NIEUWSBRIEF **MAART 2020** **Nummer 3**

Gerbrandystraat 31, 3354 BR, Papendrecht
Tel. Marjan Middelburg: 06-39575136
email: coordinator@odensehuispapendrecht.nl
secretariaat@odensehuispapendrecht.nl

I.v.m. het Coronavirus is het Odensehuis voorlopig tot 1 juni gesloten.

Odensehuis Papendrecht

In deze nieuwsbrief staan 3 mooie verhalen van vrijwilligers, bezoeker en mantelzorger.
Voor de volgende nieuwsbrieven willen we graag meer mooie verhalen ontvangen.
Mooie ideeën, verhalen, gedichten of ervaringen zijn welkom. Willen jullie deze a.u.b. mailen naar Marjan, coordinator@odensehuispapendrecht.nl en/of
naar Marga, secretariaat@odensehuispapendrecht.nl
Alvast heel hartelijk bedankt.

Beste lezers van deze nieuwsbrief,

Nu ik dit stukje schrijf is het Odensehuis al een week gesloten. Wie had dat gedacht, zeker niet toen we in maart ook de dinsdag opengingen en dat ook een succes bleek.

Wat hadden we het gezellig die laatste donderdag dat we open waren en ook toen hadden we nog niet echt het besef dat we elkaar een langere tijd niet meer zouden zien. De andere dag ontvingen jullie het bericht dat het Odensehuis vanwege het Coronavirus is gesloten. En nu missen we elkaar, alle gezelligheid, de afleiding en geluksmomentjes.

Met deze nieuwsbrief kijken we terugkijken op alle leuke momenten die we met elkaar de afgelopen maanden hebben beleefd zoals tijdens Muziek beleven, Beweeglessen en alle mooie dingen die op ons Odensehuis-pad zijn gekomen. We hopen dat zo fijne herinneringen naar boven komen.

Als het Coronavirus is uitgedoofd gaan we met liefde weer verder met wat we deden in het Odensehuis. Blijf positief en zorg de komende tijd goed voor jezelf, daarmee zorg je ook het best voor je naasten.

Hartegroet,

Marjan Middelburg, coördinator Odensehuis Papendrecht

Van de voorzitter

Ik schrijf dit stukje op 24 maart 2020 in de middag. Onwillekeurig gaan mijn gedachten even terug naar twee weken geleden. Toen schreef ik niet, maar ik mijmerde wel, op een dakterras in Tenerife bij een temperatuur van 30 gr C. We zouden namelijk de volgende dag weer naar Papendrecht gaan waar het koud en nat zou zijn. Ik bedacht me dat het een heerlijke rustige vakantie was geweest ten opzichte van vorig jaar. Toen zaten we in de opstartfase van het Odensehuis, dus in de avond, op afstand, regelmatig mee vergaderen. Nu een jaar later is het Odensehuis al 7 maanden een feit. Door de coördinator werd ik tijdens de vakantie regelmatig op de hoogte gehouden van de positieve vorderingen. Gelukkig geen problemen. We, mijn vrouw Erna en ik, zagen er naar uit om op donderdag weer naar het Odensehuis te gaan, om iedereen te ontmoeten ook de nieuwe gasten en vrijwilligers. Niet wetende dat dat voorlopig de laatste keer zou zijn omdat er iets is als een Corona virus in Nederland. Het bestuur moest de beslissing nemen om het Odensehuis te sluiten in verband met de gezondheid van de gasten. Het was voor ons een pijnlijke beslissing. Wel zijn en worden er plannen gemaakt om onze gasten toch regelmatig iets te laten merken van het Odensehuis op wat voor manier dan ook.

Het Odensehuis is al 7 maanden een feit. Wat een succesverhaal. Van 3 bezoekers de eerste keer naar tot voor kort 3 dagen in de week open met veel bezoekers. Iedereen voelt zich heel erg thuis in de Gerbrandystraat. Er worden spelletjes gedaan, gegymd er wordt gedanst er zijn festiviteiten met Sint-Nicolaas en de Kerst. Er is een muziekprogramma en inmiddels is ook de tovertafel, die geschonken is door de Rotary, geïnstalleerd. Natuurlijk vergeet ik nog activiteiten maar wat erg belangrijk is, dat dit alles mogelijk is doordat een grote groep erg gemotiveerde vrijwilligers iedere week weer naar het Odensehuis gaat om zich in te zetten voor de gasten. Dit alles gebeurt onder de bezielende leiding van coördinator Marjan Middelburg.

Odensehuis op de digitale borden

Ik zou willen dat we snel weer open kunnen en op gaan voor uitbreiding van het aantal uren, zodat we hopelijk begin volgend jaar 4 dagen per week open kunnen zijn.
Het hele gebeuren rond het Odensehuis vervult mij met trots en langs deze weg wil ik alle vrijwilligers, gastvrouwen en gastheren ontzettend hartelijk danken voor hun inzet. Ik hoop dat jullie dit nog lang kunnen doen.

Piet Bezemer

Corona tips

Wat leven we in een bizarre tijd. Het Corinavirus heeft een grote impact om onze samenleving.
Zeker ook voor het Odensehuis dat vanaf 16 maart gesloten is.
Voor de bezoekers en mantelzorgers zijn dit moeilijke tijden. Het Odensehuis geeft veel rust, ontspanning en plezier, dit moeten ze nu een tijdje missen.
Het bestuur en de coördinator willen toch zoveel mogelijk contact houden met hen om ze te laten weten dat ze niet vergeten worden. Via whatsapp, telefoon, een kaart en regelmatig de interne nieuwsbrief blijven ze betrokken bij het Odensehuis.
Voorlopig blijft het Odensehuis tot 1 juni gesloten. We hopen dat er dan positievere berichten zijn.

Via deze nieuwsbrief geven we informatie welke mogelijkheden er zijn om de periode dat het Odensehuis gesloten is door te komen.

Voor mensen die zich eenzaam en angstig voelen en zorgen hebben, zij kunnen de Luisterlijn bellen. Dit is landelijk, Omroep Max werkt daarin samen met de Luisterlijn. 0900 – 0769.

https://www.beteroud.nl

https://www.eentegeneenzaamheid.nl

https://puurpapendrecht.nl/elkaar-helpen

https://www.rivm.nl ► coronavirus

https://www.odensehuispapendrecht.nl

Corona steunpunt Papendrecht
Papendrechters bieden momenteel massaal hulp aan buren, familie en ook onbekenden die door het coronavirus hulp nodig hebben, bang zijn of geïsoleerd raken. Dat is hartverwarmend! Het gaat dan voornamelijk om de groepen ouderen, zieken en mensen met een beperking. Om deze initiatieven te stroomlijnen, een luisterend oor en helpende hand te bieden aan mensen met een hulpvraag, hebben wij een telefonische hulplijn geopend, t.078- 615 47 41.
Deze flyer wordt in Papendrecht rondgebracht en is ook te lezen op de website van het Odensehuis, www.odensehuispapendrecht.nl.

Hulp nodig of hulp aanbieden?
Inwoners van Papendrecht kunnen van maandag tot en met vrijdag tussen 09.00 en 17.00 uur bellen met hun vraag. U kunt bijvoorbeeld bellen voor:
- een gezellig telefonisch praatje
- als u zelf geen boodschappen kunt doen
- het (laten) ophalen van uw medicijnen
- iemand die uw hond uitlaat

Sterk Papendrecht staat met medewerkers en vrijwilligers klaar met helpende handen en advies! Heeft u een specifieke vraag waar Sterk Papendrecht u niet bij kan helpen? Dan verwijzen zij u door naar een andere organisatie/initiatief in Papendrecht.
We laten elkaar niet in de steek!

3e dag open

Dinsdag 3 maart ging het Odensehuis ook op dinsdag open, dat hebben we met elkaar gevierd met heerlijke taart gemaakt door Marjan. Een extra dag open betekent ook extra vrijwilligers die zich gelukkig hebben gemeld na een oproep in de media. Voor hen volgt een training en zij zullen de komende tijd ingewerkt worden. Welkom nieuwe vrijwilligers in het Odensehuis Papendrecht!

Wist je dat:

- we vanaf 1 maart ook op dinsdag open zijn
- het bezoekersaantal blijft groeien
- iedereen veel persoonlijke aandacht krijgt
- je mag doen (en laten) wat je wilt
- bezoekers zich na 3 á 4 bezoekjes helemaal
- thuis en veilig voelen
- bezoekers actiever worden
- er veel gelachen wordt
- kleinkinderen samen met opa en oma
- activiteiten doen in het Odensehuis
- we een tafelbiljart hebben
- we zijden bloemstukken hebben gekregen
- Corrie nog steeds elke donderdag iets lekkers
- voor de lunch komt brengen
- we tulpenbollen hebben gekregen van
- Rotaryclub Alblasserdam
- we 12 nieuwe gastvrouwen en gastheren
- hebben, waar we natuurlijk heel blij mee zijn
- Peter en Hans elke 2 weken op donderdag muziek komen maken.
- In verband met de tijdelijke sluiting de verse producten uit de koelkast aan de voedselbank geschonken zijn

Muziek beleven met Peter en Hans

Vrijwilligers Peter en Hans komen om de week op donderdag van 11.00 tot 12.00 uur muziek maken. Muziek uit de 60/70 jaren en natuurlijk ook verzoeknummers.
De bezoekers en mantelzorgers zingen enthousiast mee.
Natuurlijk kan er ook een dansje gemaakt worden tot zelfs de polonaise.
Het is een vrolijke boel, iedereen geniet ervan.

Vrijwilliger: ik zie een uur lang blije gezichten tijdens het muziekuurtje

Wensboom

Sinds deze maand hebben we een wensboom. Deze is geschonken door Walter van Hees, zoon van één van de gastvrouwen/heren, die heel enthousiast was geworden toen zijn ouders over ons plan van de wensboom vertelden.

Bezoekers en mantelzorgers kunnen hiermee hun wensen kenbaar maken door het invullen van een blaadje aan de boom.
Inmiddels zijn er al aardig wat ideeën zoals:

- Elektrisch oventje om koekjes te bakken, gereedschapskoffertje met handgereedschap, tafelbiljart (deze is inmiddels gerealiseerd).
- Wandelen, varen en/of naar het bezoekerscentrum in de Merwelanden, met de waterbus naar Rotterdam en koffiedrinken bij Intelhotel (mooi uitzicht).
- Naar de Biesbosch, bezoekerscentrum en wandelen.

Tovertafel

In de vorige nieuwsbrieven berichtten we u al dat de opbrengst van de jaarlijkse fietstocht van Rotary Alblasserwaard en Kinderdijk geschonken is aan ons Odensehuis.

Naast praktische zaken zoals een afwasmachine kon ook één van onze wensen, een Tovertafel, in vervulling gaan. Na goed overleg met de leverancier en de Rotary is de Tovertafel geïnstalleerd. Helaas hebben we deze door de sluiting door het Corinavirus nog niet kunnen uitproberen. Ik kijk er enorm naar uit om samen met de bezoekers en gastvrouwen/heren geluksmomentjes te ervaren aan de Tovertafel.

Wat is de Tovertafel?

De Tovertafel is een kastje dat aan het plafond wordt gehangen, boven een tafel. Vanuit het kastje worden interactieve spelen/lichtprojecties op de tafel of grond geprojecteerd.

In de spelen zitten onverwachte momentjes, grapjes en vrolijke kleuren. Het spelen verbindt mensen met elkaar en met hun omgeving, het stimuleert beweging. De gastvrouwen en gastheren krijgen een training om met de Tovertafel te werken om plezier te beleven met de bezoekers.

Wil je meer weten over de Tovertafel kijk op www.tovertafel.nl, wil je meespelen, kom een keer langs in het Odensehuis Papendrecht.

Bezoek van de wethouder

We zijn het in het Odensehuis gewend dat er iemand onverwachts binnenkomt, maar donderdag 13 februari was het extra leuk toen onze wethouder, Corine Verver, het Odensehuis binnenstapte. Ze was benieuwd hoe het in het Odensehuis is en kwam een kijkje nemen. Terwijl de gastvrouwen met de bezoekers de tafels dekten keek ze rond bij het sjoelen en maakte her en der een praatje.

Op onze uitnodiging om mee te lunchen ging de wethouder graag in.

Onder het genot van de lunch sprak ze met bezoekers en mantelzorgers vertelden haar hoe belangrijk het Odensehuis voor hen en hun geliefden is en hoeveel plezier we met elkaar hebben.

Over het reilen en zeilen van het Odensehuis sprak ze met coördinator Marjan Middelburg.

We danken wethouder Verver voor dit spontane bezoek aan ons Odensehuis, waarvan iedereen zichtbaar heeft genoten!

"Nieuwe" stoelen

Beweeguurtje, elke maandag vanaf 11.00 uur

Door het groeiend aantal bezoekers kwamen we stoelen tekort. Dat kwam één van de gemeenteleden van de Sionskerk ter ore en hij gaf aan dat daar een aantal stoelen en tafels vervangen zou worden. Na overleg kwam het positieve bericht dat we 25 stoelen en 3 tafels mochten ophalen en dat heeft een aantal sterkte vrijwilligers gedaan. Nu staat het meubilair in het Odensehuis en krijgt het een 2e leven.
De stoelen zijn lekker stevig en we gebruiken ze elke maandag voor de Beweeglessen en we schuiven ze gemakkelijk bij de kring als we koffiedrinken.
Sionskerk, heel hartelijk dank!

Allerlei activiteiten worden er gedaan

Drechthopper brengt een bezoeker

Biljarttafel volop in gebruik

Bezoekers verzorgen de fruittraktatie

Samen kleuren is heel gezellig

Gezellig een potje sjoelen ….

…. en Rummikuppen

Mantelzorger: ik kom zo graag, hier kan ik gezellig kletsen!

Bericht van een mantelzorger

Beste vrienden van het Odensehuis.

In het begin voelde ik mij schuldig als mantelzorger als je wat tijd neemt voor jezelf. Want hoe kun jij nu genieten terwijl je naaste alleen is of door iemand anders wordt verzorgd? Ik merk nu dat het een goede manier is om te leren omgaan met deze schuldgevoelens, door contact te zoeken met je lotgenoten. In het Odensehuis is er altijd wel iemand aanwezig die dezelfde ervaring meemaakt als jij. Dan ervaar je dat tijd voor jezelf maken geen luxe is, maar een absolute noodzaak als je goed voor jezelf wilt zorgen.

Als mantelzorger voel je je van tijd tot tijd 'opgesloten'. Je naaste is voortdurend afhankelijk van je en dat kan enorm beklemmend werken. In bepaalde situaties drukt de zorgvraag van je naaste extra zwaar.
Toch kun je je nog altijd schuldig voelen als je ook echt tijd voor jezelf neemt. Nu besef ik wel dat als je wat voor jezelf organiseert ook in het belang is van je naaste. Dankzij de medewerkers en vrijwilligers van het Odensehuis kan dat nu ook.

Na een koude start gaat het steeds beter en staat Els al met haar jas aan ruim voor de tijd dat we weg moeten. Laatste donderdag vond ze fantastisch. Iedereen moest weten dat ze gedanst had.
Ik merk dat Els er snel aan gewend is dat er (tijdelijk) iemand anders voor haar zorgt. Ze ervaart dit als erg prettig. Dit dankzij het Odensehuis. Als ze thuiskomt is ze echt moe en voldaan.

In het begin vond ik het lastig om echt te ontspannen. Maar even geen zorgen is heerlijk. Gewoon er even uit. Lekker de polder in om wat foto's te maken of bij een vriend op de koffie. Ik merk dat ik dat nodig heb om je batterij weer op te laden.

Ik ervaar dat de zorg voor iemand met dementie veeleisend is. Je verzorgt je naaste niet alleen dag en nacht, maar je bent ook constant alert en maakt je vaak zorgen. Daarom is het Odensehuis zeker ook belangrijk voor de mantelzorger. Dat ervaar ik nu zeker, ten tijde van het Coronavirus. Ook Els mist het Odensehuis enorm.

Dat we elkaar maar weer snel mogen zien in een virusvrij Nederland.

Groetjes Henk en Els

Belevenis van Astrid en Rob, gastvrouw en gastheer

Hallo allemaal,

Wij zijn Astrid en Rob van Hees en wonen al bijna 50 jaar met heel veel plezier in Papendrecht.
Onze kinderen, 2 jongens, zijn hier geboren en inmiddels getrouwd en hebben beide 2 kinderen.
Wij doen al een lange tijd vrijwilligerswerk in verpleeghuis “de Wieken”.
Toen het Odensehuis in Papendrecht kwam, leek het ons een goed idee om eens langs te gaan en om de sfeer te proeven.
Het gezellige gemoedelijke huiskamer gevoel deed ons direct, na een gesprek met Marjan en Marga, besluiten om ons aan te melden als gastvrouw en gastheer.
We komen er graag en hopen dat we voor de bezoekers veel kunnen betekenen.
Ik, Astrid ben op donderdag gastvrouw en Rob is op maandag als gastheer aanwezig.
We hebben een heel leuke groep vrijwilligers waarmee we onze bezoekers en hun mantelzorgers een heel fijne dag kunnen bieden, inclusief een gezellige lunch.
Buiten ons vrijwilligerswerk zijn we druk met allerlei sportieve dingen zoals wandelen, fietsen, zwemmen, skiën, schaatsen en met de caravan er op uit.
We hopen ons beide nog lang met veel plezier nuttig te kunnen en mogen maken in het Odensehuis.

Astrid en Rob van Hees

Vandaag!

Vandaag is de dag,
hij komt maar één keer,
morgen is het
vandaag al niet meer.

Niet zeuren, geniet
van het leven, het màg,
maar doe het vandaag,
want vandaag is de dag.

Gastheer Ad vertelt:

Impressie van een middag Odensehuis

Foto's kijken van oud Papendrecht, wat is dat mooi en waardevol met de bezoekers van het Odensehuis en wat maakt het soms veel los.

Bij het zien van een foto, vertelt een bezoeker vol trots "op de Hoogendijk daar ben ik geboren, we haalden boodschappen bij Cor en Jan, dat waren broer en zus en verder op het café van van den Berg, daar dronken we een biertje". Zo komen de verhalen los.

"Ja daar bij de pont de Kiosk van Koos Veen, daar gingen we op zaterdagavond nog wel eens heen. Bij het veer was altijd wel wat te beleven. O, kijk daar die mooie villa bij het veer die is er nu toch niet meer".

Veerdienst 1961 - pont 13 - traject Papendrecht-Dordrecht

Veerplein begin jaren 60 - Piet van Veen bij zijn cafetaria

Je hoort dan ineens: "kijk…. dat is daar en daar, het Westeind, nee joh volgens mij is het de Visschersbuurt, kijk maar daar woonde die en die, nee dat is die en die". Zo raken de bezoekers in een geanimeerd gesprek en herleven oude tijden. De oogjes gaan steeds meer glimmen bij zoveel mooie herinneringen.

Westeind 1965 - ter hoogte van de Beatrixschool

Vissersbuurt 1950-1955 - ter hoogte van de grote waal

Het gaat zelfs zover dat er geen tijd meer is om even een kopje koffie/ thee of wat fris te drinken, het wordt zo intens beleefd, dat er helemaal in opgegaan wordt en dat men dit vergeet.

Oude Veer 1965 - het middendeel met ondermeer slager Pullen en boer Pullen

Merwedesingel 1963 - visboer Viveen met zijn haringkar

Op het oude Veer daar zat wel een heel markant figuur een echte geneesheer "Dokter Rietveld", daar had je nog eens ontzag voor en had je kiespijn dan deed hij dat er even bij want een fulltime tandarts had ons dorp toen nog niet. Ja welke winkels zaten er nog meer, dan komen er na verloop van tijd verschillende namen boven drijven, Drogisterij Punt, Bertus Boerman de groenteboer, Kapper Kok met een zadel rond de stoel, oh ja van Dalen de melkboer en zat daar ook niet bakker Boer.
En zo passeert alles weer de revue, mooi te zien dat de bezoekers elkaar zo meenemen in het verhaal.

Oh kijk hier, het gemeentehuis het Bosch, wie herinnert zich burgemeester Keijzer niet met zijn zware zwarte bril. Het gemeentehuis, waar zo blijkt uit de gesprekken, is menig huwelijk voltrokken. En op de trouwfoto, want zo ging dat vroeger als je het gemeentehuis uit kwam, stond de winkel van bakker Broekema van de overkant (dat was goeie reclame) het was wel een dure bakker hoor je dan, daar kwamen we alleen voor gebak als er iemand jarig was want brood dat kon Bruin niet trekken.

Bosch 1955 - gemeentehuis

Bosch 1950 - de zuivelhandel van Nico van Wijngaarden

Ook komen er verschillende namen boven drijven van, Aai de Lange, Nico van Wijngaarden, Jo Vogelesang de melkboer, Dit Kooyman, Seton de Loodgieter, Teun Twigt de schilder, Slager Vink, Barend Vogelesang de fietsenmaker met zijn uitspraak "Rijen maar "en zo kwam de toenmalige middenstand van Papendrecht langs.
En voor je het weet staat de Wijkhopper, de Drechthopper, de mantelzorger weer voor de deur om de bezoekers met een tevreden gevoel op te halen. En dit geldt niet minder voor de vrijwilligers die hun steentje bijdragen en een stukje meelopen met de bezoekers van het Odensehuis.

Voor deze keer stop ik er mee anders wordt het wel een heel lang verhaal, maar ik beloof u dat 't Zand,
Kraaihoek, Kerkbuurt, Visschersbuurt, Het Nanegat en 't Oosteind ook nog aan de beurt komen.

Hartelijke groet, Ad Scheepbouwer

Websites:

- **A**lzheimercafé: mantelzorg@sterkpapendrecht.nl
- **D**ementie Online (hulp voor mantelzorgers): www.dementieonline.nl
- **D**ementiewinkel: www.dementiewinkel.nl
- **H**elp mij zorgen (Respijtmogelijkheden/logeerzorg): www.helpmijzorgen.nl
- **F**amilias - nieuwsbrief voor mantelzorgers van mensen met dementia: www.mantelzorgnieuwsbrief.nl
- **M**EE Mantelzorg: www.meemantelzorg.nl
- **P**ersonenalarmering: www.alleszelf.nl/personenalarmering
- **S**amen Dementievriendelijk: www.samendementievriendelijk.nl
- **S**tichting Alzheimer Nederland: www.alzheimer-nederland.nl

Met dank aan Sandra Lousberg voor de leuke tekeningen.

Boekenlijst

- Last van vergetelijkheid, Tineke van Sleen
- Voorbij, voorbij, Clairy Polak
- Helpen bij verlies en verdriet, Manu Keirse
- Woorden schieten te kort, Nicci Gerrard
- Dagelijks leven met dementie, Anne-Mei The
- Ik heb dementie, o.a. Ruud Dirkse
- Op bezoek bij een dierbare met dementie
- Hou me maar vast, Jose Franssen
- Eten en drinken bij dementie, Jeroen Wapenaar & Lisette de Groot
- Zinvolle dagbestedingen voor mensen met dementie, Monika Eberhart, 2 exemplaren
  De Activiteitengids.

2 kinderboeken

- Mijn oma is een superheld, Marloes van Loon
- Oma, mag ik mijn pop terug? Mark Haayema