

INGEZONDEN.

BIJ VAN DER HEEM OP FAMILIE-EXCURSIE

Reeds lang koesterde ik de hoop eens een kijkje te mogen nemen in de fabrieken van Van der Heem aan de Maanweg. Hoeveel het weekelijkse VDH-tje mij reeds telkens een zeer bereydingende indruk gaf, bleef ik toch steeds nieuwsgierig het geheel eens van naderbij te mogen aanschouwen. Wanneer je als Ouderling een of meer kinderen in dienst hebt, heb je duur niet alleen het recht toe, maar ook de plicht om je te overtuigen onder welke omstandigheden daar gewerkt wordt. Dit zullen alle Ouders met mij eens zijn. Wennu Ouders, stel je gerust.

Op uitnodiging van Van der Heem heb ik mij vorige week hiervan op de hoogte kunnen stellen, waardoor hiermee niet alleen het recht maar ook de plicht der Ouders op hoge prijs wordt gesteld, getuige de hartelijke en prettige ontvangst welke ons te beurt is gevallen.

In het gezelschap van twee heren hebben wij het werk van nabij mogen bekijken en mijn eerste indruk was: een prettige werkring voor allen. Dit was ook af te lezen van de opgeruimde gezichten en de amicale stemming van de mensen onderling, al valt het op dat voor het fijne en preciese werk, vooral in de radioafdeling, de gehele mens gevraagd wordt. Dit neemt echter niet weg, dat wij af en toe met een zeer vriendelijke knipoogje onder het werk door begroet werden! En dat gaf een prettige indruk.

Wij hebben alle achting voor al die dames en heren die zich geheel weten te geven aan het hun opgedragen werk van groot tot klein, want zij zijn het loch die de goede naam van de Van der Heem-producten kunnen maken, opvoeren en hoog houden, en ze een grote be-



HET SPAAR- FONDS IS TOCH WEL EEN IDEALE INSTELLING

Niet ten onrechte wordt in de onlangs verschenen en in het vorige VDH-tje besproken folder „Werk prettig, verdienen goed bij Van der Heem“ het Spaarfonds „een prachtige instelling“ genoemd. Deze instelling immers heeft verscheidene aantrekkelijke kanten.

In de eerste plaats leidt de verplichte regeling ertoe, dat alle daarvoor in aanmerking komende personeelsleden, dus ook zij die daar anders wellicht niet aan toe zouden komen, maandelijks 2% van hun salaris opzij leggen.

In de tweede plaats legt de directe er nog eens 2% bij, terwijl voorts over het gehele saldo 3% rente wordt vergoed.

Terecht is deze regeling vooral ideaal

Vrijdag 16 maart jl. werd te Rotterdam het feit herdacht dat de heer Egton F. Eriksson 25 jaar geleden in dienst trad van R.S. Stokvis & Zonen N.V. Onder de zeer velen die deze bekende figuur, tegenwoordig directeur van de afdeling automobielen, motorrijwielen, bromfietsen, automateriaal en rijwielren, en levens algemeen voorzitter van de RAI met zijn jubileum kwamen gelukwensen, behoorden ook onze directe en verscheidene andere VDH-functionarissen.

Zoals te verwachten was is ter gelegenheid van deze huldiging, onder andere in de pers, ook melding gemaakt van het aandeel dat de heer Eriksson heeft gehad — en, voegen wij toe, nog heeft — in het verschijnen op de Nederlandse markt van de eerste bromfiets.

En dit niet ten onrechte. Welbeschouwd is immers de introductie van het Rijwiel-Solex eerst, en het grote succes van deze bromfiets sedertdien, het resultaat van drie factoren.

Allereerst van de prachtige creatie van de heer Marcel Mennesson, directeur

Jubileum bij R. S. STOKVIS & ZONEN N.V.

van de Franse carburateurfabriek Solex, die er na vijf jaar ingespannen onderzoekingswerk in wist te slagen, en genotrijseerde fiets te construeren, welke de pretantie had van een nieuw vervoermiddel te zijn en dat ook inderdaad geworden is.

In de tweede plaats van het feit dat ons bedrijf ruimschoots in staat bleek alle op CONSTRUCTIEF GEBIED rijzende problemen onder de knie te krijgen en voortdurend kleine verbeteringen w'st te realiseren.

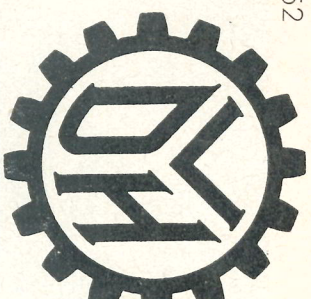
Dat de Solex daarenboven in Nederland ook een commercieel succes was is stellig de grote verdienste van de heer Eriksson geweest. Graag brengen wij hem daarom ook op deze plaats nog hulde voor de door hem voorgestane en zo succesvol gebleken verkooppolitiek ten aanzien van dit zeven jaar terug nog geheel nieuwe artikel, een politiek die in hoofdzaak op twee beginselen is gebaseerd: gerichte verkoop en service.

Gerichte verkoop via stelselmatig aangegeven steunpunten in plaats van afleveringen links en rechts, die het onmogelijk gemaakt zouden hebben achter de uiteindelijk armeners te staan in een mate als nu het geval is. Service, welke de Solex-bijdrers nu de verworwde zekerheid geeft te allen tijde op vakbekwame technici te kunnen terugvallen. Van harte wensen ook wij de heer Eriksson nog vele jaren in gezondheid toe.

Wijziging telefoonnummers

Postkamer (fideeljk) 430
hr Van Delft, Pers. Opl. 509
hr K. Groen, Montage 383
hr Valk, ts preparatieband 381

Nr. 452



het V.D.H.-tje

PERSONEELSORGAAN van VAN DER HEEM N.V. DEN HAAG
UTRECHT HOLLAND
Verkoopkantoor van DER HEEM N.V. en Eerste Nederlandse Autorijwielabriek N.V.

VOORJAARSMOEHEID

Nu de lammetjes in de wei darteren, de natuur zich begint op te doffen en sommige dieren de winterslaap van zich afschudden, zijn er mensen, die van de komst van de lente minder kunnen genieten dan ze verwachten. Ze voelen zich niet helemaal fit en gauw vermoeid bij lichamelijke inspanning. Bovendien is hun geest minder vlug dan anders. Het is niet, dat ze zich echt ziek voelen, maar het is meer een gevoel van loomheid, dat ze als een last met zich meedragen. Er is in hen niets van de uitbundigheid, die men juist in de lente zou verwachten. Ze vinden, dat ze aan vakantie toe zijn, hun werk gaat hun niet zo goed af als anders. Ze hebben misschien wat meer moeite met het halen van hun eenheden, ze blijven van voor problemen waarvoor ze anders hun schouders zouden ophalen. Dit samenstel van verschijnselen wordt wel voorjaarsmoeheid genoemd.

Wintermoeheid zou trouwens een beter woord zijn, want het hangt samen met de omstandigheden waaronder de mens op deze breedtegraad in de winter leeft. Twee factoren spelen hierbij een rol, het vitamine D en het vitamine C.

Een tekort aan vitamine D veroorzaakt vermoeidheidsverschijnselen. Voor de vitamine D-voorziening is ons lichaam vrijwel geheel aangewezen op de zon. Onder invloed van haar ultraviolette straling ontstaat het vitamine D in de huid en wordt vandaar met de bloedstroom door het hele lichaam gebracht.

Het is een belangrijke stof, die bepaald hoeveel kalk door de darm uit het voedsel wordt opgenomen en die bovendien een regerende invloed heeft op het afzetten van deze kalk in het beenweefsel. Vitamine D-tekorten niten zich dan ook vooral bij kinderen, in de vorm van Engelse ziekte (rachitis). Dat is ook belangrijk omdat bij het kind de opbouw van het beenstelsel in volle gang is.

Het heeft daarvoor nodig kalk, fosfor en vitamine D, alle drie in grotere hoeveelheden dan de volwassene. Het toedienen van kalk en fosfor, als er een tekort bestaat aan vitamine D, heeft geen zin, want deze verlaten het lichaam onder die omstandigheden even snel als ze erin zijn gekomen. Als bron voor kalk en fosfor is melk de beste.

De volwassene heeft minder van deze stoffen nodig, maar toch meer dan men veelal denkt. Het is niet zo, dat het beenweefsel, dat in onze jonge jaren is gevormd, gedurende het hele leven onveranderd blijft. Ook in beenweefsel heeft stofwisseling plaats. Dat wil zeggen, dat uit het been kalk in het bloed wordt opgenomen en dat weer nieuwe kalk door het bloed naar het beenweefsel ter beschikking wordt gesteld. Zoals wij in onze kamers van tijd tot tijd een nieuw behangetje nemen, zo wordt ook het beenweefsel steeds vernieuwd. Bij dit vernieuwingsproces speelt vitamine D een belangrijke rol. In periodes, dat er weinig zon is, of waarin de afstand die de zonnestraling naar de aarde moet afleggen zo groot is, dat de ultraviolette straling, die het vitamine D in onze huid vormt, eruit verdwenen is, ontstaat, als de voorraad die in de zomer is gevormd, uitgeput raakt, een tekort aan vitamine D. Dit vitamine komt in onze voedingsmiddelen niet of nauwelijks voor. Alleen margarine, waarvan het soms wordt toegevoegd, bevat een redelijke hoeveelheid. Het eten van veel vetten, zoals margarine, heeft het bezwaar, dat men er dik van wordt en daarom kunnen wij dit tekort beter op een andere manier wegwerken. Levertraan, vitamine-D druppels en -tabletten of hoogtezonkuren zijn daarvoor de aangewezen middelen.

De andere faktor, die een rol speelt bij het totstandkomen van de voorjaarsmoeheid, is een tekort aan vitamine C. Dit vitamine komt in zeer vele levensmiddelen voor, vooral in aardappelen. De men, vruchten en ook in druivenmoell, isheid met het vitamine C is, dat

Op afdeling VOORCALCULATIE

wordt een

ASSISTENT

gevraagd ter opleiding als calculator.

Veristen: technisch inzicht en kennis van VDH-producten.

Leeftijd boven 22 jaar.

Middelbare dag- of avondschoolopleiding, liefst in technische richting.

Schrijftelijke sollicitaties te richten aan de heer SCHREVEL, afdeling Arbeid.

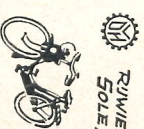
het zo gemakkelijk verloren gaat. Door verwarming, door bloot stellen aan de lucht, zoals gebeurt bij laten staan, fijnen en -hakken van voedsel, door oplossing in vloeistof, zoals b.v. in water, waarin de groente wordt gekookt, verdwijnt het vitamine C. Daarom is het zo belangrijk elke dag een kleine hoeveelheid rauwkost te eten, de groente met weinig water op te zetten en niet te lang te laten sudderen, de aardappelen in de schil te koken en zo min mogelijk restjes tot de volgende dag te bewaren.

Maar ook al neemt men al deze maatregelen, dan nog is er een grote kans, dat er 's winters tekorten ontstaan doordat de meeste wintergroenten weinig vitamine C bevatten. Omdat het een zeer belangrijke rol speelt bij de werking van een groot aantal organen en o.a. bijdragen tot de weerstand van ons lichaam tegen infectieziekten, is het noodzakelijk dat tekort zoveel mogelijk aan te vullen. Dit heeft dan bovendien het voordeel, dat de voorjaarsmoeheid wordt voorkomen of verzwakt. Vitamine C treffen we vooral aan in sinaasappelen, citroenen, grape-fruits, aardbeien en tomaten. De laatste twee zijn er nog niet en de eerstgenoemde zijn nogal prij-

(Vervolg pag. 2)

weekblad

het V.D.H.-tje



REWIEL-
SOLEX

Redactie: Maanweg 256, 's-Gravenhage, telet.

723820, toestel 522.

Gedrukt in eigen drukkerij in een oplage van 3250 exemplaren.

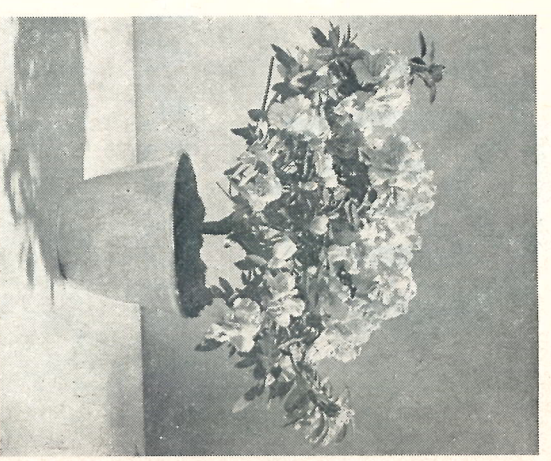
DE AZALEA:

het zorgenkindje van de huisvrouw

Vrijwel elke kamer-azalea is nu wel uitgebloeid. Men stelt zich derhalve het probleem: hoe moet de plant worden overgehouden en hoe moet ik haar behandelen om de volgende winter opnieuw volop bloemen te hebben?

Azalea's kunnen elke winter of elke lente volop bloeien, maar dan dienen de planten ook op de juiste wijze behandeld te worden en daar maakt het nog wel eens het een en ander aan. Om te beginnen moeten nu reeds alle dorre bloemresten weggeschnipt worden. Want onder die dorre resten zit al het vruchtgebintsel, dat bezig is tot zaad uit te groeien; het kost de plant echter te veel energie om al dat zaad tot ontwikkeling te brengen, waardoor het kan voorkomen, dat ze het volgende voorjaar vergeet om te bloeien.

Hebt u een tuin, dan is de zaak spoedig opgelost; de plant kan dan in de volle grond gepoot worden. U neemt dan de plant uit de pot, doch u bent niet klaar door alleen maar een plantgat te maken en haar daar in te potten. Dat gat dient gevuld te worden met een speciaal grondmengsel en u zult de beste resultaten bereiken door het gat te vullen met gelijke delen oude koemest en turfmoel. Zoek voor uw azalea maar een zonnige plekje op, doch als de plant in uw kamer steeds in een vensterbank op het westen of noorden heeft gestaan, zal ze toch eerst een beetje aan de felle zon moeten wennen en daarom is het nuttig er een paar



KAMER-AZALEA

bebladerde boomtakjes voor te plaatsen die dan na enkele dagen wel verwijderd kunnen worden.

Azalea's hebben in de loop van de zomer heel veel water nodig en ook al regent 't, er zal toch gegoten moeten worden.

Op zonnige dagen vindt ze het prettig indien ze in paar maal per dag besproeid wordt met lauwwater. Tegen half oktober dient men de plant met een flinke kluit op te nemen en in een ruime pot te plaatsen. Half oktober gaat ze dan naar een onverwante, doch wel zonnige kamer. Daar krijgt ze regelmatig water; en het is ook wel nuttig haar zo nu en dan een beetje opgeloste kamerplantenkunstmest te geven. De plant dient dus in de winter maanden koel, zonnig of althans licht en vorstvrij gehouden te worden en eerst als de bloemknoppen goed dik aanvoelen of de kleur doorlaten mag zo'n plant in een normaal verwante kamer gezet worden. De meeste azalea's mistukken omdat men de plant veel te vroeg warm zet; de bloemknoppen kleuren bruin en komen dan niet verder.

WONINGRUIL

Aangeboden:
in Den Haag een zonnige vrije etage, bestaande uit 2 kamers en suite, 2 zijkamers, keuken, 2 balkons, veel kasten, fietsenbergsplaats. Huur f 36,75 p. m.

Gevraagd:
in Rotterdam een benedenhuis met 3 à 4 kamers. Men is ook geneegen een huis te kopen.

Te bevragen:
J. Driessen, Ampèrestraat 87, Den Haag.

Donderdagavond 29 maart a.s. in het Ontspanningsgebouw

PAASTOURNOOI KLAVERJASSEN

Vrije deelname, ook voor niet VDH-ers.
Prachtige prijzen.
Inschrijfgeld f 1.— per koppel.
Aanvang 20,00 uur.

VERVOLG VAN PAGINA 1

zigt. Als ze erg duur zijn, kan men het tekort goedkoper aanvullen door tabletjes vitamine C in te nemen, waarvan 1—2 voldoende zijn. Het bestrijden van de voorjaarsmoeheid is dus niet moeilijk en het is de moeite van het proberen altijd waard, want in het voorjaar moeten we samen met de natuur vrolijk en uitbundig kunnen zijn, daar is het ten slotte lente voor!

G. C. SOETERS, Arts

Bloemknoppen verongelukkig ook als men de kleine scheutjes die zich in de loop van de winter ontwikkelen, niet wegneemt. Kleine groene scheutjes komen er naast de bloemknoppen tot ontwikkeling en de bloemist noemt hen diefjes: dat wijst er al op dat zij alle beschikbare voedsel en vocht tot zich trekken en er blijft dan voor de bloemknoppen zelf onvoldoende over. Dus knipt u niet 'n schaartje die kleine groene scheutjes weg; na de bloei zullen die zich ook weer ontwikkelen, doch dan moet u hen ongestoord laten doorgroeien want zij zijn het die voor de bloemknoppen van een volgend jaar moeten zorgen. U zult vooral in de winter moeten opletten of de plant wel voldoende water krijgt; de losse grond die boven op ligt lijkt dan wel vochtig, doch daaronder zit de vezelige wortelkult en die is dan meestal droog en dan valt 't blad of: wie niet over een tuin beschikt doet verstandig de plant zo luchtig mogelijk te kweken en misten schen zijn er dan wel mogelijkheden op het balkon te vinden. Het is dan wel nuttig de pot in turfmoel in te graven; de wortelkult droogt anders te veel uit. U maakt dus een kistje en dat vult u met turfmoel; daarin kan de azalea dan met pot en al ingegraven worden, doch vergeet dan niet dat dagelijks gesloten moet worden en soms wel twee maal per dag en dat men dan ook welkelijks een weinig kamerplantenkunstmest moet geven.

WIJ GAAN WEER DOORLICHTEN

Hernede zal gestart worden op woensdag 4 april 1956.

Het personeel van de fabriek MAANWEG komt het eerst aan de beurt, daarna de ENAF en vervolgens de fabriek UTRECHT.

Voor de fabriek Maanweg zijn de doorlichtingsdagen: woensdag, donderdag, vrijdag en zaterdag.

Het onderzoek, dat woensdag 4 april 1956 begint, vindt steeds plaats in de Medische Afdeling (begane grond), telkens 's morgens tussen 9,00 en 11,00 uur.

In overleg met afdeling Arbeid worden per persoon 3 perioden reuring fabriek gegeven.

In aansluiting aan de röntgen doorlichting zal voor het vrouwelijke personeel nog een bloedonderzoek plaats vinden (Bepaling Hb-gehalte). Het is natuurlijk niet mogelijk dit bloedonderzoek gelijktijdig met de röntgendoorlichting te doen plaats vinden. Het zal daarom later gehouden worden en men ontzinkt hiervoor te zijner tijd wel een oproep.

Niet alleen ter bevordering van het gestelde doel, doch mede in uw EIGEN BELANG wordt het ten zeerste op prijs gesteld, indien u aan dit medisch onderzoek uw volle medewerking zoudt willen verlenen.

Deze röntgen-massadoorlichting van het personeel is een onderdeel van het bevestigingsonderzoek op tuberculose, waarvoor wettelijke toestemming is vertregen. Het is dus niet nodig, dat men deelneemt aan het röntgenologisch onderzoek van een stadsbevolking, zodat daarvoor ook geen extra vertel wordt gegeven.

De doorlichting van personeel der fabrieken Bnaaf en Utrecht zal plaats vinden op nader te bepalen dagen in mei 1955.

LADDERPUZZEL 13

Probeer met behulp van onderstaande omschrijvingen de 18 woorden van 9 letters te vinden. Drie of vier letters van elk woord zijn gemerkt met een getal. Deze letters moeten vervolgens worden ingevuld in het met hetzelfde getal gemerkte vakje in het bovenste deel van de tekening. Wanneer dit op de juiste wijze gebeurt, ontstaat daar een zeggwijze, die wordt toegeschreven aan een bekende vrouw uit de geschiedenis, wier naam u vindt door de beginletters der gevonden woorden (achter A t.m. R) te lezen.

- A — scheepsbevrachter
- B — onderdeel van een boek
- C — college van rechters
- D — kostschool
- E — premie voor inzet of opbod bij een verkoping
- F — band om tocht af te sluiten
- G — belangstelling
- H — vluchthaven
- I — gewoonte
- K — kunstzinnig
- L — onbeduidend persoon
- M — ter zijde
- N — naam van een doen, een zijn of een worden
- O — plotseling
- P — braaf
- Q — eenzelve
- R — slipt

Oplösungen in gestoten envelop en roepzelen van de aanduiding „Ladderpuzzel 13” vóór 3 april a.s. in te zenden aan: mef. Vos - redactie VDH-tje - Hoofdkantoor Maanweg, Den Haag.

Oplösing puzzel 10

De vermenigvuldiging, die het kleinste product opleverde was 2846 x 157 = 448822.

Deze oplossingen werden met 5 punten beloond.

Aangezien er geen foutieve inzendingen waren en alle andere oplossingen s 3 punten voor de inzenders opleverden, weten alle puzzelaars, hoeveel punten zij er thans weer bij hebben gekregen.

De winnaars

Het doet ons genoegen wederom 2 winnaars te mogen bekend maken.

Het zijn mej. T. van der Plas, afd. Loonadministratie en de heer A. J. M. de Vries, afd. Electr. montage, die beiden hun prijs ad f 10.— bij mej. Vos - redactie VDH-tje - kunnen afdalen.

Zij bereikten beiden het totaal van 38 punten. Aangezien de kopgroep danig is geslonken, zullen we in het volgend VDH-tje alle „koplopers” vermelden.

DANKBETUIGING

Van het comité Wintervoeding van Vogels ontvingen wij een speciale dankbetuiging aan al degenen, die op zo bijzondere krachtadige wijze, hetzij financieel, hetzij met het schenken van goederen of daadwerkelijke hulp, de grote voederactie van bedoeld comité zo prachtig hebben gesteund.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	

A	46	41		33				2
B					40		37	53
C	12			47				18
D	26	7	42					
E	59			35		16		
F	21			54	48			19
G	29			25			43	
H					24			5
I		52		14			49	34
J		1	45					9
K	20			56				3
L	39		44		58			32
M	13	15						22
N		11		36	51			
O		55			10			4
P					57	8		
Q	E	17		28	6			
R	30				E	23	50	38