



# Lions Club Appelthorn Bulletin 2020 44<sup>e</sup> jaargang



APPELTHORN

Afmelden voor bijeenkomsten bij: Bart Kuis  
E-mail: [b.w.kuis@hetnet.nl](mailto:b.w.kuis@hetnet.nl)  
Telefoon/sms : 06 - 53 34 48 11

---

## Van het bestuur:

### ALV 13 mei 2020 20.00 uur

Het bestuur vraagt jullie aandacht voor een aantal zaken:

1. Bestuurswissel
2. Goede doelen
3. Verzoek van Lions Nederland
4. Besteding deel contributie dat niet gebruikt wordt bij Boschvijver
5. ALV online

Ad 1.

De bestuurswissel wordt uitgesteld tot september '20.

Ad 2.

De Fundraising- en Goede Doelencommissie heeft een voorstel aan de leden gepresenteerd om 1500 euro te doneren aan de Voedselbank in Apeldoorn. Niet alle leden hebben gereageerd maar er zijn geen bezwaren bij uw secretaris binnengekomen.

Wel kwamen diverse leden met suggesties voor andere goede doelen die ook een bijdrage kunnen gebruiken.

Het bestuur stelt voor dat iedereen die een suggestie heeft voor een goed doel, dit doorgeeft aan de Fundraisingcommissie. Zij kunnen dan in een evt. volgende ronde deze suggesties meenemen.

Het bestuur steunt het voorstel van de Fundraisingcommissie om 1500 euro te doneren aan de voedselbank.

Ad 3.

Vanuit Lions Nederland is een verzoek binnengekomen om hun landelijke project te steunen: het opknappen van de Ouder-Kindkamers van het Koningin Maxima Centrum voor Kinderoncologie in Utrecht. Het verzoek is een bijdrage van 750 euro te doneren die dan door Lions Nederland wordt verdubbeld. Voor meer info zie attachment.

Het bestuur wil graag deze bijdrage leveren maar niet zonder de leden gevraagd te hebben.

Graag horen we jullie mening tijdens de online ALV (zie punt 5).

Ad. 4

Vanuit de leden zijn diverse voorstellen gekomen om het geld dat niet opgesoupeerd wordt bij de Boschvijver op een andere manier te besteden. Na rijp beraad heeft het bestuur besloten dat dit in principe geld van de leden is dat ook weer naar de leden terug moet gaan. Ons voorstel is dan ook voor volgend jaar de contributie te verlagen met 100 euro. E.e.a. is door de penningmeester verwerkt in de begroting voor 2020-2021 die op de website te raadplegen is.

Ook hierover polsen we jullie graag tijdens de online ALV.

Ad. 5

En dus willen we jullie van harte uitnodigen om op woensdag 13 mei deel te nemen aan de online ALV die om 20.00 begint.

Cyrol zal iedereen een uitnodiging sturen om via Microsoft Teams in te loggen in de vergadering (een link waar je op moet klikken, da's alles).

Om het ordelijk te laten verlopen zal Bart het woord voeren en leden uitnodigen hun zegje te doen.

De agenda en de begroting staan op de website

Daarnaast kunnen we ook even bijkletsen en horen hoe het met iedereen gaat. Wij hopen dat jullie er allemaal bij zijn.

Namens het bestuur,

Karin

-----

### **Het Apeldoorns Corona dagboek:**

In dit bulletin 3 (!) bijdragen: van Antoine, Hugo en Gerda. Gerda geeft het stokje door aan Folkert Buijs.

Zoals bekend, de opzet is dat dit het Apeldoorns dagboek 2-wekelijks zal verschijnen om de leemte enigszins te vullen nu we de reguliere bijeenkomsten en contacten moeten missen. Het stokje wordt iedere week doorgegeven; zo komt iedereen een keer aan de beurt. Je bent geheel vrij in hoe je het dagboek wilt invullen/verslaan.

NB Als er iemand is die een speciale week meemaakt en die week speciaal met ons wil delen, laat dat mij dan even weten, dan wordt dat natuurlijk er tussen geschoven.

Mijn dank alvast voor iedereen voor hun bijdragen.  
En iedereen vooral een heel goede gezondheid en sterkte in deze merkwaardige periode toegewenst!

Hartelijke groet,

Wilfred

-----

### **De Koningsdagweek van Antoine Joosten.**

Aan mij de eer het dagboek van de Koningsdagweek te schrijven. Voor ik dat doe, neem ik jullie mee naar donderdag 23 april. Op deze dag had ik de uitvaart van mijn vader die vrijdagochtend 17 april is overleden. Mijn vader verbleef al zeven jaar in een verpleeghuis in verband met zijn Parkinson en is gelukkig niet aan het Coronavirus overleden. Al zeven jaar verwachtte ik tijdens de vakantie het bericht dat we terug zouden moeten. En nu is hij in alle stilte heengegaan.

Ondanks alle beperkende maatregelen, is het mogelijk geweest een mooie uitvaart te regelen. Inhoudelijk gezien misschien niet eens anders dan anders. Alleen wel met een zeer kleine groep andere familieleden omdat wij als "gezin Joosten" al met 19 personen aanwezig waren. Daar waar ik dacht dat de emotionele lading hierdoor juist groter zou zijn, was dat niet het geval. Mijn moeder, die vanwege de angst voor het Coronavirus geen mensen in huis wilde hebben en daardoor niet actief deelnam aan de organisatie van de uitvaart, kijkt gelukkig zeer goed terug op deze dag. Groots hoeft in deze niet altijd beter te zijn.

Groots was Koningsdag 2020 niet. Vanzelfsprekend was het een vrije dag. We hebben met ons vieren naar de toespraak van Willem-Alexander gekeken. Nadat we enige spelletjes met de kinderen hebben, waarbij ik weer ben ingemaakt op de airhockeytafel, was er ook tijd enige klusjes

rondom het huis te doen. Deze dag sloten we feestelijk af met een barbecue. Persoonlijk vind ik het altijd weer fijn om bij de barbecue te staan en te genieten van al dat lekkers en elkaar.

Dinsdag 28 april was een relatief rustige werkdag. Dit wil voor mij zeggen weinig (telefonische) afspraken en dus tijd om zaken af te wikkelen. Noemenswaardig voor deze dag is de telefonische afspraak met een advocaat in het kader van een echtscheiding. In dit geval ben ik benaderd door een vrouw die is vertrokken bij haar man. De advocaat van de man had een voorstel gedaan te komen tot een financiële afwikkeling. Het verzoek aan mij is geweest dit voorstel te beoordelen. Op zich geen ingewikkeld vermogen. Een huis, banktegoeden, lijfrente-/kapitaalverzekeringen en natuurlijk een eigen bedrijf. De discussie gaat dan veelal over de waarde van het bedrijf. Het bijzondere in deze casus is dat daar eigenlijk geen discussie over kan bestaan. Waarover de discussies dan wel gingen, laat ik in het midden. De (trieste) conclusie van mijn kant was dat er geen middelen zijn om vermogen te verdelen. Hoe dit gaat aflopen, durf ik niet in te schatten. Hoewel ik al de nodige jaren ook met dit soort werkzaamheden bezig ben, kan de uitkomst alle kanten op.

Binnen ons kantoor houdt ik mij ook bezig met automatisering. Woensdag 29 april vond een Zoommeeting plaats met een van de leveranciers van onze boekhoudsoftware. Zij zijn zich aan het oriënteren op hun strategie en visie voor de toekomst. Gedurende een gesprek van een uur heb ik ze aangegeven wat voor ons belangrijk is.

Deze dag had ik ook een fysieke afspraak met een gepensioneerd ondernemer die klant is bij een collega administratiekantoor. Met de vragen die hij had, konden zij hem niet helpen en verwezen hem door naar mij. De kunst is dan altijd mij niet te begeven op het vlak van de werkzaamheden wat dit andere kantoor doet. In dit geval waren het allemaal vraagstukken op het gebied van het belastingrecht. Wat ik namelijk wil voorkomen is dat een klant het andere kantoor verlaat en bij ons klant wordt. Gelukkig is dat tot op heden nog maar zeer zelden gebeurd en dan zelfs nog in goed overleg.

In de avond hebben we als bestuur van de Lions een overleg gehad. Naast het bijpraten op persoonlijk vlak, hebben we natuurlijk ook gesproken over de leden en de club zelf. De mail met de uitnodiging voor een online vergadering op 13 mei is daar de uitkomst van.

Donderdag 30 april was een zeer gevarieerde dag. Het begon met een afspraak bij een cliënt die vond dat die teveel belasting moest betalen. Daarna had ik op kantoor een afspraak met chirurg die aandeelhouder gaat worden bij een privé kliniek. Deze persoon kende ik niet, en heeft uiteindelijk positief gereageerd op mijn voorstel. Dus ook in deze tijden is het mogelijk nieuwe relaties te verwelkomen. Tijdens dit gesprek hebben

we gesproken over de plannen die hij heeft en wat ik voor hem kan betekenen. Dat is in dit geval naast de gebruikelijke zaken zoals administratie, jaarrekening en aangiften hem voorzien van adviezen over hoe te participeren in de kliniek. Daarnaast het meelesen van de contracten en het maken van een financiële planning.

Een andere activiteit op deze dag was een afspraak met ons communicatie adviesbureau. Dit kantoor ondersteunt ons op diverse vlakken zoals uitingen op social media, website en huisstijl. In dit geval ging het over het positioneren van een zelfstandige afdeling Personeelsdiensten. Doen we dat onder de huidige naam of met een compleet andere naam? Wat het gaat worden, weten we op dit moment nog niet. Dus wordt vervolgd.

Vervolgens is het dan alweer vrijdag 1 mei. Deze dag had ik een afspraak met de penningmeester van Stichting Röntgen Apeldoorn. Op 8 november 1895 heeft de in Apeldoorn opgegroeide Willem Röntgen de naar hem genoemde stralen ontdekt. Dit jaar hebben we dus 125 jaar Röntgenstralen. Deze stichting heeft als doel meer bekendheid te geven aan Willem Röntgen als beroemde oud-inwoner van Apeldoorn. Om dit te bereiken willen in dit jubileumjaar een aantal projecten aan zijn persoon en zijn ontdekking wijden.

In het kader van maatschappelijk ondernemen heb ik het bestuur onder andere van enkele adviezen voorzien op het gebied van de ANBI-status en de kascontrole over 2019 verzorgd.

Het bovenstaande is een weerspiegeling van enkele bijzondere opdrachten gedurende deze werkweek. Werkzaamheden ter ondersteuning van de "Corona-maatregelen" heb ik niet benoemd. Die gaan sinds de bekendmaking nog steeds door. Eerlijk gezegd denk ik dat we hiermee ook nog niet klaar zijn gezien de aangekondigde verlenging. De gebruikelijke werkzaamheden bestaan onder andere uit het beoordelen en bespreken van jaarrekeningen en aangiften, maar vooral uit het geven van adviezen op voornamelijk fiscaal gebied.

Traditioneel is deze periode voor ons als kantoor altijd druk. Dat betekent dat in de avonduren ook de nodige uren worden gemaakt voor onze relaties.

Het weekend van 2 en 3 mei stonden eveneens in het teken van enkele zakelijke uurtjes, de verjaardag van mijn moeder, een klein beetje klussen en genieten. Met minder fysieke (bestuurs)vergaderingen, geen danslessen meer op zondag en minder fysiek contact met vrienden merk ik al snel dat ik mij kan storten in het werk. Daarmee lijkt ik zeker op mijn vader en heb het dus niet van een vreemde. Gelukkig zijn er mensen om mij heen die me ook laten beseffen dat we moeten genieten.

Antoine

-----

## Dagboek Hugo Bolhuis

Het is maar een rare tijd. Ik had nooit gedacht dat ik als chirurg nog eens thuis zou gaan werken.

In de voorbereiding van ons ziekenhuis op de COVID patiënten zijn electieve programma's stil gelegd om materiaal te sparen en een herverdeling van mankracht.

Veranderingen van de routing van patiënten.

Ik zal dit wat nader uitleggen. Wat dan ook een verklaring is van de verandering van mijn weekschema.

Mensen zijn bang geworden voor de zorg. Ze denken dat contact met de zorg een kans geeft op het besmet raken met het COVID 19 virus al denk ik dat je in de supermarkt meer gevaar loopt.

Het ziekenhuis heeft enkele afdelingen voor alleen COVID patiënten , een afdeling voor nog niet bewezen COVID patiënten waar de mensen in isolatie liggen. Zodra de testen bekend zijn gaan ze naar de COVID afdeling of naar een schone afdeling. COVID afdeling is een aparte bouwlaag in het ziekenhuis.

De IC afdeling heeft 14 plaatsen. Deze zijn bestemd voor COVID patiënten. Dus ook een aparte afdeling.

Een deel van de uitslaapkamers is omgetoverd tot niet COVID IC , 5 bedden.

De SEH had altijd al een deel met bedden voor observatie en diagnostiek voor bv internistische patiënten en chirurgische patiënten met bv buikpijn.

Ook een deel met brancards voor mensen met wonden of fracturen.

Het deel met de bedden is nu alleen bestemd voor COVID verdachte patiënten. Niet COVID verdachte patiënten met buik of bloedvoorzieningsproblemen gaan naar de ernaast gelegen poli van de chirurgie.

Ook de patiënten voor de internist of MDL enz.

Mensen met fracturen gaan direct naar de gipskamer van de chirurgen en orthopeden.

Dit moet natuurlijk allemaal bemand worden.

De merendeel van onze 24 assistenten, hiervan zijn er 8 chirurgen in opleiding, 1 vooropleiding orthopedie, 6 in opleiding voor tropenarts en verder niet opleiding assistenten, zijn uitgeleend. Enkele die al een periode op de IC hebben gewerkt voor de opleiding doen mee met de diensten als assistent van de IC artsen.

Een deel doet mee als assistent in de diensten voor de longartsen en de internisten (voor de CORONA).

Ook een 5-tal chirurgen doet mee in de poel van assistenten voor de IC. Deze chirurgen doen dan natuurlijk minder chirurgen diensten.

Ook de helft van de operatieverpleegkundigen werken op de SEH als ondersteuners voor de verpleging. En een deel van de anesthesiemedewerkers werkt als ondersteuner van de IC verpleegkundigen.

Hierdoor zijn we in Apeldoorn van 10 operatiekamers functioneel terug gegaan naar 2 operatiekamers.

Nu gelukkig al weer naar 4 en zijn dit aan het uitbreiden.

De polikliniek werkt nu ook geheel anders. We zijn nu een soort call centrum . Enkele patiënten zien we op de poli maar wanneer het even kan hebben we alleen telefonisch contact. Zoals ik al vertelde gaan mensen liever niet naar het ziekenhuis maar ook niet naar de huisarts. Het gevolg is wel dat we vaker mensen te laat zien. Bv we zien nu veel vaker een appendicitis met buikvliesontsteking, dus helaas net een dag of paar dagen te laat naar de dokter. Dit geldt ook voor de acute galblaasontsteking.

Nu tijd voor een week van mij.

### **Dinsdag 28-4.**

Ik begin maar eens op de dinsdag 28-4 de dag na Koningsdag.

We starten altijd om 7.30 uur met de overdracht. Ik ben er om 7.15 uur. Eerst schone broek en jas halen en omkleden.

De overdracht is lang, 4 dagen vrijdag tot dinsdag ochtend. Alle operaties, opnames en problemen van opgenomen patiënten. Hierna snel naar de Röntgen afdeling om de foto's van de laatste 24 uur met de radioloog te bekijken/controleren met de brieven of er niets gemist is en het juiste beleid is bepaald.

Ook de andere SEH brieven controleren zodat deze naar de huisarts kunnen worden verzonden.

Dit is een verplichting opgelegd aan alle ziekenhuizen door de ziekenhuis verzekering (MediRisk).

Naar de trauma afdeling {B6} waar alle patiënten liggen na een breuk of ongeval van de chirurgie en de orthopedie, hier hebben de trauma chirurgen de supervisie over. Er is altijd op de dinsdagochtend een MDO, Multi Disciplinair Overleg. Hier zijn bij aanwezig een trauma chirurg, afdeling assistent, orthopeed, geriater, fysiotherapeut, diëtiste, transfer bureau medewerker,

Vaak microbioloog. Hoofdzuster en de zuster welke bij de besproken patiënt hoort. Ik geef toe dat we de 1.5m niet volledig halen. Wanneer allen besproken, wat er minder zijn dan normaal. De kwetsbare oudere (waar ik nu ook bij hoor) zijn minder buiten en minder op de fiets. Ook zijn de sportclubs dicht. Natuurlijk zorgen de thuisklusers nog wel voor enige trauma zorg.

Deze ochtend had ik zowaar nog enkel ingrepen onder plaatselijke verdoving. Deze programma's zijn allemaal tijdelijk gesloten maar nu

moest er een biopsie plaatsvinden op verzoek van de neuroloog en een re-excisie van een huid kanker. Wat moet, gaat ook gewoon door.

Tijdens de boterham even mail proberen weg te werken en wat overleg over 1.5m in de organisatie met andere chirurgen die ook lunchen. Ik heb deze dag achterdienst dat wil zeggen dat ik de eerst bereikbare ben voor de trauma chirurgie en de eerste hulp voor andere dingen. De eerste dienst heeft een collega die ook opleider is en voorzitter is van de landelijke vereniging voor chirurgische gastro-enterologie ( kijkoperaties voor alles in de buik).

Hij vertelde dat hij mee moest doen met een webbenar van de vereniging voor heilkunde en vroeg of ik deze tijd even kon oppassen. Altijd prima. Ik heb het geluk dat ik in een prima vakgroep zit waar we alles voor elkaar doen in een geweldige sfeer. Dit is een zeldzaamheid voor medisch specialistische vakgroepen of maatschappen.

Middag poli van 13.00

21 contacten waarvan 5 visueel. Deze op de poli en een paar op de gipskamer wat naast de poliruimte is.

Het voordeel van COVID is wel dat men meer thuis is en dus beter bereikbaar ondanks vooraankondiging dat er gebeld gaat worden.

16.00 uur weer overdracht. Hier wordt besproken welke acute operaties er hebben plaatsgevonden en wat er nog moet gebeuren. Ook of er nog potentiële problemen op de afdeling zijn.

Hierna naar de operatie afdeling om iemand van een ontsteking (abces) af te helpen.

Er moest nog een galblaasoperatie plaatsvinden maar de gynaecoloog moest er tussendoor. Dus maar weer even wachten. De webbenar ging starten dus de galblaasoperatie mocht ik gaan doen. Pas start rond 19.30 weer heel vies ontstoken en dus lastiger. Pas 2 uur later ook klaar met de bijbehorende administratie. Webbenar was ook klaar inmiddels. Snel naar huis en nog even eten. Caroline vroeg zich af of ik wat in te halen had na het lange weekend (koningsdag).

Gelukkig in de nacht niet gestoord daar de achterdienst doorloopt.

#### **Woensdag 29-4.**

Weer starten 6.20 uur wakker. Douchen, krant, boterham en koffie. 7.15 uur in het ziekenhuis en weer schoon pak halen. 7.30 uur overdracht en gevolgd door de bespreking op de röntgen afdeling. Even langs de afdeling of er nog problemen zijn. Het is in deze tijd wel dringen om een plekje op de operatie kamer te krijgen. Ik had tussen 9 en 10 uur een ingreep, gebroken pols voor plaatfixatie, ging precies volgens schema. Om 10.00 uur weer poli maar niet zo druk , paar gezien en een paar om te bellen.

12.30 uur IC bespreking. Dit is een dagelijks gebeuren waar altijd een chirurg bij aanwezig is. De COVID worden zonder de chirurgie besproken. Hier hebben we toch geen goede bijdrage te leveren.



Snel een gips spreekuur voor bespreken met een assistent zodat voor alle patiënten op de gipskamer een beleid is bepaald. Er was namelijk in de afgelopen nacht een kwetsbare oudere opgenomen met een gebroken heup na val in huis. Ik kon rond 14.45 uur deze patiënte opereren. Hierna weer naar de gipskamer om te zien of er nog problemen waren. 16.00 uur overdracht. Nog even rond langs SEH en afdeling. Mail opruimen en even naar huis bellen om Caroline te waarschuwen dat ik ook weleens op tijd thuis kan zijn. 17.50 uur thuis.

Gezamenlijk, Caroline en ik , eten. Caroline moet op tijd eten en meestal lukt het niet om op tijd thuis te zijn.

Wandeling met onze dwerg teckel ergens in een bos.

Rustige achterdienst avond en nacht.

### **Donderdag 30-4**

Deze dag ben ik vrijgesteld maar oproepbaar voor zo nodig. Dit is dag zo'n dag van "thuiswerken".

Ik had al eerder een deel van de zolder opgeruimd

En klaar voor de stort. Ik ging er van uit dat iedereen wel zo een beetje klaar zou zijn met alles naar de stort brengen. Dit is een illusie. Ik stond er een half uur vooropening en was na 50 minuten binnen.

Later op de dag een keer naar Foenix om oude boeken, studie, te storten. Hier kon je gewoon door rijden.

Ik had voor een nieuwe babykamer een vliegtuig boeken plank gemaakt waarvan ik de propeller en de wielen nog van moest schilderen.

Verder natuurlijk wandelen voor mijn stappen teller  
14.602 voor die dag.

In de avond nog mijn poli van de vrijdag voorbereid.

### **Vrijdag 1-5 dienst.**

Weer als gebruikelijk start 7.15 uur in het ziekenhuis schoon pak en overdracht om 7.30 uur.

Voor mij in de loop van de dag nog iemand met een gebroken heup. Maar eerst natuurlijk de röntgenfoto's van de vorige dag met de radioloog bespreken en om 8.30 uur start de poli. 27 contacten waarna 4 visueel op de poli. Een 5de jaar opleiding assistent gaat voor me naar de IC bespreking wat later besproken wordt. De middag supervisie op de SEH. Het is niet zo druk voorde heelkunde en niet voor mij 5 verdenkingen COVID.

In de loop van de middag wordt onder mijn supervisie een abces gedraineerd op de operatie kamer.

Om 15.00 uur kan ik de patiënte met de gebroken heup opereren. En 16.00 uur weer overdracht. In de avond nog een kleine ingreep op de operatie kamer en verder wat onrust in de diagnostiek met verder conservatief behandelplan. Rond 10uur naar huis.

Goede ervaren assistent 4de jaar voor de nacht. Om half 12 nog wat telefonisch met haar doorgesproken. Verder de nacht rustig.

### **Zaterdag 2 mei heb ik achterdienst**

Ochtend hondenwandeling en ruim krant lezen.

Gebeld uit Zutphen en met de Röntgenfoto mee gekeken en een advies gegeven over te verrichten operatie voor een gebroken bovenbeen/heup bij een oudere dame hetgeen de chirurg daar prima zelf kon doen. Hoefde ik niet heen. Nieuw stukje bos ontdekt met de hond en eind van de dag naar het ziekenhuis voor röntgen bespreking, maar was weer binnen het uur thuis. Rustige avond en nacht.

### **Zondag 3 mei weer dienst.**

Overdracht in het weekend is om 9.00 uur.

Stukje visite maar kon al voor 11 uur op de operatiekamer beginnen met een hele zieke patiënt met een ontstoken galblaas. Verder nog 4 operaties die dag .

Voor 23 uur die avond thuis. In de nacht nog 4 maal gebeld voor overleg maar hoefde niet naar het ziekenhuis. Maandag en dinsdag vrij.

Kwam tot de ontdekking dat er nu bij Foenix ook een rij is van ruim ½ uur en dus maar even overgeslagen.

Tijd om de groene container maar te vullen door in de tuin te werken.

COVID lijkt iets rustiger te worden. Van 3 afdelingen met COVID of verdenking op zijn we al terug gegaan naar 2 afdelingen voor 1/3 bezet. IC ook niet meer vol met COVID .

Er gaan ook langzaam weer meer operatie kamers open. Het operatie personeel wordt langzaam weer terug gehaald van de uitleen ondersteuning SEH en IC.

Op naar het nieuwe normaal.

Hugo

-----

### **Dagboek Gerda Welleweerd**

Laat ik mijn Corona-dagboek beginnen met hoe Henk en ik de Corona-crisis beleven vanuit onze Veessense bubble. Want zo zie ik het. Als ik uitkijk vanaf mijn werkkamer, zie ik de prachtige boomgaard van de buurman, daarachter de IJsseldijk en de IJssel. Bij hoogwater kan ik de grotere binnenvaartschepen langs zien komen. In mijn uitzicht is er niks veranderd. Het was al rustig en dat is het nog steeds. In een dorp als Veessen is het eenvoudig afstand houden: het is er ruim en kom je wandelaars of fietsers tegen, dan kan je elkaar ruim op afstand passeren. Het lukt mij best goed om me in deze bubble veilig te voelen.

Denk ik wat verder door, dan raakt de crisis ons dorp wel degelijk. Heerde, waar Veessen onder valt, is een brandhaard hier op de Veluwe, met een hoge score (242 ziekenhuisopnames per 100.000 inwoners). Eén van de verzorgingshuizen is zwaar getroffen, onze burgemeester is zelf ernstig ziek geweest, in ons dorp zijn twee mensen overleden, mijn hulp en haar gezin zijn ziek geweest. En toch, zelf ben ik niet angstig, ik houd me aan de regels en ik doe veel om mijn weerstand op peil te houden door gezond te eten en veel te wandelen.

Henk en ik hebben het geluk in een mooi huis te wonen, met allebei een eigen werkkamer. Hoe luxe is dat! Henk werkt nog ca. 2 dagen op kantoor. Ons thuiswerken kan rustig plaatsvinden; we hebben geen kinderen meer in huis en alleen af en toe wat lastige katten ('ik hoor een kind bij jou op de achtergrond, nee hoor, dat is mijn kat'). Het gaat goed met onze beide zoons en dat is heel fijn. En dat we voor een tijd niet naar Londen kunnen om onze jongste op te zoeken? Ach, lang leve het beeldbellen.

### **Zondag 3 mei 2020**

Start van de dag met een heerlijke wandeling in het Zwolsche Bos. We lopen hier bijna elk weekend een prachtige rondwandeling door bos en hei. Door de weeks lopen we meestal in en om Veessen. Daarna lekker ontbijten en daarna 'binge watchen'. Daar ben ik normaal gesproken niet zo van, maar ja, in tijden dat je meer tijd over hebt, vind ik dit toch wel leuk om te doen. De afgelopen weken kijken we telkens afwisselend naar The Crown, After Life (inmiddels seizoen 2 bekeken, een aanrader!) en Ozarks. In de middag doen we een spelletje.

### **Maandag 4 mei**

Op de maandagochtenden wandel ik altijd met een vriendin. Daarna heb ik 2 belafspraken met klanten. De eerste afspraak is met een directeur van een thuiszorgorganisatie in Arnhem. Ik ondersteun hen bij hun kwaliteitssysteem. Vanochtend vragen ze me om mee te kijken hoe ze kunnen voldoen aan alle inkoopvoorwaarden van de gemeente Arnhem, hun opdrachtgever bij de WMO. Mijn tweede telefoongesprek is met een manager P&O van mijn grootste en trouwste klant, die ik al sinds 2006 ondersteun bij hun bedrijfsvoering in allerlei tijdelijke projecten. Sinds 2014 doe ik dit ook middels training en coaching t.a.v. vitaliteit en werkgeluk, behoud van vakmanschap en loopbaanvaardigheden. Deze keer bellen we echter over een nieuw, klein klusje, nl. het actualiseren van een paar functiebeschrijvingen en -waarderingen. Ik moet zeggen dat ik daar wat minder warm voor loop, maar ach, op dit moment wil en kan ik niet kieskeuring zijn. Door de Corona-crisis heb ik als zzp'er veel minder werk te doen; de maanden maart en april waren nog goed, maar nu loopt het hard terug.

### **Dinsdag 5 mei**

Bevrijdingsdag vandaag. Er staan geen bijzonderheden op de agenda. Ik krijg vanochtend wel een bericht van een klant, waar ik deze woensdag heen zou gaan in Amsterdam, maar helaas, de afspraak kan niet doorgaan. Er is een patiënt met klachten binnen gekomen en tot duidelijk is of deze Covid-19 heeft worden er geen bezoekers ontvangen. We spreken af om af te wachten en de afspraak te verschuiven naar volgende week; indien mogelijk op locatie, anders zullen per Zoom. Ik merk dat het annuleren van deze afspraak me een domper geeft. Waar ik tot begin maart zeker 3 dagen in de week op pad was, mag ik nu blij zijn als dit 1 keer per week is. Dat voelt dan echt als 'buiten spelen'. Maar helaas, hopelijk volgende week weer. Ik rommel dus wat door de dag heen. 's Avonds een lekkere wandeling in Veessen.

### **Woensdag 6 mei**

Weer een lege dag in de agenda. En ik word er heel sloom van. Wat ik moet (?) doen, doe ik in een slakkentempo, waardoor ik de hele dag bezig ben met weinig resultaat. De kleinste dingen vind ik al teveel, terwijl ik daar als ik het druk heb mijn hand niet voor omdraai. En tja, waarom vandaag doen, als het ook nog morgen kan? Zo heb ik al langer de wens én noodzaak om een nieuwe website te (laten) maken. Mijn oude is echt oud, dat kan gewoon niet meer. Als ik na-Corona ook weer leuk en betaald werk wil doen, zal ik toch zelf hiertoe het initiatief moeten nemen. Waar ik mijn vrijheid als zzp'er enorm waardeer en ik ook echt niet anders wil, ervaar ik dit wel eens als lastig: jezelf aan de gang houden en motiveren.

### **Donderdag 7 mei**

Maar vandaag bel ik dan eindelijk iemand voor mijn website. Ik vertel haar dat de mijne inmiddels sterk verouderd is en dat ik mijn dienstverlening de laatste jaren heb verlegd naar training en coaching t.a.v. werkgeluk, vitaliteit en een gezonde leef- en werkstijl. Ze gaat kijken naar mijn huidige website, zal een offerte maken en maandag praten we verder. 's Avonds volg ik een webinar van over de relatie tussen Obesitas en Covid-19. Erg interessant, voor mij als niet-medicus af en toe onnavolgbaar, maar t.a.v. weerstand en leefstijl goede inzichten gekregen, waar ik wat mee kan in de praktijk.

### **Vrijdag 8 mei**

We starten de dag weer met een lekkere boswandeling. Verder een beetje rommeldagje. Wat klusjes in en om het huis, boodschappen doen. En genieten van het mooie weer!

### **Zaterdag 9 mei**

In de ochtend maken we een fietstocht van zo'n 26 km. Vanuit ons huis fietsen we het dorp uit, de nieuwe dijken van de hoogwatergeul op richting het noorden. Een prachtig open weidelandschap. Daarna de bossen en de heide van Heerde; over de snelweg heen naar het Heerder strand en via het rivierenlandschap ten zuiden van Veessen weer terug.

Een heel afwisselende tocht, die al het moois bij ons in de buurt in zich heeft. 's Avonds nog een lekker BBQ met onze oudste zoon en vriendin.

En hiermee eindigt mijn keek op de week. Ik wens iedereen alle goeds en vooral gezondheid toe. Keep safe!

Gerda

-----

### **Binnengekomen bericht van de ISA:**

Beste ISA ambassadeur,

Hoop dat alles goed met je gaat in deze bijzondere tijd. De reden dat ik je mail is het volgende (vergt enige uitleg): er gloort een potentieel interessant project aan de horizon, dat geknipt is voor onze gezamenlijke aanpak als ISA, omdat het naar mijn mening maatschappelijk zeer nuttig is, maar de mogelijkheden van de individuele clubs overstijgt.

Zoals je weet zijn wij al een tijdje op zoek naar een meer zinvolle rol van ISA en dit project past zeer goed bij dit streven. Het gaat om het Gelre Ziekenhuis in Apeldoorn, en wel de Intensive Care afdeling. Daar heeft men een tijd terug (al ver voor de corona-uitbraak) een plan ontwikkeld voor een 'uitloopruiimte' van de IC, d.w.z. een serre en daktuin. Het schijnt dat patiënten op de IC, jong en oud, enorm opknappen en sneller genezen als ze af en toe eens naar buiten kunnen, met bed en al. Dat is technisch mogelijk, alleen ontbreekt het aan zo'n uitloopruiimte, d.w.z. een plek buiten, maar binnen het ziekenhuis, die voldoende is toegerust. Denk aan de tbc patiënten van vroeger, die in bed op de veranda's van de paviljoens aan het kuren waren.

Als ISA bestuur vinden wij dit een mooi, uitdagend en passend gezamenlijk project onder de vlag van / geïnitieerd door ISA. We hebben inmiddels een werkgroep gevormd en willen nu eerst toewerken naar een presentatie voor de clubs om iedereen te informeren en draagvlak te creëren (go/no go).

Het is de bedoeling dat er een aparte stichting wordt opgericht voor dit project gezien de omvang en om de geldstromen transparant te houden en separaat van ISA. De kosten worden geschat op circa vier ton maximaal. Een precies budget of projectplan is er nog niet, wel een eerste tekening. Reguliere financiering voor dit project is heel lastig, omdat het een extra voorziening is. Wij zouden ons als clubs inzetten om met z'n allen de financiering rond te krijgen, tevens kijkend naar (bedrijfs)sponsoring, subsidies en fondsen, daarbij ook overheden

betrekkend (gemeente en provincie). Dit alles in nauwe samenwerking met Gelre Apeldoorn en de Vrienden van Gelre. Nadrukkelijk zijn we ook op zoek naar expertise binnen de clubs die van pas zal komen (econoom/vastgoedspecialist, architect, constructeur, marketeer, etc.).

Op dit moment hebben wij het volgende verzoek:

Kun jij binnen je club iemand naar voren schuiven die de virtuele Teammeeting over dit project kan bijwonen (gepland voor volgende week), en die het project verder zal willen uitdragen en behartigen binnen je club?

Je mag dit natuurlijk ook zelf doen, maar dat hoeft niet. Mail mij alsjeblieft zo spoedig mogelijk de naam en het emailadres van de contactpersoon / aanjager voor dit project binnen jouw club. Ik ben zeer benieuwd naar je reactie, en laat vooral ook weten als je vragen hebt.

Hartelijke groet,  
Namens de werkgroep Gelre,  
Flip Kips  
voorzitter ISA

-----

### **Het verhaal van de Gezonde Pauzeoppeppers:**

Heel hartelijk dank aan iedereen die op welke manier dan ook heeft meegeholpen aan dit initiatief! Het is een succesvolle actie geweest waar mensen veel plezier van hebben gehad.

Nieuwsgierig naar de cijfers?

Er zijn in 1 week 601 donaties gedaan. De totale opbrengst was 5272,25 euro.

Daarmee was er genoeg geld om alle corona gerelateerde afdelingen bij het Gelre Ziekenhuis in Apeldoorn mee te laten genieten.

Aan gemiddeld 165 medewerkers die werken op de IC, op de Corona-afdeling, op de Spoedeisende hulp en in de Luchtwegtent zijn vanaf half april tot 8 mei 3x per week verschillende gezonde pauzeoppeppers geleverd. Dat zijn in het totaal ongeveer 4350 oppeppertjes.

De ondernemers die hun producten hebben geleverd zijn Ans Kros, Jerry Kolfoort, Sjoerd en Leida Veeneman, De Nootzaak, Het Kaaslokaal, Bakkerij Keurhorst, Marcel's Kaas, Central Park, Boerenhart Veluwe, Bakker Piet, Tuinderij Doorn, Zuivelboerderij IJsseloord, Mayke, Thea, Dragica, Hanos, Sligro en Daan Meurs.

In het ziekenhuis zijn alle oppeppers over alle afdelingen verdeeld door Larissa Derksen, eventmanager, die dit geweldig en op geheel vrijwillige basis heeft gedaan.


Dus: een prachtig resultaat en dankzij iedereen zijn de doelstellingen behaald!

Nogmaals hartelijk dank en een gezonde, oppeppende groet van

Lisette van de Weg

-----

## PROFICIAT....

	
<b>MEI:</b>  <b>07 mei</b> <b>08 mei</b> <b>15 mei</b> <b>23 mei</b> <b>25 mei</b>	<b>Ada van Exel</b> <b>Klaske Becude</b> <b>Joris Rietveld</b> <b>Marjan Bleize (Ron Bleize)</b> <b>Else Buis</b>



# Lions Club Appelthorn

