

De Erik Zwierenberg Woordenlijst

A - D

- *Analoog Noodprotocol*: Een fysieke, gele map met essentiële informatie en instructies over het huis en digitale accounts, bedoeld als tastbaar hulpmiddel voor nabestaanden.
- *Audit van de Aftakeling*: Het bureaucratische proces van de WMO-keuring, waarbij je moet solliciteren naar je eigen gebreken om in aanmerking te komen voor hulp.
- *Dashboard-Senior*: Een oudere die zijn leven niet meer direct ervaart, maar monitort via schermen, sensoren en hartslaggrafieken.
- *DigiD-Dokter*: De digitale poortwachter van de gezondheidszorg; het zenuwslopende proces van inloggen bij medische dossiers via Twee-Factor-Authenticatie.
- *Digitale Afwezigheid*: De toestand waarbij mensen fysiek wel in dezelfde ruimte aanwezig zijn, maar mentaal volledig opgaan in hun eigen schermen en digitale wereld.
- *Digitale Executeur*: De persoon die officieel is aangewezen om na iemands overlijden de digitale nalatenschap en de toegang tot online accounts te beheren voor de achterblijvers
- *Digitale Exoskelet*: Technologische hulpmiddelen, zoals een iPhone voor het geheugen of een iPad-standaard, die dienen als externe ondersteuning voor haperende fysieke of mentale functies.
- *Digitale Hypochondrie*: De neiging om via zoekmachines symptomen te analyseren, wat door het gebrek aan nuance en alarmerende zoekresultaten leidt tot overmatige, ongegronde gezondheidsangst.
- *Digitale Ophaalbrug*: De slimme deurbel met camera die de spontaniteit van bezoek vervangt door een risicoanalyse op een smartphonescherf.
- *Dronkemansbril*: Eriks koosnaam voor zijn varifocale bril, die hem dwingt tot een voortdurende fysieke polka om de wereld scherp te krijgen.

G - P

- *Geestelijke Valpreventie*: Het trainen van de hersenen door middel van dwingende routines of het oplossen van technologische problemen om mentale scherpte en autonomie te behouden.
- *Gezondheidsbuffer*: Hoeveel gezondheid kun je kwijtraken voordat je ongezond bent? Digitale surveillancemiddelen die de vitale functies meten geven hier een waarde voor aan.
- *Koude Oorlog op de Bank*: De dagelijkse strijd tegen thermische infiltratie en Micro-Tocht, die zelfs door de slimste thermostaat niet gewonnen kan worden.
- *Low-Tech Magie*: Het toepassen van eenvoudige, analoge oplossingen en materialen, zoals PVC-buizen uit de bouwmarkt, om complexe technologische of fysieke ongemakken te verhelpen.
- *Nook-Nook*: Het fundamentele Protocol van Aanwezigheid; de menselijke versie van de digitale ping die draait om erbij horen en meedoen.
- *Polsbeul*: De smartwatch die met dwingende trillingen en grafieken de controle over Eriks intuïtie en slaapritme overneemt.
- *PVC-Filosofie*: Een vorm van pragmatisch stoïcisme waarbij fysieke gebreken en technische mankementen worden opgelost met eenvoudige (bouwmarkt) materialen.

S - T

- *Schaamte aan een Touwtje*: Het persoonlijke alarmknopje; een symbool van afhankelijkheid dat Erik liever verbergt, maar draagt voor de rust van Antje .
- *Scheermes van de Senior*: Het principe dat de simpelste oplossing de beste is: als een handeling meer dan drie stappen of internet vereist voor een basisbehoefte, wordt deze geschrapt.
- *Stilte van de Bloempot*: De toestand van sociale isolatie waarbij de senior fysiek aanwezig is, maar genegeerd wordt door de Digitale Afwezigheid van anderen.
- *Thebe*: De robotstofzuiger, door Erik bestempeld als een passief-agressief huisdier en zijn persoonlijke Waterloo.
- *Touchscreen-Tirannie*: De frustratie veroorzaakt door huishoudelijke apparaten waarvan tastbare knoppen zijn vervangen door onoverzichtelijke en vaak slecht reagerende digitale menu's.

Met dit register is de configuratie van *Erik 8.0* compleet. Je hebt nu alle gereedschappen in handen om de analoge held in deze digitale woestijn te begrijpen.

