

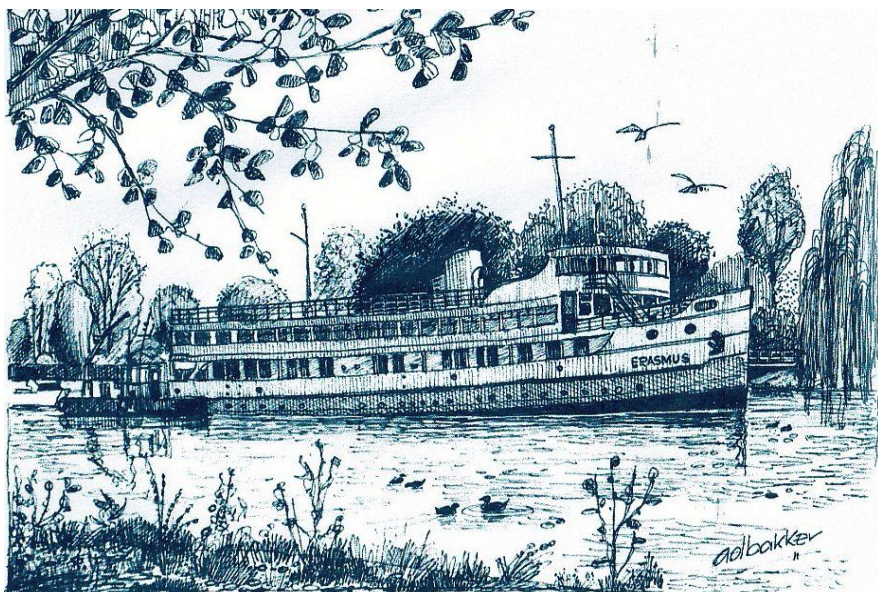


PROTESTANTS
CHRISTELIJKE
OUDEREN
BOND

Ontmoeting

CONTACTBLAD VOOR OUDEREN DORDRECHT

JAARGANG 39 nr. 4 • JUNI-JULI 2026



VISGILDE BIESHOF
want vis is feest



WOENSDAGKNALLER

500 gram kibbeling

met gratis saus

500 gram voor

10,95

DONDERDAGKNALLER

Lekkerbekken van kabeljauwfilet

2 + 1 gratis

per stuk €7.25

3 voor

14,50



Visgilde Bieshof

van Eesterenplein 96
3315 KT
Dordrecht

0786167711
info@bieshof.visgilde.nl
www.bieshof.visgilde.nl

CONTACTBLAD 39° JAARGANG NR.4 JUNI-JULI 2026

INHOUD	1
Bestuur	2
Van de voorzitter	3
Uitnodiging ledenbijeenkomst juni	4
Uitnodiging ledenbijeenkomst juli	5
Mededelingen bestuur	6
Rijbewijskeuringen	7
Ledenadministratie	8
Teken de Petitie voor gratis gordelroosvaccinatie	9
Reisje: Varen en Zierikzee	10-11
Onze onlogische taal	12
Warm weer ? Drink voldoende water !	13-15
Voor u gelezen/ Weet je nog?	16
ANWB AutoMaatje	17
Evenementen in Dordrecht/ Valpreventie	18
Onderwijsmuseum	19
Spreekwoorden en Gezegden/ Weerspreuken	20-21
Vaderdag/ Woorden Anagrammenslang	22
Anagrammenslang	23
Fiets-4daagse	24
Gedicht	25
't Is Waarlijk.....Wonderbaarlijk	26
Vraag & Antwoord	27
Op de vensterbank	28

Contributie 2026: € 48,00 (alleenstaanden); € 72,00 (echtparen)
en wordt centraal in overleg per maand, kwartaal of jaar geïnd door Woerden

Het verenigingsjaar loopt van 1 januari t/m 31 december.

Opzeggen van het lidmaatschap bij het afdelingsbestuur en het landelijk bestuur Utrecht kan uitsluitend schriftelijk vóór het einde van het kalenderjaar met een opzegging-termijn van één maand, dus voor 1 december.

*Bij overlijden van een lid eindigt het lidmaatschap. Restitutie van het lidmaatschapsgeld vindt niet plaats. Leden die niet aan hun financiële verplichtingen voldoen kunnen **per 1 december** worden uitgeschreven als lid.*

Persoonsgegevens van leden worden door het bestuur van de eigen afdeling bijgehouden in een ledenbestand. Het bestuur geeft veranderingen in de persoonsgegevens en nieuwe leden door aan het landelijk bureau in Woerden en omgekeerd.

Kopij voor het maart/april-nummer inleveren vóór 7 JULI 26

Bestuur ANBO-PCOB afdeling Dordrecht

<u>Dhr. C.J. den Dopper</u> <i>voorzitter, afgev. WMO</i> Jupiterlaan 18 3318 JC Dordrecht Tel: 078-617 00 05 cjdendopper@gmail.com	De huidige functie van secretaris is (nog steeds) vacant !!
<u>Mw. T. Oostenrijk-Baron</u> <i>2e voorzitter / WMO / Lief & Leed</i> Werf van Gips 276, 3313 DD Dordrecht Tel. 078-8448 102 t.oostenrijk5@upcmail.nl	<u>Dhr. J.N. Bogaards</u> <i>Ledenadministratie</i> Azobé 201 3315 NR Dordrecht Tel: 078-6166824 nicobogaards@gmail.com Melden van adreswijziging, van overlijden en bij opzegging
<u>Dhr. J.J. van den Hoek</u> <i>penningmeester</i> Hortensiastraat 24 3319 HE Dordrecht Tel: 078-843 40 69 jjvdhoek@gmail.com Rek nr: NL60 INGB 0004 1255 14 t.n.v. ANBO-PCOB afd. Dordrecht	<u>Mw. W. Berrevoets-Oudenaarden</u> <i>(geen bestuurslid)</i> <i>Medewerker Contactblad</i> Haringvlietstraat 93 3313 EB Dordrecht Tel: 078-616 33 95 wiloudenaarden@upcmail.nl
<u>Mw. J.H. Fontijn (geen bestuurslid)</u> <i>Eind-redacteur</i> Weizigtweg 301 3314 JJ Dordrecht Tel: 078-6315924 jhfontijn51@gmail.com	<u>Dhr. T. A. Wor (geen bestuurslid)</u> <i>Acquisiteur-PCOB-blad</i> Maaskanterf 215 3315 KR Dordrecht Tel: 06 13730642 theoworddt@hotmail.com
<i>Contactpers. "Lief en Leed"</i> <i>(geen bestuurslid)</i> <u>Mevr. L. Markesteijn-Breur</u> Eikenlaan 24 3319 SC Dordrecht Tel. 078 - 6137149/ 06 40467625	<i>Contactpers. bezorging bladen</i> <u>Fam. A. den Houter</u> Bakema-erf 155 3315 JC Dordrecht Tel. 078-613 9828 E-mail: a_denhouter@hetnet.nl



AFT TECHNIEK

PERSLUCHT | HYDRAULIEK | TOOLING

KWALITEIT EN MAATWERK IS ONZE SPECIALITEIT

Leverancier van industriële apparatuur in Dordrecht

Jan Valsterweg 20, 3315 LG Dordrecht

078 691 9115 - e-mail: info@aft-techniek.nl

AFT Techniek is de partner voor industriële tools, pneumatische en hydraulische tools en persluchtequipment. Voor zowel levering als installatie, aanpassingen, assemblageonderhoud, verhuur en trainingen. Wij bieden maatwerk en oplossingen voor efficiënt en ergonomisch werken.

In 2026 sponsor voor de ANBO-PCOB Afdeling Dordrecht

FIETSSPECIALIST

GOOS STAM

Anthony Vermeij



Damstraat 92
3319 BE Dordrecht
Telefoon 078 - 6160460
www.goosstamfietsen.nl

Vitaliteits- programma

Kracht- en conditieopbouw voor
ouderen / verouderingsadvies

&
Valpreventie
voor ouderen

BALANZ

FYSIOTHERAPIE

Bamendaweg 36
3319 GS Dordrecht

T.: 078-6163033
M.: 06-53366478

E.: balanz@planet.nl
W.: www.fysiobalanz.nl



FYSIOTHERAPEUTISCH TRAININGSCENTRUM



Sinds Pim's 1986

POFFERTJES EN PANNEKOEKEN



Nieuwstraat 19/21
3311 XR Dordrecht
Telefoon: 078-6312709
www.pimspofenpan.nl

Van de voorzitter

Terugblik en vooruit kijken

Op 16 april mochten we onze algemene ledenvergadering houden. Hoewel een korte vergadering werden wel enkele belangrijke zaken besproken.

Door de nieuwe indeling van de verschijsning en verspreiding van de maandbladen was de voorzitter te laat om het jaarverslag 2025 en rekening en verantwoording in het blad van maart/april op te nemen. Daarom heeft hij deze jaarstukken uitgedeeld tijdens de jaarvergadering. Wel zijn deze beide stukken alsnog opgenomen in het meinummer.

Ook de komende maanden is het bestuur weer volop bezig de ledenmiddagen te verzorgen. Zoals in juni een interessante lezing over de geschiedenis van plastic en in juli weer spreekwoorden raden aan de hand van maquettes. De maand augustus houden we vrij.

In tegenstelling tot wat als ANBO-PCOB gebruikelijk is, om de ledenbijeenkomsten op de 2^e of 3^e donderdag van de maand te houden, zullen we hiervan afwijken in september.

In september hebben we weer een gezamenlijke bijeenkomst van de drie seniorenbonden op **woensdag 30 september van 14.00-16.30 uur**, die mede door de extra leden van de andere seniorenbonden in de Maranathazaal van kerkelijk centrum De Wijnstok gehouden zal worden. Reserveer alvast deze datum.

Vakantie

Hoewel senioren zelf hun vakantie bepalen in welke maand en dag, worden de maanden juli en augustus als zomervakantie aangeduid. Scholieren en werkenden kijken verlangend uit naar deze maanden. Veel mensen ervaren tegen deze vakantie een hoop stress omdat zij vaak nog een bepaalde opdracht willen afronden. Voor oppas-senioren breekt er dan een aantal weken rust aan als hun kleinkinderen met hun ouders op vakantie gaan. Maar mocht u zelf al wel in deze periode op vakantie gaan, dan wensen wij u een fijne, zonnige vakantie toe.

Cor den Doppe,
Voorzitter

UITNODIGING

Voor de bijeenkomst van de leden van de PCOB Dordrecht die gehouden zal worden op:

DONDERDAG 18 JUNI 2025

in de Biesboschzaal van verzorgingshuis “Dubbelmonde”

Koningstraat 290 in de wijk Dubbeldam

Aanvang 14.30 uur

Harry Aardoom over “Plastics”

We leven nu in het plastic tijdperk. Na het stenen tijdperk, het bronzen tijdperk en het ijzeren tijdperk leven we nu in het plastic tijdperk. Harry Aardoom belicht de geschiedenis van het plastic tijdperk, de voor- en nadelen en de gevolgen voor de toekomst.

AGENDA:

- Opening door de voorzitter
- Presentatie Plastics
- Pauze
- Vervolg presentatie
- Sluiting



Graag een bijeenkomst bezoeken?

We zoeken een organisator die deze middagen kan organiseren. Aan de hand van sprekerslijsten en in overleg met het bestuur, worden mensen uitgenodigd voor onze afdeling een presentatie te verzorgen. Houdt u van contacten leggen met sprekers voor onze contact-middagen ? Dan bent u voor ons de juiste man of vrouw.



Een uitdaging? Neem contact op met onze voorzitter. Doen !

UITNODIGING

Voor de bijeenkomst van de leden van de PCOB Dordrecht
die gehouden zal worden op:

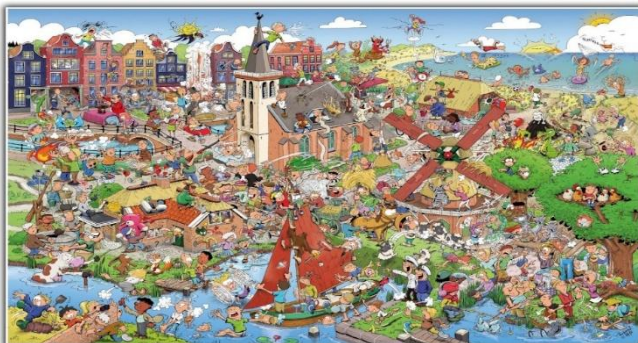
DONDERDAG 16 JULI 2026

in de Biesboschzaal van Zorgcentrum “Dubbelmonde”

Koningstraat 290 in de wijk Dubbeldam.

Aanvang 14.30 uur

Quiz:-Spreekwoorden raden van maquettes



AGENDA:

- Opening door de voorzitter
- Quiz – Pauze – vervolg Quiz
- Sluiting

Contacten - Netwerken

Aan de hand van sprekerslijsten en in overleg met het bestuur, worden mensen uitgenodigd voor onze afdeling een presentatie te verzorgen. Houdt u van contacten leggen met sprekers voor onze contact-middagen ? Dan bent u voor ons de juiste man of vrouw. Een uitdaging? Neem contact op met onze voorzitter. Doen !



MEDEDELINGEN BESTUUR

• Nieuwe secretaris

Het bestuur is verheugd te kunnen meedelen dat de heer Cees Vlot bereid is om de taak van secretaris op zich te nemen. Hij stelt zich zelf voor.



Ik ben Cees Vlot, 74 jaar, geboren Dordtenaar, in 2015 verhuisd naar Zwijndrecht en sinds begin 2026 weer woonachtig in Dordrecht. Ik heb door de jaren heen diverse vrijwilligers werkzaamheden gedaan, en zag in het blad van de ANBO-PCOB de vacature secretaris, en heb daar op gereageerd.

Als secretaris heb ik de volgende ervaring:

- 2 perioden bij SV "Oranje Wit
- 4 jaar scriba van de SOW gemeente Sterrenburg (Ontmoetingskerk)
- 7 jaar scriba Kerkenraad Algemene Zaken, Gereformeerde kerk van Dordrecht
- In Zwijndrecht was ik financieel administrateur van de kerkrentmeesters in De Develhof, en verzorgde een deel van de cliëntenadministratie van de voedselbank.

Na een gesprek met de voorzitter en het bijwonen van twee bestuursvergaderingen heb ik besloten om de functie van secretaris op mij te nemen.

• Contributie 2026

Vele leden hebben het bestuur gevraagd wanneer zij bericht krijgen over de betaling van de contributie. In november kregen alle leden een brief waarin aangekondigd werd dat we januari 2026 een brief zouden ontvangen waarin een voorstel van contributie betaling geregeld zal worden. Helaas bleef het stil vanuit Woerden. Pas nadat het bestuur in maart en in april informeerde hoe het zit met de inning kregen wij als antwoord dat men in Woerden de contributie-inning van PCOB leden later in het jaar zou doen om verwarring en vergissingen onder de ANBO-leden te voorkomen. Zij ontvingen al jaren een zelfde regeling.

Jammer dat Woerden niet eerder via de geëigende kanalen, nieuwsbrieven e.d., onze leden heeft geïnformeerd. Het laatste nieuws is dat eind mei de contributieregeling voor PCOB-leden plaatsvinden.

Wordt vervolgd ?

Natural Beauty by Sam
Schoonheidsspecialiste / Pedicure

Behandeling op afspraak

Nieuwe salon aan huis geopend!

Ik ben Samantha en al 6 jaar werkzaam als schoonheidsspecialiste en pedicure. U bent van harte welkom bij Natural beauty by Sam, in Sterrenburg Dordrecht. U kunt terecht voor manicure en pedicure en gezichtsbehandelingen. Neem eens een kijkje op mijn website voor mijn diensten. Voor pedicure aan huis heb ik een klanten stop maar u bent van harte welkom in de salon. Bezoek mijn website voor meer informatie en het maken van een afspraak.



www.naturalbeautybysam.nl

naturalbeauty_bysam@outlook.com

06-57996263

DE GROOTSTE COLLECTIE
STA-OP STOELN & RELAXFAUTEUILS
VAN DE REGIO



OOK UW ADRES VOOR
LEDIKANTEN,
EETAFELS,
SALONTAFELS,
STOELN,
KASTEN EN
ACCESSOIRES



SKIPPY Meubel

Provincialeweg 8a • 3329 KP Dordrecht • Tel. 078 - 616 50 91 • www.skippymeubel.nl

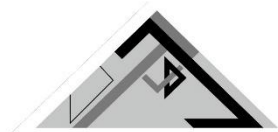
Als de laatste zorg de beste moet zijn

Tineke van der Jagt
Uitvaartverzorging staat
al 25 jaar garant voor een
persoonlijk afscheid en een
begrip in de regio. Bij Tineke
en haar team staat persoonlijke
aandacht voor de overledenen
en hun families voorop.



DEMENTIE & ROUW FAMILIEKAMERS ROUWVERWERKING ONDERSTEUNING & ADVIES BEGRAVEN EN CREMEREN

De ervaring leert dat het regelen van de uitvaart, in
overeenstemming met de (soms bijzondere) wensen
van de nabestaanden, een belangrijke rol speelt bij de
rouwverwerking. Mensen die bij leven hun uitvaart willen
regelen, kunnen ook terecht bij Tineke van der Jagt.
Bent u benieuwd naar de benadering van Van der Jagt
Uitvaartverzorging? Neem vrijblijvend contact op.



TINEKE VAN DER JAGT
Begrafenis- en Crematieverzorging

Een waarborg voor verzekerde zorg en persoonlijke aandacht

JAN VALSTERWEG 100 - 3315 LG DORDRECHT - T. 078 644 07 77
INFO@VANDERJAGTUITVAART.NL - WWW.VANDERJAGTUITVAART.NL

Rijbewijskeuringen CBR in Dordrecht

Een medische keuring voor het verlengen van uw rijbewijs is nodig wanneer u 75 jaar of ouder bent of wanneer u een zgn. groot rijbewijs (C/D/E) gaat halen of vernieuwen, of wanneer u om medische reden een arts moet bezoeken van het CBR.

Automobilisten kunnen zich via RegelZorg Rijbewijskeuringen medisch laten keuren voor de verlenging van hun rijbewijs in Business-point, **Burg. de Raadt-singel 71, 3311 JG Dordrecht woensdag 10 en 27 juni, 8 en 22 juli 2026 van 13.00-17.00 uur**

Automobilisten van 75 jaar en ouder betalen € 53,00.

Voor houders van rijbewijs C/D/E tot 75 jaar is de prijs € 70,00.

Een afspraak voor het spreekuur kunt u uitsluitend maken via RegelZorg: Gemakkelijk en snel via onze website: www.regelzorg.nl of tijdens kantoor-uren via de afsprakenlijn: **088-23 23 300**.

Voor het laten invullen van een *rapport oogarts* gaat u naar www.regelzorg.nl/oogarts of belt u ons.

De Procedure

Houd zelf de einddatum van uw rijbewijs in de gaten en begin 4 maanden voor deze datum met het verlengen van uw rijbewijs.

De eerste stap is het kopen en invullen van een Gezondheidsverklaring. Dat kan online op mijn.cbr.nl, via DigiD met SMS- of App-verificatie. Een papieren Gezondheidsverklaring kunt u kopen bij sommige gemeenten (het is verstandig om dus eerst even contact te leggen met de gemeente) of bij het CBR.

Deze vragenlijst over uw eigen gezondheid moet u eerst zelf invullen en opsturen naar het CBR. Als antwoord krijgt u van het CBR een verwijzing (soms meerdere verwijzingen) met bijbehorende ZD-codes die de keuringsarts online moet invullen. Op dát moment kunt u pas een afspraak maken voor de keuring. De artsen waar RegelZorg mee samenwerkt, zijn aangesloten bij Zorg Domein. Zij vullen de verwijzing (en) digitaal voor u in en versturen deze direct naar het CBR. Meer informatie over de procedure leest u op de website van RegelZorg. Met vriendelijke groet,

Mutaties PCOB leden 13-04-2026 tot en met 15 mei 2026

Nieuwe leden:

- **20-04-2026: Dhr. J.W. Laan**, Bakema-erf 151, 3315 JC
- **28-04-2026: Dhr. G. Klein**, Van Eesterenplein 33, 3315 KS
- **06-05-2026: Mw. M. de Bruin-Jongeneel**, Dubbelsteijnlaan Oost 210, 3319 EH.

Van harte gefeliciteerd:

Vanaf januari 2024 vermelden we maandelijks onze jarigen van 80, 85 en 90 jaar en ouder. Wilt u niet vermeld worden, dan kunt U dit aangeven.

80 jaar:

- **15-06-1946: Mw. G.J. Smit-van der Vlies**, Octant 316, 3328 SV
- **20-07-1946: Mw. G. Bogaards-de Boer**, Azobé 201, 3315 NR

85 jaar:

- **22-07-1941: Dhr. A. de Boon**, Haringvlietstraat 701, 3313 ER

90 jaar:

- **26-06-1936: Dhr. A. Berrevoets**, Haringvlietstraat 93, 3313 EB
- **30-06-1936: Mw. M. Souverein-v.d. Kaa**, Talmaweg 266, 3317 RB
- **01-07-1936: Dhr. P.M.A.M. Verweij**, Oberonlaan 22, 3318 EN

91 jaar:

- **03-06-1935: Mw. J.J. Huizer-Moret**, Van Eesterenplein 237, 3315 KW
- **12-07-1935: Mw. D. Slager-Sluijmer**, Singel 540, 3311 HP
- **25-07-1935: Mw. G.H. Hajer**, Atmosfeerstraat 27, 3328 GA

94 jaar:

- **22-06-1932: Mw. A.J. Dekker-v.d. Linde**, Ceramstraat 61, 3312 SG

Ook alle overige jarigen en de niet genoemden van deze maand feliciteren wij van harte en wensen u alle goeds toe voor het komende levensjaar.

Huwelijksjubileum:

60 jaar:

- **03-06-1966: Dhr. en Mw. Jellier**, Vijverlaan 173, 33196 SN

Van harte gefeliciteerd met Uw huwelijksjubileum.

Verhuisd:

- **12-04-2026: Fam. Doornik** van Polluxhof naar Halleyweg 295, 3318 CJ

Nico Bogaards
ledenadministratie

- EST. 2015 -

WWW.PRESENTONLINE.NL



Present

| AANDACHTIG AANWEZIG |



BOEKEN - CADEAU'S - BIJBELS
MUZIEK - KAARTEN - KUNST

VOORSTRAAT 414 • 3311 CX DORDRECHT
TEL: 078-7370266 • WWW.PRESENTONLINE.NL



UITVAARTDORDRECHT.NL

VOOR DE VERZORGING VAN UITVAARTEN IN DORDRECHT EN OMSTREKEN



Arjan Nederveen



Esther Heljkoop



Ronald Lommers



Esther Boer



Jan Reehorst

De Drechtstreek is van oudsher een betrouwbare organisatie die kwaliteit en transparantie in uitvaartverzorging hoog in het vaandel heeft staan. Bij ons kunt u rekenen op professionaliteit en stijl, discretie en betrokkenheid, openheid en eerlijkheid.

Vanuit onze uitvaartcentra kunnen we onze expertise, kwaliteitszorg en serviceniveau aanbieden. Dat betekent voor u, mocht het aan de orde zijn, vertrouwde zorg en betrokken dienstverlening. Dat geeft rust in de moeilijke periode, vlak na het overlijden van een dierbare.

Na uw melding van overlijden zal door ons een afspraak met u worden gemaakt om te komen tot de regeling van de uitvaart. Hierin zullen wij er naar streven - zoveel als mogelijk en wettelijk is toegestaan - aan uw wensen tegemoet te komen. Wij spreken bij het regelen van de uitvaart ook over de kosten van een uitvaart.



**VRIJBLIJVENDE
VOORBESPREKING**

**DAG & NACHT BEREIKBAAR
078 - 615 19 41**

**ONGEACHT WAAR
U VERZEKERD BENT**

INFO@UITVAARTDORDRECHT.NL



DE DRECHTSTREEK
uitvaartonderneming

Teken de petitie en breid gratis gordelroosvaccinatie uit



Steeds meer ouderen lopen risico op gordelroos. De vaccinatie voor deze aandoening moeten ze vaak zelf betalen. De Seniorencoalitie, waar ANBO-PCOB onderdeel van is, roept daarom op om [een petitie](#) te tekenen. Daarin staan drie duidelijke eisen: breid het gratis vaccinatieaanbod uit voor kwetsbare 70- en 80-plussers, maak een regeling voor mensen met een laag inkomen en start een landelijke bewustwordingscampagne.



Hoewel er plannen waren om de vaccinatie gratis te maken voor alle 60-plussers, zijn die inmiddels aangepast. Zoals het er nu naar uitziet krijgen vanaf 2027 alleen mensen die 60 jaar worden een uitnodiging voor een gratis prik. Mensen die al ouder zijn, vallen in de meeste gevallen buiten de regeling en moeten de kosten zelf betalen.

De ziekte, veroorzaakt door het varicellazostervirus, kan leiden tot hevige pijn, blaasjes op de huid en soms langdurige zenuwpijn. In ernstige gevallen kunnen ook complicaties optreden zoals oogontstekingen of zelfs verlamming in het gezicht.

In Nederland krijgt één op de vier mensen gordelroos. Jaarlijks melden zo'n 94.000 mensen zich bij de huisarts met deze pijnlijke aandoening, en honderden belanden zelfs in het ziekenhuis. Vooral ouderen lopen een verhoogd risico: wie 85 jaar wordt, heeft ongeveer 50 procent kans om ooit gordelroos te krijgen.

Er bestaat een effectief vaccin dat in negen van de tien gevallen bescherming biedt en ook langdurige pijn kan voorkomen. Toch kost deze vaccinatie ongeveer 400 euro en wordt niet standaard vergoed.

Volgens [De Seniorencoalitie](#) is dat oneerlijk. Juist ouderen en kwetsbare groepen hebben de grootste kans op ernstige klachten, maar voor hen vormt de prijs een hoge drempel. Mensen met een kleinere portemonnee hebben daardoor minder toegang tot preventieve zorg. Daarom steun de oproep: **TEKEN** de petitie

via: <https://gordelroos.petities.nl>

Varen en Zierikzee.

Op woensdag **16 september 2026** hebben we weer een reis gepland met de Snelle Vliet. We vertrekken om 09:15 uur vanaf het woonzorgcentrum Dubbelmonde of om 09:30 vanaf station Stadpolder naar Zierikzee voor een rondvaart en een bezoek aan Zierikzee.

Vanaf uw opstapplaats rijden we naar ons koffieadres op de Grevelingendam waar de koffie en de bolussen voor ons klaarstaan. Aansluitend stappen we weer in de bus en rijden via een mooie route naar de provincie Zeeland.

We gaan in Zierikzee aan boord van een boot van Rondvaartbedrijf Frisia voor een 2 uur durende vaartocht. Hopelijk gaan we zeehonden zien en wie weet nog wel andere mooie dieren. Aan boord kunt u genieten van een heerlijke koffietafel.

In Zierikzee aangekomen bent u enige tijd vrij om deze prachtige stad te ontdekken. Zierikzee is een stad met een rijke geschiedenis. Van een kleine nederzetting aan de Ee in de 10e eeuw groeide het uit tot een belangrijke stad, waar handel, nijverheid en visserij bloeiden. Door groeiende welvaart en aanzien werd aan de burgerij van Zierikzee op 11 maart 1248 stadsrecht verleend door graaf Willem II.

Voor een relatief kleine stad telt Zierikzee veel monumenten, nl maar liefst 568. Het bekendste monument is de Sint-Lievensmonstertoren, die in de volksmond ook wel de “Dikke Toren” wordt genoemd. Maar ook de Nobelpoort, Noordhavenpoort, molen De Hoop, het stadhuis, het Gravensteen, Tempeliershuis en diverse grote patriciërswohnungen zijn zeker een bezoek waard.

Later in de middag verlaten we Zeeland weer en we verwachten rond 18:00 uur terug te zijn in Dordrecht.

De prijs van deze reis (inclusief fooi chauffeur) is € 66,--. Niet leden betalen € 5,-- extra. Graag voor 1 juli 2026 het onderstaande formulier aan ons opsturen, want vol=vol. De reissom verzoeken wij U binnen veertiendagen na de boeking over te maken op de rekening van de

ANBO-PCOB afdeling Dordrecht, NL 60 INGB 0004 1255 14.

Wij vragen jullie, mocht je met deze reis mee wilt gaan, dit zo spoedig mogelijk via het onderstaand aanmeldingsformulier aan ons te melden.

Uitknippen en opsturen:

op het laatst vóór 1 juli 2026 naar de Reiscommissie,

Azobé 201, 3315 NR Dordrecht

Voornaam: Achternaam:

Adres: Postcode:

Woonplaats: Telefoon: 078-

06- E-mail adres:

Rollator mee: Ja / Nee

Dieetwensen: :

Opstapplaatsen:

☐ **09:15 uur:** Woonzorgcentrum Dubbelmonde, Koningstraat 290

☐ **09:30 uur:** Station Stadspolders / Groenezoom

Voor nadere informatie kunt U terecht bij de reiscommissie:

> Gre Bogaards 06-53 769 856

> Reina van Holst 06-83 231 639

> Corry van den Broek 06-30 255 475

> Nico Bogaards 06-22 164 189

ONZE ONLOGISCHE TAAL

Het meervoud van slot is sloten,
 maar toch is het meervoud van pot geen poten.
 Evenzo zegt men altijd: één vat en twee vaten,
 maar zal men zeggen: één kat en twee katen?
 Wie gisteren ging vliegen, zegt heden: ik vloog,
 dus u zegt misschien van wiegen, ik woog.
 Nee, pardon, want ik woog is afkomstig van wegen,
 maar.....is nu ik voog een vervoeging van vegen?
 En dan het woord zoeken vervoegt men: ik zocht,
 en dus hoort bij vloeken misschien ook: ik vlocht.
 Alweer mis, want dit is afkomstig van vlechten,
 maar ik hocht is geen juiste vervoeging van hechten.
 Bij roepen hoort riep, maar bij snoepen geen sniep.
 en evenmin hoort bij slopen, ik sliep,
 want dat is afkomstig van het schone woord slapen,
 maar zet nu niet weer: ik riep bij het rapen.
 Want dit komt van roepen en u ziet het terstond:
 zo draaien we vrolijk in het kringetje rond.
 Van raden komt ried, maar van baden geen bied.
 Dit komt weer van bieden, ik hoop dat u het ziet.
 Ook komt hiervan bood, maar van wieden geen wood.
 U ziet, de verwarring is akelig groot.
 Nog talloos veel voorbeelden zijn te geven
 want gaf hoort bij geven, maar laf niet bij leven.
 Men spreekt van: wij drinken en hebben gedronken,
 maar niet van: wij hinken, wij hebben gehonken.
 't Is, ik weet en ik wist, zo vervoegt men dat,
 maar schrijf u niet bij vergeten, vergist,
 dat is een vergissing, ja moeilijk, dat is 't.
 Het volgende geval is bijna te bont
 bij slaan hoort: ik sloeg, niet ik sling of ik slond.
 bij gaan hoort: ik ging, niet ik gong of gond.
 En noemt u soms een mannetjesrat een rater?
 Dat gaat wel op kat en een kater.

*Bron is onbekend maar het is ons toegestuurd door Mw. Polderman.
 Daarvoor hartelijk dank.*

Warm weer? Blijf koel!

Warm zomerweer kan fijn zijn. Maar als de temperatuur lang boven de 27°C blijft, is dit voor veel mensen te warm. Het is belangrijk om tijdens warme periodes uzelf en uw omgeving te beschermen tegen hitte.



Zoek een koele plek

Blijf overdag zo veel mogelijk in de schaduw. Doe inspannende dingen op koelere momenten in de ochtend of avond. Wanneer u wilt ontspannen, kunt u het best een koele plek opzoeken.

Kijk op www.groenblauwdordrecht.nl/hitte voor koele buitenplekken bij u in de buurt. U vindt hier ook een overzicht van alle watertap-punten die buiten te vinden zijn. Een lauwe douche of een voetenbad kunnen ook voor verkoeling zorgen

Zon in overvloed? Verzorg jezelf en anderen goed!



Drink voldoende water.
Ongeveer een glas per uur
(ook als je geen dorst hebt).



Drink vooral WATER.
(Af en toe koffie en thee kan ook.)



Kleurt je urine DONKER?
Drink meer!



Smeer je op tijd en voldoende in
als je de zon niet kunt vermijden.



Draag een zonnebril
(UV 400) en een hoed of pet.



Een zonnesteek kan
gevaarlijk zijn. Bel 112
wanneer u zich zorgen maakt.

Drink voldoende water

Hitte is niet goed voor uw gezondheid. Sommige mensen krijgen last van vermoeidheid, duizeligheid of hoofdpijn. Gelukkig zijn er veel dingen die u zelf kunt doen om koel te blijven.

Het is belangrijk om voldoende water te drinken. Elk uur een glas. Ook wanneer u geen dorst heeft. Neem ook water mee als u de deur uit gaat. Draag lichte, luchtige kleding, een zonnehoed en een zonnebril.



Houd uw woning koel

Door de gordijnen dicht te houden, houdt u de zon buiten. Heeft u zonwering, maak daar dan optimaal gebruik van. Elektrische apparaten geven ook warmte af. Gebruik die zo min mogelijk. Zet de ramen en deuren open wanneer het buiten koeler is dan binnen. Dan kan het huis verder afkoelen.

Zorg voor elkaar

Ouderen en mensen met een chronische ziekte zijn extra gevoelig voor hitte. Let op elkaar en vraag hulp als u dit nodig heeft. Meer tips voor warm weer zijn te vinden op www.GGDZHZ.nl/hitte.

Samen zorgen we ervoor dat Dordrecht koel blijft deze zomer!

Tips voor ouderen bij hitte

Blijf koel

Bent u op leeftijd? Dan heeft u meer kans op schade aan uw gezondheid door hitte. Dit heeft verschillende oorzaken. Zo neemt het dorstgevoel af met de leeftijd en raakt uw lichaam warmer minder goed kwijt. Ook kan het zijn dat uw lichaam minder reserve heeft om gevolgen van uitdroging en oververhitting op te vangen. Sommige medicijnen hebben ook invloed. Lees hier wat u kunt doen om in een warme periode koel te blijven en schade aan uw gezondheid te voorkomen. Vraag of accepteer aangeboden hulp als dat nodig is om onderstaande adviezen op te kunnen volgen.

WEES VOORBEREID



Zorg dat u altijd water bij u heeft.



Volg de weersvoorspellingen.



Sommige medicijnen hebben invloed op de lichaamstemperatuur of vochtafvoer. Controleer de bijsluiter en overleg met de huisarts.



Smeer u op tijd en voldoende in als u de zon niet kunt vermijden.

DRINK VOLDOENDE



Drink voldoende water. Ongeveer een glas per uur (ook als u geen dorst heeft).



Houd bij hoeveel u gedronken heeft. Gebruik zo nodig een checklist.



Drink vooral WATER. (Af en toe koffie en thee kan ook.)



Kleurt uw urine DONKER? Drink meer!



Eet vezelrijk met genoeg volkoren producten en groente en fruit. Dit helpt harde ontlastings als gevolg van de hitte te voorkomen.

HOUD UZELF KOEL



Draag een zonnebril (UV 400) en een hoed of pet.



Zoek verfrissing op. Leg een vochtige doek in uw nek of neem een koele douche of (voet)bad.



Kies voor lichte en luchtige kleding.



Doe inspanningen op koelere momenten. Let op, bij hitte kunt u eerder onvast ter been zijn. Kom rustig overleind, blijf eerst een moment zitten en ga daarna een moment staan voordat u begint met lopen.



Zoek een plekje in de schaduw op om te ontspannen. Thuis te warm? Zoek dan een andere koele plek op.

HOUD UW WOONRUIMTE KOEL



Benut uw zonwering maximaal. Houd ook de gordijnen gesloten zolang de zon schijnt.



Zet uw ramen en deuren open zolang het buiten koeler is dan binnen.



112

Een zonnestreek kan gevaarlijk zijn. Bel 112 wanneer u zich zorgen maakt.

Regel hulp om de woning koel te houden indien u hier zelf niet toe in staat bent.

Zon in overvloed? Verzorg uzelf en anderen goed! Voor meer informatie: ggdzhz.nl/hitte

Voor u gelezen



“Warm eten”

Tegenwoordig, hebben wij ouders, kinderen en kleinkinderen het over ontbijt, lunch, diner, dessert en snacks.



Toen wij klein waren, hadden we het vroeger niet over deze voor vreemde woorden. Wij kregen brood, warm eten en een toetje.

Nu dragen we shirts, maar vroeger spraken we over een trui of bloes.

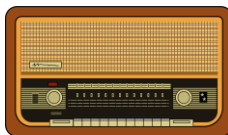
Ook aan ons dagelijks brood zie we dat onze kleinkinderen vaak in een andere wereld leven en opgroeien. Toen ik vroeg of ze roggebrood wilden, keken ze verbaasd. Hoe deed de bakker dat? Broodbakken van rog, van een vis?



“Uit Goude jaren – Annegreet van Bergen”

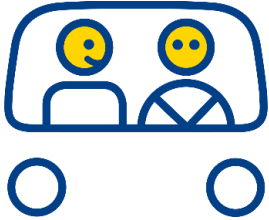
WEET JE NOG ?

Het belangrijkste werk van sterrenkundige Nicolaas Copernicus, “Over de omwentelingen van de hemellichamen, wordt op 5 maart 1616 door de katholieke kerk aan de lijst met verboden boeken “*Undex librorum prohibitorium*” toegevoegd. 73 Jaar nadat het boek is uitgegeven. In dit werk stelt Copernicus ondermeer dat niet de aarde, maar de zon het middelpunt van ons zonnestelsel is.



Uit: Historische feitjes – kalender 2026

ANWB AutoMaatje



Met ANWB Automaatje willen we mensen zo lang mogelijk mobiel houden en laten deelnemen aan het sociaal maatschappelijke verkeer. We bieden een vervoersservice voor en door eigen inwoners, waarbij vrijwilligers minder mobiele plaatsgenoten op verzoek vervoeren.

Vrijwillige chauffeurs gebruiken daarvoor hun eigen auto. Sinds maart 2025 is ANWB AutoMaatje beschikbaar in Dordrecht. Vrijwilligers van ANWB Automaatje Dordrecht maken gebruik van een app waarin ze alle lopende ritaanvragen kunnen zien. Zo kunnen ze zelf kiezen welke ritten in hun schema passen.

Wil je een rit aanvragen? Neem dan telefonisch contact op met de Hulplijn Dordt (**078-200 10 79** ma t/m vr van 9-12 u) of gebruik het digitale aanmeldformulier. Vraag je voor de eerste keer een rit aan? Dan hebben we altijd even telefonisch contact, voordat de rit in het systeem wordt gezet.

Aanmelden voor ANWB AutoMaatje is gratis. Je betaalt alleen een kleine onkostenvergoeding per kilometer en eventuele parkeerkosten.

ANBO- PCOB- MAGAZINE & BLAD ONTMOETING 2026			
ANBO-PCOB MAGAZINE BLAD ONTMOETING		INLEVEREN KOPIJ <u>ONTMOETING</u>	BEZORGING OP of NA
JUNI / JULI	2026	Di. 19 mei	10 juni
AUG. / SEPT.	2026	Di. 30 juni	22 juli
OKTOBER	2026	Di. 1 september	23 september
NOVEBER	2026	Di. 13 oktober	4 november
DEC/. 2026 / JAN. 2027		Di. 1 december	2 december *)

Evenementen in Dordrecht

- ❖ Za. 06 juni 08.30 u. Rommeldam
- ❖ Vr. 19 juni - ma. 21 juni Bach festival
- ❖ Zo. 28 juni - Gluren bij de buren
- ❖ Di. 30 juni - Ketí Koti herdenking
- ❖ Zo. 5 juli - Dordtse Boekenmarkt
- ❖ Zo. 19 juli - Kunsthoofd
- ❖ Zo. 26 juli - Kunsthoofd
- ❖ Zo. 2 aug. - Kunst- en Antiekmarkt



➤ <https://indordrecht.nl/uitagenda/evenement/>

GRATIS VALPREVENTIE CURSUSSEN

Het gehele jaar door in verschillende wijken in Dordrecht

10 WEEKSE VALPREVENTIECURSUS

Verhoog uw zelfvertrouwen, verminder het vallen & leer hoe u kan vallen.

GRATIS DEELNAME

De cursussen worden gesubsidieerd door de gemeente Dordrecht voor 65+ ers die verhoogd risico hebben om te vallen.

UITGEBREIDE VAL RISICO BEOORDELING

Voorafgaand aan de cursus wordt een uitgebreide val risico beoordeling afgenomen.



Bel voor meer informatie naar de deelnemende fysiotherapiepraktijken in de wijk:

CENTRUM

Fysiopraktijk Fysico · 078 2001620

CENTRUM

Comeback · 078 2049102

DUBBELDAM / STADSPOLDERS

Balanz · 078 6163033

DUBBELDAM / STADSPOLDERS

Krachtwereld · 078 7852868

KRISPIJN / CRABBEHOF

Vitaliz · 078 6160202

STAART

Vitaliz · 06 46103304

STERRENBURG

Schuilenburg · 078 6177145

ALGEMENE INFORMATIE

Blijven Staan · 078 2055000

Nationaal Onderwijsmuseum moet definitief sluiten: museum vecht besluit kabinet aan

Het Nationaal Onderwijsmuseum in Dordrecht moet zijn deuren sluiten nu het kabinet weigert een aangenomen Kamermotie uit te voeren.



Het demissionaire kabinet maakte vrijdag bekend dat een aangenomen motie om de subsidie voor het museum ook na 1 januari 2027 in stand te houden, niet wordt uitgevoerd. Het museum verkeert al langer in financiële problemen. Dit besluit betekent het definitieve einde.

Het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap liet eind maart dit jaar al weten dat de subsidie per 1 januari 2027 zou worden beëindigd. In september nam de Tweede Kamer een motie van Ilana Roederkerk (D66) aan om deze financiering te behouden.

‘Ondeugdelijke dekking’

De motie heeft een ‘ondeugdelijke dekking’, volgens demissionair staatssecretaris Koen Becking (Cultuur, VVD). Het geld voor de subsidie zou namelijk alleen komen uit middelen die tijdelijk over zijn of al voor andere zaken bestemd waren. Daarnaast zou de motie ervan uitgaan dat het museum met behoud van de subsidie kan blijven bestaan, iets wat volgens Becking niet het geval is.

AD Dordrecht

Computer tijger gezocht

Bent u een computertijger en wilt u als vrijwilliger anderen helpen bij computerproblemen. Bent u bekend met Windows, Word, Excel en internet. Dan willen we graag in contact met u komen! Een uitdaging? Neem contact op met onze voorzitter. Doen !



Spreekwoorden en Gezegden

De **oude Nederlandse maandnamen** worden vandaag de dag nog steeds door sommige mensen gebruikt, soms door taalpuristen of gewoon als synoniem voor de gebruikelijke namen van het gregoriaanse kalenderstelsel. Ook in de literatuur en poëzie komt men deze namen weleens tegen. In Vlaanderen heeft Guido Gezelle zich sterk gemaakt voor een lijstje dat nog zuiverder op het Nederlands terugging.



Juni, (ook wel de zomermaand of rozenmaand) is de zesde maand van het jaar in de gregoriaanse kalender. De maand heeft 30 dagen. Er zijn geen andere maanden in eenzelfde jaar die op dezelfde dag van de week beginnen als juni. De zonnewende (21 of 22 juni) is op het noordelijk halfrond de langste dag en de kortste nacht.

Juli, ook wel de oogstmaand genoemd

Het is de zevende maand van het jaar in de gregoriaanse kalender en heeft 31 dagen. De maand is vernoemd naar de Romeinse dictator Gaius Julius Caesar. 1 juli hoort nog bij de eerste helft van het jaar. Een "gewoon" jaar van 365 dagen is precies half voorbij op 2 juli om 12 uur 's middags. Een schrikkeljaar is vanwege de extra dag in februari iets eerder half voorbij, om middernacht van 1 op 2 juli.

➤ Zie ook [Oudnederlandse maandnamen](#).

WEERSPREUKEN

JUNI

- Heeft Sint-Magriet 10 juni geen zonneshijn, dan zal het een natte zomer zijn.
- Regen op Sint-Barnabas 11 juni, dan zwemt de oogst in de waterplas.
- Regen met Sint-Veith 1 juni, dan regent het zes weken in de tijd.
- Het weer van Sint-Jan 24 juni, houdt dertig dagen aan.
- Is juni nat en guur, dan wordt alles slecht en duur.
- Boeren maaien nu hun grasjes, stedelingen pakken hun terrasjes.





Kapster aan huis

Knippen dames
Knippen heren
Föhnen/Stylen
Permanenten
Watergolven

Bel of mail voor een afspraak
Ik kom graag bij u langs

tel: 0610719281 shinebymirjam@gmail.com

 **Aruna Goedegebuure**
Notariaat & Estate planning

Advies nodig?

Maak een afspraak
ter oriëntatie.

Aruna Goedegebuure
Notariaat & Estate planning

Rotterdamseweg 40
3332 AJ Zwijndrecht
Telefoon 078 - 612 64 66
info@arunagoedegebuure.nl
www.arunagoedegebuure.nl



Voldoende gratis parkeergelegenheid
Rolstoeltoegankelijk | Gemakkelijk bereikbaar

- In juni te veel regen in de nok, schaadt de bij en de bonenstok.
- Juni met veel donder, brengt de oogst ten onder.
- Met een zomerwervelwind, is het weer ons goed gezind.
- Blaast juni uit de noorderkant, verwacht veel koren op het land.
- Donderweer in juni maakt het koren dik.
- Zware onweers baren dikke korenaren.
- Juniweer meer droog dan nat, vult met goede wijn het vat.
- Als het koud en nat in juni is, dan is het heel het jaar ook mis.
- Hoor je in juni de donder kraken, dan maken boeren goede zaken.
- Zo heet het is in juni, zo koud het is in december.

<https://www.mooiespreuken.net/weerspreuken-juni/>

JULI

- Is juli heet en droog, dan houdt de winter kwaad betoog.
- Is juli regenachtig, dan is augustus twijfelachtig.
- Juli helder en klaar, heet altijd een goed jaar.
- In juli broeierige dagen, wordt gevolgd door donderslagen
- Brengt juli hete gloed, dan is september goed
- Als de merel ruit vroeg in de zomer, wordt de winter kwel en kommer
- Slechts in juli gloed, dan worden vrucht en wijn goed!
- Sint Margriet, 30 dagen regen...of niet!
- Prijkt juli in hete gloed, dan zijn in het najaar de vruchten goed.
- 's Nachts regen en daags de zon, dat vult de schuur, zak en ton.
- Prijkt in juli 'n hete gloed, zo gedijt de september goed.
- Brengt de regen op juli één, de hele maand gaat erbij heen.



<https://www.mooiespreuken.net/weerspreuken-juli/>

https://nl.wikipedia.org/wiki/Oude_Nederlandse_maandnamen

Vaderdag

Vaderdag is een feestdag ter ere van vaders, waarbij het vaderschap en het belang van vaders voor de opvoeding en verzorging van hun kinderen wordt gevierd. In Nederland wordt Vaderdag gevierd op de derde zondag in juni. In België viert men in het grootste deel van het land op de tweede zondag van juni. In de provincie Antwerpen viert men dit op 19 maart. Het feest komt voort uit de eerdere Moederdag, dat in Nederland steeds op de tweede zondag in mei wordt gevierd.

“Overgenomen uit Wikipedia”

ANAGRAMMENSLANG

Vul onderstaande woorden zigzag van boven naar beneden in in de slang. De eerste en laatste letter zijn gegeven. De laatste letter van het voorgaande woord is tegelijk de eerste letter van het volgende woord. Bij juiste invulling vormen de letters bij de cijfers een woord dat met deze tijd te maken heeft. De oplossing kunt u weer naar de redactie sturen **vóór 7 juli 2026**. Ik wens u veel puzzelplezier!!

FATAAL
IQ
ZAAD
BIO
HOOP
UNIEK
ALGAUW
GEBAAAR

KARKAS
ELLEN
OCH
DATA
LOB
QUIZ
MOOI

NABIJ
STEVIG
PLU
WEEF
IJSTAART
ROGGE
TOTEM



DE VRIES GROENWERK

HOVENIERSBEDRIJF

Een vorstelijke tuin, dat kan, want bij ons is de klant koning.

Voor aanleg of onderhoud van uw tuin, bel voor een vrijblijvende prijsopgave:
078 642 81 17 of 06 53 29 74 05

Of neem een kijkje op onze website: devriesgroenwerk.nl

Zalmsteeg 1
3354 XX Papendrecht



VAKGARAGE JAN KOK

**Voor al uw onderhoudsbeurten, reparaties,
apk-keuringen en occasions
Inkoop van auto's gevraagd.**

Noordhoevelaan 39
3319 CH Dordrecht
Tel. 078 - 613 63 93

info@autobedrijfjkok.nl
WWW.VAKGARAGEJANKOK.NL



**Goed eten.
Daar houden
we van.**

PLUS 't Lam

Plus 't Lam Dubbeldam
Dubbeldamlaan West 86 // Dordrecht



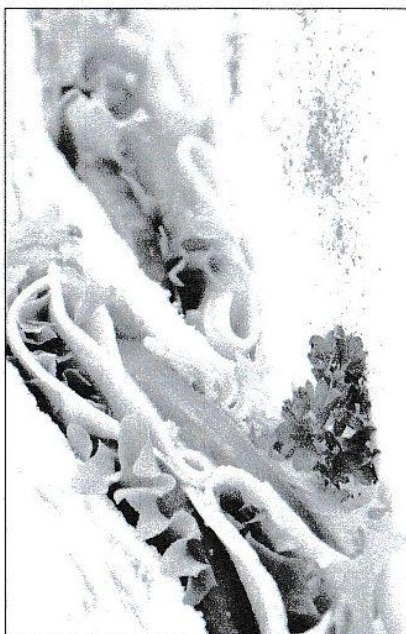
Nestor
Service bv

Nestor Service Installatietechniek met Werkzaamheden als o.a.

- Onderhoud en reparatie
- Beheer op afstand
- Sanitair en cv renovatie scholen
- Klimaat en luchtbehandeling
- Vervanging ketels



www.nestorservice.nl



Nannings
Catering

Plein 1940-1945, nr. 5
3313 CV Dordrecht
T. 078 - 613 35 29
M. 06 - 51 088 490

info@nanningscatering.nl
www.nanningscatering.nl

ANAGRAMMENSLANG

K			3						1	
							2			
	5			10			6			
			7							
	4	11								
						9				8
										K

Fiets-4-Daagse Wielerweek Moerdijk

De Wielerweek Moerdijk kent sinds 2024 een nieuw onderdeel, namelijk de Fiets-4-Daagse. Van dinsdag 4 tot en met vrijdag 7 augustus 2026 verzorgt de organisatie van de Wielerweek Moerdijk voor de derde keer de JUMBO Fiets-4-Daagse voor alle leeftijden, dus ook voor senioren. Het beloven mooie tochten te worden door onze gemeente Moerdijk en de omgeving. U kunt kiezen voor 1, 2 of meer dagen. Er zijn elke dag drie mooie tochten te kiezen met afstanden van 25, 40 of 60 km.

Wanneer: van dinsdag 4 tot en met vrijdag 7 augustus 2026

Locatie: Markt Zevenbergen

Starttijd: tussen 9 en 11 uur

De deelname is gratis, mogelijk gemaakt door JUMBO en Port of Moerdijk om in het kader van vitaliteit beweging te bevorderen.

EXTRA' s

Uiteraard stellen we als organisatie een aantal extra's beschikbaar:

Versnapering voor onderweg

Pech onderweg bus

EHBO aanwezig

Inschrijving is geopend en is gratis

Inschrijven is verplicht en kan via deze link:

Evelo Wielerweek Moerdijk | Fiets-4-Daagse
met een klik op de button Ticket deelname.





Vrede

Het zit hem niet in couscous
in matses of in spruiten
door wat je eet en lekker vindt
val jij er heus niet buiten.

Het zit 'm ook niet in je haar
je huidkleur of je ogen
dat is gewoon niet van belang
als mensen elkaar mogen.

Het zit 'm niet in veel verstand
of goed getrainde spieren
of jij aan Kerst of Pesach doet
of Suikerfeest wil vieren.

We kunnen heel verschillend zijn
en toch in vrede leven
het gaat erom of jij en ik
elkaar de ruimte geven.

Het zit 'm in één enkel ding:
of wij elkaar vertrouwen
en of we samen met elkaar
aan vrede willen bouwen.

Greet Brokerhof-van der Waal

Vanochtend stapte de zoveelste voetganger zonder uit te kijken vlak voor mijn fiets over. Als fietser moet je je dan maar zien te redden. Ik zeg de “zoveelste” want het overkomt me regelmatig. Het bracht me bij de uitdrukking dat dit kennelijk het “nieuwe normaal” is. Oversteken zonder uit te kijken. Zo is het ook het nieuwe normaal dat het gros van de mensen totaal geen oog meer heeft voor hun omgeving maar onafgebroken op het scherm van hun mobiel lopen te staren. Dat iemand uit de lift komt en frontaal tegen je aanloopt vanwege diezelfde mobiel. Dat je midden in het park bijna van de sokken wordt gereden door een fatbike. Dat iets vandaag twee euro kost en hetzelfde morgen twee euro vijftig. Aan de pomp gaat het nog rapper heb ik begrepen. En het nieuwe normaal is ook dat je drie kettingen om je fiets moet leggen tegen diefstal.

Ons leven is opgebouwd uit nummers, codes en pasjes. En leven met gevaar voor hacken, fishing, malware en allerlei andere digitale narigheid. Sinds kort is daar AI aan toegevoegd waardoor we moeilijk kunnen bepalen of iets echt is of fake. Hoort allemaal bij het nieuwe normaal. En dat er elke week iets is dat verandert. En dat Nederland is opgedeeld in rechts en links, samengevat als polarisatie. Bepaalde meningen mag je niet meer hardop uitspreken want we moeten woke zijn. De regering die eerst drie maanden iets bekijkt, daarna het drie maanden bespreekt waarna het op niets uitdraait. Bij alles lange wachttijden. Keuzemenu's waar niet door te komen is. Via internet of telefoon te woord gestaan worden door een robot en dan voortdurend met een kluitje in het riet gestuurd worden. En sinds kort zijn de natuurbranden toegevoegd aan het nieuwe normaal. We moeten nu niet alleen de strijd aanbinden met het water, maar ook met de droogte. Bovendien moeten we ons voorbereiden op grote stroomstoringen. Och ja, waarop moeten we ons niet voorbereiden? Dus een noodpakket behoort ook bij het nieuwe normaal.

Het nieuwe normaal, we moeten ermee leven maar ik word er niet blij van. Vergeleken met het nieuwe normaal waren de tien plagen van Egypte een fluitje van een cent. En daar kwam nog een keer een eind aan. Dat nieuwe normaal is een optelsom zonder einde. Maar wat dat overstekend wild betreft, heb ik soms een binnenpretje. Als ik het bijtijds zie aankomen rijd ik zo rakelings langs dat ze zich het apenzuur schrikken. Soms volgt er een scheldkanonnade, dan kan m'n dag niet meer stuk. Kijk, en dat is nu mijn nieuwe normaal.

Cobi Fontijn



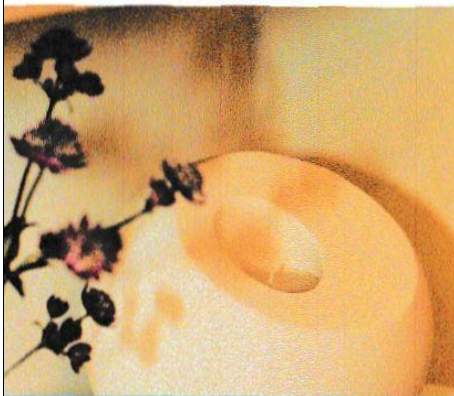
Mogelijkheid om uw eigen uitvaartwensen vrijblijvend en kosteloos te bespreken en vast te leggen in een voorgesprek. Of vraag een wensenboekje aan en vul het zelf in.

Ervaringsdeskundige op het gebied van het begeleiden van mensen met dementie die een dierbare hebben verloren.

Is er een uitvaartverzekering, u kunt altijd Vjanova bellen. informeer naar de mogelijkheden.

Afscheidsboetiek voor assierraden, urnen en troostcadeautjes

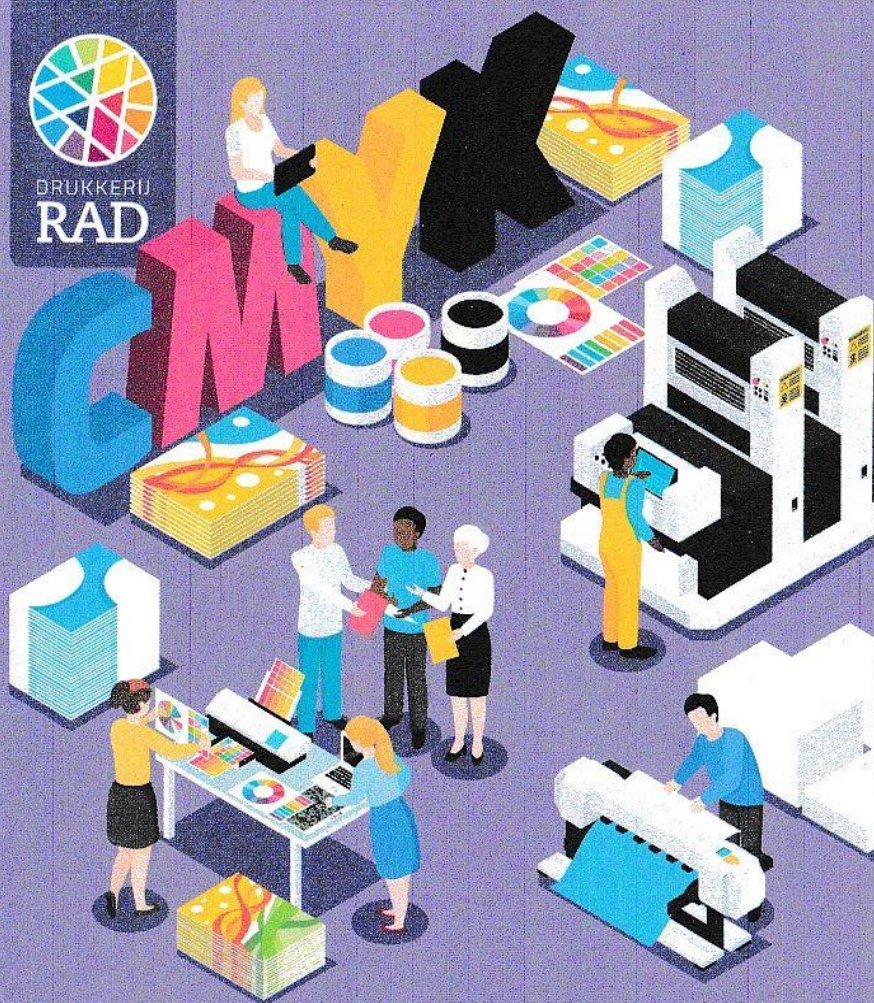
Vriesestraat 122, 3311 NS Dordrecht



info@vjanova.nl - www.vjanova.nl - 06-12800050



DRUKKERIJ
RAD



WIJ MAKEN SPECIAAL
drukwerk

REEWEGPAD 22, DORDRECHT | 078 - 621 38 82 | INFO@DRUKKERIJRAD.NL | WWW.DRUKKERIJRAD.NL

VRAAG & ANTWOORD

De oplossing van de Paardensprongpuzzel is het woord **MOEDERDAG**.

En hier volgen de antwoorden op de bijbelvragen

1. Beltsazar, Sadrach, Mesach en Abednego
2. Arjoch
3. Kleine vossen
4. Met een ree en met welpen van herten
5. Kalfjes
6. Afstammelingen van van boer Kis, de vader van koning Saul
7. De kronieken van zijn rijk
8. Amelekieten

De inzendingen kwamen van Dhr. Boon , Mw. Spijkers, Mw. Nijsen, Engelen Fontijn en Renske Idsinga. Na loting is de winnaar **Dhr. Boon**.

En dan hier de nieuwe bijbelvragen

1. Hoe heette de grootvader van David? Ruth 4: 17
2. Hoe heette de vrouw van Hosea? Hosea 1: 3
3. Hoe heette de schoonvader van Mozes? Ex. 3: 1
4. Wat wordt er gezegd over het uiterlijk van koning Eglon van de Moabieten? Richteren 3: 17 en 22?
5. Waarmee wordt de overeenkomst van Boaz en de andere rechthebbende lossen t.a.v. Ruth en Naomi bekrachtigd? Ruth 4: 7,8
6. Welke koning van Juda heeft de viering van Pesach weer ingevoerd na de vondst van het wetboek in de tempel? 2 Kon. 23: 20 t/m 23.
7. Hoe heetten de dochters van Job? Job 42: 14
8. Mogen de Joden escargo's eten? Leviticus

Als u de oplossing **vóór 7 juli** opstuurt naar de redactie, maakt u kans op een cadeaubon.

Ik wens jullie veel puzzelplezier en hartelijke groeten van

Wil



OP DE VENSTERBANK



De plant die deze keer op de vensterbank wordt gezet, heeft al een aantal jaren geleden onze aandacht gekregen. Het is het Venusschoentje, en komt uit de Orchideeën-familie.

Haar Latijnse naam is PAPHIOPEDILUM. De bijnaam van de Griekse godin Aphrodite was Paphia, die in het oude Rome Venus werd genoemd. Pedilon betekent: pantoffeltje en zo werd er in het Latijn Paphiopedilum (Venus-schoentje) van gemaakt.

Dit Orchideeën-geslacht omvat in het wild, voornamelijk in tropisch Azië, ongeveer 60 soorten. Ze bezitten leerachtige, groen of getekende bladeren. De bloemstengel ontstaat in het midden van de scheut. De bloemen kunnen in kleur variëren van groenwit tot mahoniebruin en rozegel en geuren niet.

Als standplaats verlangt ze een plek in de schaduw, geen zomerzon.

Liefst op het Noorden of Oosten.

In de winter meer licht.

Een kamertemperatuur van rond de 20° C is ideaal.

Zorg voor een hoge luchtvochtigheid.

(Regen)water geeft u net voldoende om uitdroging te voorkomen en eenmaal per maand kalkvrije mest.

An.

De eenzaamheid is de beste voedster
der wijsheid.

Laurence Sterne

Belangrijke Telefoonnummers

Alarmnummer Ambulance, brandweer, politie	112
- Politie ZHZ (geen alarm-zonder zwaailicht)	0900-8844
Alb. Schweitzer ziekenhuis (alle locaties)	078 654 11 11
- Huisartsenpost: spoedeisend (17.00-08.00 uur)	078 20 200 20
- GGD Zuid-Holland (waaronder DG Jeugd)	078 770 85 00
Aafje zorglijn Telefoon:	088 82 332 33
- Curadomi (Christelijke thuiszorg)	078 30 60 005
- MIJ (v/h MOB + Internos thuiszorg)	078 648 38 38
CIJ : centrum indicatie zorg regio Z-W	088 789 10 00
Landelijk meldpunt Zorgklachten	088 120 50 20
Zorgbelang Zuid-Holland Zuid - Dordrecht	088 929 4000
Sociale dienst Drechtsteden	078 770 89 10
Stichting MEE Drechtsteden, waaronder:	078 750 89 00
- Sociale wijkteams (alle wijken)	078 22 10 200
- Geldpraatje – mailadres: geldpraatje@dordrecht.nl	078 77 08 989
Rijbewijs keuringen senioren - vanaf 75 jaar:	
- Klein rijbewijs € 55 / Groot € 70	
- Afspraak maken via Regelzorg	088 23 23 300
Belasting service	
Nieuwe aanmeldingen via bureau Woerden	0348 46 66 66
- dhr A.A. Jongkind, coördinator	078 691 21 13
- dhr. J.M. Doornik	078 617 46 00
- dhr. J.M. Hopma	06 37 14 0355
- dhr. W. Somer	06 51 97 8548
Alzheimer tel. Hulpdienst (09-23 u.)	0800 5088
SOS Telefonische Hulpdienst	078 613 23 22
Stichting Hip, hulp in praktijk Dordrecht	078 200 10 79
PlusBus info+reservering: plusbus@salios.nl ma-do 10-12 u.	06 33 736 189
Opgave Lief en Leed, Mw. L. Markesteijn-Breur	078 613 71 49
Kopij Contactblad: Mw. J.H. Fontijn: zie pag. 2	078 631 59 24
Bezorging bladen: Fam. Den Houter	078 613 98 28
- Drukkerij RAD.	078 621 38 82
Website afd. Dordrecht:	0700000
- https://www.ANBO-pcob.nl/afdelingen/dordrecht	

Zelfstandig wonen met zorg dichtbij, bent u klaar voor de toekomst?

U wilt zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen.

Dat lukt helaas niet altijd in het huis waar u nu woont. Daarom biedt Salios in Dordrecht en Zwijndrecht Wonen met zorg aan, op plekken met voldoende faciliteiten in het pand en/of in de buurt. Zelfstandig wonen met ondersteuning, afgestemd op uw behoefte, dichtbij.

Ondersteuning dichtbij

Als u woont met zorg bij Salios is er altijd ondersteuning nabij. Dat kan een medebewoner, vrijwilliger of (zorg)medewerker zijn. Wij vinden het daarom ook fijn als het mogelijk is dat u nog iets kan bijdragen aan het woonplezier in het complex.

De woonlocaties van Salios zijn zo ingericht dat u er tot op hoge leeftijd kunt blijven wonen. Ook als er sprake is van een lichamelijke beperking of chronische ziekte.

Locaties

In Dordrecht in de wijken Krispijn, Wielwijk, Stadspolders en Sterrenburg en in Zwijndrecht in de wijken Kort Ambacht en Walburg vindt u Wonen met zorg locaties.

Meer weten of direct inschrijven?

Bel onze klantenservice:
078 2083030

