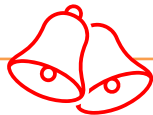




Het Odensehuis is open op:  
**dinsdag en donderdag**  
 (sinds oktober ook maandag)  
 Van 10.00 tot 15.00 uur

Lelsstraat 2, 2951 VE Alblasserdam    Telefoon: 06 - 815 900 66  
 E-mail: [coordinator@odensehuisalblasserdam.nl](mailto:coordinator@odensehuisalblasserdam.nl)



Beste lezers,

Op 9 november jl. was het groot feest: 🎉  
 Het Odensehuis Alblasserdam bestond 1 jaar!

We hebben groots uitgepakt met een BBQ en live muziek. Ook kregen we van de Lions een cheque uitgereikt van €1.000,- en we zijn de Lions daar erg dankbaar voor. 😊😊😊

We zijn sinds de opening hard gegroeid. Daarom zijn we sinds oktober een dag extra open gegaan en wel de maandag. We hebben op de maandag al een aantal vaste bezoekers. Het zijn actieve en gedreven bezoekers die onder andere vogelhuisjes maken en spelletjes doen.

De komende jaren verwachten we verder te groeien.

Mede doordat mensen met (beginnende) dementie of andere geheugenproblemen, hun mantelzorgers, geïnteresseerden en belangstellenden het Odensehuis steeds beter weten te vinden. Uit onderzoek is ook gebleken dat er in 2050 ongeveer 625.000 Nederlanders zullen zijn met dementie.

De gemeente Alblasserdam heeft ook voor 2024 de subsidie aan ons toegekend en hiermee kunnen we plannen maken voor het nieuwe jaar voor een dementievriendelijke samenleving in ons dorp.

Wij wensen iedereen fijne feestdagen en een voorspoedig 2024.

Hartelijke groet, 🎉🎉🎉

Cherilda van Son  
 Coördinator Odensehuis Alblasserdam

**WAARDECHEQUE**  
 t.w.v: € 1000,-  
 ten gunste van: Odensehuis Alblasserdam

Vind je het leuk om:

klussen

sjoelen

krant lezen

*Alles mag, niks moet*

rummikub

dammen

Of maak je liever een gezellig praatje en ben je graag onder de mensen? Alles is mogelijk bij Het Odensehuis. Alles mag, maar niks moet. Kom gezellig een bakje koffie doen en ervaar het zelf op de maandagen. Vanaf 10.00 uur staat de koffie klaar met wat lekkers erbij.

## Mantelzorger aan het woord: Wie niet waagt.....

We moesten wel een stevige drempel over om zo maar bij het Odensehuis binnen te stappen aan het begin van dit jaar. We waren al eens gaan kijken in een ander Odensehuis maar daar zat iedereen fanatiek te rummikuppen en Ineke is daar geen fan van. Ook het woord "beginnende" in de ondertitel van het Odensehuis hield ons tegen want Ineke mogen we rekenen tot de "gevorderden".

Ineke is bij wat oudere Alblasserdammers wel redelijk bekend daar ze 20 jaar op het gemeentehuis heeft gewerkt, voornamelijk op Bestuurssecretariaat en Voorlichting.

De ontvangst bij het Odensehuis was warm en gezellig en in korte tijd voelden wij er ons thuis. Het enthousiasme van de vele vrijwilligers en Cherilda is alles bepalend.

Vele verschillende activiteiten en de wil om iedere gelegenheid aan te grijpen om een feestje te bouwen laat de zon schijnen in onze toch wat droevige en steeds kleiner wordende wereld.

In de eerste maanden bleef ik er de hele dag bij, tot mij werd verteld: "zou jij niet eens wat voor jezelf gaan doen in de tijd dat Ineke hier is. Ze is in goede handen en wij zorgen dat alles goed komt". En dat in deze tijd!! Ook zijn onze 2 Spaanse geadopteerde straathonden welkom. Nu zijn ze rustig en niet zo opdringerig maar toch. Dobby is de meest nieuwsgierige en kijkt altijd of er nog iets te snaaien valt en houdt zo de vloer vrij van kruimels etc. Zepp met zijn 3 pootjes is veel introverter maar elke keer even op schoot bij Heidi is toch wel fijn (wederzijds).

Gedurende het jaar is het steeds drukker geworden (soms wel te druk). Gelukkig is er nu een extra dag en een extra multifunctionele ruimte die ook nog groter is dan het eerste lokaal.

We willen graag naast de vrijwilligers en Cherilda ook het bestuur bedanken voor het initiatief en de tijd en aandacht die ze in dit project hebben gestoken. Het moge duidelijk zijn: Het Odensehuis voorziet in een behoefte en de populariteit neemt alsmaar toe.

Aan de lezers: Mocht u twijfelen en ook al lijkt de drempel nog zo hoog: wie niet waagt.....

Vele groeten Robert van den Berg & Ineke Bieren



### Kerst toetjes wedstrijd

**Winnaar:**  
**Mariska Heerema**  
**Dennenappel explosie**

#### Ingrediënten:

- 2 rollen Oreo koekjes
- 150 gram Philadelphia
- Choco chips ontbijt granen
- Poedersuiker

#### Bereiding:

We malen de Oreo koekjes fijn met een staafmixer of desnoods in plastic zak met een deegroller. We mengen de Philadelphia met de fijngemaakte koekjessubstantie. Dan kneden we er puntige balletjes van en steken er de choco chips rondom in. In de vorm van een dennenappel. Als de puntige balletjes te klef zijn laat ze dan even koelen in de koelkast voor het insteken van de chipjes. Zet ze gezellig op een bord en strooi er poedersuiker over. Even wat werk met het insteken maar een lekker en gezellig nagerechtje. Succes, maak er maar wat moois van en smullen maar!



## We kunnen terug kijken op een geslaagde open dag

**Odensehuis**  
Alblasserdam

Een geslaagde open  
(Odense)huis  
met openingswoord van

MARGREET

alzheimer nederland

DE DEUGD

WWW.ODENSEHUISALBLASSERDAM.NL

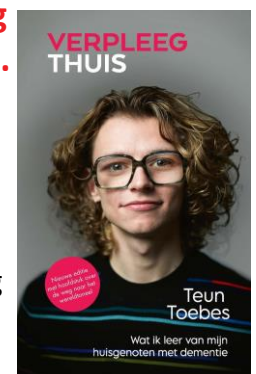


## Een interessante boekentip: 'VerpleegThuis'

**Er is hierover ook een film getiteld 'Human Forever' en in samenwerking met Landvast Alblasserdam hebben al onze vrijwilligers deze film gezien.**

Op 21-jarige leeftijd maakte Teun Toebes de gedurfde keuze om op de gesloten afdeling van een verpleeghuis te gaan wonen. Niet alleen om te ervaren hoe de zorg voor mensen met dementie verbeterd kan worden, maar vooral om te laten zien dat wij als maatschappij ons beeld van dementie moeten aanpassen. Op ontwapenende en ontroerende wijze beschrijft hij de pijnlijke systemen die in de zorg en samenleving heersen en hoe wij deze kunnen veranderen.

Bron: [Bol.com](http://Bol.com)





## Sinterklaasfeest



### Gedicht: Heel wat waard

Het is belangrijk voor vandaag en morgen  
dat er mensen zijn die voor anderen zorgen.

Gelukkig ben jij daartoe bereid,  
als vrijwilliger in je eigen tijd.  
Mensen helpen zit in jouw aard.  
Geloof me, dat is heel wat waard!

Dus sta je vandaag, het is je gegund,  
voor de verandering in het middelpunt.

Speciaal voor jou ging Sint op pad  
en kocht dit cadeautje in de stad.  
Hij biedt het je aan met een dikke zoen  
en hoopt dat je nog lang je werk zult doen!

Bron: [www.de-rijmpiet.nl](http://www.de-rijmpiet.nl)

### Sint presentje voor vrijwilligers



## Kees en Jannie. Bezoeker en mantelzorgers vanaf de eerste dag

Hallo wij willen ons even voorstellen.

Kees heeft 43 jaar bij de gemeente gewerkt als schilder. Hij is alom bekend als de schilder op de fiets die door heel Alblasserdam zijn werk uitvoerde. ongeveer 2,5 jaar geleden kreeg Kees een hersenbloeding en dan gaan de dingen niet zo gemakkelijk meer. Het gevolg is dat het voor mij ook moeilijk is om alles te doen wat anders heel gewoon was. Door de case manager werden wij attent gemaakt op Het Odensehuis die hier in Alblasserdam wilde gaan starten. Dit is een goed voorstel geweest.

Kees heeft het vanaf de eerste dag goed naar zijn zin en voelt zich er thuis en op zijn gemak. 's Morgens eerst koffie en daarna krantje lezen – potje sjoelen of gewoon lekker praten of knutselen. Tussen de middag een boterham en soms iets lekkers zoals soep. Dit wordt mede door de vrijwilligers met veel inzet prima gedaan, petje af.

Voor mij betekent dit dat ik 2 dagen iets voor mezelf kan doen. Een uitstapje, een praatje bij familie of kennissen. Het Odensehuis is voor ons beiden een uitkomst.

Fijn dat de gemeente dit initiatief heeft genomen om dit op te starten en de ruimte beschikbaar te stellen. Dit alles onder leiding van Cherilda.

Wij hopen hier nog lang gebruik van te mogen maken.

Kees en Jannie



### Gastheer stelt zich voor



Hallo iedereen. Mijn naam is Paul, ik ben weduwnaar, 63 jaren jong en heb 2 prachtige dochters. Die twee zijn mijn trots. Het zijn wereldburgers.

Ik ben vrijwilliger bij het Odensehuis in Alblasserdam en dat doe ik met heel veel plezier. Het geeft energie. Het begon met een telefoontje van Marleen de Folter, die mij vroeg of ik interesse had om als vrijwilliger bij het Odensehuis te komen werken.

Naast de zorg voor mijn (inmiddels) overleden vrouw heb ik meer dan 10 jaar 1 dag in de week als mantelzorgers gefunctioneerd voor mijn moeder die in een verpleeghuis zat. Mijn antwoord aan Marleen was gelijk JA. Ik was toch al op zoek naar iets wat ik voor de maatschappij kon doen en dit sloot eigenlijk perfect aan bij mijn talenten. Zo verzorg ik bijvoorbeeld de lunch en kook soms speciale maaltijden. Ik doe spelletjes, knutsel, sjoel, dam, wandel, zet koffie en thee, doe boodschappen, maak schoon, ruim de vaatwasser in en uit, voer gesprekken met de bezoekers en mantelzorgers en luister naar ze. Kortom ik doe alles wat nodig is om iedereen, de bezoekers, de mantelzorgers en ja ook mijn collega vrijwilligers een fijne dag te bezorgen, waarin meerdere keren gelachen wordt met en om elkaar.

Ik zie op het einde van de dag de mensen met een glimlach naar huis gaan. En dat is goed. Dat geeft mij energie, energie om weer uit te kijken naar de uitdagingen voor de volgende dag.





## Gery

Waar kan ik jou voor wakker maken? **Dagje fietsen in de zon ergens in Nederland**

Wat is jouw lievelingseten? **Pizza met parmezaan gemaakt door m'n schoondochter**

Wat weten veel mensen niet van je? **Ik ben een open boek dus... ???**

Wat is jouw motto? **Leef alsof het je laatste dag is**

Waar ligt jouw hart? **Bij alle mensen die me dierbaar zijn**

Wat zijn je hobby's? **Praten met mensen / koken**



## Henny



Waar kan ik jou voor wakker maken? **Eigenlijk nergens voor, ik slaap liever door**

Wat is jouw lievelingseten? **Lasagne, erwtensoep**

Wat weten veel mensen niet van je? **Dat ik kinderlijk gek kan doen**

Wat is jouw motto? **Geniet van het leven!**

Waar ligt jouw hart?

**Bij de mensen die ik lief heb en alles/n die ik kan helpen**

Wat zijn je hobby's?

**Tekenen, zingen, wandelen, tuinieren, lezen, dichten, op de kleinkinderen passen**



## Ria

Waar kan ik jou voor wakker maken? **Nergens voor**

Wat is jouw lievelingseten? **Als het maar iets met vis is**

Wat weten veel mensen niet van je? **Eigenlijk niets. Ik heb geen geheimen.**

Wat is jouw motto?

**Wees eerlijk**

Waar ligt jouw hart?

**Goed doen voor iedereen die me lief is**

Wat zijn je hobby's?

**Piano spelen, wandelen, briden**



## Sannie

Waar kan ik jou voor wakker maken? **Een dagje uit met mijn klein kinderen**

Wat is jouw lievelingseten? **Bami**

Wat weten veel mensen niet van je? **Dat ik wel eens boos kan zijn**

Wat is jouw motto?

**Leven en laten leven**

Waar ligt jouw hart?

**Bij mensen**

Wat zijn je hobby's?

**Lezen, film kijken en knutselen**



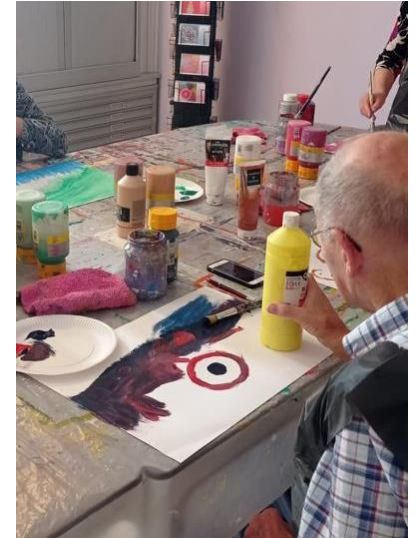




Samen een boswandeling maken en bladeren zoeken



Herfst stukjes maken



Schilderen bij de burens



Historische film van Alblasserdam kijken met zelfgemaakte popcorn



Samen zingen



Samen dansen



We hebben zelfs een rummikub kampioen

### Jarigen

- |             |        |
|-------------|--------|
| 18 oktober  | Nelly  |
| 30 oktober  | Ronald |
| 24 november | Peter  |
| 08 december | Jan    |
| 12 december | Jordan |
| 15 december | Carla  |
| 18 december | Heléne |
| 19 december | Bob    |
| 24 december | Karin  |
| 30 december | Paul   |

Namens Odensehuis  
Alblasserdam  
van harte gefeliciteerd!!!



## De zachte krachten....

2023 was het eerste volle jaar voor ons Odensehuis. En wat een mooi en bijzonder jaar is het geworden. Vol met hoogtepunten. Vanaf de officiële opening begin januari, de zomerfair, de open dag in oktober, de viering van het eenjarig bestaan en nog veel meer. Ook veel kleine hoogtepunten in de dagelijkse gang van zaken. Overwinningen van deelnemers op zichzelf om over de drempel van het Odensehuis te komen. Keuzes van vrijwilligers om gastvrouw of gastheer te worden. Giften of bijdragen van ondernemers en particulieren voor ondersteuning van de activiteiten. Zoveel grote en kleine hoogtepunten.

En ook veel, heel veel, leerervaringen. Leren om met elkaar om te gaan als deelnemers, mantelzorgers en vrijwilligers. Leren wat voor de een werkt en wat voor de ander fijn is in het Odensehuis. Leren omgaan met kleinere en grotere tegenslagen (die er soms ook waren). Leren luisteren naar elkaar. Leren aanvaarden dat het gaat zoals het gaat.

Voor mij is het Odensehuis een leerproces in zachte krachten. In veel delen van de samenleving gelden "harde" krachten: presteren, domineren, organiseren, excelleren, belangen, macht. Zonder die krachten hoor je er niet bij en krijg je niks voor elkaar. In het Odensehuis gelden andere wetten. Kwetsbaarheid geeft kracht. De liefde staat voorop. Zorg en compassie voor een ander is de drijfveer. Buiten het Odensehuis heb je een beperking, in het Odensehuis ben je jezelf. En wonderlijk of niet: wat is het fijn om met elkaar op deze manier het Odensehuis te kunnen bouwen.

En in 2024 leren we weer verder. Weer van nieuwe deelnemers, bezoekers en vrijwilligers. Met nieuwe vrienden, sponsors en samenwerkingspartners. We leren onszelf weer naar nieuwe activiteiten en ideeën. Om daarmee met elkaar verder te bouwen aan een dementievriendelijke samenleving in Alblasserdam.

Mooie dagen gewenst en een prachtig 2024!

Dirk Louter, voorzitter bestuur  
Stichting Odensehuis Alblasserdam

## Kerstviering



Het Odensehuis Alblasserdam wil graag restaurant De Wachter bedanken voor de donatie van al het lekkere eten waar we op donderdag 21 december met z'n allen van hebben mogen genieten tijdens onze kerstviering.

## Kerstcadeau voor onze bezoekers



Met dank aan:

- Made for Moments voor de cadeau box
- De Vershoek Papendrecht voor de inhoud
- onze mantelzorgers die de dekens hebben gemaakt.

## Als afsluiting

Kerstdiner met het bestuur & de vrijwilligers. We hebben heerlijk gegeten en genoten. Alle gerechten waren verzorgd door Bon Bon Catering.

