

December 2022

De Horizon

Magazine voor en door cliënten van GGZ Oost Brabant



Geschilderd door Lennart van den Elsen



De Horizon wil cliënten aan het woord laten. De Horizon informeert elke 2 maanden over onderwerpen uit het dagelijks leven van cliënten, over ontwikkelingen binnen de Geestelijke gezondheidszorg en over de locaties van de GGZ Oost Brabant. Uw bijdrage is welkom.

De redactie bepaalt wat geplaatst wordt. De redactie houdt zich het recht voor om ingezonden stukken in te korten en in vorm aan te passen.

De redactie kan ook met een goed argument een artikel weigeren.

Onder pseudoniem schrijven mag, als de naam bekend is bij de redactie.

De Horizon is ook te vinden op internet onder het kopje cliënten www.ggzoostbrabant.nl

Lever uw kopij in voor **20 januari 2023**

Redactie : Lennart van den Elsen, Ine van Wijk, Cor Vilé, Joke Lentjes, Paula Leenders
en Bea van Leuken

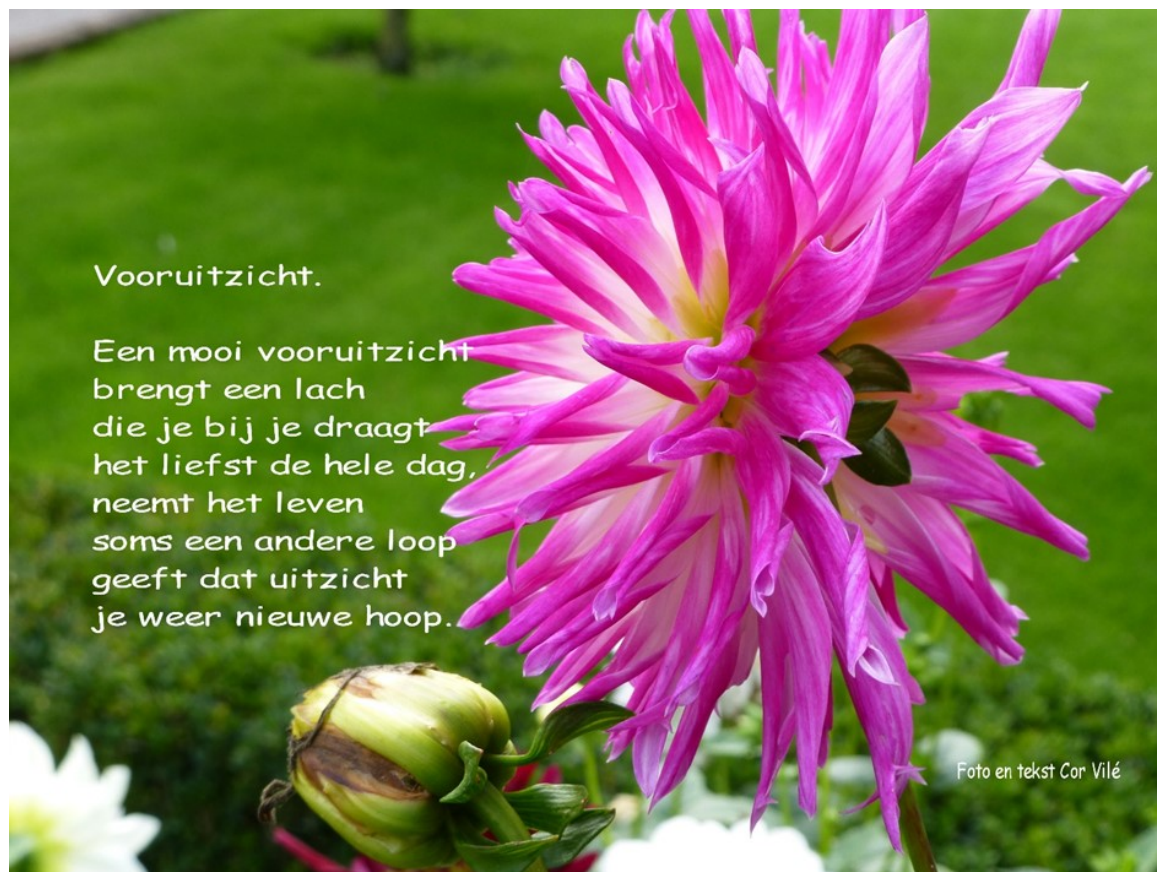
Redactieadres : horizon@ggzoostbrabant.nl

- Horizon p/a Cliëntenraad, Kluistraat 2, 5427 EM Boekel of intern postvak 01.034
- Redactie (maandag en donderdag 0492-846366) Bea van Leuken

Wilt u de Horizon thuis ontvangen? Dat kan! Neem daarvoor contact met ons op.

Drukwerk Dekkers van Gerwen - smart printing concepts

Verspreiding gebeurt door cliënten die werkzaam zijn bij het Ambachtcentrum in Huize Padua.



Vooruitzicht.

Een mooi vooruitzicht
brengt een lach
die je bij je draagt
het liefst de hele dag,
neemt het leven
soms een andere loop
geeft dat uitzicht
je weer nieuwe hoop.

Foto en tekst Cor Vilé

Voorwoord

Moment van bezinning

Met het einde van het jaar in zicht denken veel mensen nog even terug en uiteraard ook vooruit.

Een mens denkt van zichzelf vaak dat hij of zij door de jaren niet veel veranderd is. Dat je hetzelfde bent als jaren geleden. Maar nee, dat is niet zo. We veranderen door ervaringen, leeftijd, dingen die gebeuren en ons overkomen. Keuzes die we maken, mensen die we ontmoeten, verantwoordelijkheden die we nemen en verliezen die ons overkomen. Ofwel 'zo is het leven' en dat is goed.

Als er mooie dingen in je leven gebeuren, mijlpalen, dingen waar je gelukkig van wordt, of bijvoorbeeld verjaardagen staan veel mensen hierbij stil. Hou je van feesten, vier het dan. Dat hoeft niet groot te zijn, ook kleine feestjes of zelfs feestjes via facetime zijn leuk.

Natuurlijk is het leven bij vlagen zwaar, gemeen en oneerlijk en iedereen gaat daar op zijn of haar manier mee om. De ene doet dit door te puzzelen zoals je kunt lezen in de ontmoetingen van dit nummer en de ander kiest voor iets anders. Kies de manier die bij jou past, er bestaat geen handleiding.

In deze Horizon presenteren we twee nieuwe rubrieken; Prietpraat om lekker te lachen om grappige uitspraken en Lezers helpen lezers. Want hoe mooi is het om een ander (gratis) te helpen aan spullen die bij jou overbodig zijn geworden. Uit eigen ervaring weet ik dat mijn geluksgevoel verhoogt als ik een verschil kan maken voor iemand anders. Dit kan door het geven van een compliment, een cadeautje, iets weggeven. Wat je ook doet, als je iemand blij maakt werkt dit vaak aanstekelijk en zullen zij ook andere mensen proberen blij te maken. Allemaal onderdeel van de circle of live, ofwel de cirkel van het leven. En dan bedoel ik niet alleen in de decembermaand waarin extra stil word gestaan bij armoede en eenzaamheid maar het hele jaar door.

De redactie van de Horizon wenst alle lezers fijne feestdagen en als je iets met andere lezers wilt delen stuur het dan naar

horizon@ggzoostrabant.nl

Wij zijn blij met jullie copy, alleen samen kunnen we zorgen voor een veelzijdige Horizon.

Mijn goede voornemens voor het volgend jaar:
Elke dag minstens één compliment aan mezelf of aan een ander geven.

Proberen om elke dag dankbaar voor iets te zijn.
Positieve kanten zoeken, ook al zijn de negatieve aspecten duidelijk aanwezig.

Tijd nemen om te genieten.

Bea van Leuken, eindredacteur Horizon

Ik weet iets goeds van jou

Zou de wereld niet beter zijn als iemand die je ontmoet zou zeggen: "Ik weet iets goeds van jou". En dan spontaan iets goeds voor je doet?

Zou het niet fantastisch zijn als elke handdruk van harte gemeend zeggen zou: "Zeg kind, ik weet iets goeds van jou".

Zou het niet heel fijn zijn als iedereen vaak denken zou: "Jij weet een beetje goed van mij, en ik, ik weet iets goeds van jou!"

Zou het leven niet veel blijer zijn als men het goede steeds prijzen zou want werkelijk: bij al het minder goede is zoveel goeds in jou en mij.

Willemien van Rixtel

INHOUD

Voorwoord	3	Op 't oog en in 't hart	36
Ik weet iets goeds van jou	3	Wanneer ken je iemand	37
Inhoud	4	De eerste kerstmis	37
Nog inne keer mi kerst	5	Reisverslag vakantie Bremen	37
Nieuwe rubrieken	5	Als individu ben je een druppel	37
Goede moed	6	Puzzelpagina	38
Alstublieft hou van mij	6	Kreet van de maand	40
Lieve kinderen	6		
Grutvoajers skrifje 11	7		
Activiteiten vrije tijd & welzijn	8		
Breien en haken	9		
Een plek om stil te wezen	10		
Activiteitenkalender	10		
Ren nooit achter iets aan	10		
Bezinning, elke dag opnieuw	11		
Creatief voor kerst	11		
Dichter des GGZ's	11		
Ontmoetingen 30	12		
Kerstmis, feest voor jong en oud	14		
Koken met Ine	16		
In gesprek met Evie van Hout	18		
Als ik oud geworden ben	19		
Tijd van verhalen en mysteries	19		
Soms in mijn leven	19		
Wij waren, ik ben	20		
Kunst ODAC Claraklooster	22		
Nieuws communicatie en RvB	24		
Nieuws van de Cliëntenraad	25		
Onder de zon geboren	25		
De ontmoeting	25		
Creatief	26		
Tradities en symbolen deel 11	28		
Lol	30		
Modeshow op de rode loper	31		
Kunst	32		
Gemis	32		
Leesrubriek	33		
Ik denk aan jou	33		
Gewone dingen groots doen	33		
De engel	34		
Gedicht 'n engeltje	35		
Als ik oud geworden ben	35		





Nog inne keer mî kerst

Ze denkt dèsse di jaor heure leste
kerst zal viere, nog inne keer mí
z'n alle aon 't dinee dicht bê
mekaar zódèsse 't werem krijgt.

Ze zwijgt alzééker zeuve wééke
en graaft nao alledaagse worde
want ze wit 'r ginne raad mî hoe
ze 't de kinder moet vertelle

vurvloekt die woekerende celle
want Jizzus nog aon toe, die
zitte óóveral

mi weemoed knikt ze nao 't
menneke in de stal en zie hoe
die 't houten kruis d'n berg op
moes draage

'n godswonder veint ze 't dètie
Dè út liefde vur ons hi gedaon en
lut in stilte al d'r troane gaon

straks zal ze zachtjes zinge um
de pijn te dóóve 't gloria laote
klinke rón d'n bóm vól licht

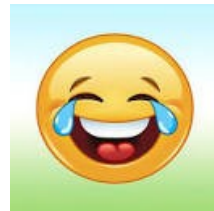
Efkes nie wille wééte, geniete
van 't ééte, mi hil d'r wééze em allemaol
saame alléén nog mar
op dè móment gericht.

Ans van Kessel Stevensbeek

Nieuwe rubrieken in de Horizon

Prietpraat

Oma was met haar kleinzoon
aan het fietsen. In de buurt van
een waterplas zagen ze een
eend op de kop staan, waarop
de kleinzoon zei, ik denk dat
de eend zijn mobiele telefoon kwijt is.



Lezers helpen lezers

Zoekt u een bepaald boek, tijdschrift, handlei-
ding van een apparaat, of op zoek naar personen
enz. Of misschien wilt u iets aanbieden bijv: gra-
tis af te halen speldjes, Donald Ducks, iets wat
overcompleet is geworden wat het ook is.
Stuur duidelijk omschreven wat je (gratis) aan-
biedt of waar je naar op zoek bent en geef naam
en mailadres door zodat we het kunnen plaatsen
het in de Horizon.

De redactie bepaald wat er geplaatst gaat wor-
den en is niet verantwoordelijk voor het over-
dragen van spullen artikelen.
Het is fijn als je spullen hebt die je niet meer
gebruikt maar waar een ander nog heel veel ple-
zier van kan beleven.

Hopelijk wordt dit een succes,

Groetjes Joke Lentjes



Goede moed

Nog steeds is er geen vrede
nog steeds is er hongersnood
overstromingen en rampen
en gaan mensen aan vele ziektes dood.

Voor al die mensen die knokken
voor hun dagelijkse brood
wil ik een kaarsje branden
en ik weet, het is weinig bij grote nood.

Maar toch...
is het ook nog steeds weer kerstfeest
en zijn er mensen vol goede moed
die weten wat er goed is
en wat er werkelijk toe doet.

Maar toch...
het is weer kerstfeest
en het doet er echt wel toe
om even te laten weten
ik wens een ieder goede moed.

Willemien van Rixtel

Alstublieft hou van mij

Ik hou van jou, wie je ook bent,
waar je ook bent, ik hou van jou
Wij houden van elkaar
Wie zijn wij, wij zijn jij en ik.

Ik hou van haar, daarom voel ik mij goed
Ik weet dat jij van mij houdt en ik van jou,
en daarom laat ik jou niet vallen.

Sluit je ogen en ik kus je tot diep in de
morgen.
Sluit je ogen en ik kus je en hou je stevig vast
terwijl ik je kus.
O mijn lieveling, ik hou je stevig vast.

John Bekker

Lieve Kinderen,

Vandaag kreeg ik een brief van de kerstman uit
het verre noorden. Hij is al onderweg naar
Nederland.

Hij weet dat jullie heel mooi kunnen knutselen
en wilde mij ontfutselen,
wat jullie voor hem gaan maken,
maar dat geheim schreeuwen wij niet van de
daken.

Misschien maken wij een kerst sok of tekenen
we op een mok?

Of voor de kerstvrouw een rok?

Nee, niks van dit alles.

Het is alleen maar ballast.

Voor zijn rendieren allemaal te zwaar,
die zijn anders nooit op tijd klaar.

Nee, niks van dit alles

Wel een manege zoals in Dallas

Paarden om u en de rendieren te steunen,

Zo hoeft er niemand te kreunen.



Wat hebben we nodig?

Verf, kwasten—Schaar en papier- Wc-rolletjes,
kartonnen bordjes- Touw, plakoogjes, kraaltjes,
stukjes stof etc.—ijslollystokjes

Hoe maken we het?

Verf eerst alle wc-rolletjes en de kartonnen
bordjes en de ijslollystokjes in de kleuren van de
regenboog. Als de verf droog is ga je de wc-
rolletjes versieren. Uit het kartonnen bord knip
je hoofd. Daarna plak je het hoofd op het wc-
rolletje. Dat hoeft niet per se dezelfde kleur als
het lijf te zijn. Dit geldt ook voor de ijslollystok-
jes. Laat je fantasie de vrije loop. Plak de plak-
oogjes op het hoofdje. Versier het paardje nu
met stukjes stof, kraaltjes, papier.

Groetjes, Paula

Grutvaojers skrifje 11

Ge kunt nie geld beure en te goed houwe. U zult een keuze moeten maken.

Ge het meer ón 'n ons geluk és ne kilo wijsheid. Soms heb je meer aan een beetje geluk dan aan de beste prognoses.

Wij danse mi iedereen die muziek makt, zolang ze ons mar nie op de teen gón stón. Zolang men onze belangen niet schaadt, doen wij graag zaken met iedereen die daar interesse in heeft.

D'r kan skon muziek út ouw monika komme, és ge mar wit hoe dé ge d'r op moet speule. Er kan best een mooi resultaat bereikt worden als men maar weet hoe zo'n, bij voorbaat verloren lijkende, situatie moet worden aangepakt.

De stért begint bé 't pérd en nie andersom. Om een probleem op te lossen moet men bij de oorsprong beginnen, niet andersom.

Soms moete we's 'n engelke mi 'n duvelke vatte. Soms kunnen twee ogenschijnlijk tegengestelde belangen tot een goed resultaat leiden.

D'n beugel wordt groter dan de koew. De oplossing lijkt ingewikkelder dan het probleem.

Ge kunt 'r niks op toegeve és de moeite. Met geringe inspanningen kan men financieel voordeel behalen terwijl de risico's nihil zijn.

Ze hén um uit z'n hengsels gelicht. Ze hebben deze bestuurder met onmiddellijke ingang zijn bevoegdheden ontnomen en op non-actief gesteld.

Ut hangt hier és los zaand ón mekaar. Hier ontbreekt elke vorm van structuur.

Hij slaopt op allebéij z'n ore. Hij vindt het niet nodig om voorzorgsmaatregelen te nemen.

Nou 't regent, zien we hoe de gutjes lope. Nu er problemen zijn, zien we wie er aan de touwtjes trekt.

D'n boas bléf d'n baos ok al is ie van straoi. Ook al heeft de baas ongelijk, hij blijft de baas.

Aangeleverd door Joke Lentjes

Activiteiten van Vrije Tijd & Vrijwilligerswerk

De wandelclub

In het coronajaar van 2021 bestond de wandelclub DES (De Eerste Stap) 60 jaar. Helaas konden we het toen niet vieren. Op zondag 18 september hebben we het alsnog gevierd. Om 10 uur gingen we met de pendelbus richting Milsbeek. We begonnen met koffie of thee met een lekker stuk gebak. Daarna gingen we in het Reichswald in Duitsland wandelen. Rond half 4 gingen we terug richting Sint Anthonis. Bij d'n Heksenboom hebben we heerlijk gegeten. Het was een leuke en mooie dag.

Rondje GGZ

Op zaterdag 17 september was het rondje GGZ fietsen georganiseerd. Je kon kiezen uit 17, 45 of 100 kilometer. We kregen allemaal een lunchpakket mee en bij binnenkomst kregen we een leuke attentie. Sommige routes werden flink nat maar ik had het geluk om maar voor 1 buitje te hoeven schuilen. DJ Benny zorgde in Huize Padua voor de muziek.

Dagje Utrecht

Op donderdag 22 september gingen wij met 30 personen in een grote bus naar Utrecht.



We moesten

om 10 uur verzamelen in Huize Padua. Rond half 12 kwamen we aan. Er was voor een lunchpakket gezorgd en 's middags kon iedereen vrij invullen. De liefhebbers konden een rondvaart maken door de grachten. Om kwart over vier vertrokken we huiswaarts waarna we in Boekel bij Nia Domo werden getrakteerd op een heerlijk diner.

De fietsclub

Op woensdag 28 september was de afsluiting van de fietsclub seizoen met koffie en een lekker

stukje gebak. Daarna rondje fietsen richting Milheeze, we zijn naar natuurpoort Nederheide gefietst. Daar hadden we een uitgebreide lunch en daarna gingen we door een mooie omgeving terugfietsen naar Huize Padua.

Opening van de Vooruitgang.

Op donderdag 13 oktober was de opening van de Vooruitgang of te wel een nieuwe dagbesteding in Boekel. Deze is bedoeld voor de inwoners van Boekel. Je kunt daar van alles doen zoals kaarten maken, spelletjes doen of zomaar een kop thee drinken.

Circus in de zorg

Op zondag 9 oktober was er in Huize Padua een echt circus. Er waren drie voorstellingen. Om 11 uur, 13.30 en 15.30 uur met allerlei leuke acts, clowns en kleine dieren zoals honden en katten. Het was een heel leuk circus.

Fred Peters



Hieronder nog een aantal reacties van bezoekers:

Wij hebben erg genoten van Circus in de Zorg.

De kinderen hebben vooral erg genoten en de oogjes uitgekeken naar alle acts, vooral tijdens het balanceren met de stoelen gingen er wel een paar handjes voor de oogjes, spannend!!

De poesjes en hondjes waren ook erg leuk en schattig, dit vonden de kinderen de leukste act.

Al met al erg genoten en de tijd van 1 uur voorstelling was prima voor de kinderen die de leeftijd hadden van 1,5 tot 6 jaar, de aandacht was er het complete uur.

Een erg mooi professioneel circus, goed inspeland op de doelgroep. Met veel humor wordt het geheel gepresenteerd. Leuk gevarieerd programma zoals o.a. een muzikale clowns act, acrobatiek, jongleur, veel spanning met een vlijmscherp optreden door een messenwerper en als klap op de vuurpijl een geweldige show van een dierentemmer met honden en katten.

Aan de vele blijde en gespannen gezichten was duidelijk te zien dat er in volle teugen genoten werd van de voorstelling.

Ik heb prachtige voorstellingen gezien van Circus in de Zorg. Er waren mooie acts en ook heel veel humor. De voorstelling verveelde geen moment. Leuk ook om te zien hoe cliënten, personeel, buurtbewoners en kinderen genoten. Echt een aanrader!

De laatste voorstelling van de dag. Gespannen gezichten in de mooi gevulde circustent. En dan eindelijk is het zover: circusdirecteur Frank opent de show. De bewoners reageren allemaal op hun eigen manier op het circus. De één klapt enthousiast mee, de ander voorziet het geheel van commentaar en weer een ander zit stil te glunderen. Eén ding geldt voor een ieder, het is genieten geblazen. Clown Frenky zorgt voor een lach op het gezicht, de acrobaten en jongleurs zorgen voor veel kijkplezier. De acts met de poezen en honden doen je hart smelten en de spanning is in tent te voelen bij het messen werpen.

Al met al een heerlijke middag uit voor onze bewoners en hun begeleiders.

Bezoek Jan Heestershuis in Schijndel op 9 oktober.

Op woensdagmiddag zijn Gusta en ik met 8 cliënten op bezoek geweest bij het museum Jan Heestershuis. Het was een zonnige dag waardoor de beelden in de tuin ook goed tot z'n recht kwamen. Ook een kijkje in het huis van Jan Heesters was zeer indrukwekkend en interessant. Zijn atelier was nog geheel in tact. Deze activiteit was vanuit Maatschappelijk Betrokken Ondernemen. We werden gastvrij ontvangen met koffie en wat lekkers en werden vervolgens in twee groepen verdeeld. Ook een oud bakkershuisje was leuk om te zien. Rond half 4 gingen we weer huiswaarts en kijken terug op een geslaagde middag.

Bertina van Oirschot



Breien en haken = Actief mediteren

En als het dan ook nog mooie kleurtjes zijn krijg je zelfs een flow gevoel.

**Met andere woorden:
dan geniet je van wat je maakt.**

Lotte

Een plek om stil te wezen

Ik zoek een plek om stil te wezen
in 't lawaai van alledag
ik zoek een plek om klein te wezen
een plaats waar ik even schuilen mag.

Ik zoek een plek om te danken
voor dat wat in mijn leven is
ik zoek een plek om stil te staan
bij de mensen die ik soms zo mis.

Ik zoek een plek om jou te horen
de woorden die je altijd zei
een plaats om stil met jou te praten
zeg, ben je nou gelukkig-vrij.

Ik zoek een plek om ook te delen
de lach, de tranen, 't verdriet,
waar warmte is en trouwe liefde
want zonder dat, red ik 't niet.

Ik zoek een plek om hulp te vragen
om rust en weer wat nieuwe kracht
ik zoek een plekje om stil te zitten
een plaats waar 't leven even wacht.

*Sint-Jan de Doperkerk in Neerlangel.
Aangeleverd door Cor Vilé*



Activiteitenkalender Huize Padua

Dinsdag 13 en donderdag 15 december
Dankavonden voor de vrijwilligers, info volgt

Dinsdag 20, woensdag 21 en donderdag 22 dec.
Kerstdiner om 16.30 uur in Brouwershof

Donderdag 12 januari
Dansavond met DJ Willem

Dinsdag 17 januari
Klein uitstapje, info volgt op de borden

Donderdag 26 januari
Nieuwjaarsbingo

Donderdag 9 februari
Filmavond

Donderdag 16 februari
Rondgang carnaval met sleuteloverdracht

Donderdag 16 februari
Carnavalsdisco

Vrijdag 17 februari
Sleuteloverdracht in Boekel

Zaterdag 18 februari
Kluisklepel Talent Show

Dinsdag 21 februari
Afsluitingsbal met stampottenbuffet

**'Ren nooit achter iets aan,
maar omarm wat je tegenkomt'**

*Ramses Shaffy
ingezonden door Dinie Cortenbach*

BEZINNING - ELKE DAG OPNIEUW

Vandaag neem ik mij voor om het bij vandaag te houden, en niet alle problemen die zich in mijn leven voordoen tegelijk aan te pakken.
Vandaag doe ik eenvoudige kleren aan.
Ik wil me vriendelijk gedragen.
Ik zal proberen niemand te bekritisieren.
Ik zal niemand te hoog aan te slaan, ook mezelf niet.

Vandaag zal ik me gelukkig voelen omdat ik zeker weet dat ik geboren ben om gelukkig te zijn. Niet alleen in de toekomstige wereld, maar ook in die van nu.
Vandaag ga ik de dingen nemen zoals ze zijn.
En niet proberen ze in mijn richting te duwen.

Vandaag zal ik zeker tien minuten van mijn tijd gebruiken om stil te zijn, en naar God te luisteren.

Vandaag doe ik een goede daad,
en zeg daar niets over tegen een ander.

Vandaag begin ik met een plan voor de dag, misschien maak ik het niet perfect af, maar ik maak wel een dagprogramma.
Vandaag besef ik in het diepste van mijn hart ook al is er soms het tegendeel, dat het leven me omarmd, meer dan vele in deze wereld, van vandaag.

Vandaag zal ik leven zonder iets te vrezen.
Ik zal met name genieten van wat mooi is, en vooral geloven in de liefde.
In de twaalf uur dat ik vandaag actief ben kan ik dat, denk ik, best wel doen. Gewoon per dag. Beter dan dat ik moet denken, dat moet ik doen.

Elke dag.

Ik wens je een fijne dag!!!

Gerrie van der Rijt van Sinten

CREATIEF VOOR KERST

Het hele gezin of de afdeling zet zijn hand op een stuk papier met verf. Plak er een ster boven en plak een stukje boom schors eronder. Zo heb je een mooie creatieve kerstkaart. Je kunt evt. de namen op de handjes zetten.

Joke Lentjes



Gedicht

*door Johan Hijzelaar
Dichter des GGZ's*

Een bloedrode robijn
wil ik aan jou geven
Die uit de woning
van mijn hart komt
Dat geschenk
nodigt jou uit
samen met mij
op zoek te gaan
Om het geluk te vinden
door de eeuwen heen.



ONTMOETINGEN 30

Deze keer een wel zeer bijzondere ontmoeting met Silvia die puzzelen als metafoor gebruikt bij haar rouwverwerking.

De tijd vliegt en kruipt tegelijk. Ik luister stil naar de vrouw die schuin tegenover mij in de stoel zit. Ze is een jaar of tien jonger dan ik. Haar elleboog op de stoelleuning en haar hand met het zakdoekje dat allang nat is van de tranen dicht bij haar gezicht. Haar andere hand rust in haar schoot. Er zitten twee ringen om haar ringvinger. Vertel daar eens iets meer over, moedig ik haar aan, tijd is iets raars in een periode van rouw.

Silva vertelt. Het is nog geen jaar geleden dat haar man, haar altijd sterke, goedlachse, spontane maatje griepig werd. Tenminste, dat dachten ze. Dat het een griep was. Ik hoor mezelf nog zeggen: Je bent ook wel een echte man... een griepje en je doet alsof je doodgaat. Ze hadden er samen om gelachen. De klachten gingen niet vanzelf weg dus een bezoekje aan de huisarts leek op z'n plaats. Het vertrekpunt van de sneltrein die nog geen vier weken later abrupt tot stilstand kwam. De kanker bleek overal te zitten en niet te behandelen.

De arts in het ziekenhuis had geen uitspraak willen doen over een levensverwachting maar had er wel bij gezegd dat ze niet in jaren moesten denken.

Het waren zelfs geen maanden geworden.

In die weken was het ook zo met de tijd. Hij vloog en hij kroop, zegt Silvia, terwijl ze vertelt over de weken van ziekte en het onherroepelijke moment van overlijden.

Het verhaal vertellen

Vandaag zei ik het nog tijdens een gesprek met iemand die midden in een periode van rouw zit. Je verhaal vertellen is belangrijk. Al vertel je het duizend keer. Het is mijn ervaring dat er over het algemeen niet zoveel ruimte is voor verhalen over verlies. In de periode van ziek zijn en na een overlijden is er meestal wel voldoende aandacht, soms zelfs overweldigend veel aandacht. Maar dan gaat

de tijd zijn werk doen. Dat rare begrip tijd. Het leven gaat verder. Iedereen pakt weer op waar hij mee bezig was. Alsof er niets gebeurd is. De dagen, weken en maanden verstrijken en om de rouwende heen wordt het stiller. Wie vraagt er nog naar het verhaal? Is er iemand die nog eens wil horen wat hij al weet? Wie wil even terug in de tijd?

De tijd gaat verder voor iedereen, behalve voor degene die direct met het verlies geconfronteerd werd. Voor hem staat de tijd stil. Een oud gebruik bij overlijden overigens, de klokken werden stilgezet bij een overlijden. Geen tijd meer voor de overledene. Wat een passend ritueel eigenlijk, juist ook voor de achterblijvers.

Puzzel

Ik hou van legpuzzels, het liefst 1000 stukjes of meer. Het plaatje op de doos als voorbeeld, in de doos alle stukjes door elkaar. Systematisch als ik ben begin ik met sorteren voor ik met puzzelen begin. Alle stukjes gaan door mijn handen. De stukjes van de rand worden apart gelegd en de rest van de stukjes worden grofweg op kleur gesorteerd. Een hele klus zonder zichtbaar resultaat.

Een echte afbeelding is het niet. Soms zie je wel kleine details, een bloem, tak, wolk, kerktoren, brug of een stukje van een dier maar veel is het niet. Toch geeft de rand mij houvast. Eenmaal klaar weet ik hoe groot de puzzel word en of ik mijn sorteerwerk goed gedaan heb. Meestal niet, dan ontbreken er nog een paar stukjes. Ik puzzel verder. De meest duidelijke stukken van de puzzel eerst. Die met de scherpste kleuren of de meest heldere afbeeldingen. Het is kijken en passen, soms weer terugleggen, zoeken en weer passen. Heel langzaam ontstaat er een plaatje. Vlakken die effen zijn of waarin weinig kleurverschil zit bewaar ik voor het laatst. Die zijn het lastigst. En ik heb er goed licht bij nodig.

Tijdens het puzzelen denk ik na, orden ik mijn gedachten, krijg ik nieuwe ideeën of maak ik plannen. Of ik klets met de mensen om me heen, meestal over niets, gewoon ontspannen. Puzzelen is een tijdrovende bezigheid of - als je het zo wilt noemen - een tijd dodende bezigheid.

De ring

Silvia die tegenover me zit stopt met praten als ze vertelt heeft over de laatste uren van haar man. Ze hadden elkaar de dag ervoor nog één keer vastgehouden. Samen, in het bed waar ze bijna veertien jaar in geslapen hadden, gehuild, gezwezen, gesproken waar het nog kon. Ze had de tijd wel willen stilzetten op dat moment en daar de rest van haar leven blijven. Haar man was al te zwak geweest om het lang te kunnen volhouden. Ze was naast hem gaan zitten in de stoel om zo dichtbij mogelijk te zijn en had zijn hand vastgehouden.

De hand met de ring. In gezondheid en ziekte, tot de dood u scheidt, vertelde de ring. Ze had er lang naar gekeken en haar hand op zijn hand gelegd. Dit was niet hoe ze het gedacht had toen ze op die herfstachtige dag hun ja-woord aan elkaar gegeven hadden en ze de ring (met wat moeite) om zijn vinger had geschoven.

Ik ben ook stil terwijl ik kijk naar de twee ringen om haar vinger. Rouwen is puzzelen en soms lukt het niet om in je eentje de stukjes van je leven die allemaal door elkaar liggen weer tot een plaatje om te vormen. Het vertellen van het verhaal is als het sorteren van de stukjes. In ieder gesprek maken we de doos open en halen we er een handvol stukjes uit. We leggen ze op een hoopje en als het kan leggen we wat stukjes in elkaar. Een tijdrovend karwei.

Het complete plaatje

Ik blijf maar kijken naar jouw twee ringen zeg ik na een tijdje. Ze vertellen een verhaal van liefde en gemis. Een verhaal van een mooie tijd en een afscheid. Ik neem me voor om beter op te letten als ik ergens ben. Hoe vaak ben ik al niet mensen tegengekomen die ook twee ringen droegen? Of een ring om een kettinkje aan hun nek. Zo'n ring is een uitnodiging om te vragen en een aanleiding om te vertellen. Dat is wat nodig is voor mensen

met verlies. Dat ze kunnen praten, kunnen vertellen. Soms onsamenhangend van de hak op de tak. Of juist heel gedetailleerd van minuut tot minuut. Zie het als puzzelen. Sorteren voor je het plaatje weer compleet krijgt. Help met het uitzoeken van de stukjes en wees niet bang voor de rauwe emoties en de soms harde werkelijkheid. Puzzel samen!

Ik realiseer me dat niet iedere puzzel compleet zal worden. Een verlies kan zo ingrijpend zijn dat er stukjes kwijtraken. Of het verhaal voorafgaand aan het verlies kan zoekgeraakte stukjes met zich meedragen. Dat is de gebrokenheid van het leven waar we mee te maken hebben. Maar dat maakt het niet zinloos om aan de puzzel te beginnen! Want ook met ontbrekende stukjes kun je heel goed zien wat het complete plaatje voorstelt. Kun je samen praten over wat je ziet én over wat er ontbreekt.

Toen = nu = morgen

De tijd is een raar begrip bij rouw. Hoewel de tijd kan kruipen voor je gevoel, kan terugkijken maken dat je denkt waar is de tijd gebleven? Toen en nu lopen door elkaar heen.

Morgen lijkt ver weg. Denken aan de toekomst kan beangstigend zijn omdat je de herinneringen aan wat geweest is niet kwijt wilt raken. Misschien vraag je je soms af of je het wel alleen gaat redden in de toekomst.

Ik vind het bijzonder, zeg ik tegen Silvia tegenover me. Die ringen zijn van toen, ze laten zien wat geweest is en herinneren je aan zoveel goede momenten. Ze tonen nu wat voor groot gemis er in je leven is gekomen. Maar ze gaan ook mee naar morgen, je blijft ze bij je dragen de toekomst in. Jullie blijven verbonden.

Iemand verliezen betekent niet dat je de relatie met diegene kwijt bent. Het betekent wel dat je er op een andere manier invulling aan moet geven. Dat is de puzzel die je in elkaar te leggen hebt.

Herinneringen, gedachten, onuitgesproken of onaffe zaken, dankbaarheid, moeilijke mo-

(Vervolg op pagina 14)

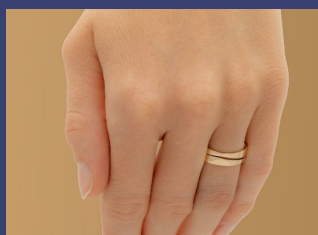
menten... het zijn allemaal stukjes die met je meegaan de toekomst in. Als het jou niet lukt om de stukjes bij elkaar te krijgen om er een plaatje van te maken, schroom dan niet om hulp te zoeken! Rouwen kan een enorme puzzel zijn, te veel om alleen te doen. Soms is het fijn om samen met lotgenoten te zijn.

Neem de tijd

Voor rouw staat geen tijd. Het is niet zo dat het na het eerste jaar beter wordt. Voor sommigen is dat al eerder zo, voor anderen niet. Sommige verliezen draag je altijd bij je en laten hun sporen na ook als er al jaren voorbij zijn gegaan. Neem alle tijd die jij nodig hebt en forceer jezelf niet om dingen te doen of activiteiten te ondernemen waar je nog niet aan toe bent.

Blijf praten over dat wat jou bezighoudt en als je je zorgen maakt om je lichamelijke of psychische gezondheid ga naar je huisarts. Rouwen is topsport - zeg ik vaak - en vraagt veel energie. Zorg dus goed voor jezelf als je een verlies hebt doorgemaakt en vraag aan je omgeving als je iets nodig hebt of als je even niet alleen wilt puzzelen.

In deze dagen zo op het einde van het jaar is een mooie gelegenheid om eens in gesprek te gaan met iemand die twee ringen draagt. Laat iemand zijn of haar verhaal vertellen en wie weet ga je samen puzzelen!



De naam Silvia is om privacy redenen gefingeerd.

Joke Lentjes



Kerstmis:

Dit jaar laat ik de kerst aan me voorbijgaan, verzucht Leen. De jaren beginnen te tellen en ze heeft al zoveel Kerstmissen meegemaakt dat ze er een beetje klaar mee is. Tegelijkertijd schrikt ze van haar overweging en vraagt zich af of ze ook iemand aan het worden is die het leven alleen nog maar een beetje voor lief neemt. Zou ze op haar vriendin gaan lijken die nergens meer zin in heeft.

Maar zie op een middag gaat de deurbel. Leen sloft mopperend naar de hal met het idee dat er weer iemand een pakketje voor de burens komt afleveren. Aan de deur staat echter een jongetje dat ze herkent van het gezin verderop in de straat. Hij heet Thijs en van hun juf hebben ze de opdracht gekregen om te achterhalen hoe mensen vroeger Kerstmis vierden. Leen wil hier wel aan meewerken en vertelt over vroeger dat het toen nog geen mode was om een kerstboom te zetten. Wel stond er in ieder huis een kerststal. En als kind ging je burens en familie af om naar hun kerststal te kijken. Thijs vraagt of Leen nog een kerststal heeft en na wat twijfel gaat ze deze te voorschijnhalen als Thijs haar hierbij wil helpen.

Na wat moeite halen ze de doos tevoorschijn en als Leen de bovenkast van een lage kast leegmaakt wordt hierop de stal geïnstalleerd. Vervolgens worden de gipsen beeldjes voorzichtig uit hun beschermende krantenpapier gehaald en krijgen ze in en bij de stal een plekje. Eerst is het de beurt aan de kribbe met Jezus en vervolgens worden Jozef en Maria daar omheen geplaatst. Daarna zijn de donkerbruine os en de grijze ezel aan de beurt. Zij zorgen voor de verwarming van de stal. Boven tegen de stal wordt aan een haakje de engel gehangen. Maar dan laat Leen plots een beeldje uit haar handen vallen. Het is een herder die helaas onthoofd uit het papier tevoorschijn komt. Gelukkig zijn er nog twee andere herders en ook de schapen worden geplaatst. Daarna is het de beurt aan de wijzen uit het oosten met de kameeldrijver en de kameel. Deze worden op afstand van de stal geplaatst want zij arriveren pas

Feest voor jong en oud

met Driekoningen. Intussen blijft Thijs treuren om de onthoofde herder want dat was toch echt de mooiste met het lammetje in zijn armen. Aan het einde van de middag neemt hij de herder mee naar huis want volgens Thijs kan zijn vader bijna alles repareren.

Enkele dagen later staat Thijs opnieuw bij Leen aan de deur en aan zijn glunderende blik ziet Leen dat de operatie van de herder geslaagd moet zijn. Leen vraagt Thijs de herder bij de stal te plaatsen en vertelt nog verder over Kerstmis in haar jeugd. De mensen waren in die tijd veel armer en Leens moeder bakte altijd zelf kerstkransjes wat als een luxe werd beschouwd.

Om de tijd van vroeger te laten herleven trekken Leen en Thijs de keuken in. Van alles wordt voor de dag gehaald zoals bakmeel, boter, basterdsuiker en bakpoeder. Het is vooral Thijs die het deeg moet kneden want Leen heeft last van artrose. Uit het plat gerolde deeg worden allerlei kerstfiguren gesneden en daarna gaan de koekjes op een bakplaat de oven in. Omdat ze ondertussen moeten wachten lopen Leen en Thijs de tuin in. Vroeger hingen er in ons huis hulsttakken met groene bladeren en rode bessen om wat leven en kleur te brengen in huis. Leen en Thijs knippen een paar hulsttakken uit de tuin en nemen deze mee naar binnen waar ze vervolgens een geschikte plek zoeken voor het wintergroen. Thijs klimt boven op de eettafel om een tak tussen de twee lampen aan te brengen en ook een grote vaas wordt gevuld met hulst. Intussen komen de heerlijke bakgeuren tevoorschijn. Zo rook het vroeger ook bij ons thuis, zucht Leen. Nadat de koekjes gaar en afgekoeld zijn worden ze meteen getest. Zowel Leen als Thijs kijken tevreden in het rond, de kamer is nu helemaal in kerstsfeer.

Aan het einde van de middag gaat Thijs naar huis met in zijn ene hand een trommeltje vol kerstkransjes en in zijn andere enkele hulsttakken. Op kerstavond wordt er bij Leen aangebeld. Ze vraagt zich af wie dat kan zijn en ziet door het



glas van de deur een gezinnetje staan. Als ze opendoet ziet ze Thijs met zijn twee kleine zusjes en daarachter hun vader en moeder. De kinderen hebben een kerstster met daarin sterretjes die worden aangestoken. Ondertussen zingen ze een kerstliedje. Leen is helemaal ontroerd en geeft de kinderen een dikke knuffel. Daarna gaat het gezelschap mee naar binnen om de kerststal te bewonderen. Tot slot overhandigen de kinderen een zelf geknutseld cadeautje aan Leen. Thijs belooft om in de kerstvakantie langs te komen om de Driekoningen op te laten schuiven. Als het bezoek is vertrokken laat Leen haar tranen de vrije loop. Ze had niet verwacht dat er zo'n attente mensen bij haar in de straat wonen. Hierdoor is haar kerst nu al meer dan geslaagd.

Gerard Compiet

Aangeleverd door Dinie





KERSTMENU VAN INE

door Ine van Wijk

Amuse van paté met port en paddenstoelen

Amuse voor 10 personen

Ca. 30 min. + 1 uur koelen

Ingrediënten:

300 gram wildpaté of 300 gram roompaté -

50 gram roomkaas - ca. 2.5 eetlepels rode port -

2 sneeën brood (naar keuze) -

50 gram paddenstoelen (klein, schoongeveegd) -

1 theelepel olijfolie - 1 takje peterselie



Vorbereiden: Maal de paté met de roomkaas en port in een keukenmachine of met een staafmixer tot een gladde mousse. Breng op smaak met peper en schep in een spuitzak. Leg de mousse in de koelkast tot later gebruik.

Bereiden: Neem circa 15 minuten voor het serveren de spuitzak uit de koelkast. Rooster intussen het brood tot toast en steek of snijd sterretjes eruit. Snijd de paddenstoelen eventueel in de lengte door zodat aan beide kanten een steeltje blijft zitten. Verhit de olie in een koekenpan en bak hierin de paddenstoelen op een hoge stand kort. Schud ze door de pan, schakel de warmtebron uit en laat afkoelen. Leg de lepels naast elkaar klaar. Spuit een rozetje paté op elke lepel. Leg tegen elke rozet een paddenstoeltje en garneer met een plukje peterselie. Serveer met sterretjes toast.

Wildbouillon met gerookte eendenborst

Voorgerecht voor 4 personen

Ca. 20 min. + 15 min. oventijd

Ingrediënten:

1 theelepel olijfolie - 1 sjalot (fijngesnipperd) -

1 pastinaak (geschild, in kleine blokjes) -

2 eetlepels tijm - 2 potten wildfond of

2 potten vleesfond - 250 gram gerookte eendenborst



Bereiden: Verhit de olie en fruit hierin de sjalot 3 minuten op middelhoge stand. Voeg de pastinaak en 1 eetlepel tijm toe en roerbak nog 1 minuut. Voeg de fond en 1 pot water toe en laat circa 5 minuten zachtjes koken. Breng de bouillon indien nodig op smaak met zout en peper of een stukje bouillontablet. Snijd de eendenborst in zeer dunne plakjes en leg ze 2 minuten voor het serveren in de hete bouillon. Neem de pan van de warmtebron en schep de bouillon in kommetjes. Bestrooi met nog wat tijm en peper en serveer direct.



Biefstuk met sjalotten-wijnsaus

Bijgerecht voor 10 personen,

Ca. 20 min. + 20 minuten oventijd

Ingrediënten: 10 haasbiefstukken (van gelijk formaat) of 10 biefstukken (van gelijk formaat) -

1 theelepel boter - 2 eetlepels olijfolie -

10 grote salieblaadjes

Voor de saus: 100 gram boter (in kleine blokjes, ijskoud) - 10 sjalotjes (gepeld, in kwarten) -

1 teentje knoflook (geperst) - 1 laurierblaadje -

2 salieblaadjes (fijngesnipperd) - 750 milliliter volle

rode wijn (fles) - 480 milliliter runderfond (pot)

Vorbereiden: Neem de biefstukken uit de koelkast en dep ze droog met keukenpapier. Verwarm voor de saus een klontje van de boter in een (saus)pan op een lage stand en fruit de sjalotten in 5-8 minuten goudbruin en zacht. Voeg de knoflook, laurier en gehakte salie toe en fruit nog een halve minuut mee. Giet de wijn en fond in de pan en laat op middelhoge stand tot een derde inkoken. Neem de laurier uit de pan en zet de saus weg tot later gebruik.

Bereiden: Verwarm de oven voor op 100°C.

Bestrooi het vlees rondom met zout en peper.

Verhit 1 theelepel boter en 1 eetlepel olie op middelhoge stand tot de boter niet meer bruist. Zet de warmtebron iets hoger en schroei de biefstukken in een paar minuten rondom aan. Leg het vlees op de bakplaat en schuif 5-10 minuten voor het serveren in de oven. Verhit intussen weer 1 eetlepel olie in de pan en frituur de blaadjes salie 20 seconden per kant. Leg ze op keukenpapier. Verhit vlak voor het serveren de saus, maar laat niet koken. Klop met een garde de rest van de boter erdoor om de saus te binden. Klop eventueel nog wat extra boter erdoor voor een dikkere saus en breng op smaak met zout en peper. Leg de biefstukken op voorverwarmde borden, schep er een lepel sjalottensaus bij en garneer met een blaadje salie.

Krokante hambakjes met cranberrycompote

Bijgerecht voor 10 personen, Ca. 20 min. + 20 min. oventijd

Ingrediënten: 400 gram cranberry's - 200 gram rietstuiker - 2 kruidnagels - 0.5 kaneelstokje - olie (om in te vetten) - 20 plakken serranoham of 20 plakken rauwe hammen - 2 takjes rozemarijn

Bereiden: Verhit de cranberry's met de suiker, kruidnagels, kaneel en 4 eetlepels water. Roer goed door en verwarm op een lage stand tot de cranberry's uit elkaar vallen. Laat 2 minuten zachtjes koken en laat daarna in een kom afkoelen tot lauwwarm. Breng op smaak met zout en peper en eventueel nog wat suiker. Dek af en houd warm. Verwarm intussen de oven voor op 180°C. Zet de muffinvorm omgekeerd op de bakplaat. Vet de bolle vormen licht in met een kwastje olie, en bekleed elk vormpje met 2 plakjes ham. Druk alle naadjes goed aan en bak de hambakjes in het midden van de oven in circa 20 minuten bruin. Laat wat afkoelen en krokant worden voordat je ze van de vorm haalt. Zet de bakjes rechtop op een schaal of bord. Verwijder de kruidnagels en het kaneelstokje uit de cranberry's en verdeel de cranberrycompote over de hambakjes. Garneer met wat rozemarijn.



Geroosterde zoete aardappel met spruitjes en hazelnoten

Bijgerecht voor 10 personen

Ca. 20 min. + 25 min. oventijd

Ingrediënten: 1.5 kilogram zoete aardappels (geschild) - 1.5 kilogram spruitjes (panklaar) - 100 gram blanke hazelnoten (grof gehakt) - evt. 2 kaneelstokjes - 1 snufje kaneelpoeder - 0.5 bosje tijm - 4 eetlepels olijfolie

Bereiden: Verwarm de oven voor op 200°C. Snijd de aardappels in blokjes van circa 3x3 cm. Halveer de spruitjes eventueel en meng ze met de aardappelblokjes, hazelnoten, kaneelstokjes, kaneelpoeder, tijm en olie. Maal er wat zout en peper over en schud goed om. Verdeel dit mengsel over de bakplaat en rooster hoog in de oven in circa 25 minuten goudbruin en beetgaar. Serveer op een mooie schaal.



Camembert met abrikozen-dadelcrème

Nagerecht of hapje voor 10 personen

Ingrediënten: 50 gram gedroogde abrikozen - 50 gram dadels (zonder pit) - 1 eetlepel gembersiroop - 2 camemberts - 50 gram ongezouten pistachenoten (gepeld)

Vorbereiden: Wel de abrikozen en gedroogde dadels circa 10 minuten in een laagje kokend water. Giet af en pureer in een keukenmachine of met een staafmixer met de gembersiroop tot een kleverige crème. Neem de camemberts uit de verpakking en snijd ze horizontaal door. Verdeel de crème over twee halve kaasjes en leg de bovenkanten er weer op. Verpak in vershoudfolie en leg in de koelkast.

Bereiden: Hak de pistachenootjes in een keukenmachine of met de hand tot kruimels en schep op een bord. Neem de kaasjes uit het folie. Snijd met een scherp mesje alleen de korst van de zijkant rondom af, zodat de zachte kaas tevoorschijn komt. Rol de kaasjes door het pistachegruis en leg ze op een plank of schaal. Snijd in puntjes. Lekker met een glas port of calvados.



IN GESPREK MET EVIE VAN HOUT

Evie is al 15 jaar samen met Dirk en zij zijn sinds acht jaar weer woonachtig in Handel. Samen hebben ze een hond, corgi 'Dokus' en daarnaast twee varkens en zeven kippen. De varkens lopen inmiddels in de wei van iemand anders omdat



ze te groot zijn geworden voor hun eigen tuin. Daarnaast bleef er weinig tuin over omdat de varkens alles omwroeten.

In haar vrije tijd is Evie heel actief. Zij is voorzitter van stichting Jeugdbelangen in Handel en op sportief vlak speelt ze voetbal en tennis.

Ze doet graag leuke dingen met vriendinnen en is zoals ze zelf zegt 'er graag bij' op festivals, kermis, concerten, enz. Evie vindt dat het dorp Handel leuk moet blijven voor alle generaties en draagt hiervoor graag haar steentje bij als er iets wordt georganiseerd.

Je kunt Evie omschrijven als zorgzaam, gezellig, ze houdt van Engelse humor en beschikt volgens eigen zeggen over droge humor.

Op haar bucketlist staan nog verre reizen, andere culturen en landen zien. De planning is om in maart een grote reis te maken naar Cuba en Costa Rica.

Evie is een meid met een vrolijke uitstraling en zij is allergisch voor mensen die liegen of drammerig zijn om hun zin door te drijven. Haar gezicht is een open boek, je ziet het meteen als ze het er niet mee eens is.

Toen Evie opgroeide wilde ze graag lijkschouwer worden. Door de serie van CSI die ze altijd volgde

leek haar het werk als patholoog anatoom reuze interessant. Nog wat later wilde zij archeoloog worden of bij de politie gaan werken. Altijd de ambitie gehad naar de verhalen ergens achter maar het is uiteindelijk toch een andere keuze geworden.

Evie heeft een opleiding gedaan voor Sociaal Pedagogische Hulpverlener en werkt sinds twee jaar als activiteitenbegeleider op het Activiteitencentrum in Huize Padua. Met haar collega Patricia is zij oa. verantwoordelijk voor de werkposten. Werkposten zijn werkzaamheden die worden gedaan door cliënten en waarvoor ze een kleine vergoeding krijgen. Denk hierbij aan koffiezetten in de Carrousel, helpen bij transport, helpen in de keuken, enz. Evie en Patricia schrijven de vacatures hiervoor uit en zijn ook bij de sollicitatiegesprekken. Daarnaast zorgen ze er samen voor dat de werkposten betaald krijgen voor hun werkzaamheden.

Sinds april dit jaar loopt er een Soep to go project dat samen met de werkposten wordt uitgevoerd. Op dinsdagmiddag wordt er in het restaurant soep gekookt. Er wordt altijd een Chef van de dag benoemd die de pannen mag bedienen. De cliënten die helpen mogen samen beslissen welke soep wordt gemaakt en welke ingrediënten ze hiervoor gebruiken. Het begint al goed te lopen en de cliënten zijn trots om hieraan te mogen meewerken.

Op donderdag 13 oktober is in Boekel 'De Vooruitgang' officieel geopend in het centrum van Boekel. Dit project, een ontmoetings- en dagactiviteitencentrum, heeft Evie ook mee opgezet en is bedoeld voor iedereen die belangstelling heeft. 'De Vooruitgang' is geopend op de dinsdagmorgen en op de donderdagmiddag. In de toekomst hopen ze deze tijden te kunnen uitbreiden.

Het geeft Evie veel voldoening om onze cliënten een fijne werkdag te kunnen bezorgen en samen te kijken wat de cliënten kunnen doen en leren. Met het Soep to go project ziet zij een gezond gedrag in met elkaar samenwerken. Haar taken zijn hierbij vooral meewerkend en waar nodig ondersteunend. Op het AC is zij meer ondersteunend aan het werk maar probeert altijd de regie zoveel mogelijk bij de cliënten te laten.

In de toekomst zou zij graag binnen GGZ Oost Brabant meer kunnen doen met haar opleiding zoals bijvoorbeeld werken als trajectbegeleider. Evie zou ook graag een dag mee willen kijken met Anke van Schooten hoe het werkt met hondentherapie, dus Anke als je dit leest dan mag je een afspraak maken met Evie.

Evie's wijsheid voor onze lezers: Geniet van het leven, het kan zo voorbij zijn.

Evie kijkt en leest graag in de Horizon. Vooral de interviews en wat op andere ODAC's wordt gemaakt. Zelf tekende Evie vroeger heel veel, ze heeft het laten versloffen en ondanks dat ze inspiratie krijgt bij het zien van al die kunst komt het er niet van.

Evie dank je wel voor het leuke interview.

Bea van Leuken, eindredacteur Horizon

Als ik oud geworden ben,
dat ik geen mens meer herken.
En niet eens jouw naam meer weet,
pak dan mijn hand heel even beet.
En zeg me gedag,
laat me voelen dat je me mag.
Wellicht dat ik het gevoel herken,
dat ik voor iemand, iemand ben.

Aangeleverd door Dinie

Tijd van verhalen en mysteries

Tijd van verhalen en mysteries
met diepere betekenis
Tijd van gevoelens
als geluk, warmte, maar ook gemis
Tijd van bezinning
misschien weer (even) in God geloven
Tijd van feesten,
kerstbestanden en kerstverloven
Tijd waarop alles even heel harmonieus is
Tijd waarop het in de wereld héél even vrede is
Tijd van wachten op het nieuwe jaar
avond van knallen en zingen
Tijd van goede voornemens
hoop op goede dingen
Tijd voor een heel gelukkig Nieuwjaar
want dat is mijn wens voor het komende jaar

één lichtje is sterker dan alle duisternis
van de wereld,



Joke Lentjes

Soms in mijn leven

Soms in mijn leven zijn er van die momenten
waarin verlangens en onuitgesproken zinnen
naar de achtergrond worden gedwongen,
omdat er ergens stil in mijn hoofd
een liedje van stil geluk word gezongen.

Cor Vilé



Dit keer een boek waar ik met gemengde gevoelens naar keek omdat er aan het verhaal op zich al zoveel media aandacht is besteed. Een boek dat mede daardoor op de eerste plek binnenkomt in de boeken top tien.

Hij is ongeregistreerd als kind, net als de acht andere kinderen waaruit het gezin Van Dorsten bestond. Vader Gerrit Jan was Gods zoon op Aarde, zo had hijzelf bedacht, de grote verlosser die weer voor een nieuw Hof van Eden zal zorgen. En bidden is net zo belangrijk als ademen. Opstand tegen de vader werd altijd meteen keihard bestraft. Niet alleen met harde klappen, maar ook met drie dagen buiten, in de tuin, niet eten, en alleen bidden en rondjes lopen, de slechte geest moet gereinigd worden.

Ik zag de schrijver van het boek Israel van Dorsten op t.v. in het programma van Boerderij van Dorst, dat bracht een ander inzicht met zich mee. Ik zag hoe eerlijk, puur en onbevangen hij was. Wat mij trof was zijn zelfreflectie en de manier waarop hij in het leven stond. Eerlijk in het omschrijven van zijn gevoelens en wijs in de woorden die hij sprak. We weten nu van zijn achtergrond en dan toch zo positief naar een nieuw leven en een nieuwe toekomst te kijken getuigt van ontwikkelingsdrang en veerkracht van een jonge man die zich weet te ontworstelen aan die beklemmende achtergrond.

Israel van Dorsten (1994) is de vierde van de negen kinderen van Ruinerwold. Hij heeft nu een jaar Film en Audiovisuele media gestudeerd in Amsterdam en studeert nu Sociologie aan de Universiteit van Utrecht.

Mijn vaders geloof en overtuigingen waren mijn realiteit: naar school ging ik niet, ik bestond niet eens voor de buitenwereld, en ik had geen vrienden. Er waren alleen de geesten die om ons heen dwaalden en waarmee we praatten. Bidden was onze enige redding, God zat altijd in mijn hoofd. Israel van Dorsten beschrijft hoe hij als jongetje opgroeit in een ware hel, waar vaders geloof wordt gepredikt van 's morgens vroeg tot 's avonds laat. Slapen is er soms dagen niet bij.

Israel heeft intens verdriet over het verlies van moeder, als zij in 2004 aan darmkanker sterft. Hij blijft er verdrietig over. En dat wil vader niet. Moeder is dood door haar eigen schuld, een slechte geest was in haar gevaren. Israel wordt voor z'n verdriet om moeder bestraft. Hij moet in zijn eentje op zolder wonen, op één vierkante meter ruimte. Hij kan er staand in gebed gaan, of zittend op de grond. Meer ruimte is er niet. Eten krijgt hij via een luik. Mishandeld wordt hij ook, geslagen met blote handen of met een stok of honkbalknuppel.

In zijn boek vertelt Israel over hoe het gezin uiteindelijk vertrekt vanuit de werkplaats op een industrieterrein in Meppel naar Ruinerwold waar hij sinds augustus 2010 met de andere kinderen door zijn vader verborgen wordt gehouden. Daar knapt de al sinds 1984 getrouwe discipel van Gerrit de uit Oostenrijk afkomstige Jan een vervalven boerderij op. Israel omschrijft de verhuizing in zijn boek als een drastische verandering in zijn opgesloten leventje.

Een computer in huis zorgt voor verleiding, net als e-readers, waarop Israel op slimme wijze via draadloze wifi allerlei zaken van het internet plukt. Maar zijn schuldgevoel over 'ik heb iets gedaan wat niet mag' nekt hem, want vader heeft een alziend oog. Hij biecht alles op bij vader, straf volgt, en het internettijdperk is voorbij. On-

dertussen wordt Israel heen en weer geslingerd tussen het verlangen om meer van de wereld te ontdekken en zijn schuldgevoel. En telkens wint dat laatste, want vader heeft hem in zijn macht, en hij wil zijn andere broertjes en zusjes niet kwijt.

Als vader Gerrit Jan begin augustus 2016 een beroerte krijgt lijkt hun veilige wereldje tussen de strobalen in te storten. Al die jaren inzet van vader voor een nieuwe Hof van Eden lijken voor niets. Na maanden van hulpeloos behelpen krabbelt hij toch weer wat op en is hij weer even machtig als daarvoor. Uren moeten ze biddend doorbrengen, beurtelings zittend op een bankje bij vader. Zelfs de lievelingsgeiten, Grote en Kleine Geit, moeten door Israel worden gedood, zo luidt vaders bevel. Ondanks de moeizame communicatie is de boodschap helder en onverbidde-lijk, de geiten worden geslacht.

De ernstige benauwdheid van de zieke vader had onverwacht zijn voordeel, die eiste een nieuw zuurstofapparaat, en dat moest een dure worden uit China, eentje van zo'n 10.000 euro. Israel bestelt in het geheim tegelijkertijd een smartphone die later de springplank naar zijn bevrijding wordt. Hij wil dat het stopt, alleen hoe, dat weet hij nog niet precies. Dat wordt een hele zoektocht langs hulpverlenende instanties, die niet zo snel acteren als hij graag zou willen. Ik wil dat iemand het verhaal aan de buitenwereld vertelt zodat het ophoudt. Ik kan dat zelf niet zijn, ik wil geen verrader zijn. Het internet is de sleutel voor zijn ontwikkeling, op zoek naar de vrijheid, voorbij schuld, verdriet, angsten en onzekerheid. Ik wil weg uit de boerderij waar ik samen met mijn familie verborgen voor de buitenwereld leef, maar wie gaat mij helpen.

Israel doet een anonieme melding naar de politie, en realiseert zich dat vader dan in de gevangenis gestopt kan worden, dat wil hij ook weer niet. Bang voor de gevolgen bedenkt hij zich, maar de knop verzenden heeft hij dan al ingedrukt. Dagen zit hij in angst, wachtend op wat er komen gaat.

Hij droomt zelfs van politiesirenes, maar er gebeurt lange tijd niks. Dan maar een tweede melding richting de politie, dit keer over witwassen, want in de boerderij liggen tienduizenden euro's aan cash geld.

Ik wil schreeuwen dat ik hulp nodig heb, maar mijn angst om niet meer terug te gaan naar huis is veel te groot. Hij besluit de politie te bellen, maar verlamd door angst hangt hij weer op. De moed zakt hem in de schoenen.

Uiteindelijk waagt Israel van Dorsten dan toch de stap die de opgesloten situatie en alle geloofswaanzin van vader moet stoppen. Hij is toe aan bevrijding, van hemzelf en zijn familie, al twijfelt hij eraan of die dat ook willen. Op een zondag in oktober 2019 stapt Israel over de sloot achter de boerderij, een uur lopen naar het café in Ruinerwold waar hij al een keer eerder was geweest. De Cafébaas Chris Westerbeek heeft al snel in de gaten dat deze opmerkelijke jongeman in aftandse kleding dringend hulp nodig heeft en schakelt de politie in. Op die zondagavond kon Israel dan eindelijk zijn verhaal doen, een dag later volgt de politie inval, en weer een dag later is het gezin wereldnieuws.

Heel dapper en sterk zoals ik Israel zag op t.v. is het verhaal door hem geschreven en met de juiste precisie onder woorden gebracht, Hij voegt er geen oordeel achteraf aan toe, hij blijft bij het perspectief van het kind dat hij was. Kwetsbaar, overgeleverd aan een vader die denkt dat hij de Messias is. Maar vader werd ziek, als gevolg van een beroerte, en dan blijkt hij een hulpeloze man van vlees en bloed te zijn. Niks Messias, niks strijden voor een betere wereld, en het verslaan van boze, slechte geesten. De geestenwereld van vader blijkt één groot toneelstuk, zo beschrijft Israel zijn ontzuivering.

Samengesteld en verzorgt door Cor Vilé

KUNST ODAC CLARAKLOOSTER



Gemaakt door A. Swartz



Gemaakt door A. Vriends



Flamingo gemaakt door B. Voncken



Gemaakt door M. van de Oever



Gemaakt
door
J. Tillemans



Creatief met stenen, verf en boomschijf. Beide ge-
maakt door M. Ahrari.



Mozaïek dienblad door Jeanne Wilbers



Gemaakt door J. Middel



NIEUWS VAN COMMUNICATIE EN RAAD VAN BESTUUR

door Ankie van Hezewijk

Circus in de Zorg: 'We hebben genoten!'

9 oktober veranderde Levendig Landgoed Huize Padua met 'Circus in de Zorg' in een plek waar acrobaten kunstjes uithaalden, clown Frenky iedereen aan het lachen kreeg en kleine dieren voor vertederende momenten zorgden. Het circus was gratis te bezoeken voor medewerkers en bewoners.

Veel enthousiaste bezoekers wisten het circus te vinden. Zo liet een bezoeker weten: "Wij hebben erg genoten van 'Circus in de Zorg'. De kinderen hebben vooral erg genoten en de ogen uitgekeken bij alle acts." Een andere bezoeker liet weten: "Een erg mooi professioneel circus, goed inspeland op de doelgroep. Met veel humor wordt het geheel gepresenteerd. Leuk gevarieerd programma, zoals onder andere: een muzikale clowns act, acrobatiek, jongleur, veel spanning met een vlijmscherp optreden door een messenwerper en als klapper op de vuurpijl een geweldige show van een dierentemmer met honden en katten. Aan de vele blije en gespannen gezichten was duidelijk te zien dat er in volle teugen genoten werd van de voorstelling." Op pagina 9 de uitgebreide reacties van een aantal cliënten.



Online gespreksgroep door ervaringsdeskundigen van start

Eef Peters en Moique Aarts werken als ervaringsdeskundigen bij GGZ Oost Brabant. Zij starten een online gespreksgroep (via Teams) waar iedereen welkom is. In de groep worden ervaringen

uitgewisseld met lotgenoten over herstel.

Voor deelname is een computer/tablet met internetverbinding nodig.

Wanneer? Iedere maandagavond van 20.00 tot 21.00 uur.

De groep bestaat uit acht personen. Zodra er voldoende aanmeldingen zijn, gaat de groep van start.

Aanmelden of informatie via ervaringsdeskundigheid@ggzoostbrabant.nl

Ervaringsverhaal Mireille over leven met DIS

'Het was en is héél hard werken, nog steeds. De stemmen zullen nooit helemaal weggaan. Maar ik heb handvaten gekregen waarmee ik zelf meer de regie kan pakken en houden', aldus

Mireille. Op ons verhalenplatform 'Vallen en weer opstaan' vertelt zij openhartig over haar leven met een dissociatieve identiteitsstoornis (DIS) en de schematherapie die zij sinds drie jaar volgt bij Nathan Bachrach, klinisch psycholoog bij GGZ Oost Brabant. 'Ik heb de regie overgenomen van de stemmen in mijn hoofd.'



Het verhaal van Mireille lees je op ons Platform Vallen en weer opstaan.



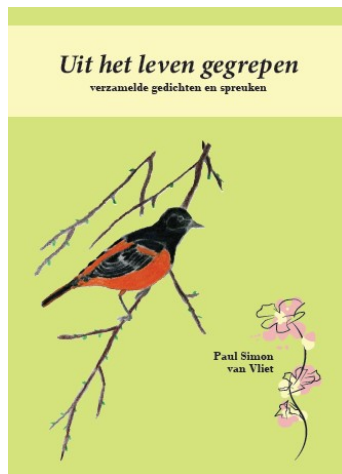
www.vallenenweeropstaan.nl/ervaringsverhalen

Wil je zelf een persoonlijk herstelverhaal delen?

Neem contact op met de collega's van communicatie@ggzoostbrabant.nl

Paul Simon van Vliet schrijft boek!

Paul Simon van Vliet, bewoner van Levendig Landgoed Huize Padua, ken je vast al van zijn prachtige zelf gecomponeerde pianostukken die we met regelmaat hier delen. Maar Paul doet meer, hij schrijft gedichten, tekent en borduurt. Pauls gedichten en spreken zijn nu gebundeld tot de prachtige gedichtenbundel 'Uit het leven gegrepen'. Bob van 't Geloof, voorzitter van de cliëntenraad nam in oktober het eerste exemplaar in ontvangst. Bob: "Het is een prachtig boek met naast gedichten ook mooie tekeningen en borduursels!"



Wil je het boek ook kopen? Het is te koop voor 10 euro bij Museum de Kluis, het ODAC en de Vooruitgang in Boekel. Liever het boek online bestellen? Dat kan via www.ggzoostbrabant.nl/gedichtenbundel maar dan betaal je 3 euro verzendkosten.

'Uit het leven gegrepen' is in een beperkte oplage uitgebracht, dus wees er snel bij.

Want op = op!

Onder de zon geboren

Onder de zon geboren
leven onder maan
voor mij zijn jullie
mijn sterren
In het weideveld
met alle kleurenpracht
het innerlijk gevormd
weerspiegeld
vormt een glans
aan mijn leven.

Paula Leenders

Nieuws van de Cliëntenraad

In oktober en november ging de cliëntenraad on tour door de organisatie. Op verschillende dagen waren zij aanwezig op locatie om een bakje koffie te drinken (met iets lekkers) met iedereen die meer wilde weten over de cliëntenraad.

Ben jij altijd al benieuwd geweest naar het werk dat onze cliëntenraad doet? Wil je je graag aansluiten bij de Cliëntenraad van GGZ Oost Brabant? Of loop je tegen een probleem aan? De leden van onze Cliëntenraad nemen graag contact met je op.

Contactinformatie:

clienraad@ggzoostbrabant.nl

Of bel één van de ondersteuners:

Bea van Leuken 06-888462795

De ontmoeting

Het meest wezenlijke is de ontmoeting.

Je ziet hem niet, maar hij is wel overal met God.

Als ik ergens behoefte aan hem is dat aan de zondagse mis. Ik vind dat ik het wekelijkse rendez-vous met God niet mag missen. Het is een uur waarin ik mezelf niet teveel vragen stel. Er is geloof. De ontmoeting met de priester of pastor is mooi maar het meest wezenlijke is de ontmoeting met God. Ik vind dat ik op die afspraak niet mag ontbreken.

Riekske Eichhorn



door Paula Leenders

De kerstman en romantiek.

Er is veel te doen rondom Kerst. Vele slaan het feest maar over of combineren surprises maken met Kerst. Toch zijn er leuke ideeën om je huis in Kerstsfeer te brengen. Iemand verrassen is ook een optie. Leg eens wat kerstkransjes op een ontbijtbordje of een leuk kaartje die je met een leuk lintje vastmaakt. Of het gekookt eitje op pimpen door bijvoorbeeld met stift op het ei de kerstman te tekenen. Een leuk begin van de dag. Ook voor jou want een dag beginnen met een lach op iemands gezicht is wel wat waard. Ben je handig in de keuken dan kun je zelf suikerharten maken. Dat hoeft niet alleen met sinterklaas. Beide feesten lopen vaak in elkaar over. Met glazuur kun je, je liefdesboodschap op het hart schrijven, een huwelijksaanzoek doen of vertellen dat je zwanger bent. Vervolgens leg je de verrassingen neer waar je geliefde ze niet verwacht. In de wc, in zijn broodtrommel of op bed? Met suikerharten kom je al een heel eind. Maar met letterkoekjes kun je ook alle kanten uit.

Letterkoekjes maken, wat heb je nodig?

Voor het zanddeeg: 175 g zachte boter—200 g kristalsuiker—2 eieren—1 tl vanille-extract—400 g bloem—1 tl bakpoeder—1 tl zout

Voor het glazuur: 300 g bloedsuiker— voedingskleurstof—water

Hoe maak je het?

Roer de boter en suiker romig in de keukenmachine of met een mixer. Klop er de eieren en vanille door. Meng in een andere kom de bloem met het bakpoeder en het zout. Voeg dit bij het boter-ei mengsel. Roer tot je een egaal deeg krijgt.

Rol het deeg in plasticfolie en laat minstens een uur rusten in de koelkast. Verwarm de oven voor op 180 °C. Rol het deeg uit tot een lap van een halve centimeter dik. Steek er vormpjes uit.

Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat. Bak 8 minuten in de oven tot de randjes goudbruin kleuren.

Laat afkoelen op een rooster. Voor het glazuur verdeel je de bloedsuiker over evenveel kommetjes als je kleuren wilt. Meng er een klein beetje net gekookt water onder. Roer tot een glad en stevig (niet te lopend) glazuur.

Meng met de voedingskleurstof. Glazuur de koekjes en laat opstijven.

Suikerharten:

Wat heb je nodig?

500 gram suiker

1,5 pakje vanillesuiker

1,5 dl slagroom

2 eetlepels cacao

suikerhartvormen of andere vormpjes

Beboter de vormen en leg ze op een stuk bakpapier. Verhit de ingrediënten onder voortdurend roeren in een pan met dikke bodem. Na ongeveer 18 minuten zal

het mengsel dikker zijn en langs de randen van de pan harder worden. Dat is het moment om de suikermassa in de beboterde vormpjes te gieten en te laten



drogen. Als ze hard genoeg zijn kun je ze om-draaien of op de kant zetten om ze verder te laten afkoelen. Er zijn speciale borstplaatvormen op de markt met een schuifje zodat je het hart makkelijker van de borstplaat kan verwijderen. Echt nodig zijn ze niet, wel handig.



Glazuur maken en decoreren

De meest bekende soort glazuur is suikerglazuur.

Wat heb je nodig?

Poedersuiker (150 gram)

Melk of water (3 eetlepels, meestal wordt er water gebruikt maar melk geeft meer smaak)

Smaken zoals citroensap, vanille of amandel (optioneel en naar smaak)

Voedselkleurstof (optioneel, hoeveelheid afhankelijk van gewenste kleur)

Hoe maak je het?

Doe de poedersuiker in een kom. Zorg ervoor dat er geen klonters in de kom zitten door de poedersuiker te filteren of te kloppen met een garde. Voeg de melk of het water toe aan de poedersuiker en meng de ingrediënten met een lepel of een garde. Voeg smaken toe zoals citroensap, vanille extract of amandelextract. De hoeveelheid is te kiezen naar smaak. Smaken toevoegen is optioneel maar kan een leuke toevoeging zijn. Meng daarna nog eens goed. Nu kan je voedselkleurstof toevoegen indien je dit wilt om het glazuur een leuke kleur te geven. Dit is echter optioneel, zonder kleurstof krijg je de klassieke witte glazuur. De hoeveelheid is afhankelijk van de gewenste kleur en intensiteit. Voeg de kleurstof met kleine hoeveelheden toe en meng telkens om het effect te zien op het glazuur. Indien je veel voedselkleurstof toegevoegd hebt, kan het zijn dat het meng-

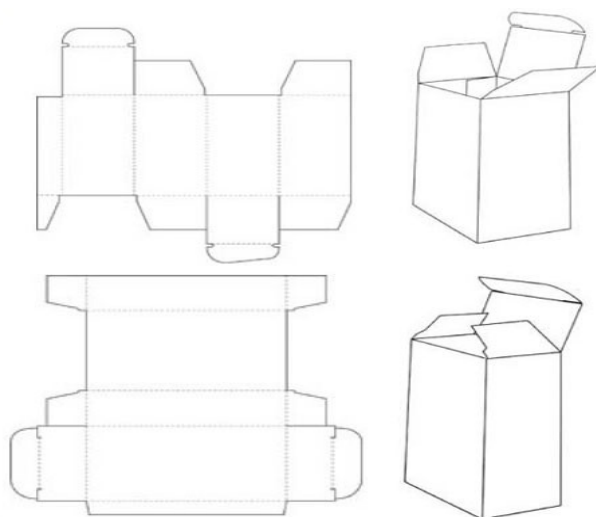
sel niet meer vast genoeg is. Je kan in dit geval nog wat poedersuiker toevoegen. Indien het mengsel vaster is dan gewenst kan je nog wat melk of water toevoegen. Wanneer je de garde opheft zou het glazuur in dikke lagen van de garde moeten lopen. Doe het glazuur op je koud gebak met een lepel, strijk het glazuur plat met een lepel of een mes en laat opstijven in de koelkast.

Doe de inhoud van het zakje glazuur mix in een kom en voeg hier het water aan toe, roer door elkaar. Vul er een spuitzak mee en knip een héél klein puntje van de spuitzak af.

En nu nog leuk inpakken.

Leuke doosjes, wat heb je nodig:

Stevig papier of dun papier, printer, schaar, verf, plak, kwasten, kraaltjes, stukjes stof, inpakpapier etc.



Hoe maak je het?

Print de voorbeelden uit. Vergroot ze van tevoren. Knip de voorbeelden uit. Leg ze op het karton. Knip de doosjes uit, vouw ze op de stippellijnen. Versier de doosjes. Leg je verrassing erin en verstoppen maar?!

Wil je belevenissen met ons delen?

De redactie van de Horizon hoort het via de mail erg graag. Wie weet bewonder jij je eigen werk volgende keer in de Horizon.

Veel succes, Paula

Rubriek: Tradities en symbolen deel 11

Onnozele-kinderen of Onschuldige Kinderen.

De katholieke traditie leert dat God de onschuldige jongetjes van Bethlehem had voorbestemd om door hun dood te getuigen van de Messias. Sinds de vijfde eeuw worden zij daarom als heiligen vereerd.

Het feest van de **Onnozele Kinderen of Onschuldige Kinderen** wordt op 28 december gevierd.

Op die dag herinnert de Katholieke Kerk zich het martelaarschap van de onschuldige jongetjes van Bethlehem, die op last van koning Herodes de Grote werden gedood, de kindermoord van Bethlehem. De katholieke traditie leert dat Herodes in zijn willekeur daarmee brandend onrecht heeft gedaan. De mens Herodes liet zijn eigen besluit uitvoeren. Maar God had al in de tien geboden aan de mens geleerd dat opzettelijke moord niets goeds heeft.

De datum van Jezus geboorte is niet bekend, maar wordt traditioneel gevierd op 25 december. Het feest van de Drie Koningen en het feest van de Onnozele Kinderen zijn kort daarna, maar niet in de te verwachten volgorde. Meestal legt men dat uit door te zeggen dat er na het bezoek van de koningen (6 januari) bijna een jaar voorbijging voordat Herodes bevel gaf tot de kindermoord (28 december). Overigens vierden de vroegste christenen in het oosten Jezus geboorte met driekoningen zoals dit werd ingesteld door de patriarch van Jeruzalem, terwijl de patriarch van Rome voor 25 december koos.

Het feest van de Onnozele-Kinderen werd voor het eerst in het jaar 505 in Carthago gevierd. Het stamt van een oud Romeins kinderfeest, het festum puerorum. Dit verkleedfeest, waarin Oosterse, Romeinse en Keltische elementen waren opgenomen, werd door de kerk verboden. Onnozele Kinderen is in Nederland en België uiteindelijk overschaduwd door (en geïntegreerd in) de viering van Sint-Nicolaas, en daarmee weer door de kerk erkend.



Op het feest van de Onnozele Kinderen gingen, net als bij Sint-Maarten kinderen de straat op om te bedelen om snoep en geld. Kenmerkend is dat de kinderen verkleed als volwassenen langs de deuren gingen om hun lied te zingen. Dit bedelen om snoep en geld gaat terug op het kinderbisshopsspel. Bij het kinderbisshopsspel werd tijdens de vespers onder het Magnificat onder de scholieren een kinderbisshop gekozen. Deze jongen trad dan enkele dagen in klooster- en kapittelkerk als bisshop op. Met een groep kinderen als aanhang ging hij bij hoogstaande personen van kerk en gemeente eten en kreeg daar ook kleine geschenken. Ook verkleedpartijen hoorden bij het feest en er werden geschenken gegeven aan de koorknapen. In veel gezinnen mag het jongste kind op Onnozele-Kinderen kiezen wat er die dag gegeten wordt.

Het tweede hoofdstuk van het Evangelie van Mattheüs meldt dat Herodes bang was dat de komst van een nieuwe Joodse koning het einde van zijn macht zou betekenen. Van de Wijzen uit het Oosten hoorde hij dat die nieuwe koning in Bethlehem geboren zou worden. Toen de Wijzen in een droom vernamen dat Herodes kwaadaardige bedoelingen had en het Kerstkind wilde doden, leidden ze hem om de tuin. Daarop ontstak Herodes in een hevige toorn.

"Toen Herodes begreep dat hij door de magiërs misleid was, werd hij verschrikkelijk kwaad, en afgaande op het tijdstip dat hij van de magiërs had gehoord, gaf hij opdracht om in Bethlehem en de wijde omgeving alle jongetjes van twee jaar en jonger om te brengen." (Matteüs 2:16, zie: Het verhaal van de drie koningen.)

Onnozele kinderen, een verkeerde naam.

We denken bij het woord onnozel misschien aan dom of achterlijk. Maar vroeger, in de Middeleeuwen, betekende het woord onnozel: onschuldig. De Latijnse benaming is ook *innocentes*, onschuldige kinderen. We zouden het feest nu beter kunnen noemen het feest van de onschuldige kinderen. Ze waren de slachtoffertjes van de macht van koning Herodes.

Zoals zoveel kinderen in de loop der eeuwen en ook in onze tijd slachtoffer zijn, worden verwaarloosd en te lijden hebben van macht. Kinderen die niet gewenst zijn, kinderen die aan hun lot worden overgelaten, die mishandeld worden. Kinderen die sterven aan onnodige ziekten, aan malaria, aan aids, aan gebrek aan goed drinkwater, aan verzorging, aan wie geen hulp wordt geboden.

De kinderen van Bethlehem werden gedood omdat ze de macht van koning Herodes in de weg stonden. Gek eigenlijk dat een koning bevreesd kan zijn voor een pasgeboren kind. Macht veroorzaakt angst.

Machtigen zijn bang om hun macht te verliezen. Daarom slaan ze stoere taal uit en grijpen naar grof geweld. Zo was het in de dagen van koning Herodes, zo is het in onze dagen met tirannen zoals in Zimbabwe, in Birma, in Tibet. Als de macht in het nauw komt, dan ben je je leven niet zeker. Daarvan vertelt dit evangelie.

Er zijn mensen die er een serieuze discussie over voeren of de kindermoord in Bethlehem wel echt heeft plaatsgevonden? En hoeveel kinderen er dan bij betrokken waren: 20 of 30? Hoeveel kinderen onder de 2 jaar zullen er destijds in Bethlehem zijn geweest, een klein dorp in het bergland van Judea?

Men discussieert over het verleden en vergeet de duizenden en tienduizenden slachtoffertjes van menselijk wangedrag van nu.

Het verhaal van Matteus zit vol bedoelingen.

Hij wil vertellen hoe het kind Jezus op wonderlijke wijze werd gered. Jezus is als de nieuwe Mozes die eens de redder van zijn volk was uit de slavernij. Weet u nog hoe op bevel van de Farao van Egypte er geen Joodse jongetjes meer gebo-

ren mochten worden? De kleine Mozes werd op wonderlijke wijze gered in een rieten mandje op het water van de Nijl. Zo wordt ook Jezus gered. Het verhaal spreekt tot de verbeelding. Maria en Jozef vluchtten met het kind naar Egypte. Over die reis zijn veel legenden verteld. Hoe de soldaten van Herodes overal tevergeefs zochten naar het kind en zijn ouders. Op een avond had het jonge gezin veiligheid en onderdak gevonden bij mensen in de woestijn. Het waren donkergekleurde, zwarte mensen, Moren genaamd. Ze werden er gastvrij ontvangen. Maar een groep soldaten op paarden trok de volgende morgen het kamp binnen op zoek naar het kind. Maria ging gauw naar haar kindje toe om het te beschermen. Maar ze schrok, want op de plaats waar ze het had neergelegd lag nu een zwart kindje met kroeshaar. De soldaten met hun zware laarzen liepen er vlak langs. Maar nee, dat was niet het kind dat ze zochten. Schreeuwend trokken ze weer verder.

Maria waste haar kindje. Wie beschrijft haar verbazing toen ze zag dat het kind weer licht van kleur was geworden. De geschiedenis herhaalt zich. Hetzelfde gebeurt telkens weer. Telkens weer worden moeders met hun kinderen op de vlucht gejaagd in gebieden van oorlog en terreur. We zien hun angstige gezichten op het scherm van onze televisie. Ik denk aan Kongo, aan Soedan, aan Oeganda.

Machthebbers, bandieten zijn het, die niemand ontzien om macht te krijgen en macht te handhaven. Kinderen zijn het kind van de rekening.

In deze dagen rond nieuwjaar horen we weer hoe regeringsleiders en belangrijke personen hun vredesboodschappen de wereld in sturen. Mooie woorden, goede bedoelingen. Maar wat koop je ervoor? De uitbuiters van deze wereld blijven ongegeneerd hun gang gaan. De wereld kijkt toe hoe volken lijden onder terreur en geweld en hoe het geluk van mensen schaamteloos wordt opgeofferd aan de machtswellust van enkelen. Ook het zingen van kerstliederen draagt weinig bij als wij niet diep begaan zijn met het lot van mensen

(Vervolg op pagina 30)

op deze wereld, als wij niet oprecht meeleven met het verdriet van velen die gekleineerd worden. In het evangelie hoorden we dat de aarts moeder Rachel hilde en niet getroost wilde worden.

Laten ook wij maar treuren om het tekortschieten van de mensheid, om het eigenbelang dat de boventoon voert, om de zucht naar verrijking. Laten we treuren en tegelijk het weinige doen wat we kunnen. Koning Herodes stond bekend om zijn wreedheid en machtswellust. Het maakte van hem een tiran. Soms kan ook in ons een kleine tiran schuil gaan, als wij onredelijk zijn, anderen de baas willen zijn, als wij anderen tekort doen.

Scharen we ons rond het kind van Bethlehem, dat in alle kwetsbaarheid op onze aarde is gekomen om recht te doen en vrede te brengen. Scharen we ons aan zijn zijde, dan wordt er eer gebracht aan God in de hoogste hemel.

Het vergeten decemberfeest - 'Onnozele-Kinderen' Venlo kent een lange traditie rond het verhaal van onnozele kinderen, of allerkinders zoals het in Venlo genoemd wordt. Stichting Kinderfeesten Venlo organiseert ieder jaar op 28 december dit kinderfeest. Jongens paraderen in een te groot colbertjasje, een hoed en zijn soms voorzien van een pijp of een wandelstok.

De meisjes lopen in de stoet met een deftig hoedje, een mooie jas met bontkraag en een beetje make-up. Het is een traditie die in Venlo al meer dan 60 jaar ononderbroken wordt gevierd. Maar wie kent dit feest nog? Of beter gezegd: dit drama?

Eigenlijk is het geen feest te noemen, maar eerder een droevige herdenking. Het is als een donkere schaduw die over het feest van Kerstmis wordt gelegd.



Joke Lentjes



Rijke koe

Hoe noem je een koe met geld?

Antwoord: Doekoe

Vieze sinaasappelsap

Hoe heet de smerigste sinaasappelsap van de wereld?

Antwoord: Jus d'oranzig

Groetende nies

Wat niest en zegt gedag tegelijk?

Antwoord: Hoikoorts

Luide eendjes

Er zitten drie eendjes aan tafel en ze eten nogal luid. Wie zijn het?

Antwoord: Smik, Smek en Smak

Tok

Twee Engelse kippen lopen over straat. Zegt de een: 'Tok.' Zegt de ander: 'Are you tokking to me?'

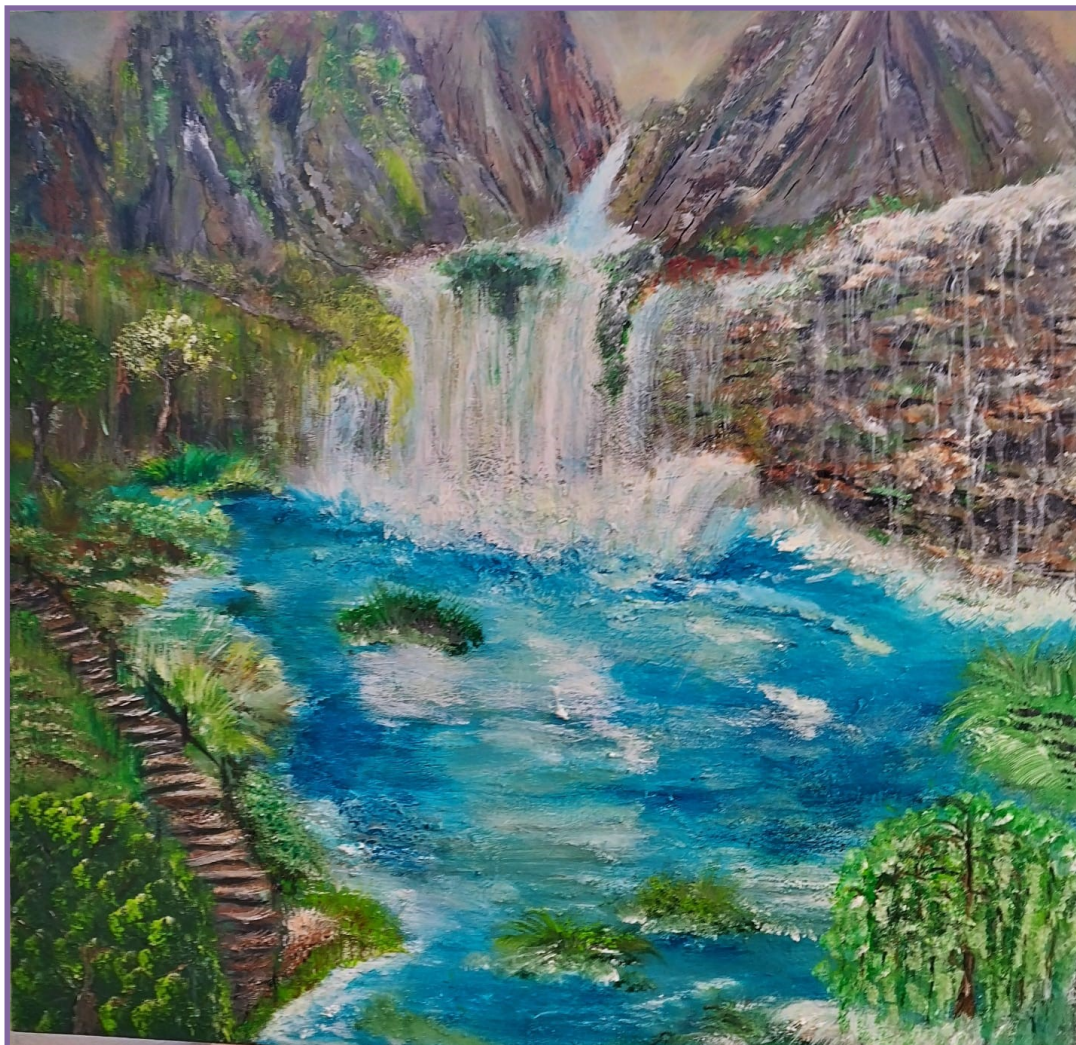
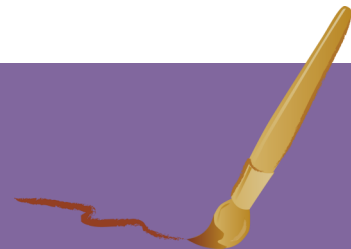
Nummers

Adriaan komt de kroeg binnen en gaat aan de bar zitten. Ineens springt er een man op tafel. Hij roept '4!' en iedereen schiet in de lach. Niet veel later springt nog iemand op en die roept: '8!' Weer begint iedereen te lachen. 'Waarom lacht iedereen', vraagt Adriaan aan de man naast hem. Die antwoordt: 'We vertellen elkaar hier al zolang moppen dat we ze genummerd hebben.' Dat wil Adriaan ook wel eens proberen. Hij springt op en roept: '84!' Iedereen ligt in een deuk en blijft maar lachen. 'Waarom moet iedereen nu zo hard lachen?' vraagt Adriaan aan de man naast hem. Deze antwoordt schuddebuikend: 'Deze mop kenden we nog niet!'

MODESHOW OP DE RODE LOPER



KUNST



Geschilderd door Jolanda Peters

Gemis

Noizie en Suzie
Man en vrouw
Een en dezelfde bouw
Zo ver weg en zo dichtbij
In mijn hart en in iedere vezel die bij mij hoort
Vervreemd door ziekte
Bevreemd ben ik nu
Door de lange weg nog te gaan
Is alles nooit dichtbij

Paula Leenders

Oudjaar

Met oudjaar komt er zo 'n moment
om in gedachten even terug te gaan
een terugblik naar het afgelopen jaar
even in jezelf erbij stil blijven staan.

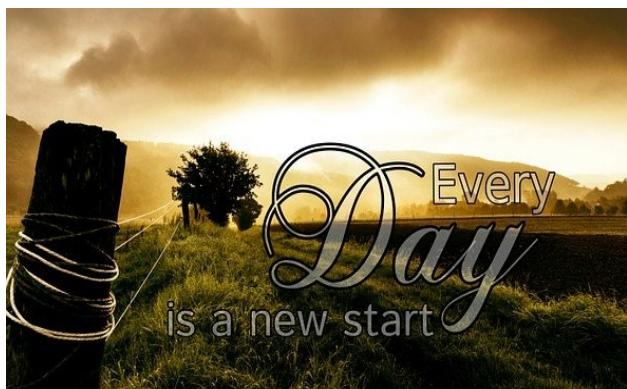
Terug kijken naar mooie momenten
en de weg die je uiteindelijk ging
ze kregen een mooi plekje in je hart
gedragen als een dierbare herinnering.

Auteur onbekend, ingestuurd door Cor Vilé

Loslaten

Wanneer het werk wat je doet steeds minder bevredigend is en je het steeds ervaart als een last dat niet meer in overstemming is met de diepste stem van je hart, dan wordt werken alleen maar werk dat steeds meer energie kost. Dan dient zich de vraag aan: hoe kan ik met mijn werk weer aansluiting vinden bij de diepste stem van mijn hart, wat kan ik doen om weer dichterbij mijzelf uit te komen. Wat wil ik nog doen met de rest van mijn leven, waar droom ik nog van, is er nog een doel dat je voor ogen hebt. Wie zijn hart volgt durft het dan ook los te laten en deuren te openen naar nieuwe mogelijkheden.

Tekst Cor Vilé



Gewone dingen groots doen

Wij zijn niet geroepen
om in het openbaar levend
groots opvallende
en druk besproken dingen te doen.
Dat zou te eenvoudig zijn,
zoals wij die bedoelen te praktiseren.
Maar het is wel onze plicht,
de gewone dingen op grootse wijze te doen,
dat is met een zuivere intentie,
en de inzet van heel de persoonlijkheid.
Wij wensen alleen maar op te vallen
door onze eenvoud en oprechtheid.

Titus Brandsma en aangeleverd door Willemien

LEESRUBRIEK

Kersttijd.

Voor jong en oud een leuk feest. Het roept misschien wel nostalgie op aan je eigen jeugd. Misschien heb je wel hele leuke dingen meegeemaakt die een bijzondere betekenis voor je hebben en waarover je wil vertellen. Heb je een mooi kerstgedicht gemaakt of een leuke knutsel die je nog bewaard hebt? Tips om je huis op te pimpen. Of misschien heb je een bijzonder kerstrecept dat je ieder jaar weer maakt. Wil je al deze kerstweetjes en belevenissen met ons delen stuur dan je reactie op naar de redactie van de Horizon.



Groetjes, Paula

Ik denk aan jou

Ik denk aan jou met de feestdagen
Als straks vlak voor middernacht
het aftellen gaat beginnen
dan pas voel je het gemis het allermeeft
en is het extra leeg vanbinnen.

Ik denk aan jou deze kerst
de mooiste tijd van het jaar
dat is het voor jou even niet
toch hoop ik dat je tussen alles
ook wat kleine lichtpuntjes ziet.

Gerrie van der Rijt-van Sinten

De engel



Kijk nou toch eens wat een lichtjes buiten en dat met die dure energie, zegt Lena keer op keer. Gerdientje kijkt met een extra gevoel naar de mooie lichtjes in de straat. Aan het balkon van de burens hangt een verlicht rendier en bij de overburen is de hele voorgevel verlicht met lampjes die een hele lichtshow zijn. Daarnaast bij de burens hangt een verlichte engel. Gerdientje kan haar ogen er niet vanaf houden zo mooi. Het lijkt net of de engel zo uit de hemel is neergedaald. De kerstversiering maakt de straat feestelijk en gezellig terwijl dat anders niet zo is. Gerdientje zou ook zo graag lichtjes en zo'n mooie engel hebben. Maar Lena zegt dat het te duur is, het kost allemaal elektriciteit. Lena is altijd al zuinig geweest en nu zeker. Gerdientje gaat er niet tegenin want Lena weet het toch altijd beter als het over geld gaat.

Met Sinterklaas was het al een tegenvaller dat sinterklaas alleen maar een vest had gegeven en niet de lampjes waar Gerdientje om gevraagd had. Lena en Gerdientje zijn op later leeftijd bij elkaar gaan wonen toen zij alleen kwamen te staan, dat was voordeliger. Meestal gaat het goed samen maar over de lichtjes hebben ze een andere mening. Het is wel jammer dat Lena zoveel moet hoesten, het lijkt wel of ze hierdoor ook steeds minder goed kan nadenken en vaak hetzelfde zegt en zelfs deze week wel drie keer melk en brood kocht. Lena heeft koorts en Gerdientje maakt zich zorgen want ze hebben een uitnodiging voor het kerstfeest in de kerk maar als je koorts hebt moet ze toch echt thuis blijven.

Lena kruipt op tijd haar bed in want ze heeft nergens zin in. Gerdientje gaat ondertussen de deuren afsluiten wat normaal altijd wordt gedaan door Lena. Ze maakte zich veel zorgen om Lena want haar ziekte om zoveel te vergeten lijkt op die van hun moeder die in een tehuis is

terecht gekomen waar de deuren altijd op slot zaten.

Als Lena wakker wordt gaat ze naar beneden

maar ze moet nog steeds flink hoesten. De lichtjes van de overkant bij de burens lijken wel sterretjes en die laten ze dag en nacht branden. Wat een energieverspilling denkt Lena.

Lena besluit om niet mee te gaan naar het kerstfeest want ze voelt zich echt niet lekker. Gerdientje sputtert tegen dat ze dan ook niet gaat maar Lena zegt dat ze toch moet gaan en dat zij heet restje boerenkool dan wel op zal eten.

Gerdientje vindt het niet leuk om Lena alleen te moeten achterlaten met kerstmis maar gaat toch mee als ze wordt opgehaald.

De dominee praat over de engel die uit de hoge hemel kwam naar Maria om te vertellen dat zij de moeder van Jezus zou worden. Gerdientje sluit haar ogen en ziet de engel van de burens voor zich. De engel brengt een boodschap vol zegen zegt de dominee. Thuis ligt Lena op de bank de reclamefolders te kijken en komt de engel tegen die bij de burens hangt. Ze wil de folder naar de papiercontainer brengen voordat Gerdien thuis komt. Ze zoekt haar pantoffels, waar zijn die eigenlijk, bij de broodtrommel en vraagt zich af wat ze ook al weer ging doen. Als ze de folder ziet dan weet ze het weer. Met een sjaal om en de folders onder haar arm gaat ze naar buiten. Het is stil op straat, alleen het rendier en de rennende lichtjes bij de burens en de engel vallen op. De kou dringt door de dunne stof van Lena's blouse, ze is haar jas vergeten en wat nog erger is daar zit ook de huissleutel in. Ze heeft zichzelf dus buiten gesloten en kijkt de straat in. Zou er iemand thuis zijn of is iedereen werken? Lena loopt de straat op en neer en telt de lichtjes van

het rendier en de engel om warm te blijven. Als ze voor de derde keer langs de engel komt valt haar op dat er een stapel karton onder de engel staat. Netjes plat gevouwen verhuisdozen met een dikke grijze deken. Ze kijkt omhoog naar de engel, het is echt een beschermengel, want zonder die engel had ze nooit die dozen en de deken gezien. Ze wikkelt zich in de deken en bouwt een muur van dozen om zich heen.

Ondertussen heeft Gerdientje een onrustig gevoel in haar borst, ze wil naar huis en blijft niet eten. Dezelfde mevrouw brengt haar naar huis en biedt aan om mee te lopen maar dat is niet nodig zegt Gerdientje. Het is donker binnen en ze begint meteen tegen Lena te praten maar er komt geen antwoord. Ze gaat op onderzoek en komt tot de ontdekking dat Lena niet thuis is en denkt dat Lena misschien naar het ziekenhuis is omdat ze nog zieker is geworden maar dan had er wel een briefje gelegen. Dan wordt er gebeld en Gerdientje rent naar de deur. Het is de nieuwe overbuurvrouw van het huis met de engel. Naast haar in een grijze deken staat Lena. Maar Lena waar zat je toch vraagt Gerdien. Lena zegt niet veel en strompelt naar de bank. De buurvrouw doet het woord en legt uit wat er gebeurd is. Ze had al een warme kruik gemaakt en geeft die aan Gerdientje die de buurvrouw hartelijk bedankt. Ze vraagt meteen heeft mijn zus verteld dat we van die mooie engel aan uw huis genieten? We hebben maar geboft dat u in onze straat bent komen wonen.

De buurvrouw zegt dat Gerdientje de dokter moet bellen als Lena vannacht hoge koorts krijgt en dat ze morgen nog even langs komt om bij haar te kijken. Daarna wordt de boerenkool opgewarmd en opgegeten. Ze ziet dat Lena de folders bij heeft en als ze de folder met de engel ziet weet ze meteen hoe het zit en maakt een grapje ; Ging jij toch een engel kopen Lena, dat is toch helemaal niet nodig. We hebben in deze straat aan één engel wel genoeg.

De dominee zei: één engel maar de boodschap is voor iedereen. Lena kijkt op, ze schudt nee en haar gezicht vertrekt. Gerdientjes ogen schitteren en ze wrijft Lena over haar rug en zegt; geloof me nou maar deze keer heb ik echt gelijk Lena. En ze wensten elkaar een Zalig Kerstfeest.

Gerrie van der Rijt-van Sinten

Gedicht 'n Engeltje

leleke dag kum ik wel 'n engeltje teege
da gewoewn gelukkig wil zèn
da wil laache en mag hoile
nie groewt hoeft te weeze
mar gewoewn nog klèn
da bij tijd en wijle
stoute dingskes mag doewn
da wordt geknuffeld en gepreeze
en beloond wordt mì 'n zoen
die mag zèn zu as ze is
zu klèn en zu biezonder
as 't wonder van Kòrstmes is
komde gij òit oewg in oewg
mì zun klèn engeltje te staon
denk dan 's an di gedichje
en zie.... d'r gaon twie lichjes aon.

Onbekend, ingestuurd door Cor Vilé

Als ik oud geworden ben

Als ik oud geworden ben,
dat ik geen mens meer herken.
En niet eens jouw naam meer weet,
pak dan mijn hand heel even beet.
En zeg me gedag,
laat me voelen dat je me mag.
Wellicht dat ik het gevoel herken,
dat ik voor iemand, iemand ben.

Aangeleverd door Dinie

OP 'T OOG EN IN 'T HART -de natuur van ons moeder en onze voader-

't Is echt woar. Ons moeder en onze voader hán unnen heel verskillenden oart. Um mar es te beginne mi 'n vurbild. Ons moeder zin elleper. En onze voader errepel. Ge zót zegge die Erpel zegge die komme van Èrep. En toch kwam onze voader van Soffelt en ons moeder van Èrep.

Uurst dan mar es over d'n oard van ons moeder geproat. Want 't vrouwvolk gi veur, behalve op d'n trap natúrlek. Ons moeder kende nogal wa gezegdes. Ók wis ze vanalles over aander mense te vertelle. Ze kende de betikkenis van veul name en durmee verkloarde ze dan 't kerakter van dieje mens. Nim nou Trees. Dè kumt zin ons moeder af van de hellige Theresia van Avila of van Theresia van Lisieux. De uurstes woar de grote Theresia. De twidde woar de kléin. Theresia is unne Franse naam van orsprong en betikkent 'zómer' of 'ogst'. De mense vruuger zinne nogal es: 'Dè is me toch 'n Trees.' Dè zinne ze van iemes die sloom woar, vurras as 't óver wèruke gong. Ja zin ons moeder de kande toch wel begrije: in de zómer mi die hèit, dan plakt 't wèruk noit zo hard. Alle mense zèn dan wa langzamer.

En Hannes kumt van Johannes en de betikkent onze goeie God kent vergeving. Mar unnen Hannes dè worde hier gebruikt vur unne sufferd. Ja zin ons moeder dan: onze lieven Heer is zèlufs de dwaze en de dolende mense genadig.

Onze voader woar ók unne goeie mens. Ók hij ha dik plezier in z'n leve. Ik heb 't gevuul dè hij nog meer echt plezier ha as ons moeder. Hij ha ók van die mirakels mooi utspraake: 'tijd is geld zin den ober en hij telde d'n datum bè de rikenening'. Ja hij leek hendig vur z'n eige. Vur 't oog van 't kerkvolk liet ie z'n zonneke in 't woater schijne. En dikweils nie alleen vur 't oog. Mistal woar ie ok echt goed gemutst. Hij woar d'n dertiende out 't gezin van Piet en Mij. Zelluf ment ie, onze voader, dettie vernuimd is noar Jan de List.

Jan-oom. Dieje Jan woar zonder keinder geblivve. Onze voader zin tigge mèn: 'Ze zalle bij ons tous gedacht hebbe, doar valt misschien nog wa van te èreve as we d'r inne noar vernuume.'

'Ja voader, noa d'n órlog op 4 mei in 1948 bende getrouwd mi ons moeder Adriana Maria Vissers. En gullie kreeg zes keinder. 't Geboer in de Hei hi behurlek wa opgeliverd. Mar echt rijk bende gullie 'r nie van geworre. Vonde gij de jammer? Een van oew utspraake woar: 'Hoe worde gauw rijk? Irlijk duurt 't langst.' Toen ons moeder, ouw lief vrouwe, stierf, woar 't ouw mar droevig te moede. Zo op 't oog makte gij doar nie veul out, mar diep van binne...

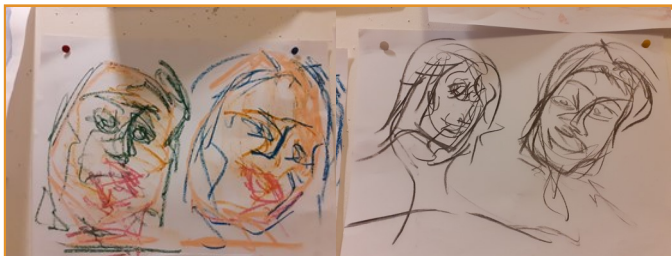
Ik vroeg ouw op unne keer toen zij al meer dan 'n joar out 't zicht woar of gè nog veul oan heur moest denke. Witte nog voader, gij viét ouwe zakdoek. Snoot ouw neus. Dint 'm wèr in ouw tes. En gè zint: 'Ja jonge iedereen sterft nou inmal. En toen begos ik bekant te schreuwe. Mar ik hield m'n eige in natúrlék. Ja, eigeluk meer vur ouw dan vur m'n eige of iemes anders. En ik leerde toen doar in die Veghelse Woatersteeg dees les: op 't oog rustig en grappig kabbelend woater kan heel diep zèn.

Nou op 't lèest van di verhoal nog di voader: Ge dint alsof ge nie echt van 't geboer hield, fijngevuulig as ge woart. Schamde gè oew eige diep in oew hart dè ge 'mar unnen boer woart'? Noit heb ik ouw mi de wermte die sprikt out dees regels van Ad de Laat over 't boereleeeve heure praoete. Regels die diejen Ad de Laat zong in z'n mooie lied 'Brabant gè veraandert':

't Woar wel keihard werke, mar 't woar zo'n skón gezicht, toen we de rog nog mèèjde mi d'n bèhoak en de zicht.

D'r worde toen nog ouwverwetst gemest, want onze lieven heer die din de rest. Mar dè's geweest; dè zen we kwijt.'

Harrie de Koning, HA Zonnevis



Wanneer ken je iemand?

Wanneer ken je iemand?
Als iemand een mooi uiterlijk heeft?
Een mooi buitenkantje?

Of juist het rauwe
Onopgemerkt gadegeslagen
Maar dan kijken ze altijd naar de ander
Nooit naar zichzelf.

De waarheid, hun waarheid
Prikken in de ongeschonden ruimte
Het schone aura
Als met een punaise wordt je opgehangen
Aan de vooroordelen.

Paula Leenders

De eerste kerstmis

De eerste kerstmis was de dag waarop God ons zijn geschenk gaf. Zijn liefde, zijn redding, verpakt in het kindje Jezus, zijn zoon. De kersttijd is een tijd om aan liefde en vrede te denken.

Een sneeuwvlok is uniek en van overweldigende schoonheid. Er zijn er geen twee precies hetzelfde, zo is het ook met jou.

De balans van je ziel op maken aan het slot van het jaar is een goed begin van het nieuwe jaar.

Ik sta op de drempel van het nieuwe jaar.
Moge God mij helpen om liefdevol en eigenwijs te zijn in alles wat ik doe.

Riekske Eichhorn

Reisverslag vakantie Bremen

Op onze eerste reisdag moesten er flink wat kilometers worden gemaakt voordat we er waren. Gelukkig was er gezorgd voor snoep en drinken en hadden we in Hengelo een lunchstop.

De tweede dag gingen we naar Hanzestad Bremen. We hebben daar gewinkeld en veel foto's gemaakt.

Op de derde dag gingen we naar het Sahlenburgerstrand. Je kon ver lopen omdat de Waddenzee daar heel lang ondiep blijft. Daarna gingen we naar het dorpje Cuxhaven. De vierde dag waren we in Bremerhaven waar de liefhebbers in een reuzenrad konden gaan. Ook gingen we naar de dierentuin waar veel leuke dieren verbleven, zelfs zwemmende ijsberen.

's Avonds hadden we muziekbingo.

Op de vrijdag gingen we naar Worpswede, Osterholz-Scharmbeck en Melchers Hutte.

Op zaterdag hadden we een rustige ochtend, speelden we midgetgolf en daarna lekker grillen met live muziek.

Zondags hadden we een boottocht in Bremerhaven met de Dicke Potte Tour. Daarna bezochten we het Klimahaus. Dit is een meteorologisch centrum met interactieve, kindvriendelijke tentoonstellingen over weer en klimaat. Het was een fijne reis.



Fred Peters

Als individu ben je een druppel.
Als we samenwerken vormen we een oceaan.

Ryunosuke Satoro, aangeleverd door Dinie

Kerst Puzzel

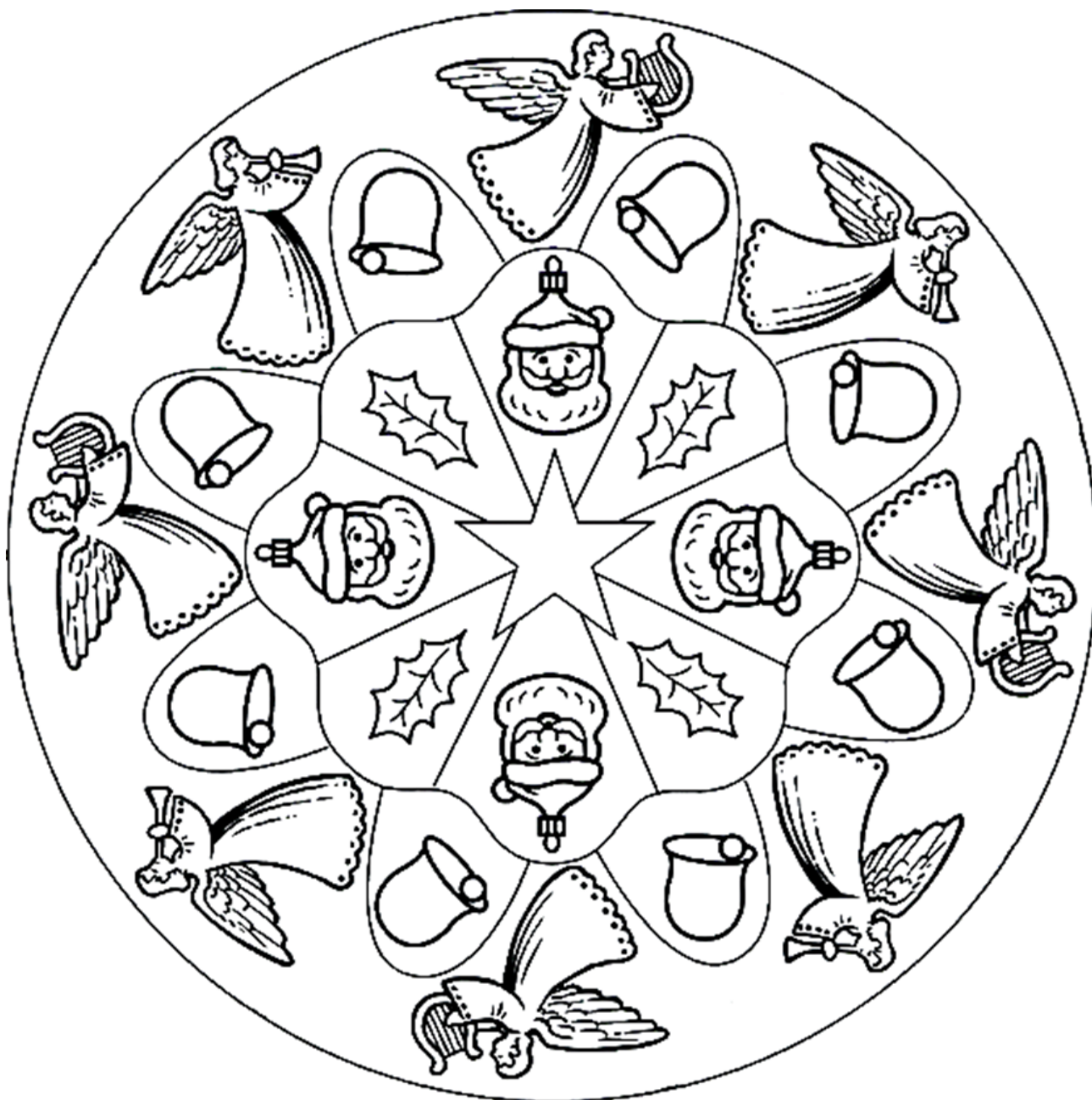
Fijne feestdagen

U	O	E	K	W	F	S	B	W	W	S	G	U	K	W
T	O	N	K	N	A	T	B	B	L	S	Z	W	M	S
U	Q	V	J	B	E	M	O	Q	T	R	A	E	X	R
T	D	P	I	Z	G	O	Z	D	L	G	I	D	H	U
Z	C	X	R	F	M	P	R	K	H	K	Y	S	G	I
P	A	V	V	B	W	D	U	G	E	S	L	M	Y	C
M	H	F	W	K	Z	L	V	R	S	M	A	Q	T	E
J	A	G	M	Y	R	A	S	I	B	I	M	M	S	L
R	T	R	P	J	A	T	P	M	R	T	P	X	E	T
J	F	C	I	E	B	S	R	X	Y	O	I	M	E	N
D	P	S	R	A	A	K	L	A	B	U	O	K	F	T
Y	F	P	L	M	P	G	C	K	A	P	A	D	S	S
S	S	I	V	N	J	I	G	P	I	K	M	J	P	R
J	Y	C	C	L	K	F	E	X	U	Y	U	V	X	E
B	L	V	L	Y	Q	D	S	K	S	U	Z	E	J	K

kerst	feest	boom	bal
kaart	stal	piek	kerstbal
lamp	kaars	samen	Maria
vrij	groen	rood	Jezus



Kerst Mandala



Rebus



D=Z, -N



+T



-K, -K



B=G, R=N



B=D



A=E



-K

KREET VAN DE MAAND

Ik heb geen tijd te verliezen,
daarom heb ik geen haast.

J.W. Bijleveld

Aangeleverd door Dinie Cortenbach



INFO

Clëntenraad: Postbus 3, 5427 ZG Boekel

Intern postvak 01.034 e-mail: clantenraad@ggzoostbrabant.nl 0492-846366
of bel de ondersteuners; Bea van Leuken 088-8462795 of Miriam Derksen 088-8462800

Familie/naastenraad:

e-mail: familieraad@ggzoostbrabant.nl of bel Karin Smits 088-8462796

Familievertrouwenspersoon:

Chris de Haas e-mail: c.dehaas@lsfvp.nl of bel naar 06-53242920
Helpdesk Familievertrouwenspersoon is dagelijks te bereiken
van 9.00 -17.00 uur via 0900-3332222



Stichting Patiëntenvertrouwenspersoon:

De Helpdesk Patiëntenvertrouwenspersoon is er voor cliënten van instellingen
voor geestelijke gezondheidszorg. 0900 444 8888 (10 eurocent per minuut)
www.pvp.nl

