

GUUS LOE A FOE keek zijn ogen uit in Volendam. En de Volendammers op hun beurt keken hun ogen uit in Zuidoost. Want aan klederdracht zijn Volendammers wel gewend. Maar de klederdracht die zij in Zuidoost zagen, was een stuk kleurrijker. Ademloos luisterden ze naar de verhalen achter de klederdracht en de betekenis van de hoedjes. Marit Christina is werkzaam in de ouderenzorg in Volendam en was mee als begeleider: "De Volendamse ouderen stonden verbaasd over de grote variëteit aan vis en fruit op de markt. De heer Rikkes is zelf visboer geweest; zijn zoon zit nog steeds in de vis, maar hij keek zijn ogen uit. Hij herkende vele soorten, maar hij kwam ook onbekende exemplaren tegen". Wat Marit vooral opviel was de ontspannen sfeer tijdens de wederzijdse bezoeken: "Natuurlijk werd eerst de kat een beetje uit de boom gekeken. Maar toen het ijs eenmaal gebroken was, ontstond er een ongedwongen sfeer. De Volendammers liepen over de markt alsof ze dat al jaren deden en keken hun ogen uit. De verschillen lijken soms groter dan ze zijn; en door naar elkaars verhalen te luisteren krijgen mensen oog voor het feit dat ze ook heel veel gemeenschappelijk hebben."

ALS u zelf eens wilt deelnemen aan deze activiteit, kunt u contact opnemen met Willemien Stena of Philomena Ribeiro, ouderenadviseurs van MaDi.

MaDi Amsterdam Zuidoost en Diemen
Karspeldreef 2009, 1009 SE Amsterdam, 020-3141618
info@madizo.nl www.madizo.nl

NIEUW SPREEKUR SEKSUELE GEZONDHEID

Loes van den Doof, huisarts

IN februari is er in het gezondheidscentrum Millingenhof een nieuw spreekuur van start gegaan.



Stichting
Sociale en
Medische
Dienstverlening
HOLENDRICHT

SEKSUEEL overdraagbare aandoeningen, ook wel SOA genoemd, nemen nog steeds toe in Nederland. Ook in onze wijk

hebben we te maken met een toenemend aantal mensen met een geslachtziekte. Vooral Chlamydia-infecties nemen toe. Chlamydia wordt veroorzaakt door een bacterie, die een ontsteking van de plasbuis of de baarmoedermond kan geven.



Vaak merk je daar niets van, daarom wordt de infectie ook wel de "sluiper" genoemd, in tegenstelling tot gonorrhoe, die "de druiper" wordt genoemd. Maar als de infectie in de eileider terecht komt kan hij later onvruchtbaarheid bij vrouwen geven. Bij mannen kan het leiden tot bijbalontsteking. Een andere SOA die toeneemt, is de HIV, het virus dat onbehandeld tot AIDS leidt. Gelukkig zijn er nu wel medicijnen die de infectie kunnen remmen en ook de infectie in de zwangerschap van een moeder naar het ongeboren kind kunnen tegen gaan. Maar van het Hiv-virus kom je nooit meer af.

Testen

Ook voor SOA is voorkomen beter dan genezen, dat betekent veilig vrijen. Een condoom geeft goede bescherming. Als je in een langere relatie beide geen infectie hebt, kun je het condoom achterwege laten. Je kunt je laten testen als je risico hebt gelopen. Uiteraard moet je je altijd laten testen als er klachten zijn of als de partner een SOA heeft.

Anticonceptie

Er zijn vele manieren om niet zwanger te worden. Over de pil bestaan allerlei ideeën. Kan je er dik van worden?



Kan je er onvruchtbaar van worden? Ik vergeet de pil zo vaak, wat kan ik eraan doen? Bovenstaande onderwerpen zijn niet in korte tijd behandeld en vergen ook vertrouwen om ze te bespreken. Vaak heeft de huisarts daar te weinig tijd voor. Twee assistentes hebben in nauw overleg met een huisarts zich laten trainen. Er is nu een spreekuur geopend om over bovengenoemde onderwerpen in alle rust en openheid te spreken. Dus bel met het gezondheidscentrum (696 6969) en maak een afspraak met Bernadette van Maltha of Elvira van de Poel.

Voor meer informatie kun je nog op de website kijken www.gezondheidscentrumholendrecht.nl