

# Wegwijs!



**Pg 3** Voorwoord | **Pg 4** Column | **Pg 5** Ontmoeting |  
**Pg 6-7** Alleen verder | **Pg 8-9** Actief | **Pg 10-11** Wonen |  
**Pg 12-16** Van de gemeente | **Pg 17** Bijzonder | **Pg 18** Mantelzorg |  
**Pg 19** Echt Hoeksche Waards | **Pg 20** Wetens(w)aardigheden |

# Wegwijs!

Wegwijs is het halfjaarlijkse seniorenmagazine in de Hoeksche Waard.

**Oplage**

10.630 stuks

**Redactie**

Leny Göbel, Annelies Kramer, Marieke Hello, Clementine Spoormaker, Magdaleen Rietveld

**Fotografie**

Guus Sundermeijer, HW Landschap (biodiversiteit), Humanitas/Martijn Beekman (fietsgroep) e.a.

**Vormgeving**

Bastion X, Brielle

**Druk**

Quadraat, 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](mailto:magdaleen.rietveld@gemeentehw.nl)

**Tips, suggesties en/of opmerkingen?**

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

Het magazine is ook te lezen op de gemeentesite:  
[www.gemeentehw.nl](http://www.gemeentehw.nl)

Wegwijs is een uitgave van  
gemeente Hoeksche Waard.



## Bokje springen

Na ruim twee jaar coronabeperkingen kunnen we weer vrijwel alles doen en laten wat we willen. In de afgelopen periode van de pandemie hebben vele ouderen een partner of naaste verloren. Het verdriet kon vaak alleen in kleine kring gedeeld worden of slechts op afstand via een digitale verbinding. Dat gaat je niet in de koude kleren zitten.

Daarnaast vond ik het ook bijzonder te ervaren hoe vele ouderen omgingen met de beperkingen. Hoe zij zich kunnen voegen naar de omstandigheden, kunnen omgaan met regels als dat belangrijk is voor het collectief, zich kunnen vermaken in en rondom huis. Maar ook hoe zij tevreden kunnen zijn met minder omdat schaarste hen niet onbekend is, hoe geduldig zij zijn als de situatie daarom vraagt en zij elkaar helpen als dat nodig is. Het doet me denken aan het beeldje van Marijke van der Wiel uit Mijnsheerenland: het meisje dat over de bok springt op de voorkant van deze Wegwijs. Als je een obstakel tegenkomt, de veerkracht hebben om dit niet uit de weg te gaan. Ook al spring je boven de 70 lichamelijk niet meer over dat bokje (ook niet proberen), geestelijk gezien word je steeds behendiger in het nemen van obstakels. Ouder worden heeft ook voordelen.

Deze Wegwijs neemt u mee naar buiten; zo kunt u in de rubriek Wonen lezen dat er in de natuur meer gebeurt dan u denkt, zijn er diverse fietsgroepen om bij aan te sluiten of kunt u een tochtje maken op de duo- of rolstoelfiets of met de riksja. De columnist geniet van haar dorp en mocht u nieuwsgierig zijn naar die zwart-gele stille karretjes die je steeds meer ziet: de Wielewaal brengt u uit en thuis in uw dorp. Mocht u een adempauze willen inlassen met



betrekking tot de zorg voor uw naaste, dan kunt u sinds kort zelf in de agenda kijken wanneer er een plekje vrij is voor Logeerszorg. Ook leest u over mogelijkheden tot ondersteuning bij de mantelzorg thuis. In de rubriek Actief ontmoet u een 89-jarige met een breivirus en bij 'Alleen verder' vertelt een weduwe hoe zij haar dagstructuur weer moet opbouwen na de jarenlange zorg voor haar man. Over een niet alledaagse hobby leest u in de rubriek Bijzonder en: 'Spek met peren' klinkt misschien niet als 'haute cuisine' maar Echt Hoeksche Waards is het wel. Heeft u nog ruimte over in uw opa- of omahart dan kunt u veel betekenen en mocht u meer willen weten over slechthorendheid en beter sociaal contact, lees dan over de campagne Hoorwinst.

Ik wens u veel leesplezier!

Magdaleen Rietveld  
Ouderenadviseur

## Lichtpuntjes

Soms zijn ze groot  
Soms zijn ze klein  
Je hoeft ze niet te zoeken  
Je kunt ze ook zijn



## De cirkel is rond

Ik had een mooie woning in Den Haag vrijwel op loopafstand van het strand, voldoende winkels in de directe omgeving, vertier en cultuur dichtbij.

Omdat de buurt - die eens de gezelligste buurt van Den Haag was - verslechterde, hebben we gezocht naar een woning met een tuin in een rustiger omgeving, op overbrugbare afstand van Rotterdam waar ik werkte in de Daniel den Hoedkliniek.

Het was een hele stap, zeg maar sprong, van Den Haag naar Strijen. Maar geboren en getogen in Sliedrecht een niet onbekend terrein.

Eenmaal in Strijen gingen we op zoek naar wat er zoal te doen was en al snel kwam ik in contact met het museum in Heinenoord. Daar was een schat aan informatie over de geschiedenis van de Hoeksche Waard. En omdat geschiedenis mijn interesse heeft, ben ik uiteindelijk gids geworden in het Museum Hoeksche Waard waar ik bezoekers informeer over het wel en wee van dit eiland.

Op een gegeven moment werd ik aangesproken door Annee Bos, archivaris en genealoog van het museum. "Tigchelaar" las hij op mijn naambordje. "Heb je soms familie hier op het eiland?" vroeg hij mij. De betrokkenheid van ene Willem Tigchelaar bij de moord op de gebroeders De Witt in 1672 was mij bekend, maar niet dat hij uit Piershil kwam. Er is zelfs een boek over geschreven: De barbier van Piershil door Pleun Troost. En laat ik nu getrouwd zijn met... Wim Tigchelaar.



Joke Tigchelaar



Toch maar even onze eigen stamboom erop na gekeken en nee, gelukkig geen familie!

Ook in Strijen is het nodige te zien, zoals onder andere een leuk, klein museum "Het Land van Strijen", de Grote of Sint Lambertus Kerk, de buurtschap Cillaarshoek en de karakteristieke ophaalbrug - de Oude Dame - in Strijensas.

Het is een leuk dorp waar bijna iedereen je vriendelijk groet, waar de winkeliers je bij naam kennen en een praatje maken, waar het vergeleken met de stad betrekkelijk veilig wonen is. We genieten van de rust en ruimte om ons heen, onze tuin met veel vogels en op een steenworp afstand "het Oude Land van Strijen". Kortom: zo was het vroeger ook in Sliedrecht. We hebben Strien en de Hoeksche Waard in ons hart gesloten.

*Ik geef het stokje door aan Jan Visser uit Mijnsheerenland.*

**Joke Tigchelaar**

## 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.



## Opa's en oma's gezocht

**Bij een rubriek Ontmoeting in een blad voor senioren denkt u misschien niet meteen aan de ontmoeting tussen jong en oud. Maar juist omdat de generatie opa's en oma's zoveel rust, ruimte en liefde kan geven in deze soms ingewikkelde wereld voor kinderen, laten we u graag kennismaken met het initiatief 'Buurtgezinnen'.**

### Stichting Buurtgezinnen

Soms is er ziekte in een gezin of zijn er moeilijkheden, waardoor kinderen in de knel komen. Een rustige plek na schooltijd, een weekend logeren of samen iets leuks ondernemen kan dan helpen. Zo krijgen kinderen wat extra liefde en aandacht en worden ouders ontlast. Coördinator Thirza Barth van Stichting Buurtgezinnen zorgt voor een goede match, er worden duidelijke afspraken gemaakt en u kunt zo nodig altijd bij haar terecht.

### Greet en Ben werden grootouders

Greet van Gemert en Ben Smit uit Heine Noord zijn de oudsten van alle buurtgezinnen. Ze dachten aan het opvangen van een kind in de basisschoolleeftijd. Toen het een jongetje van nog geen twee jaar werd, was dat even wennen. Ze hadden niets in huis voor een klein kindje. Ben schreef hierover in de plaatselijke Facebook-groep en mensen boden spontaan allerlei spullen aan, zelfs een ledikantje en een Maxi-Cosi. Greet vertelt over een jongetje dat zijn eigen speelgoed kwam brengen.

Zij wijst lachend op de kinderstoel aan hun eettafel. Lang geleden was die van haar zelf.

### Het klikte meteen

Bij de eerste kennismaking hadden Ben en Greet direct het gevoel dat het goed zat. Ook de moeder van Sam\* had vertrouwen in hen. Ben en Greet hebben veel plezier met Sam, van de gewone dingen die ze doen tot de hoogtepunten als Sinterklaas, Kerstmis en Sint-Maarten. Elke donderdag haalt 'opa' Ben de kleine op bij de kinderopvang. Thuis wordt gekookt en gegeten, dan volgt het bad en het bed. Ben leest nog even een verhaaltje voor en de volgende ochtend brengt hij hem weer terug. Zelfs bij herdershond Harry heeft Sam zijn vaste plekje gevonden.

### Verrijking van je leven

'Als je wat ouder bent is het fantastisch om je leven op deze manier te verrijken', zeggen Greet en Ben volmondig. 'Je kunt zoveel geven en wij genieten als we hem zien genieten.' Ze raden het andere 'grootouders' aan. Het is wel realistisch om te beseffen dat er een open einde aan het contact is want omstandigheden kunnen veranderen. Maar voorlopig zien ze elke donderdag als een bonus.

### Meer informatie

Nieuwsgierig? Neem dan contact op met Thirza Barth, tel. 06 - 43 13 94 68 of mail [thirza@buurtgezinnen.nl](mailto:thirza@buurtgezinnen.nl) en kijk op de website [www.buurtgezinnen.nl](http://www.buurtgezinnen.nl)

*\* de naam Sam is fictief*

## Verder na verlies door corona

Het verlies van je partner is een aangrijpende gebeurtenis die je leven voorgoed verandert. In deze rubriek 'Alleen Verder' vragen wij mensen hoe zij de draad weer hebben opgepakt nadat zij alleen zijn komen te staan. Dit keer bezoeken wij mevrouw Slava Snijder (73). Zij verloor haar man Günter op 10 december 2020 aan corona. Zij waren 49 jaar getrouwd.

### Vakantie "liefde voor altijd"

Slava vertelt: 'Ik ben geboren in Macedonië. Toen ik 22 jaar was werkte ik in een hotel in Ohrid in Macedonië. Begin juni van het jaar 1971 ontmoette ik Günter, die op vakantie in Macedonië was. Het was een echte vakantie-liefde, maar wel dusdanig serieus dat er gezamenlijke plannen werden gemaakt. Het ging allemaal heel snel en in augustus 1971 kwam Günter naar Macedonië en samen reisden we terug naar Amsterdam. We trouwden op 21 september 1971. We kregen een zoon en een dochter en drie kleinkinderen.'

### Werkzaam leven

'Ik heb in Nederland mijn scholing gedaan en tot mijn 68ste gewerkt, waarvan een groot aantal jaren in de zorg. Mijn man werkte op een ingenieursbureau.



We hebben een druk leven gehad. In 2015 is de diagnose Parkinson bij mijn man vastgesteld. Doordat ik in de zorg had gewerkt, zag ik bepaalde symptomen die in deze richting wezen. Dit werd na onderzoek helaas bevestigd.' 'Langzaam ging zijn gezondheid achteruit en werd hij rolstoelafhankelijk. Met behulp van thuiszorg en de mantelzorg die ik mijn man kon geven waren het vier intensieve jaren en heeft hij nog tot half november 2020 thuis gewoond, waar hij blij mee was. Het heeft mij goed gedaan, dat ik zo lang mogelijk zelf voor hem heb kunnen zorgen.'

### Het coronavirus

'Het moment kwam dat hij niet meer thuis verzorgd kon worden. Het was een hele moeilijke beslissing. Je wordt toch door de ziekte van je man na 49 jaar huwelijk van elkaar gescheiden. Op 16 november 2020 werd hij opgenomen in een verpleeghuis. Kort na de opname waren er een aantal besmettingen door corona en helaas raakte mijn man ook besmet met dit virus. Ingrijpend, omdat het je totaal overvalt, met alle gevolgen van dien. Zeer kort daarna, op 10 december 2020 is hij daar overleden. Hij is 80 jaar geworden. Mijn dochter en zoon met de kinderen hebben de eerste dagen na het overlijden van mijn man bij mij gelogeed. En na de crematie hebben zij ook de tijd genomen om bij



mij te zijn. Het was moeilijk om in het begin te slapen. Het leek wel een film over alles wat ik in korte tijd had meegemaakt. Het was een zeer moeilijke tijd. Ik viel in een gat. De televisie en de radio stonden heel vaak aan. Ik was zo gewend om voor mijn man te zorgen.'

### Het terugvinden van regelmaat

'Ik weet dat ik van het leven houd. Voor de kinderen en kleinkinderen moest ik mijzelf overeind houden en wilde hen niet extra belasten. Ik heb ontzettend veel steun gehad van hen en de burens, zowel vóór als na het overlijden van mijn man. Ze kwamen regelmatig langs en een luisterend oor is, zeker na wat in korte tijd op je af komt, zeer waardevol. De schoonouders van mijn zoon hebben mij heel goed geholpen met de papierwinkel na het overlijden van mijn man. En doordat ik zelf niet zo mobiel ben, want ik fiets niet en rijd geen auto, was het heel fijn dat mijn omgeving voor de boodschappen zorgde.

Ik merkte dat regelmaat belangrijk was. Op tijd ontbijten om daarna een rondje te gaan wandelen in de wijk. Mijn man en ik waren al 34 jaar lid van de kerk. Op woensdag is er de koffiemiddag en het is fijn om daar andere mensen te ontmoeten. Soms ga ik met Taxi Lokaal naar het centrum. Je wordt opgehaald en wanneer je klaar bent, weer netjes thuis gebracht.

Het zit in mij om toch zoveel mogelijk van alles zelf te doen en in beweging te blijven. Daar hoort ook het bijhouden van de tuin bij en dat doe ik graag. Via allerlei catalogi ga ik op zoek naar leuke mode, want dat wil ik bijhouden. Ik ben ook in contact gekomen met de Interessebank van Humanitas. Zij brengen mensen met dezelfde interesse met elkaar in contact.'

**Ik kijk terug op alle mooie herinneringen met mijn man en ons gezin.**

### Bellen en whatsappen met familie

'In Macedonië wonen mijn broer met zijn gezin, mijn zus en nicht, waarmee ik regelmatig contact heb via BelBOB; een telecomaandbieder waarmee je goedkoop kan bellen naar het buitenland. Ook met Viber (een soort Whatsapp) heb ik veel contact met mijn familie in Macedonië. Dat brengt ze als het ware dichterbij.'

### Misschien een klik

'Ik kijk terug op alle mooie herinneringen met mijn man en ons gezin, maar ik merk dat ik op een punt ben beland, dat het fijn zou zijn een maatje te vinden waarmee je af en toe een uitstapje kan maken en/of gezamenlijk leuke dingen kan ondernemen. Maar het is wel belangrijk om met iemand een klik te hebben.'



## Eén recht, één averecht

**Dat je, ook al word je inmiddels 'oudere', 'senior' of soms zelfs bejaarde genoemd, nog steeds actief kunt zijn, laten we zien in deze rubriek. We zijn dit keer op bezoek gegaan bij mevrouw Nel van Krimpen (89) uit Heinenoord. Ondanks dat zij mobiel beperkt is, blijft zij actief bezig en breít o.a. voor Roemenië.**

Nel heeft een heel werkzaam leven gehad. Zij werkte bijvoorbeeld 25 jaar in de huishouding op een boerderij in haar woonplaats. Op haar 80ste is zij gestopt. Ze had inmiddels een behoorlijke staat van dienst als vrijwilligster. Nel zit op haar "breistoel" en vertelt vol enthousiasme.

### Vrijwilligster in hart en nieren

'Als vrijwilligster heb ik gewerkt voor Veilig Verkeer Nederland als klaar-over en assistent bij de fietsexamens op school. Ook was ik vrijwilligster bij de vrouwenvereniging van de Nederlandse Hervormde Kerk als penningmeester. Datzelfde deed ik voor de PCOB (Protestants Christelijke Ouderen Bond) en de seniorenclub in Heinenoord. Het penningmeesterschap ging mij goed af. Wanneer er geld overbleef werd dit aan iets nuttigs besteed.

In 2004 werd ik blij verrast. Onder valse voorwendselen werd ik naar het gemeentehuis gelokt. Iemand uit mijn kennissenkring kreeg een lintje en ik werd uitgenodigd om dat bij te wonen. Pas op het laatste moment had ik iets door, toen ik mijn familie in de zaal zag zitten. Ik



kreeg een lintje van de Koningin voor mijn verdienstelijke vrijwilligerswerk. Grappig was, dat één van de kleinkinderen dacht, dat de Koningin echt zou langskomen.'

### Breien voor Roemenië

'Zo'n jaar of negen geleden ben ik begonnen met breien via een breiclub. Van alles werd gebreid, zoals sokken, mutsen, kleding voor Barbie- of andere poppen en veel dekens voor gezinnen in Roemenië die het nodig hadden. Alles werd verzameld en voor transport naar Roemenië klaargemaakt. Sinds corona in maart 2020 is dit gestopt. Nu gaan alle breisels naar het kerkwinkeltje van de Hervormde Kerk in Heinenoord.'

### Metten is weten

Nel vertelt dat ze een flinke slijtage heeft aan haar linkerheup. Ze hoopt binnenkort een oproep te krijgen van het ziekenhuis voor een nieuwe heup. 'Ik ben dus al een tijdje mobiel beperkt en sinds corona min of meer aan huis gekluisterd. Maar gek genoeg verveel ik mij geen seconde. De radio staat op Hollandse muziek en ondertussen tikken bij mij de naalden, want ik ben gek op breien. Ik maak hele garderobes voor poppen. Dat doe ik niet met behulp van een breipatroon, maar alles gaat op gevoel en uit mijn hoofd. Mijn visie is "metten is weten"





en wanneer het breisel klaar is, maak ik er altijd een foto van en druk deze af, waarna ik die in een fotoalbum plak. Ik heb inmiddels 39 albums. Ik hoop bovenal dat mijn breisels een ander gelukkig maken.'

### Breivirus

Nel woont al 57 jaar in haar woning en haar huis ademt creativiteit. Monter vertelt ze verder: 'Het is jammer dat wegens corona het breien in groepsverband niet mogelijk was, maar zo in mijn eentje kom ik ook tijd te kort. Ik brei bijna continu. Gedurende de dag moet ik af en toe op mijn klok kijken om toch even tijd te nemen om te eten en te drinken. 's Avonds moet ik mij er gewoon toe aanzetten om te stoppen. Ik kijk dan weer uit naar de volgende dag om direct weer te kunnen breien. Allerlei soorten wol krijg ik toegespeeld. Ik weet daar goed raad mee. Gelukkig heb ik nog niet te maken gehad met het coronavirus, maar ik heb wel een breivirus.'

Op de vraag wat er is veranderd qua sociale contacten en activiteiten sinds maart 2020 is Nel duidelijk. 'Twee breiverenigingen stopten er mee, zo ook de winterkost van Welzijn Hoeksche Waard, de kerkgang, het koffiedrinken van Humanitas, de Zonnebloem en natuurlijk het winkelen. Ondanks het feit dat ik moeilijk uit de voeten

kan door mijn versleten heup, ervaar ik het thuiszitten niet als straf. Heel veel mensen om me heen, zoals o.a. kerkvrienden kijken naar mij om.'

### Verbonden blijven

'Het is belangrijk het gevoel te hebben, dat je wat betekent voor je omgeving. Dat doe ik door actief te blijven en uit te kijken naar de volgende dag. Ik ben geen klager maar heel positief ingesteld. Niet in de put gaan zitten hoort bij mij. Inmiddels heb ik al 100 poppen onder handen genomen en volledig voorzien van een gebreide garderobe. Pop nummer 100 heb ik zelf gebreid en aangekleed. Pop 101 is inmiddels gebracht en daar ga ik mee aan de slag. Is deze klaar dan gaat die naar het kerkwinkeltje voor de verkoop en wordt de pop niet verkocht dan gaat deze op reis naar Roemenië. Hopelijk zullen er nog heel veel poppen en andere breisels volgen. Het is voor mij de belangrijkste invulling van de dag en daar geniet ik iedere seconde van.'

### Meer informatie

Wilt u ook breien of haken voor het goede doel? In buurthuis me Mekaer aan de Kerkstraat 73 in Strijen is er eenmaal in de 14 dagen, in de even weken, op vrijdag van 13.30 tot 16.00 uur een handwerkcafé. Hier worden onder andere lapjes gemaakt voor een deken/plaid, welke eerder aan bewoners van Zorgwaard zijn geschonken.

**„ Het is belangrijk het gevoel te hebben, dat je wat betekent voor je omgeving. „**





## Ook in uw buurt is volop biodiversiteit

**In deze rubriek Wonen willen we dit keer niet de huizen maar de woonomgeving onder uw aandacht brengen. In de Hoeksche Waard is immers dichtbij huis, veel moois te zien!**

Als u graag naar buiten gaat, dan bent u niet de enige. Nederlanders zijn tijdens de coronacrisis meer gaan wandelen. Uit onderzoek van Stichting Wandelnet bleek, dat maar liefst 66% van de geënquêteerden tijdens de pandemie naar buiten is getogen voor wandelingen. Als reden gaven zij aan dat ze graag in beweging wilden blijven en dat de aanwezigheid in de natuur hen goed deed. Ook in de Hoeksche Waard is het prettig wandelen. Er is een hele biodiverse wereld te ontdekken. Gewoon, bij u in de buurt.

### **Biodiversiteit, wat is dat eigenlijk?**

Met biodiversiteit wordt de verscheidenheid aan leven bedoeld. In de natuur hebben alle verschillende levensvormen invloed op elkaar en zijn ze voor hun voortbestaan van elkaar afhankelijk. Zo is de bittervoorn voor zijn voortbestaan volledig afhankelijk van een speciaal soort mossel. Het vrouwtje van dit visje, dat in de Hoeksche Waard vooral rondzwemt in sloten bij

het Oude Land van Strijen, wil haar eitjes alleen afzetten in de zwanenmossel. Deze krijgt voor die tijdelijke opvang wel iets terug. Zodra ze groot genoeg zijn om de mossel te verlaten, nemen de bittervoornjes de larven van de mossel weer onder de kieuwen mee.

Het gaat de laatste tijd steeds slechter met de biodiversiteit. Veel soorten hebben het, ook in de Hoeksche Waard, moeilijk. Gelukkig werken in onze gemeente overheden, (agrarisch) ondernemers, inwoners en maatschappelijke organisaties nauw samen om het tij te keren en de biodiversiteit te versterken.

### **Ecologisch beheer**

In de Hoeksche Waard wordt het groen steeds vaker op een ecologische manier beheerd. Veel van de dijken en bermen die de Hoeksche Waard rijk is, worden minder intensief en op een andere manier gemaaid. Door deze vorm van beheer zijn er steeds meer bloemen te vinden en dat is goed nieuws voor bijen, hommels en andere insecten. Zo wordt er in plaats van met machines die het hoge gras platstampen, het zogenaamde klepelen, gewerkt met machines die het gras kort boven de grond afknippen. De diertjes die daar leven, hebben dankzij deze vorm van maaien een veel grotere overlevingskans. Bij het ouderwets klepelen, stierven vrijwel alle insecten. Tegenwoordig blijft het gemaaide gras even liggen en wordt, als alle zaadjes de kans hebben gehad de grond te bereiken, weer opgeruimd. Dat opruimen is beter voor de biodiversiteit: op een schralere, voedselarme, grond gedijen veel soorten bloeiende planten het beste. Het maaisel wordt, als het van goede kwaliteit is, als voedsel voor runderen gebruikt.

### **Onwaarschijnlijke ontmoeting**

Orchideeën zijn moeilijke klanten: alles moet kloppen, willen ze ergens kunnen gedijen. In Nederland komen verschillende soorten wilde orchideeën voor, maar ze zijn zeldzaam. Daarom was deze onverwachte ontmoeting zo bijzonder: op een rotonde in Strijen verscheen een bijenorchis. Deze orchidee ontleent haar naam aan de vorm van de bloemblaadjes. De onderste bloemblaadjes lijken namelijk precies op het achterlijfje van een vrouwtjesbij. Mannetjes die op dat aanlokkelijke beeld afkomen, nemen na hun bezoek het stuifmeel van de bijenorchis weer mee op hun vliegreis. Er komen op ecologisch behaalde stukjes (licht vochtige) grond steeds meer orchideeën voor. Inmiddels zijn er al 10 soorten in de Hoeksche Waard ontdekt!

### Blijbe bijen

De honingbij is van oorsprong een wilde bij, maar kan goed in bijenkasten worden gehouden. Om wilde bijen bij hun zoektocht naar voedsel niet dwars te zitten, is ook hier balans belangrijk. Deze bijensoort gebruikt veel verschillende bloemen en bloemrijke struiken als voedselbron. Dat geldt niet voor alle bijensoorten.



Sommige wilde bijen, vlinders en hommels eten maar van één soort plant. Dat maakt deze soorten kwetsbaarder. Het houden van bijen is een populaire hobby. In de Hoeksche Waard worden goede afspraken gemaakt met plaatselijke imkers over de inzet van bijenkasten op plekken waar ook wilde bijen voorkomen. De bijen worden ook 'ingehuurd' door land- en tuinbouwers die hun gewassen laten bestuiven door dit ijverige diertje. Helaas zien we bij natuurgebieden steeds vaker bijenkasten verschijnen van commerciële buitenlandse imkers.

### De wilg als aanjager van plaatselijke biodiversiteit

Niet weg te denken uit het Nederlands landschap, zo beeldbepalend is de knotwilg. In de Hoeksche Waard zijn wel 40 verschillende soorten wilgen te vinden. Voor agrariërs was de wilg een zeer nuttige boom. Alles van de boom werd gebruikt. Wilgen stonden veelal langs de waterkant en door ze te knotten kon het vee niet van



de blaadjes snoepen. Die ingreep van de mens heeft onverwachte, positieve gevolgen gehad: geknotte wilgen worden wel twee keer zo oud. Als gevolg van de snoei ontstaan er bovendien allemaal holletjes en spleten in de boom. Daarin vindt een bijzondere hoeveelheid verschillende diertjes voedsel en onderdak. Wel 100 soorten nachtvlinders (motten) gebruiken de wilg als waardplant: zij leggen er hun eitjes.

Enkele honderden andere insectensoorten vinden er een schuilplek en eten. Ook vogels, weer voor een deel aangetrokken door al die insecten, vinden in de kruin of in een ontstane holte een geschikte nestplek. Dit zorgt ervoor dat in de Hoeksche Waard de wilg een aanjager genoemd kan worden voor de biodiversiteit.





## Even op adem komen als mantelzorgers? Kies voor Logeertzorg!

**Veel mensen zorgen voor een naaste. Die zorg, het mantelzorgen, wordt met liefde gegeven maar kan soms belastend zijn. Gelukkig kunt u als mantelzorgers af en toe even op adem komen. Uw naaste is in goede handen in wijkpension Zoomwijk van Alerimus, waar alle faciliteiten zijn voor een goede opvang. Bert (81) gaat er af en toe naartoe.**

Door logeertzorg kan ik weer even bijtanken en de zorg voor Bert langer volhouden', zegt Berthe (74). Elke dag is ze al vroeg in de weer voor hem. 'Zijn kinderen helpen ook, maar de dagelijkse zorg komt op mij terecht.' Wel komt elke dag een medewerker van Alerimus langs om te helpen met aankleden en de dag op te starten. En die gaf hen de tip om eens aan logeertzorg te denken. In het wijkpension Zoomwijk staat daarvoor een mooi ingericht appartement klaar, inclusief ruime badkamer en keuken. Hier is het hele jaar door een plaats beschikbaar. Medewerkers van Alerimus nemen de zorg dan tijdelijk over. Ook kunnen de logés gebruikmaken van de voorzieningen van Alerimus. En is er een leuke activiteit? Dan kunnen ze meedoen.

### **Welkome onderbreking**

Een paar dagen logeren kan meerdere keren per jaar. Voor mantelzorgers is het een welkome onderbreking van hun dagelijkse zorgtaken. Ook voor Berthe. 'Bert

is al een aantal keer een lang weekend geweest. Door gebruik te maken van Logeertzorg hoef ik een paar dagen niet vroeg op. Ik kan eropuit, ik weet dat hij goed wordt verzorgd. Die paar dagen doen me goed en hij krijgt dagelijks bezoek van zijn zoons. Ze nemen hem mee naar buiten voor een wandeling.'

Berthe is vol lof over de zorg die Bert krijgt in zijn tijdelijke 'hotel'. 'Hij heeft het heel erg naar zijn zin. Ze zorgen zó goed voor hem. Vaak ziet hij ook nog bekende gezichten. En weet je wat ik zo bijzonder vind? Bert heeft een speciale matras nodig. Dat regelen ze gewoon voor hem. Dat is toch fantastisch!'

### **Ook gebruikmaken van Logeertzorg?**

Dat kan. Team Wmo van gemeente Hoeksche Waard kan u meer informatie geven, telefoon 088 - 647 19 20 of mail naar [contactwmo@gemeentehw.nl](mailto:contactwmo@gemeentehw.nl). Een keer komen kijken? Maak een afspraak via [info@alerimus.nl](mailto:info@alerimus.nl) of telefonisch 0186 - 659 659.

### **Bekijken of Logeertzorg beschikbaar is**

Sinds kort kunt u zelf inzien op welke data Logeertzorg beschikbaar is. De Logeertzorgagenda staat op de website: [www.alerimus.nl/mantelzorg/logeren/](http://www.alerimus.nl/mantelzorg/logeren/). In die agenda kunt u ook direct een reservering doen voor de data waarop u gebruik wilt maken van Logeertzorg.



## De Wielewaal

Even naar de kapper, een boodschap doen of naar de dokter? De Wielewaal rijdt u van A naar B en weer terug. Het is een elektrische auto die bestuurd wordt door vrijwilligers. De accu heeft een beperkt bereik waardoor de auto alleen in het dorp rijdt. Er is ruimte voor drie passagiers, een rollator of opvouwbare rolstoel en een boodschappentas. De Wielewaal rijdt in Strijen, 's-Gravendeel, Puttershoek, Maasdambinnenkort ook in Oud-Beijerland en Numansdorp.

### Hoe werkt het?

1. Bel de Wielewaal bij u in de buurt om een rit aan te vragen.
2. De chauffeur haalt u thuis op en brengt u naar een adres in uw dorp.
3. De chauffeur brengt u op het afgesproken tijdstip weer terug naar huis.
4. De chauffeur loopt (indien gewenst) met u mee naar de voordeur en draagt eventueel uw boodschappen.

### Meer informatie

De Wielewaal rijdt maandag t/m vrijdag van 09.00 tot 17.00 uur en kan vooraf besteld worden.

*De Wielewaal Strijen,*

telefoon 06 - 24 55 39 58

*De Wielewaal 's-Gravendeel,*

telefoon 06 - 11 22 34 96

*De Wielewaal Puttershoek/Maasdambinnenkort ook in Oud-Beijerland en Numansdorp.*

telefoon 06 - 45 62 39 13

Zodra de telefoonnummers van de Wielewaal in Oud-Beijerland en Numansdorp bekend zijn vindt u die op de website [www.dewielewaalhw.nl/](http://www.dewielewaalhw.nl/)

*Mevrouw Aarts (76) uit Puttershoek is erg slechtziend en voelde zich enorm afhankelijk van de mevrouw die voor haar de boodschappen deed. Sinds oktober maakt ze 2 x per week gebruik van de Wielewaal en is er heel blij mee. 'De Wielewaal is voor mij een enorme verademing, ik kan nu weer zelf naar de supermarkt en de chauffeur zet de boodschappen voor me in m'n rollator, heel attent!'*

### Per 1 juli stopt Vervoer Lokaal in Oud-Beijerland

Dit betekent dat 65-plussers van Oud-Beijerland vanaf dat moment niet meer met hun kaartje voor Vervoer Lokaal kunnen reizen. U kunt voor de ritten in het dorp gratis gebruikmaken van De Wielewaal.

### Heeft u nog kaarten voor Vervoer Lokaal?

Maak deze dan voor 1 juli op. Wij informeren u later, onder andere via de gemeenterubriek in Het Kompas, over waar u ongebruikte kaarten kunt inleveren. U krijgt dan uw geld terug.

### Heeft u een elektrische of niet opklapbare rolstoel?

Dan kunt u helaas geen gebruik maken van de Wielewaal. Heeft u geen eigen vervoer en kunt u dat niet zelf regelen? Neem contact op met team Wmo van de gemeente, telefoon 088 - 647 19 20.



## De paden op, de lanen in

**Dat bewegen gezond is voor lijf en leden is wel bekend. Het bijzondere van fietsen is dat je beweegt in de buitenlucht en tegelijk kunt genieten van de mooie natuur van de Hoeksche Waard. Je hebt minder negatieve gedachten en je ervaart minder stress. Buiten zijn zorgt ervoor dat je genoeg vitamine D aanmaakt, goed voor sterke botten.**

In de Hoeksche Waard zijn verschillende fietsmogelijkheden om samen of alleen te fietsen. Als u het hele bewegwijzerde fietsenroutenetwerk hebt gereden bent u 229 kilometer verder.

### **Fietstocht 'Doortrappen'**

De fietstocht start om de 14 dagen in de even weken op woensdagochtend vanaf The Point (Sportlaan 6) in Puttershoek. Om 9.00 uur is er inloop met koffie/thee en vanaf 9.30 uur start de fietstocht van zo'n 2 uur die wordt begeleid door getrainde vrijwilligers. Er wordt het hele jaar door gefietst zo lang het weer het toelaat en in een rustig tempo. U kunt zowel op de gewone fiets als op de e-bike deelnemen. Onderweg is er aandacht voor de omgeving én ruimte voor gezelligheid. De fietstochten bevatten ook een informatief/educatief onderdeel, zoals opfrissen verkeersregels, tips voor op- en afstappen, fietsen in groepen, dode hoek e.d. Aanmelden is niet nodig en er zijn geen kosten aan verbonden.

Voor meer informatie neem contact op met Bianca den Ouden van Welzijn Hoeksche Waard, tel. 06 - 45 65 38 86 of mail [bianca.denouden@welzijnhw.nl](mailto:bianca.denouden@welzijnhw.nl)

### **Toerclub Hoeksche Renners**

Fietst u voor conditieverbetering of ontspanning? Fiets eens mee met de toerclub van de Hoekse Renners in Puttershoek. Zij fietsen in groepsverband onder het motto "Samen uit, samen thuis". Het toerseizoen loopt van begin maart tot eind oktober. In de wintermaanden wordt er een vaste ronde gereden van ca. 60 km door de Hoeksche Waard, zonder koffiepauze.

In het zomerseizoen is er een gevarieerd programma met tochten van 50 tot 140 kilometer, met onderweg (meestal) een koffiestop. Deze ritten worden op zondagochtend in een gematigd tempo gereden, gemiddeld 28 à 30 km/u. Bij elke tocht is er hulp bij pech en EHBO aanwezig. Daarnaast kan ook worden deelgenomen aan een aantal toertochten in de omgeving. Onderweg aansluiten kan op diverse plaatsen. Kijk voor meer informatie op de toerkalender <https://www.hoekserenners.nl/agenda.html> Voor vragen, aanmeldingen of opmerkingen kunt u het contactformulier gebruiken op de website <https://www.hoekserenners.nl/contact.html>

### **Fietsclub Humanitas**

Het motto van de fietsclub is 'Samen lekker weg en

genieten, want samen is leuker dan alleen'. Tijdens het fietsen wordt genoten van de omgeving en is er ruimte voor serieuze gesprekken, maar er wordt ook veel gelachen.

De groep fietst wekelijks (meestal op dinsdag) veertig tot vijftig kilometer, met trapondersteuning. De een fietst vaak en zet de trapondersteuning laag; een ander die wat minder fietst, zet 'm hoger. Als iemand het wat ver vindt, wordt er vaker een rustpauze ingelast. Er worden fietstochten in de Hoeksche Waard uitgezet, maar ook een rondje Voorne Putten (via de pont) of door de Heinenoordtunnel naar Barendrecht of richting Dordrecht. Het startpunt is vaak Oud-Beijerland omdat daar de meeste deelnemers vandaan komen. Meer informatie over de fietsgroep, bel Joke van Hulst 078 - 676 36 35 of mail [j.hulst.308@gmail.com](mailto:j.hulst.308@gmail.com).



zitten achter elkaar. De fiets heeft een elektrische trapondersteuning.

U kunt de fiets lenen (u krijgt dan eerst instructies) of vragen of een vrijwilliger u meeneemt voor een tochtje. Bij Zorgwaard en Alerimus kunt u voor € 5,00 per dagdeel de fiets lenen. In 's-Gravendeel heeft men sponsors en vraagt men geen eigen bijdrage voor het gebruik van de fietsen.

### Interesse?

#### Stichting Gecoördineerd Ouderenwerk 's-Gravendeel

Woont u in 's-Gravendeel? Bel mevrouw A. Sint Nicolaas, telefoon 078 – 673 32 88 / 06 – 20 19 02 98 of de heer de Zeeuw, telefoon 078 – 673 34 98 of / 06 – 23 81 65 00 of mail [sgoonline@gmail.com](mailto:sgoonline@gmail.com)

#### Zorgwaard

Woont u in Puttershoek of Oud-Beijerland? Bel Bas van der Plank of Marianne Raidt, telefoon 078 - 676 34 00 of mail [welzijn/vrijwilligers@zorg-waard.nl](mailto:welzijn/vrijwilligers@zorg-waard.nl)

#### Alerimus

Woont u in Numansdorp of Oud-Beijerland en wilt u de fiets lenen? (geen mogelijkheid met vrijwilligers) Bel naar Alerimus, telefoon 0186 – 659 659

### Fietsen met de riksja

Een vrijwilliger gaat met één of twee passagiers met de riksja op stap; om samen te genieten van de mooie locaties in en rondom Oud-Beijerland.

Wilt u een rit met de Fietsriksja boeken, bel dan Welzijn Hoeksche Waard, 088 -30 89 00 of mail [receptie@welzijnhw.nl](mailto:receptie@welzijnhw.nl).

### Vrijwilligers

Zowel Doortrappen, de duo- en rolstoelfiets en de riksja kunnen altijd vrijwilligers gebruiken. Neem contact op met de betreffende clubs.



### Fietsen met de duofiets of rolstoelfiets

Als u niet meer zelfstandig kunt fietsen maar wel graag een rondje maakt kunt u samen met een maatje of een vrijwilliger een frisse neus halen.

De duofiets is geschikt voor mensen die nog zelfstandig, ondanks beperkingen, kunnen lopen of staan. De mogelijkheid bestaat om mee te trappen maar dit is niet verplicht. De fiets beschikt over een drietal trapopties. Vrijwilliger en passagier zitten naast elkaar. Deze fiets heeft een elektrische trapondersteuning.

De rolstoelfiets is bedoeld voor mensen die afhankelijk zijn van een rolstoel. Voordeel van deze fiets is, dat er gebruik gemaakt kan worden van de eigen rolstoel. Stoelwisselingen zijn niet nodig. De fiets is niet geschikt voor een elektrische rolstoel. Vrijwilliger en passagier



## ‘Wat zegt u?’

### Wist u dat slechthorendheid een reden is voor ouderen om sociale contacten te vermijden?

‘Laat die verjaardag maar voorbij gaan, ik kan het toch niet verstaan.’ U herkent het vast wel, van uzelf of van iemand uit uw omgeving. Slechthorendheid door ouderdom sluipt er langzaam in en maakt dat slechthorende ouderen eerder de stilte opzoeken, een verjaardagsfeestje overslaan, groepen mensen vermijden of kiezen voor activiteiten in hun eentje. Het kost veel moeite om te horen wat er in gezelschap wordt gezegd en bovendien kost het geduld en aandacht van de omgeving.

### Ouderdomsslechthorendheid

Als je ogen slechter worden, krijg je daar steeds meer last van en uiteindelijk ga je naar de opticien voor een oogtest en een bril. Daar schamen we ons niet voor. Slechthorendheid daarentegen sluipt er ongemerkt langzaam in en je hebt er zelf weinig last van. Je vindt alleen dat mensen binnensmonds praten en dat omgevingsgeluiden sterker klinken waardoor je iemand slecht kan verstaan. Je ‘gokt’ steeds vaker wat de ander bedoelt. Immers, je wilt niets laten merken van je ‘beperking’, het valt allemaal wel mee, denk je. Jammer, want er valt wat aan te doen.

### De campagne Hoorwinst Hoeksche Waard

Daarom is eind 2018 de campagne Hoorwinst Hoeksche Waard van start gegaan - een samenwerking van gemeente Hoeksche Waard, GGD Zuid-Holland Zuid en Erasmus Medisch Centrum Rotterdam - gericht op

verbetering van het sociale contact van mensen die door ouderdom slechter horen.

Wat kunt u als slechthorende zelf doen, wat kunt u als naaste betekenen en waar kunnen professionals op letten?

### Wat kunt u als slechthorende zelf doen?

Erken dat u slechthorend bent, maak een afspraak met uw huisarts of de hoorwinkel voor een hoortest, maak bekend dat u slechthorend bent, geef aan wat voor u belangrijk is in het sociale contact, onderhoud uw gehoorapparaat of ga naar de hoorwinkel als het niet naar behoren functioneert en laat u informeren over handige hoorhulpmiddelen.

### Wat kunt u als naaste doen?

Let op signalen van slechthorendheid, heb aandacht en geduld, spreek samen af wat u beiden kunt doen om elkaar beter te verstaan, heb aandacht voor het gehoorapparaat als uw naaste dat lastig vindt.

### Meer informatie

Meer informatie vindt u op de website van de gemeente: <https://www.gemeentehw.nl/direct-regelen/zorg-wel-zijn/hoorwinst-hoeksche-waard/>

Hoorwinst geeft ook voorlichting aan organisaties op locatie. Hierbij wordt u geïnformeerd over wat slechthorendheid betekent in het sociale contact en wat u kunt doen om dat te verbeteren.

Heeft u interesse in een voorlichtingsbijeenkomst bij uw club, vereniging of bewegsgroep en bent u met minimaal 15 personen? Stuur een mail naar Judith Bouwmeester van GGD Zuid-Holland Zuid: [jr.bouwmeester@ggdzhz.nl](mailto:jr.bouwmeester@ggdzhz.nl)



# Bakjes voor gewijd water

In deze rubriek Bijzonder laten we initiatieven 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, opmerkelijk, origineel, raar, speciaal, eigenaardig, zeldzaam, markant, apart...

Wanneer je de woning van Riet Luth (79) in Oud-Beijerland binnenkomt wordt je oog direct getrokken naar de enorme hoeveelheid wijwaterbakjes die aan de wand hangen. Zo divers. Ieder wijwaterbakje heeft een bijzondere uitstraling. Het aantal loopt in de honderden.

## Bijzondere verzameling

Riet vertelt enthousiast hoe deze bijzondere verzameling is begonnen. 'Met mijn man heb ik heel veel reizen gemaakt. We kwamen in alle uithoeken van de aarde. Tijdens een reis naar Rusland in 1993 bezocht ik graag allerlei kerken en brandde altijd een kaarsje. Misschien omdat ik in een katholiek gezin ben grootgebracht, trok mij dat altijd aan. Bij binnenkomst van een kerk stond een wijwaterbak met gezegend water. De bezoekers doopten er hun vingers in om vervolgens met gereinigde handen een kruisteken te slaan: het 'wijwaterkruisje'. Tijdens onze vakantie zag ik in een soort curiosawinkeltje een wijwaterbakje in het klein. Dat vond ik zo mooi. Toen is het begonnen.'

## Zoektocht in vakantieland

Lachend vertelt Riet verder: 'Of ik nu in Oostenrijk, Mexico, Indonesië, Canada of Australië was, ik verliet het vakantieland niet zonder wijwaterbakje. Soms werd het een echte zoektocht. Ik was als een kind zo blij wanneer ik er één gevonden had. Door al deze reizen groeide mijn verzameling behoorlijk. Mijn kinderen hoefden niet meer na te denken wat te geven voor m'n verjaardag.'

## Op reis naar Amerika

'Jaren geleden kwamen Amerikaanse vrienden op bezoek. Ze waren helemaal weg van mijn verzameling. Dat trof mij zo. Ik beloofde hen dat zij mijn wijwaterbakjes zouden krijgen wanneer ik er niet meer zou zijn. Mijn man en ik zochten hen daarna op in Amerika. In hun huis zag ik een hele kale wand en vroeg waarom daar niets hing. Dit bleek de wand te zijn waar de wijwaterbakjes zouden komen.

Ruim anderhalf jaar geleden is mijn man overleden. Toen ben ik ook meteen gestopt met het verzamelen van de wijwaterbakjes, verbonden aan onze gezamenlijke reizen.

Door onze enthousiaste vrienden uit Amerika vond ik het een fijner idee mijn wijwaterbakjes nu al aan hen over te dragen. Ze zijn dan in goede handen en krijgen een ereplaats in hun huis. Binnenkort gaan ze op reis naar Amerika.'





## Mogelijkheden voor ondersteuning vaak niet bekend

**In deze rubriek laten we mantelzorgers aan het woord. Dat is deze keer mevrouw Cora van Roon-Donkersloot (56) uit Puttershoek. Zij is mantelzorger voor haar schoonmoeder, mevrouw Van Roon (90), die dichtbij haar zelfstandig woont en dagelijks hulp nodig heeft. Cora wist tot voor kort niet dat er mogelijkheden waren voor ondersteuning bij de zorg voor haar schoonmoeder.**

### Dagelijkse zorg

Hoewel Cora in een kapsalon werkt, besteedt zij veel tijd aan haar schoonmoeder en komt dagelijks bij haar om te kijken hoe het gaat. Zijn er boodschappen nodig, moet de was in de machine, is de douche gebruikt en de kraan dichtgedraaid? Schone kleren worden klaargelegd en de dagelijkse boterhammen uit de vriezer gehaald. Cora en andere familieleden zorgen voor de warme maaltijden. De onlangs aangeschafte dementieklok is een hulpmiddel bij de dagindeling. Bij goed weer neemt Cora haar schoonmoeder mee voor een wandelingetje. Ze drinken samen koffie, ze brengt een bloemetje mee, maakt de kattenbak schoon en houdt de tuin bij - alles pakt zij aan.

### Mantelzorger voor haar ouders

Cora was gewend om mantelzorger te zijn voor haar ouders. Na het overlijden van haar moeder bekommerde ze zich om haar vader, totdat hij - bijna 90 - vorig jaar overleed. Cora is een positieve, behulpzame vrouw met oog voor details en aandacht voor wat nodig is. Zij zegt

lachend, maar toch serieus: 'Als mijn schoonmoeder er niet meer is, dan val ik in een gat en zoek ik een ander voor wie ik mantelzorger kan zijn.'

### Ondersteuningsmogelijkheden

Cora deed alles zelf totdat ze via via hoorde dat er ondersteuning mogelijk is. Zo werd Zorgwaard ingeschakeld en kreeg haar schoonmoeder een medicatiebox met een alarm op de tijden dat zij haar medicijnen moet innemen. Daarnaast gaat mevrouw Van Roon sr. nu elke vrijdag naar de dagopvang, waar het medicijngebruik ook wordt gecontroleerd. Hoewel de warme maaltijden door de familie worden geregeld wil Cora een maaltijdbezorging proberen en een proefpakket afnemen van Tafeltje-Dekje. De thuiszorg is inmiddels ingeschakeld voor huis-houdelijk werk.

Ze is blij met de ondersteuning in het gehele pakket aan zorg. 'Ik wist gewoon niet wat er allemaal mogelijk was', zegt zij. 'Het gaat goed zoals het nu gaat.' Ze laat foto's zien van haar schoonmoeder, een verzorgde, lachende dame. 'Ze ziet er goed uit', zegt zij tevreden, 'net Hollands Glorie.'

### Meer informatie

Wilt u meer weten over de ondersteuningsmogelijkheden bij mantelzorg? Kijk op de website <https://www.helpmijzorgen.nl/hoekschewaard/> of neem contact op met MEE Mantelzorg, telefoon 078 - 206 32 02 of mail naar [mantelzorg@meeplus.nl](mailto:mantelzorg@meeplus.nl).

## Spek met peren

**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, gewoontes, landschap, taal, producten, anekdotes of herinneringen. Dit keer gaat het om een echte Hoeksche Waardse plattelandsmaltijd.**

Het is niet bekend hoeveel Hoeksche Waardse gezinnen nu nog Spek met Peren eten, maar de traditie wordt in ere gehouden door de Vriendenkring van het Museum Hoeksche Waard. Op de jaarlijkse Vriendendag staat dit recept standaard op het menu. De voorzitter van de Vriendenkring, de heer mr. G. Schilperoort, vertelt dat ruim veertig jaar geleden, bij het tienjarig bestaan van het streekmuseum, een plan bedacht werd om de vele donateurs, die Vrienden genoemd werden, een gezamenlijke maaltijd aan te bieden. Een citaat uit het bulletin van de Vriendenkring van oktober 1976: "Laten we de vriendschap onderhouden met de gezelligheid van een gezamenlijke maaltijd. Dat wordt natuurlijk Spek met Peren - kan het Hoeksche Waardser?"

### Jaarlijkse ontmoetingsdag

Nog voordat het museum was opgericht had de heer Wim Blok het initiatief genomen tot het oprichten van een Vriendenkring van donateurs. Vanaf eind jaren '70 werd jaarlijks een ontmoetingsdag gehouden op de tweede zaterdag in oktober, aanvankelijk in de Vijf Schelpen in Mijnsheerenland en later in 't Stammineeke aan de Greup. Weer later werden er op de ontmoetingsdag excursies georganiseerd, zoals naar het Nederlands Zilvermuseum in Schoonhoven en het Markiezenhof in Bergen op Zoom.

### De Vriendenkring

De Vrienden vinden het belangrijk dat de cultuur- en streekhistorie van de Hoeksche Waard behouden blijft en door lid te worden ondersteunen zij het museum ook financieel voor minimaal € 15 per jaar. Het museum heeft ongeveer 1200 Vrienden en met hun hulp konden er in 2020 zonnepanelen en een beregeningsinstallatie worden aangeschaft. Daarnaast werd de unieke kans aangegrepen om een werk van J.B. Jongkind te kopen, een tekening die de beroemde kunstschilder in 1856 in Klaaswaal maakte. Door de coronamaatregelen verviel de bijeenkomst in 2020, maar vorig jaar oktober werd



er opnieuw een Vriendendag georganiseerd, ditmaal in het eigen museum in Heinenoord. Natuurlijk volgde daarop de Spek met Perenmaaltijd. Deze traditie blijft onveranderd.

Wie zich wil aanmelden als Vriend kan een mail sturen naar [vriendenkring@museumhw.nl](mailto:vriendenkring@museumhw.nl)

## RECEPT Spek met peren

1,5 kilo stoofperen (Gieser Wildeman)  
500 gram zuurkoolspek (of buikspek)

Boor de klokhuizen uit de peren. Doe de peren met het spek in de pan en giet er zoveel water bij dat het vlees net onder staat. Voeg eventueel een paar kruidnagelen en een laurierblaadje toe. Kook dit in 2,5 uur zachtjes gaar.

Snijd het spek in plakken en haal de peren uit de pan. Doe alles in een schaal en serveer met 'blommige aerepels'. Het kookvocht van de spekperen kan als jus dienen.

## Dementiewijzer

Een van de uitkomsten van het onderzoek naar 'Hoe dementievriendelijk is de Hoeksche Waard?' dat in het voorjaar van 2021 werd uitgevoerd, was de behoefte aan heldere antwoorden op vragen van mensen die te maken krijgen met dementie. De projectgroep

Dementievriendelijke Hoeksche Waard heeft daarom een Dementiewijzer gemaakt waarin veel vragen over het onderwerp worden beantwoord. De Dementiewijzer is te vinden op [www.helpmijzorgen.nl/hoekschewaard](http://www.helpmijzorgen.nl/hoekschewaard)



## Nieuwsbrief Duurzaamheid

Wilt u op de hoogte worden gehouden over wat er allemaal gebeurt om de Hoeksche Waard te verduurzamen? Over wat de gemeente daaraan doet en wat er gebeurt samen met partners? Wilt u geïnspireerd worden over wat u zelf kunt doen? Meld u dan via de website aan voor de digitale nieuwsbrief die ongeveer acht keer per jaar uitkomt:

[www.gemeentehw.nl/nieuwsbrief-duurzaamheid/](http://www.gemeentehw.nl/nieuwsbrief-duurzaamheid/)

## Hoeksche Waardse Geldgids

Heeft u een laag inkomen en weinig spaargeld? Dan is het fijn om te weten of u recht heeft op extra geld vanuit financiële regelingen en toeslagen. Hiervoor bestaat sinds kort de

Hoeksche Waardse Geldgids voor minima. In deze gids staat alle informatie over (landelijke en lokale) financiële regelingen en toeslagen op een rijtje. U kunt de Hoeksche Waardse Geldgids gratis ophalen bij het gemeentehuis in Oud-Beijerland of Maasdam. De digitale versie vindt u op de website

[www.gemeentehw.nl](http://www.gemeentehw.nl) met de zoekterm 'geldgids'. Wilt u advies of hulp bij het aanvragen van een regeling of toeslag? Neem dan contact op met de Formulierenhulp van Humanitas, telefoon 06 - 22 38 41 41.



## Leuke/interessante websites



## Uitagenda Hoeksche Waard

Er is veel te doen in de Hoeksche Waard. Check [www.uitagendahoekschewaard.nl](http://www.uitagendahoekschewaard.nl) voor het laatste nieuws rondom de uitjes!

## Tips Regionaal Energieloket

Wist u dat u tot honderden euro's per jaar kunt besparen op uw energierekening zonder een euro uit te geven? Download het gratis e-book met 50 energiebespaartips van het Regionaal Energieloket:

[www.regionaalenergieloket.nl/hoeksche-waard/iedereen-doet-wat](http://www.regionaalenergieloket.nl/hoeksche-waard/iedereen-doet-wat)



## Mingle Community

In de Mingle Community is het mogelijk om kleinschalige activiteiten te plaatsen en/of deel te nemen aan activiteiten van anderen. Ook kunt u contact leggen met andere leden en aansluiten bij groepen (of zelf een groep van uw interesse maken). Het werkt heel gemakkelijk. En komt u er niet uit, dan helpen Laura en Natascha u graag! Kijk op [www.minglethesingle.nl/members-community/](http://www.minglethesingle.nl/members-community/) of bel 0186 - 22 00 00.