Voor en door cliënten

Spreekbuis

WINTER 2024
Jaargang 31

Update CCE

Tuinpraat met Kaat

Stamgasten

Armand

Rutte

WLB De Loods

INHOUDSOPGAVE

03
Van de redactie

04
WLB De Loods

08
Opmerkelijk nieuws

10
Centrale Cliëntenraad Emergis

12
GGZ ABC

14
Gedichten

16
Vrienden Cliënten van Emergis

18
Tuinpraat met Kaat

22
Muziek: Armand

24
Abel op bezoek bij Helma

25
Emergis Verslavingszorg

26
Ervaringsverhaal Verslavingszorg

28
Boekbespreking

30
Verhalen van lezers

31
Budgetrecept

32
Gedichten

34
TV Tips

36
Peters moppenhoek

37
Spreekwoorden

38
Sudoku's en Puzzels

39
Stamgasten

Van de Redactie

Voor je ligt alweer de laatste editie van de Spreekbuis van het jaar 2024. Naast de vaste rubrieken ontvingen we deze maand maar liefst vijf bijdragen van cliënten en is er aandacht voor o.a. de Stichting Vrienden van Emergis en maken we kennis met Emergis Verslavingszorg. Een bijzondere TV Tip deze maand is het programma Expeditie Nederland van Omroep Max wat elke maandag om 18.30 uur op NPO 2 wordt uitgezonden. Elke aflevering zijn er vier reportages van verslaggevers van de regionale omroepen te zien. Maandag 22 januari is de aflevering te zien waar verslaggever Carmen Wisse met een legoverzamelaar een bezoek brengt aan WLB Joannaplantsoen. Allemaal kijken dus

De redactie van de Spreekbuis bestaat uit zes personen met allemaal hun eigen taak, variërend van het schrijven van artikelen tot het opmaken van het blad. Naast de redactie verzorgen de medewerkers van de huisdrukkerij het drukken, in elkaar zetten en verspreiden van de Spreekbuis. Vanaf deze plaats allemaal hartelijk bedankt voor jullie inzet.

We krijgen regelmatig vragen over de deadline voor het inleveren van kopie. Deze zijn 1 november, 1 februari, 1 mei en 1 augustus. De Spreekbuis wordt dan zo een 6 weken later verspreid.

Tot slot: de feestdagen staan voor de deur. Voor de één een leuke tijd met familie/vrienden, voor de ander een worsteling om deze dagendoor te komen. We wensen iedereen alle goeds toe, pas een beetje opelkaar en tot volgend jaar

We wensen jullie veel lees plezier met de nieuwe Spreekbuis.

Lees je de Spreekbuis in de wachtruimte van je behandelaar of heb je ontslag gekregen in één van de klinieken en wil je thuis verder lezen? Dat kan. De Spreekbuis is ook digitaal te lezen via de website van de Centrale Cliëntenraad (https://cr-emergis.nl/spreekbuis) of scan onderstaande QR-code.

COLOFON

Jaargang 31 nr. 3
Winter editie 2024

"Spreekbuis"
is een informatie- en gezelligheidsblad voor en door cliënten van Emergis.

Het blad wordt op initiatief van de Centrale Cliëntenraad**(CCE)** uitgegeven

"Spreekbuis"
verschijnt 4x per jaar

"Spreekbuis"
informeert de lezer o.a. over zaken die voor hen van belangkunnen zijn, zoals: activiteiten in woon- en leefomgeving en nieuws & ontwikkelingen uit de GGZ of Emergis in het bijzonder.

"Spreekbuis"
is een product van:

Huisdrukkerij
WLB Joannaplatsoen

Voor vragen, opmerkingen of kopij kunt u terecht bij

spreekbuis@zeelandnet.nl

of

t.a.v. Redactie Spreekbuis
Joannaplatsoen 2, 4462AV Goes

"Beledigende, racistische en/of seksistische inzendingen worden geweigerd"

Redactie Spreekbuis:
Karin, Julia, Peter H, Peter L, Pieter, Roland

WLB De Loods

Voor deze laatste Spreekbuis van 2024 ging ik naar WLB De Loods in Middelburg. Ik kreeg er eerst koffie en daarna een uitgebreide rondleiding. De Loods heeft een fietsenmakerij en ze doen er veel met metaalbewerking. Daarnaast doen ze ook inpakwerk en maken er glas-in-lood ramen en Tiffany spulletjes.

We begonnen de rondleiding in de gezellige kantine, deze hebben ze recent zelf verbouwd en gezellig ingericht. Hier wordt elke dag gezamenlijk geluncht door de medewerkers en er is koffie en thee tijdens de pauzes. De kantine heeft een huiskamersfeer, er staan planten voor de ramen en er staan verschillende tafels met stoelen. De metalen onderstellen voor de tafels hebben ze zelf gemaakt! De ramen zijn groot, het is een prettige, lichte ruimte. In de kantine is de deur naar het kantoor van de werkbegeleiders en tegenover de kantine is de keuken.

Professionele keuken
WLB De Loods heeft een grote keuken, deze is professioneel uitgerust met rvs werkbladen en een groot fornuis met afzuigkap en moderne apparatuur. Er is een spoelkeuken, vaatwasser en het is er schoon en netjes. Op dit moment zoeken ze nog een kok om warme maaltijden te bereiden. Voor de lunch serveren ze daarom nu een uitgebreide broodmaaltijd. Dus bij deze: ze zoeken mensen die kunnen koken!

Fietsenwerkplaats
We gingen verder naar de fietsenmakerij. Hier keek ik mijn ogen uit, ze zijn er zo netjes ingericht en van alle gemakken en gereedschappen voorzien! Veiligheidsschoenen en overals zijn hier beschikbaar, die hoeven de medewerkers niet zelf aan te schaffen. De overals worden ook op het bedrijf gewassen, dat is goed geregeld. De Loods is groot, door de grote lichtkoepels in het dak is er veel daglicht. Er hangen ook veel lampen dus het is er lekker licht. Dat maakt het een heldere werkruimte.

Er staat een frame met fietsenliften, dat is een vernuftig systeem waar je fietsen aan kan hangen en dat is verstelbaar. Zo kun je dus een fiets op verschillende hoogtes hangen zodat je gemakkelijk overal bij kan komen. Aan deze stellage (zo noem ik het maar even) kunnen tegelijkertijd acht fietsen hangen dus er kunnen meerdere mensen tegelijk werken aan meerdere fietsen. Gereedschap is overzichtelijk geplaatst, er zijn kasten en lades met gereedschap en alles wat nodig is zoals schoonmaakspullen en olie en dergelijke ligt voor de pak. Fietsen worden gedoneerd door gemeentes die na opruimacties bijvoorbeeld bij stations, fietsen over hebben. Deze fietsen worden waar mogelijk opgeknapt en anders hergebruikt voor onderdelen. Zo wordt er meteen gerecycled. De opgeknapte fietsen verkopen ze weer en daar is best vraag naar. Ze doen hier ook onderhoud en reparatie van scooters, grasmaaiers reviseren en bosmaaiers onderhouden. Ze kunnen hier dus meer dan alleen fietsen maken. Het is een veelzijdig bedrijf.

Lassen
Verder achterin de loods staat nog een grote zaagbank om metaal te zagen en een opspantafel. Dat wordt ook wel een lastafel genoemd. Hier kunnen ze allerhande metaalbewerkingen uitvoeren zoals het maken van stellages, tafelpoten en metalen rekken om bijvoorbeeld kasten van te maken. Ik zag ook prachtige sierhekwerken staan, een knap staaltje vakwerk! Ook houtkachels en barbecues staan er her en der, allemaal gemaakt door de medewerkers. Er hangt professionele afzuiging voor de lasdampen en natuurlijk hangen hier laskappen en gehoorbeschermers. Veiligheid op de werkvloer is erg belangrijk. Ook hier hangt gereedschap netjes geordend aan de wanden, lekker overzichtelijk en opgeruimd.

Glas-in-lood, Tiffany en mozaïek
Boven is verder nog een inpakafdeling waar ze doosjes assembleren en ze maken er glas-in-lood en Tiffany! Dat zijn mooie, oude ambachten waar ikzelf veel bewondering voor heb. Het is een hele kunst om zoiets te maken en er is een dame bezig met een Tiffany kunstwerk. Verder zijn er nog een aantal medewerkers die spullen maken met mozaïek, dat doen ze met stukjes tegels en met stukjes glas die ze over hebben, creativiteit genoeg dus, ik vind het prachtig wat ze daar maken!

De Tiffany techniek houdt in dat stukken glas omwikkeld worden met een koperfolie, waarna de stukken vervolgens aan elkaar gesoldeerd worden.

Naast al deze genoemde werkzaamheden doen ze ook op dit WLB zelf de 'huishoudelijke' taken zoals schoonmaken en zowel de keuken, kantine als de loods opgeruimd houden. Ze doen zelf de boodschappen wanneer dat nodig is en ze hebben een koeriersdienst om bijvoorbeeld spullen te halen en weg te brengen. Ook de tuin onderhouden ze en er is een winkeltje waar ze de zelfgemaakte spullen verkopen. Dit winkeltje zijn ze nog aan het verbouwen en ook dit doen ze gewoon zelf

Heb je interesse om te gaan werken bij WLB de Loods? Dan heb je een verwijzing nodig van je behandelaar van Emergis of van bijvoorbeeld het UWV, Sociale dienst of het WMO-loket.

Je kan je dan aanmelden voor een kennismakingsgesprek en een rondleiding om te zien of het iets voor jou is.

Contact
Arnesteinweg 11
4338 PD, Middelburg
0118-626285
deloods@wlbzeeland.nl

Openingstijden:

Maandag tot en met donderdag geopend van 9.00 tot 16.00 uur.

Vrijdag gesloten

Al met al zijn hier dus veel verschillende werkzaamheden voor de medewerkers, te weten:

- Werk in de lasserij (tafelonderstellen, hekwerken, kachels, barbecues)
- Werk in de fietsenmakerij (fietsen, scooters, grasmaaiers)
- Glas-in-lood, Tiffany en mozaïeken (creatief)
- Assemblage/inpakwerkzaamheden
- Schoonmaakwerk
- Keuken werkzaamheden
- Tuinwerkzaamheden
- Boodschappen en koeriers werkzaamheden

Opmerkelijk nieuws

Kopenhagen - Een toestel van de Scandinavische luchtvaartmaatschappij SAS heeft een voorzorgslanding gemaakt in Kopenhagen. Dit was nodig nadat er op een vlucht van Oslo naar het Spaanse Málaga een levende muis uit een vliegtuigmaaltijd was gekropen. Het knaagdier zou een risico vormen voor de bedrading van het toestel. De passagiers zijn overgeplaatst naar een ander toestel en konden hun reis voortzetten. De vliegtuigmaatschappij gaat in gesprek met de leveranciers om dergelijke situaties in de toekomst te voorkomen. Een aantal jaren geleden kon een vliegtuig op de luchthaven Heathrow in London niet vertrekken vanwege een muis aan boord. Met vier uur vertraging en een ander toestel kon de vlucht alsnog vertrekken.

Bornholm – Op het strand van het in de Oostzee gelegen Deense eiland Bornholm heeft een natuurgids een unieke vondst gedaan: een langwerpig en stinkend voorwerp van iets langer dan anderhalve meter. Omdat de gids niet zeker was wat het was, hij dacht een gigantische zeeslang, bracht hij het voor onderzoek naar het Natuurhistorisch museum NaturBornholm in Akirbey. Wetenschapper Kenneth Nielsen linkte de opmerkelijke vondst aan het aanspoelen van het karkas van een bultrug eerder dat jaar. Het was niet ondenkbaar dat het voorwerp een lichaamsdeel van de bultrug was: de tong of de penis. Na onderzoek van walvisonderzoeker Carl Kinze bleek het inderdaad te gaan om de penis van de bultrug. Het voorwerp verkeerde in verrassend goede staat: 160 cm lang en vrijwel ongeschonden. Volwassen bultruggen variëren in lichaamslengte van 12–16 meter en wegen zo'n 25 à 30 ton.

Bath – In het plaatsje Bath in het Engelse graafschap Somerset heeft een vrouw een supermarkt aangeklaagd nadat ze zwaargewond raakte toen een bloemkool van ruim 1 meter hoogte op haar hoofd viel. De 42-jarige vrouw was voorover gebukt tussen de groenten aan het kijken toen de bloemkool naar beneden viel. De vrouw raakte bewusteloos door de klap en moest per ambulance naar het ziekenhuis worden gebracht alwaar een hersenschudding werd vast gesteld. De supermarkt heeft ter compensatie een tegoedbon van 25 Engelse pond aangeboden en de taxi kosten naar haar huis. Volgens het slachtoffer lijdt ze nog dagelijkse door de klap en is het niet mogelijk om te werken. De Engelse voelde zich niet serieus genomen. Het is onbekend of ze deze compensatie heeft geaccepteerd. De supermarkt neemt naar eigen zeggen de veiligheid van klanten serieus en doet er alles aan om ongelukken te voorkomen.

Dortmund – de Duitse politie heeft op de A45 tijdens een flitscontrole een bijzonder plaatje geschoten: een Audi met achter het stuur een Koekiemonster. De automobilist werd geflitst omdat hij elf kilometer per uur te snel reed op de A45. Bij het bekijken van de flitsfoto werd het opvallende kostuum van de bestuurder opgemerkt. Volgens de politie vergrootte deze vermomming het risico op ongevallen omdat deze het gezichtsveld sterk beperkt. De boete bedraagt € 40,00 daarnaast zou de politie graag zien dat de bestuurder nadacht over de waarde van het leven op de weg. Ook wil de politie de bestuurder uitnodigen voor een gesprek van mens tot mens, over hoe het voelt om familie te bezoeken om te vertellen dat iemand is verongelukt.

Maasland – In te buitengebied tussen Maasland en De Lier keken agenten verbaasd op bij een melding van een slingerende auto. In principe een alledaagse melding maar hier bleek meer aan de hand. Nog tijdens het melden kwam de auto tot stilstand en ging de melder en kijkje nemen en zag tot haar verbazing een 8-jarige jongen achter het stuur. Hij was op weg met de auto van zijn ouders naar een vriendje en hij bleek niet alleen te zijn: hij had zijn jongere zusje meegenomen. Wonder boven wonder zijn er geen ongelukken gebeurd en is alles goed afgelopen. De jongen heeft het advies gekregen om in het vervolg op de fiets naar zijn vriendje te gaan en de politie heeft de zaak verder met zijn ouders afgehandeld.

Masokut – Voor de kust van het Indonesische eiland Masokut is een 36-jarige Italiaanse surfinstructrice overleden. Ze is om het leven gekomen door een steek van een grote zwaardvis. De instructrice was aan het surfen toen het dier onverwachts uit het water sprong en haar doorprikte met zijn bovenkaak, ook wel bekend als het zwaard. Er ontstond een 5 centimeter diepe wond in de linkerkant van de borstkas. De surfster is zelfstandig aan de kant genomen en na eerste hulp van 2 surfers uiteindelijk in het ziekenhuis overleden.

Oldenzaal – De politie van Oldenzaal is afgekomen op een melding "dreiging met een machinegeweer" voor een supermarkt. Volgens de melder zou er een man met een machinegeweer rondlopen. Op volle sterkte, inclusief een politiehelikopter, werd gezocht naar de man die voldeed aan het signalement. Uit voorzorg werden een aantal winkels, het gemeentehuis, een verzorgingstehuis en een school afgesloten. Al snel werd de verdachte persoon aangetroffen, niet met een machinegeweer maar met een paraplu. De paraplu had een handvat in de vorm van een samoerai zwaard en kon met een hengsel over de schouder worden gedragen wat tot de verwarring heeft geleid. De man had niets kwaad in de zin. Hij was ok geen bekende van de politie en het in bezit hebben van de paraplu is geen strafbaar feit.

Centrale Cliëntenraad Emergis (CCE)

De Centrale Cliëntenraad Emergis, ook wel CCE genoemd, zet zich in voor de belangen van cliënten binnen Emergis. De raad bestaat uit cliënten en ex-cliënten. We richten ons voornamelijk op beleidszaken. Het werkgebied van de raad beslaat Emergis. Daarin werken wij dan ook samen met locatieraden. Voor ons zijn zij onmisbaar.. De Spreekbuis biedt ons in elke editie ruimte om iets te vertellen over onze werkzaamheden.

Nieuwe leden gezocht!
We zouden het heel fijn vinden om onze raad weer wat uit te breiden. Lijkt het jou leuk om mee te denken over allerlei verschillende zaken binnen Emergis? Neem dan contact met ons op.

Je kunt ons het beste bereiken door te mailen naar cce@emergis.nl

Advies- en instemmingsaanvragen
We hebben de afgelopen periode twee adviesaanvragen behandeld. Bij één vraag wachten we nog op het besluit. De andere aanvraag kunnen wij wel al hier bespreken:

Adviesaanvraag verbouw – verhuizing Medium Care 2 en kliniek Verslavingszorg
We hadden een adviesaanvraag ontvangen over de verbouw en de verhuizing van twee klinieken. De kliniek Medium Care 2 (MC2) en de kliniek Verslavingszorg. In het kort zullen de klinieken wisselen van gebouw nadat beide panden opgeknapt zijn. Wij waren heel erg blij dat de panden een opknapbeurt zouden krijgen. Al langere tijd kaarten wij bij de raad van bestuur aan dat de staat van o.a. het MC2 pand niet goed meer is. Er was sprake van achterstallig onderhoud. De slechte staat van het pand draagt niet bij aan het herstelproces van de cliënt. Voorafgaand aan het advies hebben we de panden bezocht en ook het wisselgebouw waar verslavingszorg tijdelijk in zal verblijven. Naar aanleiding van deze bezoeken hebben we diverse punten kunnen benoemen die belangrijk zijn bij de verbouw.

Het is erg fijn dat een groot deel van onze genoemde punten ook mee is genomen. Vervolgens is er besloten om de verbouwingen en verhuizingen in gang te zetten Dit betekent het volgende:

- Op 2 september is de kliniek verslavingszorg verhuisd naar een tijdelijk pand aan het Reilofplein 5. Door deze verhuizing kan het pand aan de Winsingel 2 verbouwd worden.
- Op 2 oktober is de kliniek MC2 verhuisd naar hun nieuwe gebouw (oude Verslavingszorgkliniek) aan de Winsingel 2. Het oude pand van de MC2 kwam hiermee leeg te staan en de verbouwing kon daardoor worden gestart.
- Op 25 november zal de kliniek Verslavingszorg verhuizen naar hun nieuwe pand aan de Windsingel 5. Dit is dus het pand waar voorheen de MC2 zat. De Verslavingszorgkliniek komt daarmee in hetzelfde pand te zitten als de kliniek Dubbele Diagnose.

Rondleiding nieuwe pand: kliniek Medium Care 2
Op maandag 30 september hebben wij een bezoek gebracht aan het nieuwe pand van de MC2. Dit hebben we bewust gedaan voor de verhuizing die op 2 oktober zou plaats vinden. Voor een ieder die het terrein in Kloetinge kent: de afdeling is een gebouw opgeschoven. Ze zijn naar het pand gegaan waar eerder de kliniek Verslavingszorg in zat.

Bij het bekijken van het pand waren we erg tevreden. De basis zag er allemaal erg netjes uit. Er waren nog veel mensen hard aan het werk om de laatste puntjes op de i te zetten. We merkten op dat de muren in de woonkamers niet geschilderd waren. Dit moest wel, dus de dag erna zouden de schilders alsnog aan de slag gaan. De kleuren zijn rustig en geven ook duidelijk aan achter welke deur er sanitair (blauwe deur) zit of juist een cliëntenkamer (groene deur). Het is ruim en schoon. Wij denken dat de cliënten van de MC2 erg blij zullen zijn met het nieuwe pand. Het is namelijk echt een verbetering ten opzichte van het oude pand.

Bezoek aan de Maatschappelijke Justitiële Dienstverlening (MJD)
Op woensdag 21 augustus hebben we een bezoek gebracht aan de MJD. Dit zorgonderdeel stond al langere tijd op ons lijstje om te gaan bekijken en nu was het eindelijk zover. Het bezoek hebben we samen gedaan met een lid van de familieraad.

We zijn hartelijk ontvangen door de teamleider en een medewerker van het MJD. Zij hebben ons een uitgebreide presentatie gegeven over hun werkzaamheden. We hebben veel gehoord en ook al onze vragen kunnen stellen.

MJD is onderdeel van Emergis, maar biedt geen behandeling. Zij bieden enkel begeleiding. Dit doen ze op veel verschillende vlakken zoals:

- Preventie dakloosheid
- Justitiële trajecten
- Complexe en outreachende ambulante (woon)begeleiding.

Ze werken ook samen met stichting Hersteltalent of doen werkzaamheden voor het Maatschappelijk Plan (onderdeel van de Wet Verplichte GGZ).

Bezoek BW de Motte
In de vorige Spreekbuis schreven wij over de adviesaanvraag BW de Motte. Inmiddels is de BW geopend en zijn wij ook een kijkje wezen nemen. De eerste drie bewoners zaten op dat moment al in het pand. Er zijn nog een aantal punten die aangepakt moesten worden zoals aankleding, wat schilderwerk enzovoort. Maar we gaan ervanuit dat dit helemaal goed gaat komen. Het is een prima woonvorm die op een mooie plek zit op het terrein. Het geeft de bescherming van het terrein, maar doordat je aan de rand woont hoef je niet altijd over het terrein heen. We hopen dat het een fijne plek gaat zijn om te wonen. Zelf hebben wij nog wel actie ondernomen m.b.t. het fietsenhok. Deze kon namelijk nog niet gebruikt worden door de bewoners. We hebben dit besproken met de raad van bestuur. De laatste keer toen we gingen kijken was het hok leeg en waren ze het aan het opknappen. Fijn dat daar snel actie op ondernomen is.

Beeld: 'Stille Strijd'

Van 7 tot en met 10 oktober stond het beeld 'Stille Strijd' in Goes. Dit 2,5 meter hoge beeld is gemaakt om het taboe rond depressie en zelfdoding onder jongeren te doorbreken en het gesprek op gang te brengen.

Maandag 7 oktober hebben wij daarom direct een bezoek gebracht aan dit beeld.

'Een bezoek aan dit beeld is een indrukwekkende ervaring, met alle bloemen, foto's en briefjes die er rond het beeld liggen'.

Meer informatie over het beeld:
www.stillestrijd.com

Kerstvakantie
De CCE heeft kerstvakantie van23 december t/m 5 januari. De laatste vergadering van 2024 is op maandag 16 december 2024. De eerste vergadering van het nieuwe jaar is op maandag 13 januari 2025. Wij wensen iedereen fijne kerstdagen en een heel mooi 2025 toe.

GGZ ABC deel 1

Als je terecht komt in de GGZ zal je veel afkortingen tegenkomen. De eerste zie je al in de voorgaande zin: GGZ. Waarschijnlijk weer je wat deze term betekent en wellicht ook waar deze afkorting voor staat, namelijk: geestelijke gezondheidszorg. Maar, er zijn nog een groot aantal andere afkortingen die misschien wat lastiger zijn. Hieronder zullen we een aantal van deze afkortingen verder toelichten, zodat jouw behandeling in de psychiatrie beter verstaanbaar wordt.

A

AB Activiteitenbegeleiding
ACT Acceptance & Commitment Therapy
(Therapievorm waarbij je anders probeert te gaan kijken naar je gedachten)
ADL Algemeen Dagelijkse Levensverrichtingen
(Voorbeelden: eten en drinken, zelfzorg, slapen, activiteiten ondernemen)
AIOS Arts in opleiding tot specialist
AMBIT Adaptive Mentalization Based Integrative Treatment
(Breed ambulant team dat voornamelijk gericht is op cliënten met trauma gerelateerde problematiek en/of ernstige persoonlijkheidsproblematiek)
ANIOS Arts niet in opleiding tot specialist
ASS Autisme Spectrum Stoornis

B

BE Behandelevaluatie
BOR Bed op recept
(Het (kort) kunnen verblijven in een kliniek om crisis te voorkomen)
BPS Borderline persoonlijkheidsstoornis
BVC Brøset Violence Checklist
(Geeft het risico aan op agressie, geweld en controleverlies)
BW Beschermd/begeleid wonen
(Wonen met ondersteuning)

C

CCE Centrale Cliëntenraad Emergis
(Komt op voor de belangen van cliënten (binnen Emergis))
CGT Cognitieve gedragstherapie
(Therapievorm waarbij je jouw manier van denken probeert te veranderen)
CM Crisismaatregel
(Spoedprocedure waarmee iemand in acute crisis verplichte zorg krijgt opgelegd door de burgermeester)
CSP Crisissignaleringsplan
(Plan dat samen met de cliënt is opgesteld om de mate van crisis in te schatte en mogelijke hulpmiddelen kenbaar te maken)

DA Dienstdoende Arts
(Arts die werkzaam is buiten 'kantooruren')

DD Dubbele diagnose
(Verslaving + psychische problematiek)

DGT Dialectische gedragstherapie
(Therapievorm gericht op emotieregulatie)

DIS Dissociatieve identiteitsstoornis
(Iemand die zijn 'ik' versplinterd voelt in meerdere delen)

DSM Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
(Handboek waarin alle psychiatrische stoornissen worden toegelicht)

EBK Extra Beveiligde Kamer
(Een prikkelarme ruimte waar een cliënt kan worden geplaatst als deze persoon een gevaar vormt voor zichzelf of voor anderen.)

ECG Elektrocardiogram
(Hartfilmpje)

EMDR Eye movement desensitization and reprocessing
(Therapievorm voor het verwerken van traumatische gebeurtenissen)

EPA Ernstige psychiatrische aandoeningen

EPD Elektronisch patiëntendossier
(Hier staan alle gegevens en rapportages van iedere cliënt afzonderlijk vermeld)

ES Eetstoornis

EVS Elektronisch voorschrijfsysteem
(Systeem dat wordt gebruikt bij het voorschrijven van medicatie)

FACT Flexible Assertive Community Treatment
(Een team van hulpverleners die behandeling bieden bij een cliënt aan huis)

HAP Huisartsenpost

HAT Housing Apart Together
(Een gebouw met appartementen gelegen aan de rand van Emergis onder het motto: 'samenwonen en toch apart')

HIC High & Intensive Care
(Opnameafdeling met de hoogste zorgintensiteit voor mensen die in crisis verkeren)

IBS In bewaarstelling
(Een verplichte opname in een spoedsituatie waarbij er geen tijd is om een rechterlijke machtiging aan te vragen)

K&J Kind & jeugd

LVB Licht verstandelijk beperkt

Door: Julia

Gedichten

Ff alles op een rijtje krijgen
Eff helemaal niks
Ff iets leuks plannen

Ik word bang
Ik voel moed
Ik heb rust nodig

Wat is er aan de hand
Wat gaat er komen
Wat moet ik doen

Ff van me afschrijven
Ff bidden
Ff muziek luisteren

Of zal ik gewoon gaan slapen
Of zal ik van het weer genieten
Of zal ik mijn afspraken afzeggen

Nee, i can do it!
Nou, do i or do i not?
Ja met de tijd komt alles goed.

God heeft de tijd ook ontworpen.
God regelt het wel
God, mijn God wat is het leven toch zwaar soms
Ik leg alles in u handen en doe het zelf soms

Soms soms soms
We moeten blijven doorgaan
Kan mezelf niet laten vallen
Gewoon straks weer opstaan

Door: Esther

De Loods

Middelburg, de stad waar ook wel eens de maan werd geblust
Wat doe je in deze stad als loods terwijl het ontbreekt aan een kust
Het riviertje Arne is verzand
En werd een stukje van het boerenland
De hoeve Arnestein werd industriegebied
Vele gebouwen maar er kan er maar één de Loods zijn
Als je de weg niet meer weet, is deze plek wel fijn

De Loods, is het een gebouw of is een mens van vlees en bloed
Die weet waar de gevaren zijn, de zandbanken waar mensen stranden
Een Loods kent ook tijden dat een storm in het leven woedt
Of dat er situaties zijn waar iemand zijn vingers kan branden
Met één van de vele lijntjes gaat iemand aan boord
De ander laten vertellen, hij/zij voelt zich begrepen en gehoord
De storm ebt weg, de zon gaat weer stralen
Levenspaden gaan over bergen en dalen

Draait het hier om het geld of wordt genoeg gepresteerd?
Hier is de kern anders, het gaat erom dat van fouten wordt geleerd
In goed overleg is de vrijheid om te doen groot
Het is altijd mogen, aan moeten hebben we het broertje dood

Vaker wordt gehoord het onmogelijke doen we direct
Voor wonderen moet u even geduld hebben
Geef ons de tijd

Maar wat doen jullie eigenlijk, is wat iemand soms vraagt
Eigenlijk is het antwoord, veel, ligt eraan waarmee je ons uitdaagt
Wij helpen je met weer op weg helpen met een scooter of een fiets
We slopen, demonteren, repareren of bouwen weer op uit het niets
We verzamelen, we gooien weg zodat ieder zijn talenten gebruiken kan
Het wordt vuil of we maken het vies maar er is ook een man
Die zijn rust kan vinden in het schoonmaken hiervan
We maken hekwerk, het draaien van een as tot aan een roos van staal
En het vouwen van dozen is weer een heel ander verhaal
Zo is er ook ruimte voor kunst van tiffany of glas in lood
We snijden en breken en slijpen tot alles past
Hier solderen we maar bij het staal wordt er gelast
Het is als een groot mozaïek van het leven
Als er één puzzelstukje mist, kan dat grote onrust geven
Vallen de puzzelstukjes op zijn plek, is er het grote geheel
Zo is de Loods zonder kust een wegwijzer naar een veilige plek
We doen het anders, soms als een cowboy, soms is het te gek
Maar op weg naar een plaatje, waar niemand is te veel

Zo veranderden de bestemmingen met de tijd
Hoogtepunt van slavernij werd tot het vechten voor vrijheid
Als een rups en daarna het cocon
De vlinder tot stomme verbazing met vliegen begon

Door: Anoniem (bekend bij de redactie)

De Stichting Vrienden Cliënten Emergis (VCE) bestaat uit een voorzitter en 6 bestuursleden en wordt ondersteund vanuit Emergis door een secretaresse. Het bestuur komt drie keer per jaar bij elkaar en bespreek tijdens deze vergaderingen de financiële zaken, het aantal aanvragen, organisatorische zaken en bekijkt de ingekomen stukken.

Maar waar staat de VCE nu precies voor?
Vrienden Cliënten Emergis (VCE) helpt cliënten van Emergis met een financiële gift op weg naar een zelfstandig(er) leven in de maatschappij. VCE helpt hen met dingen of materialen die zij zelf niet kunnen betalen en die ook niet door Emergis een zorgverzekeraar of gemeente betaald worden. Onze bijdrage kan bestaan uit een financiële ondersteuning voor middelen en activiteiten zoals bijvoorbeeld de inrichting van een woning. Vaak is het mogelijk om met een beperkt bedrag en veel creativiteit een woning op te knappen, vloerbedekking te leggen en tweedehands meubels, een koelkast en wasmachine te kopen. Soms geeft de VCE ook een gift voor een cursus die de kansen op (vrijwilligers)werk vergroot, een bezoek aan familie of een tweedehands fiets.

Beoordelingscommissie
Elke maand komt de beoordelingscommissie bij elkaar en bekijkt en bespreekt alle aanvragen. U als cliënt kan samen met uw begeleider of hulpverlener ook een aanvraag indienen bij de VCE.

Waar kan ik het aanvraagformulier vinden?
Het aanvraagformulier kan door uw begeleider of hulpverlener van Emergis opgevraagd worden via Sonar, het intranet van Emergis. In de community 'vrienden cliënten Emergis' staat bij bestanden het blanco aanvraagformulier. Het ingevulde formulier kan gemaild worden aan: vrienden@emergis.nl

In het kort, wilt u een aanvraag indienen bij de VCE? Dat gaat volgens het onderstaand stappenplan

Stap1: Opzoeken
De begeleider/hulpverlener van Emergis zoekt het aanvraagformulier op. Dit aanvraagformulier is te vinden op Sonar, het intranet van Emergis bij de community Vrienden Cliënten Emergis staat bij bestanden het blanco aanvraagformulier.

Stap 2: Invullen
De begeleider/ hulpverlener van Emergis en de cliënt vullen het aanvraagformulier samen helemaal in.

Stap 3: Opsturen
De begeleider/ hulpverlener van Emergis stuurt het ingevulde aanvraagformulier per e-mail naar de VCE: vrienden@emergis.nl

Stap 4: Wachten
De beoordelingscommissie beslist of een bedrag wordt toegekend en hoe hoog het bedrag is. Eén keer per vier weken komt de commissie daarvoor bij elkaar.

Stap 5: Bericht krijgen
De cliënt ontvangt via de begeleider/ hulpverlener van Emergis bericht of de VCE een bedrag toekent. Let op: de eventuele toekenning is drie maanden geldig. Daarna vervalt de toekenning.

Heeft de VCE een bedrag toegekend, dan volgen de laatste volgende stappen:
Stap 6: Factuur opsturen
De cliënt doet binnen drie maanden na de toekenning de aankoop en betaalt die. De begeleider stuurt de originele bon of factuur van de aankoop op naar het secretariaat van de VCE: vrienden@emergis.nl

Stap 7: Geld ontvangen
De VCE maakt het afgesproken bedrag over op de rekening van de cliënt.

Een ervaring van een hulpverlener over een aanvraag voor zijn client
Cliënt is bij fact Vlissingen in behandeling na een kortdurende opname. Al snel wilden wij cliënt na ontslag naar de dagbesteding begeleiden, maar vanaf het huis van cliënt naar dagbesteding is te ver om te lopen en zijn fiets is kort voor hij opgenomen werd voor zijn deur gejat. Ik stel hem dus voor een aanvraag te doen bij de VCE. Dat ging heel makkelijk, je vult het aanvraagformulier in en een aantal dagen later kreeg ik mail terug dat de aanvraag in behandeling wordt genomen. Na ongeveer 2 weken krijgen wij bericht dat client een fiets van €125 mocht aanschaffen. Het handigste vind ik dan om dat bij de WLB De Loods van Emergis in Middelburg te doen, want die sturen dan de rekening door naar de VCE. En zij hebben veel uitzoek. Client is erg blij met zijn fiets en kan nu boodschappen, dagbesteding en familie bezoek doen op zijn nieuwe fietst.

VCE is voor haar werk afhankelijk van giften. U kunt VCE op diverse manieren steunen:

- **U kunt eenmalig een bedrag schenken**
- **U kunt periodiek een klein bedrag schenken**
- **U kunt donateur worden**
- **U kunt sponsor worden**

Scan de QR-code of ga naar www.vcemergis.nl/steun-ons

Een ervaring van een begeleider van de afdeling Kind en Jeugd dagbehandeling 12-
Een begeleider van de afdeling Kind en Jeugd dagbehandeling 12- heeft onlangs een aanvraag ingediend voor nieuw buitenspeelgoed omdat het kapot was en aan vervanging toe was. Hierdoor wilden de kinderen niet meer buiten spelen. Dankzij een donatie van de VCE konden zij nieuw buitenspeelgoed aanschaffen. Dit zorgt ervoor dat zij weer met plezier buiten spelen en daardoor ook meer met elkaar spelen. De VCE is namens de kinderen bedankt voor het mooie speelgoed. Nu kunnen zij weer vooruit de komende jaren!!

Tuinpraat met Kaat

Welkom bij alweer de laatste Tuinpraat van dit jaar. Ook dit jaar hebben Luna en ik weer veel avonturen beleefd. Mijn grote, harige vriendin in een kleine verpakking is inmiddels 12 lentes jong! Ze is nog steeds mijn trouwe metgezel en haalt zo nu en dan wel eens wat streken uit hoor, ze is nog steeds speels!

Nieuwe plant

Dit jaar had ik een nieuw soort klimplant in de tuin, namelijk een Chayote. Ik had deze plant jaren geleden al eens opgekweekt dus ik kende hem wel. In ons klimaat is het een éénjarige plant, onze winters overleeft hij niet. In de tropen en subtropen is het echter een vaste plant die jaar na jaar terug komt. In één seizoen groeit hij met gemak een meter of acht en dat vind ik een hele prestatie! In februari heb ik hem gezaaid. Het bijzondere van de plant is dat je de gehele vrucht zaait. De vruchten zijn peervormig en hebben van binnen één groot zaad, net als bij een avocado zeg maar. Toch is de Chayote daar geen familie van, het is verre familie van de komkommerachtigen.

Tegen het einde van de zomer gaat de plant bloeien en vruchten maken en die blijven komen tot in November. Ik heb er veel van geplukt en veel weg gegeven. Het klimrek langs de muur was helemaal overgroeid en de pergola ernaast ook, dat was leuk om te zien. Het was eigenlijk een leuk experimentje en nu weet ik weer hoe hard die groeit. Ik ga de grond rondom de plant bedekken met stro en dan kijken of hij hier de winter overleeft, jullie horen er nog van.

Goed, in februari had ik de vrucht op een pot met potgrond gezet en dan is het even wachten tot er een groeischeut uit komt. Hij stond in de eetkamer voor een groot raam. Na een paar weken ging hij groeien, en zoals gezegd als hij groeit, groeit hij keihard! Na een tijdje heb ik hem in de kas gezet, daar heeft hij lekker veel licht. Ik heb hem verschillende keren gesnoeid zodat hij compact zou blijven en verpot naar een grote pot zodat hij volop ruimte had om een grote wortelkluit aan te maken. Half mei, na de ijsheiligen, heb ik hem in de tuin geplant. Aan de west muur van het huis staat een pergola, ik had bedacht dat hij daar genoeg ruimt zou hebben om uit te groeien. Dat heb ik geweten, hij ging als een tierelier!

Fruit en beestjes, winterrust

Deze winter ga ik nog een nieuwe bessenstruik en een framboos planten. Misschien dat ik zelfs nog een appelboompje ga kopen. Ik heb een stukje tuin opgeruimd dus ik heb nog een beetje ruimte. Verder is de tuin grotendeels in rust, ik kijk nu al uit naar het voorjaar. Gelukkig zie ik wel veel vogeltjes in de tuin, roodborstjes, mezen, tortelduiven, winterkoninkjes en natuurlijk de merels. Verder is het rustig, ik weet dat er genoeg leeft maar in de winter zie je er niet zoveel van. En dan bedoel ik bijen, hommels, vlinders, salamanders, kikkers en dat soort dingen. Sommige zijn in winterrust, soms zou ik dat zelf ook wel willen: Op een comfortabel plekje een winterslaapje houden, zomaar tot half januari. Zo gauw de dagen merkbaar gaan lengen, heb ik het voorjaar weer in mijn hoofd!

Luna de Puna

Die gaat gewoon door, we maken elke dag een lange wandeling, ze ligt binnen lekker op de bank en gaat graag mee als ik de tuin in loop. Ze houdt alles in de gaten en ligt graag in het zonnetje. Als het echt te koud is vindt ze het ook niet erg om lekker warm binnen te zitten. In huis hebben we ook balletjes en ander speelgoed, ze vermaakt zich wel. Ze heeft van de zomer wel een blaasprobleempje gehad en daar krijgt ze natuurlijke medicijnen voor. Elke dag wat druppels van een kruidendrankje geserveerd op een lekker hapje vleesvoer. Ze doet het er goed op.

Soms zit ik 's middags even op het bankje tegen een zuidmuur als de zon even schijnt, lekker daglicht inademen!

Bloembollen

Voor het volgende jaar heb ik al weer plannen genoeg, ik kijk uit naar de lente. Begin november heb ik nog een hoop bloembollen geplant tussen de vaste planten, onder andere krokussen, tulpjes en narcissen. Van de krokussen heb ik 3 verschillende soorten, één soort die al vroeg bloeit (lichtblauw) en 2 soorten die een dikke week later bloeien (geel en paars). De tulpjes zijn wilde tulpjes, die komen elk jaar weer terug. Ze blijven wat kleiner en compacter als de tulpen die je in de winkel ziet maar ze zijn schattig, roze, rood en geel. Ze bloeien een paar weken na de krokussen. De narcissen die ik heb gepoot zijn ook een soort die goed verwildert, 2 kleuren geel zijn ze. De eerste krokussen bloeien vaak al in februari, het is een echte lentebode, heerlijk om dan na de winter weer vrolijke kleuren te zien in de tuin!

De Moestuin

Dit jaar hebben we weer veel uit eigen tuin gegeten, daar ben ik trots op. Nu staan er nog 3 rode kooltjes die nog wat groter moeten worden en ik heb winterprei geplant. Die laatste moet nog wel een maand doorgroeien (dat gaat namelijk vrij langzaam) maar dan heb ik toch midden in de winter nog wat te oogsten. In de winter maak ik ook elke zondag wel een pan soep en zeker in bijvoorbeeld snert hoor echt prei. In de kas staan de paprikaplanten nog, er hangen nog wat vruchten aan. Ik ga ze binnenkort maar plukken en dan de kas opruimen. Verder ben ik een eind uitgeplukt, ik heb wel aardig wat boontjes, bietjes en meer geblancheerd en ingevroren, dus we eten er nog van. Ik heb dit najaar ook weer wat knoflook gepoot, die is dan meestal in juni of juli het volgende jaar te oogsten.

Tot slot

Wens ik jullie allemaal goede feestdagen toe en alle goeds voor 2025. Wees voorzichtig met vuurwerk en denk ook aan de (huis)dieren. Tot volgend jaar, nieuwe ronde, nieuwe kansen!!!

Muziek: Armand

Armand, artiestennaam van Herman George van Loenhout (Eindhoven, 10 april 1946 – aldaar, 19 november 2015), was een Nederlandse protestzanger. Met het nummer Ben ik te min? stond hij in 1967 14 weken in de Top 40 en brak hij door als artiest. Armand maakte deel uit van de hippiegeneratie en stond bekend als fervent gebruiker van cannabis. Zijn albums bevatten maatschappijkritische teksten, veelal geïnspireerd

Loopbaan

Als kind begon Armand reeds met liedjes zingen en leerde hij blokfluit, harmonica en gitaar spelen, tijdens het herstel van meerdere verzwakkende aandoeningen (meerdere longontstekingen, astma, pleuritis en eczeem). Zelf verklaarde hij later dat zijn "lichamelijke pech" hem geestelijk sterker had gemaakt. Zijn eerste optreden was op achtjarige leeftijd in België. Hij doorliep de ulo en studeerde een jaar bouwkunde aan de UTS te Eindhoven, waar zijn vader een leidinggevende functie bekleedde bij het Philips-concern.

Jaren 1960

Armands grote voorbeelden waren Bob Dylan, Pete Seeger en Woody Guthrie. Armand, ex-lid van de Shannon Boys en Les Gilets, bracht zijn eerste solo-single En nou ik uit in 1965. Dat werd een flop, maar hij gaf niet op en vervolgens verscheen de single Een van hen ben ik. Hiermee bereikte hij aanvankelijk slechts de tipparade, totdat drie maanden later Radio Veronica de B-kant op de radio liet horen, getiteld Ben ik te min?. In het voorjaar van 1967 stond hij daarmee 14 weken in de Top 40. In maart 1967 verscheen hij voor het eerst op de televisie, in het programma Moef Ga Ga. In datzelfde jaar kwam Blommenkinders in de Nederlandse Top 40 met een negentiende plaats als hoogste positie. In een dagbladinterview in september 1967 kondigde hij aan niet langer het imago wilde nastreven van dwarse protestzanger die tekeer gaat tegen de samenleving, maar meer dat van een zachtaardiger "bloemenkind".

Hierna weigerde platenlabel Philips Lijpe Harrie uit te brengen waarna Armand besluit het liedje Laat maar te schrijven voor de debuutsingle van Lenny Kuhr. Tien jaar later brengt hij Lijpe Harrie alsnog uit.

Omdat Armand een groot voorstander was van legalisering van softdrugs en Philips weigerde teksten daarover uit te brengen, stapte hij in 1970 over naar Telstar van Johnny Hoes. Op het platenlabel Killroy verschenen van 1971 tot 1981 zes albums. De albums van Armand staan bekend om de maatschappijkritische teksten, veelal geïnspireerd op de hippie-ideologie. Na de jaren 1960 bleef hij actief als zanger, ook al taande zijn populariteit en kreeg hij het stigma van de "overgebleven" hippie met zijn kruistocht voor cannabis-legalisering als stokpaardje.

Omdat Armand een groot voorstander was van legalisering van softdrugs en Philips weigerde teksten daarover uit te brengen, stapte hij in 1970 over naar Telstar van Johnny Hoes. Op het platenlabel Killroy verschenen van 1971 tot 1981 zes albums. De albums van Armand staan bekend om de maatschappijkritische teksten, veelal geïnspireerd op de hippie-ideologie. Na de jaren 1960 bleef hij actief als zanger, ook al taande zijn populariteit en kreeg hij het stigma van de "overgebleven" hippie met zijn kruistocht voor cannabis-legalisering als stokpaardje.

Jaren 1980 en 1990

In 1981, toen de Nederlandstalige pop sinds het verzamelalbum Uitholling overdwars een sterke opleving doormaakte, bracht Armand nog het album Nachtbraken uit, maar in de jaren daarna leek Armand steeds meer verdwenen in de betrekkelijke anonimiteit van het alternatieve circuit en bleef onlosmakelijk het imago van "de protestzanger uit de sixties" aan hem kleven.

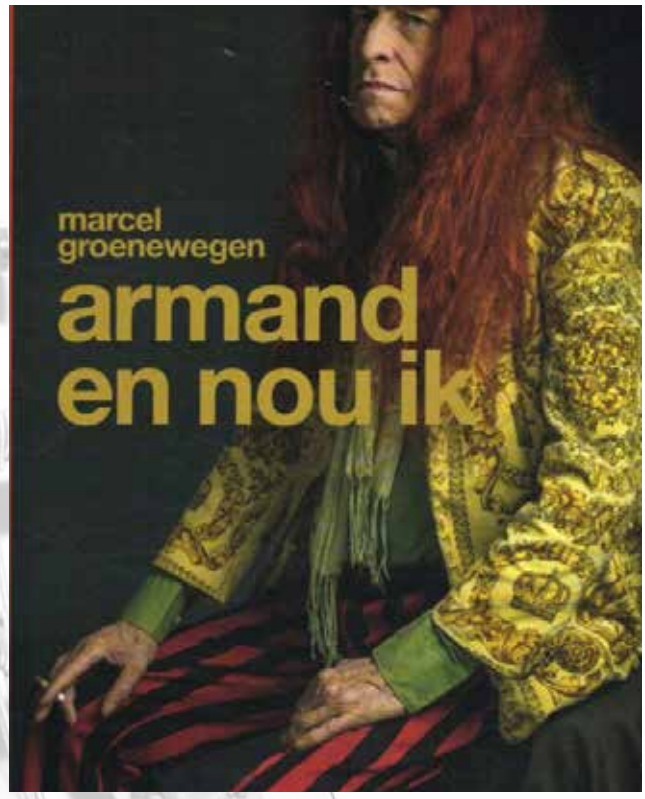
In 1990 brak Armand met de grote platenmaatschappijen om zo meer artistieke vrijheid te hebben. In 1994 verscheen het album One of eur kind, dat alleen te koop was bij zijn optredens. In 1996 vierde hij zijn 50ste verjaardag met de dubbel-cd Armand 50 jaar. In april dat jaar volgde het album A Tribute To Armand/50 Years And Still In The Highlife met Brabantse artiesten die nummers van Armand spelen.

Na de eeuwwisseling

Op 14 december 2011 nam Armand als eerste Nederlandse hippieartiest deel aan het televisieprogramma Ali B op volle toeren. Hij vertolkte in deze aflevering zijn eigen versie van Straattaal, een nummer van rapster Nina, die op haar beurt samen met Ali B een rapversie maakte van Armands hit Ben ik te min ?.

Op 12 juni 2015 verscheen in samenwerking met The Kik het album Armand & The Kik, dat op 20 juni 2015 binnenkwam op nummer 16 in de Album Top 100. Op het album dat zowel verkrijgbaar is op cd als vinyl, staan minder bekende liedjes van Armand aangevuld met enkele nieuwe liedjes, muzikaal begeleid door The Kik. Er volgde een mini-tour met The Kik langs verschillende poppodia in Nederland. Na zijn dood steeg zijn hit Ben ik te min? in de Top 2000 van 2015 1189 plaatsen naar de 90e plek en het was daarmee de op een na grootste stijger. Tevens kwam Blommenkinders opnieuw in de lijst.

Op 15 november 2016 verscheen de biografie van Armand. De titel van de biografie is Armand: En nou ik en is geschreven door Marcel Groenewegen, bassist van The Kik. Marcel Groenewegen heeft Armand tot kort voor zijn overlijden geïnterviewd. fans.



Overlijden

Na geruime tijd ziek te zijn geweest overleed Armand op 19 november 2015 in een ziekenhuis in Eindhoven op 69-jarige leeftijd aan een longontsteking. Er werd een afscheidsdienst gehouden met de naam Armands Laatste Show voor familie, vrienden en fans in de Effenaar. Armands Laatste Show werd gepresenteerd door Dave von Raven, zanger van The Kik. Naast sprekers was er ook veel ruimte voor muziek. Grote en minder grote hits werden gezongen door onder andere Lucky Fonz III en The Kik. Na de bijeenkomst is Armand in besloten kring gecremeerd.

Bron: Wikipedia

Abel op bezoek bij Helma

Helma werkt 22 jaar bij Emergis. Ze heeft gewerkt in verschillende WLB's, zoals Goes (WLB Joannaplantsoen en WLB Lunchcafé "van de kook"). Terneuzen (WLB Blokpunt), Oostburg (WLB de Eenhoorn) en ingevallen in Middelburg (WLB de Ambachten). Ze werkt op dit moment op dinsdag, woensdag en donderdag in Lunchcafé "van de Kook' en op vrijdag in de Biotuin. Sinds kort werkt ze op de maandag ook weer op het Joannaplantsoen. Ze heeft verschillende werkzaamheden en werkt samen met John, Chantal, Joop en Claudia. Daar werkt ze op de groepen en achter de computer. In het lunchcafé en Biotuin is ze verantwoordelijk voor verschillende taken, ze is daar werkbegeleidster.

Ik ken Helma al 15 jaar. Op een donderdag ben ik bij Helma gaan kijken in het Lunchcafé. Samen hebben wij gekookt, wij hebben de saus gemaakt voor de kip kerrie. We hebben uien gebakken en alles met kruiden op smaak gemaakt en de rest van de groep waren met andere onderdelen van het gerecht bezig. Naast het koken heb ik ook geholpen bij de afwas. Het is een gezellige en goede club medewerkers die daar koken onder de vrolijke begeleiding van Lesley en Helma. In het restaurant heb ik heerlijk gegeten van de Preisoep en de Kip Kerrie!

De volgende dag ben ik samen met Fred naar de Biotuin gegaan waar Helma een rondleiding heeft gegeven. Er is veel veranderd in de Biotuin. Er zijn nu meer activiteiten zoals houtbewerking, maken van producten voor de verkoop zoals jam, snoep- en koekjes potten. De Biotuin ziet er verzorgt uit en de achterste stuk tuin en kas zijn nu meer in gebruik. Helma vind haar werk erg leuk. Ze geniet ervan om met medewerkers samen te werken en samen te werken aan een gezellige en mooie dag. Kijken naar wat iemand nodig heeft en prettig vind staat bij haar voorop.

Door: Abel

Emergis Verslavingszorg stelt zich voor

Wij bieden behandeling aan mensen die kampen met een verslaving. Als je verslaafd bent kun je niet meer zonder een bepaald middel, activiteit of stof. Je lichaam en geest raakt er zo aan gewend dat je het steeds opnieuw wilt doen of gebruiken ook al weet je of voel je dat het niet goed voor je is.

Het kan gaan over alcohol drinken, drugs gebruiken maar ook gokken of gamen. Een verslaving beïnvloedt niet alleen jezelf maar ook vaak de mensen om je heen. Dit omdat je veel tijd, energie en of geld kwijt bent aan je verslaving. Stoppen kan heel lastig zijn omdat de drang om te gebruiken groot is maar je je ook slecht voelt als je stopt (lichamelijk of geestelijk).

Gelukkig is er hulp beschikbaar!

Via de huisarts of jouw behandelaar kun je hulp inschakelen.

Behandeling

Bij Emergis verslavingszorg bieden we hulp en begeleiding bij het minderen of stoppen van gebruik. Tijdens een behandeling hebben we het over de functie van gebruiken (wat levert het jou op en wat vooral niet), wanneer gebruik je, wat zijn voor jou risicosituaties? Als je inzicht krijgt in je gebruikerspatronen lukt het ook beter dit te veranderen.

Wat zou je willen veranderen en wat is daar voor nodig?

We hebben verschillende therapievormen die hierbij kunnen helpen. De meest intensieve behandeling is in een van onze klinieken (VZ of DD kliniek), hier kan je veilig stoppen en word je medisch, psychologisch en vooral verpleegkundig ondersteund.

Thuis

In principe behandelen we vanuit jouw eigen omgeving thuis. Ook hierin zijn verschillende keuzes te maken: groepsbehandeling, de inzet van medicatie tot online modules die je kan volgen om jouw gebruik te veranderen of stoppen.

Vaak komt een verslaving samen met andere psychische klachten of problemen in jouw omgeving (familie, school of werk), ook hierin proberen we samen mee te denken wat nodig is hiervan of hierin te herstellen en hulp bij te krijgen.

Vragen

Heb jij vragen of wil je contact, dan is er altijd wel een collega beschikbaar je iets te vertellen over de mogelijkheden.

Handige sites die je kan raadplegen voor advies zijn:
- www.drugsinfoteam.nl (informatie over verschillende soorten drugs, werking en risico's
- www.101.nl
- www.trimbosinstituut.nl

Bron: Verpleegkundig Specialist Jan

Ervaringsverhaal Verslavingszorg

In de zomer van 2021 woonde ik uit pure nood in een caravan op een camping op Walcheren. Wanneer ik dit schrijf, ruim drie jaar later, woon ik zelfstandig in een mooi appartement in Zeeuws Vlaanderen. Mijn tuin staat er keurig bij, afgelopen zomer stond mijn voortuin vol met zonnebloemen tot wel vier meter hoog. Wat een verschil met wonen op 4 vierkante meter.

Zoals eenieder sjouwen we in ons leven een rugzakje mee. De hoeveelheid bagage is voor iedereen verschillend, dat is aan de buitenkant vaak niet te zien. Ik heb ook zo'n rugzakje, ik omschrijf hem vaak als een kast. Die kast was kamergroot, en hij puilde uit. Er naar kijken deed ik niet. Met alle moeite probeerde ik steeds meer in die kast te stouwen. En vooral niet om te kijken naar de kast die op klappen stond. Totdat de spreekwoordelijke deuren eruit klapte, en ik in elkaar zakte.

Ik kon niet meer. Ik was leeg, op, kapot en ik wilde niet meer. Ik besefte dat ik mijn kast niet zelf meer in elkaar kreeg. Ik had hulp nodig. De jaren van alles zelf willen doen, en niks willen voelen eisten zijn tol. De wachtlijst bij mijn huisarts was te lang voor me. Bij wie moet je aankloppen als alles om je heen kapot lijkt te zijn? Gelaten, met schaamte belde ik de crisislijn van Emergis. Konden zij wat voor mij betekenen? Ik had geluk, ik mocht de volgende dag in Middelburg langs komen om mijn verhaal te vertellen. Op één voorwaarde, dat ik nog 1 nacht voor me zelf zou zorgen.

Bibberend, bevend en onder invloed stond ik de volgende dag in Middelburg, totaal onbekend met de GGZ wereld, werd ik als een mens opgevangen. Met liefde en aandacht ging men voor mij aan de slag. Na zoveel teleurstellingen in mijn leven was er een klein lichtpuntje aan de horizon. Ik mocht me over enkele dagen melden bij de Verslavingskliniek in Kloetinge. En daar stond ik dan. Een koffer in de hand. Vel over been.

Starend naar de grond. Het enige wat ik wilde was slapen. En dat heb ik gedaan. En gegeten, gehuild en gelachen. Al voelde ik me over dat laatste me wel schuldig. Want wat was er te lachen? Mijn wereld was naar de filestijnen, en ik had totaal geen toekomst perspectief. Nadat ik de verpleegkundigen had geobserveerd en van me had afgehouden, brak ik tijdens een gesprek. "Dat jij nog staat na alles wat je heb meegemaakt, ontroerd mij en getuigd van ongelooflijke wilskracht" zij een verzorgende. Leuk, dacht ik, nog zo'n standaard zinnetje. Maar ik was geen nummer, ik werd behandeld als een volwaardig mens die hulp nodig had, en
langzaam ging inzien dat die kracht die ik niet meer voelde, wel degelijk nog in mijn zat.

Nadat ik drie maanden in de kliniek had gezeten, was ik genoeg aangesterkt om de wijde wereld weer in te gaan. Ik geloofde weer in mezelf, met de handvaten die VZ me had aangereikt. Vol goede moed en met de ambulante hulp die door ging, leefde ik anders dan voorheen. Via de kliniek kon ik gaan wonen bij het Sociaal Pension in Oostburg. Ik had mijn eigen stekje maar met hulp die vijf dagen per week beschikbaar was. Ik leerde leven zonder gebruik, genieten zonder gebruik. Maar ook keihard op je bek gaan, en weer op te staan.
Vaak ging dat goed, maar al snel kwam ik erachter, dat onder mijn verslaving een groter probleem lag. En daar was ik nog niet aan toe om aan te pakken. Ik stond er bij en keek ernaar. Ik begon weer te gebruiken en voor ik het wist, was ik terug bij af. Ik gleed af. Hard. Keihard.

Wat had ik geleerd in de kliniek? Veel, maar een van de belangrijkste lessen was: luister naar jezelf en vraag hulp. Soms zijn wij mensen niet in staat om het alleen te doen. Dat is helemaal niet erg, Dit opmerken, en naar handelen toont je kracht. Met lood in de schoenen bracht ik mijn prive omgeving op de hoogte van mijn dagelijks gebruik. Wat ik wilde wist ik al, namelijk verder mijn kast opruimen. Ja, mijn

kast kon dicht, ja ik durfde er naar te kijken, en te benoemen dat het er een puinhoop was. Kan iemand mij helpen met opruimen?
En dat kon zeker. Nadat ik mijn ambulant behandelaar op de hoogte gebracht had, mocht ik me 1,5 jaar na mijn eerste opname me opnieuw melden in Kloetinge. Wederom met schaamte, gebroken maar met een nieuwe doel melde ik mij.

Het was herfst, winter en niet alleen buiten. Ook in mijn hoofd was er weinig kleur. Inmiddels kende ik het reilen en zeilen binnen de muren, en dacht enkele weken nodig te hebben om mezelf weer op orde te krijgen. Het afkicken duurde inderdaad enkele weken. Maar ik kreeg mijn kast niet opgeruimd. Om mij heen had ik een fijn team die ik van mijn eerder opname kende, en die ik nu volledig vertrouwde. Zij wilden samen met mij, mijn kast gaan opruimen. Maar hoe dan? Ik weet nog heel goed dat tijdens een ZAG gesprek de term EMDR ter sprake kwam. Ik verstijfde, zweet brak me uit en ik brak. Nee. Nee, we gaan me kast opruimen, maar ik ga niet alles wat ik had weg gestopt weer naar boven halen. Never. Nooit.

Stiekem besefte ik ook wel dat wanneer ik niet de diepte van de kast zou opzoeken, er onderdelen naar boven zouden komen. Onderdelen die mij de afgrond in zouden helpen. De kastdeuren op mijn neus. Jan Zwemer heeft mij met alle geduld en liefde stap voor stap klaar gestoomd om de EMDR sessies toch te gaan doen.
En wat ben ik kwaad op hem geweest. Ik heb hem vervloekt. En dat mocht. Elke sessie hoopte ik dat hij ziek was, dat hij het vergeten was, dat het niet doorging. Maar ook heb ik hem elke sessie bedankt, dat hij me zo kon slopen en tegelijkertijd beetje bij beetje weer opbouwde.

Nadat ik de feestdagen had doorgebracht op de kliniek, was het tijd om weer op eigen benen te staan. De EMDR sessies gingen ambulant door, en ik mocht de kliniek en Jan als steunpilaar gebruiken. In het begin maakte ik daar dagelijks gebruik van, maar steeds vaker merkte ik, dat ik het zelf ook kon. Mijn kast was opgeruimd, de onderdelen lagen keurig bij elkaar. De kastdeuren hingen er weer in. En soms, klappen die deuren weer tegen mijn neus. Maar anders dan voorheen, ik zie ze aankomen, soms kan ik ze ontwijken, maar soms ook niet. Is dat erg? Nee. Doet het pijn? Ja. Maar de kastdeur raakt alleen mijn neus als ik sta. En dat is een fantastisch gevoel. Het gevoel dat ik sta, op mijn eigen pootjes, met soms wat ondersteuning van Emergis.

Zoals een zonnebloem soms ondersteuning nodig heeft van een bamboestok. Of een kast ondersteuning nodig heeft van een beugel. Ook mijn opgeruimde kast heeft zo'n beugel gekregen. En dat dankzij Jan, Rian, Penny, André en ieder die mij heeft geholpen binnen

Verslavingszorg bij Emergis Kloetinge. Mijn dank is groot. Ook namens mijn kast.

Door: Daniël

Boekbespreking

Het boek begint met de val van het vierde kabinet. Dat viel op vrijdag 7 juli 2023. Aanleiding was de verschillen van mening over de aanpak van de instroom van asielzoekers. De tijd om als maar weer compromissen te sluiten was daarmee opgehouden. Het vertrouwen in de politiek was op dat moment ook al op een dieptepunt (p. 7). Rutte lijkt niet meer in staat dat terug te winnen. Tegelijk met hem zwaait een hele generatie politici af (p. 8). Tot vier keer toe was de VVD al grootste uit de bus gekomen (p. 8). Een bestuurscultuur van grote politieke akkoorden, compromissen en elkaar wat gunnen (p. 8). Volgens de auteurs heeft op het moment van aftreden van Rutte het politieke midden veel terrein verloren. Nederland is opgeschoven naar rechts en de PVV is plotseling met afstand de grootste partij van het land (p. 8).

Het boek blikt terug op het premierschap van Mark Rutte. Hoe hij functioneerde als regeringsleider, waarom hij zo lang aan de macht kon blijven en wat onder meer de mening van de auteurs daarover is. Zij waren volgens eigen zeggen als politiek journalisten er voortdurend bij de afgelopen 14 jaar. Ze interviewden hem voor NOS-radio en NOS-tv, bij de wekelijkse gesprekken met de minister-president. Ook kwamen ze hem kennelijk privé tegen als hij boodschappen deed of door de stad fietste in Den Haag (p. 9), gingen ze met hem mee naar Groningen, Maastricht en Vlissingen waar hij zijn partijgenoten zag, ze zagen hem speechen tijdens partijcongressen en volgden hem tijdens honderden Kamerdebatten.

Wat mij bijstaat als rode draad door het boek, is toch wel de vrijwel unanieme lof over zijn leiderschapsstijl. Voornamelijk heel erg persoonlijk geïnteresseerd, naast zijn professie als regeringsleider. Om inzicht te krijgen in de verschillende opinies, hebben de auteurs veel gesprekken gevoerd met mensen uit zijn inner circle. Ministers, vice-premiers uit al zijn kabinetten, fractievoorzitters van zijn eigen partij, mensen die zijn kwetsbaarheden kennen en weten hoe hij zich onder moeilijk omstandigheden gedraagt (p. 9). Het ging daarbij niet alleen om zijn politieke nalatenschap maar ook over de vraag hoe hij met zijn politieke talenten invulling heeft gegeven aan het premierschap.

Ook staat me bij dat hij in ieder geval minimaal één keer behoorlijk kwaad was, waarbij hij een glas foor de kamer gooide. 'Totdat de begroting voor 2013 uit het lood dreigt te slaan. Vanwege afspraken met de Europese partners mag het begrotingstekort niet hoger zijn dan 3 procent van wat de economie aan inkomsten oplevert. Als de rekenmeesters zich niet vergissen, is een nieuwe ronde bezuinigingen onvermijdelijk. Rutte, Verhagen en Wilders sluiten zich vanaf maart 2012 met hun secondanten op in het Catshuis. Het worden zware weken met moeilijke onderhandelingen. Ergens tijdens die gesprekken ontsteekt Mark Rutte in het Catshuis weer een keer in woede. Hij pakt een glas van de tafel en gooit het stuk op de grond, staat op en beent met dreunende stappen de kamer uit. Sybrand Buma, de secondant van Verhagen, kijkt hem na.' (p. 53)

'Ook Verhagen herinnert zich dat Rutte in het Catshuis met een glas gooide bij die discussie over bezuinigingen op ontwikkelingssamenwerking. Maar daar gat wel iets belangrijks aan vooraf, waar hijzelf een rol bij speelt. Verhagen denkt dat hij afspraken heeft gemaakt met zijn partijgenoot en staatssecretaris voor Ontwikkelingssamenwerking en Handel, Ben Knapen, dat het CDA wel bereid is om enigszins te bezuinigen op ontwikkelingssamenwerking. Niet om alles te schrappen, maar maximaal 600 miljoen euro. Maar ddat blijkt een misverstand tussen de twee CDA'ers te zijn. Knapen is helemaal niet bereid om bezuinigingen te accepteren. En dus moeten Verhagen en Buma uitleggen aan Rutte datzij met geen enkele bezuiniging akkoord kunnen gaan.' (p. 55).

'Iedereen die op recepties komt, kent het verschijnsel dat je met iemand staat te praten die constant over je schouder kijkt of er iemand anders is die interessanter is dan jij. Rutte geeft zijn gesprekspartners dat gevoel niet en Klaas Dijkhoff ziet in hem dus de veel betere versie van zo iemand. De VVD maakt daar in verkiezingscampagnes dankbaar gebruik van, zoals we eerder vertelden. Deze sociale vaardigheid gerbukt hij ook bij het smeden van zijn teams. Hij organiseert veel tijd voor persoonlijke aandacht en staat volledig in voor d mensn om hem heen, die belangrijk voor hem en zin succes zijn. Alexander Pechtold: 'Je hebt een voorman of -vrouw nodig die nooit vermoeid is, altijd oog heeft voor de relaties. Ik denk dat hij er ook in gerold is, dat hij merkte hoe sterk dat werkt: veel mensen te vriend te houden, elkaar wat te gunnen, nazorg te plegen en staan voor je team. Dat hij merkte dat je daarmee ver kan komen en veel kan bereiken in de politiek.' De mensen om hem heen merken ook dat hij ook oog heeft voor de persoonlijke details. Altijd een sms'je met je verjaardag, die hij ook niet plichtsmatig door de secretaresse laat opstellen. Asscher: 'Of dan krijg je persoonlijk feednack op een Kamerdebat. Hij legt zich erop toe om daar heel goed in te zijn, beter dan anderen. En daar slaagt hij ook in. Hij besteedt relatief veel tijd aan wat anderen doen. Dat staat op gespannen voet met het beeld dat hij zich nooit ergens mee zou bemoeien. Dat is natuurlijk niet zo. Er is een grote controlebehoefte, maar dat vertaalt zich ook in betrokkenheid en steun.' (p. 150). 'Dat ervaart ook Kees van der Staaij van de SGP. Voor het eerste kabinet-Rutte is de steun van zijn partij in de Eerste Kamer doorslaggevend voor een meerderheid. Als de statige en afstandelijke SGP-senator Gerrit Holdijk ('waarschijnlijk de enige politicus die hij nooit bij de voornaam noemde') later ernstig ziek wordt, stuurt Rutte meelevende sms'jes. 'Ik denk dan: wauw, dat je zoiets weer uit je pen kan krijgen. Echt met mooie, persoonlijke woorden.' (p. 151).

In het laatste hoofdstuk lezen we: Maar de belangrijkste nieuwe wetenswaardigheid is misschien wel dar Rutte als ministerpresident door zijn vakgenoten buitengewoon hoog wordt aangeslagen, ook als ze politiek niet van dezelfde kerk zijn. Een staatsman noemen ze hem, zonder uitzondering.' Het leest erg gemakkelijk weg.

Biografie Mark Rutte

- **1997 - 2002** **personeelsmanager**
- **2002-2004** **staatssecretaris SZW**
- **2004-2006** **staatssecretaris OCW**
- **2006 - 2010** **lid Tweede Kamer**
- **2010-2024** **Minister-President**
- **2024 -** **Secretaris Generaal NAVO**

Door: Pieter

Verhalen van lezers

The Music Room!

Mijn herontdekking van muziek met tekst was een gevoelsproces. Het begon in The Music Room in Blokpunt van Emergis, "Jij komt boven", de grootste GGZ van Zeeland. Op een dinsdag- of donderdagmiddag ging ik erheen om de sfeer te proeven. Een kekke folder had me nieuwsgierig gemaakt. Er waren toen een paar jonge rappers, die vooral de dinsdag komen om hun ding te doen. Het zal dus wel een dinsdag zijn geweest.

Ik keek de kunst af en voelde: "Dat wil ik ook." Ik schreef zelf buiten de opnamestudio, in de grote algemene ruimte, een eerste, wat korte Rap. "Ik kan helaas niet rappen, Ik kan alleen maar kleppen," begon het. Ik bleek wel te kunnen rappen. In ieder geval kon ik samenhangend schrijven en rijmen. Ik had nog niet gedacht aan een refrein. Het waren gewoon drie coupletten. Zingen ging ook redelijk goed. Ik heb een prettige stem en zing mijn tekst op een als vanzelf opkomende eenvoudige melodie, aansluitend op de bassen en akkoorden van de bij de sfeer van de tekst passend gevonden muziek. Mijn zang is half Rap, half melodie, ofwel melodieuze Rap. Mijn muzikale scholing in mijn jonge jaren kwam nu kennelijk wel van pas.

Ik schreef Terneuzen Terneuzen op uit mijn herinneringen, aangevuld met wat (historische) weetjes van Wikipedia. Een lofzang op de havenstad, ondanks de, toch spaarzame, kritische noten. Het muziekje dat de Music Producer van The Music Room, Guillaume, met mij erbij vond is niet perse snel, maar wel erg vlot. Zoals Terneuzen zelf. Het past. De stem, half Rap, half melodieus er bovenuit maakt van de muziek een lied. In dit geval een lang lied, vier coupletten, vier keer het refrein. Stout. Terneuzen is zelf ook langgerekt, richting het zuiden. Het lied sloeg aan. In Terneuzen. Ik kreeg het aanbod van Mike er gratis een videoclip van te laten maken, nadat de burgemeester in een streekradioprogramma er minutenlang lang de loftrompet over had gestoken. Het leverde ruim 8000 views op op YouTube en 10.000 op Dumpert. Met dank aan radiomaker pur sang Leen van Omroep ZVL (Zeeuws Vlaanderen), ooit een leidende rol bij Radio Noordzee. En natuurlijk Naomi, onze oprichter, dank.

We gingen optreden. Ik deed dat al weleens in het klein en op straat, met de hoed ondersteboven voor me, maar nu werd het groots aangepakt. Een optreden in Het Witte Huis van Emergis voor drugsverslaafde daklozen met o.a. "Drugs" en "Vlissingen Vlissingen", een thuiswedstrijd. Het Summer Festival achter het zwembad van Terneuzen, waar wijkagenten op bezoek me vroegen een liedtekst over hen te schrijven. Daar werd "De Wijkagent" geboren. Volgens de leidinggevende Alex van Blokpunt mijn beste lied tot dan toe. Inmiddels had ik twee briljante artiestenpakken, een wolkenpak, met blauwe lucht, een regenboogpak, met Australische cowboyhoed. De kraamkamer van Zeeland tijdens Film by the Sea in Vlissingen. Er worden artiesten geboren.

Door: Fritz

Budgetrecept

Andijvie-erwtenstamppot met krokante chorizo

Benodigheden

4 personen

- 450 g Tuinerwten
- 50 g Roomboter
- 1 Keukenpapier
- 1 Bakpapier
- 400 g gesneden andijvie
- 800 g Kruimige aardappelen voorgekookt
- 125 g Pittige chorizoworst
- 1 Pureestamper

Bereiding :

Breng de aardappelen in een ruime pan aan de kook. Voeg na 5 min. koken de bevroren erwten toe. Kook nog 10 min. tot de aardappelen gaar zijn.

Snijd intussen de chorizo in blokjes van 1 bij 1 cm. Verhit een droge koekenpan en bak de chorizo in ca. 10 min. krokant op laag vuur. Laat uitlekken op keukenpapier.

Giet de aardappelen en erwten af, maar vang een kopje kookvocht op. Voeg de boter toe en stamp tot stamppot. Voeg zo veel kookwater toe als nodig is. Zet de pan op een klein pitje en voeg in delen de gesneden andijvie toe. Roer tot deze is geslonken, maar nog steeds knapperig is. Schep op 4 borden, strooi er de blokjes chorizo over en serveer.

Door: Peter L

Gedichten

Voeten

Voeten klein
Voeten groot
Goed bedekt
Soms voeten bloot.

Voeten in schoenen
Plat, of hoge hak.
Dicht, zomers open
Nagels rood gelakt.

Korte lange tenen
Schoppen tegen schenen.
Voetjes door mama gekust
Na veel lopen uitgeblust.

Voetje vrijen
Wie moet er lijen !
Voeten langs water
Voetsporen voor later.

Bron : Nel Korsman

De kracht van het donker

In de zomer verwachten we zon,
Samen met een frisgroen gazon.

In de winter verwachten we grauw,
Samen met een gazon vol dauw.

Wat gebeurt er op een regenachtige zomerdag?
De meeste mensen zijn meteen van slag.

Wat gebeurt er op een zonnige winterdag?
De meeste mensen vertonen een brede lach!

In de zomer zijn we de mooie dagen gaan bagatelliseren,
En de regenachtige dagen gaan maximaliseren.

In de winter zijn we de grauwe dagen gaan normaliseren,
En de zonnige dagen gaan romantiseren.

Kortom:
De donkerste periode van het jaar zorgt voor het zien van de meeste lichtpuntjes,
In tegenstelling tot de zonnigste periode van het jaar dat zorgt voor het zien van de meeste minpuntjes.

Leer te leven naar het zoeken van kracht en positiviteit,
Dat kan je helpen in het verminderen van leegte en depressiviteit.

#Zonderhetdonkergeenlicht

Bron : Julia

TV-Tips

De Slimste Mens Vanaf Maandag 23 december, NPO 1, 20.30 uur

Het laatste seizoen van De Slimste Mens met Maarten van Rossem en Philip Freriks begint op maandag 23 december. Vanaf die dag kijk je zes weken lang naar een bijzondere en feestelijke editie van De Slimste Mens. In het winterseizoen van De slimste mens zie je een aantal oud-winnaars van de quiz terug. Zij nemen het tegen elkaar én tegen nieuwe kandidaten op. Wie mag zich deze editie De slimste mens noemen? Er wordt ook stilgestaan bij het afscheid van presentator Philip Freriks en eenmansjury Maarten van Rossem. Philip Freriks geeft het presenteerstokje door aan Herman van der Zandt, de opvolger van Maarten van Rossem is nog niet bekend.

Kerst met de Familie Meiland Dinsdag 24 december, SBS 6, 20.30 uur

Het is inmiddels een traditie geworden voor de familie Meiland. Het jaarlijkse uitje waar het hele gezin naar uitkijkt. Martien, Erica, Maxime en Montana pakken hun koffers om dit jaar naar het magische IJsland af te reizen om daar Jól te vieren, het IJslandse kerstfeest.

Woensdag 25 december, NPO 1, 10.27 uur **André Rieu: Kerst in Maastricht**

Samen met het Johann Strauss Orkest geeft André Rieu een kerstconcert in een sprookjesachtig winterpaleis in Maastricht. Geniet van de mooiste kerstliederen, uitgevoerd door de Platin Tenors en de sopranen Anna Majchrzak en Michaela Oeste. Beluister ook 'Ave Maria' en een lied uit de musical 'Elisabeth' (over het leven van Sissi) in het decor van Schloss Schönbrunn. De vijfjarige Mick Falize, solist in Little Drummer Boy, ontlokt met zijn innemende glimlach tranen van ontroering aan het hele publiek. The Golden Voices of Gospel laten samen met een dansende André de zaal swingen bij 'Mary's Boy Child'.

The Streamers live in GelreDome. 27 december en 30 december, SBS 6, 21.30 uur

De concertregistratie van The Streamers, de grootste band van Nederland, vond plaats in het GelreDome en wordt uitgezonden als een tweedelig spektakel. Beelden van het concert worden afgewisseld met unieke momenten achter de schermen. We zien optredens van meer dan twintig artiesten, waaronder Guus Meeuwis, Roxy Dekker, Flemming, Frank Lammers, Miss Montreal, Emma Heesters, Paul de Leeuw, Acda en De Munnik, Rolf Sanchez, Diggy Dex en Typhoon.

Vanaf zaterdag 4 januari, NPO 1, 20.30 uur **Wie is de mol**

Bridget Maasland, Gabriël Martina, Maaike Martens, Nora Akachar, Ray Klaassens, Roos Moggré, Sam Hagens, Sophie Frankenmolen, Stijn de Vries en Teun Luijkx zijn de kandidaten in het 25e seizoen van Wie is de Mol?. Presentator Rik van de Westelaken reist met hen af naar Cambodja, een land vol eeuwenoude tradities en verborgen verhalen. De bloedstollende zoektocht naar de Mol start meteen in de hoofdstad Phnom Penh. Wie is te vertrouwen? En wie niet? Eén ding is zeker: dit seizoen begint met een onverwachte wending waardoor zelfs de Mol voor een gigantische uitdaging komt te staan.

Expeditie Nederland maandag 20 januari, NPO 2, 18.30 uur

In 'Expeditie Nederland' berichten verslaggevers van de regionale omroepen over onderwerpen die ons allemaal raken, maar die per provincie een eigen verhaal opleveren. Verschillende onderwerpen komen aan bod; van geschiedenis en cultuur tot actuele vraagstukken en zorg. Door perspectieven vanuit veertien verschillende omroepen wordt er een compleet beeld gegeven van Nederland als geheel, inclusief het Caribisch Netwerk. In oktober bezocht verslaggever Carmen Wisse de legoafdeling van het WLB Joannaplantsoen in het kader van een reportage over een legoverzamelaar. De reportage wordt voor uitgezonden op maandag 20 januari om 18.30 uur op NPO 2.

Peter's Moppenhoek

Een man wandelt lang de Seine in Parijs. plotseling hoort hij vanuit het water iemand roepen: "Help.... help !" De man roept terug: "In plaats van Engels te leren, had je beter zwemlessen kunnen nemen !"

De zoon van een crimineel moet examen doen. Als hij thuis komt vraagt, zijn vader en hoe ging het ?" "Heel goed, vader. Ze hebben mij twee uur ondervraagd, maar ik heb niets losgelaten."

Midden in de nacht wordt een man door een andere man aangesproken. "Weet u misschien of hier in de buurt een politieagent rondrijdt ?" "Nee mijnheer." "O jee, is hier in de buurt soms een politiebureau ?" "O nee, dat is aan de andere kant van de stad." "Mooi zo, kom op met je geld en je horloge !"

"Mijn vader heeft zo'n geweldige vogelverschrikker dat de kraaien wel op 5 kilometer afstand van zijn boerderij blijven," pochte de boerenjongen. "Dat stelt niets voor, "zei zijn vriendje. "Mijn oom heeft zo'n geweldige vogelverschrikker dat de kraaien al het graan hebben teruggebracht dat ze vorig jaar hebben gestolen."

Als het personeel met elkaar uitgaat na het werk, praten ze over voetbal of basketbal.
Als het middenkader met elkaar uitgaat na het werk, praten ze over tennis of basebal.
Als het topmanagement met elkaar uitgaat na het werk, heeft men het over golf.
Conclusie: des te hoger in de organisatie je zit, des te kleiner zijn je ballen...

Wordt er om drie uur vannacht bij ons aangebeld. Mijn vrouw doet open, staat er een hijger op de stoep. "Wat mot dat ?" vraagt mijn vrouw. Zegt die vent: "Ja sorry, m'n telefoon is kapot."

Een dokter denkt na en vraagt zich af of een gek een beetje verstand heeft. Hij tekent op de muur een deur en roept naar de gekken dat ze vrij zijn. Alle gekken knallen tegen de muur behalve één gek die lacht. De dokter vraagt waarom ie lacht, de gek zegt: "Ik heb de sleutel !"

Een man nodigt zijn vriend uit voor zijn verjaardag. "Ik woon vijf hoog," zegt hij. 'Als je komt, moet je met je elleboog de bel indrukken en met je knie de deur open duwen."
Zijn vriend verbaast: "Waarom moet ik dat allemaal doen ?"
De man antwoordt: "Je wilt me toch niet vertellen dat je met lege handen komt ?"

Spreekwoorden

Haal er de spons maar over.

Denk er maar niet meer aan; vergeet het.

Na de andere week komen er veel mooie dagen.

Hij stelt het steeds maar weer uit.

Waar de naald gaat volgt de draad.

Je moet luisteren naar je meerdere.

Beloften half gedaan zijn haast in rook vergaan.

Als je niet met overtuiging iets hebt beloofd zul je de belofte vaak snel vergeten.

Kalfsvlees kan geen pekel verdragen.

Je moet iemand niet te zwaar belasten met werk.

Sudoku's

6			5			3	9	
								5
	4						8	
7								1
	1					5	2	
			9	1		8	3	
2	8	1		4		9		
	5	9	3	7				8

								3
			1	2	8			6
4						5	1	
9				3		6		
	8	1			5			
	2			1	7	8	9	
2	3	9		6				
	1		9					
			7					

Puzzels

EEN SCHIP ZINKT
Op een mooie zonnige dag lag er een schip in de haven. Plotseling begon het schip te zinken. Er was geen storm en er was niets mis met het schip, maar het zonk vlak voor de ogen van de toeschouwer. Waardoor is het schip gezonken ?

OPTELLING
Je mag driemaal hetzelfde cijfer gebruiken in een optelling waarvan de som twaalf is. Je mag het cijfer 4 niet gebruiken. Welk cijfer gebruik je ?

ER LIGT EEN DODE MAN IN EEN GRASVELD
Er ligt een dode man in een grasveld met naast hem een pakketje. Als het pakketje open was geweest, dan was de man niet dood gegaan. Maar omdat het pakketje nog dicht is, is de man gestorven. Wat zit er in het pakketje ?

Oplossingen

8	6	1	2	7	3	9	5	4
3	7	9	5	4	6	1	8	2
2	5	4	9	1	8	7	6	3
7	3	8	6	1	9	4	2	5
9	2	5	7	3	4	6	1	8
1	4	6	3	9	7	5	8	2
5	1	7	4	8	6	2	3	9
4	9	3	1	2	5	8	7	6
6	8	2	8	5	1	3	4	9

9	3	1	2	5	7	6	4	8
4	6	2	3	9	8	7	1	5
8	5	7	1	6	4	9	3	2
5	9	8	7	1	6	4	2	3
7	4	3	5	2	9	1	8	6
1	2	6	4	3	8	5	9	7
2	8	9	6	7	1	3	5	4
6	7	5	9	8	3	2	1	4
3	1	4	8	6	5	9	7	2

Antwoord op :
Een schip zinkt : Het was een onderzeeër.

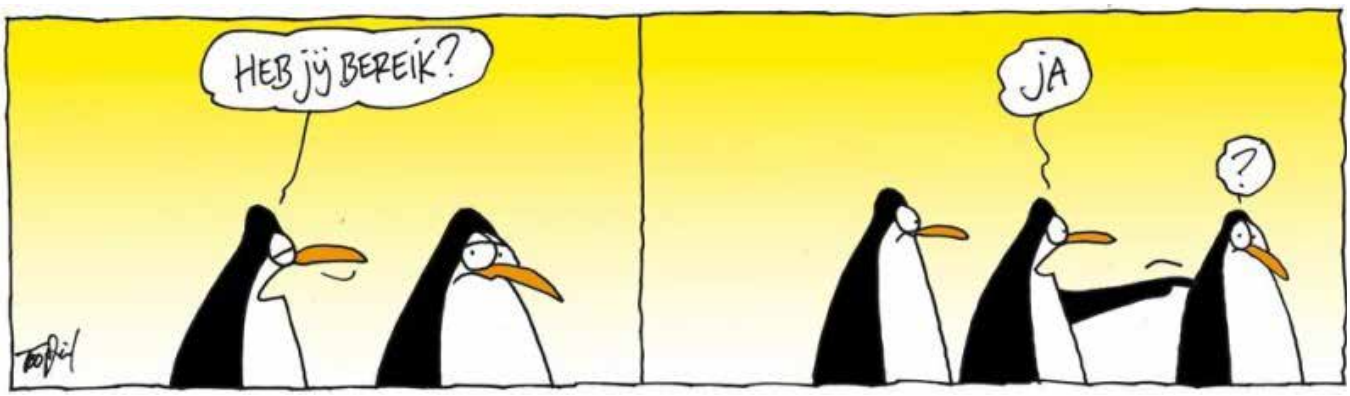
Antwoord op :
Optelling : Het cijfer 1, want 1 + 11 = 12.

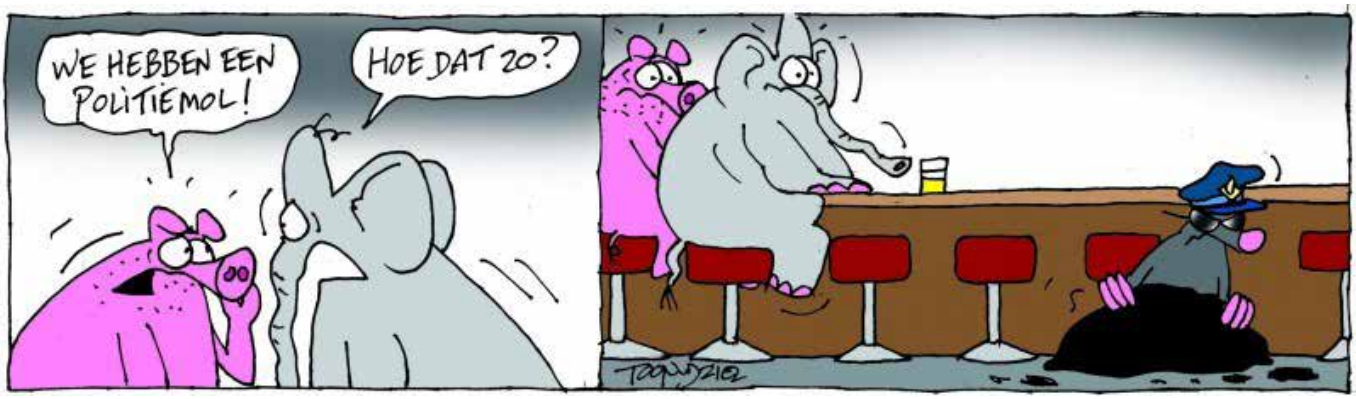
Antwoord op :
Er ligt een dode man in een grasveld :
Zijn parachute.

Door: Peter L

ER ZIJN VEEL PROBLEMEN MET DE EIPHONE
HALLO?
KRAAK!

BOERDERIJLOL!
JIJ BENT OOK DE HELE DAG LAM, HÈ?
?


HEB JIJ BEREIK?
JA
?


WE HEBBEN EEN POLITIEMOL!
HOE DAT ZO?

WLB Joannaplantsoen

In samenwerking met
WLB Joannaplantsoen
Huisdrukkerij - Goes
Joannaplantsoen 2
huisdrukkerij@zeelandnet.nl