



AFDELING HENGELO

Nummer 4

April 2022

Uitnodiging

Zoals al eerder gemeld wordt u op 7 april uitgenodigd om de Paasvesper bij te wonen, met aansluitend een Paasbroodmaaltijd.

De vesper zal worden geleid door dhr. Bert Bril.

We beginnen, afwijkend van andere middagen, om **15.30 uur**.

I.v.m. de broodmaaltijd dient u zich aan te melden bij Christa Koolenbrander, tel. 2916750 of per e-mail: jbk.eci@ziggo.nl

Liefst z.s.m. doch uiterlijk 1 april.

Het bestuur hoopt van harte dat velen van u deze middag met ons samen willen beleven.

Plaats: het Denksportcentrum aan de Cesar Franckstraat.

Christa Koolenbrander.

Voor 19 mei is uitgenodigd dhr. Miedema, programma rond 1940-1945 met de titel “Vreugde en verdriet bij de bevrijding van Hengelo”.

Voor 16 juni: mevr. De Jong met een film over IJsland.

De KBO organiseert wandel- en fietstochten, waarbij ook PCOB leden hartelijk welkom zijn.

Fietsen:

3 april, vertrek 13.30 uur bij de Thaborkerk.

Aanmelden: op die dag tussen 11.00 en 12.00 uur, tel.2771192.

26 april, vertrek om 10.00 uur bij de Thaborkerk (ong.40 km).

Aanmelden niet nodig, bij twijfel of het doorgaat: tel. 2777771.

Wandelen:

5 april, vertrek 13.30 uur bij de Raphaël/Exoduskerk.

Opgave op die dag tel. 2777771, e-mail : janvanhetbolscher@home.nl

10 april, vertrek bij watermolen Oele om 13.30 uur.

Opgave op vrijdag of zaterdag rond 18.00 uur tel. 2426933 of 06-37657697.



Synagoge Enschede

Een rondleiding door de synagoge in Enschede, het kan weer, dus is er nu een afspraak gemaakt voor een rondleiding op **donderdagdag 14 april 2022**.

De rondleiding begint om **14.00 uur** en zal ongeveer 1 tot 1,5 uur duren. Na afloop van de rondleiding is er gelegenheid nog een kop koffie of thee te gebruiken en na te praten. Dan kunt u eventueel nog vragen stellen aan de rondleider.

Adres: Synagoge Enschede, Prinsestraat 14, 7513 AL Enschede. Een mooi, groot en indrukwekkend gebouw. Zowel van binnen als van buiten.



Er kunnen maximaal 25 personen deelnemen. De kosten zijn 5,50 euro per persoon.

Voor mannelijke bezoekers is hoofdbedekking verplicht. Hoofdbedekking is aanwezig.

Verzamelen: Bij de synagoge in Enschede uiterlijk om **13.45 uur**, en daar contant minimaal 5,50 euro bij een groep van 25 personen, bij mij af te dragen vóór de rondleiding. Graag gepast betalen.

Bij een groep van minder dan 8 personen gaat de rondleiding niet door.

Bij een groep van minder dan 25 personen, afhankelijk van het aantal, kan de bijdrage enigszins naar boven afwijken.

Opgave voor deelname bij Ton Veenhoven, telefoon 0620816843, met naam en telefoonnummer, voor 30 maart.

Van de voorzitter

Wat begin dit jaar nog een oorlogsdreiging was, is inmiddels verwoestende werkelijkheid geworden: een militaire Russische inval in Oekraïne. Hoewel er ook sinds 1945 vrijwel onophoudelijk wel ergens in de wereld sprake is geweest van (burger)oorlogen en zal ook “Hongarije 1956” veel ouderen nog wel voor de geest staan, we worden nu, anno 2022 toch ook in Europa weer geconfronteerd met een echte oorlog. Wat bezielt een dictator van een land dat zelf ervaren heeft hoeveel leed een oorlog teweegbrengt om zijn leger opdracht te geven met grof geweld en vernielzucht meedogenloos dood en verderf te zaaien, waardoor miljoenen inwoners op de vlucht slaan om het vege lijf te redden?

De mensheid is hardleers, daar worden we ook nu weer ingrijpend mee geconfronteerd.

Voor heel wat oudere senioren onder ons die als kind WOII hebben meegemaakt of naderhand als militair naar een oorlogsgebied uitgezonden zijn geweest zullen sommige afschuwelijke herinneringen wel weer bovenkomen: spanning

om te snijden, luchtalarm, vuurgevechten, bombardementen, brand, doden en gewonden, vluchtelingen, paniek, radeloosheid en heel veel angst.



Via TV en andere media worden wij voortdurend geconfronteerd met de ellendige situatie in Oekraïne zelf en van op de vlucht geslagen, ontheemde bewoners.

Wij zien het machteloos aan en realiseren ons des te meer dat dit vroeg of laat ook ons kan overkomen. Intussen kunnen we als Nederland natuurlijk wel met geld en goederen humanitaire hulp verlenen en een veilig, gastvrij onderdak

bieden aan vluchtelingen die ons land binnenkomen.

Wat kunnen wij als PCOB-ers zelf doen in deze moeilijke, onzekere, vooralsnog uitzichtloze tijd?

In ieder geval bidden: Geef vrede, Heer, geef vrede! Maar ook oog voor elkaar hebben, ieder op haar/zijn eigen manier en binnen de eigen mogelijkheden anderen bemoedigen, met aandacht en zorg omringen. Want het leven in deze tijd met achtereenvolgens een coronapandemie en dichterbij komend oorlogsgeweld is soms moeilijk te bevatten en te verwerken. Maar wij mogen vertrouwen op Gods grote goedheid en trouw; een hoopvol en troostrijk geloof onder alle omstandigheden!

Met een hartelijke groet,
Paul Hoogendoorn.

Slimme tips voor een dementievriendelijk huis

Zelfstandig blijven wonen met dementie kan voor onverwachte problemen zorgen. Sommige van die problemen zijn makkelijk op te lossen. We verzamelden tips van mantelzorgers.

Zet de binnendeuren open

Dichte deuren zijn verwarrend. Iemand met dementie heeft vaak geen idee wat er achter die deuren is. Misschien kunt u bepaalde binnendeuren weghalen, zoals een keukendeur. Lukt dit niet, zet dan de deuren open.

Plak kleurenstickers op de kraan

Wat is warm en wat is koud water? Iemand met dementie kan daar heel onzeker over zijn. Blauwe en rode stickers op de kranen in de badkamer en de keuken kunnen dit probleem oplossen.

Plak foto's van de inhoud op de kasten

Mensen met dementie weten vaak niet waar hun spullen zijn. Dat is extra ingewikkeld als de spullen in een kast zijn opgeborgen. Plak een foto van de inhoud van de kast op de kastdeur. Zo kunt u meteen zien wat erin zit. Ditzelfde geldt ook voor dozen waarin spullen opgeborgen zijn.

Zorg voor doorzichtige voorraadbussen

Een gesloten koektrommel of voorraadbuis is voor iemand met dementie een raadsel. Vervang ze door een transparante trommels of voorraadbussen met een doorzichtige deksel. U kunt er ook een plaatje op plakken met een foto van de inhoud.

Plak tape rond schakelaars

Sommige mensen met dementie vinden het moeilijk om kleuren die op elkaar lijken, uit elkaar te houden. Bijvoorbeeld witte lichtknopjes op een witte muur. Of een zwarte schakelaar op een zwart koffiezetapparaat. Ze kunnen daardoor de knop niet meer vinden. Ziet u dit ook gebeuren bij uw naaste met dementie? Plak dan tape rond de schakelaar in een heel andere kleur. De schakelaar is dan beter zichtbaar.

Koop een grote agenda

Het is voor iemand met dementie lastig om te onthouden wat hij of zij moet of wil gaan doen op een dag. Een grote agenda kan helpen. Koop een agenda zonder plaatjes en met veel ruimte om afspraken in op te schrijven en plaatjes in te plakken. Bij een doktersafpraak kan een foto van de dokter beter werken dan de naam van de dokter. Leg de agenda open op een plek waar de persoon met dementie vaak komt.

Gebruik post-its

Veranderingen zijn lastig, zeker voor iemand met dementie. Is uw stofzuiger weg voor reparatie of heeft de muesli een andere plek gekregen omdat u er niet goed meer bij kon? Plak dan een post-it op de plek waar hij stond. Die herinnert eraan hoe het ook alweer zat.

Zorg voor een herkenbare voordeur

Iemand met dementie kan soms moeilijk zijn of haar eigen huis herkennen. Het kan helpen om een herkenningsteken naast of op de voordeur te hangen, zoals een tegel met een afbeelding of een mooie krans.

Haal overbodige prikkels weg

Mensen met dementie kunnen verward of angstig worden van dingen die ze zien, zoals een beeldje, kunstwerk of foto aan de muur. Haal ze liever weg als u merkt dat uw naaste er onrustig van wordt. Ook drukke patronen in de gordijnen of het behang kunnen voor onrust zorgen.

Duidelijke looproute



Het is belangrijk dat de persoon met dementie een ruime en duidelijke looproute heeft in huis. Er mag niets in de weg staan waar iemand zich aan kan stoten of over kan struikelen.

Verlichting voor 's nachts

De wc kan 's nachts moeilijk te vinden zijn. Verlicht de looproute en maak een lampje bij de deur van de wc. U kunt hierbij kiezen voor verlichting die automatisch aangaat als iemand uit bed stapt.

(Overgenomen uit "IkWoonLeefZorg")

Terugblik contactmiddag 17 maart

Dhr. Hoogendoorn opent deze jaarvergadering met het lezen van psalm 2 uit de nieuwe Bijbelvertaling van 2021 en leest daarna het gebed uit "gedachten en gebeden" van een legeraalmoezenier: "Gebed in nood". Hierna beginnen we met de jaarvergadering: eerst worden de 17 overleden leden van 2021 herdacht, daarna komen de notulen (21-10-'21), jaarverslag van de secretaris over 2021, het financieel jaarverslag 2021 en het verslag van de kascommissie. Deze stukken worden zonder tegenstemmen aangenomen. Over de begroting 2022 worden enkele vragen gesteld en daarna wordt de penningmeester decharge verleend. De samenstelling van het bestuur zal niet veranderen. In de komende tijd zullen bestuursleden 2x4 jaar zitting hebben.



Afscheid vrijwilligers: er wordt afscheid genomen van dhr. J. Winters (belastingen invullen en coördineren) en dhr. v. Engelen (niet aanwezig). Hij was een van onze trouwe bezorgers van de Nieuwsbrief en het Magazine. Komend jaar zullen dhr. J. Sikking en mw. de Groot de kascontrole voor hun rekening nemen; er is nog geen reservelid benoemd. Van de rondvraag wordt geen gebruik gemaakt.

Na de pauze leidt dhr. Oosterhuis van Museum Hengelo filmpjes in: als eerste een interview met Bert Egberink, sluismeester op de Waarbeeksluis in Hengelo. Een boeiend verhaal.

De tweede film zou gaan over Rikie Nijland van Hotel Nationaal, maar helaas moet deze op een later tijdstip gedraaid worden, want deze film was niet aanwezig. Wel de film over het begin van de HEMA in Hengelo met een interview met mw. T. Spaan. De derde film ging over de wolwinkel aan de Oldenzaalsestraat "Yvanka". Dhr. Oosterhuis wordt tenslotte bedankt.

Hierna worden de Paasvesper/maaltijd en het bezoek aan de synagoge in Enschede onder onze aandacht gebracht. Voor beiden moet u zich tijdig opgeven. Om half vijf is het tijd om weer naar huis te gaan.

Rijbewijskeuring



Op www.rijbewijskeuringsarts.nl kunt u op de computer een afspraak maken met de rijbewijskeuringsarts.

U kunt ook bellen met 085-48 83 616 of een email sturen naar: INFO@rijbewijskeuringsarts.nl. Zij keuren in Hengelo in de Lansinkveste, Lansinkesweg 4.

Ook in Beweegcentrum Twente, Weldammerstraat 2, zijn er maandelijks keuringen. Kosten € 40,-. Tel. 074 - 243 93 54 of 06-111 432 54 of per email, em.hofste@home.nl

Leden met een via de KBO/PCOB afgesloten aanvullende verzekering bij Zilveren Kruis Achmea, krijgen keuringskosten van gecontracteerde artsen (deels) vergoed.

Van de penningmeester

Van mevr. T. ontvingen wij een gift van € 10,-. Hiervoor onze hartelijke dank.

Alzheimer Café Hengelo

26 april: DAGOPVANG, DAGVOORZIENING, ZORGBOERDERIJ

Allemaal voorzieningen die helpen om structuur te vinden en een fijne dag te hebben.

Wat is er allemaal in Hengelo en wanneer kom je ervoor in aanmerking?

Elke laatste dinsdag van de maand. 19.30 tot 21.15 uur. Inloop vanaf 19.00 uur.

Kulturhus Hasselo, Henry Woodstraat 62, 7558 CP Hengelo.

Gratis toegang en koffie/thee. Informatie: Zorgloket Hengelo, tel. 074-2459131.

Corona en video

We proberen elke maand een informatieve video van het onderwerp van de betreffende maand te maken. Dan hoeft u onze informatie niet te missen als u niet aanwezig kunt zijn of als we vanwege corona geen café kunnen organiseren.

De video's staan vanaf de laatste dinsdag van de maand online. Kijk daarvoor op het YouTube kanaal van Wijkkracht of

<https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/twente> het kopje „nieuws”.

Aanmelden nodig

We kunnen op onze locatie maar een beperkt aantal mensen plaats bieden. Daarom is vooraf aanmelden noodzakelijk. We geven de voorrang aan mensen met dementie en mantelzorgers, boven professionals. We hanteren een



maximum van 3 personen per huishouden. Aanmeldingen worden op volgorde van binnenkomst behandeld.

Aanmelden kan via a.kleingeobbink@wijkkracht.nl of tel. 06-51467709.

Bestuur

voorz.: dhr. P.J. Hoogendoorn, tel. 2777121

E-mail: pj.hoogendoorn@planet.nl

secr.: dhr. J.M. Silvis, Else Mauhsstraat 62, 7558 RB,

tel. 2775963. E-mail: hengelo@pcob50plus.nl

2^e secr.: mw. E.C.I. Koolenbrander-Zwaal, tel. 2916750

of E-mail: jbk.eci@ziggo.nl

penn.: mw. J.H.G. Schraders-aan het Rot, Levantstr.13,

7559 CG, tel. 2772758. E-mail: fschraders@hotmail.com

lid: dhr. B.G. Austermann, tel. 2424330

lid: mw. A.M. Nederlof-Grobbe, tel. 2918382

lid: dhr. A. Veenhoven, tel. 8528258

De afdeling is een onderdeel van de landelijke PCOB. Zij stelt zich ten doel de belangen van zowel de ouderen in het algemeen, als die van de leden in het bijzonder, te behartigen. Zij aanvaardt daarbij de Bijbel als Gods Woord voor haar denken en handelen.

Contactcommissie

Bij ziekte, ziekenhuisopname, maar ook bij

jubilea, is het contactadres:

Mw. E.C.I. Koolenbrander-Zwaal, tel. 2916750

of E-mail: jbk.eci@ziggo.nl

(Bij afwezigheid één van de bestuursleden bellen).

Programmacommissie

Mw. A.M. Nederlof-Grobbe, tel. 2918382

Mw. P.R. van Werkhoven-Knol, tel. 2420345

Bezorging KBO-PCOB Magazine/Nieuwsbrief

Coördinator: dhr. B. Reinders, tel. 2919101

Verspreider: dhr. W. v.d. Zalm, tel. 06-24344878

Redactie Nieuwsbrief

dhr. A. Nederlof, tel. 2918382

dhr. J.E. Ellen, tel. 2770198

mw. M.J.A. de Groot-Bender, tel. 2911799

Ledenadministratie

dhr. B. Reinders, Jan Steenstraat 8, 7556 GC

tel. 2919101

Website/Internetpagina

<https://www.pcobhengelo.jouwweb.nl>

Contributie: voor 2022 bedraagt de contributie

€ 31,50 per individueel lid en € 51,- voor

echtparen en samenwonenden.

IBAN-Bankrekening: NL98 RABO 0355.4284.07

U ontvangt van ons een acceptgiro.

**AJ 75 BINT,
dan HE'J
DE MEESTE
earpeks
WAL OP**

Lidmaatschap loopt van 1 januari t/m 31 december
en wordt jaarlijks automatisch verlengd.
Opzeggingen schriftelijk of per E-mail doorgeven
vóór 1 december aan de secretaris.
