

Nieuwsbrief April/ Mei 2022

Voorwoord

Vind U ook dat de tijd zo snel gaat?

Na een mooie maand Maart, en de April maand met sneeuw, hagel en regenbuien. Mogen we hopen op een mooie zomer, met mooi weer zodat we er op uit kunnen gaan. Iedereen op zijn eigen manier. Wandelen , fietsen of op een andere manier. Laten we hopen zonder Corona wat er toch nog steeds is. En met wat er verder in de wereld gebeurt alles door kan gaan.

Vergeet U vooral niet op te geven voor ons uitstapje.

Verder in deze brief leest U er nog wel meer over.

Op 3 September is er dan weer een bijeenkomst bij de Lindeboom.

8 Oktober is er de LO in Vianen. Dat is ook een dag waar iedereen altijd erg naar uitkijkt. Dit heeft door Corona twee jaar niet door kunnen gaan.

Dus gaan we er met ons allen weer mooie dagen van maken.

Wat mij persoonlijk betreft wil ik laten weten, dat ik per 1-1 2023 stop met het bestuurswerk. Na 23 jaar is het dacht ik een keer mooi geweest.

Al die jaren heb ik het met veel plezier gedaan.

Mensen laat van U horen en kom het bestuur versterken.

Dini Velderman

Oproep voor nieuwe bestuursleden.

Op de laatste bestuursvergadering heeft onze waarnemend voorzitter Dini Velderman te kennen gegeven dat ze per 1 januari 2023 als bestuurslid ermee gaat stoppen. Daarom een dringende oproep aan u allen. Wie komt ons bestuur versterken M/V zodat we weer met een voltallig bestuur door kunnen gaan.

We vergaderen ongeveer vijf maal per jaar en doen dit veelal bij de secretaris thuis. Alle kosten: Reis/benzine worden vergoed. Ook een partner of familielid kan zich opgeven als bestuurslid.

Dus mensen stel ons niet teleur en kom ons helpen.



Verslag District bijeenkomst van 5 maart 2022.

Ondanks de povere vooruitzichten ontstond er via laatste moment aanmeldingen toch nog een goed gevulde zaal. Dini Velderman heette iedereen welkom en memoreerde de coronatijd en het overlijden van ons gewaardeerde lid Willy Pisano op 5 februari jl.. Hierna werd even een minuut stilte in acht genomen.

Ze vond het jammer dat de nieuwe leden hierbij nog niet aanwezig zijn en stelt ons nieuwe bestuurslid Nancy Braam voor. In de afgelopen nieuwsbrief heeft u hierover al wat kunnen lezen en we zullen haar de komende tijd ongetwijfeld beter leren kennen.

De kascommissie heeft de financiën goedgekeurd en die zijn naar Utrecht gestuurd. Er is begrip we ook daar goedkeuring aan gehecht en men heeft het eerste deel van de subsidie inmiddels al overgemaakt.

Waarna het tijd voor de voorstelling over hoedjes is:

Willemien weet van de hoed en de rand en zal ons hier alles over vertellen.

Willemien dankt voor de uitnodiging om hier te komen en deelt mapjes uit van de liedjesteksten, die nog komen gaan. De hoed, zo gaat ze verder, staat voor onze manier van denken, vandaar de hoedenpraat.

Een ieder daagt als het ware een hoed en zo beeldt ze met behulp van diverse hoeden (o.a. kabouter, kip, sluier, mallemolen etc.) uit welk type mens hun ware aard eigenlijk verbloemt en zichzelf daardoor feitelijk te kort doet. Als je de sluier wegneemt zou je je droom kunnen volgen.

Men moet de voorstelling meegemaakt hebben om te doorzien wat echt bedoeld wordt. Waar nodig hebben de

aanwezigen uit volle borst meegezongen en wellicht te snel was het alweer tijd voor de maaltijd.

Dini bedankte onder het overreiken van een attentie Willemien en haar team voor deze wonderlijke morgen.

In de pauze voor aanvang van de lunch werden er zoals gebruikelijk uiteraard weer lootjes verkocht, waarna er eerst lekker gesmikkeld werd.

Voor zover door ondergetekende beoordeeld kon worden vielen er bij iedere tafel wel één of meerdere prijzen.

Dini dankte allen voor hun aanwezigheid en sloot af met de mededeling over het reisje (nu 15 juni 2022), waarna eenieder huiswaarts ging.



Nieuwe Puzzel.

Niet te moeilijk denken

1. Wat wordt natter, naarmate het droogt? **Een handdoek**
2. Wat gaat omhoog als de regen naar beneden komt? **Een paraplu**
3. Kan een man trouwen met de zus van zijn weduwe? **Nee, want als zijn vrouw weduwe is, is hij dood.**
4. Sommige maanden hebben 30 dagen, sommige 31. Hoeveel maanden hebben er 28? **Alle maanden hebben er minimaal 28**
5. Een boer heeft 17 schapen. Er gaan er 9 dood. Hoeveel heeft hij er dan nog? **Nog steeds 17, waarvan 9 dode.**
6. Wat behoort jou toe, maar gebruikt iemand anders vaker? **Je naam**
7. Wat gaat de wereld rond, maar blijft in een hoek? **Een postzegel.**
8. Geef me lucht en ik leef, geef me water en ik sterf, wat ben ik? **Vuur**
9. Wat kan lopen maar niet wandelen? **Een neus.**
10. Een man woont in een rode bungalow, met rode meubelen, rode tapijten en rode gordijnen. Welke kleur heeft de trap? **In een bungalow zijn geen trappen.**

Hieronder alleen de antwoorden van de vorige puzzel.

- | | | | |
|-------------------|-------------------|----------------|--------------------|
| 1. = postbode | 11. = snoep | 21. = stro | 31. = olifant |
| 2. = piano | 12. = feest | 22. = kabouter | 32. = gsm |
| 3. = visboer | 13. = graf | 23. = gokken | 33. = pretpark |
| 4. = boek | 14. = mes | 24. = druif . | 34. = body-builder |
| 5. = zonnebril | 15. = ster | 25. = stoel | 35. = strand |
| 6. = rekenmachine | 16. = kous | 26. = panda | 36.= kaartspel |
| 7. = fiets | 17. = saxofoon | 27. = schaken | 37. = strip |
| 8. = telefoon | 18. = energie | 28. = berg | 38. = woestijn |
| 9. = radio | 19. = dobbelsteen | 29. = inktvis | 39. = erfenis |
| 10.= geld | 20. = hond | 30. = haar | 40. = krant |

In de volgende nieuwsbrief komen de antwoorden te staan en dan ook weer een nieuwe puzzel.

Als u eerder wilt weten wat de antwoorden zijn klik dan na 26 februari op de volgende link

<https://pvhh.nl/informatie/organisatie/districten/deventer/>

Vriendelijke groet,

Uw bestuur van het district Deventer PVHH

Cyanirus semiargus

Mieneke keek door het raam. Het was vandaag al weer zo'n mooie zonnige zomerdag. De kerkklok sloeg vier keer. Weet je wat? Ze ging aan de zijkant van haar huis op de groene bank zitten. De dagelijkse karweitjes waren af. Ze nam het ervan. Het zou haar goed doen de zonnestralen op haar huid te voelen. Ze hoefde ze zich op dit moment nog niet bezig te houden met het klaarmaken van de warme maaltijd. Dinand kwam donderdags toch vaak wat later thuis van kantoor.

De lucht was strakblauw. 'Prentbriefkaartenweer', zou moeder gezegd hebben. Maar het was nu al weer bijna een jaar geleden, dat moeder was gestorven. Wat ging de tijd toch snel! Vorig jaar waren ze begin juni nog samen op stap geweest naar Scheveningen. In de auto hadden ze tweestemmig gezongen. Op de heenreis: 'We gaan naar Zandvoort al aan de zee'. En op de terugweg: 'We gaan nog niet naar huis, nog lange niet...' Altijd maakten ze samen plezier. Die dag hadden ze aan het strand de broekspijpen opgerold en net als kleine kinderen met blote voeten door zand en zeewater gebanjerd. 's Avonds bij thuiskomst haalde moeder twee plastic tassen vol schelpen te voorschijn. Die 'bloemen van de zee' had ze 'geplukt' aan de vloedlijn. Daar ging ze binnenkort een krans van maken.

Nog geen week later -de schelpenkrans in wording lag op tafel in de achterkamer- was moeder 'uut de tied ekommen'. Zo had ze dat zelf altijd genoemd als er iemand was overleden. Ze was afkomstig uit Twente en enkele karakteristieke uitdrukkingen waren haar levenslang dierbaar gebleven.

De jonge huisarts zei: "Mevrouw is in haar slaap ingeslapen". Drieëntachtig was ze geworden. Een mooie leeftijd. De laatste maanden had ze zich af en toe wat hongerig gevoeld, maar ze was nooit echt ziek geweest. Nee, wat dat betreft was er geen reden tot klagen, maar het speet Mieneke verschrikkelijk dat ze geen afscheid van moeder had kunnen nemen.

Dinand zei: "Gelukkig zijn jullie samen nog een dagje uit geweest. Beschouw die dag dan als afscheid van je moeder". Mieneke wist dat haar man gelijk had, maar toch.... Ach, nu moest ze niet gaan tobben. Daar veranderde de situatie niet door.

Kijk, daar op de paarse bloemen was de vlinder met die blauwe vleugels weer neergestreken. Die had ze daar gisteren ook al gezien. Zou 't dezelfde zijn?

Ze had 't gisteravond nog opgezocht in 't boekje dat ze een paar jaar geleden op haar verjaardag cadeau kreeg. Ze dacht dat het een klaverblauwtje was.

Dat soort kwam in juni en juli veel voor op de zandgronden. Vooral op plaatsen waar veel bloemen bloeiden. Jammer genoeg was de mooie Latijnse naam haar al weer ontschoten.

Toen Mieneke opstond en voorzichtig naar de struik liep om de vlinder wat beter te bekijken, bleef het beestje tot haar verwondering doodstil zitten. Niet geschrokken, maar meer alsof 't zeggen wilde: 'Ik kén je wel! Van jóu heb ik niets te vrezen'.



Och, kijk nou toch eens. Wat een tere blauwe vleugeltjes. Ze waren nog fijner geweven als de duurste Zwitserse kant en 't leek wel alsof óver het blauw heel voorzichtig nog wat bruin poeder was geblazen. En dan die smalle witte en zwarte randjes. Zou daar een dun penseeltje voor gebruikt zijn?

Als je rustig de tijd nam om alles eens goed te bekijken, was de natuur één groot wonder!

Toen ze weer op de bank was gaan zitten, begonnen haar ogen langzamerhand dicht te vallen. Hè, wat was die warme zon aangenaam. Zo voelde ze zich een ánder mens.

Kijk nou toch, moeder kwam eraan. Ze droeg haar blauwe jurk met daarop zo hier en daar een boeketje vrolijke zomerbloemen. Het was haar feestjurk! Moeder ging naast haar zitten en vroeg, zoals ze altijd deed: "Hoe gaat 't met je, meisje van me? Gaat ie goed vandaag?" Die woorden had ze al bijna een jaar niet meer gehoord! Het was alsof er iets in haar lossprong. Ze huilde. De tranen liepen over haar wangen, maar ze merkte er zelf amper iets van. "Mam ik mis je verschrikkelijk! Ik wou dat alles nog zo was als vorig jaar rond deze tijd. Ach mam, we hebben het nooit zo duidelijk uitgesproken. We waren niet gewend om over onze gevoelens te praten. Maar nu, nu je hier onverwachts naast me zit, nu zeg ik het: "Ik hou van je!" Moeder keek haar liefdevol aan. Om haar mond lag een warme, wijze glimlach. "Meisje van me, dat jij me zo mist, komt omdat we zo bijzonder op elkaar gesteld waren. Maar zo langzamerhand wordt het tijd dat je me moet laten gaan. En al ben ik niet meer bij je, zo lang jij leeft, leef ik met je mee!" Zonder veel te zeggen, zaten ze nog een poosje bij elkaar. Beiden wisten ze dat het zo goed was.

Mieneke opende haar ogen. Verwonderd keek ze om zich heen. Het duurde even voor ze weer tot zichzelf kwam. Moeder zat niet meer naast haar en het klaverblauwtje fladderde weg. Steeds hoger en hoger.

"Cyanirus semiargus", als vanzelf vlogen de vreemde klanken over haar lippen. Cyanirus semiargus? Dat was de Latijnse naam! Nu wist ze het weer. Zachtjes sprak ze de woorden een paar maal uit. "Cyanirus semiargus", het klonk haar in de oren als engelenzang! Met de ogen halfdicht geknepen tegen de felle zon keek Mieneke het vlindertje na, totdat het blauw van de vleugels versmolt met het blauw van de lucht.... "Het ga je goed", prevelde ze binnensmonds. Toen stond ze op en liep naar binnen. De torenklok sloeg vijf keer. Het werd zoetjesaan tijd om aardappels te schillen.

Willemien Grobben



Ons jaarlijks dagje uit.

Zoals gebruikelijk gaan we weer een dagje uit. Het bestuur heeft weer in samenwerking met de bus maatschappij de Betuwe Express een reis geboekt.

Deze dag is op 15 juni.

Vanuit uw Schalkhaar rijden we naar Persingen waar u in restaurant De Thornsche Molen koffie met gebak krijgt aangeboden. Aansluitend stapt u over op de zonnetrein. Deze trein rijdt op zonne-energie, dus een heel milieuvriendelijk vervoersmiddel.

Fluisterstil door de Ooijpolder met de zonnetrein, je hoort de vogels fluiten, koeien loeien en de gids vertelt over dit unieke stukje natuur langs de Waal bij Nijmegen met terpen, oude kerkjes, kleiputten en oude steenfabrieken.

In een geweldig boeiende rondrit van ca. 1 uur met gids valt u van de ene verbazing in de andere, wat een mooi gebied en wat een schitterende vergezichten. Beek Ubbergen lijkt door zijn hoogteverschillen wel of je in het buitenland bent.

Na deze geweldige rondrit door de polder is het tijd voor de Molenlunch.



Daarna rijden we met de touringcar richting Kleef (Kleve) alwaar we de gelegenheid hebben om te winkelen of een terrasje te pikken..



En dan is het alweer tijd om de terugweg te aanvaarden en rijden we richting Schalkhaar via een toeristische route.



Daar staat ons een koud en warm buffet te wachten.

Na het eten kan men weer hopelijk voldaan naar huis gaan.

Zoals altijd vragen wij voor deze geheel verzorgde dag een kleine bijdrage en wel **€ 25 per persoon** voor leden en partners/introduce.

Het verschuldigde bedrag gaarne overmaken op bank nummer.
NL69 RABO 0322 3350 51 t.n.v. Patiënten Vereniging Hoofd Hals Deventer

Dus:

Datum reisje is 15 juni

Vertrektijd Schalkhaar 9.00 uur

Aankomst Schalkhaar voor eten ongeveer 17.30 uur.

Neem voor de zekerheid een ID kaart of paspoort mee.

Opgave voor 22 Mei aan:

Joke Bakker-Stok

Het Bijltje 21
7413 RM DEVENTER
☎ Tel. 0570 628032
✉ E-mail: jocoba2008@live.nl

Dini Velderman

Mulderserf 25
7391 PJ TWELLO
☎ Tel. 0571 275677
✉ E-mail: dini.velderman@gmail.com

Fietshelm-Hoofdzaak.

Het is weer voorjaar en menigeen pakt weer de fiets om er met familie of vrienden er op uit te trekken. Velen van ons hebben tijdens de corona niet veel meer gefietst. Als je nu met mooi weer over landswegen rijdt dan is het wel heel erg druk geworden op de fietspaden. Ook de nieuwste fietsen de zogenaamde Speed Pedelec fiets is zeer in opkomst. Met deze fiets rijdt men wel 40 Km per uur.

Bij een ongeluk zoals vallen, komen vaak botbreuken voor, maar dat niet alleen. Ook hoofdletsel komt relatief veel voor. Als men dan bv. bloedverduunners gebruikt kan zo'n ongeluk leiden tot een bloeding in het hoofd.

Als men nog nooit op een E-Bike heeft gefietst ga dan eerst op een rustige plek even oefenen. Vooral het op en afstappen, want hierdoor ontstaan de kleine valpartijen met soms ernstige gevolgen..

Het aantal mensen van 65 jaar en ouder die een fietsongeval oplopen is zeer hoog in 2020 waren er 149 fietsongelukken met dodelijke afloop.

Wanneer is een fietshelm verplicht?

Nog steeds is de helmplicht een heikel punt. Veel artsen zijn voorstander, maar veel fietsers willen er niet aan. Neuroloog Marcel Aries wijst erop dat er vorig jaar zes e-bikers binnen kwamen met ernstig hersenletsel. Zij hadden allemaal geen helm op.

Hoewel je zelf kan kiezen of je een helm draagt op je stadsfiets, is de fietshelm verplicht op de snelle E-bikes- de zogeheten [Speed Pedelects](#). De helmplicht bestaat niet voor racefietsen en mountainbikes, maar de norm is hier tegenwoordig gelukkig wel dat men er een op heeft. Fietshelmen worden door vele grote namen geproduceerd en voldoen aan de Europese veiligheidsnorm voor fietshelmen.

Koop nooit een tweedehandse helm want je kunt vaak niet zien of deze al een ongeluk heeft gehad en dan is de veiligheid niet meer gegarandeerd.

Daarom tot slot: rij nooit harder dan 20 Km /uur en draag een fietshelm.

We wensen u allen een mooi zomer toe met veel veilige fietskilometers.



ADRESSEN BESTUUR District Deventer:

Voorzitter:	Dini Velderman, tijdelijk voorzitter Mulderserf 25 7391 PJ TWELLO ■ Tel. 0571 275677 ✉ E-mail: dini.velderman@gmail.com
Secretaris/ Penningmeester:	Joke Bakker-Stok Het Bijltje 21 7413 RM DEVENTER ☎ Tel. 0570 628032 ✉ E-mail: jocoba2008@live.nl
Bankrekeningnummer:	NL69 RABO 0322 3350 51 t.n.v. Patiënten Vereniging Hoofd Hals Deventer
Bestuursleden:	Coen Bakker Het Bijltje 21 7413 RM Deventer ■ Tel. 0638748002 ✉ E-mail: jocoba2008@live.nl
Bestuursleden:	Nancy Braam, Beugelskamp 7 7414CR Deventer ■ Tel. 06-28891796 ✉ E-mail: n_braamroos@hotmail.com
Locatie Districtsbijeenkomst:	Restaurant De Lindeboom Lindeboomweg 1a 7433 BH SCHALKHAAR
Huisbezoeker	Jan Mom Kanaalstraat 286 7311 MV Apeldoorn ■ Tel. 06-53570684 ✉ E-mail: j.mom@planet.nl

Activiteiten van het District Deventer:

- Het bezoeken van patiënten, zowel vóór als na de operatie
- Huisbezoeken
- Informatie verstrekken aan hoofd- hals kanker patiënten waaronder stemband lozen
- Organiseren van lotgenotencontact d.m.v. districtsbijeenkomsten

Voor meer informatie over het District Deventer en de data van de districtsbijeenkomsten kunt u kijken op onze website www.pvvh.nl of www.facebook.com/Hoofdhals/

Het verdient de aanbeveling uw hulpmiddelen te bestellen bij de 2^e Stemwinkel. De verdiensten van de 2^e Stemwinkel komen ten goede aan de vereniging Hoofd Hals. De 2^e Stemwinkel levert alle in Nederland voorgeschreven hulpmiddelen voor tracheotomie. Dit kan ook via telefoon 030-2321483, e-mail info@2estemwinkel.nl of via de website

Voor vragen kunt u ook terecht bij het infocentrum van Hoofd-Hals

Vredenburg 24, 4^e etage

3500 AA UTRECHT

Tel. 030-2321483

E Mail info@pvvh.nl