



# Informatie mei 2021

## Nieuwe website Stichting Welzijn Ouderen Dongen.

Op de achtergrond is er keihard gewerkt aan een nieuwe website voor SWOD. Deze website laat in één oogopslag zien wat we voor de senioren in onze gemeente kunnen betekenen. De website is voor de bezoekers hierdoor een stuk makkelijker in gebruik en de verschillende afdelingen zijn rechtstreeks per email te benaderen. Op deze manier kunnen we de Dongense senioren ook buiten onze openingstijden online van dienst zijn.

We zijn trots op het resultaat en wij hopen dat de website u een goed beeld geeft van onze dienstverlening. Mocht u vragen en/of opmerkingen hebben dan horen wij dit graag van u. Nieuwsgierig geworden? Kijk snel op [www.swodongen.nl](http://www.swodongen.nl) en laat ons weten wat u ervan vindt!

## Zomeractiviteiten 2021



Normaal gesproken wordt in deze periode het boekje van de zomeractiviteiten op diverse locaties afgegeven en verspreidt met het boekje van de KBO. Net als afgelopen jaar is dat helaas nu niet het geval. Toch hebben we goede hoop u mooie aangepaste activiteiten te kunnen bieden in augustus.

De werkgroep is wel aan de slag gegaan om u een alternatief zomerprogramma te kunnen bieden deze zomerperiode. Zodra de status van het openingsplan van het rijk het toelaat zullen we u verder informeren en hopen we u weer te mogen ontmoeten.

## Complimenten

Al 15 maanden leven we in een andere tijd dan voorheen, wat ook invloed heeft op onze diensten en activiteiten. Dit vraagt extra energie van ons allen; de vrijwilligers, het vrijwillig bestuur en de medewerksters.

De medewerksters krijgen regelmatig complimenten voor deze extra inzet en we geven bij deze de complimenten graag door! Een hele dikke duim voor al onze vrijwilligers, samen staan we sterk.



## Het verhaal van Oma's schortje

Het voornaamste gebruik van Oma's schortje was, om haar jurk te beschermen, omdat ze er maar een paar had.

Maar ook omdat het makkelijker was, om een schortje te wassen in plaats van een jurk.

Ze gebruikte het schortje ook als pannennappen, om de pannen van de kachel of uit de oven te halen..

het diende ook om de tranen en vuile neus van de kinderen af te vegen..

En als ze de eieren uit het kippenhok ging halen, was het schortje ook heel handig, om de eieren te dragen.

Als er visite kwam konden haar verlegen kinderen onder haar schortje schuilen.

En als het koud was kon ze haar armen er indraaien en opwarmen.

Het was ook heel geschikt om de menige zweetdruppeltjes af te vegen, als ze gebukt stond over de kachel, met koken.

Hout voor de kachel werd ook in het schortje binnen gebracht.

Uit de tuin droeg ze allerlei soorten groente naar binnen, En als de erwten gedopt waren gingen de schillen in het schortje.

In de herfst werd het schortje gebruikt om de appels op te rapen, die onder de bomen lagen.

Als oma onverwachts visite aan zag komen, je stond er van te kijken, hoeveel meubeltjes dat ouwe schortje nog kon stoffen, in een paar seconden.

Als het eten klaar was, ging ze naar buiten en zwaaide met haar schortje, dan wist iedereen dat het tijd was om binnen te komen.

Het zal nog lang duren, voordat iemand uitgevonden heeft, wat voor zoveel doelen gebruikt kan worden, zoals het schortje!



**Voorkómen van dementie.**

**Hoe dan?**

**Online informatiebijeenkomsten  
over Gezond Ouder Worden**

### Voorkómen van dementie. Hoe dan?

Wist u dat een gezonde leefstijl het risico op dementie met ruim 30% kan verminderen? De meeste mensen weten dit nog niet. Tijdens deze online informatiebijeenkomst leggen wij uit wat dementie is en hoe u dementie kunt herkennen. We vertellen ook hoe u het risico op dementie kunt verkleinen. U hebt zelf meer invloed dan u denkt! We geven concrete tips en delen kennis en inspiratie om uw hersenen gezond te houden. Ook is er mogelijkheid om vragen te stellen.

Deze online informatiebijeenkomst is op woensdag 19 mei 19.00 – 20.00 uur.

Aanmelden kan gratis via <https://ggd-west-brabant.webinargeek.com/voorkomen-vandementie-hoe-dan>.

U krijgt na aanmelding een link zodat u live kunt meedoen. De informatiebijeenkomst is na afloop terug te kijken.

GGD West-Brabant en Avans Hogeschool organiseren samen met KBO Brabant drie online informatiebijeenkomsten voor inwoners over gezond ouder worden.

De volgende bijeenkomsten zijn op 2 en 16 juni.

