

Bewonersblad voor de locaties van Marga Klompé in regio Lochem

De Weidewijzer

Winter 2024/2025

Nieuwkomer Fadl
start met baan in
verpleeghuis

Een gesprek met
muziektherapeute
Fleur Taken

Hoe werd kerst
vroeger gevierd?

**Marga
Klompé** 
voor het beste van elk moment



De Weidewijzer

Dit informatiebulletin verschijnt viermaal per jaar. Het wordt uitgebracht door en voor bewoners van De Hoge Weide en 't Talma en bezoekers van het dagcentrum en aanleunbewoners van de regio Lochem en Laren.

De redactie bestaat uit:
mevrouw Dinie Elburg
vrijwilliger
Gerriane Schilderink
coördinator welzijn
mevrouw Carla de la Haye
coördinator welzijn

Regio Lochem en Laren
december 2024
achtentwintigste jaargang
nummer 131

Redactieadres:

Zwiepseweg 107
7241 GR LOCHEM
0573 - 289600

Ook kunt u de kopij mailen naar
g.schilderink@szmk.nl of c.delahaye@szmk.nl

Reacties en kopij:

Kopij bestemd voor het volgende nummer, dat in maart 2025 verschijnt, dient **vóór 1 februari** bij de redactie binnen te zijn.

De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden kopij in te korten, te wijzigen of niet te plaatsen.

Voorwoord raad van bestuur

Beste bewoners, familieleden, vrijwilligers en medewerkers,

Het jaar loopt ten einde en de winter staat voor de deur. Ons 25-jarig jubileumjaar loopt af. Terwijl de temperatuur daalt en de dagen korter worden, zoeken we samen de warmte op van onze vertrouwde omgeving. Winter is bij uitstek een periode van samenkomen, reflectie en bezinning. In onze locaties heerst de sfeer van gezelligheid, met lichtjes en straks de kerstbomen en versieringen die herinneren aan vroeger en uitnodigen om nieuwe herinneringen te maken.

Tegelijkertijd kunnen we niet om de gebeurtenissen in de wereld heen. De afgelopen maanden zijn er wereldwijd veel ontwikkelingen geweest die ons raken, zowel dichtbij als ver weg. Het zijn tijden die soms onzekerheid en zorg met zich meebrengen, maar ook momenten waarop we elkaar harder nodig hebben dan ooit. Sommige (politieke) leiders kiezen er steeds vaker voor om mensen tegenover elkaar te plaatsen in plaats van naast elkaar. In een wereld die verandert, blijven de kernwaarden van Marga Klompé onveranderd: Gelijkwaardigheid, Veiligheid, Betrouwbaarheid en Solidariteit. Juist nu vinden we het belangrijk om extra oog te hebben - met deze waarden - voor elkaars verhalen, zorgen en vreugdes.

In deze editie van het bewonersblad kijken we naar wat er speelt binnen onze locaties, maar staan we ook stil bij hoe wij als gemeenschap samenkomen. U leest inspirerende verhalen van bewoners, updates over activiteiten en nieuws van onze medewerkers die zich met hart en ziel inzetten voor een fijne leefomgeving en het welzijn van de bewoners. Ook blikken we vooruit op de feestdagen; een tijd om te vieren en stil te staan bij wat ons verbindt.

Wij hopen dat dit blad een moment van rust en plezier biedt. Neem een warme kop thee of chocolademelk, maak het uzelf comfortabel en geniet van de verhalen en foto's die u meenemen in de winterse sfeer van onze locaties.

Namens alle medewerkers van Marga Klompé wens ik u een mooie, warme winterperiode vol lichtpuntjes, samenzijn en fijne momenten samen met en naast elkaar.

Warme groet,
mede namens Peter Meulenberg,

Erwin Bomers
raad van bestuur

LEDEN CLIËNTENRADEN DE HOGE WEIDE

per december 2024

Leden cliëntenraad verpleeghuis De Hoge Weide/'t Talma

Mevr. M.C. Gerrits-Biljardt, voorzitter 06-20804291 rajac@caiway.net	contactpersoon afdeling Velhorst
De heer W.H. Mooijman, vicevoorzitter en CCR-lid 0573-254708 w.mooijman@kpnmail.nl	contactpersoon afd. Velhorst
Mevr. E. Blaauw-de Ridder Mevr. R. Oonk-Schenk Mevr. H. Endeman Vacature	familie cliënt afdeling Velhorst familie cliënt afdeling Nettelhorst familie cliënt

Leden cliëntenraad woonzorgcentrum De Hoge Weide

De heer G. Groenouwe gerard@groenouwe.com	cliënt
Mevr. W. Hermsen-Nijenhuis De heer J. Nijman Vacature	contactpersoon afdeling Langen contactpersoon woonzorgcentrum

Leden cliëntenraad Thuiszorg Marga Klompé

Mevr. M.J. Dibbets-Jansen Mevr. S. de Booi De heer W.R. Broeke Mevr. E. Venderbosch De heer J. Walvoort Mevr. K. Bisseling Regio Aalten	Winterswijk Winterswijk Lochem Lochem Winterswijk Aalten Vacature
---	---

Bureau Ondersteuning Cliëntenraden
Ziekenhuisstraat 14, 7141 AN Groenlo
Tel: 06-13114417 (Karina Fremmer) / 06-22418579 (Monique Fokkert)
Email: secr.clientenraden@szmk.nl

Van de redactie

Beste lezer,

De decembermaand is aangebroken en dat betekent dat we alweer samen toelevan naar het einde van een bewogen jaar. Deze kersteditie van ons bewonersblad is daarom extra feestelijk gevuld om samen met jullie de laatste weken van het jaar in warmte en verbondenheid af te sluiten. Van sfeervolle verhalen en interviews met nieuwe medewerkers tot tips voor gezellige winteractiviteiten die weer georganiseerd zijn binnen De Hoge Weide en 't Talma, we hopen dat dit nummer jullie decembermaand nét dat beetje extra kleur en vreugde geeft. In deze editie blikken we terug op de hoogtepunten van het jaar en delen we ideeën voor een knusse kerstperiode. Of je nu geniet van de (zelfgemaakte) kerstbakjes, samenkomst met familie, of juist kiest voor een rustige tijd, de decembermaand biedt ons allemaal de gelegenheid om samen en bewust het jaar af te sluiten.

We willen graag een moment nemen om onze waardering uit te spreken voor ieders inzet, geduld en medeleven in het afgelopen jaar. Wat is het toch mooi om te zien hoe wij als bewoners en personeel altijd voor elkaar klaarstaan. Voor velen is december een maand vol gezelligheid, lichtjes en mooie tradities. Maar we beseffen ons ook dat deze periode voor sommige mensen wat moeilijker kan zijn. Misschien

voel je je in deze tijd juist wat meer alleen, of brengt het einde van het jaar herinneringen met zich mee die je met een zwaarder hart draagt. Voor iedereen die deze decembermaand als een uitdaging ervaart, willen we zeggen: jullie zijn niet alleen en juist nu hopen we dat iedereen zich gehoord en gezien voelt. Een klein gebaar kan het verschil maken, of dat nu een vriendelijke begroeting is, een luisterend oor of een uitnodiging voor een kopje koffie.

Onze wens voor jullie is een december vol licht, warmte en liefde. Mogen de feestdagen gevuld zijn met fijne gesprekken en knusse momenten. Laten we deze dagen benutten om de mensen om ons heen te laten weten dat we blij met hen zijn, met een kaartje, een glimlach of een vriendelijk woord. We hopen dat het nieuwe jaar ons allemaal gezondheid, geluk en nieuwe energie mag brengen.

Vanuit de redactie willen we jullie alvast een hele mooie, ontspannen feestmaand wensen en een sprankelend begin van het nieuwe jaar! Op naar een 2025 waarin we samen nog meer moois mogen beleven.

Met hartelijke groet en warme wensen,
Gerianne Schilderink

Coördinator Welzijn en vrijwilligers
De Hoge Weide en 't Talma

De Pen

Naam:
Michelle Hobelman
(geestelijk verzorger)

Antwoord op de vraag in de vorige pen:

Wat doe je zoal tijdens een werkdag en waarom gekozen voor geestelijk verzorger in een woonzorg centrum/verpleeghuis?

Ik werk sinds 2018 als geestelijk verzorger op meerdere locaties van Marga Klompé. Ik begeleid mensen bij levens- en zingevingsvragen. Dat klinkt misschien wat abstract. Kort gezegd zitten veel onze bewoners in een levensfase waarin een hele boel gebeurt en waarin het leven hen soms ook overkomt. Het ouder worden, rouw in allerlei vormen, omgaan met (eigen) afhankelijkheden en verhuizen naar een verpleeghuis vraagt nogal veel veerkracht van ons mensen. Soms is het dan fijn dat iemand je bijstaat. Niet om iets op te lossen of om iemand te behandelen maar om in een vertrouwelijk gesprek te luisteren en waar wenselijk samen te zoeken naar (nieuwe) kracht en inspiratiebronnen die hierin helpend zijn. Ik ben er voor iedereen ongeacht levensbeschouwelijke achtergrond.

Ik heb voor dit werk gekozen omdat ik het heel belangrijk vind om echt naar iemand te luisteren en tijd te nemen voor het eigen verhaal van een



ander. Ik haal veel dankbaarheid en daarmee ook plezier uit mijn werk als ik weet dat ik van betekenis ben geweest voor iemand, hoe klein soms ook.

Werk/ vrijwilligerswerk:

zie vorige vraag.

Afdeling:

Ik werk op vier locaties binnen Marga Klompé: De Hoge Weide, 't Talma, De Hassinkhof en Mariënhof.

In huis...:

... moet ik op moment ogen voor en achter hebben. Onze dochter Sasha van 1,5 is vliegensvlug. Als ik even niet kijk dan staat ze bovenop tafel te dansen.. dus dit dametje houdt mij thuis wel bezig.

Hobby's:

Ik heb een paard. Rij niet zoveel meer als vroeger, maar ook de hele verzorging er omheen is nog steeds een heerlijke ontspanning.

Sport:

Zwemmen en paardrijden.

Eten/ koken:

Ik ben een echte groente liefhebber en eet graag gevarieerd. In deze tijd van het jaar is vooral stampot favoriet en dan met name de zuurkoolschotel van mijn man. (geheim recept van zijn moeder die hij zelfs met mij niet wil delen..)

Als u meer vrije tijd had dan...:

Was ik graag weer wat meer creatief bezig. Ik hou erg van knutselen met natuurlijke/oude materialen. Denk aan herfstkransen maken met beukenootjes etc.. Vroeger maakte ik ook veel (spelden)kussentjes van oude stoffen die ik verkocht op antiek markten.

Laatste vakantie...:

Wij zijn deze zomer naar het Gardameer in Italië geweest. Echt mijn lievelingsland. Combinatie van prachtige natuur, cultuur, vriendelijke mensen en lekker eten.

Favoriete muziek:

Mijn man zegt altijd dat ik in de verkeerde tijd geboren ben. Het liefst luister ik naar wat oudere Engelse/Amerikaanse muziek. Zoals onder andere Buddy Holly, Simon and Garfunkel, Eagles, Beatles etc. Dit soort muziek luisterde mijn moeder altijd al veel en ben ik steeds meer gaan waarderen naarmate ik ouder werd. We gingen samen naar vele concerten met als hoogtepunt in 2014 het concert van Cliff Richard.

Favoriete TV programma:

Heb ik eigenlijk niet momenteel. Ik kijk alleen af en toe een serie. Op dit moment is dat 'de ring' op NPO 1.

(Levens) Motto:

Waar een wil is, is een weg. Ik ben een sterk gevoelsmens en weet wat ik wil in het leven. Ondanks dat het leven zelf je soms ook overkomt probeer ik altijd in elke situatie dichtbij mezelf te blijven.

Wat houdt u momenteel bezig?

Herdenkingsbijeenkomsten. Toevallig ben ik (nu ik dit schrijf) gisteravond in de eerste herdenking voorgegaan op 't Talma. Wij organiseren binnen Marga Klompé deze bijeenkomsten voor naasten waarbij we onze overleden bewoners herdenken. Erg mooi en waardevol om te mogen doen!

Goed nieuws deze maand (in De Hoge Weide):

Heeft u al gezien dat er op 23 december een kerst lichtjesavond wordt georganiseerd? Ik zal zelf bij de wensboom staan. Zou leuk zijn om velen van u dan te treffen!

Aan wie geeft u de pen door:

Aan Brenda Markerink onze nieuwe collega van het medische secretariaat.

Ik stel haar de volgende vraag:

Wat vind je tot nu toe het allerleukst aan je nieuwe functie?

Beste lezers van de Weidewijzer,

Allereerst bedanken wij alle mensen die op ons gestemd hebben met de actie Rabo Clubsupport! Wij hebben het prachtige bedrag van € 376,59 mogen ontvangen voor ons nieuwe doel: de beleeffiets. Geweldig wat wij samen kunnen bereiken!



Ons thema is 'bewegen en beleven' en wij hebben het verzoek ontvangen of wij kunnen zorgen voor een beleeffiets voor De Hoge Weide. Zoals velen van u weet heeft in augustus een kleine drie weken zo'n beleeffiets op Ampsen/ Nettelhorst en op Langen/Zwiep gestaan om uit te proberen.



Virtueel fietsen door diverse steden in binnen- en buitenland, door tuinen, musea ed. op een bewegingstrainer met beeldscherm. Mooie fietstochten maken en lekker bewegen vanuit je stoel of rolstoel, zonder dat men de deur uit hoeft. Ook geeft het weer gespreksstof en herkenning, fietsen door je oude woonplaats, vakantieoord of bijvoorbeeld de Keukenhof, of door het Rijksmuseum hoe leuk is dat! Wij hadden dan ook vele positieve reacties en hebben ons ten doel gesteld zo'n beleeffiets aan te schaffen.



Ja en dan de financiering....Wij hebben van een stichting al een heel geweldige donatie ontvangen dus het begin is er. Wij zijn bezig diverse fondsen aan te schrijven en staan open voor spontane acties zoals de pindapoppetjes gemaakt door Antinette van afdeling Langen. Deze zijn te koop op die afdeling en in het Grand Café en de opbrengst is voor ons nieuwe doel de beleeffiets!



Mocht u ook willen doneren aan dit project dan kunt u uw bijdrage overmaken op onze bankrekening NL33 RABO 0199 3655 98 t.n.v. Stichting Vrienden van De Hoge Weide en 't Talma o.v.v. Beleeffiets of donateur worden (zie hiervoor onze website voor het formulier). Ook kunt u de QR-code hiernaast gebruiken voor de betaling. Wij gaan in ieder geval ontzettend ons best doen om dit voor elkaar te krijgen.



Naast dit project hebben wij ook al kleinere aanschaffingen kunnen doen voor diverse afdelingen. Zoals trapfietsjes en een mooi tafelbowlingspel.

Al met al lekker bezig voor onze bewoners om bewegen en beleven makkelijker en aantrekkelijker te maken. Hier worden wij blij van, u ook?

Heeft u ideeën of wensen van en voor bewoners laat het ons weten. Dit is de laatste Weidewijzer voor dit jaar dus rest ons u allen heel fijne Feestdagen te wensen en alle Goeds voor het Nieuwe jaar!

Hartelijke groet,
Henk, Plony, Renate en Gera

Z'n gangetje

*Hoe gaat het? Zo z'n gangetje?
Een traan loopt over een wangetje
Een traan van stil verdriet, want
Dat "gangetje" gaat even niet
Hoe gaat het? Zo zijn gangetje?
Een aai over het natte wangetje
Een warme arm om haar heen
Het lijkt of de zon even scheen.
Hoe gaat het? Zo z'n gangetje?
Een kus op het natte wangetje
Een gezicht vol dankbaarheid is
Wat ons altijd weer verblijdt
Met een kus op elke wang komt
Het "gangetje" weer op gang.*

Grace Hiddink- de Vries

Zwiepseweg 107, 7241 GR Lochem
www.margaklompe.nl/vvhw . info@vvhw.nl
KvK: 86385437 . RSIN: 863950231
NL33 RABO 0199 3655 98

ANBI

Algemeen Nut
Beogende Instelling



Bibliotheek nieuws

Wist u dat we binnen De Hoge Weide ook een kleine bibliotheek hebben. Deze zit in De Hooiplukker, dicht bij de ingang naar de afdeling Enk.

U bent hier elke maandagmiddag van 15.30 tot 16.30 uur van harte welkom om een of meerdere boeken te lenen. De vrijwilligers, Hannie en Alma helpen u graag om het juiste boek te vinden.

Nieuwkomer Fadl start met baan in verpleeghuis

LOCHEM - Bij verpleeghuis De Hoge Weide (Marga Klompé) en 't Baken is een bijzondere samenwerking tot stand gekomen. Samen hebben ze een nieuwe functie gecreëerd om beter in te spelen op de specifieke behoeften binnen het verpleeghuis. Recruiter Jeroen Garritsen licht toe: "Door anders te kijken naar bepaalde taken die eerder door het verzorgend personeel werden uitgevoerd, is er ruimte ontstaan voor een nieuwe, ondersteunende rol (jobcarving)."

Met deze aanpak vond 't Baken al snel een geschikte kandidaat: Fadl. Hij is afkomstig uit Libanon en heeft afgelopen voorjaar zijn inburgering in Lochem afgerond. In juni begon hij op een werkervaringsplek, onbetaald maar met volop kansen om te wennen aan zijn nieuwe werkomgeving en aan het werken in Nederland. Fadl ondersteunt nu dagelijks de huismeester, zorgteams, huishoudelijke dienst en het team van het Grand Café. Hij bezorgt interne post en boodschappen, en haalt afval en vuile was op – allemaal werkzaamheden gericht op intern transport binnen het verpleeghuis.



Onder begeleiding van huismeester Henri Bosveld heeft Fadl snel zijn draai gevonden. Hij is zo goed ingeburgerd dat Marga Klompé hem per 1 oktober een arbeidsovereenkomst heeft aangeboden. Henri vertelt: "Cliënten en collega's zijn dol op hem. Hij werkt volledig zelfstandig en ontlast daarmee zijn collega's aanzienlijk. Het is geweldig dat dit zo mogelijk is." Fadl zelf is enorm dankbaar voor deze kans, die hij met beide handen heeft aangegrepen:

"Elke dag is anders en dankzij de vele contacten is mijn Nederlands ook enorm verbeterd."

Werkgevers die op zoek zijn naar een manier om maatschappelijk van betekenis te zijn of meer willen weten over jobcarving, kunnen contact opnemen met Ronald Hagen, accountmanager werk bij 't Baken, op 06 - 296 481 63.

Weerspreuken

december, wintermaand

Decemberwind uit het oost, brengt de zieken weinig troost.	Veel sneeuw op Oudejaar, veel hooi in 't nieuwe jaar.
December zacht en dikwijls regen, geeft weinig hoop op rijke zegen.	Warme Kerstnacht, koude Pasen.
Decembermist, goud in de kist.	Zijn de bomen om Kerstmis wit van sneeuw, ze zijn in de lente wit van bloesem.
Decemberwind van oost, brengt zwakken luttel troost.	Als Sint-Eligius met ijs begint, wil hij drie maanden dat tot vrind.
Is december veranderlijk, beste vrind, dan is heel de winter slechts een kind.	Sneeuw veel en lang, maakt de klaver niet bang.
Als Sinte Barbara wil, staat de vriezeman stil.	Sint-Elooi, brengt geen dooi.
Donder in de decembermaand, belooft veel wind in 't jaar aanstaand.	Een sneeuwjaar is een hooijaar.
December koel en nat, ledigt gans het korenvat.	Breng december kou en sneeuw in 't land, wast het koren zelfs in 't zand.
Zoveel ijzelbochten in de winter, zoveel koren in de oogst.	Veel sneeuw, veel brood.
Sinte Lucije, laat de dagen dijen.	Als de zon met Kerstmis schijnt op de toren, dan is het vlas verloren.
Blaast de noordenwind met decembermaan, dan houdt de winter vier maanden aan.	Als met Kerstmis de muggen zwermen, moet ge met Pasen uw gat wermen.
Droge december, droog voorjaar, droge zomer.	December koud en wel besneeuwd, zo maakt maar grote schuren gereed.
Silvesterwind (31 december) met morgenzonneschijn, geeft zelden goede wijn.	Zo hoog in de winter de sneeuw, zo hoog in de zomer het gras.
	Sneeuwtaapt, 't groen bevrijd.

januari, louwmaand

Als het Driekoningen (6 januari) is in't land, komt de vorst in het vaderland.	Sint-Antoon (17 januari) en Sint-Sebastiaan (20 januari), hebben harde koppen aan.
Als het vriest op Driekoningendag (6 januari), dan vriest het dertien weken lang.	Sint-Pieterstoel (18 januari) bevroren, een droog jaar geboren.
Met Driekoningen lengt de dag zoveel een geitje springen mag.	Staat Sint-Pieters'stoel te Rome in de sneeuw of in het nat: d'r staat een vochtig jaar te komen, het kan niet missen dat.
Vriest het op de elfde nacht, zes weken vorst wordt er verwacht.	Sint-Fabiaan (20 januari) en St. Sebastiaan (20 januari) doen het sap in de bomen gaan.
Als het op dertiendag (13de dag na Kerstmis (6 januari)) vriest, 't vriest dertien weken lang.	Sint-Vincentius (22 januari) met zonneschijn, geeft veel koren en ook veel wijn.
Geeft Sint-Hilarius (13 januari) zonneschijn, weldra zal het kouder zijn.	Is het op Sint-Paulus (25 januari) schoon en klaar, dan brengt het een gezegend korenjaar.
Als het op Sint-Hilarius vriest, de boer zes weken niest.	Is het op Sint-Paulus (25 januari) sneeuw of regen, dan komt een mager jaar ons tegen.
Sint-Pauwel (15 januari) is de eerste der drie harde koppen.	Als Sint-Paulus (25 januari) bekeert, draait de wortel om in den eerd.
Sint-Anthonius (17 januari) schoon en helder, vult het vat en ook de kelder.	Sint-Paulus' Bekinghe met zonneschijn, is goed voor vruchten, koren en voor wijn.
Met Sint-Antonius (17 januari) lengen de dagen zoveel als het eetmaal van een monnik.	Als Sint-Paulus (25 januari) zijn kapje in het droge draagt, dan wordt het een goed tarwejaar.
Sint-Antone (17 januari) met zijn varken, zoete naam Sebastiaan (20 januari), koud en kil is't in de kerken en bevroren ligt de baan.	Geeft Sint-Sulpitius (29 januari) schoon ijs, dan is de lente goed en wijs.
Sint-Antoon (17 januari) en St. Sebastiaan (20 januari) komen met het hardste van de winter aan.	Dooien op Sint-Aldegonde (30 januari), vult de kelder met een vloed van zonde.
Maakt Sint-Teunis (17 januari) de ijsbrug, St. Sebastiaan (20 januari) slaat ze stuk.	

februari, sprokkelmaand

Met Lichtmis (2 februari) doet de metselaar één oog open, ziet hij zonneschijn, hij doet dat ene oog weer dicht.

Als met Lichtmis de zon schijnt, gaat de vos nog zes weken naar zijn hol terug. (winterslaap)

Water op Sint-Agatha (5 februari) is melk in de boerkarn.

Sint-Amaan (6 februari) doet het zaaikleed aan.

Op Sint-Romaldus (7 februari) storm en blazen, zal in mei het vee doen grazen.

’t Is voor de oogst bijzonder goed, als’t op Sinte Appolonia (9 februari) waaien doet.

Dooi op Sint-Valentijn (14 februari), doet veel water in de wijn.

Is het klaar op de dag van St. Valentin, dan vriest het rad van de watermolen in.

Klaar weer op Sint-Silvijn (17 februari), het kan nog twee maanden winter zijn.

De nacht van Sint-Pieters’stoel (22 februari) duidt aan hoe veertig dagen ’t weer zal staan.

Sint Matthijs (24 februari) breekt het ijs, maar wil het ijs niet breken, dan vriest het nog zes weken.

Regen in Sinte Walburgisnacht (25 februari), heeft de kelder steeds vol gebracht.

Sint-Romanus (28 februari) hel en klaar, wijst ons op een vruchtbaar jaar.

Komt februari met goed weer, dan vriest het in ’t voorjaar des te meer.

Is februari guur en koud, dan komt er een zomer waarvan je houdt.

Is februari zacht, dan brengt de lente vorst bij nacht.

Is februari zacht en stil, dan komt de noordenwind in april.

Als vroeg krokussen bloeien, dan zullen ze met de koude stoeien.

In februari ziet de boer liever een hongerige wolf, dan een man in hemdsmouwen.

In de korte maand regen, is vette mest een zegen.

Februari regen is voor de landman een zegen.

Is februari nat en koel, dan wordt juli dikwijls heet en zwoel.

Schijnt morgenrood je tegen, dan dreigt februari met regen.

Sprokkelmaands regen, is grasmaand zegen.

Ligt de wind in februari stil, dan komt hij zeker in april.

Februari is nooit zo goed, of het vriest wel een hoed.

Even voorstellen

Hoi allemaal!
Deze editie is het mijn beurt om mijzelf voor te stellen.

Mijn naam is **Britt Nieuwenhave**. Ik ben 27 jaar oud en woon samen met mijn vriend in het kleine dorpje Zieuwent. In mijn vrije tijd speel ik graag een potje volleybal bij de lokale volleybalvereniging. Ik vind het leuk om in een team te spelen en met een wedstrijd de competitie op te zoeken. Verder geniet ik van ieder feestje samen met mijn vrienden.

Zes jaar geleden ben ik begonnen met mijn werk als Buurtsportcoach bij een sportbedrijf. Hierbij heb ik veel mooie evenementen mogen organiseren en ik heb veel lesgegeven aan verschillende doelgroepen ouderen. Ik merkte dat ik toe was aan een nieuwe omgeving en daarom heb ik gesolliciteerd bij Marga Klompé en inmiddels ben ik aangenomen!



Wellicht heb je mij al langs zien lopen, want sinds 1 oktober ben ik werkzaam voor Marga Klompé. Hier vervul ik de functie van bewegingsagoog. Mijn taak is om bewegen wat meer op de kaart te zetten. Daarnaast ga ik zelf beweeglessen geven op de afdelingen, maar ook ga ik individueel met mensen aan de slag. Jullie kunnen mij vinden op de locatie De Hoge Weide, ’t Talma en nog een dag op De Molenberg.

Mocht er vragen zijn rondom bewegen of het geven van een beweegles, trek mij dan vooral aan de jas. Ik vind het leuk om mee te denken en te zoeken naar een passende oplossing.

We zien elkaar!

Groetjes Britt Nieuwenhave,
Bewegingsagoog

Balkenbrij

een winters gerecht

Voor wie het nog niet weet of alweer vergeten is: Balkenbrij is een ambachtelijke vleeswaar. Een streekproduct dat vroeger uitsluitend in de slachtmaand (november) werd gemaakt. Balkenbrij wordt met name op de zandgronden van Nederland gegeten.

Iedere streek kent haar eigen variant. De meest bekende varianten zijn:

Land van Heusden en Altena (deze is als enige roze van kleur), Midden Brabant, de Kempen, Limburgse (die donkerrood van kleur is), Gelderse met meer kruidnagel, Twentse met stukjes lever, Overijsselse (met krenten en rozijnen).

De basis grondstoffen van balkenbrij zijn, varkensvlees, bouillon, kruiden, specerijen en boekweitmeel.

Voor de naam “balkenbrij” zijn twee verklaringen te vinden

De eerste, gangbaar in Zuid-Nederland, is dat het een verbastering is van het woord “balchenbrij” dat weer afkomstig is van “balch” of “gebalchte”, Oudnederlands voor ingewanden. Als het product gaar was werd het op een schaal in model gebracht om af te koelen, later in plakken

te snijden, te bakken in reuzel en op te eten. De tweede verklaring is dat men vroeger de gare vleesmassa in een linnen zak deed om uit te hangen aan een balk en af te laten koelen. Vandaar “balkenbrij”. Deze verklaring wordt algemeen in het oosten van het land gehanteerd. Ik denk echter dat er nog een derde verklaring is.

De maag van een dier, de balch, die we nu nog kennen van blaasbalg, werd vroeger ook opgegeten. Ze werd binnenstebuiten gekeerd en goed schoongemaakt. Daarna werd ze opnieuw gekeerd en gevuld met kleingesneden restanten orgaanvlees en granen. Vervolgens werd dit gekookt tot alles gaar was. Daarna werd de gevulde maag in plakken gesneden en, al dan niet gebakken, opgegeten. Het type vlees dat men toen verwerkte tot balkenbrij mag tegenwoordig, wegens de strenge regelgeving van de Voedsel- en Warenautoriteit, niet meer voor menselijke consumptie worden gebruikt. Lekker met (appel)stroop, jam, geleï, peer, appel, rozijnen. Of serveren met brood en cranberry compote. Eet smakelijk !!!!!

Bron: www.Balkenbrij.nl

Winter

*Wit berijmde boomen droomen
nog van koele zomerdagen,
van hun dicht en donker loover,
meegevoerd door najaarsvlagen.
Langs besneeuwde bermen zwermen
voedsel zoekend vogelvluchten.
Oostewind giert door de boomen,
klagend klinkt hun angstig zuchten.
Als zij buigend wuiven, stuiven
witte wolkjes van hun takken;
op de wit berijpte boomen
maakt de wind dan zwarte vlakken.
’t Zonnestraaltje tuurt er, gluurt er
naar de witte wintergaarde,
licht den grijzen nevelsluier
langzaam van de slapende aarde.
Dan ontwaakt het leven even,
zijn de glinstrend witte boomen
met hun diamant geflonker
schooner nog dan in hun droomen.*

Dichter(es): J.M. Westenbrink-Wirtz
Jaartal: 1925

“Ik sluit aan bij wat nog wél mogelijk is”

Tekst: Ovii - Pieter Holkenborg | Fotografie: Ovii - Britt Haarman

Laren Magazine gaat op bezoek bij 't Talma voor een gesprek met muziektherapeute Fleur Taken. Fleur deelt hoe muziek kan bijdragen aan het verminderen van stress en het hervinden van identiteit bij van de bewoners van deze Marga Klompé locatie.

Van jongs af aan bezig met muziek

“Ik ben geboren en getogen in Ruurlo en heb na mijn middelbare school in Groenlo de opleidingen psychologie en muziektherapie gevolgd in Utrecht en Amersfoort. Mijn moeder is ook muziektherapeute en ik zong in een koor en zat op vioolles, waardoor muziek van jongs af aan een belangrijk deel van mijn leven is geweest. In 2010 ben ik gestart als zelfstandige en sinds eind 2020 werk ik in dienstverband bij Marga Klompé. Samen met een collega, die ook muziektherapeut is, hebben we de verschillende locaties verdeeld. We werken volgens een strak schema: in de oneven weken ben ik op dinsdagochtend bij 't Talma en in de middag bij De Hoge Weide in Lochem.”

Permanente stress

“Ik kom op aanvraag en naar aanleiding van een indicatie, die door een arts wordt gegeven. De zorgmedewerkers spelen ook een belangrijke rol in het besluit om een muziektherapeut in te schakelen bij een bewoner. Veroorzaakt door een gebrek van grip het op leven, kunnen mensen met dementie stress ervaren of onrustig en emotioneel zijn. Door de dementie zijn ze niet in staat om deze stress te reguleren of te

relativeren. In mijn therapie bied ik via muziek een vorm van beleving. De voorspelbaarheid van een bekend lied geeft houvast, waardoor mensen weer enige controle ervaren. Dit vermindert de stress, zorgt voor meer helderheid en brengt herinneringen naar boven. Sommige bewoners zijn verzonken in hun dementie, wat betekent dat ze ver in het ziekteproces zijn. Toch kan muziek in zulke gevallen nog een ingang bieden. Ik sluit aan bij wat nog wél mogelijk is. Sommige bewoners verliezen de expressie in hun gezicht door de dementie, maar ze kunnen bijvoorbeeld nog wel met hun voeten op de maat meebewegen. Ik zie ze dan zachtjes meetikken.



Er wordt vaak gedacht dat muziek voor mensen met dementie rustig en zacht moet zijn, maar dit is niet altijd het geval. Het ritme is belangrijk en het zangtempo mag niet te hoog liggen. Swingende muziek die niet druk wordt gespeeld, werkt vaak erg goed. Wanneer woorden wegvallen, kunnen mensen nog steeds meezingen met bijvoorbeeld ‘la la la’.”

Van Driekusman tot ABBA

“Ik heb een spreekwoordelijke koffer vol muziek bij me. Ik kijk rond in de kamer van de bewoners om een beeld te krijgen van wie de persoon is. Hangen er bijvoorbeeld foto's van het boerenleven aan de muur of kunstwerken? Op basis daarvan stem ik de muziek af op wat ik zie. Met de 80+ doelgroep zing ik vaak oude volksmuziek, zoals ‘Driekusman’, ‘Daar bij die molen’ en soortgelijke liedjes. Bij de jongere doelgroep zing ik nummers van The Beatles, The Rolling Stones, ABBA of The Bee Gees. Bij een eerste ontmoeting maak ik vaak een muzikale tijdreis: ik speel en zing liedjes uit verschillende periodes en observeer welke muziek de meeste reactie oproept. Daar bouw ik vervolgens op voort.

In mijn therapieën kies ik vaak voor de gitaar als begeleidingsinstrument. Ten eerste omdat het een praktisch instrument is om mee te nemen, maar ook omdat het veel minder afstandelijk is dan een piano. Het leven van mensen met dementie wordt primair en daarom is het mooi om met de gitaar dicht bij de mensen te komen om samen te zingen. Dat lukt met een piano of ander instrument minder makkelijk.”

Hervinden van identiteit

“Een mooie anekdote gaat over een mevrouw die tijdens de therapie stevast een prachtige tweede stem zong. Later bleek dat ze vroeger samen met haar zus had gezongen, waarbij haar zus altijd de eerste stem zong. Ze was dus gewend om harmonieën te zingen en dat kwam tijdens het muziek maken weer naar boven. Ze bleek uit een muzikale familie te komen. Door samen te zingen kreeg ze weer wat scherpte terug en kon ze eindelijk weer eens in haar kracht staan. Speciaal voor haar heb ik muziek van Schubert uitgezocht en meegenomen, waar ze sterk op reageerde. Uiteindelijk leerde ze mij dat lied en corrigeerde ze zelfs mijn Duitse uitspraak bij bepaalde woorden. Haar identiteit kwam door de muziek weer tot leven.”

Muzieklessen en kinderliedjes

“Naast mijn werk als muziektherapeute geef ik ook muziekles aan kinderen van 1 tot en met 4 jaar en schrijf ik kinderliedjes. Deze neem ik zelf op en plaats ik op Spotify. Dat gaat hartstikke goed! Mijn liedje ‘Hakselen met de hakselaar’ is onlangs zelfs geremixd en uitgebracht door producerduo The Beatcrops. Grappig hoe muziek in je leven tot onverwachte wendingen kan leiden.”

Lijkt het je leuk om als vrijwilliger een keer mee te kijken bij een van de activiteiten, of wil je meer informatie?

Neem dan contact op via welzijn.dehogeweide@szmk.nl.



Uw kapper komt langs op De Hoge Weide, uw manicure en pedicure ook, maar wat denkt u van het idee dat uw goudsmid langs komt om uw sieraden te repareren?

Sarah Elzinga is gediplomeerd goudsmid sinds 1999, afgestudeerd aan de Vakschool voor Edelsmeden en heeft vele jaren dienst gedaan als sieraadrepareteur en ontwerper voor meerdere juweliers. Sinds kort is ze voor zichzelf begonnen en zou ze ook graag haar diensten willen aanbieden aan u, bewoners van De Hoge Weide.

Om de zoveel tijd zal ze aangekondigd plaatsnemen in het restaurant om ter plekke uw horlogebatterijen te verwisselen en kleine reparaties uit te voeren aan uw sieraden.

Sommige sieraden zullen wat meer aandacht nodig hebben en die neemt ze dan mee naar haar atelier hier in Lochem om ze vervolgens na een aantal dagen gerepareerd en gepolijst weer aan uw deur af te leveren. Het is tevens mogelijk om erfstukken te laten vermaken of samen met Sarah een sieraad te ontwerpen.

Prijsindicatie

ring verkleinen	goud: 20,-	zilver: 15,-
ring oprekken	goud: 20,-	zilver: 15,-
ring stuiken	goud: 20,-	zilver: 15,-
ring solderen	goud: 20,-	zilver: 15,-
pootjes opdikken	goud: v.a. 25,-	
collier solderen	goud: 20,-	zilver: 15,-
schoonmaken v.a.	goud: 15,-	zilver: 15,-
sieraadschakels inkorten		v.a. 10,-
horlogeband inkorten		v.a. 5,-
horlogebatterij wissel		5,-

NB: De prijzen en levertijd zijn een richtlijn en kunnen afwijken per sieraad.

Sieradenatelier Gold Smitten

Sarah Elzinga, Lochem
06-44374871, mail@goldsmitten.nl

Kerstmis

*Licht
dat ons aanraakt
en kleur geeft
aan de wolken,
alsof een onzichtbare hand
de hemel
heeft open geritst.
Straks is het
weer nacht
en morgen pakken de wolken
zich misschien
wel weer samen
tot een grauw
aaneengesloten dek.
Maar onze dromen
hebben kleur gekregen.*

Hoe werd kerst vroeger gevierd?

De Katholieken begonnen ooit met alleen een kerststalletje. Het was vooral een feest van intimiteit met de familie en de herdenking van de geboorte van Jezus. Op kerstavond ging men naar de nachtmis en als men terugkwam werd er gegeten. En op eerste kerstdag werd de geboorte van Jezus herdacht.

Na verloop van tijd werd de kerststal een theaterstuk met kostuums en zelfs levende dieren. Verwijzend naar de drie geschenken goud, wierook en mirre van de wijzen toen ze het kindje Jezus in Bethlehem bezochten, werden geschenken gegeven aan vrienden en familie.

Wat aten ze vroeger met kerst?

Vroeger was een traditioneel vleesgerecht de kalkoen. Het kerstdiner wordt vaak geserveerd aan een feestelijk versierde tafel met bijvoorbeeld kaarsen, lichtjes, kerststukjes en kerstservetten. Ook de ruimte waar het diner wordt geserveerd is vaak feestelijk versierd. Een variant op het kerstdiner is de kerstlunch.

Wat deden ze vroeger in de kerstboom?

In Nederland werd de kerstboom bij het grote publiek bekend via de zondagsscholen. Hiervoor gebruikte men een spar die traditioneel versierd werd met appels, noten en kaarsen.

In de twintigste eeuw werden deze vervangen door glinsterende ballen en linten.

Wat is de traditie van kerst?

Kerst wordt in verschillende landen anders gevierd. Veel christenen gaan naar de nachtmis en met name in katholieke gezinnen is het traditie om daarna, midden in de nacht, met de hele familie aan tafel te gaan en bijvoorbeeld worstenbrood te eten. In sommige streken eten de mensen dan juist een snee kerstbrood.

Wat is typisch Nederlands met kerst?

Niet alleen rollade en varkenshaas zijn populair op de Nederlandse kersttafel, maar ook gevulde kalkoen en beenham scoren goed. Er is daarnaast een grote groep Nederlanders die gaat gourmetten met kerst. In piepkleine pannetjes bakken we graag champignons, mini-slavinkjes en pannenkoekjes

Waar komt kerst echt vandaan?

Het kerstfeest is ontstaan in de vierde eeuw na Christus, en wel tegelijk in Rome en Jerusalem. Daarom werd het feest op twee verschillende data gevierd: te Rome op 25 december, in Jerusalem op 6 januari. Vanuit beide steden verspreidde het feest zich naar de rest van het rijk.

Welk feest werd vroeger gevierd op 25 december?

In de vierde eeuw roept de christelijke kerk de datum 25 december uit tot de officiële geboortedag van de zoon van God: de dag die wij nu kennen als eerste kerstdag. Volgens het traditionele kerstverhaal, zoals in de Bijbel staat beschreven, wordt de jonge Maria verliefd op timmerman Jozef.

Waarom moet de kerstboom weg op 6 januari?

Volgens de traditie is 6 januari de datum waarop je je kerstboom aftuigt. Dan is het namelijk Driekoningen, de dag waarop volgens de Bijbel de Wijzen uit het Oosten in Bethlehem aankwamen. Deze feestdag symboliseert het einde van de kerstviering. Het zou ongeluk brengen om je kerstboom op een later moment af te tuigen

Waar staan de kerstballen symbool voor?

Honderden jaren na het begin van de traditie van de Germanen werden er kaarsen toegevoegd aan de kerstboom. De kaarsen stonden symbool voor het licht, passend bij het nieuwe seizoen. Nog later werden de kerstballen ook aan de kerstboom toegevoegd. De kerstballen stonden symbool voor de vruchtbaarheid.

Wat hoort echt bij kerst?

Kersttradities in Nederland

1. Versierde kerstboom in de huiskamer.
2. Kerstkaarten sturen naar familie en vrienden.
3. Kersttraditie in Nederland: Adventskalender openmaken.
4. Adventskaarsen branden.
5. Leuke kersttraditie: een kerstpakket krijgen!
6. Foute kersttrui dragen.
7. Gourmetten tijdens de kerstdagen.
8. Samen aan het kerstontbijt.

Wat is het meest gegeten gerecht tijdens kerst?

Biefstuk

Veel mensen serveren bij het kerstdiner het populairste stuk vlees dat er is: de biefstuk. Het voordeel is dat de bereiding heel kort is, zeker vergeleken met klapstukken zoals rollade of gebraden kalkoen.

Gluhwein

Glühwein is een van de meest geliefde winterdranken. Zodra de temperatuur daalt en de decembermaand begint, duikt de geur van kruiden, citrus en rode wijn overal op. Deze warme drank, die we vooral kennen van kerstmarkten en winterfestiviteiten, heeft een lange geschiedenis en wordt in veel landen op verschillende manieren gemaakt. Maar waar komt glühwein eigenlijk vandaan? En hoe is het uitgegroeid tot de winterklassieker die het nu is?

De Wortels in het Oude Rome

De oorsprong van glühwein gaat ver terug, helemaal tot aan het Romeinse Rijk. Rond de tweede eeuw begonnen de Romeinen met het verwarmen van wijn en voegden ze verschillende kruiden toe om de smaak te verbeteren. Dit was ook praktisch, omdat kruiden hielpen om de houdbaarheid van de wijn te verlengen. De Romeinen dronken deze warme kruidenwijn vooral in de koude maanden om zichzelf op te warmen.

Naarmate het Romeinse Rijk zich uitbreidde door Europa, brachten de soldaten en burgers hun wijntradities mee. Zo verspreidde het concept van warme, gekruide wijn zich geleidelijk door Europa en werd het opgenomen in de lokale cultuur en keuken van veel landen.

Glühwein in de Middeleeuwen

In de middeleeuwen werd het gebruik van gekruide wijnen steeds populairder, met name in landen als Duitsland, Oostenrijk en Frankrijk.

Wijn was destijds niet altijd van de beste kwaliteit en kruiden werden toegevoegd om onvolkomenheden in de smaak te maskeren. Het drinken van warme wijn met kruiden zoals kaneel, kruidnagel en nootmuskaat werd ook gezien als gezond. Mensen geloofden dat de kruiden niet alleen warmte boden, maar ook helende eigenschappen hadden. Het was echter wel een drank die vooral door de rijkere klasse werd gedronken, omdat specerijen duur waren en uit verre landen geïmporteerd moesten worden.

De Term “Glühwein” en de Duitse Traditie

De naam “glühwein” komt uit het Duits en betekent letterlijk “gloeïende wijn.” Het verwijst naar de manier waarop de wijn opwarmt en een gloed verspreidt, zowel qua geur als qua kleur. In de 19e eeuw werd het drinken van glühwein steeds populairder in Duitsland, waar het een vaste plek kreeg op kerstmarkten en winterevenementen. Het idee van kerstmarkten zelf ontstond in die tijd in Duitsland, en glühwein werd al snel een onmisbaar onderdeel van deze winterse traditie. De traditionele Duitse glühwein wordt gemaakt met rode wijn, waarbij kruiden zoals kaneel, kruidnagel, steranijs en sinaasappelschillen worden toegevoegd. Soms wordt er ook suiker of honing toegevoegd om de drank wat zoeter te maken. In Oostenrijk en Zwitserland ontstonden eigen varianten, soms met toevoegingen zoals sinaasappellikeur of rum voor een extra warm tintje.



Glühwein Over de Grenzen

Door de jaren heen heeft glühwein zich verder verspreid en eigen variaties gekregen in verschillende landen. In Frankrijk staat de drank bekend als vin chaud, en in de Scandinavische landen heet het glögg, waarbij vaak amandelen en rozijnen worden toegevoegd. In Nederland en België wordt glühwein vooral geassocieerd met kerstmarkten en winterse feesten en kan het ook zelf thuis gemaakt worden, waarbij men zijn eigen favoriete specerijen kan kiezen.

Glühwein Vandaag: Een Hartverwarmend Ritueel

Tegenwoordig is glühwein niet alleen een drank, maar ook een symbool van winterse gezelligheid. Het staat symbool voor de warmte en het samenzijn tijdens de koude maanden. Met een mok glühwein in de hand door een kerstmarkt lopen, of gewoon thuis genieten van een warm glas, brengt meteen een feestelijke sfeer.

Of u nu kiest voor de klassieke Duitse glühwein of een andere variant, één ding is zeker: glühwein verbindt mensen en verwarmt harten. Dus wanneer u deze winter een glas van deze heerlijke drank neemt, weet u dat u deel uitmaakt van een eeuwenoude traditie. Proost op de koude dagen!

Sneeuwkllokje

*Sneeuwkllokje
Lief klein lenteklokje
met je sneeuw wit rokje
wat sta je daar toch blij
als een voorbode van de mei
het is alsof je zeggen wil
elke winter is als een gril
hij gaat altijd weer voorbij
dus wacht geduldig op mij.*

Mathilda van Bentum-Hofker



oliebol

De oorsprong van de oliebol

De oorsprong van de oliebol is niet geheel duidelijk. Volgens Ineke Strouken van het Nederlands Centrum voor Volkscultuur zijn ze mogelijk voor het eerst in de middeleeuwen gebakken. Ze meent tevens dat de oorsprong ligt in wat nu Nederland is of dat ze er vlakbij voor het eerst gemaakt zijn. Een andere, meer voor de hand liggende mogelijkheid is dat de oliebol (uiteindelijk) uit Portugal of Spanje stamt. Spaanse en Portugese Joden, de zgn. Sefardim, die tijdens de Spaanse Inquisitie naar Nederland vluchtten zouden hun recepten hebben meegenomen. In Portugal at men destijds al iets wat op olieballen lijkt: oliekoeken met (gedroogde) zuidvruchten. Er zijn nog meer redenen om een Sefardisch-Joodse oorsprong voor de oliebol aan te nemen. Van oudsher worden er voor de viering van de Chanoeka, die in de winter is, zoete deegballen genaamd Sufganiyot (enkelv. Sufganiyah), gefrituurd en

vaak koud geconsumeerd, wat sterk doet denken aan de Belgisch-Nederlandse oliebollentraditie rond de jaarwisseling.

Van oliekoek naar oliebol

Eeuwenlang was de term oliekoek in gebruik voor wat nu de oliebol heet. De oliekoeken op een schilderij van Aelbert Cuyp uit ca. 1652 lijken veel op de hedendaagse oliebol. In die tijd werden ze in raapolie gebakken. In de loop van negentiende eeuw kreeg het woord oliebol steeds meer aanhang. In 1868 nam de Van Dale 'oliebol' op. Dat het toen echter nog geen algemeen gebruikte term was, blijkt uit het Woordenboek der Nederlandsche Taal (1896). Daarin wordt 'oliekoek' nog als meer gebruikelijke benaming genoemd. Vanaf begin twintigste eeuw wordt echter alleen nog over olieballen gesproken.

Bron: Wikipedia

Nieuwjaarswensen 2025

Wij wensen jullie een jaar als het alfabet

Met alle letters van A tot Z.

Van Arbeid, Blijheid, Creativiteit

Tot Zon, Zegen en Zaligheid.

Prettige feestdagen!

Ik wens je het komende jaar

veel vreugde en zonneschijn

zodat je elke dag opnieuw

tevreden en gelukkig kunt zijn

Denk iets goeds en denk iets lekkers,

denk iets geks of nog iets gekkers,

denk iets aardigs, denk iets liefs,

maar hoe dan ook iets positiefs.

Veel geluk en een goede gezondheid in 2025!

Gelukkig nieuwjaar!



Marga Klompé Quiz

Test je kennis over de eerste vrouwelijke minister van Nederland!

Marga Klompé was een pionier in de Nederlandse politiek en speelde een cruciale rol in de sociale geschiedenis van ons land. Test je kennis over haar leven en prestaties met deze quiz!

Vraag 1

In welk jaar werd Marga Klompé de eerste vrouwelijke minister van Nederland?

A) 1946

B) 1956

C) 1966

D) 1976

Vraag 2

Welke ministerspost bekleedde Marga Klompé als eerste vrouw?

A) Minister van Sociale Zaken

B) Minister van Defensie

C) Minister van Onderwijs

D) Minister van Maatschappelijk Werk

Vraag 3

Marga Klompé stond bekend om haar inzet voor een bekende Nederlandse wet. Welke wet was dit?

A) Wet op het Hoger Onderwijs

B) Algemene Ouderdomswet (AOW)

C) Wet op de Arbeidsongeschiktheid (WAO)

D) Algemene Bijstandswet (ABW)

Vraag 4

Marga Klompé was lid van een politieke partij. Welke partij was dit?

A) PvdA (Partij van de Arbeid)

B) CDA (Christen-Democratisch Appèl)

C) KVP (Katholieke Volkspartij)

D) VVD (Volkspartij voor Vrijheid en Democratie)



Vraag 5

Naast haar werk als politica heeft Marga Klompé ook in een ander beroepenveld gewerkt. Wat was haar beroep voor ze de politiek in ging?

A) Journalist

B) Onderwijzeres

C) Chemicus

D) Arts

Vraag 6

Marga Klompé was een groot voorstander van internationale samenwerking. Bij welke organisatie was ze in 1948 betrokken als een van de Nederlandse afgevaardigden?

A) Verenigde Naties

B) Europese Unie

C) NAVO

D) Wereldgezondheidsorganisatie

Vraag 7

Wat was een van Marga Klompé's belangrijkste bijdragen aan het sociale beleid in Nederland?

A) Het opzetten van de Nederlandse kinderopvang

B) Het invoeren van het minimumloon

C) Het versterken van de bijstandsregeling

D) Het nationaliseren van de gezondheidszorg

Antwoorden:

1. B 1956 - Marga Klompé werd in 1956 de eerste vrouwelijke minister van Nederland.
2. D Minister van Maatschappelijk Werk - Ze werd benoemd tot Minister van Maatschappelijk Werk.
3. D Algemene Bijstandswet (ABW) - Klompé speelde een cruciale rol bij de invoering van de ABW, die het recht op
4. C KVP (Katholieke Volkspartij) - Marga Klompé was lid van de Katholieke Volkspartij, die later opging in het CDA.
5. C Chemicus - Voor haar politieke carrière werkte Klompé als chemicus.
6. A Verenigde Naties - Klompé vertegenwoordigde Nederland bij de oprichting van de Verenigde Naties.
7. C Het versterken van de bijstandsregeling - Ze zette zich in voor de bijstandsregeling, waarmee de sociale zekerheid voor burgers werd versterkt.

Een kleine terugblik op de centrale activiteiten

Beste mensen,

Het eind van 2024 nadert gestaag. De tijd gaat daartegen snel. Wat hebben we leuke momenten beleefd de afgelopen tijd. Een geweldige middag met Hans Roerdink waarbij we strak "Uitverkocht" waren. Er zo'n 110 mensen genoten van het enthousiasme van Hans en zijn muziek.

Het "Oktoberfest" donderdag 17 oktober was daarbij ook een geweldige uitschieter van gezelligheid. Er werd genoten van een heerlijke broodmaaltijd en daarna 's avonds van een optreden van "De Bargkapel". Waarbij ook de benodigde lekkernijen werden aangeboden. We sloten de avond af met een geweldige polonaise.

Voor het eind van het jaar staan er ook weer mooie dingen op het programma. Onder andere op maandagavond de 23e december de kerstlichtjesavond in "De Hoge Weide". Dit is een laagdrempelige activiteit. Waar een ieder zo even aan kan komen. Samen zijn is de hoofd gedachte. Deze avond is van 18.00 uur tot 20.00 uur. Op 't Talma is er dinsdag 24 December een "Kerst samen zijn" van 10.45 uur-11.45 uur.

Op 31 december komt er een oliebollen kraam voor De Hoge Weide te staan, die heerlijke



oliebollen voor ons zal bakken. Houdt u allen het rooster in de gaten met alle leuke activiteiten erop. Tot ziens en alvast een heel fijn eind van 2024 gewenst!

Maar we maken er voor de tijd nog een paar mooie herinneringen bij .

Met vriendelijke groet,
Jolanda Stegeman
Welzijnsmedewerkster De Hoge Weide en 't Talma

ONTSPANNINGSROOSTER

Winter 2025 De Hoge Weide

Januari

Dinsdag 14 januari	14.30-16.00 uur	Bingo	Grand Café
Donderdag 16 januari	15.00 -16.00 uur	Klassieke muziek m.m.v. Rien Wulffraat	De Serre
Donderdag 23 januari	Op tijdslot (in de middag)	Individuele concertjes "Duo Een en Ander"	Afdeling middels opgave
Donderdag 30 januari	Op tijdslot (in de middag)	Individuele concertjes "Duo Een en Ander"	Afdeling middels opgave

Februari

Zondag 2 februari	10.00 - 11.30 uur	Koffieconcert van de zanggroep- Iedereen is welkom Consumptie op eigen kosten	Grand Café
Vrijdag 7 februari	14.00 - 16.00 uur	Gerrie Knol Bloemverkoop	Grand Café
Donderdag 6 februari	14.30 - 16.00 uur	Ontspanningsmiddag: For Ever Young	Grand Café
Dinsdag 11 februari	14.30 - 16.00 uur	Bingo	Grand Café
Donderdag 13 februari	10.00 - 12.00 uur 14.30 - 16.30 uur	Lanco Mode Kleding verkoop	De Marke Grand Café
Donderdag 27 februari	14.00 - 16.00 uur	Museummiddag Handwerken Petra Ubbels	De Wenge Gratis toegang

Maart

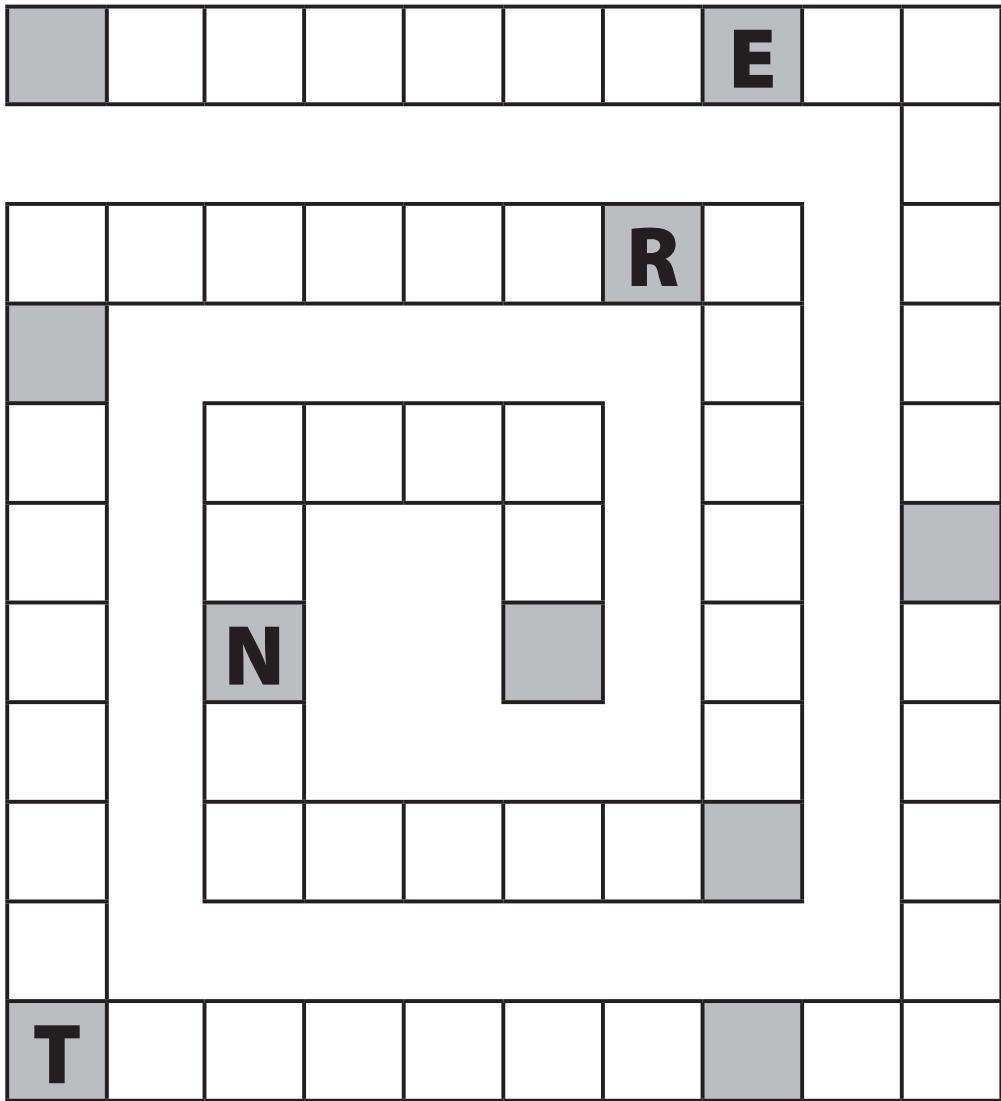
Vrijdag 7 maart	14.00 - 16.00 uur	Gerrie Knol Bloemverkoop	Grand Café
Dinsdag 11 maart	14.30 - 16.00 uur	Bingo	Grand Café
Donderdag 13 maart	15.00 - 16.00 uur	Klassieke muziek Rien Wulffraat	De Serre
Ma 17 t/m vr 21 maart	Thema week "Liefde"	Nader te bepalen zie Maandprogramma t.z.t.	Grand Café en afdelingen
Vrijdag 28 maart	14.00 - 16.00 uur	Gerrie Knol Bloemverkoop	Grand Café

(Onder voorbehoud, wijzigingen mogelijk)

PRIJSPUZZEL

WOORDSLANG

Zet de woorden, die hieronder staan, in het diagram. Elk gekleurd hokje is het begin van een nieuw woord. De eind letter van elk woord is de beginletter van het volgende woord. Als u alles goed hebt ingevuld, vormen de 10 letters in de gekleurde vakjes achter elkaar een woord.



APEGAPEN
EIGENAAR
KOLIBRIE

KWARTIER
NETVLIES
RIJSTEVLA

ROOMSAUS
STAMPPOT
TECHNIEK

In de herfst Weidewijzer stond een woordzoeker.
Het was geen makkelijke puzzel maar wij hebben gelukkig een goed antwoord mogen ontvangen.

Het juiste antwoord was: '90 letters'.

De winnaar van de vorige prijspuzzel is:

De heer Van 't Erve
Afd. Langen

Gefeliciteerd! U mag uw prijs afhalen bij Organisatiebureau 't Punt.

U ziet dat er in deze Weidewijzer weer een nieuwe prijspuzzel staat.
Dit keer een Woordslang.

Veel puzzelplezier!

Vóór 1 februari inleveren bij Het BackOffice.
(kantoorruimte richting de achteruitgang)

Oplossing prijspuzzel -
prijspuzzel december 2024:



10 letter woord:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Naam:

Afdeling:



Winterkost!

Wie is er niet mee opgegroeid?

Het is weer winter en dat betekent één ding voor het menu; stamppot! Stamppot wordt gezien als echte Hollandse wintermaaltijd, maar dit gerecht hebben we niet helemaal zelf bedacht... Het waren de Spanjaarden die de stamppot in Nederland introduceerden. Spaanse bezetters lieten tijdens de 80-jarige oorlog hun eten achter: geprakte pastinaak, ui en wortels met vlees. Precies, hutspot! Hutspot is de oudste stamppot van Nederland. Rond de 19e eeuw werd de pastinaak vervangen door aardappel en tada: de stamppot zoals we die nu kennen is een feit.

Naast dat stamppot erg lekker is, is het ook een gezonde maaltijd die goed vult. Een bijkomend voordeel is dat kinderen er meestal ook van smullen. Boerenkool, zuurkool, hutspot, andijviestamppot en hete bliksem, altijd lekker en rijkelijk gevuld!

Typische wintergroenten als koolsoorten, knollen en wortels zitten boordevol vitamines. Wist je dat wintergroenten doorgaans dan ook gezonder zijn dan zomerse groenten?

Voorbeeld: in een portie gekookte spruitjes zit net zoveel vitamine C als in twee sinaasappels. Was het maar altijd winter!

Vroeger kende men groenten als courgette, aubergine, peultjes, groene asperges, venkel, broccoli en paprika niet in Nederland, deze werden pas in de jaren 70 geïntroduceerd. Ouderen zullen deze groenten mogelijk minder snel herkennen en misschien ook minder waarderen. Maar dat betekent niet dat je het niet leuk en lekker kunt maken óf kunt verwerken in een stamppot.

Hier wat tips voor variaties op de traditionele stamppot

'Italiaanse stamppot'

Wil je je stamppot eens een twist geven? Combineer je gestampte aardappelen eens met de gebakken courgette, ui, zongedroogde tomaatjes en gekruide (vegetarische) spekjes voor een heerlijk hartige maaltijd. Of maak eens een stamppot van groene asperges, venkel en pijnboompitjes. Kom maar door voor de tweede ronde!

Spruitjes

Laten we wel wezen; spruitjes zijn niet erg populair. Het is niet voor niets dat we er niet blij van werden als moeders ze vroeger op het menu had gezet. Maar nu we oud(er) en wijzer zijn, kunnen we spruitjes een tweede kans geven. Verwerk ze eens in een stamppot, dan geven ze een mildere smaak af wat het net wat lekkerder kan maken. En spruitjesstamppot is ook wel eens leuke afwisseling voor de hutspot en de boerenkool.

Vegetarische opties

Wil je een avondje geen vlees eten? Of juist milieubewuster en diervriendelijker eten? Vervang dan spekjes en rookworst in je stamppot eens door vegetarische spekjes of door knapperige tofu. Deze zijn te verkrijgen van verschillende merken en zijn over het algemeen verrassend lekker. Bak ze lekker op en je krijgt ongeveer dezelfde knapperige 'spekjes' die je anders in je stamppot zou doen. Of strooi voor het uitserveren eens wat walnoten over de stamppot. Erg lekker, een keer wat anders en super voedzaam!

Zoete stamppot

Een andere manier om je stamppot wat minder hartig en verrassender van smaak te maken, is door in plaats van gewone aardappelen zoete aardappelen te gebruiken. Zo krijg je een mooie, oranje stamppot die heerlijk zacht zoet van smaak is. Hoewel het niet zo lijkt wanneer je je zoete aardappels schilt, zijn zoete aardappelen heel makkelijk te stampen omdat ze bij het opwarmen snel zacht worden. Scheelt ook weer het nodige stampwerk!

Bietjes

Bietjes hebben een aardachtige smaak als je ze rauw eet. Maar wanneer je ze kookt en verwerkt in een 'rode' stamppot, zal de zoetige smaak van de bietjes eerder de boventoon voeren. Probeer het eens en geniet vooral van de kleur op je bord. Bietjesstamppot is namelijk een lust voor het oog!

Frisse stamppot

Ben je toch nog niet helemaal klaar om over te gaan op winterse stamppotten? Dan kun je ook voor een gulden middenweg kiezen door een stamppot te maken van rucola of rauwe andijvie. In beide gevallen kun je dan bijvoorbeeld ook nog rauwe stukjes radijs toevoegen. Zo krijg je een aanzienlijk frissere stamppot dan wanneer je de groenten in kwestie meekookt en stampt.

Tot slot nog een zuurkool-weetje

Zuurkool moet je niet wassen. Je wast dan niet alleen de smaak weg, maar ook een belangrijk deel van de vitamines. Zuurkool is rijk aan vitamine C en B en is rijk aan ijzer. Vroeger werd op bootreizen zuurkool gegeten om scheurbuik te voorkomen.

Gezellige tijd samen!

Groet Diëtetiek Marga Klompé

Ontmoetingsdag Medezeggenschap 6 november 2024

Op 6 november jl. is er door de Centrale Cliëntenraad een Ontmoetingsdag Medezeggenschap georganiseerd bij Welgelegen in Groenlo.

Bijna alle cliëntenraden van Marga Klompé waren vertegenwoordigd door de 32 aanwezige leden. In een sfeervolle omgeving heeft men elkaar ontmoet en ervaringen uitgewisseld.

De voorzitter van de Centrale Cliëntenraad de heer A. van Westhreenen heeft iedereen verwelkomt en de leden van de CCR voorgesteld aan de aanwezigen. Hierbij is onder de aandacht gebracht dat de CCR nog versterking zoekt vanuit de lokale raden.

Mevrouw Heerink heeft samen met betrokken cliëntenraadsleden de ontwikkelingen die spelen binnen de verschillende cliëntenraden toegelicht. Er is onder meer gesproken over

de nieuwbouw in Groenlo en Winterswijk en over het samengaan van verschillende raden. Reden voor het samengaan is vooral het verminderen van het onderscheid tussen bewonersgroepen in het verpleeghuis en in het woonzorgcentrum. Door het samengaan van verschillende raden wordt het aantal leden groter waardoor de taken beter verdeeld kunnen worden. Het werven van leden voor de cliëntenraden kwam ter sprake. Er is gesproken over wat men binnen de verschillende raden tegenkomt en hoe men hiermee aan de slag kan.

Om cliëntenraden te ondersteunen in hun werk is er een presentatie gegeven van cursussen/workshop die aansluiten bij thema's die spelen in de cliëntenraden. Een voorbeeld hiervan is 'In Contact Staan'. Hierin wordt aandacht geschonken aan instrumenten om beter in

contact te kunnen staan met de achterban. Leden hebben zich enthousiast ingeschreven voor verschillende workshops. Het BOC zal met deze informatie gaan kijken wat hierin gerealiseerd kan worden.

In gesprek gaan met de bestuurders was een waardevol moment tijdens deze dag. De heer Meulenberg heeft zich voorgesteld en de aanwezigen meegenomen in de ontwikkelingen binnen de organisatie en de ouderenzorg. De koers van Marga Klompé is besproken met de leden. Hieruit voortvloeiend zijn de uitdagingen waar de organisatie voor staat duidelijker geworden. De leden zijn hierover in gesprek gegaan met de bestuurders en konden hun zienswijze vanuit de medezeggenschap overbrengen. Het gestalte geven aan medezeggenschap in alle ontwikkelingen is een boeiende en mooie uitdaging voor alle raden. Hierbij heeft het Bureau Ondersteuning Cliëntenraden een ondersteunende functie.

Na een goed verzorgde lunch stond de middag in het teken van het thema "Samenredzaamheid". Monique Kerkhof, Regiomanager Thuiszorg, Behandelcentrum en Kortdurend Verblijf heeft informatie gegeven over wat "Samenredzaamheid" inhoudt en waarom deze ontwikkeling aanstaande is. Er werd samen gesproken en gediscussieerd over vragen zoals: Kun je aan een mantelzorger vragen



om de afwas op de huiskamer te doen? Kun je een mantelzorger vragen om te helpen met douchen? De uitkomsten van het gesprek over dit thema worden meegenomen door mevrouw Kerkhof. De aanwezigen zorgden voor "Post voor Monique" door op ansichtkaarten tips aan haar mee te geven.

De leden kijken terug op een zinvolle, ontspannen en gezellige dag. Er heerste een gevoel van saamhorigheid. De cliëntenraden en de CCR zetten zich met enthousiasme en gedrevenheid in om vanuit het perspectief van medezeggenschap het belang van bewoners te behartigen.

Wilt u meer weten over het werk van de Cliëntenraad of van de Centrale Cliëntenraad? Of wilt u mee doen en lid worden van een Cliëntenraad? Mail of bel gerust naar het Bureau Ondersteuning Cliëntenraden.
Mail: seccr.clientenraden@szmk.nl
Tel: 06 13 11 44 17



Elkaar ontmoeten



Dhr. A. van Westhreenen heet de cliëntenraadsleden van harte welkom



Mw. Heerink in gesprek met de leden van de cliëntenraden



Bestuurders in gesprek met de leden van de cliëntenraden

NATUUR-LIJK

De **kerstster** (ook wel bekend als Euphorbia pulcherrima of poinsettia) is een kleurrijke plant die tijdens de kerstperiode enorm populair is. De plant komt oorspronkelijk uit Mexico en bloeit rond de wintermaanden, wat perfect aansluit bij de feestdagen. Hoewel de naam “kerstster” doet vermoeden dat de kleurrijke bladeren (schutbladeren) de bloemen zijn, zijn deze bladeren eigenlijk bedoeld om de kleine, onopvallende bloemetjes in het midden van de plant te beschermen en in de schijnwerpers te zetten.

Kleuren en symboliek:

Kerststerren komen vooral in rood voor, maar zijn er ook in wit, roze en zalmroze. De rode kleur wordt vaak geassocieerd met de warmte en gezelligheid van de feestdagen. De bladeren hebben de vorm van een ster, wat de plant nog meer een kerstachtige uitstraling geeft.

Verzorging:

Een kerstster staat graag op een lichte plek, maar vermijd direct zonlicht. Geef de plant regelmatig een beetje water, maar zorg ervoor dat de wortels niet in het water blijven staan. De kerstster is gevoelig voor tocht en lage temperaturen, dus een warme, tochtvrije plaats in huis is ideaal.

Symboliek en traditie:

Volgens de legende ontstond de traditie van de kerstster in Mexico, waar een jong meisje geen cadeau had om bij de kerststal te leggen. Ze plukte simpele groene bladeren, en toen ze deze neerlegde, zouden de bladeren op magische wijze zijn veranderd in prachtige rode bloemen. Sindsdien wordt de kerstster beschouwd als een symbool van liefde en opoffering. Of je nu een kerstster als decoratie kiest of als symbool voor de feestdagen, deze mooie plant brengt altijd wat extra kleur en warmte in huis!



(T)huis

Sinds afgelopen zomer kregen mijn man en ik de sleutel van ons nieuwe huis. Terwijl ik vooral nadacht over alles wat er voor onze verhuizing moest gebeuren, kon mijn man tijdens het klussen en verhuizen vooral over één ding praten: *‘Wat zou nu de beste plek zijn voor mijn kerstboom?’*

Het was 28 graden buiten, en de zon scheen fel het huis in door het gebrek aan gordijnen. In deze warmte dacht ik niet direct aan het optuigen van de kerstboom. Toch wist ik wat de kerstboom voor mijn man betekent: hij was bezig met het ‘thuis’ maken van ons huis. Het spoorde me aan om te dagdromen over hoe een winterdag in ons nieuwe huis eruit zou kunnen zien. Ondanks de warmte van de zomerzon, zag ik mezelf al in de toekomst kaarsjes aansteken om het binnen behaaglijk te maken. Ik verruilde mijn schoenen voor mijn dikke, warme sloffen. Ik stelde me voor dat ik een deken uit een verhuisdoos viste, deze om me heen wikkelde en langzaam naar de bank schuifelde, met een goed boek in mijn handen. Ik hoop dat u het net zo voor zich zag als ik dat deed op dat moment.

Inmiddels is het november, en nog niet alles in huis ziet eruit zoals in mijn dagdroom. Hier en daar staan nog onuitgepakte verhuisdozen en spullen op de meest onlogische plekken. En terwijl ik nog regelmatig struikel over rondslingerend gereedschap, voelt het huis al wel als thuis. Het riep bij mij de volgende vraag op: Wat maakt van een huis een thuis? Ik ben me ervan bewust dat het hebben van een ‘thuis’ niet altijd vanzelfsprekend is. Soms moeten we ons huis verlaten omdat het niet meer mogelijk is om daar op een veilige en verantwoorde manier te blijven. Soms was dit een keuze, soms ook niet. Hoe nemen we dan ons ‘thuis’ mee naar ons nieuwe huis? Wat hebben we daarvoor nodig?

Het creëren van een thuis gaat verder dan de muren om ons heen; het is een gevoel. Nadenkend over de momenten dat ik opnieuw een thuis moest creëren, realiseer ik me dat verbeelding hierin een grote rol speelde. Verbeelding helpt ons om na te denken en te fantaseren over hoe we van ons nieuwe huis een thuis kunnen maken. Verbeelding stelt ons in staat om niet alleen te zien wat er is, maar vooral wat er kan zijn. Het geeft ons de kracht om te dromen van een plek waar we ons geborgen en geliefd voelen, zelfs voordat die werkelijkheid is geworden. Of het nu gaat om het vinden van de juiste plek voor een comfortabele stoel, het kiezen van de kleuren op de muren, of in welke hoek de kerstboom zal komen te staan. Het is die innerlijke creatie die ons helpt om ons aan te passen aan nieuwe omgevingen, omdat het ons helpt om na te denken over wat we belangrijk vinden in het leven.

Toch gaat het creëren van een thuis verder dan de locatie van ons huis, onze spullen of meubels. Onze verhalen, herinneringen en de mensen in ons leven maken ook een ‘thuis’. Het zijn ook dagelijkse gewoontes en belangrijke rituelen, net als bekende geuren en vertrouwde geluiden, waardoor we ons thuis kunnen voelen. Het thuisgevoel is dan ook niet altijd afhankelijk van de plek waar we zijn, maar van het gevoel dat we in onszelf dragen, aangewakkerd door al het bovenstaande.

Nu de dagen korter worden en we steeds vaker binnen zitten, is het des te belangrijker om van ons huis ons ‘thuis’ te maken, waar we dit (t)huis dan ook mogen zijn. Ik nodig u dan ook van harte uit om eens stil te staan bij wat uw huis uw thuis maakt. En om hierbij uw verbeelding te gebruiken: wat zou uw huis nog meer een thuis kunnen maken? Moge uw verbeelding u helpen om een plek van rust, liefde en herinneringen te creëren, een plek waar u altijd thuis kunt komen.

Een hartelijke groet vanuit de vakgroep geestelijke verzorging,
Naomi Bruil - Pontier

*De redactie wenst u allen
hele fijne feestdagen en
een voorspoedig 2025 toe!*