schrijven nog,
den heiligen Name van God!'

Guido Gezelle (1857)

Geanonimiseerde adresgegevens worden verstrekt door de gemeente.
Als u niet wilt dat uw adres wordt verstrekt, kunt u contact opnemen met de gemeente.



Nieuwe brochure van de SGOM

Redactie:
Irma Sprokkreeff
Dina de Vries
Astrid van de Weijenberg
Reggie Conté (eindredactie)

Medewerkers:
Geertrui Sermon
Wim Huijskens
Nard Jansen

Tekeningen:
Dina de Vries
Johan Horjus

monnickendamplus@hotmail.com
Tel. Redactie: 0299-654684

Voor vragen over het werk van de
SGOM kunt u contact opnemen met
het secretariaat:
Tel: 0299-651965
e-mail: irmahillenius@quicknet.nl

Website: www.sgom.nl

