

Wegwijs!



Pg 3 Voorwoord | **Pg 4** Column | **Pg 5** Ontmoeting | **Pg 6-7** Alleen verder |

Pg 8-9 Actief | **Pg 10-11** Wonen | **Pg 12-15** Van de gemeente |

Pg 16 Uit de praktijk van | **Pg 17** Bijzonder | **Pg 18** Oproepen |

Pg 19 Echt Hoekschewaards | **Pg 20** Wetens(w)aardigheden |

Wegwijs!

„Wegwijs is het halfjaarlijkse seniorenmagazine in de Hoeksche Waard.“

Oplage

8.160 stuks

Redactie

Leny Göbel-den Hoed,
Rob van Brakel,
Krijn Vogelaar,
Karin van der Schee,
Magdaleen Rietveld

Fotografie

Krijn Vogelaar e.a.

Vormgeving

Bastion X, Brielle

Druk

Quaadraat, Oud-Beijerland

Redactieadres

M. Rietveld, ouderenadviseur
W. van Vlietstraat 6
Postbus 2003
3262 EA Oud-Beijerland
Telefoon 088 - 647 16 28
E-mail magdaleen.rietveld@gemeentehw.nl

Tips, suggesties en/of opmerkingen?

De redactie hoort het graag van u!
Bel of stuur een e-mail naar de redactie.

Het magazine is ook te lezen op de gemeentesite:
www.gemeentehw.nl

Wegwijs is een uitgave van
gemeente Hoeksche Waard.



Ouwenvandagenbriefie

Wat gaat u gemakkelijker af? Hulp vragen of hulp geven?

Hulp vragen is best moedig. Vaak horen we in de Hoeksche huisbezoeken dat u niemand lastig wilt vallen, liever niet wilt laten weten dat iets u niet lukt, dat iedereen het toch al zo druk heeft. Dat u uw eigen boontjes wilt blijven doppen en alles zo lang mogelijk zelf wilt doen. Een prima uitgangspunt en een mooi streven. Maar wanneer komt het moment dat iets echt niet meer zelf lukt en je hulp nodig hebt? De ervaring leert dat dat moment vaak lang wordt uitgesteld. Terwijl hulp vragen eigenlijk niets anders is dan goed voor jezelf en voor je omgeving zorgen omdat zij graag wat voor je willen doen.

Hulp geven maakt vaak blij. Je hebt iets voor iemand kunnen betekenen, je hebt de ander ermee geholpen, die ander waardeert dat en bij elkaar geeft dat voldoening en een goed gevoel. Het schept een band als je wat voor elkaar kunt doen.

Het hoeft niet altijd over grote dingen te gaan. Zo hoorde ik onlangs een oudere heer tegen de mevrouw achter de balie zeggen toen hij een vervolgafpraak kreeg voor over zes weken: 'Ik onthoud het allemaal niet meer zo goed, wilt u het voor me opschrijven op een ouwenvandagenbriefie?' 'Tuurlijk meneer!'

Soms is er ook een goede 'ruil' te maken. Zoals een mevrouw die vertelde dat ze nog een auto heeft maar er niet meer in rijdt. Ze heeft een afspraak met de buurvrouw gemaakt dat deze er in kan rijden als ze maar één keer per week rijdt om



met mevrouw de boodschappen te doen. Of een meneer die altijd de klike aan de straat zet voor de buurvrouw en zij hem eens uitnodigt voor een warme maaltijd.

Het mooie van hulp vragen en geven is dat we het allemaal beide kunnen. Het is een kwestie van dóen en van eventuele schroom overwinnen. Het brengt ons nader tot elkaar. In een polariserende wereld, waarin de tendens lijkt dat we alleen maar verder uit elkaar komen te staan, kunnen we dat goed gebruiken.

De Amerikaanse bankier Ziad K. Abdelnour verwoordt het als volgt: 'Wees sterk genoeg om alleen te staan, slim genoeg om te weten wanneer je hulp nodig hebt en dapper genoeg om het te vragen.'

Veel leesplezier!

Magdaleen Rietveld
Ouderenadviseur

Heb de realiteit lief.

Marjan Slob
Denker des Vaderlands 2023



Sporen van het verleden

Geschiedenis is zoiets moois..., het laat zien hoe de omgeving tot aan vandaag telkens verandert, misschien gaat de geschiedenis daarom eigenlijk wel vóóruit... Lamoraal van Egmont stichtte in 1559 Oud-Beijerland, ter ere van zijn vrouw Sabina van Beieren. In 1568 wordt hij met anderen waaronder Horne in Brussel onthoofd vanwege zijn protest tegen de inquisitie van Habsburger Filips II. Dit lijkt dan weer het definitieve startsein voor de Nederlandse Opstand, een burgeroorlog waarin calvinisten en katholieken een rol spelen. De Unie van Utrecht in 1579 leidde in 1581 tot het Plakkaat van Verlatinge en tot de Republiek der Zeven Verenigde Nederlanden in 1588. De Staten-Generaal in de Republiek richtten in 1602 de VOC op en in 1621 de WIC, die beide tot rijkdom leidden, en sloten in 1648 vrede met Filips IV van Spanje. De Republiek werd erkend en de Nederduitsch Gereformeerde Kerk de officiële staatskerk. Dit verhaal zal menigeen kennen, maar wat hebben we van de invloed van de Bourgondische Nederlanden tussen 1384 en 1482 op het netvlies?

Het Bourgondische Rijk werd geregeerd door de hertogen van Bourgondië en lag met grote zelfstandigheid tussen het Koninkrijk Frankrijk en het grote Heilige Roomse Rijk, uitgestrekt van Dijon tot Friesland. Veel handel draaide om Brugge, Gent en Antwerpen. Filips de Stoute, Jan Zonder Vrees, Filips de Goede en Karel de Stoute hebben hun rijk in die jaren opgebouwd. Allen sterke levensgenieters, gericht op vooral lekker eten en drinken. Maar zij zorgen wel voor een betere organisatie van het overheidsapparaat, meer eenheid



in al de gewesten die hun eigen rechten en plichten hebben. En door een aantal overkoepelende organen in te stellen worden verhoudingen meer duidelijk. Onze hedendaagse overheidsorganisatie heeft haar wortels in deze Bourgondische tijd! Maar dan....

Karel de Stoute heeft in 1477 geen zoon als opvolger, wel een dochter, Maria van Bourgondië. Zij trouwt in hetzelfde jaar de Habsburgse Keizer Maximiliaan I van Oostenrijk, hetgeen het einde betekende van Bourgondië. Heel Bourgondië ging nu deel uitmaken van het repressieve katholieke Habsburgse Rijk met als gevolg de Nederlandse Opstand en in 1581 de 'Verlatinge'.

Zeker is, wanneer Karel de Stoute in 1477 een zoon zou hebben gehad, de geschiedenis tot aan vandaag anders veranderd zou zijn....

Zou pagina's vol kunnen schrijven over de Bourgondiërs!

Ik geef het stokje door aan Henk de Koning uit Mijnsheerenland

Lex Westerman



Lex Westerman

Estafette Column 'Spuien'

Deze column is een Estafette Column, waarbij een gastcolumnist een column schrijft over hetgeen hem of haar bezighoudt. Vervolgens geeft hij of zij het stokje voor het schrijven van de column voor het volgende nummer door aan iemand anders. En met 'iemand' bedoelen we dan een senior, woonachtig in de Hoeksche Waard.



(H)oorcafé Hoeksche Waard

Waar je praat en luistert met elkaar

Het (H)oorcafé is een onderdeel van de campagne Hoorwinst Hoeksche Waard. Deze gaat over verbetering van het sociale contact van mensen die door ouderdom slechter horen. Het (H)oorcafé is bedoeld voor zelfstandig wonende ouderen in de Hoeksche Waard die door hun slechthorendheid niet kunnen deelnemen aan 'gewone' groepsactiviteiten.

Waarom een (H)oorcafé?

Slechthorendheid betekent dat je mensen niet goed kunt verstaan binnen een groep. Er is teveel geluid, het geluid is te hard, er wordt door elkaar heen gesproken en er zijn allerlei bijgeluiden die dubbel zo hard binnenkomen bij iemand die slechthorend is. Daarom laten slechthorende ouderen een groepsactiviteit vaak voorbijgaan. Juist om die reden zijn er (H)oorcafé's gestart zodat ouderen die slecht horen ook een fijn uitje buitenshuis hebben.

Wat is een (H)oorcafé?

Het is een bijeenkomst van een kleine groep van maximaal zes slechthorende ouderen. De inhoud wordt bepaald door de bezoekers; waar hebben zij behoefte aan en wat maakt het (H)oorcafé voor hen zinvol en fijn om te bezoeken?

In april van dit jaar zijn de eerste twee (H)oorcafé's van start gegaan, één keer per maand, in Puttershoek en Piershil.

Ervaringen

Meneer en mevrouw Oelen (96 en 95) uit Puttershoek gaan graag naar het (H)oorcafé op het Zomerplein. 'Het is fijn om te kunnen communiceren met mensen die je begrijpen. De andere mensen daar zijn ook slechthorend en die weten dat je elkaars mond moet kunnen zien om elkaar te verstaan.' Meneer Oelen heeft ook genoten van

de bijeenkomst met de verhalenverteller: 'Ik heb toen ook verteld over hoe we vroeger Sinterklaas vierden, heel leuk!'

Meneer Bottenberg (94) uit Piershil, zelf slechthorend en slechtziend, is blij met het (H)oorcafé, waar hij de mensen wél kan verstaan. Ze hebben al met elkaar gerummikubt, verhalen gedeeld en zelfs samen geluncht. Hij is iemand die ook naar andere groepsactiviteiten gaat maar praat dan alleen met degene die naast hem zit, al het andere gaat aan hem voorbij. Wat hem betreft mag het (H)oorcafé wekelijks gaan plaatsvinden; daar gaat zowel in Piershil als in Puttershoek werk van gemaakt worden.

Meer informatie

Voor vragen, info of aanmelden, neem contact op met:

- Huiskamer van de Wijk Zomerplein in Puttershoek, Lindy Blom, telefoon 06 - 47 52 50 68 of e-mail: lindy.blom@zorg-waard.nl
- Huiskamer van de Wijk In 't Voorste in Piershil, Anita Doolaard, telefoon 06 - 82 17 26 54 of e-mail: a.doolaard@heemzicht.nl

Wilt u ook een (H)oorcafé starten?

Neem dan contact op met Magdaleen Rietveld, ouderenadviseur van de gemeente Hoeksche Waard, telefoon 088 - 647 16 28 of e-mail: magdaleen.rietveld@gemeentehw.nl

Meer informatie over de campagne Hoorwinst: www.gemeentehw.nl/direct-regelen/zorg-welzijn/ouder-woorden/hoorwinst-hoeksche-waard

Doorgaan met wat je al deed

Het overlijden van je partner is een aangrijpende gebeurtenis die je leven voorgoed verandert. In de rubriek 'Alleen verder' vragen wij mensen hoe zij de draad weer hebben opgepakt. Dit keer brengen we een bezoek aan mevrouw Greet Streefkerk (86) in Puttershoek. In oktober 2021 verloor zij haar man Paul.

Kleiner wonen

'Ik heb het hier nu prima naar mijn zin', zegt Greet, terwijl ze koffie voor ons zet. Ze ontvangt ons in haar appartement, waar het tien jaar geleden toch wel even wennen was. 'Eigenlijk hebben onze dochters ons overgehaald om te verhuizen. Paul en ik hadden een groot huis met een doorzonkamer en een mooie tuin. Daarmee vergeleken was dit toch wel donker en klein. Maar we waren hier gewoon aan toe, al beseften we dat toen nog niet.'

Ze hebben hier nog ruim zeven jaar samen gewoond. Paul was toen al ziek. 'Hij had veel pijn, maar hij wilde zelf niets anders meer dan pijnstillers. We dachten dat het snel afgelopen zou zijn, maar de oncoloog had nog iets waarvoor hij niet in het ziekenhuis hoefde te blijven. Dankzij de huisarts en die medicijnen heeft hij toch nog vierenhalf jaar geleefd. Het ging zo goed dat we konden fietsen en wandelen en we gingen zelfs nog met vakantie. Toen het einde naderde had Paul genoeg tijd om afscheid te nemen van iedereen. Dat was fijn. Dat gaf steun.'



Contacten

Greet en Paul ontmoetten elkaar in De Lier, waar Greet woonde en Paul op het gemeentehuis kwam werken. 'We leerden elkaar kennen bij de voetbal.' Omdat daar geen huis voor hen beschikbaar was, verhuisde het pasgetrouwde stel naar Puttershoek, waar Paul aan de slag kon als ambtenaar Sociale Zaken.

Door hun lidmaatschap van de kerk en van (sport)-verenigingen raakten ze snel ingeburgerd. Greet deed aan tennis, volleybal en bij gymnastiek zat ze ook in het bestuur. Ook al moest ze de laatste jaren door lichamelijke ongemakken met de sport stoppen, de mensen vergaten haar niet: zo bleef ze (ere)lid van de gymnastiekvereniging.

Nu ze minder mobiel is, is ze heel blij met de Beweegkaart, die ze bij een huisbezoek heeft gekregen met daarop de uitzendtijden van 'Nederland in Beweging' en een aantal oefeningen om thuis in je stoel te doen. Greet zingt nog steeds bij het Christelijk gemengd koor Asaf. Ze zit er inmiddels meer dan 55 jaar op. 'We oefenen in Heinenoord, waar we met elkaar heengaan, en eens in de zoveel tijd is er een uitvoering. Volgend jaar bestaat het koor 100 jaar en daar kijk ik naar uit.'

Voor de Gereformeerde Kerk Puttershoek/Maasdam is Greet ook actief. 'Ik ben wijkcontactpersoon, wat inhoudt dat ik regelmatig kerkleden thuis bezoek. Ik help ook met het schoonmaken van de kerk. En koffiedrinken na



Ik heb me naderhand vaak afgevraagd hoe ik het allemaal volhield.

de kerkdienst is iets wat ik graag doe.' Verder helpt Greet bij de weeksluiting in Huis te Hoecke. 'We halen de bejaarden op voor de dienst en brengen hen na afloop weer terug. Er wordt veel gezongen, wat ook mensen met dementie vaak nog goed kunnen. Het is dankbaar werk.' Zo nu en dan helpt Greet ook mee in het bedrijf van haar dochter en schoonzoon.

Doorgaan

Al die contacten, en natuurlijk haar familie, waren voor Greet heel waardevol na het overlijden van Paul. 'Ik heb me naderhand vaak afgevraagd hoe ik het allemaal volhield. Natuurlijk heb ik veel aan mijn dochters gehad.' Vrienden, kennissen en kerkmensen boden eveneens een luisterend oor en een helpende hand. Ze ging niet thuis zitten. 'Zonder het contact met anderen was het alleen zijn die eerste tijd me veel zwaarder gevallen. En natuurlijk was mijn geloof een grote steun.' Greet hoeft niet lang na te denken over de vraag hoe ze verder moest na de dood van haar man. 'Doorgaan met wat ik daarvoor ook deed. Niet met alles natuurlijk, want bij sommige dingen voel je het gemis extra sterk. Ik vond

het bijvoorbeeld heel erg om alleen te gaan fietsen of te lopen, omdat ik dat altijd samen met Paul had gedaan.'

Gewoon doen

Greet heeft nooit een auto gehad, maar ze gaat naar haar zus in De Lier gewoon met het openbaar vervoer. 'Als alles mooi op elkaar aansluit, ben ik in anderhalf uur daar. Waarom zou ik het dan niet doen?' Ook dichtbij huis blijft ze bij de tijd. 'We hebben hier in het appartementencomplex een groepsapp. Dat is handig als je iemand wilt uitnodigen voor de koffie, maar we gebruiken hem vooral als er iets met iemand aan de hand is.' Zo is een buurvrouw onlangs gevallen en in Aafje terechtgekomen. 'Ze was verrast toen ik haar daar kwam bezoeken, maar ook heel enthousiast.' Met een vriendin bezoekt Greet de maaltijd voor alleenstaanden, die elke maand door de Hervormde Gemeente Puttershoek georganiseerd wordt. Ook daar geniet ze van; Greet heeft nog genoeg contacten.

Meer informatie

Wilt u ook zingen? Het Christelijk gemengd koor ASAF Puttershoek is bereikbaar via de heer G.J. de Bes, telefoonnummer 06 - 30 92 44 83, of e-mail: gerritdebes@outlook.com

Voor de Beweegkaart kijkt u op www.gemeentehw.nl/beweegkaart

Heeft u belangstelling voor de maaltijd voor alleenstaanden? Kijk dan op www.hervormdputtershoek.nl/kringen-activiteiten/smakelijk-eten



Nieuwe dingen leren

Dat je, ook al word je inmiddels 'oudere', 'senior' of zelfs 'bejaarde' genoemd, nog steeds actief kunt zijn, laten we zien in deze rubriek. Deze keer gaan we op bezoek bij Rita Valk (78) in Klaaswaal.

Boeken

Het eerste dat opvalt in de ruime woonkamer van Rita is de grote kast met boeken. Ze legt uit dat de boekenverzameling in eerste instantie is aangelegd door haar overleden man Aad, maar dat zij er ook erg aan gehecht is. 'Ik vind het moeilijk om boeken weg te doen. Af en toe moet je wel, want anders wordt het hier veel te vol, maar het valt niet mee. Soms spit ik een doos met boeken die weg moeten nogmaals door om te zien of ik toch nog niet iets wil bewaren.' Rita vindt kennis opdoen belangrijk, ook als je ouder wordt.

Kleutergym

Rita en Aad kwamen uit Schiedam. Van vrienden die een huis gekocht hadden in Klaaswaal hoorden ze dat het hier mooi wonen was. Voor Aad zijn werk maakte het niet uit en met een jonge baby was een huis in een rustig dorp aantrekkelijk. Rita moest in het begin wel vreselijk wennen. Ze miste de reuring van de stad, maar het bleek dat je vanaf Klaaswaal de Euromast kon zien, als je je best deed. 'Eigenlijk zaten we dus heel dichtbij; alles is betrekkelijk.'

Toen haar zoontje Dave 3 jaar werd kreeg Rita met haar bevoegdheid voor het kleuteronderwijs de kans kleuter-



gym te geven. Dat werd de opstap tot een carrière op basisschool De Bliken, waar ze eerst adjunct en daarna directeur werd. Ook was ze IB'er (intern begeleider). 'Ik heb er altijd fijn gewerkt. Ik had een leuk team met leuke ouders en leerlingen. Soms stopt er op straat nog wel eens een auto naast me en roept er iemand enthousiast: 'Hé juffie, ken je me nog?' Dat is hartverwarmend. Ik wil hier nooit meer weg...'

Op haar 62e stopten zowel Aad als zij met werken, maar toen Rita het aanbod kreeg om kinderen met een bovengemiddeld IQ en leerproblemen te helpen, liet ze die kans niet schieten. 'We deden naast de gewone dingen veel extra: Spaanse les, schaakles, muziek, enzovoorts.' Soms was het niet zo gemakkelijk, maar haar onderwijservaring was dan van nut. 'Een zesjarige die absoluut niet wilde leren mocht van mij nog een jaar kleuteren. Intussen ging ik met de rest van de groep gewoon verder en de 'kleuter' vond dat zo interessant, dat hij gaandeweg gewoon ging meedoen.' Ze deed het werk een aantal jaren met veel plezier, maar ze vond het geen prettig idee dat Aad alleen thuis zat. Uiteindelijk stopte ze en gingen ze samen leuke dingen doen.

Verrijking

Samen met Aad reisde Rita onder andere enkele keren



naar Indonesië, waar haar broer woonde. Hier in Nederland kregen ze belangstelling voor ballet en deden een cursus aan de Volksuniversiteit Rotterdam. Ook filosofie trok hen aan en ze volgden ook daar cursussen in. 'Ik vind het een verrijking om nieuwe dingen te mogen leren, zoals de relatie tussen filosofie en architectuur.' Ook nadat Aad elf jaar geleden na een kort ziekbed overleed bleef Rita volop dingen doen. 'Natuurlijk paste ik op de kleinkinderen; ik heb er vijf. Maar ik zit ook op yoga en bezoek met de buurvrouw af en toe musea. Ik weet niet of ik iemand ben voor een koffiegroep op een vaste ochtend; spontaan iets gaan drinken als je een bekende tegenkomt ligt me meer. Wat ik ook leuk vind is het organiseren van familievakanties, waarop mijn zoon en dochter met hun gezinnen plus de schoonouders meegaan. We doen dat twee keer per jaar, en afgelopen keer waren we in de buurt van Limoges.'

Tuinen

Waar Rita heel enthousiast over blijkt te zijn, is het open tuinen weekend in Rotterdam, georganiseerd door de stichting Verborgten Tuinen. Tuineigenaren stellen een weekend lang hun tuin open voor publiek. Tuin- en groenliefhebbers kunnen op die dagen eens achter heggen en schuttingen kijken en daardoor in aanraking

komen met een onbekende en verrassende kant van de stad. Daarbij is gelet op een gevarieerd en boeiend aanbod van tuinen: kleine of grote, strakke of juist romantische, liefhebbers- of designtuinen en tuinen die inspelen op de veranderingen in het klimaat. 'Dit jaar was het in Vreewijk. Je staat verbaasd hoeveel moois er te vinden is achter de huizen. Mijn dochter en ik verwonderden ons er wel over dat in de ene straat iedereen van de tuinendag wist en in een andere helemaal niet.' Burencontact ontstaat blijkbaar niet vanzelf.

Rita concludeert dat dat misschien wel het belangrijkste is als je als burens, of als dorpsgenoten, iets samen wilt opzetten. 'Je moet een gezamenlijke interesse hebben. Dan komt het goed.'

Meer informatie

Lijkt het u leuk om ook een cursus Architectuur of Filosofie te volgen? Neem dan contact op met de Rotterdamse Volksuniversiteit, Heemraadssingel 275/277, telefoonnummer 010 - 476 12 00 of via e-mail: info@vu-rotterdam.nl.

Wilt u een keer een verborgen tuin bezoeken? Meer info kunt u vinden via www.verborgentuinen.nl. Daar vindt u ook de exacte datum van het volgende verborgen tuinen weekend in juni 2026.

Wilt u kennismaken met het interkerkelijk koor 'Keruchma', neem dan contact op met het secretariaat via e-mail: info@keruchma.nl





De timmerman van de buurt

Goed contact met buurtgenoten is belangrijk. Het vergroot het woonplezier als je in een buurt woont waar bewoners elkaar kennen en naar elkaar omkijken. In de Hoeksche Waard zijn diverse kleine buurtschappen. We nemen dit keer een kijkje in Nieuwendijk om eens te horen hoe burenhulp er hier uit ziet.

Op 'de Nieuwendijk' - gelegen aan het Haringvliet - worden we vriendelijk ontvangen door Hans en Jannie Reedijk, die hier alweer vele jaren wonen.

Nieuwendijkers

'Toen wij hier kwamen, woonden er veel geboren en getogen Nieuwendijkers. Nu verandert dat wel wat, de bevolking verjongt en er komen meer kinderen in de wijk', vertelt Jannie. Op de vraag hoe de doorsnee-Nieuwendijker eruit ziet, antwoordt Hans: 'Iedereen is best op zichzelf. Over het algemeen zijn het mensen die vrij en rustig willen wonen. Geen kapsones. En als er wat aan de hand is, weet je dat we elkaar kunnen vinden. Dat is heel belangrijk.'

Geen voorzieningen

In het buurtschap zijn geen voorzieningen: geen restaurant, café, school of buurtgebouw. Er is wel een actieve buurtvereniging, ontstaan vanuit de ijsclub. Deze vereniging organiseert vijf keer per jaar een activiteit, zoals bijvoorbeeld een barbecue. 'Er is hier een inwoner

met een hele grote boerderij en daar vindt dat altijd plaats. Zo ontmoet je elkaar. En daar leer je dan weer de nieuwe gezichten kennen', vertelt Jannie.

Een handje helpen

Hans (78) staat bekend als de timmerman van de buurt. 'Mijn vader zei vroeger: 'Jij moet maar timmerman worden', dus ging ik naar de technische school. Mijn werk werd ook mijn hobby. Mensen weten me te vinden. Hier een verbouwinkje, daar helpen bij een klemmende deur of een rolgordijntje ophangen. Geld hoeft ik daar niet voor, maar dan komen ze later toch bijvoorbeeld een fles wijn langsbrengen. Dat zijn leuke dingen.' Tegenwoordig maakt Hans vogelhuisjes die verkocht worden voor het goede doel, de hospice in Zuid-Beijerland.

Saamhorigheid van de gemeenschap

Onder de mensen blijven en elkaar helpen vinden Hans en Jannie belangrijk. 'Je bent een kleine gemeenschap. Iedereen steekt hier naar elkaar de hand op. We overlappen elkaar niet. Soms zien we de buurvrouw een week niet, maar het gebeurt ook dat ze aanbelt en even een bakkie komt doen. Zo steekt de buurt in elkaar', zegt Hans. 'Als je naar de dokter of apotheek moet en je hebt geen vervoer, of als je zelf je gras niet kunt maaien, is er altijd iemand bereid om het te doen. We houden elkaar wel in de gaten', sluit Jannie af. 'Dat maakt ook weer één gemeenschap, dat is leuk, die saamhorigheid.'

Een handje toesteken

Nieuw-Beijerland, gelegen in het westen van de Hoeksche Waard, aan het Spui. Een dorp met 4.500 inwoners waar gemeenschapszin gewoon is en mensen naar elkaar omzien. Wegwijs sprak Wim Beerends (82), een betrokken bewoner; vertegenwoordiger geweest in de dakdekkerswereld, voorheen fervent fietser in de bergen en een eigen wijze kijk op hoe dingen beter georganiseerd kunnen worden.

Kinderboerderij en de speeltuin

Toen Wim twintig jaar geleden met pensioen ging en meer tijd kreeg heeft hij contact gelegd met kinderboerderij De Bokkesprong, want daar was onderhoud nodig. 'Ik was niet van de dieren maar van de hekken', vertelt hij.

In het dorp zocht hij contact met een reclameman die ook gepensioneerd was en samen maakten ze een prachtige folder om meer leden te werven. Dat was broodnodig in tijden dat subsidies verminderden.

Omdat hij twee rechterhanden heeft 'wilde ik best een handje toesteken'. Zo ook bij de Speeltuinvereniging Jeugdland, waar hij geholpen heeft met klussen en het opknappen van speeltoestellen.

Bankje

Tijdens een wandelrondje vroeg hij zich af waarom er bij de molen aan het Spui geen bankje stond. In het dorp stond een bankje dat niet werd gebruikt. 'Waarom dit niet aan het Spui zetten?', dacht Wim. Om een lang

verhaal kort te maken is het met medewerking van de eigenaar van de grond en de gemeente gelukt om aan het Spui te genieten van het prachtige uitzicht.

Afval

Als Wim met zijn vrouw gaat wandelen raapt hij het afval op en gooit dat in de prullenbakken. Gelukkig zijn er meer mensen die zwerfvuil opruimen, ieder op zijn eigen manier. Ook is er fijn contact in de straat, naaste burens houden elkaar in de gaten, hebben elkaars sleutels en als er wat gedaan moet worden komt dat altijd voor elkaar. 'Pas geleden hadden we een zware televisie boven staan die naar beneden moest. We hebben onze buurman van in de twintig gevraagd en die zei: 'Tuurlijk dat doen we wel even, geen probleem!' We zijn de enigen die in de achtertuin een laag hekje hebben. Zo zien we de kinderen en de burens die voorbijkomen. Zodoende kunnen we ze gedag zeggen of een praatje maken.'

De Swaensvoet

'We hebben hier een prachtig dorps huis', vervolgt Wim. 'Het zou eigenlijk veel meer open moeten zijn maar dat kost tijd, geld en bemanning. Je zou er meer binnen moeten kunnen lopen en laagdrempelige activiteiten moeten kunnen organiseren.' Er gebeuren veel leuke dingen in het dorp en veel inwoners zijn daarbij actief, maar Wim zou graag met een aantal gelijkgestemde inwoners kijken hoe de mooie locatie van De Swaensvoet meer gebruikt kan gaan worden.





Ondermijning

U herkent het misschien wel: een huis in de straat waar nooit iemand lijkt te wonen, maar waar op vreemde tijden toch mensen in en uit lopen. Of een winkel in het winkelcentrum die nooit klanten heeft, maar wél altijd open is. Soms voelt iets gewoon niet goed en dat gevoel kan kloppen. Wat u dan ziet, wordt 'ondermijnende criminaliteit' of 'ondermijning' genoemd.

Wat is ondermijning?

Ondermijning betekent dat criminelen voor hun illegale activiteiten gebruik maken van legale bedrijven en diensten. Zij maken misbruik van bijvoorbeeld makelaars, verhuurbedrijven, notarissen en administratiekantoren om hun illegale activiteiten uit te voeren en hun criminele winsten te verbergen. Dit gebeurt ook in de Hoeksche Waard, die aantrekkelijk is voor criminelen gezien de ligging aan de A29 vlakbij Rotterdam en een goed wegennet.

In uw straat

Misschien denkt u dat mensen hun illegale activiteiten uitvoeren op een plek waar weinig anderen zijn. Op een plek waar niemand ze ziet. Dat kan, maar ook in een woonwijk kunnen mensen illegale activiteiten verbergen.

De volgende signalen kunnen bij illegale activiteiten horen:

- Opvallende geuren (aceton, anijs of wietlucht), geluiden (gezoem van afzuiging) of afval (kleine plastic zakjes) die op drugsproductie kunnen duiden.
- Een huis of garagebox waar op vreemde tijden veel mensen langskomen.
- Rondhangende jongeren die snel wat uitwisselen met voorbijgangers.
- Een auto waar mensen steeds iets ophalen.
- Een woning met gesloten of afgeplakte ramen die altijd vochtig zijn (condens), omdat de verwarming altijd aan staat.
- Mensen dragen vreemde spullen naar binnen, zoals ketels.
- Veel bewaking rondom een gebouw, zoals honden of camera's.
- Buurtbewoners die u nooit ziet, maar wel hoort. Er wordt bijvoorbeeld getimmerd, maar er is geen verbouwing gaande.

In het buitengebied

In het buitengebied is het vaak rustig. Hier hebben mensen met illegale bedrijven meer ruimte voor hun activiteiten en is de kans kleiner dat ze gezien worden. De volgende signalen kunnen bij illegale activiteiten horen:

- Iemand haalt of brengt spullen en zet een auto of bus dicht tegen een schuur aan.
- Een gebouw waar op vreemde tijden (veel) mensen langskomen.
- Er liggen jerrycans, tonnen of zakken bij een gebouw, in een weiland of op een bospad.
- Auto's, busjes of vrachtwagens op een doodlopende weg in het bos.
- Ineens veel dode bomen, planten of dieren in de natuur, verkleuring van de grond (planten of water).

In en om winkels

Mensen kunnen legale winkels gebruiken om illegale producten of diensten te verkopen. Of om geld wit te wassen. De volgende signalen kunnen bij illegale activiteiten horen:

- Veel dezelfde winkels in een straat.
- Winkels waar je alleen contant kunt betalen. Soms hangt er de hele tijd een kaartje dat de pinautomaat kapot is.
- Winkels zonder klanten, maar die wel altijd open zijn.
- Veel verkeer bij een bedrijf op vreemde tijden.
- Iemand koopt opvallend veel aceton, bio-ethanol, ammoniak, wasbenzine of aluminiumfolie.

Dit kunt u doen

Samen houden we onze buurten veilig, leefbaar en prettig om in te wonen. U hoeft het niet alleen te doen maar uw oplettendheid maakt wel het verschil.

Herkent u een signaal?

Dat betekent niet direct dat er iets illegaals gebeurt. Vaak gaat het om een combinatie van meerdere signalen. Het is belangrijk om signalen van ondermijning te herkennen en te melden, zodat de politie en andere instanties actie kunnen ondernemen.

Ziet u iets verdachts?

Schrijf op wat u opvalt en wanneer: dit helpt tegen twijfel en bij het delen met anderen. Denk aan kentekens, dagen en tijdstippen en beschrijvingen van personen. Praat erover met uw omgeving: zien zij dit ook?

Melden

Als u in uw buurt signalen ziet van ondermijning, bel dan de politie op 0900 8844 of Meld Misdaad Anoniem via 0800 7000. In noodsituaties moet u altijd 112 bellen.

Tips:

- Vertrouw op uw (onderbuik)gevoel!
- Blijf niet rondlopen met het idee dat iets niet klopt.
- Onderneem zelf geen actie om uit te zoeken wat er speelt, maar meld wat u opvalt.
- Zelfs als u denkt 'Dit weet iedereen al' of 'Er gebeurt toch niets mee': aarzel niet, maar bespreek of meld het.

Meld Misdaad Anoniem

We horen regelmatig van u dat u iets niet durft te melden, uit angst voor de mogelijke gevolgen zoals bijvoorbeeld wraak, bedreiging of intimidatie.

Als u iets weet over criminele activiteiten is dat waardevolle en belangrijke informatie die ertoe kan leiden dat daders worden opgespoord, criminaliteit wordt gestopt en uw buurt veiliger wordt. Maar wanneer de dader u kent, voelt u zich misschien niet veilig om met naam en toenaam te melden. Daarom is er Meld Misdaad Anoniem, kortweg M.

M. is een onafhankelijk meldpunt waar u telefonisch of online anoniem een melding kunt doen over bijvoorbeeld de productie en handel van drugs, geweldsdelicten, overvallen, brandstichting, wapen- of mensenhandel. Maar ook met informatie over fraude en corruptie kunt u bij M. terecht. Elk stukje informatie, hoe klein ook, kan het verschil maken. Medewerkers van M. zorgen ervoor dat de informatie bij de politie en andere opsporingsinstanties terechtkomt, maar dat u als melder onbekend blijft.

Anonimiteit

Meld Misdaad Anoniem is een onafhankelijke stichting. Informatie die naar u te herleiden is, komt nooit in de melding te staan. Uw informatie wordt volledig anoniem doorgegeven aan de politie, gemeente of andere opsporingsinstanties. Zo komen er geen

gegevens van u in het dossier van de verdachte terecht. U hoeft dus ook niet te getuigen in een rechtszaal. Om uw anonimiteit te garanderen gaan zij heel ver. De anonimiteit van de melder is voor hen zelfs belangrijker dan het oplossen van een zaak.

Meld Misdaad Anoniem:

- Staat volledig los van de politie
- Kan uw telefoonnummer of IP-adres niet zien
- Neemt uw gesprek niet op
- Noteert uw persoonsgegevens niet
- Werkt niet met openbare systemen, zoals WhatsApp
- Zet uw melding niet door als de melding naar u te herleiden is
- U hoort nooit meer van hen na uw melding

Meld Misdaad Anoniem: telefoon 0800 7000 of www.meldmisdaadanoniem.nl.

Bent u zelf slachtoffer van een misdaad? Vind direct steun en advies bij Slachtofferhulp Nederland, telefoon 0900 0101.



Veilig en vertrouwd op pad

Een dagje winkelen, hapje eten of leuke activiteit bezoeken. Voor veel mensen is dat vanzelfsprekend. Maar als je wat ouder bent of een beperking hebt, kan zo'n uitje een uitdaging zijn. Een hoge drempel, smalle doorgang of trap zonder leuning kunnen het plezier soms flink in de weg zitten. Daar wil gemeente Hoeksche Waard iets aan doen.

MKB Toegankelijke Route

Daarom is samen met MKB (midden- en kleinbedrijf) Nederland en de onderneming Ongehinderd gewerkt aan de MKB Toegankelijke Route. Dit mooie initiatief brengt in kaart welke accommodaties, restaurants en winkels goed toegankelijk zijn in de Hoeksche Waard.

Inbreng van ervaringsdeskundigen

Voor het samenstellen van de route gingen inwoners met een beperking samen met professionals van Ongehinderd op pad. Zij bezochten ondernemingen, spraken met ondernemers en beoordeelden hoe toegankelijk een locatie echt is. Er is onder andere getoetst op de volgende elementen:

- Motorisch: Zijn er geen hoge drempels? Zijn de doorgangen breed? Is er een lift aanwezig? Is er een toilet en is die goed toegankelijk?
- Visueel: Is er voldoende licht? Zijn er duidelijke kleurverschillen te zien?
- Auditief: Zijn belangrijke signalen niet alleen te horen, maar ook te zien? Kan de muziek op verzoek zachter gezet worden?
- Verstandelijk: Is de informatie makkelijk te begrijpen? Is de ruimte overzichtelijk?
- Hulphond: Mag een assistentie- of geleidehond mee naar binnen?

Verder is er gekeken naar de algemene beleving: voelt u zich welkom en is het hier prettig verblijven? Want toegankelijkheid gaat ook over gastvrijheid en sfeer.

Betrokken ondernemers

Inmiddels hebben tientallen ondernemers in de Hoeksche Waard zich bij de MKB Toegankelijke Route aangesloten. Dankzij hun inzet is al een groot aantal verbeteringen doorgevoerd. Denk hierbij ook aan eenvoudige aanpassingen zoals een kledinghaakje



in een pashokje ophangen op een hoogte waar u er makkelijk bij kunt als u in een rolstoel zit. Juist deze kleine verbeteringen maken een groot verschil.

Nederlandse Keurmerk voor Toegankelijkheid

Als erkenning voor hun inzet ontvangen deelnemende ondernemers het Nederlandse Keurmerk voor Toegankelijkheid, dat laat zien dat hun onderneming vooroploopt op het gebied van klantgerichtheid en inclusie. Het keurmerk kent vier niveaus - brons, zilver, goud en platina – waarmee ondernemers stap voor stap kunnen doorgroeien naar een volledig toegankelijke onderneming.

Deze MKB Toegankelijke Route is een prachtig voorbeeld van hoe we samen werken aan een gastvrije omgeving voor iedereen – jong én oud. Zo wordt de Hoeksche Waard een plek waar iedereen mee kan doen.

Meer informatie

Gaat u er gezellig op uit met familie en vrienden? Op de website www.ongehinderd.nl en via de app Ongehinderd ontdekt u welke locaties bij u in de buurt goed toegankelijk zijn.



Zelf doen

Alles wat u zelf kunt doen, maakt u minder afhankelijk van anderen. U hoeft niet meer te wachten totdat een ander u komt helpen en bovendien maakt u het mogelijk dat er meer inwoners die zorg nodig hebben geholpen kunnen worden. Als u het zelf kunt doen, heeft de wijkverpleegkundige meer tijd voor mensen die het niet zelf kunnen.

We spraken Marina Groeneweg van Gemeenschaps-huis de Polderboom in Goudswaard, die samen met Cobie Mostert graag dorpsbewoners hierin stimuleert.

Oogdruppelen

'Vorig jaar zijn we gestart met het initiatief 'Zelf oogdruppelen'', vertelt Marina. 'Anita Doolaard van de Huiskamer van de Wijk in Piershil vertelde erover en zij heeft ervoor gezorgd dat wij hier de instructiekoffer kregen. We hadden toevallig iemand die aan staar geopereerd werd, dus die is daar gelijk mee aan de slag gegaan. Die vertelde hier: 'Prachtig, het gaat goed!' En zo gaat het hier vaak: Mien weet van Piet en Piet weet van Arie en ze kunnen hier eventueel komen kijken hoe die druppelbril werkt. Een meneer die hier komt en het ook doet zegt: 'Het is fantastisch, ik hoef niet meer naar m'n dochter toe en ik hoef niemand meer lastig te vallen om mijn ogen te druppelen.'

Steunkousen

Marina vertelt enthousiast verder: 'Dit jaar hebben we hier in juni ook de startbijeenkomst gehad voor de aantrekthulp voor steunkousen.' Als u steunkousen

voorgeschreven krijgt van de (huis)arts, kunt u meestal zelf leren om deze aan en uit te trekken. De wijkverpleegkundige kan het u leren en pas als u beiden tevreden bent is het gelukt. 'Als mensen hierover vragen hebben, verwijzen wij ze door naar de huisarts en gaat de bal wel rollen.' Ook bij vragen of problemen met het innemen van medicijnen verwijzen ze in de Polderboom mensen naar de huisarts en vertellen over de Medido, een handig apparaat waar op gezette tijden de medicijnen vanzelf uitrollen die op dat moment ingenomen moeten worden.

Tamtam

'Als mensen vragen hebben kunnen ze hier terecht. Door de tamtam weten mensen vaak al dat ze bijvoorbeeld zelf kunnen druppelen, ook al komen ze niet hier. Dat heb je in een dorp hè. Alle informatie die we hebben hangen we ook op het raam. Mensen lopen langs en kunnen zien wat het is', aldus Marina.

Meer informatie

Hulp nodig bij het gebruik van uw druppelbril? Ga langs bij een van de ondersteuningspunten in Goudswaard, Oud-Beijerland, Puttershoek of Strijen:
www.samenmeervoorelkaar.nl/oogdruppelen/

Vragen over zelf steunkousen leren aantrekken of gebruik van de Medido?

Neem contact op met uw eigen wijkverpleegkundige of huisarts.



De diabetesverpleegkundige

‘Uit de praktijk van’ is bedoeld om u te informeren over onderwerpen waarmee u te maken kunt krijgen als u ouder wordt. Dit keer spreken we Tim Roozendaal, diabetesverpleegkundige bij twee huisartsenpraktijken in Numansdorp.

Ouder worden en diabetes

In Nederland hebben 1,1 miljoen mensen diabetes. Het is een ziekte waarbij het lichaam de bloedsuikerspiegel niet goed kan reguleren. Negen van de tien mensen met diabetes hebben type 2, wat vroeger ook wel ouderdomssuiker werd genoemd. Bij diabetes type 2 reageert je lichaam niet meer goed op insuline. Tegenwoordig krijgen ook steeds jongere mensen deze diagnose.

Diabetes type 2 kan door meerdere oorzaken ontstaan. Bijvoorbeeld door overgewicht, te weinig beweging en ongezond eten en drinken. Maar er zijn ook mensen die gezond leven en toch diabetes type 2 krijgen.

Na de diagnose

Nadat de huisarts de diagnose diabetes heeft vastgesteld worden mensen verwezen naar een diabetesverpleegkundige of een praktijkondersteuner van de huisarts die ouderen ondersteunt bij een chronische ziekte. Tim Roozendaal werkt als diabetesverpleegkundige alleen met patiënten die diabetes type 2 hebben.

Hij vertelt: ‘Ik ben een specialist op het gebied van diabetes. Naar mijn weten ben ik de enige op het eiland die in dienst is bij huisartsenpraktijken. Veel diabetesverpleegkundigen werken in ziekenhuizen of in de thuiszorg.

We werken volgens protocollen voor de chronische zorg. De gemiddelde patiënt zie ik vier keer per jaar. Naast de suikercontroles kijk ik ook met regelmaat naar bijvoorbeeld de nierfunctie, de voeten, ogen of vitaminewaarden in het bloed.’

Gevolgen van diabetes

Diabetes kan schade aan je voeten, zenuwen, ogen, nieren en hart- en bloedvaten veroorzaken. Te hoge bloedsuiker is echter lastig te herkennen. Veel symptomen lijken namelijk op dingen die iedereen wel eens heeft, zoals vermoeid en futloos zijn. Stress, ziekte en leefstijl hebben ook effect op diabetes.

Aanpassingen leefstijl

Aspecten van leefstijl zijn onder meer voeding, beweging en mentale gezondheid. ‘Over het algemeen is het zo met diabetes type 2 dat als je afvalt, de diabetes ook afneemt’, vertelt Tim.

Via de huisarts is er de mogelijkheid om je aan te melden voor een zorg- of leefstijlprogramma. Een bekend programma is de GLI (Gecombineerde Leefstijlinterventie). Dit programma helpt mensen met adviezen over voeding, beweging en gedragsverandering hun leefstijl te verbeteren. Het wordt in de meeste gevallen vergoed vanuit de basisverzekering.

‘Maar - of het nu gaat om medicatie of aanpassingen aan de leefstijl - mijn begeleiding is altijd maatwerk’, sluit Tim af. ‘We beslissen uiteindelijk samen wat het beste past bij de patiënt.’

Meer informatie

Voor meer informatie, neemt u contact op met uw eigen huisarts.

De wereld wordt mooier als je elkaar helpt

In deze rubriek 'Bijzonder' laten we initiatieven zien en mensen aan het woord die we als redactie bijzonder vinden en graag met u willen delen. Bijzonder, in de zin van: nog niet eerder van gehoord, uniek, onderscheidend, ongewoon, origineel, raar, speciaal, eigenaardig, zeldzaam, markant, opmerkelijk.

Anders dan anderen

Huisnummer 4 in een doodgewone straat. Aanbellen hoeft niet, de voordeur staat open. Kees Bravenboer (72) nodigt ons hartelijk binnen. Hij ziet er anders uit dan de gemiddelde Hoeksche Waarder: hemd zonder mouwen, tattoos, piercings, oorbellen en een klein, rond brilletje op zijn neus. De woonkamer is een oase van allerlei tinten bruin, met een ruwhouten werkbank als eettafel en een honingkleurige kast langs de wand. Een oude grammofoon en twee paspoppen met authentieke kleding zorgen voor extra sfeer.

Werken met hout

Kees schenkt koffie. 'De kast, salontafel en de keuken heb ik naar eigen ontwerp gemaakt van oud hout.' Hij strijkt met zijn hand over het tafelblad. 'Kijk, dit heeft al een heel leven achter zich. Dat vind ik mooi.' Geboren in Barendrecht, maar kort daarna verhuisde hij al naar de Hoeksche Waard. Hij is iemand die doet wat hij zelf mooi en goed vindt, maar zich weinig aantrekt van wat anderen van hem vinden. 'Ik leid mijn leven zoals ik dat wil, maar laat anderen wel in hun waarde.' Kees, die een eigen schildersbedrijf had, is iemand met oog voor kwaliteit. 'Er zijn ververs en schilders. De één gebruikte plakband om een rechte lijn te schilderen, de ander kon dat zonder. Ik probeerde altijd een schilder te zijn.'

Privémuseum

Hij houdt ervan om op allerlei brocantemarkten en op Marktplaats te zoeken naar mooie oude dingen. 'Als mensen zien dat hun spullen een goed tehuis krijgen, kun je vaak afdingen. Soms krijg ik het zelfs voor niets mee.'

We lopen naar het schuurtje achterin de tuin, een klein museum, met allerlei oude gereedschappen voor houtbewerking. Beitels, schaven, netjes gerangschikt, maar ook andere oude spullen. Kees laat ons een rond

geelkoperen voorwerp zien. Liefdevol draait hij het rond in zijn hand. 'Weet je wat dit is? Een Turkse koffiemolen.'

Cultuur

Boven, in de slaapkamer, zien we een door hemzelf geschilderde muur met Indiaanse taferelen. 'Ik houd van die cultuur. Dicht bij de natuur, met eigen normen en waarden. Helaas is er in onze samenleving steeds minder plaats voor een dergelijke levenswijze.' Als iedereen één ander iemand in nood helpt zal de wereld er beter uitzien, is zijn motto, dat hij overigens zelf ook in de praktijk brengt.



Waarom niet?

Vaak horen we van senioren in de Hoeksche Waard, alleenstaand of niet, dat zij graag met iemand anders wat willen ondernemen. Maar hoe pak je dat aan? Niet iedereen stapt zomaar ergens alleen op af of niet iedereen houdt van clubjes. Daarom hebben we in Wegwijs de rubriek 'Oproepen' in het leven geroepen.

Samen

U kunt dan denken aan samen eens iets te ondernemen, bijvoorbeeld: een rondje fietsen, Wordfeud spelen, naar de markt in Rotterdam gaan, een biljartje leggen, een bezoek aan Klein Profijt of Museum Hoeksche Waard, samen lunchen, boten kijken aan de Nieuwe Waterweg of iemand waar je eens inhoudelijke gesprekken mee kunt voeren.

Naar aanleiding van de oproepen in Wegwijs zijn er al een aantal mooie contacten gelegd en hebben mensen met elkaar afgesproken.

Schroom daarom niet en reageer op onderstaande oproepjes en/of misschien wilt u er zelf ook een plaatsen in het volgende nummer van Wegwijs. Waarom niet?



Oproep 13



Sociale, actieve man van 78 jaar uit Zuid-Beijerland zoekt een maatje om samen leuke dingen te ondernemen, zoals een strandwandeling, een stadje bezoeken, naar de Intratuin of ergens koffiedrinken.

Oproep 14



Jongeman van 82 zoekt een maatje om leuke dingen te doen, uit eten gaan, een terrasje pikken of musea bezoeken. Ben hobbynatuurfotograaf dus samen de natuur in om te fotograferen zou ook wel leuk zijn.

Oproep 15



Ik ben een vrouw, 72 jaar en woon aan de Nieuwendijk. Ik vind dat je nooit te oud bent om wat te leren. Daarom zoek ik een schaakmaatje die mij kan leren schaken (ik ben een echte beginner) dan wel samen met mij wil leren schaken.

Meer informatie

De Wegwijsredactie bemiddelt niet tussen uw oproep en degene die daarop reageert, het is helemaal aan u. De redactie zal uw oproep, in overleg, plaatsen en de reactie daarop aan u doorsturen, zodat u zelf contact kunt opnemen met degene die heeft gereageerd. Klinkt het, dan is het leuk, klinkt het niet dan is dat natuurlijk ook prima.

Wilt u ook een oproep plaatsen? Wilt u reageren? (vergeet niet om het nummer van de oproep te vermelden). Neem dan contact op met ouderenadviseur Magdaleen Rietveld, telefoon 088 - 647 16 28 of stuur een e-mail: magdaleen.rietveld@gemeentehw.nl



De pracht van klederdracht

In deze rubriek delen wij verhalen, belevenissen of geheimen uit de Hoeksche Waard. Het kan gaan over alles dat specifiek is aan de Hoeksche Waard, zoals mensen, landschap, producten, anekdotes of jaarfeesten. Deze keer praten we met Marjolein van der Stouw (76) uit Mijnsheerenland, die alles weet over klederdracht in onze regio.

Snel veranderende wereld

Was het honderd jaar geleden nog heel gewoon om mensen in klederdracht op straat tegen te komen, vandaag de dag zie je ze hoogstens nog tijdens een evenement of in een museum. Marjolein van der Stouw weet meer over deze kledij. 'Waar zal ik beginnen?' vraagt ze. 'Er is zoveel te vertellen! Streekgebonden klederdracht is misschien minder oud dan je denkt; het werd pas een traditie aan het begin van de 19e eeuw.'

Eigen stijl

Marjolein laat wat oude foto's zien. 'Kenmerken van de Zuid-Hollandse eilanden waren de keuvel met gouden of vergulde krullen en de kleurrijke kleding, in het begin vaak met een hoepelrok. Denk dus niet, dat er alleen zwarte kleding met een witte keuvel gedragen werd. 'We bekijken zwart-wit foto's uit een eerdere tijd. Hierop zijn inderdaad verschillende tinten grijs te zien, wat wijst op diverse kleuren. 'Zwart kwam pas in gebruik aan het eind van de 19e eeuw toen koningin Victoria van Engeland het ging dragen toen ze in de rouw was.

Omdat het rouwen dikwijls maandenlang duurde, zag je vrouwen bijna altijd in het zwart gekleed.'

Alleen voor de rijken

'De mooiste kleding werd gedragen door rijke boerinnen, meestal alleen 's zondags en pas vanaf hun 18e jaar. En vergis je niet wat dat allemaal kostte. Voor een keuvel met gouden krullen betaalde je al gauw zeventig gulden. Als je bedenkt dat een arbeider gemiddeld acht gulden per week verdiende, is het wel duidelijk dat de werkende klasse dit nooit kon betalen.'

Invloed van de nieuwe mode

Ze laat verschillende haakmutsen zien, netjes in plastic verpakt. 'Dat was de doordeweekse dracht. Vroeger waren ze van linnen. Later gebruikte men katoen, dat was minder kwetsbaar. Na de Eerste Wereldoorlog kreeg de heersende mode meer invloed en begon het dragen van klederdracht af te nemen. De bijbehorende sieraden, zoals gouden spelden met ingelegde parels, granaten of soms diamanten werden vermaakt tot broches; van de krullen maakte men armbanden.' Zo ging een traditie langzaam ter ziele. Gelukkig zijn er nog mensen die dit erfgoed een warm hart toedragen en het tentoonstellen in musea of het beschrijven in een boek.

Meer informatie

Museum Hoeksche Waard, Dorpsstraat 13 en Hofweg 13 in Heinenoord.

Gecclusterde woonvormen Hoeksche Waard

Dichtbij elkaar wonen met een gezamenlijke ontmoetingsruimte. Benieuwd naar de ontwikkelingen van het Dorp aan het Water in 's-Gravendeel en de Knarrenhof in Oud-Beijerland? Kijk op de website van de gemeente onder de zoektermen 'Dorp aan het water' en 'Knarrenhof' of op de website van de Knarrenhof zelf: www.knarrenhof.nl/hoeksche-waard



Cultuurplein Hoeksche Waard

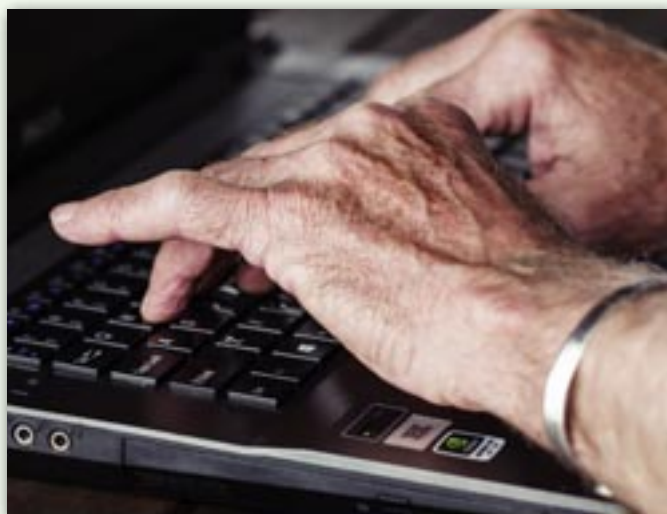
Het Cultuurplein is dé ontmoetingsplek voor alle cultuur(mogelijk)makers in de Hoeksche Waard. Dit culturele marktplaats maakt mensen en initiatieven zichtbaar en biedt zo mogelijkheden tot samenwerking, afstemming en kennisuitwisseling: www.cultuurplein.hoekschewaardactief.nl



Rondje Vitaler

Op vrijdag 14 november 2025 organiseren Hoeksche Waard Actief én Samen! Meer voor elkaar het evenement Rondje Vitaler in het Dorpshart in Mijnsheerenland. Van 15.30 tot 20.00 uur kunnen bezoekers meedoen aan sportieve workshops op het sportplein en kennismaken met producten, diensten én activiteiten die helpen om vitaal te blijven. Toegang is gratis. Zin in een maaltijd? Bres Kookt serveert een vers menu voor € 13,50.

Leuke/interessante websites



Blogs over dementie

Hugo Borst schreef: 'Ik word blij van schrijven. Ik schrijf altijd dichtbij. Ik schrijf over wat ik voel, wat ik in mijn blikveld heb. Daar past deze ziekte enorm bij, zeker als het over je moeder gaat. Het is fijn om stukjes te schrijven al is de inhoud wel eens super verdrietig.' Lucht hier je hart en deel je ervaringen in de vorm van een verhaal, blog of gedicht. Lees ook wat anderen bezighoudt en kom op een veilige manier met elkaar in contact.

Kijk op www.dementie.nl/ervaringen-delen/blogs



Fietsen verleer je niet... of toch wel?

Nederland is een fietsland. Toch blijkt de kennis van regels voor fietsers niet bijster goed te zijn. Kijk hoe het met uw kennis gesteld is. Ga naar de website van de ANWB: www.anwb.nl en tik de zoekterm 'opfrisquiz' in.