



BHT-NIEUWS

Nummer 24 - feb./mrt. 2022

Van de voorzitter

Beste medebewoners, het is niet gebruikelijk om op deze plek (de eerste BHT-nieuwsbrief van het jaar) enigszins in mineur te beginnen. Maar die neiging heb je wel, gezien de toestand waarin we met z'n allen verkeren. En als het einde nou in zicht was kon je daar hoop uit putten, maar volgens alle deskundigen zitten we nog zeker tot 2024 in dit onzalige schuitje. Een geluk bij een ongeluk is wel dat het erop lijkt dat mensen van deze omikronvariant minder ziek worden.

Voor mij als boomer, geboren in 1947, en alle generaties erna, is dit een van de heftigste periodes. Natuurlijk waren er in die 75 jaar meer crises die een flinke impact hadden op ons leven in Nederland, denk aan de watersnoodramp, de oliecrisis, diverse financiële crises, de vluchtelingencrisis en de crisis die ons nog te wachten staat, de klimaatcrisis. Maar wij zijn de eerste generatie die nooit een oorlog heeft meegemaakt en we zijn in relatieve veiligheid en welvaart opgegroeid, en daar mogen we uitermate dankbaar voor zijn.

Op de radio hoorde ik iemand spreken over de stoïcijnse filosofie, nota bene uit de Griekse en Romeinse tijd. In dat programma ging het over hoe wij als individu en als samenleving omgaan met en reageren op de pandemie, en dat er zoveel boosheid en frustratie is bij zovelen. Die stoïcijnse leer gaat ervan uit dat het helemaal geen zin heeft om boos of teleurgesteld te zijn over zaken waar je toch geen invloed op kan uitoefenen. Beter is het om je bezig te houden met zaken waar je wel invloed op hebt en voor die andere zaken een modus te vinden waarmee je ze op de een of andere manier kunt accepteren. Ik vond dat een erg waardevolle gedachte en behulpzaam om deze moeilijke tijd een beetje heelhuids door te komen. Wat ikzelf kan doen is vaccinaties laten zetten en hygiënemaatregelen naleven. De rest moet ik accepteren en m'n leven tijdelijk zo inrichten dat ik het gevoel heb er toch het beste van te maken.

En dat proberen we ook bij de Bewonerscommissie te doen. Als het niet lukt om met grote groepen bewoners mooie activiteiten te organiseren, proberen we ideeën op kleine schaal. Nogal wat bewoners hebben gereageerd op onze uitvraag om mee te denken. Hartelijk dank daarvoor. Verderop in deze nieuwsbrief leest u daar meer over. Maar we hopen natuurlijk dat we ons reguliere activiteitenprogramma weer kunnen oppakken. De meesten van u hebben, net als ik, hun aandeel daarvoor immers geleverd door al die vaccins te laten zetten.

Na de persconferentie van 25 januari hebben we besloten om voorzichtig, en op kleinere schaal, weer wat activiteiten op te gaan starten. Zie elders in deze nieuwsbrief. Ik wens u veel leesplezier met deze eerste uitgave van 2022.

Wil Fux

voorzitter bewonerscommissie

Aanpassingen door Feenstra

Bij de meesten van u zullen de medewerkers van Feenstra inmiddels geweest zijn om werkzaamheden uit te voeren aan onder meer de warmteterugwinunit (WTW). Sander gaf ons desgevraagd onderstaande toelichting op de werkzaamheden:

“Feenstra is momenteel nog druk bezig om de aanpassingen aan de WTW-unit in de woningen uit te voeren. Wat houden deze aanpassingen precies in?”



Als eerste is een extra schakelaar naast de unit geplaatst. U kent vast wel het advies ‘ramen en deuren gesloten houden’ dat instanties uitvaardigen als er in de omgeving een calamiteit is, bijv. een hevige brand. Met deze schakelaar kunt u het systeem uitzetten om te voorkomen dat rook of andere luchten de woning worden ingeblazen.

Ook reinigt Feenstra de hele unit en voorziet deze van een ander type filter, het zogenaamde ‘fijnstoffilter’. Zoals de naam al zegt, filtreert dit type filter veel beter. Het systeem geeft zelf aan wanneer een filter vervangen dient te worden d.m.v. de melding* ‘filter’ in het display. De levensduur t.o.v. de oude filters is vergelijkbaar. Filters zijn bij mij kosteloos te verkrijgen.

Daarnaast heeft Feenstra bij diverse uitblaaspunten de ventielen vervangen: die ronde ‘gevallen’ in het plafond. Tijdens het onderzoek naar de oorzaak van de lekkages bleek o.a. dat de ventilatie in alleen de slaapkamers niet goed was. Deze nieuwe ventielen hebben een grotere capaciteit.



Ten slotte kreeg ik de vraag waarom bij sommige bewoners ook in de woonkamer de ventielen vervangen zijn. Dit was simpelweg een fout van Feenstra. In het begin ging Feenstra ervan uit dat alles vervangen moest worden.

**NB: Misschien geeft uw WTW kort na de aanpassing door Feenstra al de melding ‘filter’. U kunt deze melding negeren door het apparaat te resetten (zie punt 3 hieronder). De unit komt dan in zijn nieuwe cyclus.”*



Vervanging filters WTW

Sander zette ook uiteen hoe u zelf een filter kunt vervangen: “De nieuwe filters zijn bruinig van kleur en hebben dezelfde eigenschappen als de filters die ik uitlever. Uw WTW heeft twee filters, een voor de buitenlucht (links) en een voor de binnenlucht (rechts). Dit zijn verschillende filters. De linker (de ‘rode’) is fijner van structuur. Deze zal het snelst vervuilen. De rechter is een ‘zwarte’, grover van structuur. Wanneer de unit na verloop van tijd aangeeft dat een filter moet worden vervangen, gaat dit als volgt: 1) verwijder de grijze handgrepen en haal beide filters er even uit voor een check. Het vuilste filter moet worden vervangen. U kunt het filter er gewoon uittrekken.

2) Plaats een nieuw filter en plaats de handgreep terug. 3) Reset vervolgens de unit door de ‘OK’-knop op het display enkele seconden ingedrukt te houden, totdat de melding verdwijnt. Uiteraard kan ik dit ook voor u doen.”

Corona → Activiteiten BHT → Hoe nu verder

Sinds 26 januari jl. zijn de maatregelen verder versoepeld. Ook de horeca, cultuur, sport en evenementen mogen weer meedoen. Wel nog met een flink aantal richtlijnen, zoals het coronatoegangsbewijs, 1,5 meter afstand en – waar van toepassing – een mondkapje.

Wij hebben besloten dat we ook weer van start gaan. Enerzijds met kleinschalige activiteiten waarbij iedereen zo veel mogelijk kan blijven zitten (koffie-uurtje en hobbyclub). Anderzijds met de filmavond en de bingo in 2 'shifts' om meer mensen de mogelijkheid te bieden hieraan deel te nemen en tegelijkertijd de 1,5 meter afstand zoveel mogelijk te kunnen handhaven. We gaan uit van ongeveer 12 personen per keer. U ontvangt voor filmavond en bingo een uitnodiging met het verzoek u aan te melden. Toegang na het tonen van een geldig coronatoegangsbewijs en met mondkapje, dat af mag wanneer u zit. Op deze manier hopen we ook in onze toren de deur weer een beetje open te zetten voor gezellig samenzijn. De agenda van 1 februari tot 8 maart hangt inmiddels in de liften en de vitrine.

Ideeën voor alternatieve activiteiten

Tijdens het uitdelen van de kerstverrassing hebben we u gevraagd met ons mee te denken over activiteiten die ook in tijden van corona kunnen doorgaan. Bijvoorbeeld activiteiten op kleinere schaal of dingen die je ook alleen of met z'n tweeën kunt doen. We zijn blij met uw reacties, hartelijk dank daarvoor! Natuurlijk hopen we dat het voorzichtige begin zoals hierboven beschreven over niet al te lange tijd kan uitgroeien tot 'meer', maar met de afgelopen twee jaar in het achterhoofd is het alleen maar goed om alternatieven te hebben.

We hebben al twee ideeën ten uitvoer gebracht (zie verderop in de nieuwsbrief), maar als we er meer willen oppakken, hebben we hulp nodig, dat begrijpt u vast.

We zoeken dan ook enthousiaste bewoners die een activiteit willen organiseren. Wilt u helpen? Neem dan contact op met Roelien (06-57420753) of roelien.emmelot@gmail.com.

Hieronder vindt u een overzicht van de ideeën die wij van u ontvingen:

1.	In beweging blijven: <ul style="list-style-type: none">- elke dag wandeling in de buitenlucht- elke dag minimaal 1 etage traplopen- meedoen met oefeningen op tv- werken aan cardioconditie (wandelen, fietsen, crosstrainer)- denksporten: schaken, dammen enz. Zelfs in een rolstoel kan men sporten!	4.	Periodiek digitaal spreekuur in de recreatieruimte. SeniorWeb? (We zijn al bezig te kijken of dit mogelijk is.)
2.	Met klein aantal deelnemers: <ul style="list-style-type: none">- wekelijks wandelen- maandelijks leesgroepje- puzzel uitleggen in recreatieruimte. Iedereen mag helpen 'm af te maken- darten- samen kruiswoord/crypto etc. maken	5.	Bestaande activiteiten aanpassen: <ul style="list-style-type: none">- koffie-uurtje als dagelijkse activiteit invoeren, niet beperken tot 1 dag.- naast nostalgische filmavond af en toe hoofdfilm vertonen. (Jan en Ria hebben er veel, o.a. oude musicals, maar ook zogenaamde sfeerfilms.)
3.	Eropuit in klein gezelschap (w.v.t. met Rotterdampas): <ul style="list-style-type: none">- 1x per kwartaal samen lunchen- museumbezoek		

<ul style="list-style-type: none"> - rondvaart met Spido - andere opties Rotterdampas. <p>Samen gezelliger dan alleen!</p>	
--	--

Zoals u misschien al had gezien, hebben we twee ideeën al ten uitvoer gebracht:

Legpuzzel



In de recreatieruimte vindt u een legpuzzel waaraan iedereen die binnenstapt een steentje (of puzzelstukje) kan bijdragen. Ook leuk misschien om samen mee bezig te zijn. Uiteraard wel rekening houden met de coronarichtlijnen.

Crosstrainer

Hans Verschoor bood onlangs een crosstrainer aan, voor het op peil houden van de conditie. Daar waren we erg blij mee. Het toestel staat in de recreatieruimte en functioneerde prima, maar is nu helaas buiten gebruik. De draaiknop waarmee de weerstand wordt ingesteld lijkt defect te zijn. We zoeken dringend iemand die een beetje technisch is en wil helpen het probleem op te lossen. Wilt u dat proberen, neem dan voor meer informatie contact op met Hans: 06-38174596. Alvast veel dank! **NB: Als de crosstrainer straks (hopelijk) weer gebruikt kan worden: gebruik is voor eigen risico en vereist wel wat oefening en ervaring.**



Domotica

Even een korte tussenstand met betrekking tot de aanschaf van een nieuw belsysteem in onze Binnenhoftoren. Het traject van inventarisatie en keuze van partijen die mogen inschrijven is afgerond. Zodra het Management Team van SOR het voorliggende plan heeft goedgekeurd, zullen offertes worden aangevraagd. Nadat hieruit een keuze is gemaakt, kan het feitelijke werk beginnen. De uitvoering staat nog steeds gepland voor het eerste kwartaal van 2022. Voordat tot uitvoering wordt overgegaan, zal nog een overleg plaatsvinden tussen de bewonerscommissie, SOR en Mul BV om het draaiboek door te nemen en maatregelen af te spreken om de overgangperiode zo probleemloos mogelijk te laten verlopen. En uiteraard zal SOR u tijdig informeren zodra meer in detail bekend is over het tijdstip en de wijze van uitvoering.



Klavertjes brengen geluk...

Heeft u ook de zaadjes geplant die u aantrof bij SOR Nieuws? Anne van Winkelhof stuurde ons deze foto van de fraaie klavertjes die uit de zaadjes tevoorschijn kwamen. Zij liet SOR weten: “Dank je wel SOR, voor deze leuke attentie.”

Contact met de commissie

Heeft u ideeën, vragen of suggesties: wij horen graag van u. Doe een briefje in de brievenbus van de bewonerscommissie in de hal of stuur een e-mail naar pauline.montijn@gmail.com of – als het onze website betreft – naar roelien.emmelot@gmail.com.