

ABO - NIEUWS

Juni 2020



Activiteiten
Bureau
Ouderen

Hoe vinden wij het als ouderen?

Af en toe spreken we een ABO-deelnemer, soms op gepaste afstand op straat of aan de telefoon. In het praatje wordt duidelijk dat voor iedereen, in meer of mindere mate, het leven anders is geworden. Het contact met kinderen, kleinkinderen en anderen verloopt heel anders, veelal telefonisch en verder is het contact op afstand.

Ook is de agenda leeg. De activiteiten van ABO en daardoor ook het contact met anderen wordt gemist. Maar ook het uitkijken naar een uitje of middag is er niet meer bij. Het leven is stiller geworden. Al liggen alle ABO activiteiten stil tot september, op de achtergrond wordt er wel nagedacht hoe het nu verder moet. Want ook wij, de vrijwilligers van ABO, missen de activiteiten en het contact, en willen graag weer beginnen.

Zoals het er nu naar uitziet komt er vanaf 1 juni weer enige verruiming in de maatregelen. Sommige gebouwen waar ABO activiteiten houdt, gaan zodoende vanaf 1 juni al beperkt open, andere blijven dicht tot september. Maar echte activiteiten kunnen nog niet gehouden worden. Wel gaan we vanaf half juni met de activiteitenbegeleiders in overleg om te bekijken hoe aan hun activiteit vorm gegeven kan worden. Want de afstand van 1,5 meter zal voorlopig wel blijven.

Voor het ABO-Nieuws geldt dit jaar geen stop, we zorgen er voor dat u elke maand het Nieuws krijgt. Met een artikeltje, een puzzel en rebus, maar ook om u op de hoogte te houden van de gang van zaken bij de activiteiten.

Uiteraard blijven wij telefonisch bereikbaar voor uw vragen en opmerkingen.

Ook in deze uitgave hebben we spelletjes als ontspanning



Oplossing van de rebus uit het ABO mei nummer:
"Ze blijft om de hete brij heen draaien."

Hoe verder in de 1,5 meter maatschappij ?

De activiteiten bij ABO waren altijd druk bezocht. Nu ligt alles stil en, zoals gezegd, we willen graag weer verder. Alleen is de vraag: hoe?

Afstand houden bij het kaarten, of bij het wandelen, fietsen, bij een dagje uit of bij de bingo. Al deze dingen die het leven net wat leuker maken moeten nu anders worden ingevuld (op een veilige manier)

Hoe kan dat vorm gegeven worden?



Misschien heeft u een idee of een gedachte die verder uitgewerkt kan worden. ABO roept al haar vrijwilligers en donateurs op om eens na te denken, hoe de ruimte die nodig is voor elkaar, kan worden toegepast bij de verschillende activiteiten van ABO.

We horen het graag, want met elkaar rolt er misschien een aanpak uit die goed toepasbaar is. En als de corona-crisis dan minder is en we mogen allemaal weer op gepaste afstand meedoen, dan ligt het plan klaar hoe we weer kunnen starten met al de leuke en fijne dingen die we doen bij ABO.

Het uitgangspunt van ABO bij dit alles is, dat de veiligheid van vrijwilligers en deelnemers voorop staat. En..... plannen maken is leuk, maar of het gaat lukken om onze activiteiten weer te kunnen uitvoeren? We willen het in ieder geval proberen!

Dus help ons en laat uw gedachten gaan.

U kunt mailen naar abo.hellevoet@gmail.com of stuur een briefje naar het postadres van ABO p/a Largostraat 8, 3223 PN Hellevoetsluis.

Nogmaals: De Servicelijn van SBO

De SBO heeft een servicelijn geopend (0181-322273) en zij zijn op werkdagen van 9:00 – 13:00 uur bereikbaar. Hier kunt u terecht met uw vragen of als u tegen problemen aan dreigt te lopen, zoals boodschappen in huis halen of vervoer dat vanuit uw eigen netwerk niet op te lossen is. Maar ook als u behoefte heeft aan (structureel) telefonisch contact of om gewoon even uw verhaal kwijt te kunnen. Waar mogelijk zullen zij proberen te helpen.

Verder kunt u gebruik blijven maken van het vervoer en de maaltijdservice.

Het SBO is op zoek naar smartphones die bij u ongebruikt in de kast liggen en waar u niets meer mee doet, t.b.v. mensen die in deze omstandigheden gebruik willen maken van een smartphone, maar deze door gebrek aan middelen niet aan kunnen schaffen. (wel even uw persoonlijke gegevens verwijderen) Gaarne inclusief oplader. U kunt uw telefoon afleveren of in de bus stoppen bij SBO, Polaris 34, 3225 GT Hellevoetsluis.

ISOGRAM puzzels

Een woordzoeker, doorloper en sudoku in een puzzel.

Dit soort puzzels heeft ABO ontvangen van een donateur.

B	N	E	A	I	L	T	J	R
J	L	T	E	R	N	A	B	I
R	I	A	T	J	B	N	L	E
A	T	I				B	R	N
N	E	J				I	A	L
L	R	B				E	T	J
E	A	L	N	T	R	J	I	B
I	B	N	L	A	J	R	E	T
T	J	R	B	E	I	L	N	A

Hiernaast ziet u de 1^e puzzel die telt als proefexemplaar. De hokjes in deze puzzel moeten gevuld worden met letters die per rij en per kolom het woord "**BILJARTEN**" vormen.

Een aantal rijen en kolommen is al geheel ingevuld, hier treft u in elk de letters van het woord "**BILJARTEN**" aan.

Als u alle hokjes heeft ingevuld staan op elke rij en in elke kolom de letters van het woord "**BILJARTEN**".

S			L		E			D
		E		S	A		I	J
D	A	G				E		L
		A			L		D	I
	S	I	A		K	L		
E	L		G	I		K		A
G						I	L	K
A	E		I	K		J		
	J		S		G		A	E

In de 2^e puzzel is het woord "**DAGELIJKS**". Ook hier geldt: in elke rij en elke kolom moeten de letters komen van het woord "**DAGELIJKS**".

Ontspanning door fysieke inspanning; (hou vol)

Elke dag kunt u meedoen met "Nederland in Beweging" van omroep Max op NPO 1 om 10.15 uur, ook op andere tijden wordt dit programma uitgezonden, raadpleeg uw radio/tv gids. Eigenlijk uw sportschool thuis, in eigen omgeving, op uw eigen tijd.

En om niet te vergeten:

Heeft u behoefte aan een gesprek? Bij de Luisterlijn kunt u 24 uur per dag terecht, tel. 0900 0767, de kosten zijn de gebruikelijke belkosten die uw provider u in rekening brengt voor het bellen naar een vast nummer.

Wist u trouwens dat onze bibliotheek weer geopend is?

Bridge liefhebbers:

Helaas is bridgen in de zaal voorlopig uitgesloten. Uiteraard zijn er diverse mogelijkheden om online te bridgen.

Bridgen bij Berry, www.berrywestra.nl/bic.html kosten 40 euro per jaar.

Stepbridge, www.stepbridge.nl kosten €69.50 per jaar (als NBB lid €46.50 per jaar)

Bridge Base online, www.bridgebase.com hier zijn geen kosten aan verbonden.

Fraude in deze tijd: (wat zijn dat voor mensen?)

Helaas zijn er altijd mensen die in deze tijd proberen om u geld afhandig te maken.

Dat doen ze op allerlei slimme manieren d.m.v. SMS'jes of u wordt opgebeld, waarmee ze u wijsmaken dat uw bankpas verlopen is of er is iets aan de hand met uw rekening en dan moet u op uw computer van alles invullen, **niet doen, uw bank doet dit nooit.!!**

Of verzoeken via WhatsApp of Facebook van "kennissen" die om geld vragen omdat ze zogenaamd niet bij hun bank kunnen, **nooit op ingaan!!**

Ook bij phishingmails (let op het mailadres van de afzender, is vaak een raar adres) en vreemde telefoontjes, hetzelfde advies, **nooit op ingaan!!**

Bedenk wel dat oplichters steeds slimmer en creatiever worden en dat houdt in dat u ook steeds slimmer moet worden!!!

Ook bij aankopen op Marktplaats géén 1 cent overmaken of QR codes scannen en bij "vreemde" facturen geldt, indien u het niet vertrouwt, gewoon de "echte" desbetreffende instantie bellen.

Er is een mooi gezegde: **vertrouwen is mooi, controle is beter.**

De Rijksoverheid heeft een website waar u kan checken op de betrouwbaarheid van ontvangen e-mails en waar u op moet letten: **veiliginternetten.nl**

Ook babbeltrucs komen weer voor, mensen die aan de deur bellen namens een goed doel of een instantie en u willen helpen met de boodschappen doen, waar ze wel uw pinpas voor nodig hebben. **Niet op ingaan!!**