



PROTESTANTS
CHRISTELIJKE
OUDEREN
BOND

Ontmoeting

CONTACTBLAD VOOR OUDEREN DORDRECHT

JAARGANG 37 nr. 10 • OKTOBER 2024



Vrijwilligers gezocht!



**Wilt u iets
betekenen voor
onze bewoners?**

Draagt u ouderen en kwetsbare
mensen een warm hart toe?
Dan gaan we graag met u
in gesprek!

Meer weten?

Kijk op vrijwilliger.pzcdordrecht.nl of neem
contact op met Jasja van der Voorden.

078 652 88 88

jasja.vandervoorden@pzcdordrecht.nl



CONTACTBLAD 37^e JAARGANG NR. 10 – OKTOBER 2024

INHOUD	1
Bestuur	2
Van de voorzitter	3
Uitnodiging ledenbijeenkomst	4
Voor u gelezen	5
Beleef een tuilmomentje	6-7
De vijf spelregels van dee-bike	7-8
Rijbewijskeuring/ Opfriscursus autorijden	9-10
Fietsgroep/ Dringend Beroep	11
Ledenadministratie	12
Advertentie ANBO-PCOB	13
Advertentie DigiHulp	14
Puzzel	15
Gedicht	16
't Is Waarlijk.....Wonderbaarlijk	17
Vraag & Antwoord	18
Op de vensterbank	19
Belangrijke telefoonnummers	20

Contributie 2024: € 34,00 (alleenstaanden); € 55,00 (echtparen)

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 Nieuwegein en omgekeerd.

Kopij voor het oktober-nummer inleveren vóór **15 oktober 2024**

Bestuur PCOB afdeling Dordrecht

<p><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</p>	<p style="text-align: center;">De huidige functie van secretaris is (nog steeds) vacant !!</p>
<p><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</p>	<p><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</p>
<p><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. PCOB-Dordrecht</p>	<p><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</p>
<p><u>Mw. J.H. Fontijn (geen bestuurslid)</u> <i>Eind-redacteur</i> Weizigtweg 301 3314 JJ Dordrecht Tel: 078-6315924 jhfontijn51@gmail.com</p>	<p><u>Dhr. T. A. Wor (geen bestuurslid)</u> <i>Acquisiteur-PCOB-blad</i> Maaskanterf 215 3315 KR Dordrecht Tel: 06 13730642 theoworddt@hotmail.com</p>
<p><i>Contactpers. "Lief en Leed"</i> (geen bestuurslid) <u>Mevr. L. Markesteijn-Breur</u> Eikenlaan 24 3319 SC Dordrecht Tel. 078 - 6137149</p>	<p><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</p>



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

F I E T S S P E C I A L I S T

GOOS STAM

Anthony Vermeij



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

Vitaliteits- programma

Kracht- en conditieopbouw voor
ouderen / voedingsadvies

&
Valpreventie

voor ouderen

BALANZ

FYSIOTHERAPIE

Bamendaweg 36
3319 GS Dordrecht

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

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



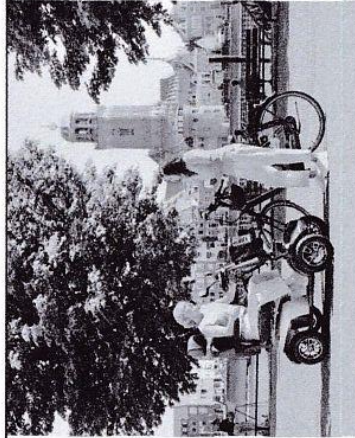
FYSIOTHERAPEUTISCH TRAININGSCENTRUM





Scootmobiel

Rijnmond.nl



OPENINGSTIJDEN:

Dinsdag - Vrijdag
10.00 - 16.00 uur
Zaterdag en 's avonds
op afspraak

Uw zorgspecialist in de
regio voor Scootmobielen,
Rollators, Rolstoelen en
Zorghulpmiddelen.



Showroom van 200m² zorgplezier en gratis parkeren voor de deur!

Noordeinde 118, 3341 LW Hendrik-Ido-Ambacht | Tel. 078 68 22 307 | scootmobielrijmond.nl

VAN DE VOORZITTER



ANBO-PCOB

Zoals u deze maand merkt is onze nieuwe vereniging zeer actief en direct vooruitstrevend. Bij ons maandblad Ontmoeting ontvangt u ook het nieuwe LANDELIJK ANBO-PCOB magazine met de verrassende titel “Ouder EN Wijzer”

Een titel die op verschillende manieren gelezen kan worden, zoals Ouderenwijzer, kortom een duidelijke titel. Voor de landelijke organisatie is dit ook het begin van een nieuw verenigingsjaar.

Ook de nieuwe website is gelijktijdig in de lucht gegaan. Let wel: wanneer je als PCOB-lid kon inloggen op mijn PCOB-account met uw lidmaatschapsnummer, dan moet u opnieuw een account aanmaken. Ga naar de site ANBO-PCOB vul uw e-mailadres in en klik op “ wachtwoord vergeten”

U ontvangt dan opnieuw een bericht waarop u verder uw account kunt aanmaken. Als ANBO-PCOB-lid kunt u inloggen op de website. U krijgt dan toegang tot informatie die alleen toegankelijk is voor leden, zoals:

- de digitale en gesproken versie van OuderenWijzer,
- voorbeeldbrieven van ons Adviesteam
- checklists
- direct opvragen van de Tipgidsen
- hoe u gebruik kunt maken van de ledenvoordelen

Daarnaast kunt u hier uw gegevens inzien, beheren en wijzigen. Ook kunt u aangeven of en welke communicatie, bijvoorbeeld nieuwsbrieven of post, u van ons wilt ontvangen. Maar ook welke thema's en onderwerpen u interesseren en of u deel wilt nemen aan onderzoeken, enquêtes, webinars en bijeenkomsten.

Namens het bestuur,
Cor den Dopper,
Voorzitter.

UITNODIGING

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

DONDERDAG 17 OKT. 2024

**in de Biesboschzaal van verzorgingshuis “Dubbelmonde”
Koningstraat 290 in de wijk Dubbeldam.**

Aanvang 14.30 uur

Huisarts en schrijver Jan Huisman geeft een lezing met de titel ‘Slaap, dromen en God’ waarin hij stilstaat bij de slaap, de verschillende slaapstadia en de functie van dromen.

AGENDA:

- Opening door de voorzitter
- Lezing “Slaap, dromen en God”
- Pauze
- Vervolg lezing
- Sluiting

De uitgangscollecte is bestemd voor Lief & Leed

Met vriendelijke groeten

Het bestuur

-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-

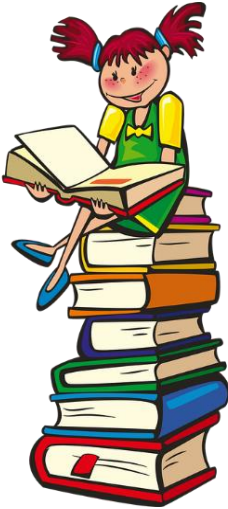
Volgende Bijeenkomst

**in Zorgcentrum Dubbelmonde
op donderdag 14 november 2024**

Aanvang 14.30 uur

- **John Beekhof, amateur kunstenaar vertelt over en laat zijn eigen werk zien**

Voor u gelezen:



“Praatpalen van de snelweg”

Ook de praatpaal was een tussenvorm. In dit geval tussen vlaggetjes en mobiele telefoon. Het korte leven van de praatpaal begon in de jaren zestig. Toen werden bij wijze van proef de eerste tien langs de rijksweg (A)13 tussen Den Haag en Rotterdam geïnstalleerd en konden automobilisten bijna ter plekke autopech melden.



Voor die tijd moesten ze wachten tot een

patrouillerende wegwachter hen zag. Of ze moesten met een geel vlaggetje andere weggebruikers zien te waarschuwen die op hun beurt bij een pompstation de wegwacht kon bellen.



Nu gaat Rijkswaterstaat er van uit dat iedere automobilist pech onderweg met een eigen mobiele telefoon kan melden en daarom werden op 1 juli 2017 alle praatpalen verwijderd.

“Uit Goude jaren – Annegreet van Bergen”



Bent u al lid van ANBO-PCOB ?
Nee ? Geef u dan nu op als lid
tel. 078 616 6824 of mail
naar: nicobogaards@gmail.com

*Ja, u bent al lid ! Fijn, maar weet u dat u ook onze plaatselijke afdeling kunt steunen met een gift op bankrekening:
NL60 INGB 0004 1255 14 t.n.v. PCOB afd. Dordrecht
(Giften zijn onder voorwaarden aftrekbaar)*

Beleef een tuinmomentje



Kent u 'Tuinmomentje' al? Misschien heeft u er al eens over gehoord. Het van oorsprong Dubbeldamse bewonersinitiatief bestaat al vier jaar. Graag vertel ik u er meer over. Maar laat ik beginnen met u van harte uit te nodigen om deze zomer zelf een tuinmomentje te beleven. Want dat is eigenlijk de beste manier om Tuinmomentje te leren kennen.

Hoe u zo'n momentje kunt beleven? Dat kan eenvoudig door te bellen met Carla. Zij kent alle 14 tuinen in Dubbeldam én inmiddels ook Stadspolders die meedoen aan het initiatief. Zij bespreekt met u welke tuin u wilt bezoeken.

U kunt kiezen uit grote of kleine tuinen, tuinen met inheemse planten, of juist met exotische bloemenpracht, tuinen die rolstoeltoegankelijk zijn, of waar u lekker warm onder een overkapping kunt zitten (handig met al die regen!). Ook zijn er enkele thematuinen, zo is er bijvoorbeeld een voorleestuin en een 'eetbare' tuin vol zelfgekweekte lekkernijen. Carla kan u er alles over vertellen.

Als u een keuze heeft gemaakt, regelt Carla voor u een afspraak op een moment waarop het u en de tuin-eigenaar uitkomt. Want al deze tuinen hebben natuurlijk een enthousiaste eigenaar die zijn of haar tuin openstelt en u graag ontvangt. Zij zijn trots op hun tuin en laten die graag aan u zien. Ze schenken met liefde een kopje koffie, thee of een glaasje fris. Sommigen bakken er zelf een koekje bij of laten u niet vertrekken zonder een stekje of een ander zelfgemaakt cadeautje uit de tuin. Kortom er wacht u een hartverwarmend bezoekje.

Zo, nu heb ik eigenlijk alles al verteld over Tuinmomentje. Alles? Nee lang niet alles. Zo heb ik nog niet verteld over de catalogus waar alle tuinen in staan en die u in elke tuin in kunt zien om uw volgende Tuinmomentje uit te kiezen. Ook heb ik u nog niet verteld over de sfeervolle winterwandeling die altijd in de donkere dagen voor kerst plaatsvindt en waarbij u in kleine groepjes langs verlichte tuinen wandelt. Of over de zomerse fietstocht langs de tuinen.

Ik heb ook nog niet gemeld dat u zelf ook uw tuin aan kunt bieden als u dat leuk vindt en heb nog niets gezegd over de fantastische leuke club mensen waar u dan in terecht komt. Daarover wellicht een volgende keer meer.




visgilde

VISGILDE BIESHOF

Het adres voor al uw gebakken vis,
verse vis en visdelicatessen.

Van Eesterenplein 96
078-6167711

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

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

(vervolg: Beleef een tuinmomentje)

Ik zou zeggen, begint u eens met een belletje naar Carla, zij kan uw eventuele vragen beantwoorden en indien gewenst een afspraak voor een tuinmomentje voor u inplannen: 06-22732394.

Caroline van der Mijle werkt bij het kennis- en adviescentrum voor vrijwillige inzet en schrijft regelmatig over vrijwillige inzet en bewonersinitiatieven voor en door Dordtse senioren.

*Caroline van der Mijle,
adviseur vrijwillige inzet bij INZET078!*

Meer weten? Bel INZET078! Bel 078 62 063 002 of

Kijk op www.inzet.078.nl

-0-0-0-0-0-0-0-

De vijf spelregels van... de e-bike**De situatie**

Er zijn in Nederland naar schatting zo'n 23 miljoen fietsen en daarvan zijn bijna 5 miljoen fietsen [elektronisch](#). Hollandse welvaart was nog nooit zo zichtbaar. Uit onderzoek blijkt zelfs dat een op de drie Nederlanders meerdere e-bikes heeft. Maar wat zijn de mores, bij trappen met een steuntje in de rug?

De spelregels**1. Eerst bellen, dan bedanken**

Even gezellig naast je kind op het fietspad trappen is er niet meer bij, want je wordt om de minuut door een e-biker opzij gepingd. Fietsen kan alleen nog achter elkaar in een smalle sliert. Geeft niks hoor, nee, maar het is wel supersympathiek als je na dat bellen ook even bedankt voor de gegeven ruimte. Ja, toch?

2. Waan je geen wielrenner

Jij gaat met je e-bike al gauw zo'n 25 kilometer per uur, dat is een stuk harder dan de gemiddelde opoefiets. Maar jij zit daar in je gewone kloffie, tasje mee misschien en ziet er dus helemaal niet uit als een wielrenner, ook al ga je bijna net zo hard. Wees je er daarom bewust van dat andere fietsers en weggebruikers niet precies kunnen inschatten hoe snel jij gaat.

(vervolg: De vijf spelregels van.....de e-bike)

3. Baas over eigen bike

Alles boven de honderd euro heeft een wonderbaarlijke aantrekkingskracht op anderen.

Laat 'm dus niet kapen en blijf baas over eigen bike. Zet hem dus goed op slot met een extra goedgekeurd kettingslot. Zet de fiets zo mogelijk samen met het kabelslot vast bij een lantaarnpaal of hekwerk.

4. Heus wel een helm

Even naar de Ap hoef je toch geen helm op? Jazeker, toch wel. Toeren met helm en spiegeltje aan je stuur lijkt misschien voor boomers en bejaarden, maar wanneer de



teller bijna de dertig kilometer per uur aantikt doe je jezelf (en je schedel) een groot plezier met een helm op je hoofd als je op de e-bike stapt.

De [regels van de Rijksoverheid](#) zijn glashelder: een e-bike gaat maximaal 25 km/uur. Dan hoef je geen helm te dragen. Voor speed-pedelecs gelden [andere regels](#). Dan mag je maximaal 45 km/uur, draag je een helm en is je fiets voorzien van een geel plaatje. Dus snelheidsduivels: draag die helm. Ook voor kleine stukjes, ja. Juist. Want een ongeluk... Precies.

5. Bewaak die bike

Jij bent niet de enige die die e-bike een gaaf ding vindt. Dus verzeker 'm, gooi er een slot of drie omheen en neem je batterij altijd mee naar binnen. Dat laatste is sowieso een extra taak natuurlijk. Laad elke dag naast je telefoon, je fitbit en je oordopjes ook je fiets even op. En dan graag zo groen mogelijk, natuurlijk.



- 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**



Sinds Pim's 1986

POFFERTJES EN PANNEKOEKEN



Nieuwstraat 19/21
3311 XR Dordrecht
Telefoon: 078-6312709
www.pimspofenpan.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 in Businesspoint Dordrecht **woensdag 9 en 23 oktober 2024 van 13.00-17.00 uur** medisch laten keuren voor de verlenging van hun rijbewijs.

Locatie: ADD Business Point Dordrecht, Burg. de Raadsingel 71

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 kantooruren 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.

-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-

Opfriscursus Autorijden voor Senioren

Vrijdag 18 oktober 2024 organiseert Veilig Verkeer Nederland, samen met de Regionale Projectgroep Verkeersveiligheid (RPV) en de gemeente Dordrecht een Opfriscursus Rijvaardigheid voor senioren. Deze cursus is bedoeld voor senioren om de actuele verkeerstheorie door te nemen en om te zien of de door hen ontwikkelde eigen rijstijl veilig is. De deelnemers krijgen persoonlijke adviezen om de rijvaardigheid te bevorderen en zolang mogelijk mobiel te blijven. Ook is er een reactietest en wordt er een oogmeting aangeboden.



Wanneer Vrijdag 18 oktober 2024

Waar De Wijnstok, Dubbelsteijnlaan West 70, 3319 EM Dordrecht

(vervolg: opfriscursus)**Duur van de cursus**

Ochtendsessie 08.45 tot 12.15 uur of
middagsessie 13.00 tot 16.30 uur

Wat houdt de cursus in?

Tijdens de cursus besteden we aandacht aan de verkeerstheorie. Nieuwe verkeersregels en actuele verkeersonderwerpen, zoals 'het nieuwe rijden' krijgen volop de aandacht. Ervaren specialisten nemen een ogen-, en reactietest af. Met een speciaal opgeleide ritbegeleider maken de deelnemers in de eigen auto of brommobiel een rijvaardigheidsrit van ongeveer 35 minuten. Na afloop van de rit krijgt iedereen een ritverslag met persoonlijke adviezen. Waarmee de (vaak ongemerkt) ingeslopen fouten in het rijgedrag en routine kunnen worden verbeterd.

Voor wie is deze cursus bestemd?

Iedere belangstellende, ouder dan 67 jaar, die in het bezit is van een geldig rijbewijs, auto of brommobiel en woonachtig is in de gemeente Dordrecht.

Hoe schrijft u in

Aanmelden bij Mw. M. de Jong van Veilig Verkeer Nederland per mail mdejong.vvn@gmail.com of per telefoon 06 42 31 89 16.

Bij geen gehoor kunt u een boodschap achterlaten. Na aanmelding ontvangt u een bevestigingsbrief.

Kosten

De eigen bijdrage is € 15,00. Deze betaalt u bij aanvang van de cursus. Gezien de verwachte belangstelling voor deze cursus is het van belang dat u zich tijdig opgeeft. Opgeven kan tot uiterlijk maandag 7 oktober 2024. (Het grootste deel van de kosten, zijnde ca. € 50,00 per persoon, wordt gesubsidieerd door de overheid)

Met deze activiteit ondersteunen de initiatiefnemers de regionale campagne van het Regionaal Ondersteuningsbureau Verkeersveiligheid (ROV-ZH) om samen een punt van nul verkeersslachtoffers te maken.

Fietsgroep PCOB Dordrecht Samen fietsen

Door alle afspraken en drukke agenda's waren we niet in staat om de fietsgroep al op te starten.

Daarom is besloten dat we dit uitstellen tot het voorjaar van 2025.

Wel vragen we de aangemelde deelnemers of zij over een gewone stadsfiets of over een e-bike beschikken. Dit maakt nogal uit in hoeverre dit te combineren is binnen een groep. U hoort nog van ons.



Namens de organisatie,
Cor den Dopper

DRINGEND BEROEP

Al een viertal jaren missen we een secretaris (m/v). Als bestuur doen we echt een dringend beroep op u om na te gaan of u of wellicht een familielid of kennis deze (lichte en eenvoudige) taak op zich kan nemen. Het kost u niet mee dan enkele uren per maand.

U zou hiermee de voorzitter enorm ontlasten van meerdere taken.

VACATURE: SECRETARIS/-ESSE

Wellicht bent u degene die we zoeken of u kent in uw familie of kennissenkring iemand

- die bekend is met het werken in Word
- verslagen maakt van bestuurs-
- vergaderingen en evt. correspondentie
- onderhoudt met gastsprekers

Het kost u wellicht slechts enkele uren op weekbasis.

Uw Aanmelding of voordracht kunt u richten aan de voorzitter.

Het zou fijn zijn wanneer we als bestuur weer compleet zijn.



Mutaties PCOB leden 15 augustus 2024 tot en met 08 september 2024

Verhuisd::

- **12-09-2024: Mw. R.H. Idsinga** van Willaertstraat 10 naar Beverwijkstraat 143, 3311 GB

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.

- **01-10 M.D.L.R. Wouters-Amare**, Iepenlaan 47, 3319 VD 80 jaar
- **02-10 J.K. Klomp**, Adriaan van Bleijenburgstraat 32,
3311 LB 80 jaar
- **02-10 M. van Dijk**, Blaauwweg 411, 3328 XL 85 jaar
- **10-10 H.W. Ouwkerk-Littel**, Groenekruislaan 27,
3319 RH 90 jaar
- **14-10 M.S. Verboom-van der Valk**, Koningstraat 22,
3319 PA 98 jaar
- **15-10 M.G. Hopma**, Johan de Wittstraat 180, 3311 KJ 85 jaar
- **19-10 J. Deurwaarder-Kamphuis**, Van Eesterenplein 292,
3315 KX 91 jaar
- **19-10 A.C. Schenkel-Vernes**, Koningstraat 56, 3319 PB 96 jaar
- **20-10 M.G. van Dalen-Euser**, Halleyweg 341, 3318 CK 94 jaar
- **26-10 C.C.J. Popijus-Onwijn**, Berkenhof 70, 3319 WB 91 jaar
- **28-10 L.J. Rietbergen**, Blaauwweg 385, 3328 XK 80 jaar
- **28-10 K. van Wijk-Tromp**, Jhr v.d. Wall Repelaerstr. 9,
3319 CP 94 jaar
- **29-10 A. de Man**, Elzenlaan 12, 3319 XB 85 jaar
- **31-10 J.P. Kamberg**, Prinses Beatrixstraat 49, 3314 NK 85 jaar

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

Nico Bogaards
ledenadministratie

Goedegebuure notariaat & estate planning

Advies nodig?

*Maak vrijblijvend
een afspraak ter
oriëntatie.*

Goedegebuure Notariaat
Rotterdamseweg 40
3332 AJ Zwijndrecht

T 078 - 612 64 66

info@goedegebuurennotariaat.nl
www.goedegebuurennotariaat.nl

*Voldoende gratis parkeer-
gelegenheid.*

Rolstoeltoegankelijk.

Gemakkelijk bereikbaar.



Goed eten. Daar houden we van.



 **PLUS** 't Lam

PLUS 't Lam Dubbeldam

Damplein, Dordrecht

PLUS 't Lam Bleshof

De Bleshof, Dordrecht



KLINK
UITVAART

“Samen met u vorm geven aan een
persoonlijk en waardevol afscheid.”

0180 61 27 35
www.klinkuitvaart.nl



Trots houder van het
Keurmerk Uitvaartzorg

Lid zijn van



ANBO
PCOB

Dordrecht

wil zeggen:

- De bond die opkomt voor alle senioren in Nederland
- Landelijke beleidsbeïnvloeding op thema's :
Zorg & Welzijn en Financiën
- lokale belangenbehartiging op thema's:
 - Zelfstandig en veilig wonen voor senioren
 - Gedeelde verantwoordelijkheid voor
ouderen zorg & welzijn
- Korting op uw zorgverzekering
- maandelijks interessante bijeenkomsten
- U ontvangt 10 keer per jaar ons maandblad
"Ontmoeting" + het landelijk "PCOB magazine"
- Hulp bij Belastingaangifte

Bent u al lid van de ANBO-PCOB ?

Nee ? Geef u dan nu op als lid, tel. 078 616 68 24 of
mail naar: nicobogaards@gmail.com

Ja, u bent al lid ! Fijn, maar weet u dat u ook onze
plaatselijke afdeling kunt steunen met een gift op
bankrekening: NL60 INGB 0004 1255 14
t.n.v. Prot .Chr. Ouderenbond afd. Dordrecht
(Giften zijn onder voorwaarden aftrekbaar)

Bel gratis




of stuur een mail naar vragen@dighulp.nl.
 Kijk voor actuele openingstijden op
www.dedighulplijn.nl.

Tip: Je kunt ook een
 WhatsApp sturen
 naar **06 17 18 1508**



De DigiHulplijn wordt mede mogelijk gemaakt door:

de Bibliotheek 

 nationaal
 ouderen
 fonds

 seniorweb



Ministerie van Binnenlandse Zaken en
 Koninkrijksrelaties



Alliantie
 Digitaal Samenleven

Contact Care 



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

ontacten - 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 !



ADVERTENTIE

ADVERTENTIE

Op deze pagina had uw advertentie kunnen staan.

Geïnteresseerd voor reclame in ons blad?
Neem gerust contact op met de P.C.O.B. Acquisitie
Billijke tarieven!

Theo Wor | T 06-13730642 | M Theoworddt@hotmail.com

ADVERTENTIE

ADVERTENTIE

DRECHTSTREEK.NL

VOOR DE VERZORGING VAN UITVAARTEN IN DORDRECHT

**PERSOONLIJK
BEREIKBAAR
078 - 615 19 41**

INFO@DRECHTSTREEK.NL

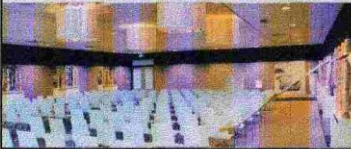


ARJAN NEDERVEEN



ESTHER HEJKOOP

**ONGEACHT
WAAR U
VERZEKERD
BENT**



DE DRECHTSTREEK
uitvaartonderneming



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

FILIPPINE

Bij juiste oplossing vormen de beginletters van boven naar beneden een woord. U kunt de oplossing opsturen aan de redactie **vóór 15 oktober**. U maakt dan kans op een VVV-bon.

De gevraagde woorden zijn ontstaan uit het woord dat van boven naar beneden staat. Uit dit woord kunnen in totaal zo'n 365 andere woorden gemaakt worden. Dit voor de liefhebber.

Hoofddekse					
Guitig					
Vleugel					
Ieder					
Kort verhaal					
Schaatsen					
Hoofd v.e. klooster					
Vertaler					
60 Minuten					
Visserdorp					
Sterke rietsoort					
Dorst lessen					
Weegschaal instellen					
Schelden					

Maak ons hart onrustig

Maak ons hart onrustig, God,
dat het ontevreden klopt
als we mooie leugens horen
en gemakkelijke woorden!
Maak ons hart onrustig God.

Stort in ons Uw tranen uit.
Mensen worden uitgebuit,
weggeschopt en opgesloten.
Zegen hen als wij hen troosten.
Stort in ons Uw tranen uit.

Steek in ons Uw woede aan
om het onrecht te weerstaan!
Geef ons moed om op te treden.
Laat ons vechten voor de vrede.
Steek in ons Uw woede aan.

Laat ons dwaas en koppig zijn.
Laat ons doorgaan tot het eind.
Gaat het onze kracht te boven,
laat ons dan in U geloven.
Laat ons dwaas en koppig zijn.

Want het is Uw koninkrijk
tot in alle eeuwigheid.

Uit: Schrijvers voor Gerechtigheid



'T IS WAARLIJK.....WONDERBAARLIJK**NR. 342**

(veel ellende en dingen die voorbij gaan)

Nou, het was me het dagje wel. Eigenlijk was ik nog aan het bijkomen van de werkzaamheden van de ICT-er die zaterdag enkele uren met mijn computer bezig is geweest. Ik moest van Windows 10 naar Windows 11 en omdat er fouten in 10 zaten had ik daar deskundige hulp bij nodig. Vandaag werd een deel van mijn woning brandveilig gemaakt. Het was de bedoeling dat ze om één uur kwamen maar om half elf stonden ze al voor mijn deur. Het begin ging voortvarend. Strip op de deurpost, wat zaken in de meterkast, de gangkast en de badkamer.

Maar toen was het wachten op de lieden die mijn ramen gingen vernieuwen en aangezien het schaftuur was duurde dat wel even. In die tussentijd ruimde ik de gemaakte rommel op in de badkamer. Buiten steeg de temperatuur tot tropische waarden en binnen werd het er ook niet beter op. Mijn humeur daalde evenredig. Eindelijk kwam er iemand om de ramen eruit te halen. Het moet gezegd, dat ging keurig en vlot. Ze hebben dan ook materiaal om te zoenen.

Maar inmiddels was het kennelijk weer pauze want het duurde behoorlijk lang eer er iemand kwam om de nieuwe ramen erin te zetten. Och ja, natuurlijk, tropenrooster. Ik hield maar onledig met zaken die geen haast hadden want ja, nietsdoen is voor mij geen optie. Net toen ik het angstige vermoeden kreeg dat ze me waren vergeten, kwam er dan iemand om de nieuwe ramen erin te zetten. Nu ja, ze gingen eerst nog een tijd met elkaar in conclaaf want dat schijnt erbij te horen. En eindelijk om vier uur in de middag zaten de ramen erin en kon ik de rotzooi opruimen. Her en der lagen vlekken kit.

Op het zeil was het met een warme sopdoek te verwijderen maar op mijn deurmat lag dat moeilijker. Een buurvrouw kwam even kijken hoe het was gegaan want bij haar komen ze morgen. Volgens haar moest ik die vlek te lijf met een oude tandenborstel. Aan ideeën geen gebrek maar wel aan puf. Ik was op van de spanning, het constant alert zijn, de warmte en wat dies meer zij dat mij geheel opbrak. Die vlek moet maar wachten op betere tijden. Morgen, als de kit hard is, mag ik de ramen zemen. Daar moet ik nu even niet aan denken. Eindelijk verschijnen donkere wolken aan de lucht en ik zou de regen wel naar beneden willen kijken. Met de ventilator op stand 2 probeer ik in leven te blijven. Ik had nog net de moed een eenvoudige maaltijd te bereiden. Een groene paprika fruiten, een pot bonenmix van Hak erbij en een bak sla. Nog zo'n dag en ik ben rijk voor het gesticht!

VRAAG & ANTWOORD

Allereerst de oplossing van de spreekwoorden puzzel. De spreuk luidde: **Tel geen dagen maar zorg dat de dagen tellen.**

Allereerst de antwoorden op de bijbelse vragen:

1. De engelen
2. Genezing van een verschrompelde hand
3. Dekapolis
4. 5 zonen
5. Henoeh
6. Chusas
7. De barmhartige Samaritaan

Er waren helaas maar twee inzenders, nl. Corrie Popijus, Mw. Nijssen en Nel de Ronde.

De VVV-bon gaat na trekking naar **Corrie Popijus.**

En dan nu de nieuwe bijbelse vragen:

1. Hoe noemt Jezus de plaats waar de wormen blijven knagen en het vuur nooit dooft. Marc. 9:48
2. Welke discipelen wilden in Gods koninkrijk rechts en links van de Heer zitten. Marc. 10: 37
3. Welk offer moest Zacharias , de man van Elisabeth, in de tempel brengen. Lucas 1: 9
4. Hoe werden de Christenen in het eerste begin genoemd. Hand. 9: 2
5. Wat moest met Timoteus gebeuren voor hij met Paulus op zendingsreis mocht. Hand. 16:3
6. Wie stuurt Paulus naar Korinthië om orde op zaken te stellen. ! Kor. 4:17

U kunt de oplossing weer opsturen aan de redactie **vóór 15 oktober.**

Ik wens jullie allen veel puzzelplezier.
Wil Berrevoets

OP DE VENSTERBANK



Wanneer u het contactblad ontvangt, heb ik nog maar een paar dagen vóór de inleverdatum om de volgende plant op de vensterbank te zetten. Toch is het weer gelukt.

Ditmaal koos ik voor de Zijdeplant.

De Latijnse naam is ASCLEPIAS CURASSAVICA en is uit de familie Asclepiadaceae. Deze interessante

plantenfamilie heeft wel 100 geslachten en over de 1000 soorten. Bekende familieleden zijn o.a. het Lantaarnplantje, de Stephanotis en de Hoya.

De plantkundige naam is afkomstig van de Griekse god Asclepius.

Oorspronkelijk komt de Asclepias uit Midden- en Zuid Amerika en wordt sinds de 17e eeuw in Europa als potplant gekweekt.

De Zijdeplant groeit struikachtig en heeft weinig vertakkingen. De bloemen met rode kronen en oranjekleurige bijkronen hebben een schermvormige bloeiwijze.

De bloemen geuren zwak. Het melksap van de plant is GIFTIG!

De verzorging is niet moeilijk.

Ze verlangt een lichte standplaats op het zuiden of westen.

Bij een kamertemperatuur in de zomer $\pm 20^{\circ}$ C.

Overwinteren bij 12° C.

In de zomer regelmatig water geven, in de winter minder.

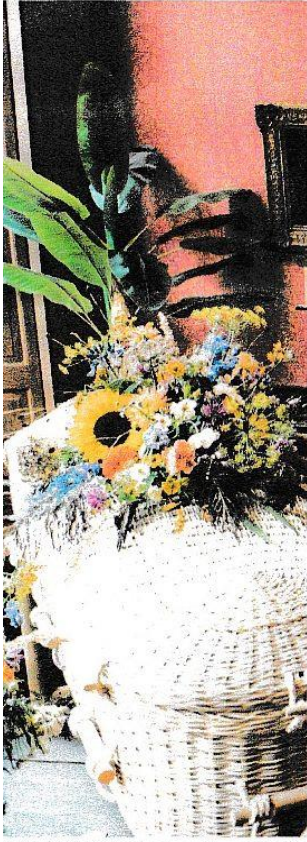
An

Alle dingen zijn vergif, niets is zonder gif, alleen de dosis bepaalt of iets vergif is.

Zwitserse natuuronderzoeker en arts Paracelcus

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:	0900 8664
- Curadomi (Christelijke thuiszorg)	0900 258 2583
- Internos thuiszorg	078 648 3838
CIZ : centrum indicatie zorg regio Z-W	088 789 1000
Landelijk meldpunt Zorgklachten	088 120 5020
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 (tel.: per wijk)	
- GeldenZo Dordrecht (via Sociaal Wijkteam)	
- Het Juridisch loket	0900 80 20
Rijbewijs keuringen senioren - vanaf 75 jaar:	
- Klein rijbewijs € 55 / Groot € 70	
- Afspraak maken via Regelzorg	088 23 23 300
Belasting service	
- 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	078 618 35 32
- mw. M.A.L. Wolff-Rammeloo	078 616 05 96
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@hetspectrum.nl	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:	078 621 38 82
- https://www.pcob.nl/afdelingen/dordrecht	



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.

Ongeacht waar de verzekering afgesloten is, u kunt altijd terecht bij Vjanova Uitvaartbegeleiding.

Oprechte aandacht en begeleiding voor en tijdens het regelen van het afscheid

Transparantie van de offerte en factuur.

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

Iedere eerste donderdag van de maand van 10.00 tot 12.00 uur inloopochtend in de Trinitatiskapel, Vriesestraat 22 te Dordrecht.

Hier kunt u met al uw vragen terecht.



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

Drukkerij RAD

voorheen Reprografisch Adviesbureau Dordrecht
sinds 1982

Jubileumkaarten

Verhuiskaarten

Speciaal ingericht voor
het vervaardigen van Moderne
Handels-, Familie- en Reclame-
drukwerken in de eenvoudigste
tot de fijnste uitvoering.

Nette uitvoering
Vlugge aflevering
Billijke prijzen

Reewegpad 22 - 3319 CJ Dordrecht
Telefoon: 078-6213882

Rouwkaarten

Drukwerken

DRUKKERIJ
RAD DORDRECHT

Natural Beauty by Sam

Pedicure aan huis?

Ja dat kan! Ik kom bij u thuis om uw voeten te verzorgen. Vanaf € 35,-

Daarnaast kan je bij mij terecht in de salon voor manicure behandelingen, massages en schoonheidsbehandelingen. Bezoek mijn website voor meer informatie en het maken van een afspraak.

- www.naturalbeautybysam.nl
- naturalbeauty_bysam@outlook.com
- 06-57996263



Kapster aan huis



Knippen dames
Knippen heren
Föhnen/Stylen
Permanenten
Watergolven

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

Telefoon: 0610719281
shinebymirjam@gmail.com

WONEN MET ZORG

HETSPECTRUM



DE KEUZE VAN ↘

Meneer Engelen

**Op vrijdag
gezellig eten in
het restaurant**

Kijk op www.hetspectrum.nl/wonenmetzorg

Of bel 078 799 92 20