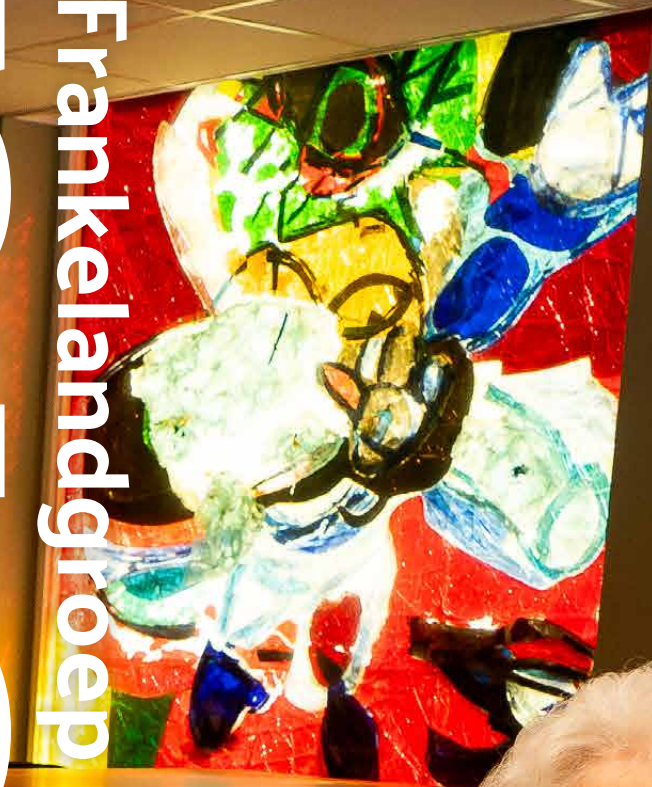


nieuwe alpacas

Frankelandgroep



Bingo
in Vaartland

Een lift vol
alpaca's

editie 2 | 2026

Voorwoord	3
Mantelzorgrubriek	8
Naairubriek	12
Koningsdag in Harg-Spaland: Ik hou van Holland	16
Van toen	18
Rolstoeldansen	21
Column	22
Themamaand Harg-Spaland: Fit & Vitaal	24
Agenda Alzheimer Café en Parkinson Café	27
Muzikale middag in het Jacobs Gasthuis	28
Gedicht	29
Eten en drinken bij de Frankelandgroep	30
Op de koffie bij...	32
Om even bij stil te staan	35



4



10

Oog op de natuur	36
Agenda Roze Salon	38
Klachtenfunctionaris/vertrouwenspersoon	38
Het zwanenmeer, en meer...	39
Topstukken in Schiewaegh	40
Hoelang kijken mensen naar een schilderij?	42
Smaakcentrum Frankelandgroep	45
We doen het samen: samen zorgen in vijf stappen	46
Afscheid en rouw	48
Wie heeft er zin in een spelletje?	50
De rol van de hersenen in makkelijke taal: angst	52
Geslaagde Voorjaarsmarkt bij Harg-Spaland	53
Op stap in... België	56
De Elfstedenfietstocht	58

Liefde is...	60
Een bijzondere Pannenkoekendag	65
Boekentip	66
ZorgkaartNederland in beeld	68
De drummer van de band	69
Herinneringen aan de oorlog	70
Duizenden blauwe lichtjes tijdens Wereld Parkinson Dag	72
Historie van Schiedam	74
Een kanjer voor een kanjer	79
Podia uitgelicht	80
Exposities	81
Puzzeltijd	82



62

Gewoon bijzonder, de kracht van kleine geluksmomentjes

Door Els Nauta, directeur zorg locaties Frankeland, Jacobs Gasthuis en Thuiszorg Ouderen Frankelandgroep

Als het ouder worden gepaard gaat met een kwetsbare gezondheid, krijgen kleine momenten vaak een grotere betekenis. Juist in het gewone leven schuilt veel waarde: een glimlach van een vertrouwd gezicht, samen koffie drinken, even naar buiten in de zon of herinneringen ophalen aan vroeger.



Voor onze cliënten zijn het vaak deze momenten die kleur geven aan de dag. Ze zorgen voor herkenning, verbinding en een gevoel van thuis. Misschien niet groots, maar juist daarin maken we samen het verschil.

Binnen de Frankelandgroep vinden we het belangrijk om die momenten samen te beleven en te vieren. Dat ziet u ook terug in de verhalen in deze nieuwe editie van Frankelandgroep Nieuws.

Samen zorgen

Samen met cliënten en naasten kijken we wat nodig is om zo vitaal en zelfstandig mogelijk te blijven. Zo zorgen we ervoor dat mensen zich goed blijven voelen en hun leven zoveel mogelijk op hun eigen manier kunnen blijven invullen. Op pagina 46 leest u hier meer over.

Oranjezoorts

We kunnen ons ook verheugen op een sportieve zomer met het WK voetbal (11 juni t/m 19 juli). Ons 'Oranje' doet mee met het grootste WK-toer-



nooi ooit. Met 48 landen en wedstrijden in de Verenigde Staten, Canada en Mexico belooft het een bijzonder toernooi te worden.

Bij het verschijnen van deze editie heeft Oranje de eerste speelronde al achter de rug en ik ga er natuurlijk van uit dat het Nederlands elftal door is naar de knock-outfase.

Persoonlijk vind ik het altijd een fantastisch toernooi. Ik geniet van de oranjezoorts: jong en oud die meeleeft, samen wedstrijden kijken met familie en vrienden, stampvolle kroegen en het oorverdovende geluid bij een doelpunt. Ook de oranje versierde straten en creatieve outfits horen daar voor mij echt bij - van die typisch Nederlandse WK-folklore waar we elke keer weer vrolijk in meegaan.

Ik hoop vooral dat het toernooi saamhorigheid en een gezonde dosis plezier en rivaliteit brengt, op een manier die mensen dichter bij elkaar brengt.

Ik wens u een zonnige zomer met veel kijk- én leesplezier!

Feestelijke heropening van de brasserie van Frankeland

Door Astrid Boonstoppel, hoofdredacteur

Beelden van de feestelijke opening door Coen Meeder, redactiefotograaf

Beelden van de renovatie (o.a.) door Axelrody van Eden, manager bouwprojecten Frankelandgroep

Beeld van de oude brasserie door Hester Blankestijn, fotograaf

“We kregen drie voorwaarden mee toen we aan de slag gingen met het vernieuwen van de brasserie van Frankeland: er moesten 165 zitplaatsen komen, het moest er leuk en van deze tijd uit gaan zien én er moest iets gebeuren aan het binnenklimaat,” zegt Axelrody van Eden, manager bouwprojecten van de Frankelandgroep. “En aan deze drie voorwaarden is ruimschoots voldaan.”

Met veel plezier vertelt hij over wat er allemaal precies veranderd en verbouwd is in de brasserie van locatie Frankeland.

Blijde eindgebruikers

Na sessies met de architect, medewerkers van de horeca en de keuken, bestuur en directie en enkele andere stakeholders werden de nieuwe kleuren en de sfeer van de brasserie bepaald. “Ook zijn er proefsessies gehouden met bewoners van Frankeland om bijvoorbeeld verschillende stoelen te testen,” legt Van Eden uit. “Welke zaden het lekkerst? Verder zijn er rolstoelen opgemeten om te zien of zij onder de nieuwe tafels zouden passen. Kortom; alles om tot een eindontwerp te komen waarmee de bewoners blij zouden zijn. Dáár ging het om.”

Wat is er anders?

Een grote wens van zowel de horecamedewerkers als van de bewoners was die van klimaatbeheersing,

vandaar dat er in de brasserie nu airconditioning is geïnstalleerd. Ook kwamen er verlaagde plafonds, waarachter alle rommelig ogende kabels zijn weggewerkt en zijn er nieuwe vloeren aangelegd met verschillende kleurvlakken. “Ook nieuw is het ‘brasseriehoekje’: een plek die te allen tijde, dus ook tijdens het diner, wordt vrijgehouden. Zo kunnen bewoners en hun bezoek hier ook ‘s avonds terecht voor een kopje koffie,” zegt Van Eden.

Oog voor groen én detail

Het frisse groen springt direct in het oog: er is ruimte gemaakt voor drie grote plantenbakken en achterin de brasserie is een moswand aangelegd. De banken, de nieuwe verlichting en de nieuwe raambekleding maken het helemaal af en ook aan de digitale liefhebbers is gedacht: niet alleen hangt er een nieuw groot scherm, maar ook zijn er verschillende tv’s geïnstalleerd, waarop in de toekomst waarschijnlijk onder meer de dagmenu’s te zien zullen zijn.



Een bijzonder detail is de nieuwe rollatorparkeerplaats. “Hier was veel vraag naar,” zegt Van Eden, “omdat de rollators vaak in de weg en in het zicht stonden. Deze rollatorparkeerplaats is gemaakt met demontabele platen, waardoor hij ook weggehaald kan worden en de zaal in zijn geheel kan worden gebruikt.”

Hergebruik

Om zo duurzaam mogelijk om te gaan met de materialen die nog goed waren, is besloten om de counter niet te slopen, maar om deze te ‘wrappen’ met een folie. Nu ziet deze er weer perfect uit, in een prachtige nieuwe kleur. Ook is er gebruikgemaakt van een (keuken)blad dat in eerste instantie weggegooid zou worden. “Dit blad bleek nog prima dienst te kunnen doen om een ander blad te repareren,” zegt Van Eden.

Feestelijke opening

Op 11 mei, exact één dag voor de Dag van de Zorg, was het dan zover: de officiële opening van de brasserie van locatie Frankeland, vond plaats, speciaal voor bewoners en genodigden. De vrolijke gezichten, enthousiaste kreten en trotse blikken van de aanwezigen spreken boekdelen: hier is iets heel moois gecreëerd.

De voorzitter van de cliëntenraad van Frankeland, mevrouw Vlek, verrichtte - na een speech van bestuurder Roel van Tongeren, waarin hij de naam ‘Lidwien’ voor de brasserie in ere herstelde - de officiële opening, door een toast uit te brengen.

Komt u ook binnenkort een kijkje nemen?





Ik (mantel)zorg, u (mantel)zorgt, wij (mantel)zorgen

“Dan doe je dat gewoon”

Ik ontmoet mevrouw Schlink in het appartement van haar man, op de zesde etage in locatie Frankeland. Eerlijk gezegd vindt zij het een beetje onzin dat ik nu juist háár kom interviewen. Ze vindt het ook maar een raar woord, dat “mantelzorger”. Voor haar is dat wat zij doet namelijk heel normaal.

Haar man Henk woont nu zo’n drie jaar in Frankeland. Zij komt vier keer per week naar hem toe om haar man te helpen bij de broodmaaltijd, hem te scheren en, als het weer het toelaat, met hem te wandelen. En ze koopt, vaak samen met haar man, regelmatig nieuwe kleding en

onlangs nog een nieuwe bril. “Mijn Henk mag ondanks die rotziekte er gewoon wel netjes uitzien,” zo legt mevrouw Schlink uit. Ook wast ze zijn kleding, zodat ze er zelf zorg voor kan dragen dat de vlekken uit de kleding zijn en alles weer netjes gestreken terugkomt.

Mevrouw Schlink houdt veel van haar man. “En dan doe je dat gewoon,” zo zegt ze. Meneer Schlink heeft dementie. De eerste vier jaar van zijn ziekte woonde hij nog thuis. Helaas ging het steeds slechter met hem en vooral ‘s nachts kon hij erg onrustig zijn, waardoor

mevrouw Schlink slaapt kort begon te krijgen. Gelukkig was er een plekje vrij in Frankeland en kon hij daar komen wonen. Zij hadden allebei een aantal jaar als vrijwilliger gewerkt bij Frankeland; mevrouw Schlink in de brasserie en haar man op de bus. Maar sinds zijn dementie zijn ze beiden met het vrijwilligerswerk gestopt.

Mevrouw Schlink vertelt graag over de fijne momenten die ze samen met haar man heeft gehad. Ze hebben geen kinderen. Ze hebben een druk werkzaam leven gehad en mevrouw Schlink was blij dat haar man eindelijk met pensioen ging om samen leuke dingen te doen. Toen ze 50 jaar getrouwd waren zijn ze op cruise geweest naar de Noordkaap. Mevrouw Schlink kijkt met plezier terug op die goede tijd.

Na de cruise besloten ze nog een keer een nieuwe auto te kopen. Autorijden was voor meneer Schlink zijn lust en zijn leven. Vandaar dat het vrijwilligerswerk op de bus ook zo goed bij hem paste. Maar met de nieuwe auto werd merkbaar dat de dementie in zijn hoofd was geslopen. Deze had een andere bediening en het kwam regelmatig voor dat meneer vergat om de auto op de handrem te zetten. Na onderzoek werd duidelijk dat meneer inderdaad aan dementie leed en geen auto meer mocht rijden.

“Dat was een vreselijk verdrietig moment,” zo vertelt mevrouw Schlink.

Terwijl ze dit vertelt wordt er aan de deur gerommeld. Mevrouw Schlink staat op. “Ik weet al wie dat is,” zegt ze met een glimlach. Het is een bewoonster van de afdeling. Mevrouw Schlink legt uit dat ze nu even in gesprek is. “Ik kom straks bij je,” zegt ze liefdevol. “Kom, ik help je even met je broek, en ga maar die kant op, ik kom zo.” Ze sluit de deur en richt zich weer tot mij. “Die mevrouw komt mij altijd opzoeken als haar broek is afgezakt, dan help ik haar even. Ik help wel vaker de andere bewoners van de afdeling, ik ben er dan toch. En na de broodmaaltijd ruim ik ook vaak de vaatwasser in en maak ik

de tafels schoon.” Het is voor mevrouw Schlink heel gewoon, maar nu begrijp ik pas goed waarom de teamleider van deze afdeling mij met haar in contact heeft gebracht.

Ik eindig het gesprek met de vraag of ik de fotograaf mag langs sturen voor een mooie foto van haar en haar man. Dat wil ze absoluut niet. Ze vindt het niet nodig om met haar gezicht in het blad te staan. “Mag ik dan een foto maken van het bootje?” vraag ik. Want miniatuurbootjes maken was een van zijn grootste hobby’s, had mevrouw Schlink mij verteld. Daar stemt ze mee in. En ook een mooie foto van een dambord mag niet ontbreken, want ondanks zijn dementie heeft haar man nog vaak samen met haar gedamd.





Daar komen de alpaca's!

Door Cees van Giezen, redacteur
Beeld door Coen Meeder, redactiefotograaf

Alpaca's horen bij de familie van lama's. Ze komen uit Zuid Amerika, met name uit Peru. Het zijn bikkeltjes, kunnen goed tegen de kou en eten hooi en gras. In de hoge Andes komt de alpaca in het wild voor, maar je kunt hem overal in Peru en omstreken tegenkomen als boerderijdier.

Ze worden ongeveer 90 centimeter hoog, schouderhoogte dan, want ze hebben een sierlijke lange nek. Net als schapen worden ze gehouden voor hun wol. Er is wat betreft kleur veel te kiezen, ze kunnen wit zijn, alle kleuren beige tot diepbruin, en zwart. De vacht is heel wollig en zacht. Vooral ten tijde van het bezoek aan Schiewaegh, dat was net voordat ze geschoren zouden worden, dus ze zaten goed in de wol. De grootste van de vier was donkerbruin, de iets kleinere was bijna wit en de twee kleintjes lichtbruin.

Na deze korte biologielees is het tijd om de klep van de trailer open te maken en de vier alpaca's uit te laden en via de achterdeur naar binnen te loodsen. Even wennen voor de vier heren, al die nieuwe geuren en geluiden en vooral veel handen die willen aaien en voelen. Want aibaar zijn ze zeker. Meteen werden de twee begeleidsters ondervraagd over leeftijd, naam, jongen of meisje. Knuffelen en een bakje brokken, iedereen sloot de wollige lieverds meteen in het hart.

Na de vraag: "Mogen de alpaca's even binnenkomen?" stapte meteen de grootste over de drempel van de huiskamer, op de voet gevolgd door de drie anderen. Waar de een gaat, volgt de rest namelijk vanzelf. Dat had overigens wat voeten in de aarde, want de jongens (meisjes zijn wat onzekerder, dus die blijven lekker in de wei of op stal) wilden dus ook met zijn vieren tegelijk in de lift. Het ging net, en het was een beetje onwennig, maar eenmaal boven keken ze nieuwsgierig om zich heen.

Ze zijn ook wel wat gewend. Regelmatig gaan deze alpaca's op pad, naar scholen of verzorgingshuizen. Ze komen van AlpacaCountry in Oosterhout, Brabant. Op de boerderij lopen er zo'n 40. Ook schoolklassen komen regelmatig langs en het is ook mogelijk om een wandelingetje te maken met ze, of yogaoefeningen te doen tussen de rustig grazende alpaca's.

De vier lieve alpaca's en hun begeleidsters hebben de bewoners een mooie middag bezorgd.



Vlecht in uw rok

het patroon van uw leven

Misschien herkent u het wel: een lapje stof kan ineens een stroom aan herinneringen oproepen. Een jurk van vroeger, een tafelkleed van thuis, een jas die jarenlang meeging. Uw redacteur zag een bevrijdingsrok in Streekmuseum Jan Anderson in Vlaardingen en was erg nieuwsgierig naar de herkomst en historie. Het bleek een kledingstuk vol herinneringen, gevoelens en verhalen. Een rok die niet alleen werd gedragen, maar ook beleefd.



Rechts de rok van M.C. Bakhuizen

De bevrijdingsrok ontstond vlak na de Tweede Wereldoorlog. Verzetsvrouw Mies Boissevain-van Lennep verloor twee zonen en haar man. Nadat ze werd bevrijd uit kamp Ravensbrück stortte ze zich op allerlei naoorlogse commissies. In één daarvan kwam ze met het idee om rokken te maken uit lapjes stof van oude kleding. Met die waardevolle lapjes verwerkten vrouwen hun persoonlijke verhaal: van verdriet en verlies, maar ook van hoop, liefde en opnieuw beginnen. Het gaf hen de kans om de verhalen te delen met elkaar en op die manier de gebeurtenissen uit de oorlog te verwerken. Samen vormden al die losse lapjes één kleurrijke rok — een symbool van verbondenheid en vrijheid.

De inspiratie voor de Nationale Feestrok was een dasje dat ze in het kamp kreeg, gemaakt van allerlei lapjes van kledingstukken van vrienden en familie. Het ontroerde haar zeer en ze ontleende er steun aan. Ze gebruikte het dasje in het kamp om verhalen te vertellen over haar familie, er kwam contact, de stemming veranderde. "De das was een les in saamhorigheid," zei ze later in een interview. Dat wenste ze ook alle vrouwen toe. Ze zag de rok als symbool voor de wederopbouw en het samenwerken daarin als middel van verbinding en mogelijkheid tot verwerking van verdriet en gebeurtenissen voor alle vrouwen.



Mies Boissevain-van Lennep

Naast 'Bevrijdingsdag 5 mei 1945' werd een geboorte- of sterfdatum geborduurd op de stukjes stof, de zoom werd gevormd door oranje driehoekige punten met daarop de data van feestdagen waarop de rok werd gedragen. Er kwam ook een rokkenregister, ondergebracht bij het Nationaal Instituut. De rok in Vlaardingen was daar ingeschreven onder nummer 940 en behoorde toe aan M.C. Bakhuizen. Uiteindelijk zou dat register meer dan vierduizend inschrijvingen tellen.

Bij de bevrijdingsrok hoorde ook een speciaal lied: het Lied van de Nationale Feestrok (zie volgende pagina), gecomponeerd en geschreven door Elisabeth van Maasdijk. Het werd gezongen bij het defilé ter gelegenheid van het regeringsjubileum van koningin Wilhelmina in 1948. De bekende zin 'Vlecht in uw rok het patroon van uw leven' raakte veel vrouwen recht in het hart. Samen zingen, samen naaien, samen herinneren — het hielp mensen door een tijd waarin 'samen' hard nodig was.

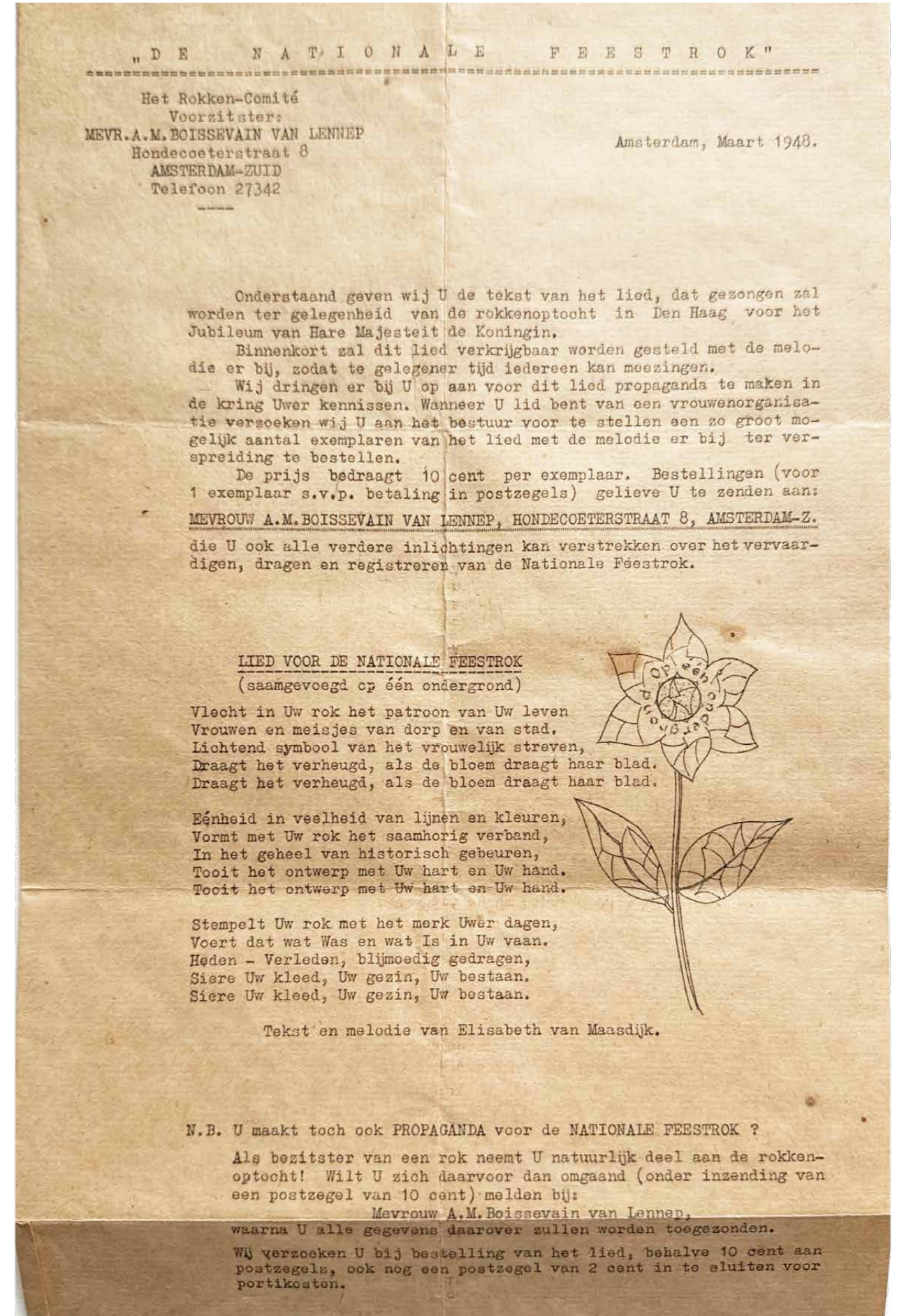
En dan is het 2020, er heerst corona en Nederland viert 75 jaar vrijheid in een tijd waarin dat 'samen' lastig is. Het Stedelijk Museum Schiedam ging de samenwerking aan met hun buurvrouw, Atelier Anita de Groot, die daar volmondig ja op zei, want: "Zo fijn om toch creatief bezig te zijn en iets te kunnen doen voor de stad op dit moment." De vraag aan de inwoners van de stad: "Wat betekent vrijheid voor u? En welk lapje stof past daarbij?" werd door meer dan vijftig Schiedammers beantwoord. Jong en oud, ook bewoners van afdeling 4 van Frankeland stuurden fleurige lapjes met verhalen in. Op de website (scan de QR-code) zijn nog steeds alle lapjes met bijbehorende verhalen terug te vinden. In haar atelier zette Anita de Groot alle lapjes zorgvuldig aan elkaar daarbij nauwkeurig de instructies volgend en naaide



als slot de fleurige oranje punten op de onderkant. Zo ontstond in die uitdagende tijd toch een gezamenlijk kunstwerk waarin alle verhalen over vrijheid een plek kregen, precies zoals dat ooit bedoeld was. De Schiedamse Vrijheidsrok was, samen met alle verhalen, gratis te bewonderen in de kapel van het museum en is nu opgenomen in de collectie.

De bevrijdingsrok is dan ook geen gewoon kledingstuk en zeker geen stil museumobject. Hij laat zien wat echte vrijheid is: het mogen dragen én doorgeven van uw eigen verhaal. Voor de makers een herinnering aan hoe zwaar én hoe hoopvol die tijd was, voor de jongere generaties een uitnodiging om te luisteren, te vragen en door te geven. Het is een rok die blijft vertellen: over volhouden, delen en opnieuw beginnen.

En nu is het 2026, woelige tijden waarin dat 'samen' weer onder druk staat. Wellicht tijd om een nieuwe rok te maken en haar kracht te gebruiken: mensen samenbrengen, verhalen vertellen, naar elkaar luisteren en verbinden generatie na generatie?





Koningsdag in Harg-Spaland: Ik hou van Holland

Door Donna Zwanenburg, dagbestedingscoach

Het was weer tijd voor een leuke spel-middag in Harg-Spaland. Het spel 'Ik hou van Holland' is de afgelopen jaren al vaker voorbijgekomen. Alleen deze keer stonden er nieuwe bekende spellen van televisie in het zonnetje.

De ruimte was in twee groepen verdeeld met twee teamcaptains: Gino voor team Koningsblauw en Martijn voor team Oranje. Ik was de quizmaster en heb de middag gepresenteerd en de punten bijgehouden. Deze keer was er geen ruimte voor gesjoemel en valsspelen. Hierdoor waren de bewoners extra fanatiek!

Voor de pauze hadden we de onderdelen spelling en topografie. Voor spelling hadden we gekozen voor sjeke Nederlandse woorden die niet super vaak gebruikt worden. Bijvoorbeeld: Coulant met ou of oe? De teams waren aan elkaar gewaagd en wisten alles goed te beantwoorden.

Met het topografiespel op televisie moesten de teams hun kaas op de juiste plek van een bepaalde plaats in Nederland neerleggen. Wij hadden een grote kaart met de Nederlandse provincies op de presentatiekast geprojecteerd. Eerst moesten de teams een vraag ontrafelen en dan hun gekleurde stip zo dicht mogelijk bij de plaats/plek in Nederland plakken. Bewoners hielpen hun teamcaptains met aanwijzingen. Er werd hard geroepen: "nee, meer naar rechts," "nog een stukje naar boven" en "ja precies daar!" Hierbij kreeg team Koningsblauw twee bonuspunten omdat zij spot-on waren met hun geplaatste stip. Ze moesten plekken vinden zoals: Keukenhof, Sprookjesbos, Hunebedden en Vrijthof.

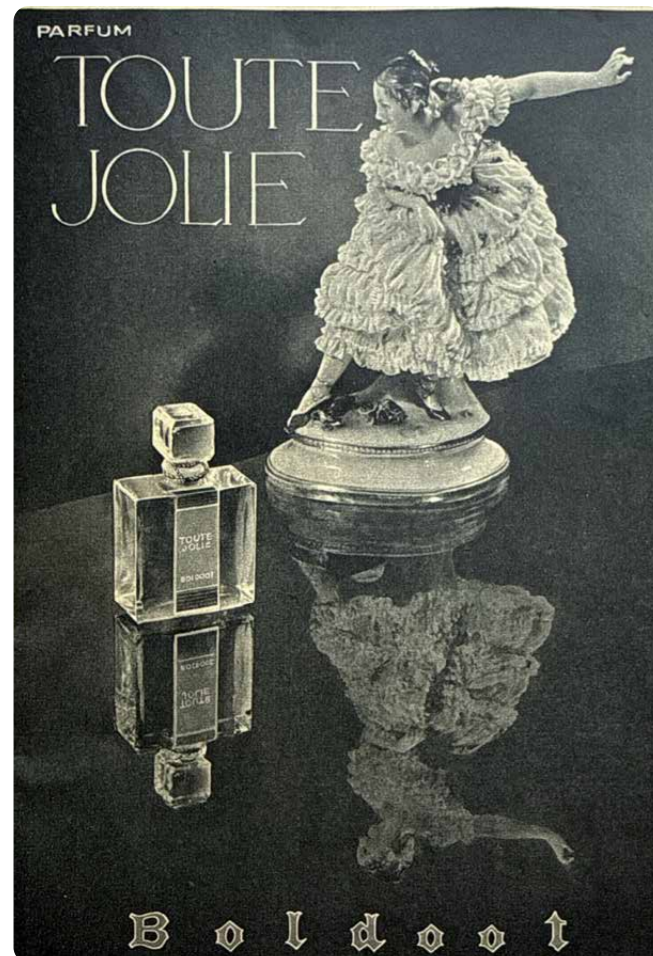
Na de pauze gingen we verder met schattingsvragen, waar het juiste bordje met hoger of lager omhoog gehouden moest worden. Ik stelde de vraag, dan konden beide teams overleggen en na het aftellen moest het juiste bordje omhooggehouden worden. Er kwamen vragen voorbij over kaasconsumptie, de hoeveelheid fietsen, het aantal grachtenkilometers en het aantal treinreizigers. Hier kwamen we weer terecht bij een gelijkspel. Voor het laatste spel was een variatie op het verjaardagspel verzonnen. Normaal zitten deelnemers tijdens de spelshow op televisie in een kring en gaat er een cadeautje met een 'bom' rond. Ik had bedacht om een ouderwetse wekker rond te geven. Dit spel ging vooral om snelheid, met simpele ja/nee-vragen. Het team waarbij de wekker hard afging, kreeg strafpunten. Hier werd het vooral een chaos, mensen die door elkaar gingen roepen en héél veel gelach. Na de vier onderdelen had team Koningsblauw nipt gewonnen, dankzij de bonuspunten van het topografiespel.

Al met al een hele geslaagde 'Ik hou van Holland'-editie.



Boldoot, één druppel en je bent weer even thuis

Er zijn van die geuren die je niet eerst hoeft uit te leggen. Je ruikt ze en je weet het meteen: dit hoort bij vroeger. Boldoot is voor veel mensen zo'n geur. Niet omdat het zo ingewikkeld of modieus is, maar juist omdat het zo herkenbaar is. Alsof er in dat flesje niet alleen eau de cologne zit, maar ook een stukje zondag, een schone zakdoek en het gevoel dat iemand even goed voor je zorgt.



Misschien rook je het vooral bij iemand anders: een moeder, een oma, een buurvrouw die altijd netjes voor de dag kwam. Boldoot brengt ons terug naar die kleine, gewone momenten die achteraf groot blijken: op zondag naar de kerk, bezoek krijgen, een jas aantrekken die 'netjes' was, of iemand die je even opfrist met een vochtig washandje en daarna een vleugje geur. Of brengt het je weer terug in badkamer, waar na het wassen even een beetje lavendelwater of cologne werd gebruikt. Een eenvoudig ritueel: dopje open, een paar druppels in de handpalm, zachtjes de hals en polsen. En dan de opmerking die erbij hoorde: "Zo, dat frist op."

Als je nu "eau de cologne" zegt, denken we al snel aan een luchtje. Maar vroeger was het gewoon een huis-tuin-en-keukenmiddel. Het werd in de 19de eeuw zelfs gebruikt als drankje met geneeskrachtige eigenschappen. Een opkikker voor al die zich ziek, oud of zwak voelde. Pas later kwam het uitwendige gebruik: een paar druppels op de zakdoek in de tas. Even op het voorhoofd bij hoofdpijn. Na het scheren.



Of op warme dagen om je fris te voelen. En soms was het gewoon: omdat het lekker en vertrouwd rook, punt. Voor dames een vaste waarde in het tasje (naast de pepermuntjes) en voor mannen was er de speciale wandelstok met zilveren knop ingericht als eau-de-cologne-spuit.

Boldoot begon niet als 'merk', maar als familiebedrijf in Amsterdam. In 1709 ontwikkelde de Italiaan Giovanni Paolo Feminis in Keulen de eau de cologne, zijn landgenoot Giovanni Maria Farina maakte de geurstof groot en bekend. In 1789 startte apotheker Jacobus Cornelis Boldoot een apotheek aan de Nieuwezijds Voorburgwal, waar allerlei middelen en geurende producten werden verkocht en waar hij zelf een reukwater ontwikkelde. Om de kwaliteit daarvan te verbeteren lukte het Johannes Jacobus Boldoot in 1875 de fabrieken en geheime recepten van Farina in Keulen over te

nemen. Daarmee groeide Boldoot uit tot een bedrijf dat vooral bekend werd om eau de cologne en lavendelwater en werd het hofleverancier van vijf Europese hoven.

Wie Amsterdam kende, kende ook de beroemde Boldootwinkel in de Kalverstraat: 'In 't Geurighe Rooske'. Daar werd geur niet alleen verkocht, maar ook een beetje beleefd, als iets moois en bijzonders, juist voor gewone mensen. Volgens bronnen werd de winkel/showroom in 1919 geopend en was hij jarenlang een visitekaartje van het bedrijf. Er werden nog meer winkels geopend en ook werd Boldoot verkrijgbaar bij apotheek en drogist, zo ook bij Cency in Vlaardingen en Rotterdam.

In de loop van de 20e eeuw veranderde er veel: de productie werd verplaatst, bedrijven werden overgenomen, na de fabriek aan het Spui kwam



er een aan de Haarlemmerweg bij Sloterdijk. We denken met weemoed terug aan de grote glazen flessen op de toonbank met een rubber ballonnetje waarmee je je eigen flacon met gouden of zilveren dop opnieuw kon vullen met je gekozen geur. Die geur werd ook verwerkt in zeep, heerlijk tussen de lakens in de kast. En voor mooie gelegenheden kocht je een prachtig coffret: zeep en eau de cologne prachtig verpakt in een doosje. Soms werden ze niet gebruikt maar simpelweg verder doorgegeven als cadeau! De Boldoot-verpakkingen gaven duidelijk blijk van verbondenheid met Nederland (molens, tulpen, etc.) en het koninklijk huis (afbeeldingen van de koninginnen, etc.). Er werd zelfs een educatief verzamelalbum gemaakt met 64 kaartjes met afbeeldingen van bloemen, hun botanische naam, aanhalingen uit gedichten en hun betekenis, een soort Verkade album. Spijtig genoeg werd het nooit echt uitgegeven, het prachtige originele ontwerp en de kaartjes zag ik op de tentoonstelling over Boldoot in het Streekmuseum Jan Anderson in Vlaardingen.

Niets blijft hetzelfde: de manier waarop we geur gebruiken werd moderner. Toch bleef de naam Boldoot voor veel mensen hetzelfde betekenen: een frisse, schone geur die je meteen herkent – ook als je het jaren niet hebt geroken. Want geur is een bijzondere snelweg naar je geheugen.

Je hoeft niet je best te doen om iets terug te halen; het komt gewoon. En omdat Boldoot bij veel mensen op vaste momenten werd gebruikt – na het wassen, bij visite, op zondag – heeft je hoofd er als het ware een labeltje bij geplakt: dit is 'thuis', dit is 'netjes', dit is 'iemand die voor me zorgt'. Daarom kan één vleugje al genoeg zijn om beelden, woorden en zelfs hele ruimtes terug te laten komen.

Misschien is dat wel het mooiste aan Boldoot: de uitnodiging tot herinnering. Aan een tijd waarin de dingen eenvoudiger leken – of in elk geval overzichtelijker roken. Eén dopje open, één vleugje, en je bent er alweer een beetje.

Welke herinneringen komen bij u op bij Boldoot?



Rolstoeldansen

Door Kristy de Gier, dagbestedingscoach

Onlangs kwamen drie leden van de Stichting Rolstoeldans Nederland naar het Jacobs Gasthuis.

Het was hun eerste bezoek en wij wachtten nieuwsgierig af wat er precies ging gebeuren. Het werd een mooie en inspirerende middag, met kijken naar dans en zelf actief meedoen. Bewegen en emoties zijn namelijk niet aan je benen of voeten gebonden. Bewegen gebeurt van binnenuit en emoties zitten zeker niet in je grote teen!



Die ene collega

In de thuiszorg huishoudelijke dienst werken we meestal alleen bij de cliënt. In sommige gevallen werk je echter met een collega samen. Dit kan verschillende redenen hebben, zoals een zwaar vervuild huis, een agressieve cliënt, een cliënt die onaanvaardbaar gedrag vertoont of omdat een cliënt een hersenaandoening heeft en niet te lang teveel prikkels kan verdragen.

Jaren geleden werd ik door een collega gevraagd om met haar bij zo'n cliënt samen te gaan werken, omdat degene waar ze altijd mee samenwerkte ander werk ging doen. Het was een gezellige collega die ik al aardig wat jaartjes kende. We waren in dezelfde wijk opgegroeid en ik had op de school gewerkt waar onze beider dochters op zaten. De keus was dus al snel gemaakt en zodoende zijn we samen aan de slag gegaan.

Op dinsdagmorgen gingen we naar een klein huis ergens in Schiedam en om te voorkomen dat de een eerder aan de voordeur stond dan de ander, spraken we vooraan in de straat af. Dit

werd ons wekelijks ritueel. Vooraf heeft mijn collega me even bijgepraat over waarom we bij deze cliënt samen moesten werken en wat ik ervan kon verwachten. Het waren hele vriendelijke mensen, maar ze hadden allebei veel lichamelijke problemen. Meneer had een zwaar ongeluk gehad en had daar een hersenbeschadiging aan overgehouden. Daar merkten wij niets van, maar voor zijn vrouw was er wel een wezenlijke verandering. Zo kon hij bijvoorbeeld niet meer ondersteunen in het huishouden en voor mevrouw alleen was het te veel. Na het ongeluk heeft mevrouw haar baan opgezegd om voor haar man te kunnen zorgen, terwijl zij zelf al lichamelijke klachten had, die door de spanningen alleen maar erger werden. Mijn collega is rond die periode bij het gezin komen werken, dus toen ze mij vroeg daar met haar samen te gaan werken, werkte zij er al een aantal jaar en had ze ook al het nodige met de familie meegemaakt. Ik kwam erbij op het moment dat de familie weer redelijk boven Jan was, alles in huis weer soepel liep en ieder daarin zijn draai had gevonden.

We hadden het altijd heel gezellig; samen, maar ook met de cliënten. Er was een soort patroon ontstaan. We kwamen binnen en maakten dan even gezellig een praatje met de cliënten over hoe de week was geweest. Daarna pakten we onze schoonmaakspullen en verdwenen we naar boven, waar mijn collega de badkamer indook en ik de slaapkamer. Tijdens het soppen en het verschoneren van de bedden hadden we altijd leuke gesprekken en maakten we veel lol, maar ook serieuze onderwerpen werden niet gemedened. Aan een blik hadden we genoeg. Beneden hadden we ook ieder zo onze taak en dat liep altijd gesmeerd. Samen met de cliënten hadden we dan ook allerlei gesprekken en lolletjes. Mevrouw vond het altijd supergezellig als wij er waren. Zij moest altijd om ons lachen en ook met haar gingen we de serieuze gesprekken niet uit de weg. Adviezen werden over en weer gedeeld en iedere week hadden we het over dezelfde vraag: "Wat eten we vandaag?" We deden inspiratie op bij elkaar en konden elkaar gerechten aanbevelen of

afraden. Na afloop werden we altijd bedankt en gaf mevrouw aan weer energie van ons te hebben gekregen.

Pas geleden heeft mijn collega me verteld dat ze na zeventien jaar ging stoppen met de huishoudelijke dienst, de koek was op. Ik begreep haar keuze, maar jammer vond ik het natuurlijk wel, want ja, hoe nu verder en zou ik ooit nog een collega vinden waar het op alle niveaus zo mee klikte? Daarom toch een kort woord van dank aan die ene, geweldige collega: lieve Sylvia, ik ga je missen. Je bent een topper!

De cliënten vonden het ook heel jammer, want zij hadden met haar veel meegemaakt en gelachen. Ze waren blij dat ik zou blijven, maar ja, er moest wel een nieuwe collega bij nu. Die zoektocht heeft gelukkig niet lang geduurd en met een beetje geschuif in de planning, ga ik nu vanaf mei samen met een andere collega naar de cliënten. Ik weet zeker dat het met deze collega heel leuk en gezellig gaat worden en kijk uit naar de samenwerking!



Themamaand Harg-Spaland: **Fit & Vitaal**

Door Donna Zwanenburg, dagbestedingscoach

In mei is er altijd de Nationale Bewegeweek, waar we met team welzijn normaal gesproken extra aandacht aan geven. Helaas viel deze week dit jaar midden in mijn vakantie. Zodoende kwam ik op het idee om de bewegeweek uit te breiden en te verspreiden over de gehele maand mei. We gingen met het thema 'Fit & Vitaal' aan de slag. Elke woensdagmiddag had een ander subthema. Het eerste was 'Body & Beweging', het tweede was 'Positive Mind' (geest, red.), het derde was 'Voeding & Vitamine' en het laatste was 'Zelfredzaamheid'.

Op 6 mei gaf ik een tai chi les. Dit is de Chinese bewegingsleer die je lichaam en geest samenbrengt. Je maakt rustige, ronde bewegingen die je combineert met aandachtige ademhaling. Oorspronkelijk ontstaan als krijgskunst, wordt het tegenwoordig vooral beoefend voor gezondheid, ontspanning en stressvermindering. In China raden artsen tai chi zelfs aan als dé manier om gezond oud te worden. Iedereen kan hieraan meedoen, omdat veel oefeningen ook zittend op de stoel gedaan kunnen worden. Tijdens de oefeningen kunnen bewoners zelf de snelheid en intensiteit van de bewegingen bepalen. Zo kan eenieder op eigen niveau toch meebewegen. Aan het einde kregen ze allemaal nog een informatieflyer mee om thuis te lezen en te kunnen oefenen.

Op 13 mei gingen we aan de slag met mentale gezondheid, want die vergeten we nog weleens te betrekken. Veel ouderen kampen namelijk met angst, rouw of eenzaamheid. Hier vragen ze over

het algemeen geen hulp voor en het kan zelfs tot depressie of cognitieve achteruitgang leiden. Daarom is samenkomen, erover praten en de gedachten een positieve kant op kunnen draaien erg belangrijk.

De activiteit begonnen we met een 'geleide visualisatie': een mentale techniek waarbij een verteller je door een verbeeldingsproces leidt om een beeld te creëren, stress te verminderen of doelen te bereiken. Door het inzetten van je verbeeldingskracht met positieve beelden, kun je je lichamelijk en mentaal beter voelen. Nadat het beeld voor elke individu duidelijk werd, gingen we aan de slag met een moodboard. Het woord van deze middag was: dankbaarheid. Dus we zijn met blaadjes, magazines, posters aan de slag gegaan en knutselde iedereen een eigen 'dankbaarheids-moodboard' (sfeerbord, red.). Zo richt je je vooral op het bewust waarderen van positieve aspecten, mensen of ervaringen in het leven, variërend van kleine alledaagse zaken tot grote gebeurtenissen.

Op 20 mei hadden we een middag in het teken van 'Voeding & Vitamine'. Er kwamen twee diëtisten van de organisatie WeekstartGezond uit Schiedam een lezing geven. Dit ging vooral over tips en tricks over gezonde voeding, welke voedingsstoffen er voor ouderen extra aanvulling nodig hebben en hoe te blijven variëren in je eetpatroon. Er werd aandachtig geluisterd en in het vragenronde kwamen er nog relevante onderwerpen aan bod. Elke woensdagmiddag bestond uit een stukje theorie en praktijk. Dus na de nodige informatie was het tijd om samen een gezonde snack te maken. Iedereen kreeg een



taak zoals schoonmaken, schillen en snijden van de groentes. En men kreeg een bakje met extra gemaakte snacks mee naar huis.

De laatste woensdag ging over valpreventie en zelfredzaamheid. Alle bewoners met een rollator of rolstoel konden een check laten doen. Als een soort lopende band liepen de bewoners langs drie stations. De mannen van de technische dienst controleerde de remmen, handvatten en hoogtafstelling. Bij het laatste station werden door vrijwilligers de hulpmiddelen goed onder handen genomen met een



grote schoonmaak. Als beloning voor het volledig doorlopen van deze kleine 'APK' kreeg iedereen een 'goedgekeurd-kaartje' aan de rollator of rolstoel. Dat was gelijk de toegangkaart voor het laatste onderdeel van de middag. In samenwerking met de geriatriefysiotherapeut werd er een beweegquiz gedaan. Na elke vraag werd er gelijk een bewegingsoefening met elkaar uitgevoerd.

Deze uitgebreide 'Fit & Vitaal' themamaand was een groot succes, waarin er veel nuttige info is gedeeld en mooie samenwerkingen met verschillende disciplines is ontstaan. Ik kijk er al naar uit om dit volgend jaar weer groots aan te pakken!



Agenda

Alzheimer Café en Parkinson Café

Alzheimer Café

Heeft u te maken met geheugenproblemen of (beginnende) dementie of zorgt u voor een naaste met dementie? Wilt u meer informatie over deze ziekte, in gesprek komen met professionals en/of contact hebben met lotgenoten?

U bent van harte welkom om naar het Alzheimer Café Schiedam te komen!

De Frankelndgroep organiseert samen met Minters Mantelzorg, Argos Zorggroep, Careyn en Seniorenwelzijn elke maand een Alzheimer Café naast locatie Frankeland (bij de dagbesteding, Nieuwe Haven 249 in Schiedam) om 18.00 uur (inloop 17.30 uur). Ontvangst is met soep en een broodje.

De eerstvolgende edities zijn:

- **Dinsdag 8 september**
Thema: Blik op vroeger.
- **Dinsdag 13 oktober**
Thema: Juridische zaken en rechtsbescherming
Wet zorg en dwang (Wzd).

Bezoek voor het volledige programma en tijden:
www.frankelndgroep.nl/alzheimer-cafe



Parkinson Café

Heeft u Parkinson of zorgt u voor een naaste met Parkinson? Wilt u graag meer informatie over deze ziekte, in gesprek komen met professionals en/of in contact komen met lotgenoten? U bent van harte welkom om naar het Parkinson Café te komen!

De Frankelndgroep organiseert één keer per twee maanden een Parkinson Café bij de dagbesteding van Frankeland (Nieuwe Haven 249 in Schiedam). De eerstvolgende editie is op **dinsdag 15 september**. We gaan dan in gesprek over mondzorg bij de ziekte van Parkinson.

Inloop: vanaf 19.00 uur
Start bijeenkomst: 19.30 uur

Toegang is gratis, aanmelden is niet nodig.

Bezoek voor het programma en tijden:
www.frankelndgroep.nl/parkinson-cafe



Muzikale middag in het Jacobs Gasthuis

Door Kristy de Gier, dagbestedingscoach

In april kregen de bewoners van het Jacobs Gasthuis een wel heel verrassende middag voorgeschoteld. Rens de Ronde, de zoon van een van onze bewoonsters, kwam optreden.

Als Rens de Ronde komt weet je al dat het een zeer mooie muzikale middag wordt, met piano en zang. Deze keer kwam, als verrassing, een vriend van Rens binnenlopen. Iedereen was blij verrast en wij begrepen al snel waarom, want dit was dé 'Frank In Person', oftewel Frank van den Brink, een Frank Sinatra imitator.

Niemand kan Frank Sinatra terugbrengen, maar wel zijn stemgeluid! Dat is namelijk niet te onderscheiden van dat van de echte Frank Sinatra. Zó erg zelfs, dat vaak wordt gedacht dat hij staat te playbacken. En juist hij kwam deze middag bij ons in het Jacobs Gasthuis op bezoek. Frank en Rens hebben samen een fantastische middag neergezet voor de bewoners, waarvoor heel veel dank!

Overleven

Als ik blij ben, ben ik blij.
Toch gaat veel moois aan mij voorbij.
Ik weet dat 't er is, maar ben te druk,
vergeet te genieten van intens geluk.

Ik weet hoe het is en pak het op zijn tijd,
maar al te vaak raak ik me kwijt.
Ik strijd met wat er in mijn kop omgaat;
een sprankje licht, maar donkerte in overdaad.

Ik moet me gelukkig prijzen,
maar de drang me te bewijzen
zet een rem op zorgeloos vooruit.
Onrust kruipt onder m'n huid.

Ik zie beren die er niet zijn.
Ik hou me groot, maar voel me klein.
Leef op de automatische piloot.
Weer een dag verloren, idioot.

Als ik blij ben, ben ik blij.
Zo kennen de mensen mij.
Altijd positief en opgewekt.
mijn innerlijke pijn die lekt

hoogstzelden zichtbaar,
maar het drukt heel zwaar
op mijn dagelijks gemoed.
Ik weet, ik heb 't meer dan goed.

Dus mag ik blij zijn, maar ik moet...
Ik moet, ik moet presteren.
Van wie dan? Ik moet leren
mezelf niet onnodig te bezeren.

Ik moet, moet zijn, ik mag.
Ik weet 't, maar 't lukt niet elke dag.
Dan vreet ik me op en lach
alsof ik blij ben. Tegenslag?

Heb ik nauwelijks gekend.
Ik ben door 't leven verwend.
Gezond, getrouwd en toch
is menig dag een speels bedrog.

Ik lach voor de bühne, doe me blijer voor
dan ik me voel, maar ik ga vrolijk door.
Maar vaak voelt 't echt alsof ik stik,
dan verslik ik me in mijn eigen ik.

Dan somber ik, blijf hangen in
dan ben ik gevangen in
mijn hoofd dat volledig overloopt.
Onrust die me van binnen sloopt.

Uiterlijk is er niets te zien.
Iets gespannener misschien.
Dat lach ik weg. Ik zeg: Ik ben oké.
Maar de druk die ik me opleg, nee ...

Mentaal ga ik met mezelf aan de haal.
Donkere gedachten, neerwaartse spiraal.
Ik pieker me de put in andermaal.
Is er een medicijn voor een rijkeluiskwaal?

Knop omzetten. Lastig, maar 't moet.
Wat enkel-nog-maar-mogen met je doet...
Het is goed genoeg, geniet, staak 't gevecht!
Als ik blij ben, ben ik blij? Ik hoop het echt.

Eten en drinken bij de Frankelandgroep

In onze locaties Frankeland, Harg-Spaland, Jacobs Gasthuis en Vaartland kunt u genieten van een 'High Five-diner', een exclusief viergangendiner van hoge kwaliteit.

High Five-diner

Tijdens een High Five-diner serveren wij u, onder begeleiding van livemuziek, een smakelijk viergangendiner met een kopje koffie of thee toe. Overige dranken zijn niet bij de prijs inbegrepen.

Iedereen is van harte welkom! U dient zich wel van tevoren bij de horeca/keuken van de locatie aan te melden. Bewoners van Schiewaegh kunnen zich, indien gewenst, aanmelden voor het High Five-diner in een van de andere locaties.

Hiernaast vindt u de data van de High Five-diners per locatie. De inloop in alle vier locaties (dus ook in locatie Frankeland) is dit jaar vanaf 16.45 uur.

Kosten per persoon voor een High Five-diner in 2026:

- bewoners en broodmaaltijd/warme-maaltijdabonementhouders: € 21,-
- huurders en overige prijsgereduceerden: € 29,-
- overige bezoekers: € 39,-

Ook gasten met speciale dieetwensen of een voedselallergie kunnen heerlijk eten bij ons. U kunt vooraf, bij uw reservering, kenbaar maken waarmee wij rekening moeten houden.

Locatie	Data
Frankeland	Zaterdag 5 september
Harg-Spaland	Vrijdag 26 juni Vrijdag 25 september
Jacobs Gasthuis	Zaterdag 12 september Zaterdag 5 december
Vaartland	Dinsdag 22 september Woensdag 16, donderdag 17 en maandag 21 (huiskamers) december



Smulmiddagen

In alle locaties van de Frankelandgroep worden 'Smulmiddagen' georganiseerd. Deze laten zich het best omschrijven als een 'heerlijk tussendoortje in de middag' en vinden elke drie maanden plaats.

De data van de Smulmiddagen worden op alle locaties ruim van tevoren via posters aangekondigd. Het overzicht hiernaast geeft alvast een idee van wat er geserveerd zal worden.

Kosten per persoon voor de 'Smulmiddag' in 2026

- bewoners: gratis
- huurders (met of zonder broodmaaltijd / warme maaltijd abonnement) en overige prijsgereduceerden: € 6,50
- overige bezoekers: € 10,-

Hopelijk mogen de locaties u binnenkort verwelkomen!

Maand	Wat valt er te smullen?
Juni	Hollandse Nieuwe
Augustus of september	Garnalencocktail
November	Warme Apfelstrudel met saus

Jopie Verkouter-Brouwer

uit Vaartland



LEUK

Leuk is het woord dat blijft hangen, wanneer ik na anderhalf uur wegga bij mevrouw Verkouter.

Ik tel in mijn verslag precies 44 keer het woordje 'leuk'. En dat woordje dekt de lading wel. We hebben een heel gezellig, leuk gesprek, deze mevrouw straalt levensvreugde uit, wat haar een zeer positief mens maakt. Uiteraard starten we met een kopje koffie: Jopie zweert bij filterkoffie, daar heeft ze een miniatuur apparaatje voor, genoeg voor twee kopjes. En de koffie smaakt heerlijk!

Cristijd

Jopie is geboren in 1936, niet de leukste tijd van de vorige eeuw. Het is cristijd en het gezin waarin Jopie opgroeit, vader, moeder en drie dochters, waarvan Jopie een onverwacht nakomertje is, heeft het niet gemakkelijk. Vader

is werkloos maar ook al kennen ze grote armoede, haar moeder is zo handig met haar handen, dat ze altijd in nette kleding naar school gaan. Ze heeft zelfs díé tijd als leuk en fijn ervaren! Ze herinnert zich een leuke schooltijd, lieve juffen en meesters, en veel vriendinnetjes.

Werken

Na de lagere school en de huishoudschool, waar ze ook alleen maar leuke herinneringen aan heeft overgehouden, gaat Jopie werken bij Unilever, waar ze diverse functies vervult, onder andere het controleren van diverse producten, kwaliteitsbewaking.

Genieten van gezin en drukte thuis

Op een verlovingsfeestje ontmoet ze Gerrit: liefde op het eerste gezicht. Ze hebben vijf jaar verkering en trouwen in 1959. Ook hier betekent dat weer verplicht stoppen met werken en thuis zitten. Gerrit begint als verzekeringsagent, maar switcht een aantal keren van baan, om uiteindelijk met zijn diploma ambachtsschool werktuigbouwkundige te worden, eerst bij Shell, daarna bij Alfa Laval, een Zweeds bedrijf met een vestiging in Vlaardingen, waar hij 25 jaar werkt.

Jopie is nooit meer echt aan het werk gegaan. Ze heeft het druk met haar gezin, en in haar spaarzame 'vrije' tijd haakt en breidt ze wat af. Niet voor de kinderen, maar speelgoed beesten. Die worden onder andere op braderieën binnen Vaartland verkocht. Momenteel haakt ze een vestje voor zichzelf.

Vakanties ver weg en dichtbij

Zolang de kinderen klein zijn, worden de meeste vakanties doorgebracht op een camping bij Burgh-Haamstede. Hoeveel herinneringen dáár wel niet liggen... Wanneer de kinderen de deur uit zijn, gaan de vakanties de grens over: Indonesië, Sri Lanka, Cuba, Bulgarije, Kenia, Gambia, om er maar een paar te noemen.



Een tevreden echtgenote/moeder

Jopies leven kent veel meer vreugdevolle momenten dan verdrietige. Een gebroken elleboog van een dochter na een val van een paard, en een ongelukkige botsing met een brommer van zoonlief, die goed is afgelopen: ze mogen als gezin niet klagen. Wat Jopie dan ook echt nooit gedaan heeft. Ze bestempelt haar leven als enorm leuk! Totdat...

Gerrit asbestlongen blijkt te hebben, opgelopen tijdens zijn werkzame jaren bij Alfa Laval. Na een gevecht van vijf jaar overlijdt Gerrit: haar grote liefde, haar maatje, ze hebben nog hun 60-jarige bruiloft gevierd! Het bedrijf wordt indirect verantwoordelijk gesteld en er wordt een bedrag uitgekeerd, maar dat brengt Gerrit niet terug. Gerrit is 85 jaar geworden en bij Jopie overheerst dan toch de dankbaarheid dat ze zo lang samen met haar maatje is geweest.

Eenzaam in coronatijd

Ze wonen 25 jaar in de Pelmolens in Vlaardingen, en wanneer Gerrit overlijdt, blijft Jopie alleen achter in het grote appartement. Wanneer een paar maanden later corona uitbreekt, komt Jopie in een isolement. Weinig tot geen mensen over de vloer in een tijd waarin ze juist zoveel troost kan gebruiken. Nee, die tijd is niet de allerleukste periode geweest. De eenzaamheid slaat toe.

Een belangrijke beslissing

Maar ook corona gaat gelukkig voorbij. Voor Jopie in zoverre bepalend geweest, dat ze leert in de toekomst te kijken. Ze is nu nog gezond, maar haar jaren beginnen te tellen en ze zal er niet beter op worden, eerder slechter. Tijd voor conclaaf met de kinderen. Ze wil uiteraard niet weg uit haar vertrouwde omgeving, zeker ook vanwege alle herinneringen, die daar liggen met Gerrit. Maar de plannen beginnen vorm te krijgen en Jopie heeft er vrede mee. In Vaartland komt ze op de zesde etage, in een klein kamertje, met keukenunit, bed, stoel en kast allemaal in één ruimte. Maar ja, het moet maar: nu het eenmaal besloten is, zet ze door. Na anderhalf jaar krijgt ze de kans om een etage lager te verhuizen naar een ruimer appartement en op dat moment heeft Jopie het inmiddels zo naar haar zin, dat ze serieus moet nadenken of ze wel weg wil bij alle fijne burens van die afdeling. Natuurlijk went ze ook een verdieping lager al gauw: ze maakt met iedereen snel vrienden.

Genoeg te doen

Inmiddels is Jopie 90 jaar jong en woont ze alweer een jaar in de Résidence van Vaartland. Ze voelt zich ook hier weer goed verzorgd en is de hele dag druk. Ze heeft het breien en haken weer opgepakt, ze doet regelmatig mee met kleuren voor volwassenen, sjoelen, gymnastiek, fysiotherapie. Boven op haar appartement leest ze de krant of een spannend boek, ze luistert naar klassieke muziek en kijkt televisie, ook als er niets leuks wordt uitgezonden. Want dan zoekt ze een leuke film op Netflix. Maar ze kan ook, gezeten op een eetkamerstoel voor het raam, kopje thee of koffie in de hand, in verwondering naar buiten staren, genietend van de drukte op de Dillenburgsingel. Jopie verveelt zich echt nooit.



Jopie en dochter

Oma, overgrootoma

Het gezin heeft niet stilgezeten. Jopie heeft drie kinderen, acht kleinkinderen en twee achterkleinkinderen. Ze ziet ze allemaal vrij regelmatig, de een wat vaker dan de ander, door afstanden. Maar iedereen is goed met elkaar, ze rekent zichzelf heel rijk.

Zo zijn we ineens anderhalf uur verder. De tijd is voorbij gevlogen en we zeggen allebei op hetzelfde moment: "Wat was dit gezellig zeg!"

Ik pak mijn spulletjes, maar niet nadat ik haar beloofd heb om nog eens langs te komen. Dat beloof ik graag. Er zijn interviews die stroef lopen en je hebt er die soepel lopen. Mijn bezoek aan Jopie valt onder de laatste categorie.

Jopie Verkouter, een leuk mens!

Door Gerarda van Mourik, geestelijk verzorger

Vandaag wil ik eens met u stilstaan bij... stilstaan. Het is de titel van deze rubriek, en het lijkt zo vanzelfsprekend. Want stilstaan, hoe vaak doen we dat niet op een dag? Letterlijk doen we dat, als we wachten op de lift, als we een ander voor laten gaan in de rij bij het buffet, of even halt houden bij iets dat onze aandacht trekt. En in dat laatste zit ook de figuurlijke betekenis van stilstaan: wanneer we onze aandacht richten op iets of iemand anders, of op onszelf, dan staan we in figuurlijke zin stil. Of we dat veel of weinig doen... daarvan zijn we ons vaak niet zo bewust. Want... we staan daar niet zo vaak bij stil.



Nu u dit leest, staat u misschien stil bij dit stukje, heeft u uw aandacht bij wat ik hier schrijf. Maar misschien bent u, terwijl u aan het lezen bent, met uw gedachten wel heel ergens anders. Dat is heel menselijk: er kan zoveel zijn dat ons bezighoudt: onze gezondheid of die van onze dierbaren, een kleinkind dat geboren wordt, een familielid dat is overleden, de toestand in de wereld, en nog zoveel meer. Dan is onze aandacht verbrokken: een beetje hier, een beetje daar. Die verbrokkelde aandacht zet de deur open voor piekergedachten en zorgen: over dingen die in het verleden gebeurd zijn, of die in de toekomst misschien kunnen gebeuren. Dan gaan onze gedachten met ons op de loop. Dat geeft onrust, en soms ook angst, of somberheid.

Daarom kan het goed zijn af en toe stil te staan. Voor gelovige mensen kan dat door een religieuze viering of dienst bij te wonen, of door te bidden. Het kan ook door met echte aandacht in het moment te zijn: om zonder oordeel, zonder ergens iets van te vinden, te kijken, te luisteren, te ruiken of te proeven. Het hoeft niet om grootse of indrukwekkende ervaringen te gaan: de schoonheid van een struik in bloei, het lied van een vogel, de geur van schoon wasgoed of een vers kopje koffie, of de smaak van een heerlijke bonbon of verse vrucht kan al genoeg zijn. Als we daar met onze aandacht bij zijn, is dat genoeg om even die gedachten die maar door elkaar heen buitelen en ons onrustig maken, stil te zetten. Om even op te gaan in het ogenblik, te genieten van wat er op dat moment te genieten valt. Om daar dankbaar voor te zijn. En om ons op die manier verbonden te voelen met die wonderlijke wereld waarin we leven.

Waterjuffer

U kent ze vast wel, die prachtige sierlijke beestjes, die in de schitterendste kleuren door de lucht lijken te dansen. Nee, niet de libelle maar de waterjuffer, familie van de libelle maar wel met een aantal wezenlijke verschillen.

Een libelle is 'ongelijkvleugelig' en een waterjuffer 'gelijkvleugelig'. Een juffer kan daardoor zijn vleugels tegen elkaar opvouwen, iets wat een echte libelle niet kan. De ogen van de juffer staan uit elkaar, aan de zijkanten van de kop; de facetogen van de libelle bedekken bijna de hele kop en raken elkaar. Nóg een verschil is de lichaamsbouw: de libelle is steviger en robuuster dan de waterjuffer, die juist slank en tenger is.

Qua schoonheid doet de waterjuffer niet onder voor de libelle. Persoonlijk vind ik de vuurjuffer met zijn dieprode kleur de mooiste, die in onze regio wordt waargenomen.

Bijzonder zijn de stekels aan hun poten. Die zorgen ervoor dat een gevangen prooi niet meer kan ontsnappen. Hun menu is best gevarieerd, dat 'plukken' ze uit de lucht of halen ze van bladeren en takken. Hiermee hebben zij een heel belangrijke taak in de natuur.

Door het eten van kleine insecten zoals muggen, vliegen, bladluizen en kevertjes zorgen ze ervoor dat de populatie van die insecten niet te groot wordt. Belangrijk voor het ecologische evenwicht in de natuur.

Maar ook waterjuffers hebben vijanden, waarvan vissen, kikkers, hagedissen, vogels en kevers de grootste zijn. Daarom opereren ze het liefste 's nachts wanneer ze ongezien hun gang kunnen gaan.

Als juffers paren zie je een soort hartvormig 'paringswiel' wat best heel bijzonder is om waar te nemen. Op de onderste foto zie je het mannetje in zijn zondagse blauwe pak en het vrouwtje in een groene kleurige mantel. Eitjes worden afgezet op rietstengels en in het water.

Uit die eitjes kruipen vreemde wormvormige beestjes, de larven, ook wel nimfen genoemd. Deze nimfen laten zich in het water vallen en vervellen een aantal keren. Aan het einde van dit proces zien ze er echt vervaarlijk uit met grote kaken, die ze gebruiken om waterbeestjes mee te vangen. Deze nimfen hebben kieuwen op hun achterlichaam om adem te halen onder water.

Ook weer een verschil met de echte libelle: die hebben die kieuwplaten niet. Dat vervellen kan overigens enkele jaren duren. Kruipen ze eenmaal op de kant, dan barst hun huid open en kruipt de waterjuffer naar buiten.

Ze kunnen pas vliegen wanneer hun vleugels gedroogd zijn: en daarna leven ze nog maar een maand of twee.

Wil je waterjuffers naar je tuin toe lokken, dan moet je beschikken over een vijvertje, zónder vissen. En je moet veel bloeiende planten hebben want daar wonen veel insecten, wat weer een voedselbron voor de waterjuffer is. Zo kun je van dichtbij van deze prachtige diertjes genieten.



Agenda

Roze Salon

Vindt u het soms lastig om openlijk over uw seksuele geaardheid of gender-identiteit te praten? Of komt u graag op een ontspannen manier in contact met bijvoorbeeld lesbische, homoseksuele, biseksuele, transgender en/of interseksuele ouderen (LHBTI-ouderen)?

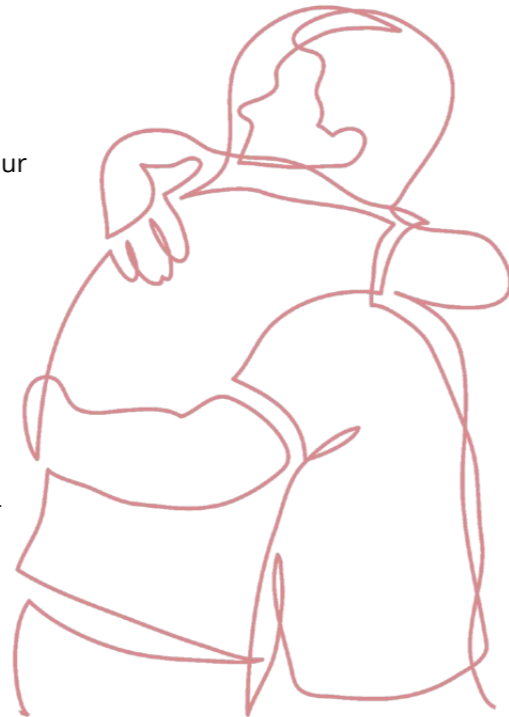
Dan bent u van harte welkom bij de Roze Salon! De Roze Salon vindt plaats op iedere laatste dinsdag van de maand van 14.30 tot 16.30 uur in onze locatie Frankeland (Sint Liduinastraat 10, Schiedam).

De eerstvolgende bijeenkomst is op:

- **Dinsdag 29 september**
Thema: LHBTI kunst

Bij binnenkomst kunt u zich melden bij de receptie en wordt u opgevangen door een van onze medewerkers. De toegang tot de Roze Salon is vrij en vooraf aanmelden is niet nodig.

Wees welkom!



Klachtenfunctionaris/ vertrouwenspersoon

De klachtenfunctionaris/vertrouwenspersoon voor bewoners en cliënten van de Frankelandgroep is mevrouw Vivian Bouman.

Zij is bereikbaar via de receptie van Frankeland, telefoon 010 - 426 49 25, of per e-mail.

✉ v.bouman@frankelandgroep.nl



Het zwanenmeer, en meer...

Door Cees van Giezen, redacteur
Beeld door Coen Meeder, redactiefotograaf

...véél meer.

Meteen bij binnenkomst draaiden alle hoofden naar de twee sierlijke zwanen die voortbewogen alsof ze over het water gleden, in plaats van over de vloer van de Serre in Schiewaegh. Mooie muziek zwol aan, de zwanen dansten en draaiden in het rond. Hoe dat eruitzag, zie de foto's.

De zwanen hoorden bij Beleeftheater Zwanenmeer en Meer. De twee dames zorgden voor een onvergetelijke beleving, dans, gebaren, aanraking, spiegelen en vooral: non-verbaal contact. Beleving, humor en emotie, hier en daar een traantje en vooral veel communicatie met onze bewoners. Want, waar praten misschien niet meer zo lukt, is er altijd nog beweging, muziek en emotie. En als zo'n mooie zwaan je dan liefdevol in je ogen kijkt en je handen beetpakt en met je meebeweegt, dan is er even geen pijn, verdriet, eenzaamheid en gemis. Dan is er muziek en warmte. Dan is er communicatie en word je gezien, met al je emotie. Door een zwaan, ja, door een mooie, witte zwaan.

Verder vertellen de mooie foto's het verhaal.

Topstukken in Schiewaegh

Door Cees van Giezen, redacteur Beeld door Coen Meeder, redactiefotograaf

Komt u weleens in een museum? Een vraag waar veel van onze bewoners helaas “nee” op moeten antwoorden. Mobiliteit en bereikbaarheid staan vaak in de weg. Maar daar is een oplossing voor. Het museum komt naar je toe! En niet het minste. De bekendste museumstukken komen, op ware grootte, naar scholen en verzorgingshuizen. Met ‘Topstukken on Tour’ een initiatief van MuseumPlusBus.

Hoe gaat dat in zijn werk? In Schiewaegh hebben we meegekeken met museumdocente Anneloes en een groep bewoners. Op panelen waren replica's van diverse kunstwerken op ware grootte te zien. We luisterden mee naar wat er zoal over besproken werd. Eerst maar eens goed kijken wat er te zien is. In dit geval een molen aan het water, veel groen eromheen en een mooie Hollandse wolkenlucht. De molen weerspiegeld in het water.

Museumdocente

Anneloes stelde tal van vragen, zoals: “Wat ziet u op dit schilderij, welke kleuren ziet u, welk seizoen is het?” Natuurlijk werd de link gelegd met de Schiedamse molens. En de hamvraag was: “Vindt u het mooi? Zou u het bij u thuis ophangen?” In het geval van de molen, overigens geschilderd

door Paul Gabriëls in 1898, werd daar enthousiast “ja” op geantwoord. In één van onze huiskamers hangt trouwens een grotere replica van dit schilderij. Maar bij een volgend schilderij, ‘Gracht in Holland’, werd het wat moeilijker.



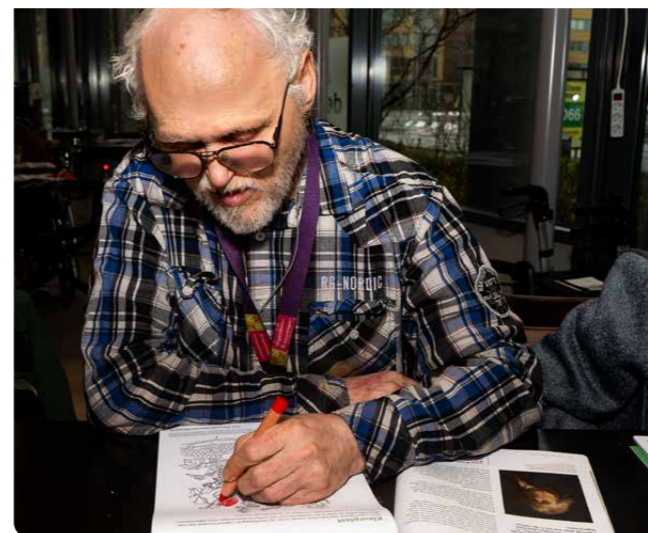
Toch was daar, met enig turen, nog wel een rijtje huizen met rode daken te herkennen. “Dat lijkt op waar ik heb gewoond,” klonk het. “Het is net het Witte Dorp.” Ook hier weer vragen over wat er te zien is en over de kleuren. Op de vraag of het aan de muur mocht, boven de bank,

werd wat minder enthousiast gereageerd. Het schilderij was overigens van Wassili Kandinsky, geschilderd in 1904. Verder keken we nog naar een bloemstilleven, een portret van een moeder en een kind en uit Boymans ‘De toren van Babel’ van Pieter Bruegel.

Een van de dingen die opvielen was dat, ook al vind je een schilderij in eerste instantie helemaal niet mooi, met enige uitleg en nog eens goed kijken je daar toch een ander idee over kunt krijgen. En verder was het

natuurlijk gewoon heel leuk om je te laten verrassen met elke keer weer een heel ander kunstwerk.

Kortom; kunst blijft je verbazen en je leert steeds wat nieuws. Of, zoals een bewoonster het zei: hoe langer je kijkt, des te meer je gaat opvallen.





Hoelang kijken mensen gemiddeld naar een schilderij in een museum?

Door Sofie Noordzij, beeldend therapeut | Beeld door Coen Meeder, redactiefotograaf

Vaak willen we graag álles zien als we naar een museum gaan. We nemen niet de tijd om lang stil te staan en écht goed te kijken. Tenminste, laat ik voor mezelf praten. Wanneer ik naar een museum ga, wil ik graag alle hotspots zien en daar sta ik dan vaak wat langer bij stil. Alles wat mij niet aantrekt qua smaak of stijl sla ik het liefst over, want ja tijd is maar schaars in een museum en ik wil zoveel mogelijk in mij opnemen. Gek eigenlijk, want er is ook zoveel moois te zien in andere schilderijen.

Daarnaast verandert de wereld steeds sneller; nieuwe technologieën, maatschappelijke ontwikkelingen en ook binnen de Frankelandgroep vinden er veranderingen plaats. Vanwege deze veranderingen wordt vaak gezegd dat we ons sneller moeten aanpassen dan ooit tevoren. Daarom is het soms belangrijk om even stil te staan en echt even aandacht te hebben voor de dingen om ons heen.

Tijdens de beeldende therapiegroepen, waarbij we kunst onder de loep nemen, nemen we echt de tijd om wat langer bij een kunstwerk stil te staan. Wat gebeurt er als we wat langer naar een werk kijken en de deelnemers laten vertellen wat zij kunnen ontdekken?

De methode: Visual Thinking Strategies

Met de methode van Visual Thinking Strategies (VTS) bekijken en/of onderzoeken we bij 'Kunst onder de loep' aan de hand van een groepsgesprek een kunstwerk. Dit kan een foto zijn, een object zoals een beeldhouwwerk of een schilderij, of zelfs mode.

VTS is zowel een methode als een houding: een houding van openheid, nieuwsgierigheid en respect voor de verschillen in wat er ontdekt wordt. Mijn motto in de groep is: je ziet wat je ziet en alles is goed.

Dus aan de ene kant is er ruimte voor alles wat er maar in de deelnemers opkomt. Aan de andere kant nodigen vragen, zoals "Waarom kunt u dat ontdekken?", uit tot dieper doordenken en onderbouwen van associaties en gedachten.

Het komt zeker (heel vaak zelfs) voor dat iemand iets heel anders ziet dan een ander, maar door daar respect voor te hebben en nieuwsgierig naar elkaar te zijn komen we tot de leukste gesprekken en inzichten.

Bij het kunst kijken gaat het er niet om dat ik kennis overdraag over het schilderij, de titel of de kunstenaar; deze doen er niet toe, tenzij iemand er specifiek naar vraagt of het ter sprake komt omdat iemand de kunstenaar herkent.

Kijken naar eigen kunst

Afgelopen periode hebben we in Schiewaegh het kijken naar kunst uitgebreid naar kunstwerken van deelnemers zelf. Wat voor kunst heeft u thuis hangen of staan en wat is de achtergrond hiervan? Bij de deelnemers thuis hebben we foto's gemaakt en deze getoond in de groep.

Hierbij kwamen ook zelfgemaakte werken voorbij, van gekoesterde objecten gemaakt door de kinderen, tot schilderijen en kunstwerken, gekregen van dierbaren of erfstukken die al lang in de familie zijn. Een bijzonder project dat dicht bij de deelnemers zelf stond en waarbij zij een klein inkijkje hebben gegeven in hun leven en persoonlijke voorkeuren.

Door VTS-gesprekken te voeren vergroten deelnemers vaardigheden als waarnemen, luisteren, kritisch denken en (visuele) geletterdheid. Het geeft plezier om samen te kijken en er ontstaat verbondenheid in de groep.

Ook wordt er in de groep wel eens gezegd: hoe langer je kijkt, hoe meer je gaat zien en er te ontdekken valt.

De invloed van kunst op ons brein

Er wordt steeds meer onderzoek gepubliceerd over wat kunst doet met ons brein. O.a. door neuroloog Bas Bloem en ook door Blanca Spee, waarbij de conclusie is dat kijken naar kunst Parkinsonpatiënten fysieke, cognitieve en sociale winst oplevert. En natuurlijk prof. dr. Erik Scherder, die regelmatig vertelt over kunst en mentale gezondheid. Natuurlijk is het niet alleen kijken naar kunst maar ook het maken van kunst en daarbij kan kunst in allerlei vormen en maten zichtbaar worden, in muziek, dans, creativiteit en nog veel meer.

Om terug te komen op de vraag in de titel. Volgens de Quest scheurkalender, hangend op de muur in mijn kantoor, blijkt dit tussen de 27 en 30 seconden te liggen. Elke dag werp ik hier even een blik op om mij eraan te herinneren wat langer stil te staan bij de dingen om mij heen.

'Kunst onder de loep'

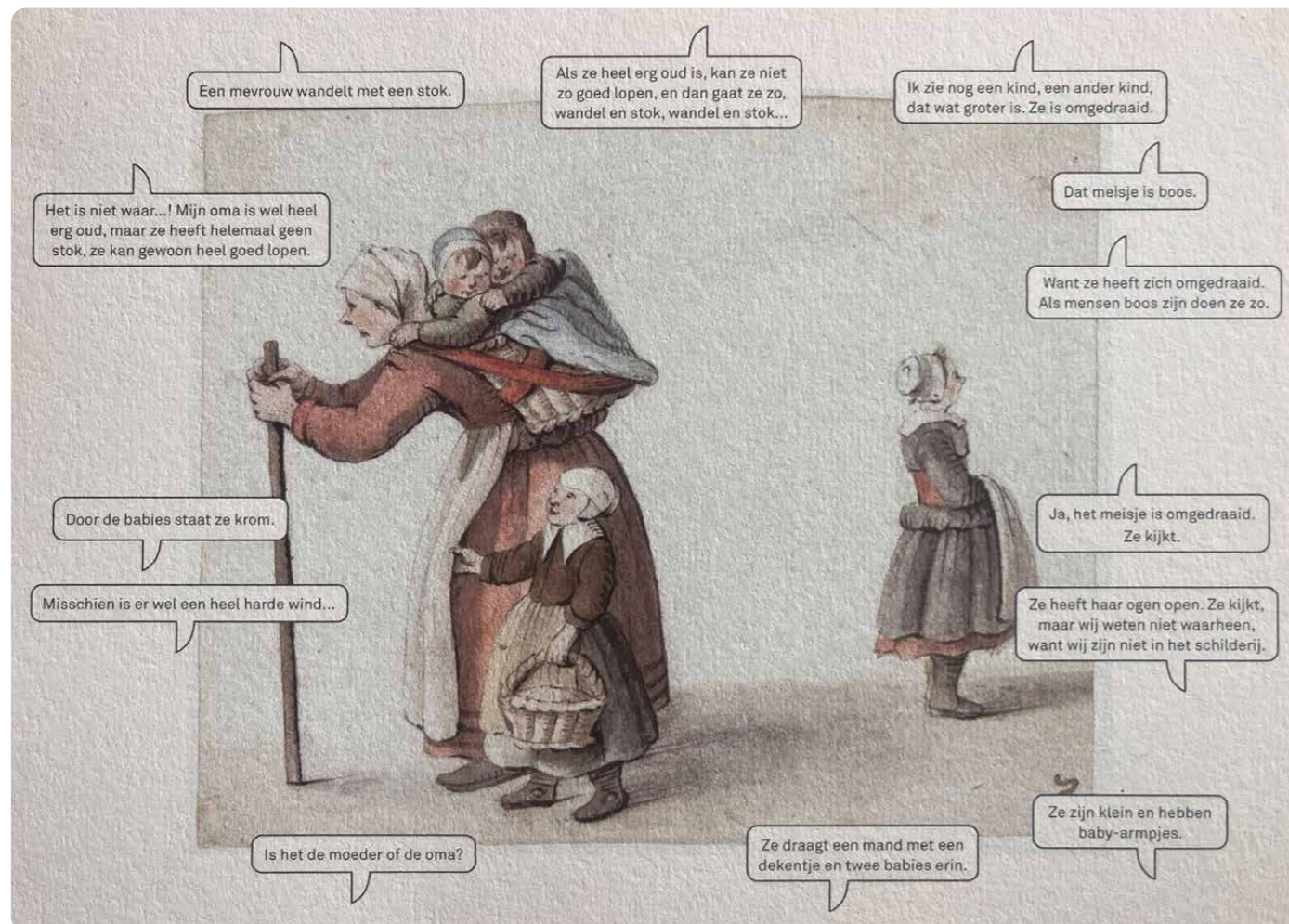
'Kunst onder de loep' is onderdeel van de beeldende therapiegroepen binnen Frankelandgroep.

Wilt u meer informatie over de beeldende therapie? Neem dan contact op met Sofie Noordzij,

beeldend therapeut (via s.noordzij@frankelandgroep.nl).

Voor dit artikel is gebruikgemaakt van verschillende bronnen, namelijk:

- de website van VTS Nederland (www.vtsnederland.nl)
- de Quest scheurkalender
- de Cultuurkrant van maart 2026
- de website van ONVZ (www.onvz.nl)
- de pagina 'Het effect van kunst op mentale gezondheid'w
- diverse uitingen door neuroloog Bas Bloem.



Veilig, gezond en vooral lekker eten

(ook) voor bewoners met eet-, drink- en/of smaakproblemen

Sommige ouderen worstelen met de inname van eten en drinken. Kauw- en slikproblemen en/of een afname in de waarneming van geur en smaak door ouderdom of door een behandeling tegen ziekte (waaronder bijvoorbeeld chemotherapie en/of medicijngebruik) kunnen hier oorzaken van zijn.

Aanpak eet-, drink- en/of smaakproblemen binnen de Frankelandgroep

Natuurlijk kunnen we binnen de Frankelandgroep niet alle eet- en drinkgerelateerde problemen oplossen. Maar dat wil niet zeggen, dat we dat niet willen proberen!

Het Smaakcentrum Consult & Coaching, ooit opgericht voor mensen met smaakproblemen tijdens of na een oncologische behandeling, gaat de reeds opgedane kennis en expertise op dit gebied vanaf dit moment binnen de gehele Frankelandgroep inzetten. Hierbij wordt nauw samengewerkt met de diëtist en logopedist.

Het uitgangspunt is dat iedereen een gezonde, veilige maar bovenal smakelijke maaltijd verdient en daar ook recht op heeft; ongeacht de problematiek die zich voordoet bij de waarneming van de smaak van voeding. Waar mogelijk proberen we ondervoeding met aangepaste maaltijden (of componenten daarvan) te bestrijden of te voorkomen.

Maar bovenal richten wij ons op het weer kunnen genieten van eten en drinken, ook (of juist) in de laatste levensfase.

Meer informatie of interesse in dit traject?

U kunt contact opnemen via het e-mailadres smaakcentrum@frankelandgroep.nl.





We doen het samen: samen zorgen in vijf stappen

Door Kelly Rijsterborgh, medewerker communicatie en Conny Moons, beleidsmedewerker kwaliteit

Binnen de Frankelandgroep wordt elke dag met aandacht en betrokkenheid gezorgd voor onze cliënten. Dat is (en blijft) de basis van ons werk. Tegelijk maken we als organisatie, net als veel andere (ouderen)zorgorganisaties, een beweging in hoe we dat doen.

We gaan namelijk van 'zorgen vóór' naar 'samen zorgen mét'. Dit betekent dat wij als professionals de zorg minder automatisch overnemen. In plaats daarvan kijken we samen met cliënten hoe zij zo lang mogelijk vitaal en zelfredzaam kunnen blijven, en wat en/of wie daarbij kan ondersteunen.

We doen het (nog meer) samen, met aandacht voor wat echt belangrijk is voor de cliënt.

Oftewel: samen zorgen in vijf stappen

Deze vijf stappen van samen zorgen gaan nog meer de basis van ons werk worden. Om het wat beter uit te leggen, hebben we een afbeelding ontwik-

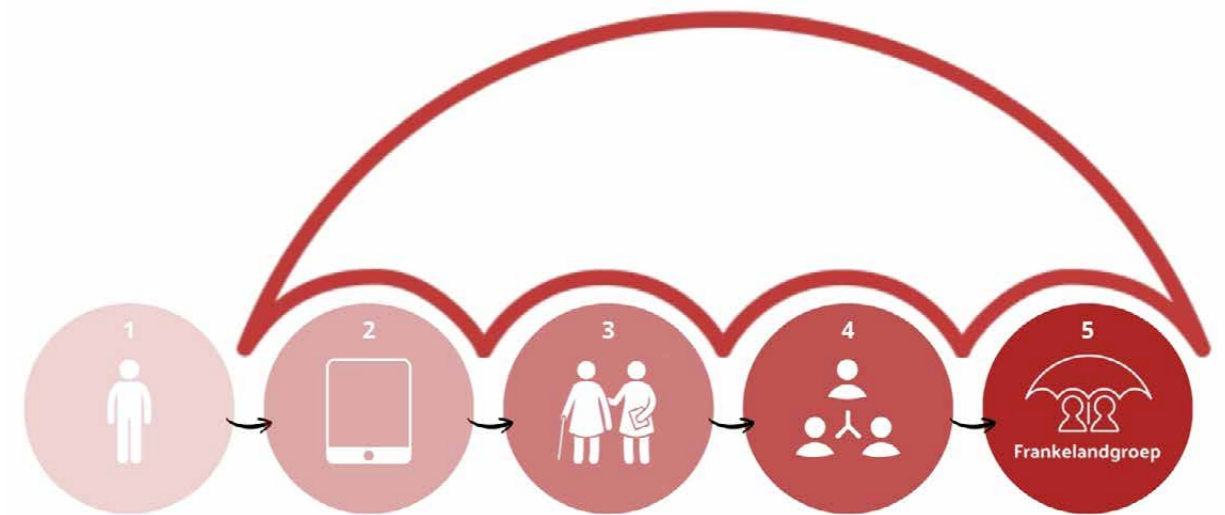
keld die wat dieper ingaat op iedere stap. Onze medewerkers gaan hierover verder in gesprek met cliënten en naasten.

In de komende periode gaan we binnen onze organisatie verder aan de slag om deze beweging een plek te gaan geven, bijvoorbeeld in onze werkprocessen, communicatie op onze website en in ons lesmateriaal.

Heeft u hier nog vragen over?

Stel ze gerust aan onze collega Conny Moons.

✉ c.moons@frankelandgroep.nl



Samen zorgen in vijf stappen

Samen kijken we, stap voor stap, wat u helpt zo lang mogelijk vitaal en zelfstandig te blijven.

We gaan uit van wat u zelf kunt en wat voor u belangrijk is, met ondersteuning van de mensen om u heen en (waar nodig) passende zorg vanuit de Frankelandgroep.

Zo blijft er ruimte om uw leven te leiden zoals u dat wilt, met zo veel mogelijk regie over uw eigen leven.

- 1 **Wat kunt u zelf?**
Wat kunt u (opnieuw) leren?
- 2 **Hoe kunnen hulpmiddelen u ondersteunen?**
Wat kan technologie betekenen?
- 3 **Wat kunnen naasten voor u betekenen?**
Hoe houden we het voor hen behapbaar?
- 4 **Wat kan uw sociale netwerk?**
Kunnen we het netwerk vergroten?
- 5 **Welke professionele zorg is aanvullend nodig?**
U krijgt de zorg die écht nodig is.

Enkele voorbeelden van hoe naasten kunnen bijdragen

- planten op uw appartement verzorgen
- administratie doen
- met u mee naar buiten gaan, een wandelingetje maken
- gezicht verzorgen, make-up
- helpen met beweeg oefeningen
- samen wat bakken
- fruit klaarmaken
- voorlezen
- samen knutselen of handwerken
- samen eten
- samen naar een activiteit of viering gaan
- op afstand; (beeld) bellen, spullen bestellen, financiën verzorgen, cadeautje verzorgen bij gelegenheden
- naar de oude vertrouwde biljartclub, kerk of vereniging gaan
- samen een ritje maken op de duofiets
- naar de markt gaan, terrasje pakken
- meegaan met een uitje

Dit is (uiteraard) geen volledige lijst. Alle ideeën zijn welkom!

Rituelen uit de Chinese cultuur...

In Schiedam heeft bijna de helft van de inwoners een migratieachtergrond, zo las ik op de website van de gemeente Schiedam. Wanneer jij of je (groot)ouders uit een ander land komen, dan neem je bewust of onbewust de gebruiken mee die je van huis uit hebt meegekregen, in de vorm van gewoonten en rituelen vanuit geloof en cultuur. In dit artikel ga ik in op de rituelen vanuit de Chinese cultuur rondom afscheid en rouw. In de jaren '70 kwamen namelijk veel Chinezen naar Nederland om hier een bestaan op te bouwen. Ik was benieuwd: wat brachten zij aan rituelen mee?

De Chinese cultuur en religie is een samensmelting van boeddhisme, taoïsme en volksgeloof. Chinezen hebben vanuit hun cultuur meegekregen om de ouderen en ook de overledenen te (blijven) eren. Dit wordt vaak zichtbaar wanneer ze een huistempeltje hebben geplaatst op een tafeltje op een rustig plekje in hun huis. In dit tempeltje staat vaak een beeldje van een god of godin. Bijvoorbeeld de godin To-te, zij brengt geluk in de familie. Daarnaast zijn er vaak foto's van de overledene in het tempeltje te vinden. Door hier iedere dag even bij stil te staan, een buiging te maken of soms een hulpvraag te stellen, wierook te branden, eten te offeren en bloemen te plaatsen laat men zien dat men de voorouders eert en hen om steun vraagt.

Er wordt veel aandacht besteed aan de overledenen. Zo is er jaarlijks het gravenfeest, dit vindt meestal plaats in het voorjaar. Dan worden de graven helemaal schoongemaakt, er worden bloemen neergezet en (symbool) voedsel. Het idee hierachter is dat de wereld van de overledenen veel lijkt op onze wereld en dat de voorouders daarom aardse zaken als bloemen en voedsel op prijs stellen.

In het traditionele Chinese volksgeloof wordt de dood gezien als een overgang naar een andere

Om de overledene te eren wordt vaak een huistempeltje op een tafel op een rustig plekje in huis geplaatst



fase. Het concept Diyu (een soort vagevuur of hel) wordt gebruikt om geesten te zuiveren en te straffen, waarna ze reïncarneren.

De meeste Chinezen vinden het dan ook belangrijk om een waardige begrafenis te krijgen, waarbij de familie, vrienden en bekenden allemaal welkom zijn en offers brengen in de vorm van bloemen en eten. Deze offers worden verbrand om zo sneller de overledene te bereiken. Daarbij wordt van de gasten verwacht dat ze witte kleding dragen. Wit is in de Chinese cultuur de kleur van rouw.

De overledene draagt vaak rood of ligt onder een rood kleed. Want rood is de kleur van geluk.

Tijdens de begrafenis maar ook nog daarna eren de nabestaanden de overledene en blijven offers brengen om voor de overledene zielenrust te creëren.

Deze rituelen kunnen helpend zijn voor de nabestaanden in de fase van verlies en rouw. Het stervensproces naar de dood toe valt vaak erg zwaar. Over de dood wordt namelijk niet altijd gesproken. Want als je het woord 'dood' uitspreekt, is men bang dat er een vloek op rust.

Alleen de familieleden kunnen de stervende helpen in het stervensproces. Familieleden waken bij de stervende om de laatste momenten te begeleiden en hun

toewijding te tonen. Wanneer de persoon is overleden volgt er een rituele wassing om met een 'rein' lichaam aan de reis naar het hiernamaals te beginnen.

Voor de informatie voor dit artikel is gebruikgemaakt van het boek 'Nederland Wereldland', samengesteld door Pim van Schaik en de podcast 'Rouwrituelen'. Met de QR-code kunt u zelf deze podcast beluisteren.





Wie heeft er zin in een spelletje?

Door Cees van Giezen, redacteur
Beeld door Coen Meeder, redactiefotograaf

Ja, altijd natuurlijk. Een ouderwets spelletje dan wel, zoals er vroeger op school of op feestavondjes gespeeld werd. Ezeltje-prik, of blikken omgooien. Er waren ook nog: ballondarten, koemelken, ringgooien en nog diverse andere spelletjes uit lang vervlogen tijden.

Dikke pret, soms deed de motoriek niet meer mee en schoof de deelnemer steeds dichterbij het doel, om uiteindelijk toch nog dat laatste blik ook van het randje te kunnen gooien.

En al dat gooien en schuiven en stapelen maakt nog best dorstig. Maar daar is dan een ouderwets glaasje limonadegazeuse voor. Smaak en reuk zijn de sterkste herinneringen, zegt men. Zal wel, het is ook gewoon lekker. En dan nu nog maar een rondje ezeltje-prik.



De rol van de hersenen in makkelijke taal: angst

Door Jacqueline van der Pijl, redacteur

In de vorige editie las u over de angst voor nieuwe ervaringen en de rol die onze hersenen hierin spelen. In deze editie gaat het over een traumatische gebeurtenis die door een deel van de mensen die dit overkomt steeds weer wordt herbeleefd.

Bij het ervaren van traumatische stress gaat het niet om de bus die je niet haalt of het eten dat aanbrandt. Dat mag duidelijk zijn. Gewelddadige berovingen, terroristische aanslagen, oorlogen, seksueel misbruik, auto-ongelukken, natuurrampen; al deze situaties gaan met extreme stress gepaard. Helaas komt dat in een mensenleven vaker wel dan niet voor.

Opvallend is dat de een in staat is om een traumatische gebeurtenis een plaats te geven in het leven en de ander het steeds weer herbeleefd. In het boek 'Een zeepaardje in je hoofd' legt neurobiologe Marianne Joëls uit dat bepaalde prikkels, zoals een schreeuwend kind of een mensenmenigte soms aanleiding geven voor zo'n herbeleving. En dat zit zo.

Dat was eens en altijd weer

Als je vergelijkbare prikkels hebt ervaren tijdens een sterk bedreigende situatie, dan kan dat de hele gebeurtenis weer terugbrengen. Kijk je bij deze groep mensen naar de hersenactiviteit, dan blijkt dat de amandelkernen (amygdala) die zich onder in de hersenen bevinden overactief zijn. Dit brengt een sterk angstgevoel teweeg.

Tegelijkertijd zijn gebieden in het voorste deel van de hersenschors, die normaal gesproken helpen om angst onder controle te houden, verminderd

actief. Volgens Joëls is het mogelijk dat een deel van deze groep al voor het trauma moeite had met angstbeheersing door een minder actieve voorste hersenschors.

Maar wat doe je eraan?

Helaas ligt er nog geen kant-en-klaar 'pilletje' op de plank. De beste resultaten worden verkregen met cognitieve gedragstherapie waarbij je leert dat datgene wat je aan het trauma doet denken (omgeving, voorwerp, geur, geluid, etc.) niet automatisch ook gevaar betekent.

Het is overigens niet zo dat je met cognitieve gedragstherapie de oude informatie uitwist. Uit dierenexperimenten blijkt dat het geheugen voor angstige gebeurtenissen ijzersterk is. Zelfs als het je lukt om actief aan te leren dat je niet bang hoeft te zijn voor datgene wat je herinnert aan het trauma, ben je de oude angst nooit vergeten. Al met al geen positieve boodschap.

Gelukkig ontwikkelt niet iedereen die een levensbedreigende situatie meemaakt een zogenoemde Posttraumatische stressstoornis (PTSS). Ook neemt het inzicht in de werking van onze hersenen snel toe en dat biedt perspectief voor het beter begrijpen, vroegtijdig controleren en effectief behandelen van hersenaandoeningen. En dat is hoopvol.



Geslaagde Voorjaarsmarkt bij Harg-Spaland brengt sfeer en verbinding

Door Gino de Lange, coördinator welzijn | Beeld door Coen Meeder, redactiefotograaf

Op zaterdag 2 mei heeft team welzijn groots uitgepakt met een gezellige en drukbezochte voorjaarsmarkt bij locatie Harg-Spaland. Zowel in de tuin als gedeeltelijk binnen genoten bewoners, mantelzorgers, vrijwilligers en wijkbewoners van een sfeervolle middag vol ontmoeting, muziek en gezelligheid.

Dit jaar was de markt groter dan ooit, met maar liefst dertien kraampjes en een bijzonder gevarieerd aanbod. Bezoekers konden op hun gemak langs de verschillende stands wandelen, waar onder andere sieraden, creatieve creaties, make-up, kleding, tassen, cadeauartikelen en babyspullen werden aangeboden. Voor iedereen was er wel iets leuks te ontdekken.

Ook aan de innerlijke mens was volop gedacht. De gezellige koffie- en theeboom van Pauwmans zorgde voor heerlijke warme dranken, terwijl bezoekers konden genieten van versgebakken stroopwafels en heerlijke suikerspinnen. Dit alles onder begeleiding van sfeervolle muziek, verzorgd door DJ Sjaak, die met zijn muziek voor een feestelijke ambiance zorgde.

Het weer speelde deze middag een belangrijke rol en werkte gelukkig perfect mee. Met volop zon en af en toe een wolkje was het ideaal marktweer, waardoor de tuin zich vulde met lachende gezichten en gezellige gesprekken.

Later op de middag zorgde het Rad van Fortuin nog voor extra spanning en plezier. Er werden volop leuke prijzen uitgedeeld, wat voor veel enthousiaste reacties zorgde bij jong en oud.

De voorjaarsmarkt bij Harg-Spaland kan met recht een groot succes genoemd worden. Het was een middag vol verbinding, gezelligheid en ontmoeting. Team welzijn kijkt met trots terug op deze geslaagde editie, die zeker een vervolg zal krijgen.



Op stap in... België

Door Donna Zwanenburg, dagbestedingscoach

In Harg-Spaland organiseren we een nieuwe terugkerende middagactiviteit, genaamd 'Op stap in...'. We begonnen dichtbij huis, in België. We gingen met elkaar kijken hoeveel de bewoners over hun buurtland wisten. Dit deden we door middel van een soort tentoonstelling.

Er hingen vier schilderijen in de Flamingo zaal, met elk een eigen categorie, te weten bezienswaardigheden, eten en drinken, vrije tijd en muziek. Om de schilderijen heen was nog blanco ruimte die we met de bewoners samen hebben ingevuld. Zij konden associaties maken met België en de categorie die we behandelden. De bewoners kwamen snel op gang en er werden volop antwoorden geroepen en herinneringen opgehaald. Met een anekdote, stukje informatie of filmpje werden de categorieën onder handen genomen.

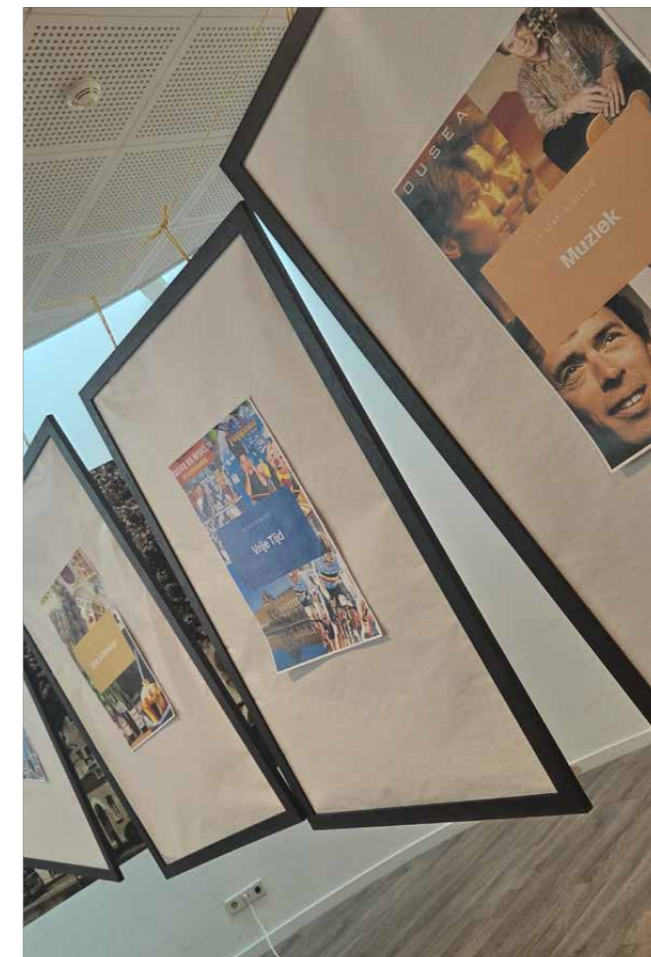


Bij het onderwerp 'eten en drinken' hadden we een pauze, natuurlijk met Belgische friet met een klodder mayonaise in een leuke puntzak. Iedereen was erg verrast en alle zakken gingen tot de laatste kruimel leeg. Voor de liefhebbers was er ook Belgisch bier om te proeven, zoals Leffe en La Chouffe.

Voor de categorie 'vrije tijd' had een van onze vrijwilligsters haar collectie Suske en Wiske stripboeken meegenomen. Hier werd heerlijk doorheen gebladerd en met elkaar over gekletst. Het is namelijk zo dat België wereldwijd bekend staat als een van de belangrijkste kernlanden voor stripboeken, het is een kunstvorm in België en deze staan dan ook wel bekend als de 'negende kunst'.

Met het onderdeel 'muziek' kun je hier nooit fout gaan! Deze keer was het leuk om het verschil te laten horen tussen Franstalige en Nederlandstalige liederen. België fungeert als een kruispunt van culturen, wat zorgt voor een unieke mix van Franstalige chanson, Nederlandstalige pop en invloeden uit de omliggende Europese landen. Er werd meezongen met artiesten zoals: Jacques Brel, Adamo en Clouseau, maar ook K3 en Will Tura.

Voor de volgende 'Op stap in...' activiteit gaan we het wat verder van huis zoeken. Dan gaan we culturen ontdekken en leuke weetjes delen vanuit landen in Afrika of Zuid-Amerika waar we minder snel mee in aanraking komen.



De Elfstedenfietstocht

Door Martijn Peeters, dagbestedingscoach

Elke woensdagmiddag organiseren we in de Flamingo van Harg-Spaland een grotere activiteit voor onze bewoners. Deze keer stonden we samen met onze vrijwilliger Gonny, geboren en getogen in Friesland, stil bij een echte Friese klassieker: de Elfstedenfietstocht.

Iedereen kent natuurlijk de beroemde Elfstedentocht op het ijs. Helaas zijn de winters niet meer zo streng als vroeger en vond de laatste tocht plaats in 1997. Juist daarom riep deze middag veel herkenning en nostalgie op bij onze bewoners, wat het extra bijzonder maakte.

Samen met Gonny namen we alle elf Friese steden onder de loep. Bijzonderheden, leuke weetjes en mooie beelden van iedere stad waren verwerkt in een presentatie die gedurende de middag werd afgespeeld. Zo leek het alsof we echt van stad naar stad reisden en samen de tocht per fiets maakten.

We begonnen onze reis natuurlijk in Leeuwarden, waar we de middag feestelijk openden met echte Friese muziek. Voor velen klonk het Fries nog best snel en moeilijk verstaanbaar, maar

gelukkig nam Gonny met veel enthousiasme de rol van vertaalspeler op zich. In het Fries heette zij iedereen van harte welkom met de woorden:

“Wolkom elkenien by de Fryske Alvestêdenfytsstocht. Hjoed wanje wy ús yn it echte Fryske lânskip, mei alle alve stêden dy’t wy te fytsjen trotsearje.”

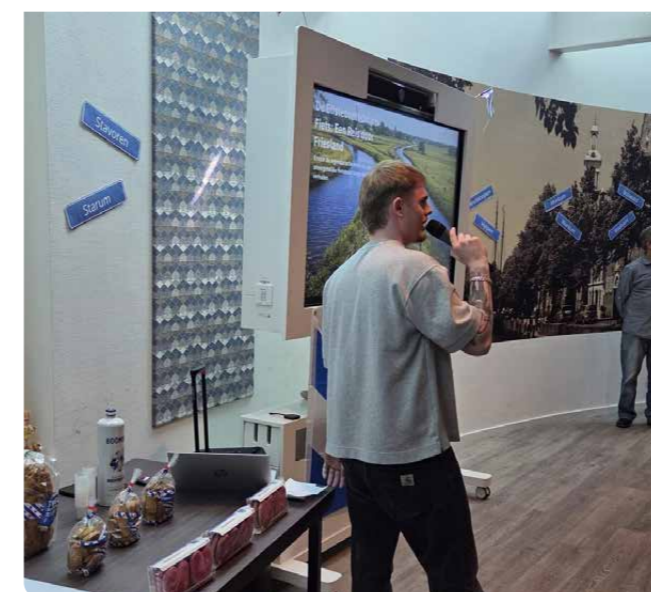
“Welkom iedereen bij de Friese Elfstedenfietstocht. Vandaag wanen wij ons in het echte Friese landschap, langs alle elf steden die wij per fiets zullen trotseren.”

Wanneer je aan Friesland denkt, denk je aan uitgestrekte landschappen zover het oog reikt. Maar iedere stad heeft ook haar eigen charme. Neem bijvoorbeeld Harlingen, een pittoresk stadje waar cultuur en geschiedenis overal zichtbaar zijn.

Hoewel het tegenwoordig misschien niet meer mogelijk is om de Elfstedentocht op natuurijs te rijden, bracht de presentatie de tocht toch weer even tot leven. Het gaf onze bewoners het gevoel echt onderweg te zijn door het Friese landschap.

Naast muziek, prachtige landschappen en karakteristieke steden staat Friesland natuurlijk ook bekend om de Fryske dumkes (koekjes), pompeblêden (de hartvormige bladen op de Friese vlag) en uiteraard Beerenburg (gedistilleerde drank).

Na iedere stad namen we even een korte pauze van het ‘fietsen’ om samen te genieten van muziek, iets lekkers en een typisch Friese borrel. Het werd een gezellige en nostalgische middag waarvan onze bewoners zichtbaar hebben genoten.





Liefde is...

... iedereen mag zichzelf zijn en we zijn er altijd voor elkaar

Dit verhaal gaat over een schoonmoeder en -dochter, een prachtig verhaal over een vriendschap, die inmiddels al 26 jaar standhoudt.

Johanna Peterbroers-Peters werd 86 jaar geleden geboren in Schiedam. Ze is de tweede in een gezin van tien kinderen. Het is een warm, zorgzaam en hartelijk gezin. Iedereen staat voor elkaar klaar en door hun liefde kunnen ze samen alles aan, ook de zorg voor twee gehandicapte kinderen.

Als Johanna veertien jaar is, stopt ze met school. Haar moeder is dan in verwachting van haar jongste zusje en er is een grote kans dat ze beiden kunnen overlijden. Dus de zorg voor het gezin komt dan op de schouders van

Johanna terecht. Gelukkig overleven ze het allebei. In de jaren erna ondersteunt ze haar moeder bij de zorg voor het gezin.

Rond haar 22ste krijgt ze verkeering met Piet. Wanneer ze twee jaar getrouwd zijn, komt haar gehandicapte zusje Gerda bij hen wonen. Johanna zorgt zestien jaar voor haar, tot ze op 40-jarige leeftijd overlijdt. Dit doet ze samen met Piet, die er helemaal achter staat. Iedereen vindt dit heel bijzonder, vooral omdat ze twee jonge kinderen hebben. Maar Johanna en Piet vinden het niet meer dan normaal. Gerda

hoort bij het gezin en ze genieten van de tijd met elkaar. Het toont wel aan, dat het tussen Johanna en Piet wel goed zit: zoiets op je nemen lukt alleen wanneer de liefde sterk genoeg is.

Mirna Peterbroers-Slots is, net als haar moeder, geboren in Honduras. Als ze vier jaar is, komt ze met haar moeder en Nederlandse vader wonen in Nederland. Ook zij groeit op in een liefdevol gezin, met nog twee jongere zusjes. Ze vernederlandst heel snel, en doorloopt de basisschool en het voortgezet onderwijs in Schiedam.

Ze kiest als vervolgopleiding Culturele Maatschappelijke Vorming aan de Hogeschool Rotterdam. Tijdens haar studie leert ze haar man kennen bij de korfbal. Na een paar afspraakjes krijgen ze verkeering. Ze zijn nu 26 jaar samen en hebben met elkaar zware stormen doorstaan. Hun band is hierdoor onverwoestbaar.

Door endometriose hebben Mirna en haar man helaas geen kinderen. Hun neefjes van elf en dertien jaar spelen een belangrijke rol in hun leven. Zij worden omringd door hun liefde en doen veel leuke dingen samen. Met haar schoonmoeder heeft Mirna vanaf de allereerste kennismaking een klik. Ze vindt haar plekje in dit liefdevolle gezin, schilt al bij het eerste bezoek de aardappelen mee, en heeft zich in die 26 jaar onmisbaar gemaakt.

Wanneer haar schoonvader na 56 jaar huwelijk ernstig ziek wordt in 2021, wordt zij mantelzorger. Ze

gaat mee naar alle ziekenhuisafspraken, regelt de zorg die hij nodig heeft en gaat tijdelijk met haar man bij haar schoonouders wonen. Hierdoor kan haar schoonvader de laatste weken van zijn leven in zijn eigen huis doorbrengen en thuis sterven. Een heftige periode, maar waar ze als gezin met grote dankbaarheid aan terugdenken, omdat ze de wens van hun dierbare hebben kunnen vervullen. Na zijn overlijden verhuist Johanna naar De Suite bij Harg-Spaland. Hier woont ze nu al vier jaar met veel plezier. Mirna is heel vaak bij haar schoonmoeder en gaat regelmatig met haar mee naar de activiteiten in Harg-Spaland.

Omdat Mirna door haar gezondheid nu niet werkt, maar wel iets wil betekenen voor anderen, besluit ze op een bepaald moment om vrijwilligster te worden bij het activiteitenteam. Op vaste dagen is ze nu te vinden aan de overkant in Harg-Spaland. Het contact met de bewoners en

het plezier dat ze samen hebben, geeft haar veel voldoening.

Schoonmoeder Johanna is ontzettend blij met Mirna en omgekeerd is dat net zo. Dat hoeft niet hardop uitgesproken te worden, dat merk je gewoon wanneer je hen beiden meemaakt. Zij hebben een speciale band. Ze zijn echt twee handen op één buik. Onlangs is er een slaapbank aangeschaft, omdat Mirna een à twee keer per week blijft slapen. Ze hebben dan een echte meidenavond. Hier genieten ze samen erg van.

Johanna kan altijd op Mirna rekenen en het woordje 'schoon' kun je wel schrappen, het is gewoon moeder en dochter, zo voelt het.

Kent u die mop over die schoonmoeder en die schoondochter, die in 26 jaar tijd een onbreekbare band hebben opgebouwd? Nou, dat is geen grap... ze bestaan echt!



Bingo!

Door Elly Kramer, redacteur
Beeld door Coen Meeder, redactiefotograaf

Het bingospel heeft een verrassend lange geschiedenis die teruggaat tot de 16e eeuw. Het ontstond waarschijnlijk in Italië rond 1530 onder de naam 'Lo Giuoco del Lotto d'Italia', een soort loterijspel waarbij nummers werden getrokken. Vanuit Italië verspreidde het spel zich naar Frankrijk in de 18e eeuw. Daar werd het populair bij de adel onder de naam 'Le Lotto'. Spelers gebruikten kaarten met nummers en markeerden de getrokken cijfers, al erg vergelijkbaar met het moderne bingo.

Later kwam het spel in Duitsland terecht, waar het zelfs werd gebruikt als educatief hulpmiddel om kinderen rekenen en spelling te leren.

Ontstaan van de naam

De moderne vorm van bingo ontstond in de Verenigde Staten begin 20e eeuw. Het spel heette daar eerst 'Beano', omdat spelers bonen ('beans') gebruikten om nummers af te dekken.

Volgens een bekend verhaal hoorde speelgoedverkoper Edwin S. Lowe tijdens een spel iemand per ongeluk "Bingo!" roepen in plaats van "Beano!" toen diegene won. Lowe vond dat een goede naam en bracht het spel daarna commercieel uit als Bingo.

Bingo in de regio

Bingo was vroeger een populaire activiteit in Schiedam en Vlaardingen, vaak georganiseerd door lokale verenigingen en gemeenschappen. Het bood een sociale gelegenheid voor bewoners om samen te komen en plezier te hebben.

Regels en voorwaarden

Er waren destijds specifieke regels voor het organiseren van bingo-activiteiten:

- **Locatie:** Bingo's mochten niet gehouden worden in horecabedrijven waar alcohol werd geschonken. Dit was om te voorkomen dat kansspelen en alcoholconsumptie samenkwamen.
- **Organisatie:** De organisatie moest minimaal drie jaar bestaan en een duidelijk doel hebben dat niet alleen het organiseren van kansspelen omvatte.
- **Prijzen:** De prijzen mochten niet hoger zijn dan € 400,- per ronde en maximaal € 1.550,- per bijeenkomst.
- **Melding:** Het was verplicht om de bingo minimaal twee weken van tevoren bij de gemeente te melden.

Sociale aspecten

Bingo's waren niet alleen een kans om prijzen te winnen, maar ook een manier voor mensen om elkaar te ontmoeten en deel te nemen aan de gemeenschap. Dit maakte het een geliefde activiteit in de steden.

Tegenwoordig zijn er nog steeds bingo-activiteiten, maar de regels en locaties zijn anders. De focus ligt nu meer op het creëren van een veilige en verantwoorde omgeving voor deelnemers.

Bingo vandaag

Bingo is enorm gegroeid in populariteit, met name in buurthuizen, verenigingen en kerken voor fondsenwerving, in verzorgingshuizen en verpleeghuizen, en tegenwoordig ook online. Het spel is nog steeds geliefd omdat het eenvoudig, sociaal en spannend is. Bingo is er vandaag de dag in diverse vormen. Niet alleen de traditionele bingo's met de balletjes en de cijfertjes, maar bijvoorbeeld ook in de vorm van muziekbingo's, waarbij het de bedoeling is dat je muziekfragmenten herkent en de titel daarvan aankruist op je bingokaart als die erop voorkomt. Ook wordt bingo soms gespeeld als onderdeel van een pubquiz.



Een bingomiddag in Vaartland

Een aantal jaren terug hadden we in Vaartland een grote bingomachine, die de balletjes met de nummers als het ware uitspuugde en erg veel herrie maakte. Dat maakte dat het lastig te verstaan was als er iemand bingo riep. Tegenwoordig hebben we een mooi elektronisch bingoapparaatje, dat de nummers voor iedereen zichtbaar toont. Maar de nummers worden uiteraard ook nog om beurten opgenoemd door de vrijwilligsters Marja en Bernadette, die beiden een fijne heldere stem hebben.

Tijdens de bingomiddag zijn er ook nog een vijftal vrijwilligers die assistente verlenen aan de tafels waar de bewoners zitten die hulp nodig hebben, zodat iedereen een gelijke kans heeft.

Ondanks het mooie weer waardoor veel mensen buiten op het terras van de zon genoten, waren er toch nog 65 deelnemers aan dit bingospel. Deze middag was het thema 'Planten', dus het zal niet verbazen dat dit dan ook de prijzen waren. Het waren prachtige planten in mooie potten en de prijs bij een volle bingokaart was een mooie orchidee in een fraaie pot. Het was een gezellige middag en je voelde de spanning stijgen. We weten allemaal hoe het is als je nog maar één of twee nummers nodig hebt op je plankje. Ook ik werd gegrepen door de spanning als ik bij een tafel stond waar er een bingo aanstaande was.



Iedere vierde zaterdagmiddag van de maand is er in Vaartland een bingomiddag. De bingomiddagen worden georganiseerd en geleid door Marja en Wil. Zij bepalen, gerelateerd aan de seizoenen, het thema van de middag, zoals verzorgingsproducten, of tasjes met advocaat, slagroom en andere lekkere dingen, of woondekens en kussens, maar natuurlijk ook kerstartikelen in december.

Als er meerdere bingowinnaars zijn wordt er gedobeld, waarbij degene die het hoogste cijfer gooit de prijs krijgt en de verliezer als troost dan wat lekkers uit het favoriete mandje mag uitkiezen.

De dames Marja en Wil gaan samen op pad om de prijzen in te kopen voor de bingomiddagen en maken daar ook nog eens een gezellige dag van.

De bingomiddag begint altijd om 14.30 uur. Er zijn vijf rondes waarin er telkens drie prijzen zijn te winnen. De bingoplankjes kosten € 2,50 voor vijf rondes. Na drie rondes is er een pauze om even iets te drinken en de spanning te laten vieren. En iedereen is welkom, zowel bewoners als familie of kennissen.

Het was weer een gezellige bingomiddag en dat allemaal door het spel 'Lo Giuoco del Lotto d'Italia', dat ooit in Italië begon.



Een bijzondere Pannenkoekendag

Door Kristy de Gier, dagbestedingscoach

Op Nationale Pannenkoekendag werden de bewoners van het Jacobs Gasthuis uitgenodigd bij basisschool 'de Wieken'. Een zeer leuke ervaring, waar naast pannenkoeken eten ook een leuke interactie ontstond. Zo werden we door de kinderen verrast met een dans en werd er voorgelezen door de kinderen aan de bewoners met een slecht gezichtsvermogen (visus).

Nationale Pannenkoekenlied

Pa pa pa pa pannenkoeken

We bakken pa pa pa pa pannenkoeken

Ik bak er een voor jou

Ik bak er een voor mij

Want iedereen, iedereen hoort erbij

Pa pa pa pa pannenkoeken

We bakken pa pa pa pa pannenkoeken

Ik bak er een voor jou

Het is voor jong en oud

Omdat iedereen iedereen

Van pa pa pannenkoeken houdt

deMENSie

door Dianca Schüssler



De titel van dit boek maakt me direct al nieuwsgierig: 'deMENSie'. Het boek is geschreven door Dianca Schüssler. Schüssler beschrijft in het boek haar zoektocht naar een harmonieuze omgang met haar vader die lijdt aan dementie.

De auteur schreef op haar website: 'De ziekte van mijn verwarde vader is een worsteling voor mij. Wat kan ik nog meer doen om zijn levensvreugde te vergroten? Doe ik het wel goed? Gaandeweg zijn ziekteproces verslind ik informatie van internet, lees boeken over dementie en ga te rade bij anderen die ook een naaste hebben, lijdend aan dementie. Terugkijkend besef ik dat ik fouten heb gemaakt. Het had mijn vader leed bespaard, als ik mijn geleerde lessen direct had kunnen toepassen.'

Daarom besloot Dianca alles wat ze over dementie had geleerd te verzamelen en op te schrijven, in de hoop dat andere mantelzorgers er iets mee kunnen. En zo verscheen in 2022 haar boek 'deMENSie'.

Maar Dianca bleef lessen leren in de omgang met haar vader. In 2024 besloot ze dan ook een tweede boek uit te brengen genaamd 'deMENSie 2'.

Een belangrijke les die Dianca heeft geleerd bij haar vader: spreek nooit tegen en beweeg mee. In het tweede boek is haar vader inmiddels opgenomen in een verzorgingshuis. Als Dianca op bezoek komt ziet ze dat haar vader vaak onrustig wordt omdat hij zijn vrouw niet kan vinden. De moeder van Dianca is al lange tijd overleden. Maar dat noemt ze niet. Ze heeft al geleerd dat haar vader daar steeds weer erg verdrietig van wordt als ze hem confronteert met de waarheid. Nu zegt zij: "Ze komt zo, wees maar gerust, ze houdt van jou." En dan ziet ze haar vader helemaal opvrolijken. Maar Dianca laat ook weten dat dit niet voor ieder mens met dementie de beste oplossing is. Zo vertelt ze over een berichtje dat ze had ontvangen van een lezer van haar eerste

boek. Hij beschrijft juist dat hij tegen zijn vader met dementie steeds weer zegt dat ze er niet meer is. Dan ziet hij dat zijn vader rouwt en is blij wanneer zijn vader zegt: "Ik ben blij dat je mij niet voor de gek houdt."

Het boek staat vol met mooie, vreemde, raadselachtige en gekke situaties die Dianca beleeft met haar vader en hoe ze daarmee omgaat. Het is een prettig leesbaar boek. Met situaties die iedereen kan meemaken die een dierbare heeft met dementie.

Dianca schrijft in haar nawoord hoe belangrijk het is om als familielid ook in het verzorgingshuis zorg te dragen voor, in dit geval, haar vader. Alleen zij weet dat het belangrijk is om de vogelvoederplaats bij zijn raam regelmatig te vullen met nieuwe zaaadjes om haar vader te laten genieten van de vogeltjes die erop afkomen. Dat zijn kleine zorgmomentjes waar de verzorging misschien geen erg in heeft; alleen de naasten weten dat het wel van groot belang is.

Haar boek eindigt met 25 pagina's aan tips die bij haar vader uitstekend werkten. Ze zijn ondergebracht in verschillende rubrieken: Situaties, Omgang, Mijn vader leren kennen, Samenwerken, Vermaak, Hulpmiddelen en tenslotte sluit ze af met een lijst met afkortingen die in de zorg zo gewoon zijn maar voor een buitenstaander een hele opgave om te begrijpen en te onthouden.

Zoekt u als mantelzorger naar tips en herkenning hoe om te gaan met een dierbare met dementie dan zou ik u dit boek zeker aanraden. Natuurlijk gewoon te koop bij uw plaatselijke boekwinkel of online.

ZorgkaartNederland in beeld

Door Esmée Grosjean-Kloosterman, coördinator kwaliteit Frankelandgroep

De Frankelandgroep krijgt regelmatig via ZorgkaartNederland.nl waarderingen binnen van bewoners, familieleden en cliënten uit de thuissituatie.

ZorgkaartNederland is de grootste ervaringssite voor de gezondheidszorg waar mensen hun ervaringen met de zorg met anderen kunnen delen. Belangstellenden kunnen zich, op basis van deze waarderingen, oriënteren op bijvoorbeeld een hulpverlener of zorginstelling en daarmee een keuze maken. We zijn blij met alle waarderingen en houden u graag per kwartaal op de hoogte van de 'cijfers'.

Waarderingen eerste kwartaal 2026

	Aantal waarderingen	Gemiddeld cijfer eerste kwartaal 2026	Gemiddeld cijfer (vanaf 2023)
Frankeland	4	9,5	8,7
Harg-Spaland	3	9,9	9,0
Jacobs Gasthuis	3	8,5	8,9
Schiewaegh	2	9,2	8,6
Vaartland	0	-	9,2
Thuiszorg Ouderen Frankelandgroep	1	10,0	9,2
Totaal	13	9,4	9,0



De drummer van de band

Door Kristy de Gier, dagbestedingscoach

De heer Sliker was vroeger drummer. "Een amateurdrummer," haast hij zich te zeggen. Voor zijn plezier zat hij in een bandje, onder meer met een saxofoon. Hij kan zich vaag herinneren toch ook wel eens te hebben opgetreden, maar verder was het gewoon leuk, onder elkaar.

Op donderdagochtend komt de heer Sliker wekelijks naar 'Mooi Jacobs Zingt', waar hij meezingt, maar ook mee trommelt, op een djembé. Hier geniet hij zichtbaar van, zoals u kunt zien op de foto's.

Duitse aardappelen smaken goed!

Mijn moeder vertelde nooit veel over haar jeugd in de oorlog, ze was meer het type 'opstaan en doorgaan'. Eén verhaal is me toch bijgebleven: dat vertelde ze dan ook met veel smaak.

Zij groeide op in Rupelmonde, een klein dorp in België. Ze was tien jaar, tweede in een gezin met vijf kinderen, toen de Tweede Wereldoorlog uitbrak. Haar vader was nooit goed hersteld van de aanslagen met mosterdgas in de Eerste Wereldoorlog, dus de voedselvoorziening in het arme gezin was lastig. De kinderen hielpen mee op het landje waar ze wat groenten verbouwden, maar veel werd in beslag genomen door de Duitsers.

Mijn moeders oudere zus concludeerde: "Dan gaan we het halen bij de Duitsers. Louisa, ga je mee?" Mijn moeder zei "ja" en in het donker liepen ze samen over het spoor richting de opslagplaats van de Duitsers. Die zaten daar te praten en te drinken na het avondeten. Ze slopen achter hen langs richting de loods,

glipten ongezien naar binnen en laadden hun schorten vol met aardappels, heerlijke grote aardappels!

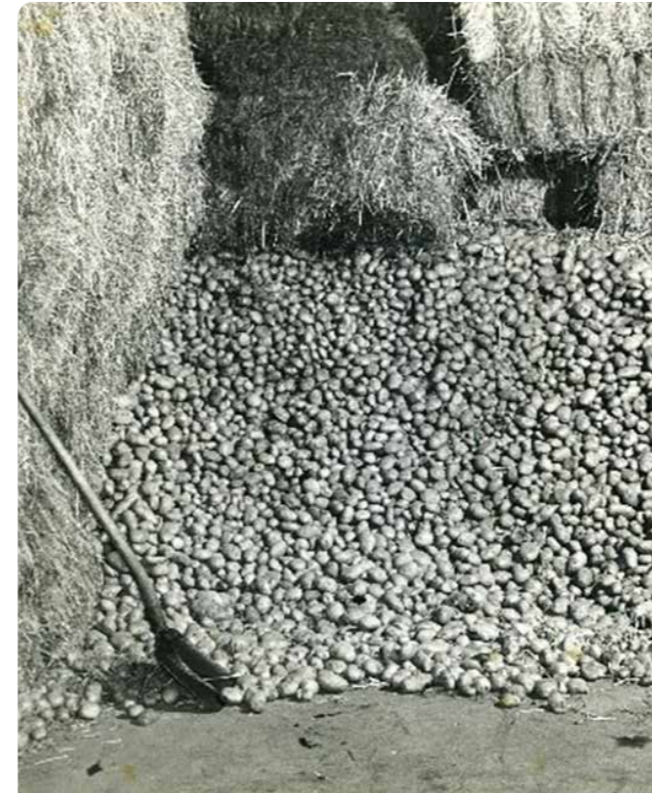
Een Duitser kwam binnenlopen om iets te pakken, ze hielden de adem in, schuilend achter een grote stapel. Toen hij weer naar buiten ging renden ze zo snel mogelijk weer richting het spoor en ontdekten tegelijkertijd een enorme stapel steenkool, vermoedelijk om de kachels in de kantoren naast de opslag te stoken. Struikelend renden ze over het spoor met volle schorten, die zo goed mogelijk bij elkaar houdend, af en toe ten koste van zo'n heerlijke aardappel.

Hijgend kwamen ze thuis en toonden fier hun buit aan hun ouders. "Zo, nu hebben we weer

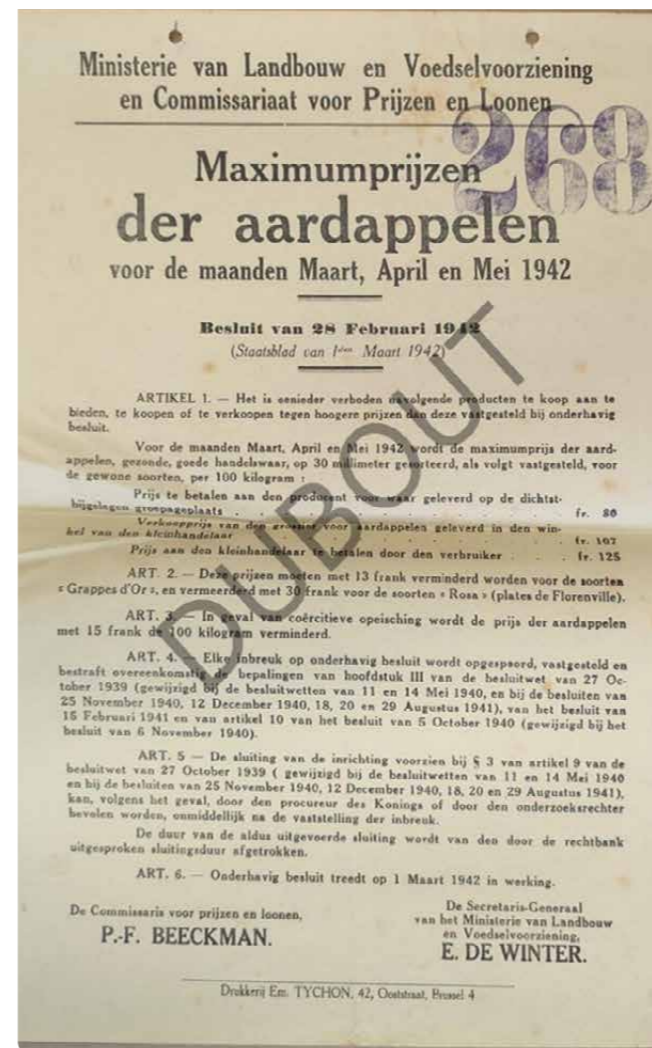
wat te eten," zeiden die. Geen: "Goed gedaan," of: "Dankjewel."

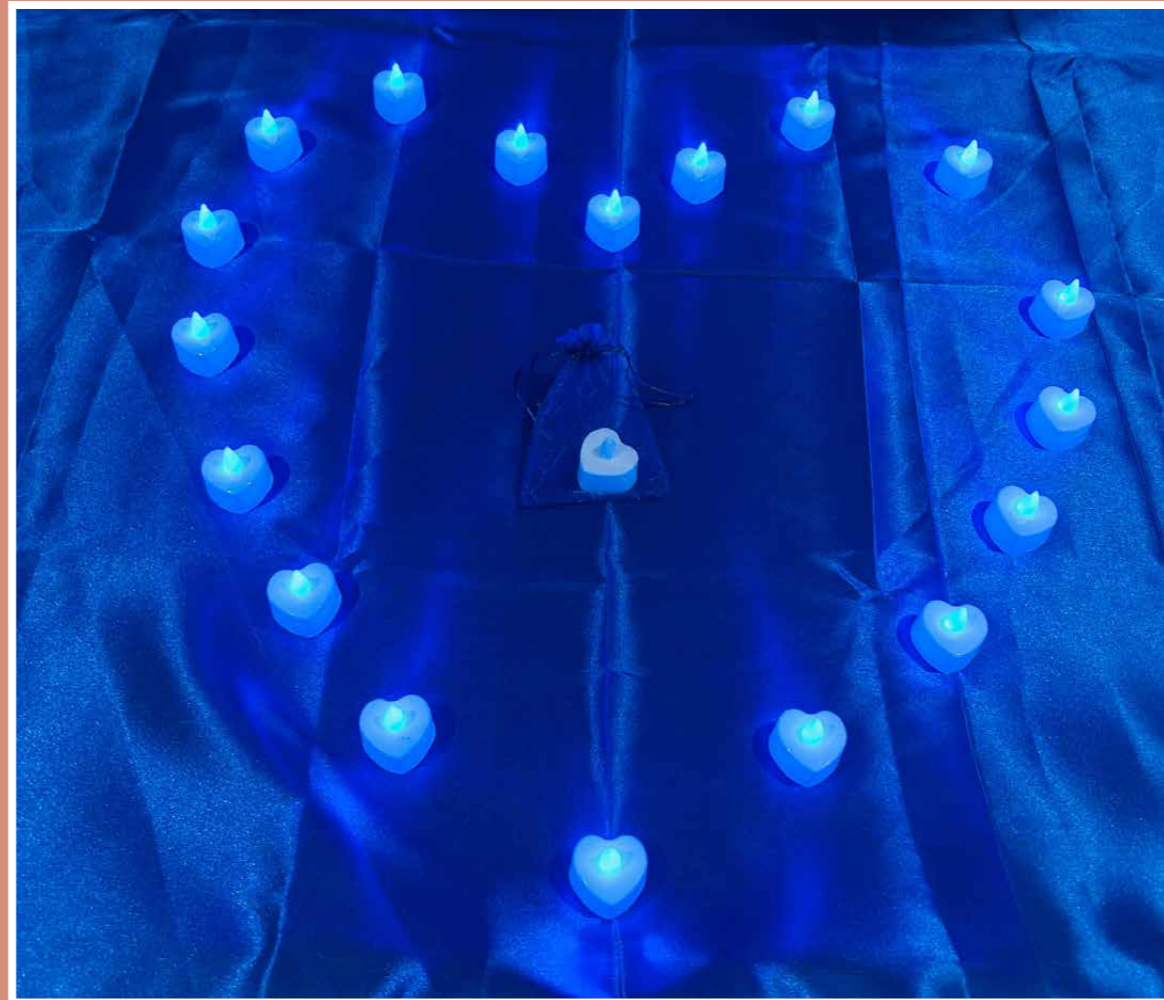
Twee dagen later gingen ze weer op pad, deze keer voor de steenkool. En weer gingen de schorten vol en renden ze voor hun leven. Een andere keer waren ze onderweg naar de loods en sprak een patrouillerende Duitse soldaat hen aan. Koelbloedig speelden ze de onschuldige kinderen en kregen nog een sinaasappel toe ook! De volgende winter gingen ze met een lege kinderwagen op stap. Drie keer raden wat daar in lag bij thuiskomst!

Ik vond de zussen erg dapper en stoutmoedig, mijn moeder kon er vooral erg om lachen en zag het als één groot en spannend avontuur. Zo kan geheugen dus ook werken.



... ze glipten ongezien naar binnen en laadden hun schorten vol met aardappels ...





Duizenden blauwe lichtjes

tijdens Wereld Parkinson Dag

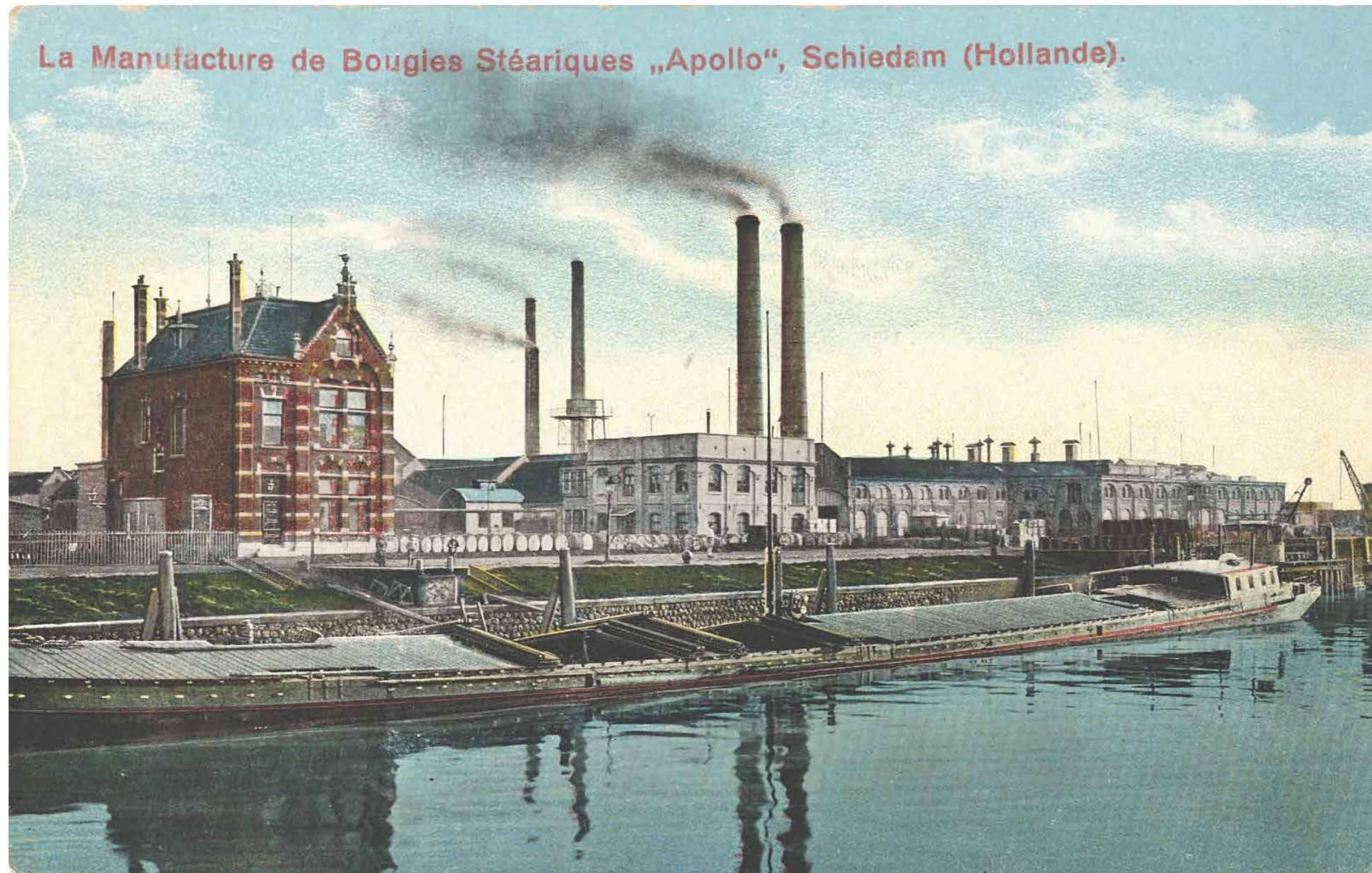
Door Ingrid Valkema,
medewerker dagbehandeling Parkinson

Omdat Wereld Parkinson Dag dit jaar in het teken van het blauwe licht stond, een krachtig symbool van hoop, verbinding en zichtbaarheid voor iedereen die leeft of te maken heeft met Parkinson of een Parkinsonisme, heeft de dagbehandeling Parkinson in de week voorafgaand aan Wereld Parkinson Dag de aankleding hierop aangepast: er waren onder meer blauwe lampions en blauwe lichtjes te zien.

Ook was neuroloog Jan Driesen uitgenodigd als spreker, dit was een langgekoesterde wens van de cliënten van de dagbehandeling Parkinson. Het was een mooi weerzien, wat leidde tot bijzondere gesprekken en een fijn samenzijn. Ook werd er een heerlijk menu met zelfgemaakte saté, frisse salade en patat geserveerd. Hier werd van genoten!

De hartvormige blauwe lichtjes kregen de cliënten mee naar huis om deze op 11 april, Wereld Parkinson Dag zelf, thuis voor het raam te laten branden.





De meisjes van de kaarsenfabriek

Kent u het liedje: 'Hilversum III' (drie, red.) van Herman van Veen? Daarin zingt hij dat vroeger overal gezongen werd: op straat, in de fabriek, op de markt. Ook in kaarsenfabriek Apollo aan de Voorhaven in Schiedam werd geregeld gezongen. En wel door een groot meisjeskoor. Er werkten aan het eind van de 19e eeuw ongeveer driehonderd vrouwen en meisjes in de kaarsenfabriek. Over hen gaat dit verhaal.

De stearine-kaarsenfabriek Apollo was in de tweede helft van de 19e eeuw het grootste bedrijf van Schiedam. Er werkten weliswaar meer mensen in de jeneverindustrie, maar dat waren allemaal relatief kleine bedrijven. In de Apollofabriek werkten in de hoogtijdagen rond de 500 mensen. Mannen en vrouwen, maar vooral veel meisjes en jongens. Het was de tijd dat de 'heren' op kantoor werkten en hoeden droegen, en

de "knechten" in de fabriek, en petten droegen. Fabrieken waren niet geautomatiseerd, iedere handeling moest met de hand gebeuren. Er was dus veel ongeschoold werk, zeker bij het ingewikkelde proces van kaarsen maken waren veel handen nodig. Grote sterke mannenhanden, snelle jongenshanden en secure, voorzichtige meisjeshanden.

Je had natuurlijk waskaarsen, maar die waren veel te duur voor dagelijks gebruik. Stearine was veel goedkoper. Dit werd gewonnen uit palmolie, dat uit West-Afrika kwam. Daar was destijds een levendige ruilhandel mee. De zwarte vaten met palmolie werden per schip aangevoerd en aan de kop van de Voorhaven, dus het latere Gusto-terrein, gelost. Pal voor de poort van de kaarsenfabriek.

Bij raffinage ontstaan er uit die palmolie twee bestanddelen, waarbij de stearine makkelijk smelt, in vormen is te gieten en goed brandbaar is. Uitstekend om kaarsen van te maken.

Maar, het raffineren van palmolie is een soort ruw proces met veel giftige gassen, zwaveldampen, dus het werk was zwaar, gevaarlijk en ongezond. Dat werd destijds niet belangrijk gevonden, het leek erbij te horen dat je in de fabriek niet oud werd. Het werk werd meestal door mannen gedaan.

Na verschillende keren destilleren kwam er uit dit proces een heldere vloeistof die makkelijk te gieten was en snel weer stolde. En nu komen de meisjes en vrouwen om de hoek kijken. Het kaarsvet werd in mallen gegoten, waarin een draad hing, de pit. Dit vereiste nauwkeurigheid, maar het werk moest ook niet te langzaam gebeuren. De meisjes die dit werk deden werden per goedgekeurde kaars betaald.

De vele vervolgstapjes in het afwerken en verpakken van de kaarsen was lopende bandwerk en hier werd een schamel weekloon betaald. En dit door meisjes vanaf twaalf jaar. Ja, dat leest u goed: zo van de lagere school de fabriek in. Mocht dat? Ja, want het beroemde Kinderwetje van Van Houten, dat in 1874 werd aangenomen, verbood kinderarbeid tót twaalf jaar. Daarna moesten de meisjes dus de fabriek in en als ze zestien, zeventien jaar waren gingen ze als dienstmeisje bij rijke Schiedamse families werken.

Het werk was zwaar, de dagen waren lang en het werd ook slecht betaald, bovendien op stukloon. De opzichters waren hardvochtige mannen en vrouwen die met snauwen en dreigen de wind eronder hielden. Het waren taferelen die in Engeland Charles Dickens hadden geïnspireerd. Opzichter Ingelse spande de kroon.

Een Zeeuw, die in 1869 met zijn vrouw en twaalf kinderen naar Schiedam verhuisde. Toen er arbeidsonrust uitbrak, een jaar later, ging het dreigement dat hij binnen de kortste keren tachtig werkwillige Zeeuwen zou laten komen en dat de oproerkraaiers zonder pardon ontslagen zouden worden. Iedereen was bang voor die man.

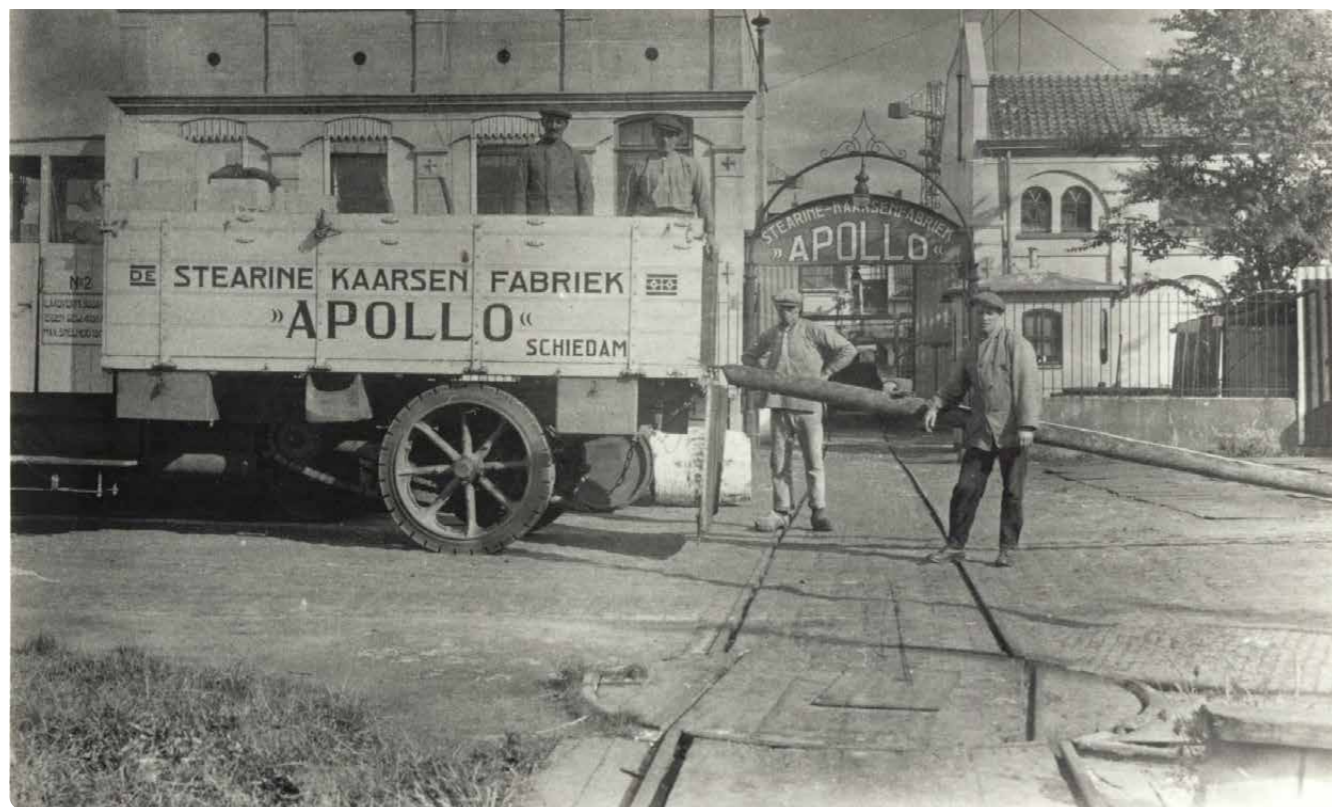


Over hoe het er in de kaarsen-fabriek aan toeging weten we uit een editie van de Katholieke Illustratie uit 1881. Daarin wordt heel uitgebreid verteld hoe het proces van kaarsenmaken in elkaar stak, maar met geen woord werd er gerept over de arbeids-omstandigheden, behalve dat er: ‘...een uitstekende geest onder het personeel’ heerste. Ik vermoed dat iedereen voorafgaand aan het bezoek van de journalisten te horen heeft gekregen dat er vooral geglimlacht en gezongen moest worden. Inderdaad, hoe ongezond of gevaarlijk het werk was, daar hadden de heren op kantoor geen problemen mee.

Het was dus een hard bestaan voor de meisjes in de kaarsen-fabriek. Maar ook de oudere

werknemers werden afge-beuld. En er was nog iets. De arbeiders moesten voedsel en kleding kopen bij enkele gese-lecteerde winkels. Dit ging via een couponsysteem. De kosten werden via afbetaling van het loon ingehouden. Deze verplichte winkelnering was een schimmig systeem waarbij alleen de fabriek en de winkelier voordeel hadden; de producten waren te duur, en van slechte kwaliteit.

Maar, de 19e eeuw was ook de tijd van veranderingen in de verhou-dingen tussen werknemers aan de ene kant en werkgevers aan de andere. De Internationale klonk, de eerste vakbonden werden opgericht en de eerste stakingen vonden plaats. Ook politici, zoals de eerdergenoemde Samuel van



Houten, begonnen in te zien dat het harde werken, de lange uren en het lage loon zo niet verder konden. De ‘sociale kwestie’ kwam steeds nadrukkelijker op de agenda.

Dit leidde ook voor de kaarsen-fabriek tot roerige tijden. Bij een eerste staking, in 1896, deden slechts enkele arbeiders mee. Ondanks dat de fabriek haar aandeelhouders een dividend van 35% had gegeven kregen de arbeiders er niets bij. De eerste vakbond werd ook in 1896 opgericht, de Nieuwe Neder-landse Bootwerkers Bond trok door de Schiedamse straten en probeerde brandersknechten en

andere arbeiders aan te zetten tot staking. De stakenden van de Apollofabriek richtten een eigen onderafdeling van de nieuwe vakbond op: de Nederlandse Vereniging van Fabrieksarbeiders. De geest was uit de fles, heren directeurs, probeer hem er maar weer eens in te krijgen!

Maar nu, de dames, de meiden in hun met kaarsvet doordrenkte witte schorten die nog minder verdienden dan de mannen en wekenlang alleen op zondag daglicht zagen. Met hen werd bij de onderhandelingen totaal geen rekening gehouden. Het grootste deel van de driehonderd vrouwen



en meisjes legde het werk neer en ging de straat op. De eerste vrouwenstaking voor gelijke behandeling was een feit. In Schiedam, aan de Voorhaven. Uniek voor Nederland, dit was nog nooit gebeurd. Hun eisen waren simpel, minstens 20% loonsverhoging, dan heb je het



over bedragen van 40 tot 60 centen per week. Ook wilden zij op een werkdag van 7.00 uur 's morgens tot 19.00 uur 's avonds twee keer een half uur en één keer een uur pauze. Veel schoten zij er niet mee op, na enkele dagen willigde de directie een klein deel van hun eisen in, maar de ongelijke betaling en behandeling bleef. De vrouwen gingen weer aan het werk. Pas een halve eeuw later zouden vrouwen weer staken voor gelijke lonen.



Na de Eerste Wereldoorlog ging het snel bergafwaarts met de kaarsenfabriek. Een fusie met de kaarsenfabriek in Gouda kwam tot stand. Een klein deel van het Schiedamse personeel kon meeverhuizen, de meeste arbeiders werden simpelweg ontslagen. De grote fabriekshallen en het nog door architect Sanders ontworpen kantoor werden door de scheepswerf Gusto gesloopt om plaats te maken voor de scheepsbouw.

Het hoekje van de grote Gusto-werf waar ooit de kaarsenfabriek stond werd door de arbeiders nog heel lang het 'Apolloterrein' genoemd.

Bronnen

- De foto's bij dit artikel zijn geplaatst met toestemming van de beeldbank van het Gemeentearchief Schiedam



Een kanjer voor een kanjer

Door Kristy de Gier, dagbestedingscoach

Op 6 mei kwam de actie 'Sop en Soep' naar het Jacobs Gasthuis toe, met dank aan de organisatie DOCK Schiedam. Er kwamen maar liefst 28 enthousiaste kinderen naar de binnentuin om alle rollators en rolstoelen te soppen. Tijdens het soppen konden de bewoners een kopje soep krijgen.

Onwijs enthousiast werden de rollators schoongemaakt. Tijdens het schoonmaken werd door de kinderen druk overlegd. Kortom; een gezellig drukke ochtend in de binnentuin enerzijds en de bewoners blij met een schone rollator anderzijds.

Voor alle schoonmakende kanjers was er natuurlijk een bedankje... Een 'kanjer' voor een kanjer!

Over DOCK

DOCK zorgt voor verbinding in de grote steden van Nederland. Zij doen mensenwerk in een wereld die steeds complexer wordt. Dat doen ze altijd op basis van vertrouwen en positiviteit. Samen met hun sterke netwerk dragen zij bij aan een samenleving die vitaler, veerkrachtiger en gelukkiger is.



Frankeland

Shantykoor Stuurloos

Zaterdag 11 juli om 14.30 uur in brasserie Lidwien

Onder begeleiding van de scheepskapel met daarin accordeonisten, een slagwerker, een grote trom en een gitarist zingt dit koor shanty-liederen en seasons.

De 2 V's

Zondag 9 augustus om 14.30 uur in brasserie Lidwien

Zij zetten met gemak kleine en grote feestzalen op hun kop.

Harg-Spaland

Johnny Valentino

Woensdag 8 juli 14.00 uur in Bras22 (bij mooi weer in de tuin)

Gezelligheid en een feestje bouwen staan voorop bij Johnny en hij is makkelijk op elk feest in te passen. Zijn repertoire bestaat uit Hollandse meezingers en Engelse meestampers.

Zomers optreden Mrs. C.

Woensdag 19 augustus 14.00 uur in Bras22

Mrs. C. (Christine Windmeijer) is een ervaren tenorsaxofonist en zangeres. Zij combineert haar warme saxofoonluid met haar unieke diep donkere stem.

De Vlaardingse Smarties

Woensdag 16 september 14.00 uur in Bras22

Dit koor brengt dat Nederlandstalige liedjes van vroeger en nu ten gehore.

Vaartland

Cherish

Zaterdag 11 juli om 14.30 uur in de Grote Vaart

Allround zangeres Cherish weet hoe ze iedereen op de dansvloer krijgt met haar talentvolle stem.

Peter Dons

Woensdag 5 augustus 14.30 tot 16.00 uur in de Grote Vaart

Door zijn jarenlange ervaring als leadzanger bij de band 'De Rainbows' en de band 'Moustache' op bruiloften en partijen, kun je stellen dat Peter menig feestje tot een succes weet te brengen.

Shanty- en Folkkoor 't Kraaiennest

Zaterdag 12 September 14.30 tot 16.00 uur in de Grote Vaart

Shanty- en folkkoor 't Kraaiennest bestaat uit ongeveer 40 leden en treedt regelmatig op bij verzorgingshuizen, braderieën, bedrijfsfeesten, festivals, maritieme en andere evenementen in Nederland en daarbuiten.

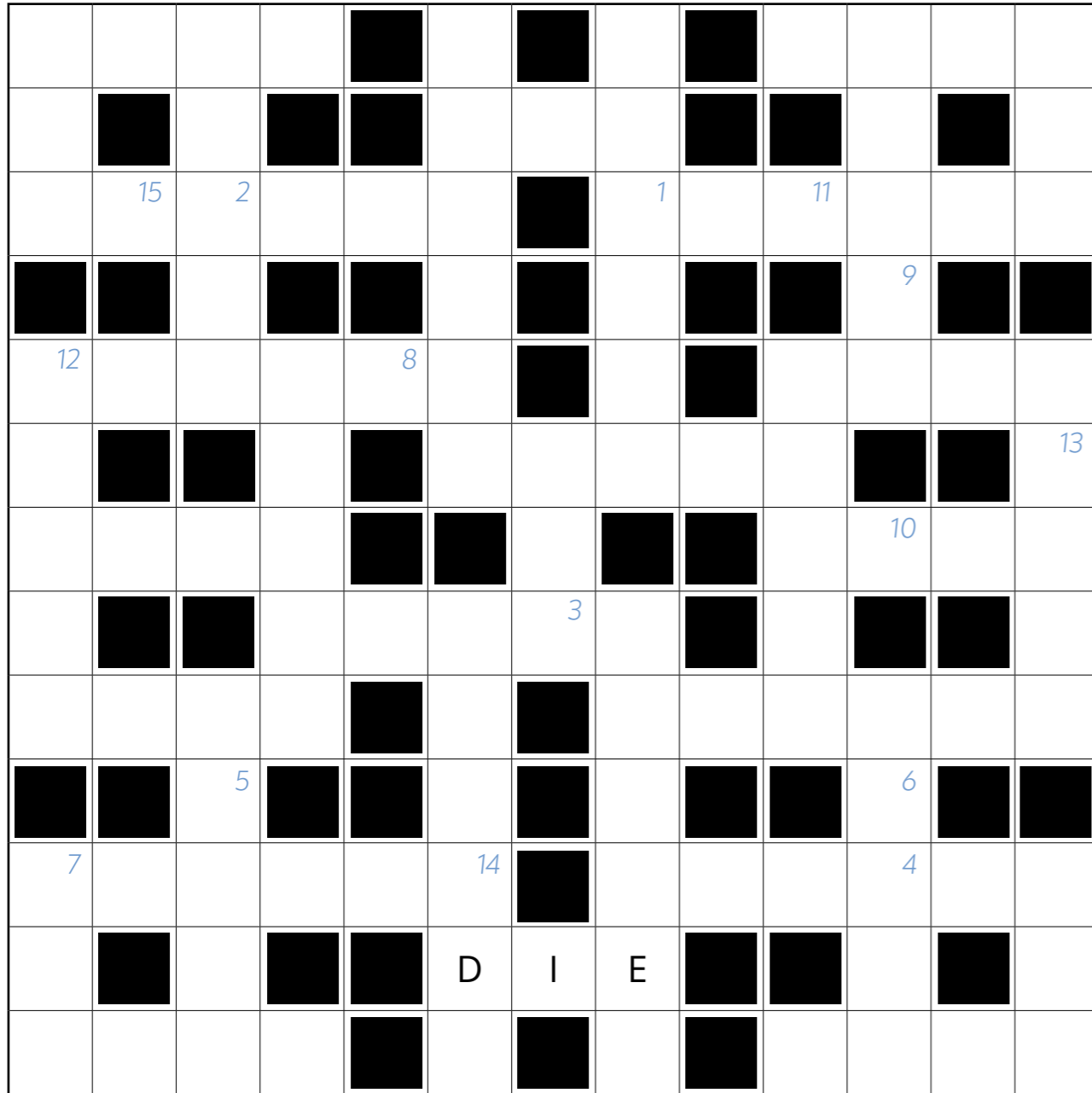


Vaartland

Wie Dick Kattestaart**Wanneer** Tot 15 juli 2026**Wat** Fotografie

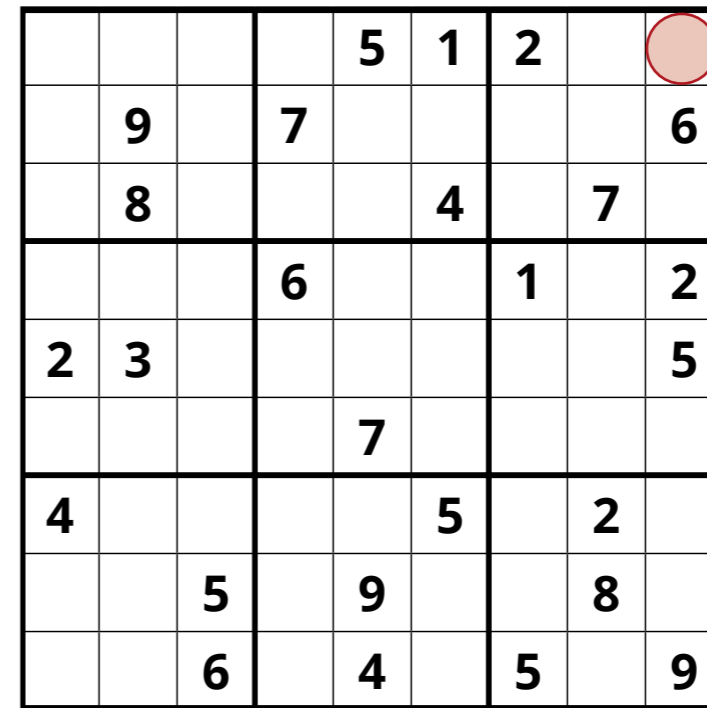
In de vitrine

Wie Marianne van Heerde-Schram**Wanneer** Tot 15 juli 2026**Wat** Keramiek



- | | | | |
|----------------|----------|----------|----------|
| 3 | 4 | 5 | 6 |
| AIR | KERF | AGAVE | AFKEER |
| BOS | KERK | EDELE | AFWEER |
| DIE | KIST | ELFDE | AGENDA |
| ESP | POST | FIETS | BOFFEN |
| KEA | ROES | FITIS | ERGENS |
| SOK | SOES | KAPER | FORENS |
| TOF | TAPE | KATER | KOFFER |
| | TYPE | SLEUF | RWANDA |
| | | TARRA | STAART |
| | | TERRA | WOLAAP |

- | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|



Winnaars van de puzzels uit de vorige editie

Oplissing puzzel: boekomslog | Oplissing Sudoku: 7

Frankeland / Jacobs Gasthuis

Puzzel: Mevrouw M. Holmgren, Schiedam
Sudoku: De heer S. van Gerwen, Schiedam

Harg-Spaland

Puzzel: Familie Vlugman, Schiedam
Sudoku: De heer/mevrouw S. van de Salm, Schiedam

Schiewaegh

Puzzel: De heer/mevrouw F. Jungschlager, Schiedam
Sudoku: De heer/mevrouw T. de Visser, Schiedam

Vaartland

Puzzel: Mevrouw M. v.d. Knaap, Vlaardingen
Sudoku: Huiskamer De Kombuis, Vlaardingen

Van harte gefeliciteerd! Wint u in Harg-Spaland, Schiewaegh of Vaartland, dan ligt er bij de receptie een waardebon van € 15,- voor u klaar. Winnaars in Frankeland/Jacobs Gasthuis krijgen de waardebon thuisgestuurd.

U kunt de oplossing(en) tot uiterlijk maandag 24 augustus 2026 inleveren bij de receptie van uw locatie of mailen naar fgn.redactie@frankelandgroep.nl. Onder de goede inzenders van één of beide puzzels worden waardebonnen van € 15,- verloot.

Naam

Adres

Postcode en woonplaats

Sudoku Puzzel

Colofon

Jaargang 17, nummer 2 - 2026
Oplage 2.350 stuks

Frankelandgroep Nieuws is een uitgave voor bewoners en cliënten van Frankeland, Harg-Spaland, Jacobs Gasthuis, Schiewaegh, Vaartland en Thuiszorg Ouderen Frankelandgroep.

Frankelandgroep Nieuws verschijnt vier keer per jaar. De volgende editie verschijnt op 25 september 2026.

Hoofdredacteur Astrid Boonstoppel
Redactieleden Denise Beeckmans, Annelies van Breukelen, Cees van Giezen, Carien Kemink, Elly Kramer, Coen Meeder (fotograaf), Jacqueline van der Pijl en Janneke Warmolts. Met dank aan allen die aan deze editie hebben meegewerkt.

Vormgeving DTPat - Patrick Mostert
Coverfoto Coen Meeder

Redactieadres

Frankelandgroep Nieuws
Sint Liduinastraat 10
3117 CS Schiedam
☎ 010 - 426 49 25
✉ fgn.redactie@frankelandgroep.nl

Inleveren van kopij

Kopij voor de volgende editie kan worden gemaild of worden ingeleverd bij het secretariaat van Frankeland, t.a.v. redactie Frankelandgroep Nieuws. Dit kan vanaf nu al, maar de uiterlijke inleverdatum is **maandag 24 augustus 2026**. Kopij die na deze datum wordt ingeleverd, kan niet meer worden geplaatst.

De redactie behoudt zich het recht voor inzendingen te weigeren, te redigeren of in te korten.



www.frankelandgroep.nl