

# ABO - NIEUWS

Juli 2020



Activiteiten  
Bureau  
Ouderen

## Herstart activiteiten door ABO

We zijn er allemaal aan toe, weer een gezellige ochtend in het vooruitzicht, een spelmiddag of een dagreisje. Het zijn allemaal fijne activiteiten. Gezien de verruimingen per 1 juli, willen wij een aantal activiteiten, in overleg met de activiteitenbegeleiders, langzaam maar zeker opstarten. Dit kan alleen met in acht neming van de maatregelen zoals afgekondigd door onze overheid:

**handen desinfecteren, afstand (1,5 meter) houden waar nodig, eventueel dragen van mondkapjes en in geval van klachten van verkoudheid en/of koorts thuisblijven.**



Het opvolgen van de aanwijzingen van de beheerder van de locatie waar de activiteit plaats vindt is een eerste vereiste. Gaat u met een reisje mee, dan gelden de regels die voor een bus van toepassing zijn.

Ook de aanwijzingen van onze activiteitenbegeleiders moeten opgevolgd worden. Al deze maatregelen hebben als doel het beschermen van de gezondheid van u, van de vrijwilligers en andere mensen in uw omgeving. Het is anders dan we gewend waren en klinkt soms veel als "moeten". Het is echter niet anders, we zullen er het voorlopig mee moeten doen. En zonder de regels kan er niets georganiseerd worden. Dus, ABO gaat ervan uit dat ieder zijn verantwoording neemt!

Ook vergeten we de regels makkelijk, omdat we "het gevaar" niet zien. Dus zorg voor elkaar en houdt elkaar in evenwicht bij het toepassen van de regels. En mocht u zeggen, het gaat me te ver, daar doe ik niet aan mee, dan moeten we helaas zeggen dat u niet mee mag doen aan ABO activiteiten.

## Wandelen

Bij de wandelgroep is het de bedoeling om in juli met een klein groepje te starten om te kijken hoe het gaat. Als dat goed gaat wordt het wandelen op maandagochtend weer echt gestart. Uiteraard ook hier: met inachtneming van eerdergenoemde maatregelen. Gijsa Booster, de begeleidster van de wandelgroep, kan even niet meedoen, dus tijdelijke contactpersoon en de startdatum worden later bekend gemaakt.

## Kleinschalige uitstapjes

Op dit moment zijn deze uitstapjes nog niet mogelijk in verband met vervoer. Nadere informatie volgt als er iets meer bekend is.

## **Dagreisjes**

De begeleider van de dagreisjes, Jan de Vries, is blij dat hij u weer kan uitnodigen om mee te gaan. Verderop in dit ABO-Nieuws kunt u lezen waar de reisjes naar toe gaan.

## **Het fietsen is gestart:**

Op donderdagmiddag 2 juli is er met een klein gezelschap een oefentocht gehouden. Ook hierbij gelden de overheidsrichtlijnen: Aan de deelnemers is vooraf gevraagd of ze Coronaverschijnselen hebben. Ook is van tevoren aangegeven dat de verantwoordelijkheid bij de deelnemer zelf ligt, zowel tijdens de fietstocht als bij een pitstop.



Mart Mons, de begeleider van de fietsclub, heeft vooral gelet op de afstand tijdens het fietsen en tijdens de pitstop, maar gaf aan dat hij niet voor politieagent wilde spelen. Achteraf bleek dat ook helemaal niet nodig, want terugkijkend blijkt het een zeer geslaagde eerste tocht.

Een van de deelnemers zegt: Het was een mooie route langs het Gorzenpad en zo verder richting Brielle naar Vierpolders. Daar was voor ons een plekje in Theetuin de Vogelhof gereserveerd. We hadden

daar een heel gezellige pauze met koffie/thee en eventueel iets lekkers erbij! Daarna ging de rit terug naar huis en stond er 27 km op de teller. Het was een heerlijke ontspannen middag waar ik graag vaker aan deel zal nemen .

De nieuwe regels van ABO fietsclub zijn: vooraf aanmelden via de mail [abofietsclub@gmail.com](mailto:abofietsclub@gmail.com) of telefonisch bij Mart Mons 06-24924319. Voorlopig is het maximum 10 deelnemers. Wanneer dit kan worden uitgebreid gaan wij dat zeker doen.

De volgende datums zijn: 16 juli, 13 augustus en 3 september. Start bij Hart van Hellevoet, aanwezig vanaf 12.15 uur en vertrek 12.30 uur. Aanmelden is verplicht bij Mart Mons, te bereiken onder tel. 06 2492 4319. Zowel "gewone fietsen" als e-bikes kunnen meedoen.

## **Biljarten en Koersbal**

Er is op dit moment nog geen informatie bekend wanneer we kunnen starten, het hangt af van het vrijgeven van de locatie. Nadere informatie volgt als er iets meer bekend is.

## **Bingo**

Wij denken dat we in augustus weer gaan starten, maar wel in een beperktere vorm. Ook hier geldt: nadere informatie volgt als er meer bekend is.

## **Bridgen**

Dit gaan we opstarten op vrijdagmorgen 10 juli, inloop vanaf 9.45 uur en starten op 10.00 uur. De regels zijn dat u zich aan dient te melden bij Gloria van der Toorn, uiterlijk op donderdagavond. Bij voorkeur per e-mail [g.toorn4@chello.nl](mailto:g.toorn4@chello.nl) of anders telefonisch 06 23784053. Waarna zij vervolgens de tafels indeelt, zodat u bij binnenkomst naar de gereserveerde tafel kan om te spelen en niet hoeft te zoeken. Als u met iemand samen wilt spelen, dient u dit op te geven bij de inschrijving. Let op, volg de aanwijzingen van de activiteitenbegeleider.

## **Klaverjassen en jokersen**

willen we weer opstarten op dinsdagmiddag 28 juli, zaal open vanaf 13.00 uur en starten om 13.30 uur. De regels zijn dat u zich aan dient te melden bij Kees Vos, bij voorkeur per e-mail: [c.vos24@chello.nl](mailto:c.vos24@chello.nl) of anders per telefoon 0181 315226. Let op, volg de aanwijzingen van de activiteitenbegeleider.

**Bridgen, klaverjassen en jokersen** zijn kaartspellen waarbij iedereen aan tafel die aanraakt. Op alle tafels staat ontsmettingsmiddel. Dus als u bij uw tafel bent, eerst de handen ontsmetten, dan zijn die schoon om alles aan te raken. Zit u tussendoor aan uw gezicht of moet u bijv. uw neus snuiten, dan weer even handen ontsmetten. Zo houden we het speelmateriaal zoveel als mogelijk is, vrij van besmetting. En let op de 1,5 meter!

## **Hoe gaat het met u?**

Dat was een vraag die ons als ABO de afgelopen periode heeft bezig gehouden. Na wat nadenken kwamen we tot een logische conclusie: We kunnen deze vraag ook gewoon stellen aan onze donateurs. Met de medewerking van onze vrijwilligers hebben we de



afgelopen weken het overgrote deel van onze donateurs telefonisch benaderd. Gelukkig hebben we geen meldingen gehad, dat iemand besmet was geraakt door het corona virus. De meeste mensen waren trouwens blij verrast door het telefoontje dat ze van ons kregen. Dat bleek ook uit de reacties die gegeven werden:

- \* Wat een goed initiatief van jullie
- \* Wat geweldig, die belangstelling van de ABO
- \* Heel erg attent, dat jullie de moeite nemen om iedereen te bellen.
- \* Leuk, dat je belde, want in deze periode ben ik wel erg alleen.
- \* Fijn om van jullie te horen. Wat mis ik de activiteiten.



Uit de diverse telefoongesprekken bleek, dat er niemand echt ondersteuning nodig had. Velen gaven aan dat zij zelf iets geregeld hadden via familie of burens. Of zij ondersteunden zelf anderen door boodschappen te doen of door even te bellen.

Wat iedereen wel had ervaren was dat in korte tijd de maatschappij enorm veranderd is. Voor veel mensen was het heel moeilijk om hier mee om te gaan, met name het missen van de sociale contacten. Velen vroegen ook, wanneer de activiteiten weer opgestart zullen gaan worden, want er bleek weinig om naar uit te kijken. Het vooruitzicht op een leuk uitje of een gezellige spelmiddag wordt gemist.

## Museum bezoek

Wist u dat heel veel musea virtuele rondleidingen op internet organiseren? Kijk onder andere eens rond in het Rijksmuseum, het van Gogh museum en het Groninger museum. Gemakkelijk, zonder mensen massa's, wanneer het u uitkomt.

## Wat wij hoorden van huurdersvereniging De Koepel:

Jaarlijks wordt de huur verhoogd. De verhoging is afhankelijk van een aantal factoren, waarvan er een het inkomen is.

Bij een betaling van een te hoge huur ten opzichte van het inkomen kan er het gehele jaar door een huurverlaging aangevraagd worden bij uw verhuurder, in dit geval Maasdelta. Hiervoor geldt wel dat het minimaal een termijn moet bedragen van 6 maanden.

Dit is vooral van belang voor huurders waarvan het inkomen beduidend lager wordt, bijvoorbeeld omdat zij in dat jaar pensioen gaan ontvangen.

Wilt u dit nog eens nalezen? Bij het aanzeggen van de nieuwe huurverhoging was een toelichting gevoegd.

Indien u, en met name huurders van Maasdelta, hierover nog vragen heeft, kunt u via een contactformulier contact opnemen met de huurdersvereniging De Koepel. Deze is te bereiken via de website [www.dekoepelhellevoetsluis.nl](http://www.dekoepelhellevoetsluis.nl) onder contact of via [info@dekoepelhellevoetsluis.nl](mailto:info@dekoepelhellevoetsluis.nl) of telefonisch 06-5764 5941.

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

### **ISOGRAM puzzels**

**Een woordzoeker, doorloper en sudoku in een puzzel.** Hierbij de oplossing van deze puzzel uit het ABO nieuws van juni.

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

## Corona-maatregelen in de bus

In de bussen gelden weer andere corona-maatregelen. In onderstaande link kunt u ter informatie een video over de dagelijkse reiniging van de touringcars zien.

<https://www.youtube.com/watch?v=1ZnU8DN4fjY>

## Dagje uit vrijdag 31 juli 2020

ABO is blij dat we weer een gezellig dagje uit kunnen organiseren.

<b>8:00 uur</b>	Ontvangst	Hart van Hellevoet
<b>8:30 uur</b>	Vertrek	Hart van Hellevoet
<b>10:00 uur</b>	Aankomst	Spoordonkse Watermolen



*Op deze mooie locatie met uitzicht op een riviertje wordt u ontvangen met 2 x koffie en heerlijk zelfgemaakt gebak.*

*De molen is uitgevoerd met twee waterraderen. Een waterrad werd gebruikt als aandrijving voor de oliemolen waarmee lijnzaad werd verwerkt tot lijnolie.*

**11.00 uur** Vertrek naar Eersel Kempenmuseum "De Acht Zaligheden".  
Daar krijgt u een rondleiding in 2 groepen

*Aangezien het horecagedeelte van het museum nog gesloten is zal een cateraar een eenvoudige lunch verzorgen die wij in het museum nuttigen. De lunch bestaat uit 2 zachte broodjes wit/bruin kaas, vlees, fruitsalade, flesje water, flesje appelsap en koek.*

**17:00 uur** Aankomst Hart van Hellevoet

**- Graag maak ik u erop attent dat het dragen van een mondkapje verplicht is in de bus  
Geen mondkapje betekent geen toegang tot de bus.**

**Ook het afdoen van het mondkapje in de bus is niet toegestaan.**

**U dient zelf voor mondkapjes te zorgen.**

**- Houdt u in het museum aan de voorschriften die gelden voor iedereen!**



U kunt zich opgeven vóór vrijdag 17 juli bij Jan de Vries; [abo.devries@gmail.com](mailto:abo.devries@gmail.com) of per telefoon 0181 32368. Kosten donateurs 47,50 euro en niet donateurs 50,00 euro.

Te betalen op bankrekening NL89 INGB 0007 1337 38 t.n.v. ABO.

Er mogen maximaal 40 personen mee met dit dagje uit.

 T=R    N=W 

**-V**     **H=L** 

 +E    V=M 

**-H**     **-M** 

+S      AS=E

### Spelletje:

We kunnen het niet laten, ook in deze uitgave een paar Rebussen.

Het onderwerp is landen



## **Het 2<sup>e</sup> dagje uit, DE Zaanse Schans Cruise, is op 28 augustus**

Dit reisje stond gepland voor 24 april, maar toen kwam corona ..... en gaan we het nu opnieuw proberen.



- 08.30 uur Ontvangst Hart van Hellevoet met koffie/thee
- 09.00 uur Vertrek vanuit Hart van Hellevoet
- 10.45 uur Aankomst Alkmaar  
Bij droog weer gelegenheid om de kaasmarkt te bezoeken
- 12.00 uur Inschepen passagiersschip Amalia

*Een schitterende vaartocht door het Noord-Hollandse merengebied naar de Zaan en over de Zaan langs de beroemde 'Zaanse Bocht' in Wormerveer met haar prachtige industriële erfgoed naar de Zaanse Schans. Hier meert het schip af direct bij de (echt werkende!) houtzaagmolen 'Het Jonge Schaaap' waar het gezelschap wordt opgewacht door de molenaar die zelf persoonlijk de rondleiding door zijn molen verzorgt.*

*Aansluitend is er gelegenheid om zelfstandig de Zaanse Schans te verkennen op weg naar de parkeerplaats waar het gezelschap wordt opgepikt door de bus.*

*Tijdens de reis worden lekkere broodjes en een soepje geserveerd. Gedurende de hele tocht, zijn alle drankjes vrij (koffie, thee, fris, bier, wijn, Hollands gedistilleerd).*

16.30 uur Vertrek van de bus en om 18.30 uur verwachte aankomst bij Hart van Hellevoet.

**Aandachtspunt** voor mensen die moeilijk ter been zijn. Er wordt deze dag 3 maal een stukje gelopen over goed pad. Van de bus naar de kaasmarkt ca. 600 meter, van de kaasmarkt naar de boot ca. 600 meter en aan het eind van de middag van de boot naar de bus ca. 1000 meter.

De kosten voor deze dag bedragen € 59,50 voor donateurs en € 63,00 voor niet-donateurs. Te betalen op de bankrekening van ABO, NL89 INGB 0007 1337 38.

De cruise vaart uitsluitend voor ABO. In verband met reserveren van de boot gelieve op te geven vóór 25 juli 2020 bij Jan de Vries, telefoon: 0181 – 323681 of e-mail: [abo.devries@gmail.com](mailto:abo.devries@gmail.com)

