

# Axxicom Courant

Nieuws van Axxicom Thuishulp | Nr. 12 | September 2024

Laat uw mening horen!  
Vul de bijgevoegde enquête in.

WENSEN

'Vergeten' kerstwens krijgt zomers  
staartje voor mevrouw Anja

TIPS VAN AXXICOM THUIHULP

Week tegen  
eenzaamheid

# COLUMN

## Dááág strandstoel, hallo relaxfauteuil!

Een emmertje. Een schepje. Een paar zandvormpjes en hooguit nog een strandbal. Méér had je als kind toch niet nodig om het ge-wel-dig naar je zin te hebben op het strand? Ik denk dat iedereen nog fijne herinneringen heeft aan zon, zee en duinen. Misschien bent u er deze zomer nog wel geweest. Niet langer meer met dat emmertje en dat schepje, maar nog altijd met hetzelfde plezier. Zo'n bezoekje aan het strand heeft zelfs een artikel in deze courant opgeleverd. Hoe dat kan? Leest u zelf maar. Het had te maken met... een kerstwens!



's Avonds gaat hier thuis steeds vroeger het licht aan. En ik weet dat er veel mensen zijn die opzien tegen de komende maanden. Je komt niet alleen minder vaak aan het strand, je komt ook minder buiten. De strandstoel wordt de relaxfauteuil. Eenzaamheid ligt dan al gauw op de loer. Niet voor niets hebben we tegenwoordig zelfs een landelijke actieweek: de Week tegen Eenzaamheid. Met die week willen we mensen ervan bewust maken om eens

om te kijken naar een ander. En eenzame mensen willen we stimuleren om tóch over die drempel heen te stappen, letterlijk en figuurlijk. Ook daar vindt u in deze courant een artikel over. Ik ben trouwens benieuwd of u onze courant altijd met plezier leest. En of er dingen zijn die u graag eens terug zou willen zien. Ik zou het dolgraag aan iedere klant persoonlijk vragen. Maar dan ben ik wel even bezig. U doet mij daarom een groot plezier als u een paar minuutjes de moeite neemt om naar de enquête die in het blad is toegevoegd te kijken. En 'm in te vullen, natuurlijk. Alle suggesties en alle opmerkingen nemen we serieus. Dat belooft ik!

**Peggy Smeets**  
Directeur Axxicom Thuishulp

Maar die zomer die altijd te kort duurt zit er bijna weer op.

TIPS VAN AXXICOM THUISHULP



## Week tegen eenzaamheid: 26 september tot en met 4 oktober 2024

**Weer eens anderen ontmoeten, als dat voor u niet vanzelfsprekend is. Nieuwe contacten leggen. Dat is de opzet van de Week tegen Eenzaamheid. Dit jaar begint het op donderdag 26 september en eindigt de week op vrijdag 4 oktober. In die week worden er allerlei activiteiten op touw gezet.**

Heeft u het idee dat u weleens wat vaker andere mensen zou willen ontmoeten? Kijk eens wat er bij u in de buurt te doen is in de Week tegen Eenzaamheid: [www.eentegeneenzaamheid.nl/week-tegen-eenzaamheid/](http://www.eentegeneenzaamheid.nl/week-tegen-eenzaamheid/).

### **Behoeftte aan een praatje? Bel de Luisterlijn**

Wilt u uw hart luchten, uw verhaal kwijt, of gewoon even een praatje maken? Neem dan contact op met de Luisterlijn. Die

lijn is er voor iedereen die behoefte heeft aan een gesprek. Het telefoonnummer is 088-0767 000 (normaal beltarief). U kunt trouwens ook mailen, of chatten als u dat liever doet ([www.deluisterlijn.nl](http://www.deluisterlijn.nl)). En dat kan anoniem, dag en nacht, op alle dagen van de week en het hele jaar door.

Al meer dan zestig jaar weten mensen de Luisterlijn te vinden. Want praten lucht op. Wanneer

er pijn is of u ergens over piekert, op de momenten dat u zich alleen voelt of juist blij. Hardop uitspreken wat u dwars zit, is vaak al een stap in de goede richting. Getrainde vrijwilligers geven even dat steuntje in de rug.

### **Oppashondjes vinden oppassers via stichting OPOEH**

Af en toe zoeken hondenbaasjes en -vrouwtjes een betrouwbare

## Op 24 september is het weer de Dag van de Thuishulp

24 september is het de Dag van de Thuiszorg. Wij noemen het de Dag van de Thuishulp. Op deze dag tonen we nog eens extra onze waardering voor alle thuishulpen die uw leven aangenaamer maken. We hebben een meeloopactie georganiseerd voor de collega's van kantoor: zo ervaren zij zelf hoe waardevol en dankbaar het is om als thuishulp aan de slag te gaan. Daarnaast krijgen onze hulpen in de week van de Dag van de Thuishulp een cadeautje thuisgestuurd. Misschien is het voor u ook wel een leuke reden om uw thuishulp die dag extra in het zonnetje te zetten!

oppas voor hun hond. Veel ouderen zouden best eens een paar uurtjes zo'n hondje over de vloer willen hebben. Komen ze meteen in beweging, want een hond moet worden uitgelaten. Daar heeft stichting OPOEH iets op gevonden. De stichting brengt beide partijen bij elkaar. Die service is vooral gericht op oudere oppassers: OPOEH staat voor Opa's en Oma's Passen Op Een Huisdier.

Lijkt het u iets, om af en toe een oppashond te hebben? Of bent u al op leeftijd en vindt u het fijn om uw huisdier even uit handen te kunnen geven, als het maar betrouwbare handen zijn? Via [www.oopoe.nl](http://www.oopoe.nl) of per telefoon kunnen ouderen en baasjes zich aanmelden. Met een beetje geluk kunt u ook in uw eigen buurt terecht.

**Golden Sports: fitness voor iedereen van 55 jaar en ouder**  
Wilt u meer gaan bewegen, het liefst buiten? En vindt u het leuk

om dit samen met buurtgenoten te doen? Dan is GoldenSports iets voor u. Iedereen van 55 jaar en ouder kan meedoen, ook mensen met lichamelijke klachten.

De trainingen zijn goedkoop, veilig en gevarieerd, en worden gegeven door een gediplomeerde trainer. Kijk meteen of er een locatie bij u in de buurt is: [www.goldensports.nl/locaties/](http://www.goldensports.nl/locaties/).

### **Bij stichting Thuisgekookt staat uw privékok voor u klaar**

Misschien wordt het door uw leeftijd steeds lastiger om nog zelf te koken. En juist gezond eten is belangrijk, ook op latere leeftijd. Dan regelt stichting Thuisgekookt voor u een maaltijd aan huis. Dat doet thuisgekookt voor iedereen die het zelf niet meer kan. U kunt rekenen op een smakelijke warme maaltijd. U betaalt daarvoor de kostprijs, zodat gebruikmaken van de service al gauw haalbaar is. Kunt u ook de

kostprijs niet betalen? Dan werkt Thuisgekookt met een donatiepot, van waaruit de maaltijden kunnen worden bekostigd. Meer informatie vindt u via [www.thuisgekookt.nl/](http://www.thuisgekookt.nl/).

### **Kom, we gaan een stukje wandelen!**

Wandelen. Het kost weinig inspanning, het is gezond en u komt nog eens ergens. Precies wat stichting Gezond Natuur Wandelen iedere week doet, op meer dan honderd locaties. Altijd vanuit dezelfde vaste plek, altijd op dezelfde vaste tijd. In een rustig tempo, want iedereen is welkom. Wandel gezellig mee in bijvoorbeeld Amstelveen, Haarlem, Heiloo, Delft, Den Haag, Schiedam of Vlaardingingen. Benieuwd? Kijk dan op [www.gezondnatuurwandelen.nl](http://www.gezondnatuurwandelen.nl).

### **Enthousiaste studenten helpen ouderen met van alles en nog wat**

Heeft u ergens hulp bij nodig, zoals computer of een boodschap doen? Of vindt u het gewoon gezellig om eens wat te ondernemen, maar komt het er niet van? Stichting Senior & Student helpt. Zij koppelen senioren aan een veelzijdige, energieke en betrouwbare hulp: die van een enthousiaste student.

Natuurlijk wordt u niet zomaar aan een student gekoppeld. De stichting kijkt of u goed bij elkaar past. En of de interesses een beetje met elkaar overeenkomen. Dat gaat al sinds 2014 heel erg goed: er zijn al 3000 succesvolle koppels tot stand gekomen.

Waarom informeert u niet eens als u ook wat vaker gezelschap wilt, eropuit wilt of praktische hulp zoekt? Kijk op [www.stichtingseniorenstudent.nl/](http://www.stichtingseniorenstudent.nl/).



## Een smakelijke tip van de klantenraad: stampapot met veldsla!

**De klantenraad van Axxicom Thuishulp is er niet alleen om op te komen voor uw belangen. De leden zijn ook thuis in de keuken. Zo kregen we vanuit onze klantenraad een wel heel smakelijk recept. We delen het graag met u: een stampapot van veldsla.**

### **Ingrediënten voor 2 personen:**

- 1 zakje veldsla (85 gram)
- 500 gram kruimige aardappelen
- 1 rode ui
- 2 eieren, zacht gekookt
- 1 bolletje mozzarella
- 2 handjes rode snoeptomaatjes
- zout, peper, scheutje melk

### **Bereiden**

Kook de aardappels en stamp ze met een scheutje melk fijn tot puree. Meng hier de rauwe veldsla en een fijn gesneden rode ui doorheen. Zout en peper naar smaak toevoegen. Houd het gerecht warm. Snijd de snoeptomaatjes in vieren, halveer de eieren en scheur de mozzarella in stukjes. Strooi vervolgens de stukjes tomaat koud over de warme stampapot. Versier het geheel verder met de gehalveerde eieren en de mozzarella.

### **Heerlijk en gezond. Eet smakelijk!**

*Heeft u ook een smakelijke tip voor de lezers van de Axxicom Courant? Stuur deze dan in via [axxicomcourant@axxicom.nl](mailto:axxicomcourant@axxicom.nl) of per post naar Antwoordnummer 46196, 1060 WB Amsterdam (geen postzegel nodig).*

Bron: Albert Heijn



# 'Vergeten' kerstwens krijgt zomers staartje voor mevrouw Anja

**Eerlijk gezegd was ze haar kerstwens al 'straalvergeten', lacht mevrouw Anja. Totdat maanden later de telefoon ging. Regiomanager Esther van Dijk van Axxicom Thuishulp aan de lijn. Of zij Anja een plezier kon doen met de vervulling van die wens: nog één keer het strandzand tussen de voeten voelen.**



'Ik ging vroeger vaker naar het strand. Maar nu ik in een scootmobiel zit, is het een heel gedoe met het openbaar vervoer'. En zo gebeurde het dat Anja, vergezeld van haar hondje Lady en beste vriendin Matty, toch weer dat zand onder haar voeten voelde kriebelen.

Ja, het strand was altijd al een favoriete plek, vertelt mevrouw. 'Ik ging meestal naar het strand in Monster. Daar kon ik makkelijker de hond loslaten.' Aan de bezoeken aan zee en duinen kwam door haar lichamelijke klachten noodgedwongen een einde. 'Ik heb reuma in mijn rug. Daar heb ik veel last van. Bukken, stofzuigen of het bed opmaken lukt niet meer.' En naar het strand gaan dus óók niet meer.

### Originele kerstwens

Als mevrouw Anja in het kerstnummer van de Axxicom Courant over de kerstactie leest, is de wens gauw genoeg ingestuurd. Niet dat ze er heel veel hoop op



heeft dat ze tot de winnaars zou behoren. 'Ik was het zelfs al straalvergeten!', lacht ze.

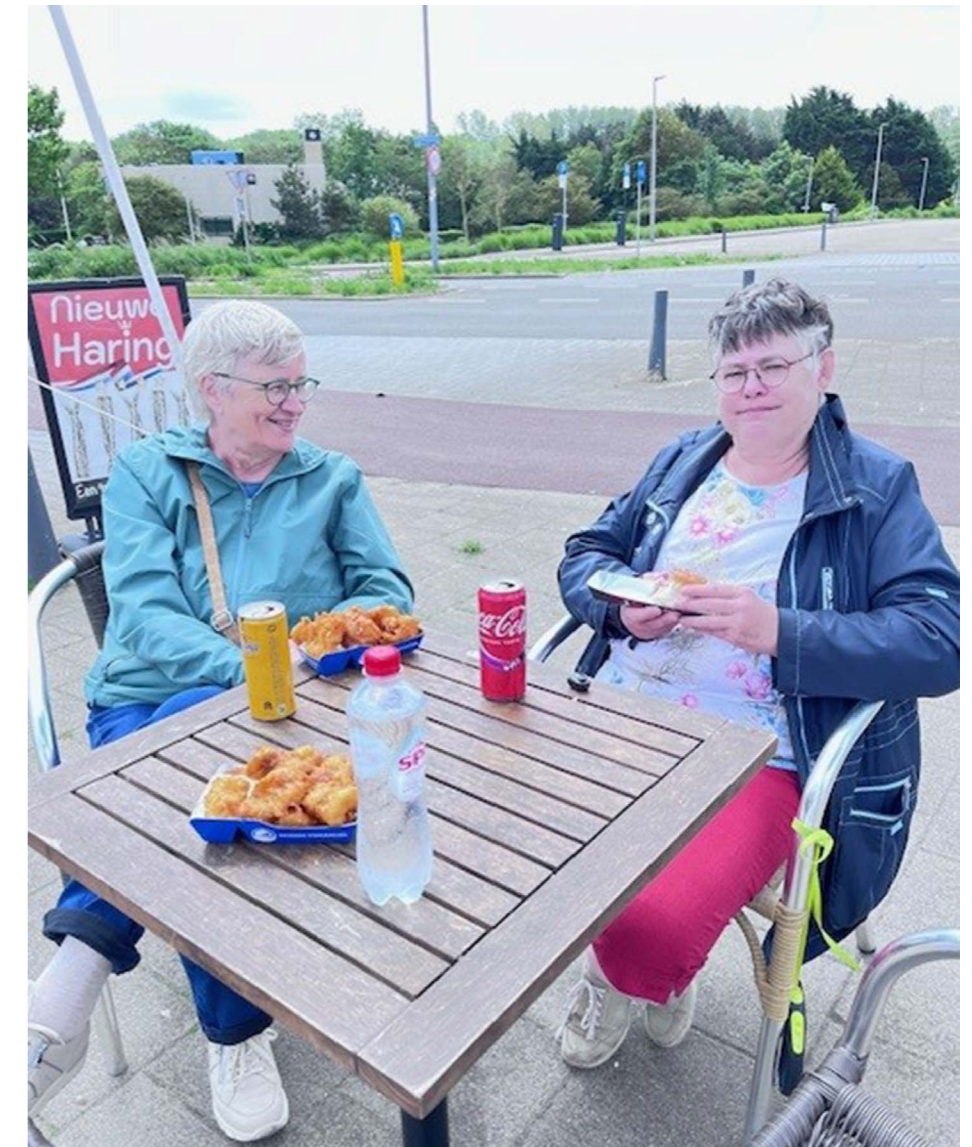
Bij Axxicom Thuishulp waren we haar originele kerstwens echter niet vergeten. Het was alleen even wachten op toepasselijk weer. 'Het was die dag niet heel erg zonnig', kijkt ze terug. 'Maar het was droog.'

Haar gezelschap bestaat uit hondje Lady – half Chihuahua, half Pomeriaan – en Matty, haar beste vriendin. 'Matty ken ik al sinds de tijd dat onze kinderen op dezelfde basisschool zaten. Ze ondersteunt mij heel erg sinds ik ziek ben. Als er wat aan de hand is, is Matty de eerste die voor mij klaar staat.' Thuis kan ze ook al ruim een jaar rekenen op Sandra, haar vaste thuishulp. 'Sandra komt regelmatig langs om te helpen, en dat gaat heel goed. Waarom? Omdat ze goed en hard werkt!'

### De boulevard opgelopen

De drie 'Ladies' krijgen een VIP-behandeling van Esther, die zelf achter het stuur zit op weg naar Hoek van Holland. 'We zijn naar het parkeerterrein van het

strand gereden. Daarvandaan ben ik met de rollator de



boulevard opgelopen. Je hebt er halverwege een pad naar het strand. Verderop heb ik de rollator even neergezet en zijn we met z'n drieën even naar het water gelopen.' Hoe het was, eindelijk weer het vertrouwde zand tussen de voeten? 'Héerlijk! En ook het water onder de voeten hè', geniet mevrouw Anja nog zichtbaar na van het uitje. Het middagje Hoek van Holland krijgt nog een vervolg bij de Hoekse Vishandel langs de boulevard, voor een visje. Al met al: 'Het was heel lekker om er even rond te lopen!'

# Puzzel: win een cadeaubon van € 50!

Weet u de oplossing van deze kruiswoordpuzzel? Mail 'm **vóór dinsdag 15 oktober** naar [axxicomcourant@axxicom.nl](mailto:axxicomcourant@axxicom.nl) of stuur 'm per post naar Antwoordnummer 46196, 1060 WB Amsterdam (postzegel is niet nodig). Wie weet wint u een cadeaubon van € 50. Laat u ons weten wat u daarmee zou doen?

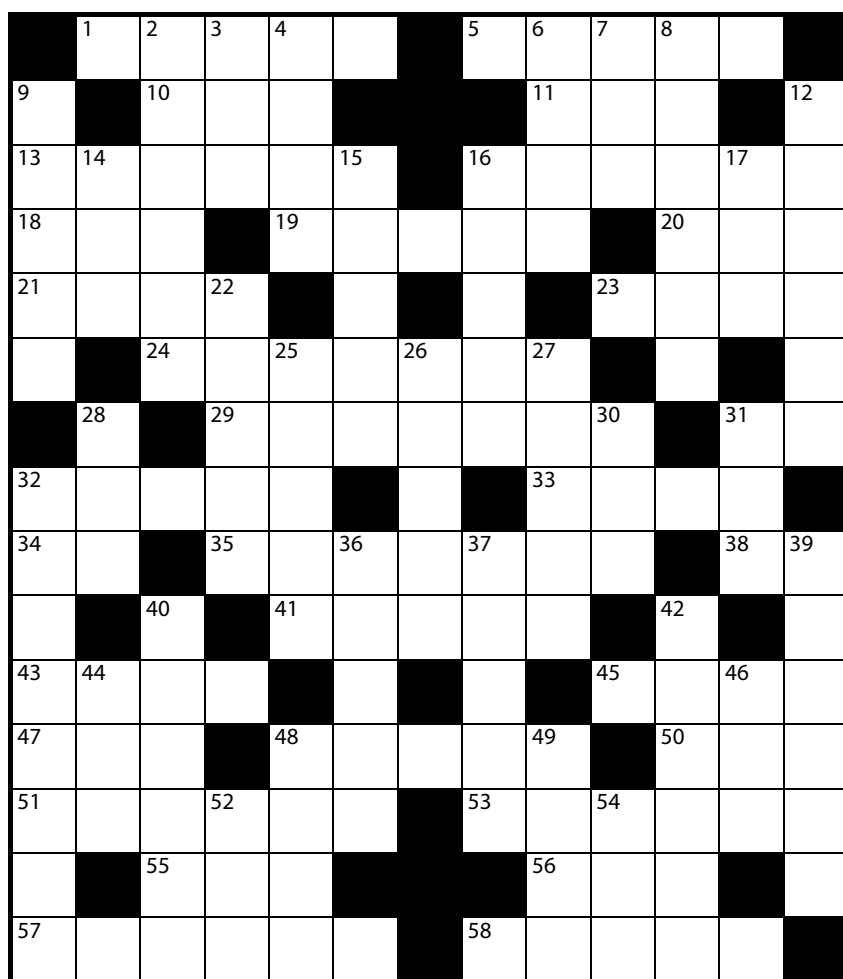
Breng letters uit de puzzel over naar de hokjes met hetzelfde nummer.

## Horizontaal:

**1** schurkachtig **5** snoes **10** Europeaan  
**11** ere **13** aantekenboek **16** artistieke  
 danskunst **18** filmdecor **19** landbewerking  
**20** ijzerhoudende grond **21** bagger  
**23** hoofdstad van Italië **24** nauwgezet  
**29** dreun **31** landbouwwerktuig **32** moes  
**33** fijn weefsel **34** voegwoord **35** Afrikaan  
**38** knock-out **41** tamelijk **43** dito **45**  
 snijwond **47** kloosterzuster **48** test **50**  
 erfelijke factor **51** Europese taal **53** epiloog  
**55** tijdperk **56** kwelgeest **57** alarmtoestel  
**58** rangtelwoord.

## Verticaal:

**2** gering **3** domoor **4** regelmaat **6** Schotse  
 stam **7** zonder inhoud **8** ontknoping  
**9** grote hoeveelheid **12** rigourens **14**  
 haarversteviger **15** vertegenwoordiger  
**16** eigendom **17** water in Utrecht  
**22** pantalon **25** op elkaar **26** behoorlijk  
**27** nummer **28** zeer vloeibaar  
**30** honkbalterm **31** eikenbast **32** soort  
 hond **36** Europese taal **37** strelen  
**39** keukengerei **40** fijn gebouwd **42** griezel  
**44** Spaanse titel **46** plechtige gelofte **48**  
 ontwerp **49** stadion **52** roem  
**54** ondersoort.



© [www.puzzelpro.nl](http://www.puzzelpro.nl)

36	8	58	25	9	51	23	42	2
----	---	----	----	---	----	----	----	---

## GEFELICITEERD!

De winnaar van de puzzel is deze keer **mevrouw Crommentuijn** uit Beneden-Leeuwen. Van harte gefeliciteerd! Het bloemetje en een cadeaubon ter waarde van € 50 zijn met een brede lach in ontvangst genomen.

Van harte gefeliciteerd!



**Colofon** Axxicom Courant nr. 12, september 2024. De Axxicom Courant is een uitgave van Axxicom Thuishulp

**Redactie:** [axxicomcourant@axxicom.nl](mailto:axxicomcourant@axxicom.nl) **Eindredactie:** Jan Luyendijk **Vormgeving:** MediaCenter Rotterdam

**Druk:** Juist Druk & Print. **Distributie:** wordt verzonden naar alle klanten van Axxicom Thuishulp.

