



Nieuwsbrief OUDERENCONTACT PROFBURGWIIJK, maart 2017

correspondentieadres: Asserstraat 66 2313 GH, Leiden

website: <http://www.ouderencontactprofburgwijk.nl>

email: info@ouderencontactprofburgwijk.nl

telefoon: 06-57702800 ('s morgens tussen 9.30 en 11.30 uur)

In deze Nieuwsbrief vindt u het **Trigon-programma voor maart** en enige toelichtingen daarop. Verder enkele aanvullingen op het Wijkkompas en mededelingen over een aantal activiteiten van anderen die u mogelijk interesseren.



2 maart	Trigon gesloten: Voorjaarsvakantie 10.30 Koffie in Tuin van de Smid
9 maart	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Buitengewoon Politiek Café: Moniek van Sandick. Buitengewoon qua onderwerp en spreker: zie toelichting hieronder, En buitengewoon qua voorzieningen: De presentatie wordt ondersteund door een Doventolk zodat alle gesproken tekst meegelezen kan worden op een scherm
16 maart	10.30 Koffie 11.15 Lezing prof. Heestermans: Eerder beloofd en nu dus toch nog: "Jiddische woorden in het Nederlands"
23 maart	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Nieuwsgroep
30 maart	10.30 Koffie 11.20 Rondleiding afdeling Egypte in het Museum voor Oudheden. 13.00 Lunch in de Tuin van de Smid
6 april	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Lezing Rinny Kooi: "Zit er een varken in de plataan aan de Plantage?"

De Trigon-bijeenkomsten vinden plaats in het gebouw van de korfbalvereniging Trigon aan de Cronesteinkade (over het bruggetje links).

Iedere donderdag van 10.30 tot 11.15 uur is er tijd voor koffie. Ieder is welkom. Daarna, tussen 11.15 en 12.30 is er een wisselend programma waar je al dan niet aan mee kunt doen: bespreking van het nieuws, lezingen door buurtgenoten, bloemschikken, "politiek café" waar we onder leiding van raadslid Moniek van Sandick Leidse zaken bespreken, etc.

Voor de entree brengen we € 2,50 in rekening. Daarvoor krijg je dus koffie, is de tablet-ondersteuning beschikbaar, en kan je deelnemen aan het programma van 11.15 tot 12.30.

Toelichting op de agenda

Let op, een primeur voor de Trigonbijeenkomst 9 maart:

Op deze bijeenkomst zal een Doventolk aanwezig zijn. Alles wat gezegd wordt, zal op een projectiescherm als tekst geprojecteerd worden. We zijn heel blij deze voorziening in huis gehaald te hebben (met dank aan Joke Noort!) en hopen dat slechthorendheid zo geen belemmering meer hoeft te zijn om te komen!

9 maart:

Politiek café: Professor Brinkel bespreekt de Toestand in de wereld

Weet U nog, die zondagmiddag om de radio voor De toestand in de wereld met GBJ Hiltermann? Het Politiek Ouderen Café wil in deze tijd van verkiezingen het kleine Nederland in het grote geheel zien.

De toestand in de wereld wordt op 9 maart besproken door Professor Dr. Brinkel. Professor Brinkel is sinds 1 december 2016 bijzonder Hoogleraar aan de Universiteit van Leiden. Hij bekleedt daar de KVMO leerstoel, voor militair maatschappelijke studies. Professor Brinkel was Tweede Kamerlid (CDA 2003-2006) met de portefeuilles Ontwikkelingssamenwerking en Defensie. Tevens is hij hoofd fundamentele voorlichting en universitair docent internationale veiligheidsstudies verbonden aan de Nederlandse Defensie Academie.

Natuurlijk is er weer volop tijd voor vragen en discussie.



30 maart

Rondleiding afdeling Egypte in het Museum voor Oudheden. Geen tijdelijke expositie deze keer maar een bezoek met rondleiding aan de vaste collectie van ons Leidse Museum voor Oudheden. De rondleiding start om 11.35, maar het wordt erg op prijs gesteld als we een kwartier voor het afgesproken tijdstip aanwezig zijn, dus om 11.20 uur. Dat betekent dat we om 11.00 vertrekken vanuit Trigon.

De rondleiding kost € 75. Dat bedrag wordt hoofdelijk omgeslagen. Vergeet niet uw Museumkaart mee te nemen, want in het bedrag van de rondleiding is niet in de prijs van de toegang begrepen. Opgeven hoeft niet van te voren. Met z'n (minstens) tien naar Oudheden zou mooi zijn – zo houden we de kosten binnen de perken!

16 maart

Lezing Prof Heestermans: “Jiddische woorden in het Nederlands”

Het Jiddisch is de Hebreeuws-Duitse mengtaal van de Joden die zich in de zeventiende eeuw in de Nederlanden – met name in Amsterdam – vestigden. Op markten, in winkels en cafés spraken deze Joden hun eigen taal. Uiteindelijk kwamen veel woorden zo in het Amsterdamse dialect terecht, ook in hogere kringen in die stad. Deze Jiddische woorden verspreidden zich later over heel Nederland, niet alleen vanuit Amsterdam, maar ook vanuit plaatsen met (relatief) veel Joodse inwoners zoals Enschede, Groningen en Winschoten. Dit is wat Wikipedia er over zegt. Hans Heestermans, bijna-wijkbewoner en auteur van het “Mokkums Woordenboek” weet deze taalontwikkeling als geen ander met veel illustratieve voorbeelden tot leven te brengen.

6 april

Lezing Rinny Kooi: “Zit er een varken in de plataan aan de Plantage?”

De Leidse binnenstad is omgeven door singels. Deze singels worden op veel plekken omzoomd door begroeiing, een plantsoen of zelfs een parkje. De gemeente is een project begonnen om al die groene gedeelten met elkaar te verbinden en er een aaneengesloten park van te maken, het Singelpark. Je moet er helemaal langs kunnen fietsen of wandelen. Bij dat project zijn veel vrijwilligers betrokken. De gemeente heeft mij als vrijwilliger aangesteld als botanisch curator. In die functie adviseer ik de gemeente over alle plannen die gaan over de beplanting met bomen, struiken en kruiden. Door het park wordt een wandeling langs circa 100 bomen uitgezet en bij elk van die bomen komt een bordje met een toelichting. Het zijn gewone bekende bomen maar ook bijzondere. Ik zal daar over vertellen en neem als voorbeeld de boom aan de Plantage die een groot lidteken heeft in de vorm van een varkenssnuif

Correcties en aanvullingen op het Wijkkompas:

Onder het hoofdstuk “Vervoer” kan worden toegevoegd dat wijkgenoot Theo Uittewout (tel. 071-8875747 / 0621857938; email: lion_theo_07@yahoo.com) beschikbaar en bereid is te assisteren bij vervoersproblemen. Aarzel niet en neem contact.

Overige mededelingen en informatie van allerlei organisaties

We kregen allerlei verschillende mededelingen en aankondigingen van instellingen en initiatieven die zich richten op ouderen in de wijk en hun veronderstelde behoeften. Als Ouderencontact Profburgwijk houden we ons allereerst bezig met wat wij als burens van elkaar voor elkaar kunnen betekenen. Toch willen we u graag ook informeren over de belangrijkste van die initiatieven die bij ons binnenkomen. De een is al relevanter dan de ander!

- **Cursus Valpreventie**

Radius is van plan om dit voorjaar in 't Trefpunt (Professorenpad 1) een cursus valpreventie te organiseren. De cursus bestaat uit vier lessen. In de eerste les krijgt u een presentatie over o.a. oorzaken van vallen, het herkennen van uw eigen valrisico en tips voor het zoveel mogelijk beperken van de kans om te vallen. In de tweede en derde les wordt geoefend met leren opstaan na een val en oefent u het opvangen van een val op een speciale dikke valmat. U leert ook hoe u iemand anders kunt helpen opstaan zonder sjorren. Verder worden enkele oefeningen gedaan die kunnen bijdragen aan het voorkomen van vallen. De vierde les vindt plaats na enkele maanden. In die les worden de oefeningen voor opstaan en val-opvangen herhaald en kunt u vragen stellen naar aanleiding van wat u heeft geoefend of over aanpassingen e.d.

De cursus wordt gegeven door fysiotherapeut en docent seniorenengymnastiek Sabine van der Weele en kost € 50,00. Radius wil graag weten of er voldoende draagvlak is voor zo'n cursus. Graag horen we of u geïnteresseerd bent in zo'n cursus. Laat het weten via onze telefoon of mailadres.

- **BUUV: Informatie over een nieuw BUUV-contactpunt in de wijk**

U weet het misschien: BUUV is sinds enkele maanden de buurtmarktplaats voor en door bewoners waar vraag en aanbod elkaar vinden. Bij BUUV gaat het om onbetaalde diensten die je als bewoners voor elkaar kan doen. BUUV werkt allereerst digitaal. Van het begin af hebben wij benadrukt dat je er ook profijt van zou moeten hebben als je geen computer hebt. Nu is dus een contactpunt in de wijk geopend.

Elke maandagochtend van 9.00 tot 12.00 uur is er gelegenheid in 't Trefpunt, Professorenpad 1, om hulp te krijgen bij het plaatsen van een BUUV bericht op de BUUV site.

M.a.w.: er is een gewoon BUUV-punt met prikbord in de Professorenwijk gecreëerd!

- **Tijdelijke vervanging van de zorgverlener bij zware zorgtaken.**

Wanneer zorgtaken te belastend worden zijn er mogelijkheden die taken tijdelijk over te dragen aan een ander. Binnen zorgverzekeringen is daar in het algemeen ruimte voor. In Leiden is "Eva" de organisatie die zich met dergelijke "mantelzorgvervanging" bezig houdt. Die club organiseert op 30 maart van 13.00 tot 17.00 uur een bijeenkomst om kennis te maken met de mogelijkheden van wat men respijtzorg noemt.

Plaats: "Het Gebouw", Arubapad 2, Leiden. Verdere informatie: <https://wijzijneva.nl/respijtwijzer>.

- **Movit**

Een groot aantal organisaties houdt zich bezig met "**Multidisciplinair samenwerken voor ouderen in de wijk**". Op dinsdag 14 maart 2017, van 17.00 tot 19.30, wordt op de Hogeschool Leiden (Zernikedreef 11) een tweede bijeenkomst gehouden. Na een presentatie over de Sociografische Buurtprofielen, zoals Libertas die opstelde, volgt een "inspiratie tour" waarbij onder andere 'Welzijn op Recept' en 'Het Wijkkompas ontwikkeld door het Ouderencontact Profburgwijk' als voorbeelden besproken worden. Ieder is welkom; toegang vrij.

Verdere informatie: <http://movitmd.nl/over-movitmd/achtergrond-movit/> en www.movitmd.nl/aanmelden.

- **"Het Park als Groene Magneet".**

De GGD, IVN, de Gemeente Leiden en de Provincie werken sinds 2015 aan het project "Bewegen in het groen" met als doel om meer mensen in beweging te houden en te krijgen in polderpark Cronesteyn. Op 9 maart wordt een conferentie gehouden in de Tuin van de Smid. Actieve burgers worden uitgenodigd deel te nemen. Zie verder de website van <http://ouderencontactprofburgwijk.nl> onder Rapportages.

- **Verkiezingsdebat Stichting 55+.**

Op de middag van ons Politiek Café, op donderdag 9 maart, is er voor heel Leiden een verkiezingsdebat voor vijfenvijftigplussers in het Volkshuis, Apothekersdijk 33. Aanvang 14.00 uur, zaal open vanaf 13.30 uur.

Toegang en koffie gratis.

- **Een peiling**

We werden benaderd door Radius met de vraag of er in de kring van het Ouderencontact Profburgwijk belangstelling bestaat voor het organiseren van bijeenkomst over de emancipatie van roze ouderen. In een "Tour d'Amour", wil schrijfster Eveline van de Putte aan de hand van haar boek Stormachtig Stil levensverhalen van roze ouderen, de kloof van taboes en onwetendheid overbruggen door de dialoog aan te gaan over seksuele diversiteit. (zie ook onze website onder 'Rapportages')

Bij voldoende herkenbare belangstelling kan overwogen worden of en hoe zo'n bijeenkomst te organiseren.

N.B.

Soms verwijzen wij naar websites. Kunt u daar niet bij en is u toch nieuwsgierig naar de inhoud, laat het weten, dan doen we een geprinte versie van het belangrijkste van de tekst bij u in de bus.