



Cordaan Thuisdiensten Courant

Nieuws van Cordaan Thuisdiensten

Nr. 4 | april 2021

Zelfs in quarantaine doet Carla nog aan thuishulp

Van de ene op de andere dag zat ze eind vorig jaar ineens een paar dagen thuis. In quarantaine, om een mogelijke coronabesmetting vóór te zijn. 'Ik was bij een groenteman waar ik in aanraking ben geweest met klanten die het een paar dagen later kregen', zegt thuishulp Carla Almer. 'Eén man heeft zelfs een paar dagen in het ziekenhuis gelegen. Ik ben gelukkig niet besmet geraakt.'

Ook tijdens die verplichte dagen in eigen huis zette Carla zich nog in voor haar klanten in Nieuw-West. 'Ik ben gaan bellen. Hoe het ging met de mensen, of ze wel iemand hadden voor de boodschappen. En of ze tevreden waren over de thuishulp van Cordaan Thuisdiensten. Dat was heel positief. Ik kreeg allemaal goede reacties.'

Carla is al 21 jaar thuishulp. Nu nog vier dagen in de week, 'maar ik word 63 en vanaf 1 juni ga ik nog maar één dag in de week werken en dan met pensioen.' Welverdiend pensioen. 'Op woensdag heb ik drie klanten. Dat is lang achter elkaar poetsen en stofzuigen. Dan is het wel zwaar.' De gezelligheid vergoedt veel. 'Ja, het is gezellig bij de



mensen thuis. Ik heb leuke klanten. Sommigen heb ik al tien jaar. En je bent vrij in je werk. Op kantoor heb ik ook nog een poosje gezeten. Maar dat is niks voor mij.'

Op de koffie bij Gerrie en Hennie van der Velden

'Nannie' is na een jaar al onmisbaar bij Gerrie en Hennie

Ze komt er pas een jaartje over de vloer. En toch kunnen Gerrie en Hennie van der Velden hun thuishulp Eva Kniesmeijer al niet meer missen. 'Ik heb haar zelfs een koosnaampje gegeven: Nannie', lacht Hennie.

De twee zijn echte Amsterdammers. Amsterdam-Noord is al twintig jaar hun thuis. Samen met chihuahua Skippy en vissen. 'We genieten van

de grote tuin. De burens zijn aardig en behulpzaam. Ze helpen met de boodschappen en gaan mee naar het ziekenhuis.'

Voor verveling is er geen plaats in het huisje, waar geen plekje onbenut is. Kleedjes haken is Hennie haar passie. 'En ik heb veel hobby's.'

(vervolg op pagina 3)

Column



Het voorjaar is weer begonnen. Af en toe een lekker zonnetje. Hier en daar al krokussen en narcissen. Maar op het moment van schrijven werken onze hulpen nog met mondkapjes, mag u nog steeds maar één bezoeker per dag ontvangen en werk ik nog steeds thuis. De

vooruitzichten lijken echter gunstig. Als het meezit, is aan het begin van de zomer iedereen die dat wil gevaccineerd. Dat geeft ons weer wat meer ruimte.

Ruimte om elkaar weer te bezoeken, ruimte om naar buiten gaan, misschien zelfs om elkaar weer eens een knuffel te geven!

Ondertussen kijken wij bij Cordaan Thuisdiensten wat we nog meer voor onze klanten kunnen betekenen. Zoekt u een maatje? Iemand om eens mee te kletsen of te wandelen? Iemand die een boodschapje met of voor u doet? Geef het aan bij uw hulp en hij of zij helpt u verder. Laten we samen nog even volhouden en het beste ervan maken.

Warme groet,
Peggy Smeets, Manager Cordaan Thuisdiensten

Tips

van Cordaan Thuisdiensten

Word digitaal handig met Lokaal & Sociaal

Lokaal & Sociaal brengt sinds 2015 boodschappen bij ouderen in Amsterdam. Ook bij klanten van Cordaan Thuisdiensten. Lokaal & Sociaal brengt de boodschappen aan huis, pakt ze uit en bergt alles netjes op. Ook is Lokaal & Sociaal een nieuwe service gestart: Amsterdamse ouderen begeleiden met het vergroten van hun digitale vaardigheden.

Bijvoorbeeld:

- Hoe gebruik ik een iPhone of een ander merk smartphone?
- Wat kan er allemaal met Whatsapp?
- E-mailen, hoe moet dat eigenlijk?
- Hoe gebruik ik internet?
- Hoe vind ik familie, vrienden en (oude) bekenden op Facebook?

Lokaal & Sociaal komt bij u thuis en maakt u geduldig wegwijs.

Duidelijke handleidingen helpen daarbij. Wilt u zich meteen aanmelden? Of heeft u nog vragen of het iets voor u is? Neem contact op via 0900 84 87 of info@lokaalsociaal.com.

lokaal & Sociaal



sociaal service centrum



Oma's Soep komt nu ook bij u thuis

Misschien heeft u Oma's Soep al eens in de supermarkt zien staan. Het is een sociale onderneming die ouderen en jongeren bij elkaar brengt: door samen heerlijke soep te koken. Op dit moment zijn de ouderwets gezellige kookdagen helaas niet mogelijk vanwege de coronamaatregelen. Om jong en oud alsnog te verbinden, organiseert Oma's Soep 'soep-

aan-huis-dagen'. Enthousiaste vrijwilligers komen bij u langs, met Oma's Soepjes, een verrassing en een praatje. Op veilige afstand natuurlijk.

Woont u binnen de ring van Amsterdam? En lijkt een wekelijks contactmoment met een van de vrijwilligers u leuk? Dan kunt u uzelf aanmelden bij Dirk van Oma's Soep: 06 12 08 98 88 of via de mail: dirkdemaar@omassoep.nl.

Kaarten, bingoën, darten, bowlen... maar het ligt allemaal stil. Corona', zucht Gerrie. Begin vorig jaar kwam Eva voor het eerst. 'In het begin heb ik veel opgeruimd. Meneer deed in het begin wat meer maar hij heeft last van zijn benen. Sinds de ogen van mevrouw zijn gelaserd kan zij nu meer zelf in huis doen. Ik ben trots op ze!'



Foto: Femke Vos

Eva helpt bij zes mensen. 'Ik vind het fijn dat ik onderling kan ruilen als het niet helemaal lekker loopt bij een klant. Dit is het enige koppel waar ik kom. Elke vrijdag, zodat het in het weekend lekker schoon is.'

Signaleringskaart

Het werk bevalt haar goed. 'Ik heb het getroffen met de mensen. Het is veel meer dan alleen maar schoonmaken. Ik houd ook een oogje in het zeil, met de signaleringskaart. Als ik zie dat het

nodig is kom ik in actie. In deze coronatijd bel ik ook vaker met mijn klanten. En ze mogen mij ook bellen als ze dat willen.' Hennie knikt. 'In de eerste coronaperiode fietste Nannie vaak met haar zoontje Jesse bij ons langs. Even zwaaien voor het raam!'

Medewerkers komen in een 'FLOW'

Bij Cordaan Thuisdiensten vinden we het belangrijk dat uw hulp plezier in het werk heeft. En het werk conform afspraak en naar uw tevredenheid uitvoert. Daarom spreken we elk jaar met onze medewerkers over hun werk bij Cordaan Thuisdiensten. Wat ze er leuk aan vinden. Waar ze trots op zijn. En waar ze zichzelf nog in willen verbeteren. Vroeger zouden we dat 'beoordelingsgesprekken' noemen. Dat vinden we echter een woord dat niet meer van deze tijd is. Daarom hebben we iets nieuws geïntroduceerd: FLOW-gesprekken. Het (Engelse) woord 'flow' kent u misschien. Het staat voor een toestand waarin je geluk ervaart. Een toestand waarin je positief en intensief met iets bezig bent. Elke letter van het woord FLOW heeft een betekenis: Fit zijn om je werk te kunnen doen, Leren (jezelf continu blijven ontwikkelen), Opbrengst (je doelen behalen) en Werkgeluk. Vier letters, die samen de bestanddelen zijn om je werk in een 'flow' te kunnen doen.

Oprechte aandacht

'Wat ik heel fijn vind aan de FLOW-gesprekken is dat het gaat om oprechte aandacht. Thuishulpen krijgen alle ruimte om te vertellen hoe het met ze gaat en hoe zij hun werk beleven', zegt Natasja van Dijk, die als regio coördinator in Noord gesprekken voerde. Die ervaring heeft ook coördinator Hayat Bouharrar, actief in Gein, Reigersbos en Holendrecht. 'Superleuk om te zien hoe enthousiast medewerkers over zichzelf en over hun werk kunnen praten. Ze vertellen veel en er komt veel meer naar boven. Zo kan ik ze beter begeleiden en coachen.'

Even voorstellen: Jouko Peters, evaluatie- en intakemedewerker



'Mijn naam is Jouko Peters, ik ben negentwintig jaar oud en ik woon inmiddels zo'n tien jaar met veel plezier in Amsterdam. Een half jaar geleden ben ik verhuisd naar het levendige Nieuw-West. Dat bevalt erg goed. Ik ben gek op muziek. Maandelijks maak ik twee uur radio voor een Engelse en een Georgische zender. Ik zoek graag naar vinyl in stoffige tweedehandszaken of op internet. Ook lees ik graag en ik ga regelmatig naar de film(huizen) met mijn Cineville-abonnement. Al is dat nu helaas niet mogelijk is vanwege dat stomme virus!'

'De afgelopen zes jaar werkte ik voor Cordaan Thuisdiensten als huishoudelijk hulp. Sinds een aantal weken werk ik op kantoor als evaluatie- en intakemedewerker. Dat is even wennen. Na jarenlang dagelijks over de vloer komen bij onze klanten, ben ik nu ineens achter de schermen bezig. Maar centraal blijft staan dat ik graag help. Het voelt goed om mijn steentje bij te dragen aan de maatschappelijke dienstverlening in onze stad. Mijn doel blijft hetzelfde: iedereen zo lang, veilig en aangenaam mogelijk zelfstandig thuis te laten wonen. Want oost west, thuis best.'

Aangenaam, de nieuwe leden van de regionale Klantenraad Amsterdam



Wim Janzen

'Ik ben 68 jaar en weduwnaar.

Ik heb een vriendin, een zoon en twee

kleinkinderen. Ik

maak sinds twee jaar gebruik van Cordaan Thuisdiensten. Ik heb veertig jaar in de financiële dienstverlening gewerkt en in de ondernemingsraad van de ING gezeten. Ook ben ik actief geweest in de Bondsraad, de vakbond van FNV Bondgenoten. Een brief attendeerde mij op de Klantenraad. Dit leek me wel wat. Ik wil graag een verbinding zijn tussen de klant en de organisatie.'

Nicky Baarveld

'Toen ik de oproep kreeg om lid te worden van de Klantenraad, heb ik geen moment gearzeld. Ik heb altijd een werkzaam leven gehad en geniet van de oude dag, ondanks wat gezondheidsproblemen. In deze coronatijd zou ik graag hulp willen bieden. Zelf ben ik daar niet meer toe in staat. Als lid van de Klantenraad kan ik toch nog iets betekenen voor mijn medemens. Ik heb zelf ook hulp nodig en ben dankbaar dat Cordaan Thuisdiensten me die geeft.'

Edith Plantier

'Ik ben zeventig jaar en ik woon al mijn hele leven in Amsterdam.

Ik ben veertig jaar werkzaam geweest als predikant, onder andere op Schiphol, in zieken- en verpleeghuizen, in het onderwijs en op de universiteit. Ik heb zeven boeken geschreven en ben nog altijd gastpredikant in kerkdiensten. Ik weet uit ervaring hoe belangrijk goede thuiszorg is. 27 jaar geleden ben ik geopereerd aan een nekhernia, mijn man werd ziek en hij is uiteindelijk overleden. Mijn huisarts vond het nodig dat ik huishoudelijke hulp kreeg via Cordaan Thuisdiensten.'



Tips voor een schoon en veilig huis

4 keer schoon met citroen!



Citroenen zijn niet alleen heerlijk in een sapje of in de pasta. Nee, ook in het huishouden is deze handige vrucht heel bruikbaar. Lees hier vier zure tips!

1. Ga gele oksels in een shirt te lijf

Heeft u gele vlekken bij de oksels in een licht gekleurd T-shirt of trui? Door met de helft van een doorgesneden citroen over de plek

te gaan, weekt u de vlek. Een goede beurt in de wasmachine en uw witte shirt is weer als nieuw.

2. Weg met kalk in de gootsteen

Last van kalkaanslag in de gootsteen of is de douchekop helemaal verkalkt? Wrijf dan voorzichtig met een halve citroen over de kalkaanslag, zodat ieder plekje ingesmeerd is. Laat dit een paar minuten intrekken en spoel vervolgens de kalk met heet water weg. U zult zien dat alles weer glimt en blinkt.

3. En schoon zijn die aangekoekte pannen!

Pers het sap uit een hele citroen en doe dit samen met een laagje

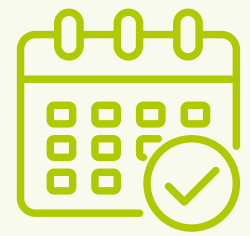
water in de aangekoekte pan. Zet de pan op het vuur en breng het water zachtjes aan de kook. De aangekoekte laag op de bodem van de pan verdwijnt als sneeuw voor de zon.

4. Vieze snijplank wordt weer als nieuw

In een snijplank blijven vaak etensresten achter. Wrijf met een citroen stevig over het oppervlak van de snijplank. Wrijf alles goed los met een nat schuursponsje. Even afspoelen onder de hete kraan en u kunt weer verantwoord eten snijden op de plank.

(van: leukegeit.nl)

Dagboek van thuishulp Kirsten



Ze doet soms haar werk met – live – pianomuziek op de achtergrond. En soms doet ze haar werk in stilte, als een klant zichtbaar verdriet heeft. Saai is het nooit, werken als thuishulp. Vraag het Kirsten. Zij hield vier dagen een dagboek bij.

Maandag

De maandag is begonnen; ik heb vandaag drie klanten waarvan twee invalklanten. Eén van de invalklanten is een negentigplusser. Meneer vraagt bij aankomst wie ik ben en wat ik kom doen. Ik leg hem rustig uit dat ik de hulp bij het huishouden van Cordaan Thuisdiensten ben. Daarna maak ik even een praatje met hem en – zeker niet onbelangrijk voor meneer – en ik begroet zijn hondje. Nu flink aan de slag, vooral het sanitair. Ongelukjes gebeuren nu eenmaal. Geen probleem. Het werken bij de meest kwetsbaren geeft mij voldoening.

Dinsdag

Voor ik met werken begin ga ik langs bij een vaste invalklant om haar een hart onder de riem te steken. Qua gezondheid gaat het momenteel niet zo goed. Mijn komst tovert een grote glimlach op haar gezicht. Vervolgens ga ik

op pad naar een vaste klant en een invaladres. Mevrouw van het laatste adres is net uit het ziekenhuis ontslagen. Ik ben blij dat ze weer naar huis mocht en dat ik haar nu kan helpen met het huishouden.

Woensdag

Vandaag ga ik lopend naar mijn drie klanten, ze wonen allemaal dichtbij. Mijn eerste klant zet een lekker muziekje op, mevrouw gaat afstoffen en ik doe het zwaardere werk. Mijn derde klant speelt piano terwijl ik aan het werk ben. Op de achtergrond hoor ik pianomuziek! Ik ga flink aan de slag. Na een



lange dag werken is mijn zoon thuis het avondeten aan het voorbereiden. Echt fijn om even niets meer te moeten en lekker te kunnen relaxen.

Donderdag

Sommige klanten praten graag over hun verdriet of verlies, anderen niet. Dat respecteer ik uiteraard. Mijn tweede klant maakt een moeilijke tijd door. Ik voel het verdriet en ga stilletjes aan het werk om meneer de rust en ruimte te geven die hij nodig heeft. Mijn derde klant gaat na vijftig jaar verhuizen. Dit valt hem niet makkelijk. Gelukkig is hij blij mij weer te zien en ik kan hem ook weer even aan het lachen maken. Met een voldaan gevoel ga ik naar huis. Iets betekenen voor mensen die je werk waarderen en je niet als schoonmaakster zien maakt dit werk zo mooi.

Kirsten

Nu krijgen onze thuishulpen zélf eens hulp!

De juiste kennis en vaardigheden zijn belangrijk voor onze thuishulpen om u goed te kunnen helpen. Ook vinden we het belangrijk dat zij het werk op een gezonde manier en met plezier doen. Daarom helpen we onze thuishulpen met een aanbod van e-learnings: interessante en leuke lessen die zij op internet kunnen volgen.

De thuishulpen hebben zelf de onderwerpen bepaald: gezond werken, observeren en signaleren en assertiviteit. Dingen waar ze in de dagelijkse praktijk tegenaan lopen en waar ze meer over willen weten. Ook organiseren we bijeenkomsten voor de hulpen. Nu nog online, maar zodra de situatie het weer toelaat met elkaar. In die bijeenkomsten gaan we wat dieper in op de stof die de hulpen krijgen in de e-learning.

Ideeën, wensen of complimenten over de krant?

Mail uw reactie naar CTC@Cordaanthuisdiensten.nl. Wij horen graag van u!



Foto: Femke Vos

Hoe is het met je?

Raoul Eldering, coördinator Nieuw-West

Wie had ooit kunnen bedenken dat we nu al een jaar in deze coronacrisis zitten en dat ons leven daardoor zo is veranderd? Sinds een jaar werk ik voornamelijk thuis. Ik mis de gezelligheid van mijn collega's. We hebben alleen telefonisch en via het beeldscherm contact met elkaar. Dat is soms best zwaar. Ik ben enorm trots dat we desondanks

ons mooie bedrijf toch draaiende kunnen houden. We kunnen nog altijd de hulp bieden die u nodig heeft. Ook ben ik erg trots op onze medewerkers, die gewoon hun werk bij u thuis blijven doen. In mijn rol als coördinator vind ik het fijn om ze daarbij te ondersteunen. Ik geef ze de aandacht die ze verdienen, ook al is het op afstand.

Verhalen van een thuishulp

Als thuishulp maak je nogal eens wat mee. Soms best moeilijke zaken, maar ook heel leuke en ontroerende dingen. En soms zelfs echte avonturen! Dit keer thuishulp Chantal Kossen aan het woord met een bijzondere herinnering.



'Ons werk is elke dag weer anders. Ook de klanten zijn natuurlijk anders, wat het werk leuk maakt. Sommige klanten blijven je altijd bij om de dingen die ze doen of zeggen. Zo ook een mevrouw waar ik elke week kwam, die dementerend was. Het was een schat van een vrouw. Elke week als ik aanbelde, deed ze open en zei: 'Ik zat net aan jou te denken en dan bel je aan!' Ik antwoordde

dan elke week weer dat we telepatie hadden.'

'Door haar dementie wisselde ze vaak van humeur. Dat ging van boos naar verdrietig. Ze had mij weleens verteld dat ze van dansen hield. Dus ik bedacht haar op te vrolijken door muziek op te zetten. En dat werkte! Ze danste en zong dan midden in de woonkamer. Ondertussen

deed ik mijn werk. Voortaan zette ik elke week muziek op en zongen we luidkeels 'het was aan de Costa del Sol'. Ik moest natuurlijk wel meezingen van haar! Helaas is ze twee jaar geleden overleden. Maar als ik het nummer 't Was Aan de Costa del Sol' van de Zangeres Zonder Naam hoor moet ik nog altijd aan haar denken.

Sociale monitoring: op afstand volgen hoe het met u gaat

Onze thuishulpen doen niet alleen het huishouden als ze bij u zijn. Ze letten er ook op of het wel goed met u gaat. Misschien wordt u vergeetachtiger zonder dat u er erg in heeft. Struikelt u vaker. Of staan er steeds meer spullen te beschimmelen in de koelkast. Gebeurt dat, dan kunnen we eventueel extra of andere hulp voor u inschakelen. Daarom zijn we kort geleden een nieuw project gestart: sociale monitoring. Het is een manier om uw situatie op afstand in de gaten te houden.

Daarvoor is het de bedoeling dat u elke twee weken een vragenlijst invult. Bijvoorbeeld op uw mobiele telefoon. Of op een tablet. Wij vergelijken de resultaten met de vorige keren. Zo zien we snel of het nog steeds goed met u gaat. Want niet altijd ziet een hulp dat ook. Dat kan komen doordat hulp en klant elkaar zo vaak zien dat een verandering niet opvalt. Het kan ook zijn dat een hulp een drempel ervaart om iets te signaleren, door de goede relatie van beiden. Via de app signaleren we het dan toch.

Tweede pilot

Eerder al hebben we – goede – ervaringen opgedaan met sociale monitoring. In een tweede pilot breiden we die ervaringen uit. Niet alleen bij bestaande klanten, ook bij toekomstige. Wie nu in Amsterdam thuishulp aanvraagt, moet daar soms wel een jaar op wachten. Maar iemand die op de wachtlijst staat, heeft eigenlijk nú al behoefte aan ondersteuning. Met sociale monitoring kunnen we ook die kwetsbare groep volgen, ook al krijgen ze nog geen hulp. We houden u op de hoogte!

Nieuws uit de regio's

Regio Oost Zuid en Oud-West Centrum

Herindeling regio's en wijken

De wijkindeling is aangepast. Voor u verandert er vrijwel niets. Hooguit heeft u een andere coördinator, teamondersteuner of evaluatiemedewerker. Regio Centrum is overgegaan naar Oud-West en regio Zuid valt nu in z'n geheel onder regio Oost Zuid.

De indeling is als volgt:

Regio Oost Zuid: regio-coördinator Tim Beckers en coördinator Femke Vos. Teamondersteuner Hanane Ait Abdellah Ouali, intake- en evaluatiemedewerkers Amanda Haages en Nommy Soplantila. Regio Oud-West Centrum: regio-coördinator Aukje Holsteijn (tot half juni waargenomen door Jorian Schol) en coördinatoren Aliejanne Benning en Jack Blok (ook tijdelijk tot half juni wanneer Aukje terug is). Teamondersteuner Frederike Salomons, intake- en evaluatiemedewerkers Astrid Bamberg en Francien Sterkeboer.

Regio Oud-West Centrum

Online teamoverleggen



Vanwege corona worden de teamoverleggen van de thuishulpen met hun coördinator en hun collega's online gevoerd. Ook de teams Bos en Lommer hebben online met elkaar overlegd. Iedereen vond het leuk om elkaar weer (online) te zien. Een nieuwe

collega zag haar collega's op deze manier voor het eerst!

Tip

Computer- en internethulp

Bent u het wachtwoord van uw e-mail vergeten? Lukt het niet een filmpje of foto via Whatsapp te versturen? Wilt u weten hoe u bestanden op uw computer opslaat? Of heeft u een andere vraag over uw computer, smartphone of tablet? Maak dan een afspraak met de computervrijwilliger van Dock. Deze helpt u in de Witte Boei of telefonisch verder. Elke woensdag kunt u een afspraak maken tussen 12.00 en 14.00 uur. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Magdalena: mchukum@dock.nl of 06 43 54 35 57.

Regio Nieuw West & Oud West

Geboren!

Op 6 februari geboren: Nina Lou! Een prachtige dochter van coördinatoren Aukje Holsteijn en Niels Lohschelder. Moeder en kind maken het goed, vader trouwens ook. Wij feliciteren de trotse ouders met dit mooie meisje en wensen het gezinnetje veel geluk.



Regio Oost Zuid

Tips

Algemene Hulpdienst



Buitenveldert

Buitenveldert

Samen boodschappen doen of een wandelingetje maken. Lichte klusjes in huis, kleine administratieve klusjes zoals post ordenen. Zomaar een bezoekje of een luisterend oor. De Algemene Hulpdienst Buitenveldert is ervoor, als u in Buitenveldert woont. De

vrijwilligers geven vooral praktische en eenvoudige hulp van korte duur. Ook als u langer ondersteuning nodig heeft kan dat. Voor aanvragen belt u op werkdagen van 9.30-12.30 uur naar 020 64 44 044. Of kijk op www.hulpdienstbuitenveldert.nl.

Oost

Binnenkort staan er op de Brink in Betondorp en aan de kop van de Bella Visastraat in het Amstelkwartier foodtrucks. Het zijn wagens of kramen die eten en drinken verkopen. De foodtrucks staan er tot en met 31 oktober van dit jaar. De staanplaatsen zorgen voor extra aanbod aan eten en drinken en maken de buurt ook wat levendiger. Het is een leuke – extra – ontmoetingsplek. (bron: gemeente Amsterdam)

Regio Noord

Tip

Noorderpark in Beweging

Wilt u meer wandelen? Misschien wel een stukje joggen? Of in ieder geval iets meer aan beweging doen? Het kan elke woensdagmiddag in het Noorderpark. In passende en gezellige groepjes gaat u coronaproof aan de wandel. Ook kunt u lichaams oefeningen doen. Een goede conditie is niet nodig, daar gaan we juist aan werken.

Wilt u meedoen? Neem dan contact op met Ankie op 06 51 31 16 66, Janine op 06 13 11 85 09 of Els op 06 10 36 82 98. Met nieuwe mensen spreken we altijd een punt af waar we elkaar ontmoeten. Dan is het de eerste keer wat minder spannend. Graag tot ziens!



GEZOND NOORD



Puzzel: win een cadeaubon van € 50!

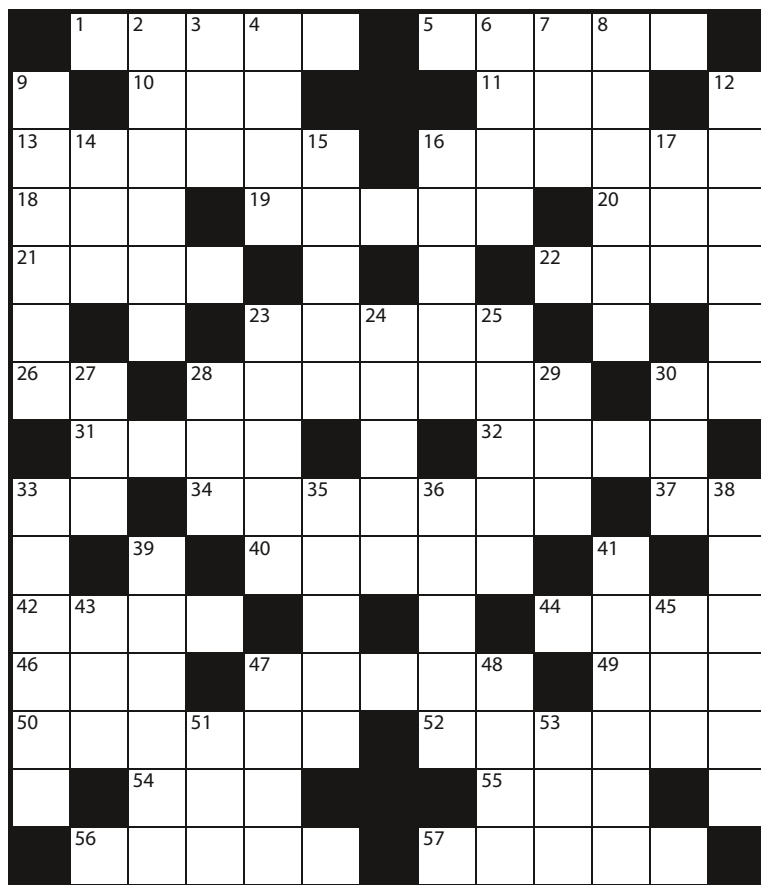
Weet u de oplossing van deze kruiswoordpuzzel? Mail 'm voor 15 mei naar CTC@Cordaanthuisdiensten.nl en wie weet wint u net als mevrouw De Vries een cadeaubon van € 50!

Horizontaal:

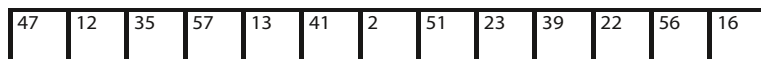
1 fier **5** financieel verlies **10** vragend vnv. **11** vleesgerecht **13** zelfzuchtig mens **16** sinds **18** waskuip **19** bloedverwant **20** volledig dronken **21** overal **22** echtgenote **23** aanbouw **26** muzieknoot **28** deel v.e. uitlaat **30** buislamp **31** Middeleeuwse munt **32** landsgebruik **33** pers. vnv. **34** hachelijk **37** bijwoord **40** soort appel **42** vette vloeistof **44** gier **46** onderricht **47** voorjaar **49** mannelijke hond **50** huidverzorgingsartikel **52** rookgerei **54** hok met gas **55** tochtje **56** gokspel **57** kweken.

Verticaal:

2 Grieks eiland **3** vrouwtjesschaap **4** proef **6** geurige drank **7** wiel **8** eiergerecht **9** geste **12** dag en nacht **14** bitter vocht **15** gewichtsaf trek **16** trottoir **17** spinsel **23** computertoets **24** gering **25** bloemvormig motief **27** pl. in Gelderland **28** vrouwelijk hoen **29** moment **30** afslagplaats bij golf **33** provinciehoofdstad **35** telwoord **36** kleurstof voor hout **38** tennisterm **39** eethuis **41** vechtsport **43** pausennaam **45** bijbelse vrouw **47** ontstekingskoord **48** Ierland **51** een weinig **53** kreet.



© www.puzzelpro.nl



GEFELICITEERD!

De oplossing van de puzzel uit de Cordaan Thuisdiensten Courant nr. 3 is: LEUKE PLANNETJES! Winnaar van de cadeaubon is mevrouw De Vries-Bruijns uit West met haar 'geheime wapen' Jane. Jane komt een paar keer per week bij mevrouw langs voor een spelletje, ommetje of een puzzel. Mevrouw doet het

denkwerk en Jane noteert de antwoorden. Een heel goed en gezellig team samen. Heeft mevrouw leuke plannetjes met de cadeaubon van € 50? 'Jazeker, ik ga er een nieuw paar pantoffels van kopen en een slagroomtaart omdat ik bijna jarig ben'.

Gefeliciteerd mevrouw De Vries!



Foto: Femke Vos

Colofon Cordaan Thuisdiensten Courant nr. 4, april 2021. De Cordaan Thuisdiensten Courant is een uitgave van Cordaan Thuisdiensten **Redactie:** Femke Vos, Martine Bruins Slot en Alexandra van der Loo, CTC@Cordaanthuisdiensten.nl **Eindredactie:** Jan Luyendijk **Vormgeving:** Vincent van Wasbeek **Druk:** Mediacenter Rotterdam, gedrukt op gerecycled papier. **Distributie:** wordt verzonden naar alle klanten van Cordaan Thuisdiensten.

