

Seniorenvereniging Hilversum
Secretariaat:
Trompenbergerweg 6-12
1217 BE Hilversum

In dit nummer



- 3 Even terug in de tijd**
Kunnen stenen in de grond groeien?



- 4 Meedoen in een telefooncirkel**
goed voor de contacten



- 7 Boerenkool anders**
van Henja

Woningcorporatie Habion: van verzorgingshuis De Boomberg naar Liv inn Hilversum

Hilversum heeft er een nieuwe woonvorm voor ouderen bij, Liv inn, voorheen het verzorgingshuis De Boomberg. De gedachte erachter: je blijft zelfstandig, je kunt er met elke zorgvraag wonen en blijven wonen, en er is 'reuring'.

We praten erover met Peter Boerenfijn, directeur van Habion, een landelijke woningcorporatie voor ouderen – voortgekomen uit een landelijke (hervormde) stichting voor bejaardenzorg. Zelf Hilversummer is hij éxtra trots op dit wooncomplex dat opgezet is volgens de principes van de 'Liv inn'. Maar voordat we uitleggen wat die principes zijn, gaan we even terug in de tijd.

Na de financiële crisis in 2008 veranderde veel in het overheidsbeleid: wonen en zorg werden van elkaar te scheiden. Dat je in een bepaald wooncomplex woonde, betekende niet meer dat je automatisch ook zorg moest afnemen



Ook directeur Boerenfijn moet zelf z'n eigen afwas doen in de leefkeuken.

van de stichting van wie je huurde. Dat betekende voor de zorginstellingen een grote veranderingen, maar ook voor bouwers van woningen voor ouderen, zoals Habion.

► Lees verder op pagina 6

Wandeling over Landgoed Gooilust



Tiny Hofstee en Ineke van de Rotte, estafette-wandelend in Gooilust

We hebben weer een mooie wandeling voor u, opgeschreven door Tjepkje Gersjes. U vindt de route achterop dit blad. U kunt de wandeling zélf maken, of u aanmelden voor de estafette-wandelploeg. U geeft zich op bij Annelies Mersel, liefst per e-mail anneliesmersel@me.com of als dat niet lukt, bel 035-5386847.

Gooilust is een statig landhuis met buitenplaats uit de achttiende eeuw. Door de eeuwen heen woonden hier welgestelde koopmansfamilies. Toen in de jaren dertig van de vorige eeuw de laatste bewoonster van het huis overleed, liet ze in 1934 het landgoed na aan Natuurmonumenten in plaats van aan haar man. Haar echtgenoot had de buitenplaats veranderd in een dierenpark met onder meer bizons, zebra's en gnoes, maar de eigenaresse was minder enthousiast over de dierentuin op haar terrein. Achter het statige huis staat de op één na dikste eik van Noord-Holland.

► Zie ook pagina 8

Nieuwe leden

Dhr. Pieter van der Horst
Mevr. Carien van Galen
Mevr. Wil Struij

Ook lid worden?

Dat kan via de website www.senver.nl.
U vindt daar een formulier om in te vullen.
Kunt u niet e-mailen, bel dan met de
secretaris. Zie gegevens hiernaast in de
colofon

Privacyregels

Hoe Senver in het kader van de privacy
omgaat met de gegevens van de leden
staat in het privacy-reglement. Te vinden
op www.sen-ver.nl/privacyregels

De redactie behoudt zich het recht voor
bijdragen (tekst en beeld) te redigeren, in
te korten of te weigeren.

Website

<https://www.senver.nl>

Colofon

Algemene vragen over diensten in Hilversum en aanvraag huisbezoek

Bel onze SeniorenWegwijzers, contactpersonen
Hennie Zandee, tel. 035-6218132 en
Corrie v.d. Horst, tel. 035-5446974

Uitleg van iPads en tablets

Werkgroep thuisbegeleiding, Lily Goudsmits,
tel. 035-6214414, dfam.goudsmits@gmail.com

Ledenadministratie

Voor wijzigingen mailen of bellen naar
Nel Stornebrink,
p.stornebrink@kpnmail.nl of tel. 6281480.

Hulp bij belastingformulieren

Contactpersoon Riny Jägers,
tel: 06-51154212, of mail naar
belastinghulpssenver@gmail.com

Vragen over bezorging van dit blad

(alleen na de 1^e van de maand):
Bas de Paauw, tel. 06-10632023

Volgend nummer

Kopij voor het aprilnummer vóór woensdag
10 maart naar redactie@senver.nl

Lidmaatschap

Kosten lidmaatschap: € 20,00 per jaar
Voor de 2e persoon op hetzelfde adres is de
jaarcontributie € 15,00.

Bestuur Senver

Voorzitter

Ineke van de Rotte
i.vanderotte@chello.nl
035-6241880

Secretaris

Bertine van der Pluijm
bpluijm@upcmail.nl
06-13508705 en 035-6215885

Penningmeester

Helmi Duijvestein
helmiduijvestein@gmail.com
06-22243694

Algemeen bestuurslid

Andele Nauta
a.w.nauta@kpnmail.nl
06-53333356

Vertrouwenspersoon

Henja Kronenburg,
tel. 035-6247512,
henjakronenburg@hotmail.nl
.....

Redactie

Ineke van de Rotte, Willibrord
Ruigrok, Henja Kronenburg en Marijke
Lubberding

Grafische vormgeving

Jannie de Groot, Hilversum

Drukwerk

Drukkerij Ten Herkel, Loosdecht

Vervoer met de Senverbus naar het stembureau

Op 17 maart zijn de Tweede Kamer-
verkiezingen. Bent u 70 jaar of ouder, dan
kunt u per post stemmen. U hebt daar
bericht over gekregen. Wilt u tóch zelf naar
het stembureau, of bent u jonger dan 70, dan
kunt u gebruik maken van vervoer met de
Senverbus. Jaja, hij gaat weer even rijden.
U kunt een ritje bestellen door te bellen
naar 035-6212942, het telefoonnummer van
de bibliotheek. De service is gratis.

U kunt natuurlijk ook iemand anders een
volmacht geven om te stemmen. Het gemak-
kelijkste is een zgn. 'onderhandse volmacht'.
Door ondertekening van het gedeelte op de
stempas dat daarvoor bestemd is, verleent de
kiezer een volmacht aan de gemachtigde.



Even terug in de tijd

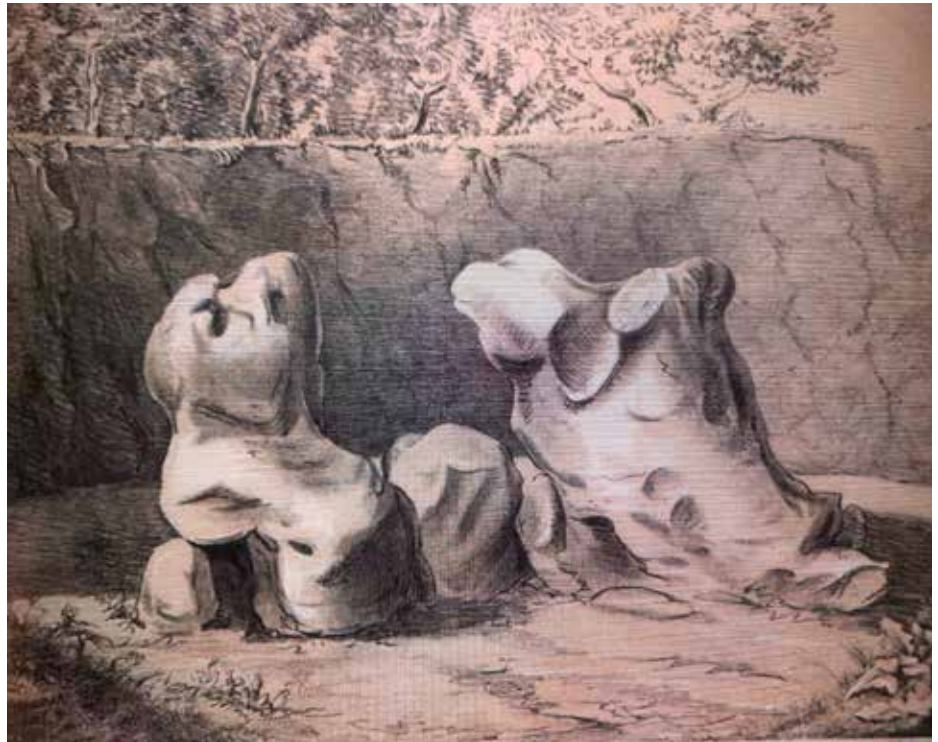
Kunnen stenen in de grond groeien?

Vorige maand stond in de rubriek 'Even terug in de tijd' een tekst over een 'afgodsbeeld' dat rond 1850 op de hei bij Hilversum was gevonden: een grote steenklomp die qua vorm een beetje leek op een menselijke romp, maar die een groot raadsel was. En bleef. Maar er kwamen interessante reacties op dat stuk, van de Senverleden Ed van Mensch en Noor. En die leidden naar de vraag: kunnen stenen in de grond groeien?

Ed verwijst naar diverse 19^e-eeuwse bronnen, zoals de Hilversumse dokter Van Hengel die dacht dat de steen als zwerfkei uit Polen was aangevoerd. En een afgodsbeeld was het volgens hem zeker niet. Maar hij vergat dat de steen erg zacht was en in stukken brak zo gauw hij met de atmosfeer in aanraking kwam, dus: geen zwerfkei.

Volgens conservator L. Janssen van het Rijksmuseum van Oudheden in Leiden was de steen inderdaad niet door mensen hierheen gebracht. Maar hij is van kalksteen en het is wel heel opmerkelijk dat er verder geen kalksteen in deze buurt voorkomt. Hij constateerde ook dat de steen recent 'door veelvuldig bezoek en aanraking in vele stukken is gebroken en zoo geschonden is dat de oorspronkelijke toestand onherkenbaar is geworden.' Geoloog E. Beima meldde dat het om kalksteen ging, niet om zandsteen. Janssen corrigeerde zich later weer: 'Er is geen twijfel aan, dat dit steengevaarte van elders door menschenhanden moet aangevoerd zijn.' Door Romeinen, vermoedde hij.

In 1850 schreef ene Eyck van Zuylichem in een krantenstuk: 'Het zijn geen rolsteenen, maar zandsteenen, en ze schijnen op de plaats zelve gevormd te zijn. De steenen bestaan uit dezelfde soort zand als de omringende grond.' In het historie-tijdschrift 'Tussen Vecht



Tekening van het steengevaarte bij Trompenberg, anno 1856.

en Eem' stond in 1981 een artikel van J. Daams die schrijft dat het vroeger een algemenere opvatting was dat keien in de grond kunnen groeien. Hij wijst op 'klapperstenen' die in de groeve van de kalkzandsteenfabriek bij Huizen werden gevonden. 'Bij het doorslaan blijken ze soms te bestaan uit mooie donkere concentrisch afgezette laagjes van ijzermangaanverbindingen die neerslaan rond een kerntje, zoals een steentje of een fossiele schelp.' En vondsten in een groeve bij St. Janskerkhof toonden dat zand door kalkverbindingen aaneengebakken kan raken en soms heel grote stevige brokken kan vormen. U ziet het: allerlei meningen.

Maar dan ons eigentijdse Senverlid Noor: zij mailde dat het zou kunnen gaan om 'plaats-eigen zandsteen'. Dat is gesteente dat niet door gletschers of rivieren hierheen vervoerd is, maar dat ter plekke is ontstaan. 'Dat gebeurt doordat kalk in de bodem door

regenwater wordt opgelost, daarna met het water dieper de bodem inzakt en daar samen met het zand samen gaat kitten, zodat er kalkzandsteen ontstaat.' Behalve bij Trompenberg zijn volgens haar dergelijke stenen ook gevonden bij de bouw van ziekenhuis Gooi-Noord. Die stenen liggen nu in een kuil bij de parkeerplaats bij de ingang van het Bikbergerbos langs de Crailoseweg naar Huizen. Zoals dat gesteente kan ontstaan, kan het ook weer verdwijnen. Noor: 'Het gaat namelijk om een heel zacht gesteente, dat gaat verweren als het aan de weersinvloeden wordt blootgesteld en dan makkelijk uit elkaar valt en uiteindelijk verdwijnt.' En dus, suggereert ze voorzichtig: 'Misschien ontstaat er nu dieper in de bodem waar de stenen gelegen hebben wel een nieuw 'afgodsbeeld'...'

Willibrord Ruigrok



Meedoen in een telefooncirkel, goed voor de contacten

De meeste van ons hebben wel eens gedacht, 'wat gebeurt er als ik val en ik kan niet bij de telefoon?' In deze coronatijd hebben we niet iedere dag contact met anderen. Dat is geen prettig idee. Maar gelukkig organiseert het Rode Kruis telefooncirkels waardoor je iedere dag contact met een vast persoon hebt en belangrijk natuurlijk, die ook actie onderneemt als er geen antwoord komt.

Een cirkel bestaat uit ongeveer 5 á 10 personen die elkaar dagelijks tussen 9.00 en 9.30 uur volgens een bepaald rooster bellen. Een gesprekje duurt niet langer dan een paar minuten. Een cirkel wordt begeleid door een vrijwilliger, die bij toerbeurt een week lang iedere ochtend de cirkel opent en sluit.

Hij/zij belt om 9.00 uur de nummer één van de cirkel, die belt nummer twee en de laatste van de groep belt de leider/ster terug. Dan is de cirkel rond.

Zodra iemand niet opneemt wordt de leider/ster gebeld die vervolgens actie onderneemt. Die neemt contact op met de contactpersoon die je opgegeven hebt.

Deelnemen aan een cirkel is niet alleen praktisch, maar heeft ook gezellige kanten. De gesprekjes zijn kort, omdat de volgende in de cirkel wacht, maar er kan daarna altijd teruggebeld worden. Daardoor

ontstaan vaak gezellige contacten. Jaarlijks (na de lockdown) wordt er een koffie/theemiddag georganiseerd zodat je elkaar ook persoonlijk kan ontmoeten.

De telefoon cirkel wordt in Hilversum al 40 jaar door het Rode Kruis georganiseerd. Deelname is gratis.



Meedoen als deelnemer of vrijwilliger?

Ben je geïnteresseerd om deel te nemen of vrijwilliger te worden? Aarzel niet om contact op te nemen. Contactpersoon is Ria Hilhorst telefoon 035-6237844.

Henja Kronenburg

De fotoclub gaat 'gewoon' door

Het grootste deel van de Senver-activiteiten ligt vanwege corona al een jaar stil. Maar wat zeker niet stil ligt is de Senver-fotoclub. Die is al die tijd gewoon doorgedaan. Nou ja, niet helemaal gewoon, maar toch 'dóór'.

De club bestaat al zo'n zes jaar en telt nu veertien actieve leden. Normaal komen ze eens per maand bij elkaar in wijkcentrum Lopes Dias om elkaars foto's te bespreken die ze gemaakt hebben rond een opgegeven thema. Ieder heeft drie foto's mogen insturen, die dan via een beamer op een groot scherm worden geprojecteerd. 'We willen mét en van elkaar leren,' zegt coördinator Agnes Schopmann. Dat leren en bespreken gebeurt onder leiding van Freek Buné ('hij is de meester') die aanwijzingen geeft. Uit de hele oogst aan foto's selecteert een comité van Agnes, Freek, Truus Lankreyer en Bob Mager de 'Foto van de maand', die ook in het Senver-maandblad wordt afgedrukt. Dat fysiek bij elkaar komen gebeurt nu natuurlijk niet. De contacten zijn nu digitaal.

Wat blijft is de opzet: de leden krijgen elke maand een thema voorgelegd, ze maken daar foto's van en sturen die in. De 'fotogekken' (citaat van Agnes...) krijgen alle door collega's ingezonden foto's toegestuurd in een digitaal albumpje en het genoemde viertal bepaalt weer de foto van de maand. Het met elkaar in een zaaltje praten over de foto's is er nu dus helaas niet bij. Maar het fotograferen zélf kan gewoon doorgaan. Daarvoor moet je wél je stoel uit of de deur uit, maar voor het traject daarna niet meer: 'We komen er onze stoel niet meer voor uit, alles gaat nu vanachter de computer.' (citaat van Agnes...)

Buiten schijnt inmiddels de zon op de sneeuw. 'Mooi weer om foto's te maken, Agnes?' Nee, zegt ze, niet nu. 'Jij belt me nu om twaalf uur en dan is het licht niet mooi. Je kunt beter fotograferen voor 10 uur 's morgens en na 3 uur 's middags, dan is het licht mooier.' (tip van Agnes...)

Willibrord Ruigrok

Foto van de maand



'Ik mis ze zo' is het motto van deze foto van de maand van Ans Roodenburg, lid van Senvers fotoclub.

► Vervolg van pagina 1

Woningcorporatie Habion: van verzorgingshuis De Boomberg naar Liv inn Hilversum



Directeur Peter Boerenfijn: 'We dachten: wat gek eigenlijk dat we gebouwen neerzetten waar mensen niet willen wonen. Laten we aan ouderen zelf gaan vragen hoe ze oud willen worden en wat ze daar zelf aan willen doen. Zodat we woningen voor ouderen bouwen waar mensen voor in de rij staan.' En daar is dus Liv inn uit voortgekomen. 'We willen privacy én reuring', zeiden de ouderen. En: 'we willen wel verhuizen, maar niet drie keer, niet dat we eerst verhuizen naar een gelijkvloerse woning, dan naar een verpleeghuis en dan ook nog naar een hospice'. In Liv inn kan elke vorm van zorg geleverd worden. Dat is meteen ook ingewikkeld voor 'traditionele' zorginstellingen, die gewend zijn zorg te leveren op grond van zorgpakketten, lichte zorg voor aanleunwoningen, dan zwaardere zorg voor verpleeghuizen door hoger opgeleid personeel, en dan zijn er ook nog andere eisen voor een hospice. Hilverzorg zag het in ieder geval niet zitten, en trok zich terug uit de Boomberg.

Een aparte kamer om verjaardagen te vieren en kleinkinderen te ontvangen.

Bewoners eigenaar

Zo komen we bij de principes die Habion hanteert bij het oprichten van een Liv inn. Om te beginnen wordt er een actieve 'community' bij elkaar gezocht: voortrekkers die willen meedenken over de opzet en de indeling van het gebouw. Want essentieel is de gedachte dat mensen zelf 'eigenaar' blijven van hun leven en het wonen in Liv inn. Je kunt samen eten en koken in de leefkeuken, maar je kookt zelf en je ruimt zelf ook op (of je laat een maaltijd komen, kan ook natuurlijk). Bij de inrichting van het openbare gedeelte,



het hart, kunnen de meedenkers vijf gezamenlijke leefruimtes kiezen uit vijftien opties die door bewoners zijn geselecteerd. De initiatiefnemers achter de Boomberg – bewoners van de koop- en de huurwoningen en mensen uit de omgeving – hebben gekozen voor onder meer een huistheater en een familiekamer. Wat tenslotte nog een belangrijk principe is, is dat er een open inschrijving wordt gehouden om een zorginstelling te vinden die volgens deze filosofie wil werken. Die dus elk type zorg kan leveren, bij de bewoners die deze zorg nodig hebben. Veel of weinig, dat maakt niet uit.

Verbouwing

Er wordt druk verbouwd aan de Boomberg. De ingang is verplaatst naar de achterkant, naar de wijk in plaats van naar de drukke Vaartweg. Er is een Soos waar het elke donderdagmiddag feest is (corona-tijden uitgezonderd), er zijn muzikoptredens in het huistheater, de fitnessapparaten staan klaar. Het gebouw moet in tegenstelling tot de oude verpleeghuizen geen gesloten bolwerk meer zijn, maar toegankelijk voor iedereen. Wie weet kan Senver er ook een van haar activiteiten gaan houden.

De 'kamers' van de Boomberg worden verbouwd tot tweekamerappartementen, die in juni gereed zullen zijn. De inschrijving start twee maanden voordat de verbouwing klaar is. De verdeling gaat voor een deel volgens de inschrijving bij Woningnet, voor een deel op grond van indicatie. Het resultaat volgens directeur Peter Boerenfijn moet zijn: 'dat mensen ervoor in de rij staan'. Nooit in een verpleeghuis willen wonen? Maar dan misschien wel in een Liv inn...

Ineke van de Rotte



Boerenkool anders, van Henja

Als ik dit schrijf is het ijsig koud en ligt er een dik pak sneeuw. Echt weer voor stevige winterkost. De Hollandse Boerenkool-stamppot met worst kennen we allemaal. Daarom vandaag Boerenkool Anders. Echt de moeite waard om eens uit te proberen.

Hete bliksem en boerenkool

Wie eet er nog wel eens hete bliksem? Ik niet, maar dit recept van hete bliksem en boerenkool is heerlijk. Bereidingstijd ongeveer 30 minuten. Dat is te doen toch? Dit recept is voor 2 personen.

Voor de hete bliksem

- 1 grote of 2 kleine goudrenetten geschild in kleine stukjes
- 400 gram aardappelen geschild en in dezelfde stukjes als de appel
- 1 ui gepeld en in halve ringen.
- Wat olijfolie

Kook de appels, aardappels en ui met wat zout ong. 15 minuten. Giet af, stoom droog en pureer. Breng op smaak met versgemalen peper en een scheutje extra vierge olijfolie.

Voor de boerenkool

- Stukje chorizo in stukjes zonder velletje. (50 gram, meer als je dat lekker vindt)
- 250 gram gesneden boerenkool
- 2 speklapjes
- Amsterdamse uitjes of zilveruitjes
- 1 rood pepertje

Bak de chorizo in een scheutje olie in een grote pan 5 minuten. Voeg de boerenkool toe en laat in 10 minuten gaar worden.

Bak de speklapjes in 10 minuten om en om krokant.

Snijd de Amsterdamse uitjes klein. Gebruik je kleine zilveruitjes, dan kan je die heel laten. Roer ze door de boerenkool en breng op smaak met wat peper en zout.

Halveer de rode peper, verwijder de zaadlijsten en snijd in halve ringen.

Schep de hete bliksem en de boerenkool op de borden. Leg het speklapje er boven op en bestrooi met de fijn gesneden pepertjes. Vind je dat te heet maal er dan wat peper over.

Boerenkoollasagne, vegetarisch

Nodig

- 1 el olie
 - teen knoflook, in plakjes
 - 1 ui in reepjes
 - 400 gram gesneden boerenkool
 - 1/2 el azijn, peper, zout
 - 200 gram nagel- of komijnkaas of belegen kaas geraspt
 - 200 gram uitgelekte kwark
 - Gekookte aardappel schijfjes, voldoende om de bovenkant van de ovenschaal te bedekken.
- Gewoon even zelf koken is lekkerder dan uit een pakje.

Verwarm de oven op 200 graden.

Bak de ui en knoflook glazig, voeg de boerenkool toe en bak 10 minuten op een laag vuur. Breng op smaak met de azijn, peper en zout.

Roer de helft van de geraspte kaas door de kwark en voeg wat zout en peper toe.

Besmeer een ovenschaal met olie, verdeel de helft van de gebakken kool over de bodem, verdeel daar de helft van het kwarkmengsel over. Doe de rest van de kool daar weer over en verdeel daar het kwarkmengsel over. Leg de aardappelschijfjes erop en bestrooi met de overgebleven kaas. Gewoon stapelen dus. Bak de lasagne ongeveer 30 minuten gaar en krokant. Eet smakelijk.



Route van een mooie wandeling over Gooilust



Wie Gooilust zegt, zegt Six en Blaauw. Frans Ernst Blaauw, echtgenoot van jonkvrouw Louise Six, drukte zijn exotische en vooruitstrevende stempel op dit landgoed. Hij legde er zelfs een dierentuin aan, waar de dieren, geheel tegen de gewoontes van die tijd in, niet in kooien en hokken zaten, maar vrij rondliepen op het landgoed. Veel mensen kennen Gooilust onder de naam 'Het bos van Blaauw'. In 1934 erft Natuurmonumenten het landgoed van de familie Six.

Buitenplaats Gooilust wordt gekenmerkt door, hulst langs de lanen, klimopbegroeiing langs de stammen, bamboebosjes her en der en rododendrons op heel veel plaatsen.



De AHA-locatie op Gooiland

De wandelroute

Vertrek

Vertrekpunt infobord na de parkeeroprijlaan aan de kant van 's-Graveland.

- We gaan vanaf het infobord via de oprijlaan de brug over naar de vijver waar je een eerste blik op het huis hebt.
- We lopen naar de voorkant van het huis en bekijken de klassieke elementen. Daarna doorlopen naar de oprijlaan en het huis aan de achterkant bekijken. Je kunt even doorlopen en de bijzondere bomen bekijken. Je komt langs het infobordje over de AHA.
- Daarna terug naar de oprijlaan en rechts de laan vervolgen. Tegenover de Gnoestallen kun je het brede pad opgaan en een rondje om de vijver lopen. Dit is het Sterrenbos met 8 loodrechte lanen naar de vijver. Het is duidelijk een element uit de Franse barokke landschapsstijl. Al op de kaart uit 1770 staat het Sterrenbos ingetekend.
- Terug de laan weer op. Eerste deel heeft drie rijen beuken aan elke kant, na het rondeel één rij.
- Loop voorbij het rondeel naar einde laan. Op dit punt kun je links goed zien wat het effect is van het afgraven van de zandgronden. De Amsterdamse grachten zijn gebouwd op dit zand.
- Op het eind zie je links de dienstwoning van Natuurmonumenten. Je gaat tegenover de dienstwoning rechtsaf. Dit deel is weer typisch Engelse landschapsstijl. Kronkelige paadjes en niveaoverschillen.
- Je vervolgt het pad, negeer het pad rechts. Na de trap rechts het water volgen en doorlopen, na een tijdje zie je rechts een grote weide, genaamd de Paardenkamp. Hier stonden in de tijd van Blaauw de przewalski paarden.
- Op het eerstvolgende pad rechtsaf en steek de weide over. Er staat een bijzonder gebouwtje, het is een folly. Een folly is een decoratie van het landschap, Misschien kun je het interieur zien door het raampje.
- Rechts van de folly ga je het pad op naar de Rododendronvallei. De Rodo's staan in bloei in mei/juni.
- Je gaat linksaf door de vallei, op de vijfspng vóór de boomstronk meteen scherp links over het volgende valeipad.
- Blijf het brede pad volgen, zijpaadjes negeren. Bij de driesprong brede laan blijven volgen tussen de oude beuken en de hulst.
- Op de volgende viersprong rechtdoor langs de slagboom, op het eind rechts.
- Je komt weer uit bij de grote vijver, daar ga je links over de brug terug naar het beginpunt.

Tjepkje Gersjes