Die DROOMGENOOT

WINTER 2020

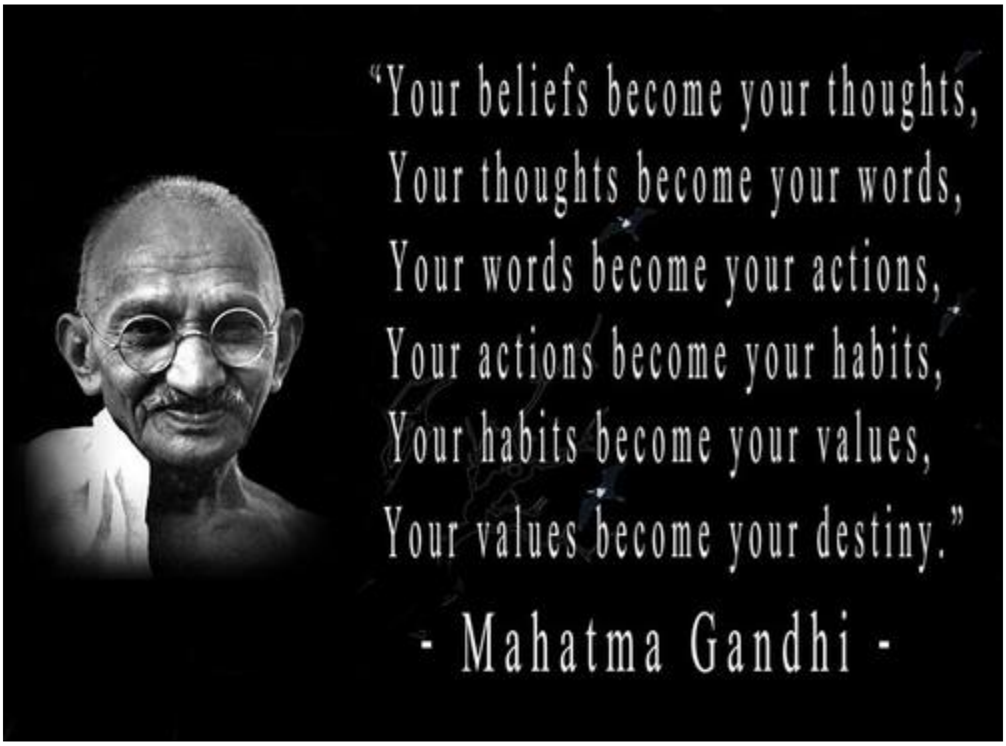
droom
DIENS AAN RIVERSDAL
& omgewing

Die DROOMGENOOT

Hallo Almal,

Vandag is dit winter in die Kaap, vaal en triestig met reën. Ek gee natuurlik glad nie om nie – met 'n beker koffie langs my en die kans om met julle te gesels is my dag glad nie vaal en triestig nie.
Ek hoop almal is nog gesond en aan die gang. Ek word toe verkeerd bewys, hierdie tannie Corona is nog steeds met ons!! Ek glo en vertrou dat almal al beter weet hoe om dit te hanteer. Ek kon darem al 3 weke gelede weer werk toe gaan.
Ons moes alles skrop en skuur, ontsmet en weer skoonmaak. Daar is soveel nuwe reëls en regulasies wat aan almal oorgedra en verduidelik moes word. Op 6 Julie mag ons eerste groepie kinders terugkeer na die kleuterskool. Alles is in plek om hulle te ontvang, maar ai……. Hoe sê jy vir 'n kind hulle mag nie naby mekaar speel nie? Of hulle mag nie hulle juffrou 'n drukkie gee nie!!
Ek glo en vertrou egter steeds dat ons die regte ding op die regte tyd sal doen en dat ons volgende jaar kan terugkyk op 2020 en 'n sug van verligting gee omdat ons kan terugkyk en sê: We made it!!!

Onthou om altyd die positief raak te sien en te glo alles sal weer na die "nuwe normaal" terugkeer, ons sal weer saam met ons kinders en geliefdes kan kuier, lag en gesels.



Groete
Lise Veldsman
Tel: 082 776 2595
Faks: 086 6133 804
E-pos: lise@droomriversdal.co.za

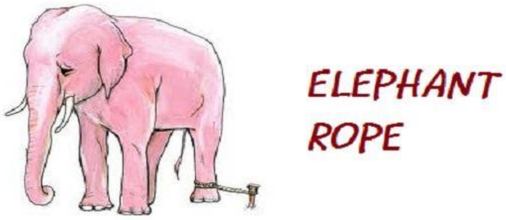
UIT DIE BAAS SE STOEL

Aan alle lesers,

Eerstens is dit heerlik om weer met julle te kan gesels. Voorwaar in 'n snaakse, moeilike tyd, met heelwat veranderinge, waarvan sommige blywend gaan wees. Ons lewens het oornag verander met geweldige uitdagings. Ek wil egter noem dat uitdagings mense laat groei en ons die bes moontlike moet doen. Dit is mos nie ons alleen nie, maar met die hulp van ons Hemelse Vader kan ons mos die onmoontlike stormloop.
Voor die nasionale inperking begin het, het Droom reeds sy deure gesluit. Vir ons bejaardes is dit nogal moeilik om die erns van die saak te verstaan. Sommige dink ons behandel hulle soos kinders, maar ons pas net wetgewing toe. Hierop kan ek net noem dat daar protokol in plek is, tussen die provinsiale departemente van Maatskaplike ontwikkeling en Gesondheid, oor die moontlike uitbreking van die koronavirus by ouetehuise. Die Wet op Ouer Persone gee die departement van Maatskaplike ontwikkeling ook die reg om residensiële geriewe te monitor en te verseker dat daar voldoen word aan die standaarde om ouer mense te versorg. Ons moet onthou dat ouer mense se risiko die grootste is, maar dat almal verantwoordelik moet optree om die verspreiding van die virus te voorkom.
Verder moet ons alle gesondheidswerkers en versorgers ondersteun, veral dié wat ouer mense versorg. Droom voorsien die nodige medikasie aan sy versorgers om hul immuunstelsel te versterk.
Gedurende die tydperk sedert die oorspronklike inperking, het ons ook 5 sterfgevalle gehad wat 'n enorme gat gelaat het. Kamers wat leegstaan maak ons finansies geweldig seer en opnames is gedurende die tydperk opgeskort. Vanuit 'n finansiële oogpunt het die besigheid ook geweldig skade gely. Daar moes talle onbeplande items aangekoop word. Alternatiewe reëlings moes in plek kom en maandelikse donasies en basaar inkomstes het opgedroog.
Afgesien hiervan is ons geweldig geseënd. Tot op datum kon ons dit regkry dat nog geen inwoner or werknemer positief getoets is nie. Dankie aan elke werknemer van Droom wat alles in hul vermoë doen om ons inwoners te versorg en veilig te hou.
Die ding wat tans die oorhand begin kry, is die besoek en kontak met kinders en vriende. Besoeke word tans gereël, onder streng voorwaardes. Dinge soos Skype, Zoom en facetime word gereël vir die kinders wat 'n ouer wil gesels.
Vermaak in die tehuis is ook verdubbel en hier doen ons sosiale koördineerder 'n enorme werk.
Sosiale en virtuele media tov kommunikasie en vergaderinge is aan die orde van die dag en beslis hier om te bly.
Van my kant wil ek elke inwoner en werknemer bedank dat hulle verstaan, of soms net probeer verstaan. Aan Oom Johan Oosthuizen duisende dankies vir jou bydrae asook kerkdienste gedurende die tyd. Vir die kinders se aanmoediging en voorbidding en soms opbouende eposse of briewe - 'n groot, groot dankie.
Ons op Riversdal is voorwaar geseënd en wil ons opregte dank aan ons Hemelse Vader uitspreek dat hy ons veilig in Sy hand hou en beskerm.

Chris Veldsman
Bestuurder
DROOM

The Elephant Rope (Belief)



A gentleman was walking through an elephant camp, and he spotted that the elephants weren't being kept in cages or held by the use of chains.

All that was **holding them back** from escaping the camp, was a small piece of rope tied to one of their legs.
As the man gazed upon the elephants, he was completely confused as to why the elephants didn't just use their strength to break the rope and escape the camp. They could easily have done so, but instead, they didn't try to at all.

Curious and wanting to know the answer, he asked a trainer nearby why the elephants were just standing there and never tried to escape.

The trainer replied;
"when they are very young and much smaller we use the same size rope to tie them and, at that age, it's enough to hold them. As they grow up, they are conditioned to believe they cannot break away. They believe the rope can still hold them, so they never try to break free."

The only reason that the elephants weren't breaking free and escaping from the camp was that over time they adopted the belief that it just wasn't possible.

Moral of the story:
No matter how much the world tries to hold you back, always continue with the belief that what you want to achieve is possible. Believing you can become successful, is the most important step in actually achieving it.

SOSIALE BYEENKOMSTE

"Wat vertel jy my nou?", dit klink mos bekend, daardie lekker ou 'rympie' wanneer ons iets hoor wat nou regtig die belofte van 'n sappige stukkie inligting inhou. Ek hoor sommer die antwoord - "Regtig, ek's dood ernstig, die 'plaag' het ons wêreld kom kop-onderste-bo draai".

En ongelukkig is dit so, vanaf middel Maart het die korona-virus ons almal se wêrelde liederlik kom omdop, veral vir die inwoners van die twee Tehuise.

Eers is alle Woensdae se Droomsaal aktiwiteite onmiddelik tot halt geroep (18 Maart), kort daarna word gedeeltelike isolasie aangekondig en die daarop volgende week, algehele isolasie. Niemand het voorsien dat die jaar so sou ontwikkel nie, vlak 5 inperking was ongelukkig die voorland vir Droom se Inwoners, vir hulle eie belang en beskerming. Alles moontlik is in plek gekry om te voldoen aan die Gesondheidsdepartement se standaarde. Op sosiale vlak is aktiwiteite vermeerder van drie- tot vyf maal per week, Maandae tot Vrydae. Inwoners moet nou éérs besig bly om die tydperk van isolasie beter te hanteer.

So lees ek die volgende in 'n ou Rapport berig getiteld "Moenie ophou trap nie", geskryf deur Piet Muller, 10 Oktober 1993. Muller praat van hoe mense se persepsie oor ouderdom deur die jare verander het, maar die kern van sy boodskap was: "Moenie ophou aktief bly nie, hoe ouer jy word hoe meer aktief moet jy bly". Die rede is eenvoudig, verouder deftig en bly 'n verskil maak, nie net vir jouself nie, maar ook vir die wêreld rondom jou. (Daarom die beeld van fietsry wat hy gebruik in sy artikel met die woorde moet nie ophou trap nie.)

Dit bring my by die Tehuise se aktiwiteite en hoekom die inwoners nie moet ophou trap nie en nou nog meer moet probeer trap.

Jan Lange spog met aktiwiteite wat varieer van Rummicub, Bingo, kaartspeel, verskeie handvaardighede, 'n DVD vertoning elke Vrydag, pannekoek bak, muffins versier, sitkamer-krieket en –sokker, volley bal en jukskei.

Daar is tydskrifte en boeke om te lees, die sitkamer is omskep in 'n area waar verskeie speletjies gespeel kan word. Vingerbord, slangetjies & leertjies, skaak, dum-bord, kaartspeel, legkaarte wat gebou kan word, 'noughts & crosses. 'n Groot TV skerm met DSTV programme wat enige tyd gekyk kan word en elke middag 'n boekvoorlesing, behalwe Saterdae en Sondae. Die eredienste van die
NG Moederkerk wat Sondae oggende in beide Tehuise se sitkamers direk uitgesaai word, is hervat vanaf Junie wat ook 'n lafenis bring in die uitdagende tyd.
Daar is een Vrydagoggend heerlike Boeresport gespeel wat amptelik geopen is met 'n lint wat geknip is deur Mnr Veldsman.

Ou Meule spog ook met verskeie aktitwiteite wat varieer van individuele kamer besoeke wat deurentyd plaasvind, aktiwiteite in die sitkamer, sonkamer en binnehof (afhangende van die weer), individuele/groepe geestelike besoeke, oefeninge op die maat van musiek en DVD vertonings vir almal, een maal 'n week. Ook met 'n groot TV skerm waarop DSTV programme deur die dag gekyk kan word. Tydskrifte en boeke vir die wat eerder wil lees.
Alhoewel dit 'n tyd vol uitdagings is, is dit werklik bemoedigend om die veggees van inwoners te ervaar. Dankie aan die wat bereid is om atkiwiteite te help aanbied, want vrywilligershulp is tydelik opgeskort. Daar is ook die wat vir mekaar gaan kuier en bemoedig. Die mooi tonele wat afspeel agter die skerms, die klein dingetjies wat gebeur van omgee, bemoediging en aanmoediging. Hulle is die 'engele/helde' in die tyd!
'n Groot dankie gaan ook aan die Droomkantoor se personeel, asook die Tehuise se verpleegpersoneel wat daagliks stil-stil die ekstra myl stap om inwoners sosiaal te ondersteun en meer as net hulle werk doen.
Ek wil nog steeds 'n pleidooi rig aan inwoners - moenie laat die virus jou oud maak nie, moet nie ophou trap nie, bly deelneem aan aktiwiteite of wees net 'n toeskouer. Kom lag saam met die ander Inwoners, vir jouself of natuurlik vir mekaar. Maar moet net nie dat die virus jou lag kom steel nie, dit sal eerder die tragedie wees van hierdie hele 'plaag'.

VONKE UIT DIE VUURKLIP deur Mnr J Oosthuizen

Goeiedag!
Met permisie gevra stuur ek die enetjie. Lank terug het ek hom ook gestuur, maar toe ek nou die dag vir die oues van dae hier in die tehuis die storie gelees het, dag ek ek sal hom weer, vir die wat nie fyngevoelig is nie stuur. Ek hoop nie ek misgis my nie.

Liefhebbend,
Die ingegrendelde. (Maar ek lewe nog lat dit bars!)

OOM NOLLIE SE VRUGTELOSE SOEKTOG.
Sekere goed aan 'n man se lyf het in die volksmond verskillende name. My dierbare oorle skoonpa was nie 'n man van baie woorde nie. As ek vir hom een of ander onsinnige ding gevra of voorgestel het, het hy my net so skeef aangekyk, 'n trek aan sy pyp gegee, die rook uitgeblaas en fronsend vir my gesê: "Ag jou grote ou hol, man! Dink jy …" en dan het ek geweet hy verwys nie na my oor nie.
Oom Doors het sy sêding gehad as sy seuns iets verloor het: "Ja jong, as jou hol nie aan jou vas was, nie sou jy hom ook iewers laat lê het." So het die stuk anatomie heelwat ander name wat liewers verswyg word. Oor die biologiese benaming kan daar darem seker nie beswaar wees nie en daarom wil ek vertel wat vriend Fanie veearts op Delmas een aand vertel het. As 'n onbekende ding soek raak, kan dit lol. Dit was nou een van daardie stories wat mense so laat lag dat hulle later vir mekaar se lag begin lag – veral as name van kennisse vir die storie gebruik word. 'n Mens sien mos dan die persoon in die situasie en almal het iets by te lasse.

Elke plattelandse dorp het het mos nou sy mense wat saam oud word en op die ou end so een na die ander aftree of afsterwe en dan begin die volgende geslag oorneem. So het die dag aangebreek toe ou dokter wat almal se mankemente, kwinte, kwale en skete geken het, vir die soveelste keer afgetree het. Hierdie keer was dit finaal en 'n jong doktertjie het, vars uit die universiteit uit, oorgeneem. Die nuwe spreekkamers het meer na 'n hospitaal as ou dokter se kuierplek gelyk. Jy kon ook nie sommer net inkom nie en die juffertjie agter die toonbank het gesê jy moet wag, tot doktertjie na jou kon kyk, nadat sy fronsend deur die boek geblaai het. Tussendeur het sy iets gemompel oor mense wat nie afsprake maak nie.

So gebeur dit toe dat oom Nollie die jong doktertjie opsoek vir middersyne vir sy oumanskwale wat weer begin lol het. Anders as ou dokter wat sommer dadelik geweet het wat fout is, het doktertjie allerhande vrae gevra, hier gedruk, daar gevoel voordat hy die kwaal 'n naam kon gee. "Oom dis maar normale konstipasie wat dikwels voorkom. Ons sal die ongemak gou opklaar", het doktertjie vriendelik gesê. "Ek skryf vir oom die jongste medikasie voor, maar let daarop dat dit per anus ingeneem word. So 'n bietjie Vaseline sal baie help En dis nogal 'n goeie ding om 'n paar pruimedante in die sak te hê om dan so deur die dag te eet." Half beteuterd het oom Nollie dankie gesê, gegroet en uitgestap. Vir die eerste keer het hy medikasie gekry en toe verlang hy na ou dokter wat vir hom middersyne gegee het en nog tyd gehad het vir 'n vinnige, skelm pyprokie agter onder die vyeboom.

Terug by die huis het hy stuurs sy bedenkinge uitgespreek oor die doktertjie en sy vreemde maniere en "mettekasie". "Dan praat hy ok nog van konsternasie of katkisasie, of so-iets. Watwou, hou hy sy lyf nou predikant ook!?" Tant Nellie wou weet waarom hy so beswaard lyk en of daar dan nou fout was. Hy het sy laaste koffie gesluk en toe kom dit: "Wat vir 'n ding is 'n anus, en het ons een?" Tant Nellie was effens uit die veld geslaan voor sy kon antwoord. "Genade, my ou man, nee jong maar wat wil jy nou met so 'n ding maak?" wou sy weet. "Jong, dis nou die doktertjie se pille wat, lyk my, te groot is om sommer net af te sluk en nou per anus ingeneem moet word", het hy knorrig geantwoord."En het jy nog Vaseline?" "Nee," seg sy. "maar daar is darem nog 'n smeerseltjie Vicks oor." Na 'n ruk wat elkeen met eie gedagtes besig was, het tant Nellie 'n voorstel gehad. "Kom ons gaan vra vir ou Grieta. Sy kan dalk so 'n ding hê."

Ou Grieta het hulle vriendelik en hartlik ontvang en tant Nellie het gou met die deur in die huis geval. "Jong, my ou man het nou dringend 'n anus nodig en toe wonder ons nou of jy nie vir hom een het nie." Tant Grieta het diep gedink en toe kopskuddend gesê dat dit nou die een ding is wat sy nooit aangeskaf het nie. Sy kon ook nie onthou of sy ooit so 'n ding nodig gehad het nie. Tydens die groetery was haar raad dat hulle by ou Piet Kla moes gaan probeer.

Nadat Piet al sy klagtes uitgeryg het, het oom Nollie sy woordjie ingekry oor sy soeke na 'n anus. Kopskuddend het ou Piet begin kla: "Ja man dis nou 'n ding. Ek het net begin boer toe kom die gladdebek Jood by my en hy smeer toe die ding, die vergalste anus gedoente, aan my af en vertel my toe g'n boer kan sonder hom klaarkom nie. Om die ding dan nou gouer te kry moes ek hom betaal en dan sou hy hom later die middag bring want hy moes die ding by sy bestuurder gaan afhaal en wys hoe hy werk. Nou sê ek vir jou die vuiles het nooit teruggekom nie en ek sit tot vandag toe sonder my anus. Magtag, man nou's ek eers die swernoot in!" Na nog 'n paar klagtes het Piet gewonder of Kerneels Het Al's nie dalk een het nie.

By Kerneels uitgekom wou oom Nollie nie tyd mors nie en het hy gou vir Kerneels gevra of hy nie vir hom sy anus wou leen as hy een gehad het nie. Kerneels het sy snorbaarde 'n paar keer gepluk, sy ogies op skrefies getrek en diep gedink. "Jong ja, my oorle ou skoonma het hare vir my nagelaat. As ek nou reg onthou was hy in die droëperskekis sodat die rotte hom nie kon bykom nie. Man, en toe's dit mos die bankrot*vandisie* toe my ou grondjie en alles wat ek gehad het onder my gat uit verkoop is. Nee man, ek kan jou nie help nie, maar hoekom loop vra jy nie vir ou Hans Kraai nie. Hy versamel mos al wat 'n ou ding is en die ding wat jy soek klink vir my of hy baie oud moet wees. Jy kan by Klein Koos Windgat gaan probeer, maar as hy een gehad het sou hy hom teen die tyd deur sy agterent getrek het.

Redelik moedeloos het oom Nollie na Hans Kraai toe aangestryk en gou na die groetery sy nood bekla. Hans Kraai het lank in die verte gestaar en toe afgemete begin praat: "Jy's opsoek na 'n anus en nou slaan my ou verstand toe. Wat vir 'n ding is dit wat jy soek en wat wil jy op jou oudag met die ding maak?" Oom Nollie het, half omgesukkel, so verduidelik: "Man, jong doktertjie het my kastige mettekasie gegee wat omtrent soos 303 patrone lyk wat ek per anus moet inneem. Sluk, kan jy hulle wragtag nie. Man, en ek moet die goed inkry". Toe Hans Kraai weer so 'n plukkie aan sy pyp gegee het, was die vinger in die lug."Ja man, wag so

‘n bietjie. Nou kom die ding in my geestesoog op. Die ding wat jy soek was so ‘n gelerige, tregterige gomlastiekding wat amper soos ‘n kalftiet lyk waarvan ‘n stukkie van die suigkant afgesny is. Ja man, dis wat jy soek. Dit moet ‘n anus wees!” Toe’t oom Nollie met groot verligting ten minste geweet waarna hy soek. “Nou het jy vir my een?” het hy half smekend gevra. Hans het gekug, sy kenbaard gepluk, gefrons, sy kop skeef gedraai en sy antwoord was die laaste strooi. “Ou Nolla, jy weet en ek weet daar’s omtrent nie ‘n ding wat ek nie het of gehad het nie maar ‘n anus… nee dié het ek nie.”

Oom Nollie het beswaard gegroet en is reguit jong doktertjie toe. Die juffertjie by die spreekkamer kon sien daar is nie tyd vir afspraak nie. Daar was ‘n onstuimigheid in die wagkamer en sy het saggies oor die foon met doktertjie gepraat. Oom Nollie het kop onderstebo gesit en na ‘n rukkie het sy vir hom die deur oopgemaak dat hy kon ingaan. “Wat is dit dan nou vandag, oom? Voel oom nog nie beter nie? Praat maar gerus.” Oom Nollie het die pak medikasie voor doktertjie neergeplak, sy groot hande op sy knieë gesit en drifting begin praat: “Hier sit ek nou jou anusmettekasie voor jou neer. Nie ek of iemand van Grieta af tot by Hans Kraai het g’n inkelte meer ‘n anus nie. En nou sê ek vir jou ek kon die goed net so wel die spul in my agterent opgedruk het. Gee nou vir my van ou dokter se middersyne lat ek gesond kan raak.”

Jong doktertjie het geweet wanneer om rustig te luister en hy het vir oom Nollie sy nuwe middersyne voorgeskryf en hy het gewonder waarom hy nie maar vir hom verduidelik het dat dit presies was wat hy met die vorige medikasie moes doen nie. Maar toe onthou hy: “You can’t teach an old dog new tricks.”

Hy't sy nuwe mirresyne by die apteek gaan kry. Dit was nie pille nie. Dit was so 'n plat blikkie, omtrent so groot as 'n groot skoenwaksblikkie en op die blikkie was die naam Senakot en binne-in was iets wat na konfyt gelyk het. Op die blikkie het gestaan hy moet 'n teelepelvol eet, maar hy dog toe 'n *desert*lepelvol sal beter wees. So gedink, so gemaak en hulle is vroeg bed toe. Vroegoggend, toe hy 'n slag terugkom, was tant' Nellie besorgd. “Ai, my ou man, jy't maar 'n onstuimige nag gehad! Kort-kort is jy die donkerte in kleinhuisie se kant toe en dit sonder 'n toorts. Ai foeitog.” Toe hy weer sy lê gekry het, het hy geantwoord: “Nou vir wat lê jy jou en bekommer? Ek kén mos die paadjie en ek kén mos my sit!” Hulle het net ingesluimer en toe breek die dag en dit was al verby opstaantyd.

Hulle het in die kombuis sit en koffie drink en oom Nollie het tant' Nellie geprys vir haar anysbeskuit. Sy't goedig geglimlag en verder opgemerk: “Ja, jy lyk darem vanmôre nie so bedremmeld nie en ek kan sien jy voel weer beter.” Met sy ou self het hy saamgestem: Ja, my liewe vrou. Nou's weer reg. So reg soos 'n roer, kan ek maar vir jou sê. Nou's dit eers weer kraal toe.”

So 'n week of twee later was dit weer so. Hy't sy sweep gevat en kraal toe aangestryk. Hy was skaars weg of hy's weer terug. “En nou my man?” wou sy weet. Daar was 'n amperse vonkel in die oog: “Ou Nellietjie, jy't nie dalk vir my 'n handvol pruimdante nie? Net so vir die wis en die onwis.... 'n mens weet nooit!”
Groete tot ‘n volgende keer……

HCBC Projek (Home Community Base Care)

Intussen het die Covid-19 pandemie uitgebreek wat sy eie unieke en veeleisende omstandighede geskep het. Aangesien Julie Geestesgesondheids-bewusmakingsmaand is wil ek graag 'n artikel rakende die "Emosies van bejaardes in afsondering" met u deel. Ons as HCBC-span het ook gedurende Mei/Junie, in opdrag van Departement Gesondheid, die gemeenskap van huis tot huis besoek en die nodige "siftings-toets" gedoen. Die areas wat deur Droom se gemeenskaps-werkers gedek is, sluit in Riversdal, Heidelberg en Slangrivier. Indien die gemeenskaplid van die simptome ondervind het, is hulle na die plaaslike kliniek verwys vir die Covid-19 toets. Ek plaas 'n paar fotos van die Riversdal- en Heidelberg gemeenskapswerkers wat in moeilike weersomstandighede ons gemeenskap "deurgedraf" het.

In Heidelberg is 5036 persone gesif waarvan 28 verwys is vir die Covid-19 toets. Slangrivier se 3 gemeenskapswerkers het 2126 persone gesif en 6 is verwys. Riversdal het 'n totaal van 8273 pesone gesif waarvan 49 verwys is.
Ons is dankbaar dat in ons omgewing, die getal wat Covid-19 positief getoets het, beperk is. Die gesondheidswerkers het, nadat hulle die nodige opleiding ontvang het, van deur tot deur geloop. Ten spyte van die gevaar en hul bereidwilligheid om die gemeenskap te dien, het heelwat inwoners nie hul deure oopgemaak nie.

Mediese kalender 2020 (Julie- September)
Belangrike dae om in gedagte te hou:

JULIE:

- Geestesgesondheid-bewusmakingsmaand

Die koronavirus het omtrent die wêreld op sy kop gekeer en dalk vir jou ook, mits jy voorsorg tref om 'n gesonde gees te aanhou huisves. Dit voel soms byna onmoontlik om weg te kom van die konstante nuusvloei oor die chaos wat Covid-19 wêreldwyd veroorsaak. Angstigheid word teweeggebring deur die vrees om nie in beheer te wees nie en om die gepaardgaande onsekerheid te kan hanteer. Om 'n sosiale afstand te handhaaf is sekerlik een van die faktore wat 'n direkte invloed kan hê op individue. Dit is beslis 'n uitdaging en kan traumaties wees om nie fisieke kontak te mag hê met familie en vriende nie en heeldag in en om jou huis/Tehuis deur te bring.
Bejaardes is die groep mense wie se gesondheid die meeste in gevaar is, weens die Covid-19 pandemie. Hulle is egter ook dié mense wie se geestesgesondheid die ergste onder die langduring "sosiale afstandhouding" ly. Kenners sê die groep mense het ekstra sorg en gerusstelling in hierdie uitdagende tyd nodig.

Emosies van bejaardes in afsondering:
*Die meeste inwoners van Tehuise is aanvanklik onseker, verward en selfs kwaad omdat hulle nie werklik die omvang van die pandemie besef en begryp het nie.
*Die drastiese stappe van inperking het hulle laat besef dat hulle baie kwesbaar is vir die virus. Dit maak hulle bang en soms angstig.
*Slapeloosheid en verandering van eetpatroon word by sommiges opgemerk.
*Die fase van verlies, soos by 'n gewone rouproses, is ook by sommige inwoners gediagnoseer, want hulle rou oor die verlies van normaliteit.
*Hulle raak ook bekommerd oor hul familie en hul familie se gesondheid.
*Die isolasie kan lei tot 'n gevoel van alleenheid en nutteloosheid.

*Die verlies van hul roetine dra ook by tot 'n gevoel van verveeldheid.
*Die gesukkel om onvoldoende voorrade aan te vul lei tot frustrasie en soms woede.
*Party neig na depressie en vind dit moeilik om geluk te ervaar uit die alledaagse gebeure.
*Die feit dat hulle nie begrafnisse kan bywoon nie, veroorsaak dat hulle nie ordentlike "closure" kan kry nie.
*Baie inwoners is bekommerd oor hul kinders se finansies omdat hulle afhanklik is van hul kinders wat die verblyf betaal. Dit bring geweldige stres en angs na vore.
*Van die inwoners word erg beproef deurdat hul geliefdes in hospitale is, die gevoel van magteloosheid omdat hulle nie besoek kan word nie, is onbeskryflik.

Die emosies kan dus in die volgende fases beleef word: Ontkenning, woede, onderhandeling, wanhoop, en uiteindelik aanvaarding.

Wenke om díe tyd draagliker te maak vir bejaardes:

- Skakel gereeld indien die bejaarde 'n selfoon het. Stuur fotos en doen video-oproepe.
- Hou gesprekke sover moontlik opgewek en vrolik.
- Stel die bejaarde gerus oor die familie se welstand.
- Stuur e-posse aan die bejaarde indien hul rekenaarvaardig is.
- Stuur e-posse aan die Tehuis en vra dat dit aan die bejaarde voorgelees word.
- Maak seker dat die bejaarde genoeg warm klere en komberse het. Indien nie, reël vir aflewering by die hek.
- Indien die bejaarde nog in 'n woonstel woon, maak seker dat daar iemand is wat hul voorrade kan aanvul.
- Lewer geskenkpakke met snoepgoed, lyfbederf produkte en leesstof by hek af.
- Wanneer die bejaarde verjaar, lewer 'n geskenk en koek af by die hek sodat daar met teetyd partytjie gehou kan word.

"Maroele Media 13 April & 15 Junie 2020"

11 Julie: Wêreld populasiedag
18 Julie: Internasionale Mandeladag

AUGUSTUS:

- Vrouegesondheids-bewusmakingsmaand

- Orgaanskenking-bewusmakingsmaand

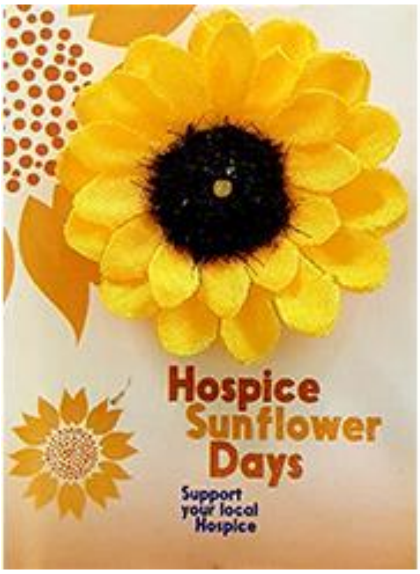
- Kindergesondheids-bewusmakingsmaand

1 – 7 Aug: Borsvoedingsweek
5 – 11 Aug: Polio-bewusmakingsweek
9 Aug: Nasionale Vrouedag

SEPTEMBER:

- Servikale kanker-bewusmakingsmaand
- Oogsorgbewusmakingsmaand
- Kanker onder kinders
- Hartgesondheid
- Nasionale maand vir dowe persone

18 September: Nasionale "Sunflower" dag
21 September: Wêreld Alzheimersdag
29 September: Wêreld Hart-dag



Wintergroete

Melody Veldsman (HCBC Projek)

Ietsie stuitigs (U lees dit op eie risiko)

Voor Koos oorlog toe vertrek, trek hy 'n staalbroek vir sy vrou aan, sluit dit en gee die sleutel vir sy vriend, Ben.

"As ek nie binne 4 jaar terug is nie, sluit oop en verlos haar van die staalbroek."

Koos spring op sy perd en val in die pad.

So 'n halfuur later sien hy 'n stofwolk agter hom.
Hy stop en sien dis Ben.

"Wat skort?" vra Koos.

Ben uitasem: "Dis die verkeerde sleutel!"

Koos sit op die bank en kyk 'n video.
Skielik skree hy vir die ou in die video:
"Moenie ini kerk gaan nie ....Moenie ingaan nie ....Ooh .... jy gaan spyt wees!"
Sy vrou vra hom: Koos wat kyk jy?"
Koos antwoord .... "Ons trou video!!"

Elke keer as Sannie vars blomme op haar oorlede man se graf gesit het loop sy agteruit van die graf af weg.
Op 'n dag gaan haar ma saam.
Toe Sannie weer so wegstap vra haar ma:
"Watse agteruitlopery is dit?"
Waarop Sannie antwoord:
"Piet het altyd gesê met my mooi agterstewe sal ek enige man uit sy graf laat opstaan.
Ek wil nie kanse vat nie."

‘n Tannie sit en naaldwerk doen op die wal van ‘n rivier.
‘n Feetjie kom verby en hoor die tannie huil.
Feetjie vra wat is fout?
Tannie sê haar vingerhoed het in die rivier geval.
Feetjie duik in en kom met ‘n goue vingerhoed te voorskyn.
Tannie sê nee dis nie haar vingerhoed nie.
Feetjie duik weer in en kom met ‘n diamant versierde vingerhoed te voorskyn.
Tannie sê nee dis nie hare nie.
Feetjie duik weer in en kom met die regte vingerhoed.
Tannie is baie dankbaar.
Feetjie sê oor sy so eerlik is kan sy die ander twee hou.
‘n Paar maande later kom die feetjie weer daar verby waar tannie verdrietig huil.
Feetjie vra wat makeer.
Tannie sê haar ou man het in die rivier geval.
Feetjie duik in en kom met George Clooney te voorskyn.
Tannie is baie dankbaar, haak by George in en stap weg.
Feetjie is bitter teleurgestel en sê met die vingerhoede was sy dan so eerlik.
Ja, se tannie, maar as ek sê dis nie my man nie duik jy in en kom met Brad Pitt en as ek sê dis nie my man nie dan duik jy in en kom met my man en dan sê jy ek kan die ander twee hou ....
en op my ouderdom sien ek nie kans vir 3 mans nie.

VOORDELE VAN ‘N PENSIOENARIS

Bemin jou bed soos jouself.
Verhoed moegheid – moenie werk nie.
Wanneer jy lus voel om te werk,
gaan sit en wag totdat die bui gesak het.

Van te veel rus het niemand nog iets oorgekom nie.
Rus bedags sodat jy snags kan slaap.
Om moeg te wees is om te lewe om te rus.

Doen die minste wat jy kan.
Want dit wat jy doen of nog moet doen,
kan iemand anders doen.

As jy iemand sien rus –
Help hom deur self te rus.

Koos word genooi vir aandete by sy nuwe meisie en ontmoet toe haar ma.
Terwyl hulle aan tafel sit begin dit hard te reën.
Die tannie sê: "Koos jy sal hier moet oorslaap aangesien dit nou so hard reën."
Na ete ruim die meisie en haar ma die tafel op en was die skottelgoed.
Toe hulle klaar is soek hulle vir Koos in die huis, maar hulle kry hom nerens.
'n Paar minute later kom Koos by die deur in, papnat gereën.
Sy meisie vra hom: "Waar was jy?"
Hy antwoord en sê: "Ek was huis toe om my pajamas te gaan haal."

Ouma se gebed

Twee manne, Piet en Jan is op pad Springbok toe.
Voor hulle ry, vra Piet vir sy ouma om vir hulle 'n gebed te doen.
Ouma bid: "Here beskerm die kinders op pad George toe sodat die duiwel geen onheil oor hulle kan bring nie."
Na ouma se gebed herinner Piet haar daaraan dat hulle eintlik op pad is Springbok toe en nie George toe nie.
Ouma glimlag skelm en antwoord: "Ja ek het die duiwel vir 'n gat gevat – hy sal nou heeldag wag by Riversdal – vir julle om verby te kom."

Oom gaan dokter toe met 'n maagprobleem.
Die dokter sê: "Jy sal 'n Scope moet sluk, my oom."
Die oom is so 'n rukkie stil ....
"Boet, ek is 'n kerkmens, kan ek nie liewer 'n Landbouweekblad sluk nie?"

Gesonde ouma

"Laat ouma nou vir jou vertel ...
Vir my spysvertering drink ek bier.
Om my eetlus aan te wakker, drink ek witwyn.
Wanneer ek verkoue kry, drink ek 'n ou whiskeytjie en vir my lae bloeddruk, drink ek rooiwyn."
Kleindogter: "En wanneer drink ouma dan water?"
Ouma: " Ag nee, wat my kind, so siek was ouma darem nog nooit!"

Ouma raak aan die slaap met haar valstande in haar mond.
Deur die nag val hulle uit in een van haar "slippers" langs die bed.
Volgende oggend word sy wakker en kry Monopolygeld in die "slipper" met 'n briefie van die tandemuis wat së:
"Nice try!"

Baas aan blond:
"Weet jy wat ons besigheid se naam is?"
Blond: "STOOT"
Baas vies: "Wat de hel laat jou so dink?"
Blond: "HALLOO!!!!! Dit staan op die voordeur."

Bedrywige haantjie

'n Boer sien eendag 'n swerm aasvoëls bo sy plaaswerf in die lug ronddraai.
Simon kom deel hom toe mee dat hul "bedrywige" haantjie doodlê net buite die hoederhok.
Die boer is baie hartseer en stap soontoe om vas te stel wat met die haantjie gebeur het.

Toe hy naby kom, lig die haantjie sy kop en fluister: "Ek is okay. Ek wag net vir daardie aasvoels om te land."

Take care

Please take special care of yourself and avoid injuries because spare parts for old models are no langer in stock!!

As most of us are made in 40's; 50's and 60's models ....
Warranty period was long over and expiry date is due soon ....
Caution is better.
Keep reminding yourselves – **we are limited edition**.

Al manier om uit 'n sentrum te ontsnap is om oor die hek te spring.
'n Pasiënt oefen weke lank om oor die hek te kan spring.
Een aand voel hy dis nou tyd.
Hy groet sy vriend en sluip uit.
Maar kort daarna is hy terug. "En nou?"
Wil sy vriend weet.
"Nee man, die hek is oop. Ek sal môre-aand weer probeer."

VANUIT DIE VERPLEEGAFDELING

Met die skrywe van die artikel is ons al op Dag 90 van die grendeltydperk – 3 maande!!! Die reën het ook intussen gekom, asook die yskoue wintertemperature. Sommige van die kantoorpersoneel mag nie elke dag inkom kantoor toe nie – ons moet van die huis af werk. Dit is omtrent 'n aanpassing, maar tog iets waaraan 'n mens gou gewoond raak. Dit hang natuurlik af hoe jy na die situasie kyk en natuurlik hoe jy daarop reageer. Die kantoor was omtrent gebombardeer met regulasies, protokolle en dies meer – alles wat gedoen moet word en nie gedoen moet word nie. Ekstra voorsorg maatreëls moes ingestel word, digitale termometers en ekstra beskermende klere moes aangekoop word, vir ingeval die virus in die ouetehuis soos 'n dief in die nag insluip.
Dit is belangrik om te weet hoe die virus versprei – via ***druppel besmetting,*** wanneer 'n persoon hoes, nies, praat en skree, beland die druppels op oppervlaktes – tot op 'n afstand van 2 meter – wat dan weer oorgedra word deur gekontamineerde hande na die gesig en slymvliese van 'n ander persoon.
Wat presies word van DROOM verwag in hiedie pandemie tydperk?
Die volgende is deur die Departement van Maatskaplike Ontwikkeling deurgegee.

VOORKOMENDE STRATEGIE
Die volgende voorsorg maatreëls word aanbeveel:

- Immunisasie – jaarlikse griep inspuitings
- Basiese infeksiebeheer maatreëls om verspreiding te voorkom.
- Fisiese distansiëring in die tehuise – 1-2meter tussen persone.
- Identifikasie van enige risikos nl;
  - ✓ Daaglikse "screening" programme
  - ✓ Personeel risiko-assessering
  - ✓ Werksplek assesering

1. **Immunisasie**:
   Jaarlikse griepinspuitings vir bejaardes, sowel as personeel.

2. **Basisese infeksiebeheer maatreëls**:
   Sr Linda Botha is aangestel as die Infeksiebeheer Koördineerder. My verantwoordelikheid is die volgende:
   - ✓ Personeel moet opgelei word t.o.v die volgende
     - COVID-19 verspreiding-gebaseerde voorkoming wat die gebruik van PPE (Personal Protective Equipment) insluit.
     - Hoe die virus versprei;
     - Simptome van COVID-19;
     - Wat om te doen as hulle vermoed hulle het COVID-19;
     - Watter infeksiebeheer maatreëls moet gebruik word om verspreiding te voorkom;
     - Hand-higiëne en respiratoriese etiket;
     - Hoe om die PPE reg te gebruik
     - Hoe om die PPE aan en uit te trek
     - Veilige gebruik van maskers

    - Skoonmaak en sanitering van areas – oppervlaktes sowel as toerusting;
    - Linne hantering
    - Afval hantering
    - Hantering van afgestorwenes

- ✓ Inligtings biljette wat in die tehuis vertoon moet word wat die inwoners en personeel teiken
    - Hoe om hande korrek te was en die gebruik van handsaniteerder;
    - Om enige kontak te vermy – handdruk, drukkies uitgee, soen, ens
    - Om in die elmboog of in 'n wegdoenbare sneesdoekie te hoes of nies;
    - Die wegdoening van die sneesdoekie in 'n asblik met 'n deksel;
    - Vermy om persoonlike artikels met ander inwoners te deel, bv selfone, boeke
    - Die korrekte gebruik en wegdoening van PPE
- ✓ Inligtingsessies moet aan die inwoners gegee word om hulle in te lig oor die virus en hoe om hulleself te beskerm.
- ✓ Daar moet voldoende skoonmaak materiale, PPE toerusting, afvalverwyderings sisteme in plek wees en ek moet toesien dat almal die regulasies van infeksiebeheer om die voorkoming van die virus te bekamp, nakom.
- ✓ Verwysing vir COVID-19 toetsing van enige simptomatiese personeel en inwoners;
- ✓ Aanmelding van enige positiewe gevalle, hetsy personeel of inwoners aan die aangewysde persone.
- ✓ Hantering van die isolasie en kwarantyn van enige vermoedelike en postiewe gevalle.

Handewas en handontsmetting met saniteerder

- Personeel en inwoners word aangemoedig om hulle hande met seep en water vir ten minste 20 sekondes te was of om die hande met 'n alkoholbasis (ten minste 70% alkohol) te spuit.
- Hande moet gewas word sodra daar aan 'n persoon gevat is - na toilet gebruik, voor etes en veral as die persoon genies of gehoes het.
- Handsaniteerders is by alle ingange en uitgange geplaas, op alle skoonmaaktrollies, linnetrollies, asook in die eetsale. Die personeel en inwoners word aangemoedig om dit gereeld te gebruik.
- Kliniese personeel moet die volgende WHO se 5 "Moments for Hand hygiene" nakom:
    - Voordat 'n inwoner aangeraak word.
    - Voor enige aseptiese of skoon prosedures.
    - Nadat hulle blootgestel is aan enige liggaamlike uitskeiding.
    - Nadat hulle 'n inwoner hanteer het, en
    - Nadat hulle aan enige onmiddellike area van die inwoner geraak het.

Dit werk die beste om jou hande met gewone seep en lopende water te was, want die virus word vernietig en van jou hande afgewas.

Hoekom moet ons 'n afstand van mekaar behou?

Behou 'n afstand tussen jouself en ander mense om die kans te verminder dat die koronavirus versprei. Bly ten minste 1,5 meter weg van ander mense.
Wanneer 'n persoon met koronavirus hoes of nies, laat hulle die virus op oppervlakte en in die lug agter.
Jy kan die virus kry as:

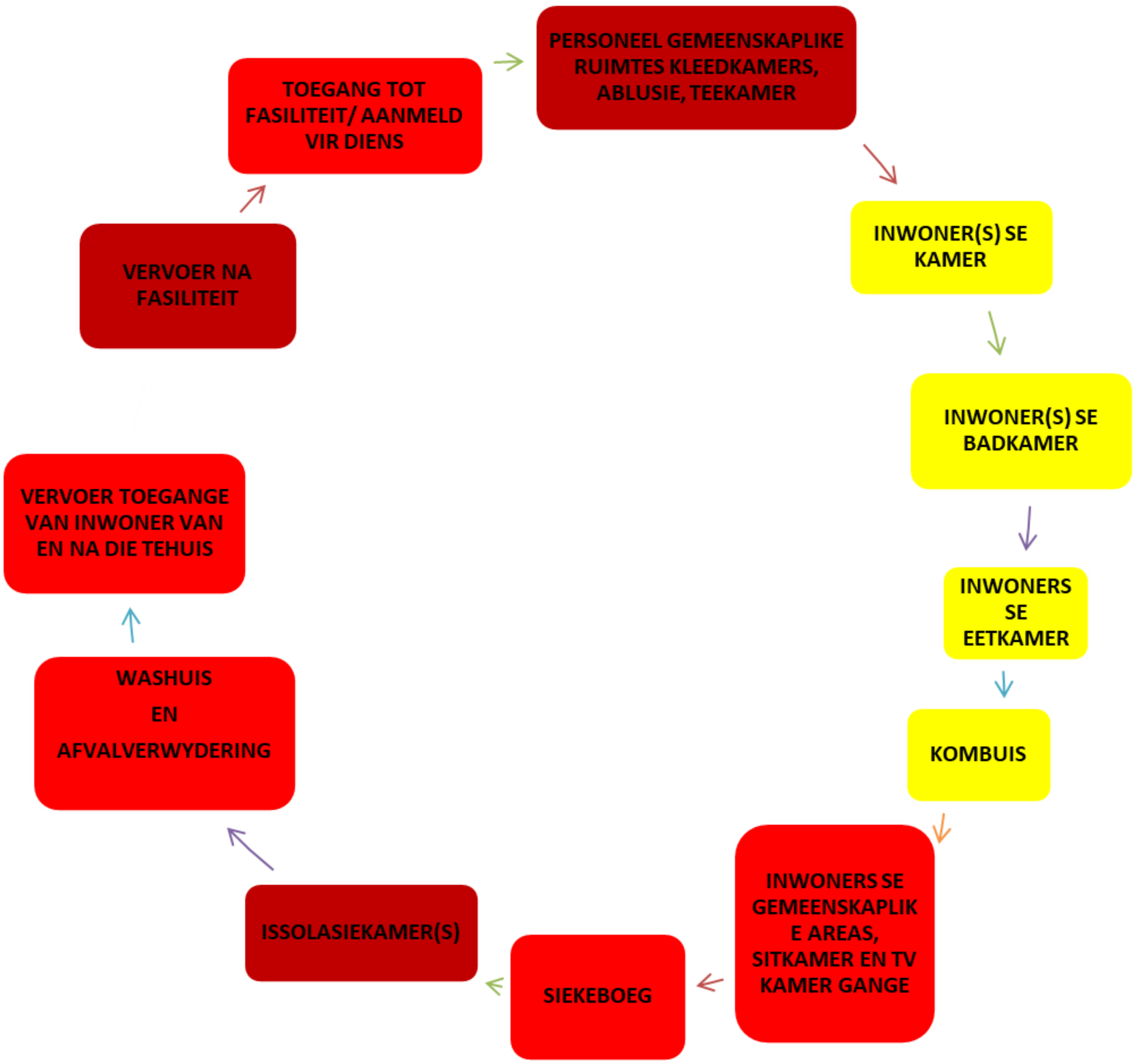
- Jy aan hierdie oppervlakte raak en dan aan jou gesig, oë, neus of mond raak, of
- Jy noue kontak (1,5 meter) het met 'n persoon met koronavirus het.

Beskerming van werknemers en inwoners:

Die grootste risiko vir inwoners en werknemers is dat iemand Coronavirus in die fasiliteit bring!

COVID-19 blootstellings risiko's, bronne van blootstelling, roetes van oordrag by die werkplek

- **ROETES VAN OORDRAG**



MASKERS

Daar word van werkplekke verwag dat personeel met maskers of gesigskerms moet werk omrede CV-19 meestal deur nies- en hoesdruppels groter as 0.005mm versprei word.

- N95 maskers kan met 95% sekerheid selfs kleiner druppels keer en Chirurgiese maskers kan druppels groter as 0,005 mm met 60% sekerheid keer. Daarom word die N95 en chirurgiese maskers saam met gesigskerms steeds uitsluitlik gehou vir gebruik deur werknemers wat kliënte in 'n isolasie kamer(s) hanteer.

- Materiaal/lap maskers: Die vermoë van 'n masker om jou te beskerm teen COVID-19 hang nie net van weefdigtheid van die materiaal af nie. Die deurlaatbaarheid/filtrasie vermoë van die material, sodat die persoon met gemak kan asemhaal is net so belangrik. As mense nie gemaklik asemhaal nie, verwyder hulle die masker – en dan help dit niks.

- Die masker bestaan uit ten minste twee lae materiaal. Dit kan ook 'n derde filter laag hê wat uit "non-woven" materiaal gemaak is. Die masker moet nie vog hou nie en baie wasbaar wees. Dit moet met warm seepwater gewas word en buite (sonlig) opgehang word.

- Maak seker die masker is groot genoeg. Dit moet oor jou neus en onder jou ken inskuif en jou gesig kontoer volg. Daar word aanbeveel dat 'n masker ten minste 50% van die neus moet bedek en dat dit ten minste 2,5 cm onder die ken bedek. Die masker moet die gesigvorm volg en taamlik nousluitend pas.

Hantering van maskers

- Maak jou hande skoon voordat jy 'n masker aansit en pas die masker styf op die gesig, bedek die neus en mond.
- Moenie met die masker vroetel en aan dit raak nie.
- Vermy dat die masker nat word.
- Om die masker te verwyder, verwyder dit van agter (moenie aan die voorkant van die masker raak nie) en gooi onmiddellik in 'n geslote houer of plastiek sak wat dig toegemaak word en was/reinig hande skoon.

Wat moet ek doen indien ek moontlik met 'n besmette persoon in aanraking kom?
Hou uself afgesonder en kontak u geneesheer telefonies.
Kontak: General Public Hotline: 0800 029 999
Maandae – Vrydae vanaf 08:00 – 16:00

WORD JY OOK BEDERF?

Deur Henno Cronje – soos hy oor 'n bekende bejaarde in ons gemeenskap en tehuis geskryf het.

Vergunning deur Oom Hendrik

"Die Here is al jare besig om my vreeslik te bederf," sê my vriend Hendrik waar ons deur sy lappie grond loop, daar op die walle van die rivier wat 'n paar kilometer verder by Stilbaai in die groot oseaan uitmond.

"Kyk net na die helder stroom bergwater wat hier deur my tuin vloei. En het jy al so 'n groot pampoen gesien soos dié een? 'n Ou vriend se dogter het vir my die pit uit Amerika gebring. Hier groei enigiets onder die son – alle soorte groente – en kyk net na hierdie bielie van 'n perske en hoe hang die papajas daar teen die skuinste…."

So gesels Hendrik, 'n man wat vir jare as treindrywer sy ysterperd kruis en dwars oor die land gestuur het en ná sy aftrede die stukkie onbewerkte aarde in 'n paradys kom omskep het.

En wat het jy so oor die jare geleer?

"My pa het altyd gesê om in die lewe drie dinge nooit te vergeet nie. Eerstens dat die Here gesê het: "Die een wat My eer, sal Ek eer…." Gaan kyk maar dit staan in 1 Samuel 2:30.

Verder: As jy 'n slegte vrou vat, is dit jou begrafnis.

En laastens: Een onregverdige pennie verteer duisend regverdiges… Ek het dit altyd probeer onthou – en kyk hoe bederf die Here my nou…"

Sy woorde het my aan Dawid laat dink wat in die bekende Psalm 23 sê dat die Here hom soos "'n eregas" behandel, ja…. "ek word oorlaai met hartlikheid" (vers 5). En later skryf hy: "Geloof sy die Here! Dag na dag dra Hy ons". (Ps.68:20)

Maar ook Paulus wat volgens homself die Here "voorheen belaster, vervolg en beledig het", getuig teenoor die jong Timoteus: "Die Here het my oorlaai met Sy genade…" (1Tim.1:14)

Onthou dit vanjaar: Om deur die Here bederf te word en oorlaai te word met Sy hartlikheid en genade, het min te doen met die dinge wat ons so maklik hoog aanslaan; of dit nou geld, eer, mag, wêreldse plesier of wat ookal mag wees. Geluk is baie nader aan jou – sien dit net raak, en sê DANKIE! En sê sommer ook DANKIE dat jy as een van God se kinders elke dag so bederf word………

Danie Oom Hendrik dat Oom se woorde 'n persoon so kan terugbring aarde toe en elke situasie, maak nie saak wat dit ookal is nie, met dankbare oë kan sien en net die Genade van die Here kan sien en aanvoel.

'n Dankie en omgeebriefie van 'n dankbare inwoner het my in trane gehad en weereens laat besef dat verpleging 'n roeping is en nie net 'n beroep nie……..

"Lief Sr Linda

Verskoon asb die informele aanspreekvorm en die 'jy' en 'jou' wat gaan volg. En nee, ek het nie vars klagtes of nuwe voorstelle nie. Ek het my antwoorde Vrydag by die vergadering gekry. Baie dankie daarvoor.

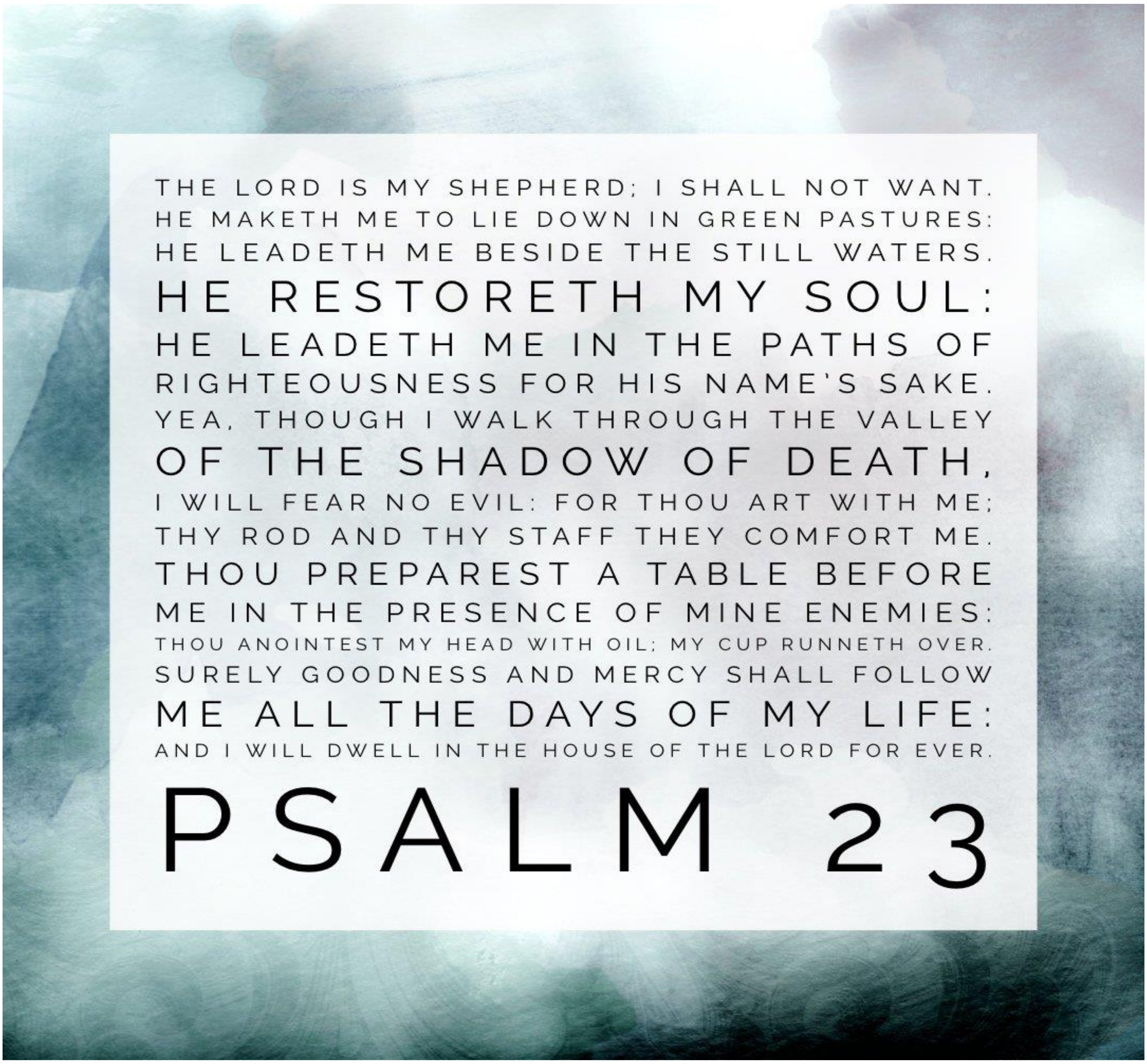
'n Groot dankie aan die Bestuur vir die moeite om ons te beskerm en veilig te hou. Ek bly verskriklik lekker, het dierbare vriende gemaak en in alle omstandighede is ek dankbaar, want wat ek is, is net genade.

'n Skoolhoof by wie ek jare gelede skoolgehou het, het eenmaal gesê: Party mense stap deur jou lewe en laat 'n modderspoor agter, ander stap deur jou lewe en laat 'n lifelike geur na. Jy, sr Linda. Is een van die 'lieflike geur' mense in my lewe. My man

is 21 Julie verlede jaar oorlede. Ek moes in 2 maande 'n leeftyd afbreek, wegpak, weggee en weggooi en hier 'n nuwe begin kom maak. In die tyd het ek geleer om nie my probleme vir my Vader te ***gee*** *nie, maar om Hom te vra om dit te* ***vat.*** *Want as ek dit gee, kan ek nog altyd party van die probleme agterhou waaraan ek self kan werk. Maar as Hy dit vat, vat hy* ***alles.***
En hierdie raad wil ek ook vir jou gee. ***Gee*** *nie Ou Meule en Jan Lange en al die probleme Boontoe nie, vra God om dit te* ***vat,*** *haal jou hande van alles af en staan terug en dan sien jy hoe* ***HY*** *jou probleme oplos.*
Ek bid vir jou. Ek sien hoe jy wroeg, maar ek wéét waar jou hulp vandaan kom.
Liefde Tannie……………………..

Baie baie dankie Tannie…………, ek sal hierdie briefie vir ewig koester en oor en oor lees.

Tot 'n volgende keer en pas jouself mooi op – wees veilig
Vreugdevolle groete
Linda Botha



Liewe Droomgenoot leser,

U het die winteruitgawe van die DROOMgenoot in u hand – ja, ja dis winter en nogal 'n koue winter! Sommige van ons hou baie van die winter, terwyl ander nie kan wag vir die lente om te kom nie. Hoe ook al, dié van ons wat nie so baie van die winter hou nie kan onsself troos met lekker "winterkos": sop, bredies en pannekoek ………
o la, la, lekkerrrrr!

Die Covid-19 virus het almal se lewens kom deurmekaarkrap, maar ons mag nie moed verloor nie – een of ander tyd gaan die duif terugkom met 'n olyftakkie in sy bek en gaan die ark oopgaan.

Voor die Covid-19 virus ons as Suid-Afrikaners getref het, was ons tog te lief vir soentjies en drukkies en is seker steeds, maar nou is dit taboe en tans is 'n een tot twee meter sosiale afstand 'n vereiste – wat nou????

Hier gaan ons weer met …………

'n Vervolgverhaal sonder einde:

Hoofstuk 24: Hoe naby is te naby???? ....

Sommige van ons het grootgeword met mondsoene, maar mondsoene is glo deesdae net vir geliefdes. In die plek van mondsoene het drukkies gekom. Die inperking het ook die drukkiegewoonte kom beduiwel. Ai, nee ………

Vir sommiges is hul beskermende ruimte, hul persoonlike "bubble" (of in Afrikaans dalk "bobbel"?), baie belangrik – dié wat so voel is seker meer as tevrede met die een tot twee meter sosiale afstand wat tans gehandhaaf moet word, maar vir hoe lank? Drukkies is soos sonskyn vir die blomme.

Sommiges voel blykbaar angstig as iemand oortree in hulle beskermende ruimte – dit geld darem seker nie vir die liefdes van hul lewens nie, want dit kan mos 'n demper op romanse plaas of hoe??

Daar is verskillende studies gedoen oor 'n persoon se beskermende ruimte. Daar is blykbaar 'n deel in die brein wat die "buffersone" bepaal – in dieselfde deel van die brein is daar glo ook 'n vrees respons wat geaktiveer word wanneer iemand inbreuk maak op jou persoonlike ruimte. Daar is selfs bepaal dat 'n pasiënt met 'n letsel in daai deel van die brein wat die vrees respons aktiveer, geen persoonlike ruimte het nie – vir haar maak dit nie saak hoe na iemand aan haar kom nie.

Daar is nog baie faktore, soos bv ouderdom, geslag, kultuur en temperatuur wat 'n invloed op iemand se persoonlike "bobbel" kan hê.

Wat ookal, ek weet dat mense in inperking en isolasie teen hierdie tyd smag na 'n drukkie van enigiemand, maar veral van 'n kind of kleinkind en 'n natbeksoentjie van oupa en ouma se oogappeltjies sal 'n bonus wees. Naby kan dan nie naby genoeg wees nie!

Daar is niks wat ek kan sê wat hierdie nare Covid-19 virusinperkingstyd makliker kan maak nie, behalwe om almal te herinner aan die volgende:

“I believe in God even when He is silent; I believe in sunshine even when the sun don’t shine”.

Groete tot ‘n volgende DROOMgenoot.
Coreen

PITKOS

Miskien dink jy
dat jou lewe nutteloos is,
maar iewers drink iemand koffie uit die beker wat
jy hulle gegee het,
luister iemand na 'n liedjie
op die radio wat hulle aan
jou herinner,
lees iemand 'n boek wat jy
aanbeveel het,
glimlag iemand na 'n harde dag se werk, want hulle
onthou 'n grap wat jy vertel het,
hou iemand 'n bietjie meer van hulleself omdat jy
hulle 'n kompliment gegee het.

So moet nooit dink dat wat jy doen
geen invloed het nie,
die spoor van elke goeie daad
wat verrig word kan
nooit weer uitgewis word nie.

Die belangrikste dag van ons lewe is **vandag**
Ons lewe is **vandag .....**
Die enigste ware stukkie lewe is nou …….

Wie te veel met gister se hartseer
en môre se "worries" lewe,
kan ontdek dat die lewe by ons verbygaan.
Pluk die dag as 'n gawe van God.

Sit 'n oomblik stil en ervaar dit
wat Hy vir ons gee ………
Want hierdie dag kom **NOOIT**
weer nie, na vandag is dit vir ewig verby,
maar voor môre kom, is God, ons
Vader, reeds daar ……….
Wat 'n voorreg om in
Sy voetspore te volg …….

Kontakbesonderhede

DROOM

Posbus 270

Riversdal

6670

DROOM:	028 7132526
Faks:	028-7132526
E-Pos:	ontvangs@droomriversdal.co.za
Web:	www.droomriversdal.co.za

2020/2021-boekjaar

Personeel:

Uitvoerende bestuurder	Mnr CJ Veldsman
Finansiële beampte	Mev MG Veldsman
Personeel beampte	Mej E Muller
Administratiewe beampte maatskaplike dienste-afdeling	Mev CM Victor
DROOM ontvangs	Mev MJJ van der Vyver
Hoof geregistreerde verpleegkundige	L Botha
Geregistreerde verpleegkundiges	U van Niekerk
	L de Jager
Ingeskrewe verpleegkundiges	RH Ponto
	FM Vorster
	SAA Adams
Sosiale kreatiwiteitskoördineerder	Mej R Benadé
Koördineerder Onderhouds-afdeling en Beroepsgesondheid Veiligheid (OHS)	Mnr JH Esterhuizen
Sosiale media (Kaapstad)	Mev LA Veldsman

Home Community Base Care: (Projek befonds deur Departement Gesondheid en bestuur deur DROOM).

Administratiewe beampte	Mev MG Veldsman
Koördineerder ingeskrewe verpleegkundige	Mej C Malherbe
Nie professionele koördineerder	Mev M Jacobs

Etekaartjies:

Weeketes:	R45,00
Sondagetes:	R60,00
Spesiale etes:	Op aanvraag

Gastekamer:

Vir een persoon	R200,00 per nag
Vir twee persone	R300,00 per nag (R150,00 elk)

Respytsorg:

Deposito	R1 500,00 betaalbaar met opname (terugbetaalbaar)
Vir eerste 7 dae	R320,00 per dag
Volgende 7 dae	R295,00 per dag
Volgende 7 dae	R270,00 per dag
Vir die res van die tydperk	R240,00 per dag.

Inwoners betaal R180,00 per dag vir die hele tydperk.