



Spreekbuis

van cliënten voor cliënten



*Jaargang
29*

Lente

Editie

2022



Strips - Stamgasten



Colofon & Inhoudsopgave



Colofon

Jaargang 29 nr. 1 Lente editie 2022

“De Spreekbuis” is een informatie- en gezelligheidsblad voor en door cliënten van Emergis.

Het blad wordt op initiatief van de Centrale Cliënten Raad (**CCE**) uitgegeven.

“De Spreekbuis” verschijnt 4x per jaar.

“De Spreekbuis” informeert de lezers o.a. over zaken die voor hen van belang kunnen zijn, zoals; Activiteiten in woon- en leefomgeving en nieuws & ontwikkelingen uit de GGZ of Emergis in het bijzonder.

“De Spreekbuis” is een product van:

WLB Joannaplantsoen

Redactie Spreekbuis:

Karin, Peter H, Peter L, Pieter

Beledigende, racistische en/of seksistische inzendingen worden geweigerd.

Klachten en vragen betreffende bezorging of inhoud bij:

spreekbuis@zeelandnet.nl

Adres redactie:

WLB Joannaplantsoen
t.a.v. Redactie Spreekbuis
Joannaplantsoen 2, 4462 AV Goes
E-mail: spreekbuis@zeelandnet.nl

Inhoudsopgave

02	Strip
03	Colofon / Inhoudsopgave
04	Van onze redactie
05	Spreekwoorden en puzzels
06	CCE
07	CCE
08	Nieuws van WLB De Ambachten
09	Nieuws van WLB De Ambachten
10	Opmerkelijk Nieuws
11	Opmerkelijk Nieuws
12	Druk
13	Vacatures WLB Joannaplantsoen
14	Tuinpraat met Kaat
15	Tuinpraat met Kaat
16	Tuinpraat met Kaat
17	Tuinpraat met Kaat
18	Actie aanbieding Donald Duck
19	Gedicht
20	E-Health bij dialyse-patiënten
21	Laila The White Shepherd
22	Boekbespreking
23	Boekbespreking
24	Boekbespreking
25	Mr. Marsaki
26	Sudoku's
27	Budget Recept
28	De Kookclub
29	Evenementen
30	Beach Boys biografie
31	Beach Boys biografie
32	Beach Boys biografie
33	Huis van Herstel
34	Huis van Herstel
35	Stormnamen
36	Stormnamen
37	MoppenHoek
38	Oplossingen Puzzels
39	Strip



Van de Redactie

Beste Lezers van De Spreekbuis,

Voor mij is de tijd gekomen dat ik afscheid neem als eindredacteur van De Spreekbuis. Ik heb zo een 7 jaar met groot plezier meegewerkt aan De Spreekbuis om het te maken wat het nu is, en zal het (en jullie) oprecht gaan missen maar er is een tijd van komen en een tijd van gaan. Bedankt voor alle leuke reacties en interacties die we de laatste jaren met elkaar gedeeld hebben, ik heb er echt van genoten. Voor nu wens ik jullie allemaal het beste toe voor in de toekomst en hoop ik dat de wereld weer snel in rust en vrede verkeerd, het gaat jullie goed!

Veel groeten van, Jeroen de Rijcke (alias DeRijckSte)

Van de Redactie,

Allereerst willen wij als redactieleden Jeroen bedanken voor de grote inzet voor De Spreekbuis van de afgelopen jaren. Jeroen heeft De Spreekbuis een nieuwe vorm gegeven met veel kleur en eigen gezicht. Ook was het elke uitgave weer een uitdaging om de inhoud weer te vullen met leuke verhalen, puzzels, strips en info die belangrijk voor ons is.

Regelmatig krijgen wij reacties van onze lezers dat men met plezier De Spreekbuis leest. Als redactie zijn wij hier erg blij mee. Regelmatig krijgen wij verhalen binnen van onze lezers over activiteiten, muziek en eigen hobby's. Wil je nu als lezer wat delen met anderen over iets wat je hebt meegemaakt, interessante hobby of activiteit die je hebt bijgewoond maak hier dan een leuk verhaal van. Dit kunnen wij als redactie plaatsen in De Spreekbuis. Ook bij de organisatie van een evenement kan men gebruik maken van de Spreekbuis.

Ingezonden stukken kun je mailen naar spreekbuis@zeelandnet.nl

Heb je opmerkingen en of ideeën over de spraakbuis laat het ons dan ook weten.

De Redactie van De Spreekbuis hoopt op dezelfde voet verder te gaan zoals jullie van ons gewend zijn. Met voldoende leuke verhalen, puzzels en natuurlijk van jullie inbreng blijven wij met veel plezier De Spreekbuis maken.

Wij wensen iedereen weer veel leesplezier toe met deze lente editie van De Spreekbuis.

Met vriendelijke groet,

Karin, Peter H, Peter L, Pieter redactie van de Spreekbuis

**Uiterste inleverdatum stukken voor
de zomereditie van De Spreekbuis is:
Woensdag 25 MEI 2022**

Spreekwoorden en puzzels



Waar rook is, is vuur.

Waar geruchten over wangedrag zijn, zal er ook wel iets mis zijn.



Als het getij verandert (of: verloopt), verzet men de bakens.

Als de omstandigheden veranderen, past men zijn tactiek aan.

Wat de vos niet weet, weet de haas ook niet.

Het is moeilijk iets te weten als het je nooit verteld is.



Wie plast tegen de kerk, gaat gevaarlijk te werk.

Een wandaad kan verstrekkende gevolgen hebben.

Waar de boom gevallen is, blijft hij liggen.

Gedane zaken nemen geen keer.



Witte paarden hebben veel stro nodig.

Pronkzieke vrouwen kosten veel geld.

KATTEN

Onderweg naar de winkel liep ik een vrouw tegemoet. Deze vrouw had 2 rugzakken met in elke rugzak 3 katten, met elk 3 kittens. Katten en mensen bij elkaar, met z'n hoe velen liepen we naar de winkel ?



WARME VOETEN EN KOUDE TOP

Mijn voeten zijn warm, mijn top is koud. Ik ga nergens heen, want ik ben zo oud.
Wat ben ik?



ONGEVALLEN

Waarom gebeuren de meeste ongevallen in het verkeer wanneer mannen gedronken hebben?





Centrale Cliëntenraad Emergis

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-clieënten. We richten ons voornamelijk op beleidszaken. Het werkgebied van de raad beslaat geheel Emergis. De Spreekbuis biedt ons in elke editie ruimte om iets te vertellen over onze werkzaamheden.

Voorstellen

In de vorige editie hebben onze voorzitter Corina en vicevoorzitter Helmi zich voorgesteld. In deze editie is het de beurt aan onze secretaris en aan één van de overige raadsleden.

Secretaris

Beste lezer,

Mijn naam is Kevin van Vilsteren, ik ben wonend in Goes, 24 jaar oud.

Ongeveer anderhalf jaar geleden ben ik aangesloten bij de CCE, iemand van de CCE kwam vertellen over hoe wat de CCE precies was toen ik de cursus Werken Met Eigen Ervaring volgde.

Wat ze vertelde sprak me heel erg aan om bij de CCE aan te sluiten. In het begin vond ik het heel erg spannend, want ik ben zelf nog best wel jong en ik dacht altijd dat iemand van mijn leeftijd zijn mening tegenover iemand die een stuk ouder is niet heel veel uitmaakt, maar dat is dus helemaal niet zo iedereen zijn mening geldt hoe oud hoe jong je bent in de CCE. In de tijd dat ik bij de CCE zit heb ik ontzettend veel geleerd over mezelf en over in een groep te werken om mensen hun mening te horen en daar feedback op te geven.

Cliëntpanel

In de zomereditie van de Spreekbuis hebben we kort al iets gemeld over het cliëntpanel dat opgezet gaat worden. Begin 2022 wordt hiervoor een wervingscampagne gestart. Cliënten die ambulante zorg (hebben) ontvangen, worden uitgenodigd om lid te worden van het panel. Panelleden ontvangen maximaal zes keer per jaar een digitale vragenlijst waarin gevraagd wordt om een mening te delen over verschillende onderwerpen. Zo hopen wij meer input te krijgen van cliënten die ambulante zorg ontvangen. Die input kunnen wij dan weer gebruiken in onze adviezen aan de organisatie.

Wij gaan altijd vertrouwelijk om met de gegevens en de antwoorden van de panelleden. Reacties worden anoniem verwerkt en persoonlijke gegevens worden niet gekoppeld aan de antwoorden. Panelleden bepalen zelf hoe vaak ze meedoen en kunnen op elk gewenst moment stoppen.





Advies- en instemmingsaanvragen

De zorg is volop in beweging. Dat merken we dan ook in de adviesaanvragen die we ontvangen hebben in 2021. Enkele adviesaanvragen waren:

1. Wijziging huisregels n.a.v. sluiting rookruimten.

De locatieraad en de CCE hebben samen op de verschillende locaties informatie opgehaald. Deze is gedeeld met de RvB. De wet die in juli 2021 is ingegaan bepaald dat we geen rookruimten meer in de gebouwen zelf hebben. Buiten mag er wel gerookt worden. Wel wil Emergis in 2025 een rookvrije GGZ. Dat zal stapsgewijs, met ondersteuning van een werkgroep vorm worden gegeven.

2. Veiligheidloket, inzet eigen personeel Emergis.

3. Verdere ambulantisering en sluiting knieken Soteria en A&S.

4. Adviesaanvraag aansturing divisie K&J GGZ

Ook in het nieuwe jaar zijn er al weer drie nieuwe adviesaanvragen binnen gekomen.

Eén van de adviesaanvragen gaat over de wijziging van de restauranttijden van E-Plaza. Het advies moet vóór 15 maart worden aangeleverd.

We zijn op zoek naar nieuwe collega's voor de CCE. Heb je belangstelling informeer bij de Ccevoorzitter Corina Pieterman.

De CCE heeft over 2021 een jaarverslag gemaakt. Deze kan worden opgevraagd bij CCE@emergis.nl.



Contactgegevens

cce@emergis.nl

0113 267295



Nieuws van WLB De Ambachten

WLB de Ambachten

WLB de Ambachten is een van de werk-leerbedrijven van WLB Zeeland. Op onze locatie in Middelburg zijn veel verschillende werkafdelingen. Tussen de middag komt iedereen samen in de kantine om deel te nemen aan de warme lunch die vers bereid wordt door de keukenploeg. Lees snel verder om te zien wat wij allemaal in huis hebben!

SCHUTTING EN POORTENMONTAGE – Naast dat hier poorten en schuttingen worden gemaakt lopen klanten hier binnen om bestellingen te plaatsen en op te halen. Werkbegeleider Daniël verdeelt het werk altijd met een lach en zorgt er voor dat iedereen aan de slag kan.

Werkzaamheden:

Schuttingen en poorten maken
Zaagwerkzaamheden
Bestellingen klaarzetten
Klanten helpen



MEUBELMAKERIJ - Op de meubelmakerij werken wij aan opdrachten die klanten bij ons plaatsen. Meubels, kozijnen, deuren; geen opdracht is het zelfde! Werkbegeleider Guus heeft met zijn achtergrond als timmerman veel vakkennis en kan dit goed en geduldig overbrengen aan de medewerkers.



Werkzaamheden:

- Zaagwerkzaamheden
- Houtbewerking
- Meubelen maken
- Overige houtbestellingen maken



NIEUW! DE BOEDEL BANK:

Op dit moment zijn we bezig met het opzetten van een nieuwe werkdienst: de Boedelbank. Net als bij een kringloopwinkel worden spullen verzameld en gesorteerd, om ze vervolgens een goede bestemming te geven. Het verschil met een Kringloopwinkel is dat er alleen met een verwijzing en op afspraak gewinkeld kan worden.

Werkzaamheden:

Sorteerwerk
Meubels monteren en demonteren
Reparatie- en restauratiewerk
Winkel/magazijnbeheer
Administratief werk



INPAKAFDELING – Werkbegeleidster Elske zet haar organisatietalent in op de inpakafdeling. Daar verzorgen wij inpakwerkzaamheden voor verschillende bedrijven. Elke week komen er nieuwe en verschillende opdrachten binnen.

Werkzaamheden:

- Inpakwerk: o.a. tellen, sorteren, stickeren
- Monteren kleine onderdelen
- Orders klaarzetten

TRANSPORT – De mensen die graag onderweg zijn werken op de transportafdeling. Of je nu zelf rijdt of bijrijder bent: elke werkdag is weer anders!

Werkzaamheden:

Bestellingen afleveren
Spullen ophalen & wegbrengen
Boodschappen doen
Bus onderhouden

OVERIG – Naast onze grotere afdelingen hebben we ook kleinere werkdisciplines:

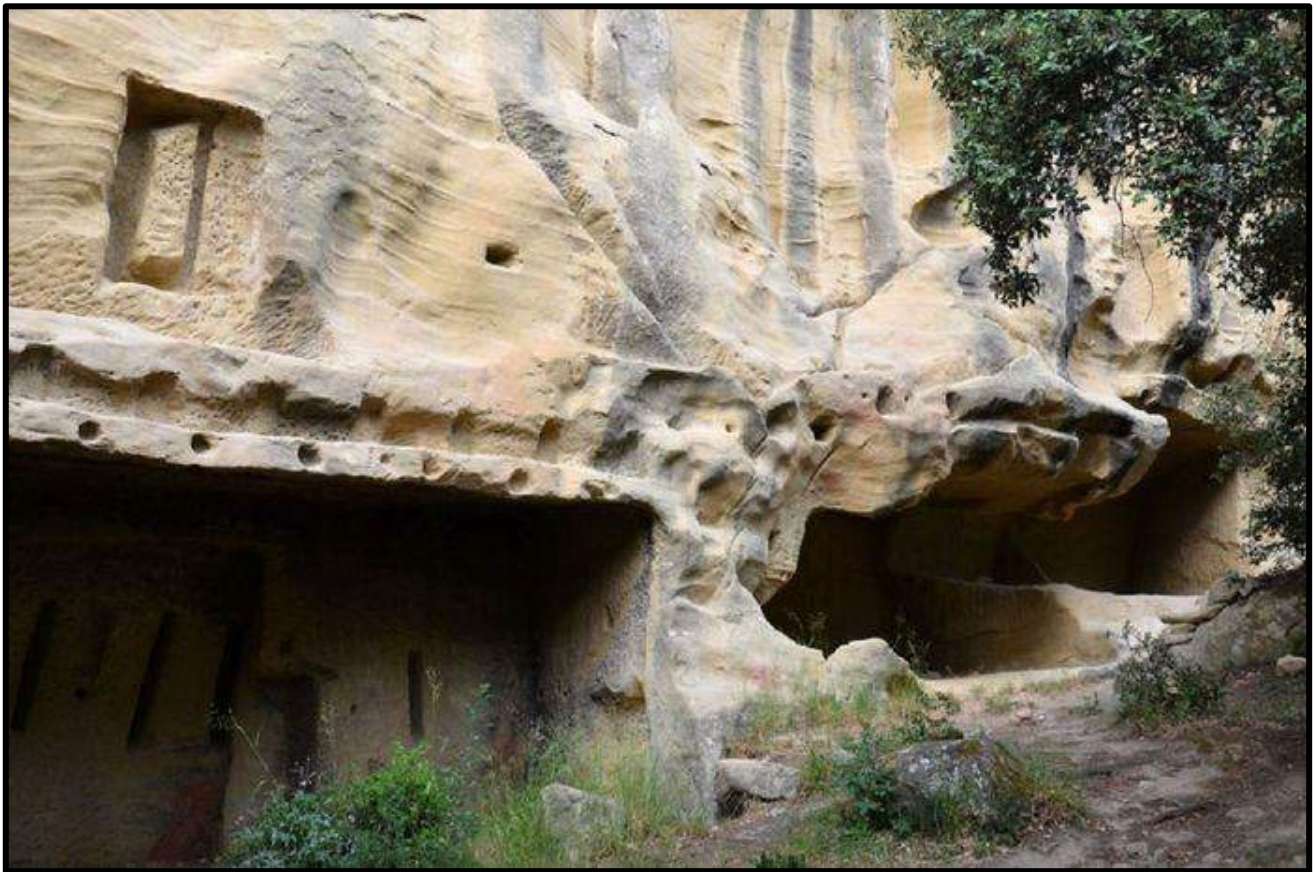
Schoonmaakwerk
Kantine/maaltijdbereiding warme lunch
Groenvoorziening & terreinonderhoud
Magazijnbeheer & heftruckwerk



Opmerkelijk Nieuws

Florence – in de Italiaanse stad Florence is een priester beboet omdat hij te vaak de kerkklokken luidt. Volgens omwonenden zijn er dagen waarop de klokken 200 keer per dag beieren. Na klachten van de buren, mislukte bemiddelingsgesprekken en juridische procedures hebben de autoriteiten een boete van 2.000 euro opgelegd. Ook mag de priester enkel nog de klokken luiden voor de mis en als oproep voor gebed.

Lamanon – een 84-jarige Nederlandse vrouw die eind 2021 overleed in Zuid-Frankrijk heeft de Franse plaats Lamanon ruim 1,4 miljoen euro nagelaten. Het geld moet gebruikt worden voor de restauratie en het onderhouden van de grotten van Calès en het welzijn van senioren. De grotten zijn een prehistorische attractie waar ze graag wandelde. Naar verluidt is de Nederlandse vrouw geboren in het Zeeuwse Schoondijke.



Lelystad – een inwoner van Lelystad is door de politie bevrijd uit een ondergrondse container. De man was zijn portemonnee kwijt, in de veronderstelling dat hij die per ongeluk in de container had gegooid en vervolgens de ondergrondse container in gekropen. Hij kwam vast te zitten en de door omstanders gewaarschuwde agenten hebben de man bevrijd. Na een grondige inspectie van de container bleef de portemonnee spoorloos.



Zevenhuizen – een intiem moment van een liefdeskoppel is geëindigd in het ijskoude water van de Zevenhuizerplas. Het stel parkeerde hun auto op de boothelling om vervolgens in de auto de liefde te bedrijven. In het heetst van de strijd haalde het koppel volgens omstanders per ongeluk de handrem van de auto waardoor de auto het water in reed. De twee geliefden konden zelfstandig het water verlaten en de wal bereiken en zijn niet gewond geraakt.

Israël – Een aardbeienteler uit Israël gaat het Guinness World Record boek in als de man die de grootste aardbei ooit heeft afgeleverd. De vrucht weegt 289 gram en is 8 cm lang, 4 cm dik en meet 34 cm in omtrek. De tot voor kort grootste aardbei werd in 2015 geteeld in het Japanse Kadima en woog 250 gram.



Henegouwen – In dierenpark Pairi Daize is een zeldzame zwartsnavelooievaar op een trieste manier aan zijn einde gekomen. Door een zware windstoot tijdens storm Eunice kwam er een boom op de volière terecht waardoor de vogel kon ontsnappen en uiteindelijk landde in het gebied waar de leeuwen verblijven. Het jagersinstinct van deze roofdieren is naar boven gekomen en ze hebben de ooievaar gedood en opgegeten. De zwartsnavelooievaar is een bedreigde diersoort en eet voornamelijk vis maar ook insecten, amfibieën, slangen en kleine zoogdieren en vogels.





Druk - Een manisch-depressieve autist met een angststoornis

Ik schrok om 3 uur wakker, uit een nachtmerrie. Ik heb me aangekleed, mijn muts op gezet en ben naar buiten gegaan om een sigaretje te roken. Maar eerst meldde ik mij bij de nachtwaker, een aardige jongen die zich netjes aan me voorstelde. Ik vroeg of het niet verstandig was een pammetje te nemen. Hij is gaan kijken, maar helaas er is geen bonnetje "zonodig" voorgeschreven. Ik heb toch twee Clonazepam genomen. Die had ik nog in mijn tas.

Ik genoot van me sigaretje en nam er maar een kopje koffie bij, een cappuccino. Daar word ik altijd rustig van. Na de cappuccino heb ik mijn chocolademelk genomen. Die heb ik op mijn kamer opgedronken. Ik genoot mijn tweede sigaretje. En nu ben ik klaar wakker. Dan ga ik maar opnieuw een sigaretje roken tot ik rustig word. En dat word ik als een pammetje zijn werk gaat doen. Op mijn kamer is het rustig en mooi. Het staat vol met mijn zelf gemaakte schilderijen. Daar ben ik erg blij mee. De kamer is opgeruimd, de tassen zijn uitgepakt, alles ligt in de kast. Setje bij setje, onderbroeken bij onderbroeken, sokken bij sokken. Kortom het is keurig, dat zou mij rust moeten geven. Die heb ik ook wel een beetje. Ik heb het hier naar mijn zin. Het is een leuke afdeling. Er is een goede sfeer. De mensen die er werken zijn aardig en gemakkelijk, ze doen niet moeilijk.

Hoe ben ik hier gekomen? Met een ambulance. Dat was me het ritje wel. Maar ik ben hier natuurlijk niet zomaar. Het ging niet zo goed met mij. Dat wil zeggen dat er een heleboel goed ging. Maar dat er ook dingen niet goed gingen. Voorlopig zit ik hier en weet ik mij omringd met alle zorg die er nodig is. Ik heb gisteravond bijvoorbeeld geschilderd. Ik heb twee schilderijen afgeraffeld. En nog eentje 's nachts. Nou ja afgeraffeld, ik schilder nogal snel. Die staan nu ook op mijn kamer en dat is mooi.

Ik heb een paar problemen. Ik heb een jeugdtrauma en de rest van mijn leven zit ook vol met trauma's. Ik ben bipolair oftewel manisch-depressief. Ik kan korte en lange periodes depressief zijn, en dan heb ik ook een angststoornis, irreële angsten, maar ook korte of lange periodes hyperactief. Dan presteer ik op topniveau. Op dit moment ben ik niet depressief maar ben ik eerder hypomaan of manisch en kan ik bergen verzetten. Met weinig slaap. Het put je lijf, hoofd en je geld wel uit (ik maak dan schulden). Daarnaast ben ik autistisch. Ik ben daarmee verder gekomen in mijn leven op eigen kracht. Ik kan met mensen omgaan, maar ik begrijp ze niet altijd. Ik voel niet alles aan. Een hele tijd heb ik geen gevoelens gehad. Laat staan dat ik ze uitte. Dat is voor andere mensen vreemd. Dan weten ze niet wat we samen hebben. Dan denken ze dat ik spelletjes speel, en dat is niet leuk. Want ik ben ook heel eerlijk en ik lieg nooit. Maar als ik niks voel, dan kan ik mijn gevoel ook niet laten blijken.

Kort geleden heb ik een doorbraak gehad. Ik kreeg ineens gevoelens die betrekking hebben op het hier en nu en gevoelens die betrekking hebben op het verleden of wat er komen gaat. Dat is overweldigend, ik ben dat niet gewend. Dan huil ik soms van ontroering. Dat is nieuw voor mij. Dan praat ik soms met huilende stem. Dat is ook nieuw voor mij. Maar ik vind het prachtig, want het is fijn om te voelen, ook pijnlijke gevoelens. Die gevoelens duwen mij de juiste richting in, zonder er lang over na te denken als autist, wat ik anders het beste kan. Ik ben er blij mee en ik weet nu dat ik kan leren er mee om te gaan.

Fritz van Rikxoort



“WLB Joannaplantsoen”

“Kom je bij ons werken?”

Bij het WLB Joannaplantsoen is er plaats voor nieuwe medewerkers met een WMO indicatie.

- Medewerker tuin
- Medewerker klussendienst
- Kantine medewerker
- Balie medewerker



Wat bieden wij:

- Uitstekende werksfeer
- Dagdeelvergoeding
- Keuze uit verschillende dagdelen
- Gratis lunch tussen 12.00 en 13.00 uur
- Hoop gezelligheid en vrijheid
- Geen werkdruk

Wil je jezelf aanmelden als medewerker of meer weten, dan kun je contact opnemen met Chantal of Claudia van het WLB Joannaplantsoen te Goes

Telefoonnummer : 0113-212444

Email : josse@wlbzeeland.nl of schouwenaar@wlbzeeland.nl

Kom gerust langs voor informatie en/of een rondleiding!



Tuinpraat met Kaat

EINDELIJK LENTE!

Hiep hiep hoera, de lente is aangebroken. Voor mij persoonlijk al vanaf de derde week van Januari, tegen de tijd dat jullie dit lezen is het al Maart dus dan ook officieel lente.

Zodra de dagen zichtbaar langer worden begint in mijn hoofd het voorjaar. Meestal zijn januari en februari de koudste maanden van het jaar maar ach. Het geluid van een fluitende vogel is altijd mooi, warm of koud, ja toch?

Vandaag, eind januari, zag ik de eerste krokus en de eerste sneeuwkllokjes in de tuin. Ze zijn nog een beetje verstopt onder de bladeren van de boom van de buurman maar toch. Dus ik moet nodig eens wat blaadjes van de paadjes vegen. Die gooi ik dan achterin de tuin weer tussen de planten in de schaduwtuin, dat is goed voor de grond. De blaadjes verteren dan langzaam en zo komt er een laag humus net zoals je in een echt bos op de grond ziet liggen. Vandaar dat ik dat achterste stuk tuin de bostuin noem.

Hieronder een foto van April 2021 genomen in het parkje vlakbij. Fluitenkruid in bloei, prachtig he!





OVER MIJN LEVEN....

Deze tuinpraat zal ik eens wat meer over mezelf vertellen. Ik heet Karin, ben 49 lentes jong en woon samen met mijn man en hond in een leuk, oud huisje in Goes. Ons huis is gebouwd in 1921 door boer Hengstdijk, het was een boerderijtje aan de rand van de stad. Nu is dat allang niet meer zo hoor, in de jaren 60 van de vorige eeuw is het boertje ermee gestopt. De stad groeide en waar de weilandjes en boomgaarden waren, werden huizen gebouwd. Ons huis staat er dus nog, de oude boerenschuur die erbij hoorde niet meer.

In die tijd was er geen stromend water, er was een waterpomp buiten en daar kwam natuurlijk alleen koud water uit. Dat betekent ook dat er geen doorspoel-wc was, er was een zogenaamde poepdoos achterin de bijkeuken. Het huis was voor die tijd wel luxe, ze hadden namelijk elektriciteit, dat had ook niet iedereen. Soms probeer ik me voor te stellen hoe men toen leefde: Naar buiten om emmers water op te pompen uit de put, vervolgens die emmers naar binnen sjouwen, op een vuur verwarmen om eten te koken enzo.

Wat zijn wij dan nu verwend eigenlijk, warm en koud stromend water, elektra, gasaansluiting en verwarming!



Dit is ons huis lang geleden, ik heb alleen een kopie van de originele foto!



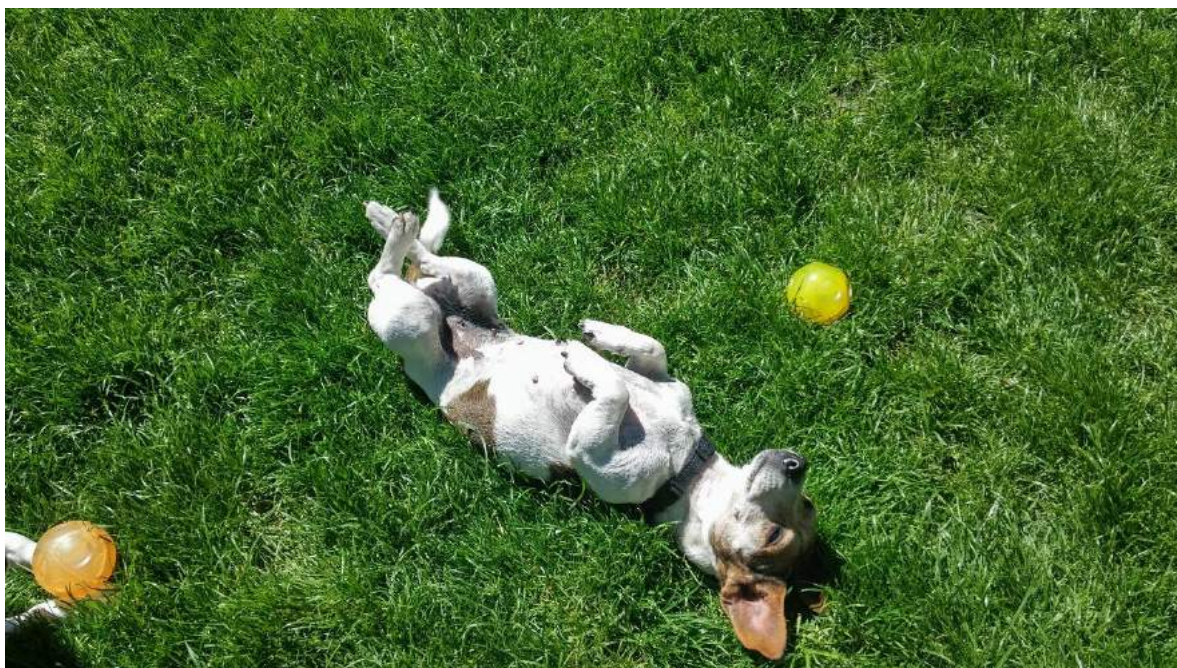
DE HONDEN IN MIJN LEVEN

Mijn allereerste hondje heette Moons, ongeveer 25 jaar geleden. Ze was achter gelaten in een huisje wat ik huurde. De buurvrouw had haar al die tijd gevoerd en toen ik er kwam wonen zei ze: neem jij Moons maar, dan kan ze weer in haar eigen huis wonen. Moons was al wat ouder en niet gesteriliseerd (zo ging dat toen) en ze werd natuurlijk loops. Ik heb haar toen meegenomen naar een kennis die een jackrussel reutje had, daar heeft ze de daad mee gedaan en zo kwam ik aan mijn tweede hondje, Sonny. Die was dus vanaf zijn geboorte bij me en is 14 jaar geworden.

Daarna wilde ik dolgraag weer een pup, in 2012 kwam Luna bij ons, ze was superschattig en een echte eigenwijze pup. Dit jaar in maart wordt ik 50 jaar en Luna wordt 10 jaar, ook in maart. Met Luna hebben we als pup aardig wat te stellen gehad, maar ja pups hebben ook fases: baby, kleuter, puber, etcetera.

Toen Luna een jaar of 5 was, wilde ik er graag weer een hond bij. Twee pubers zag ik niet zo zitten dus adopteerde ik een grote hond van 10 jaar, Niebla. Ze was echt prachtig, volwassen en rustig genoeg om met druktemaker Luna om te kunnen gaan. Niebla moesten we laten gaan, maar ze heeft een goede oude dag gehad bij ons.

Nog één keer hebben we daarna een oudere hond geadopteerd, Roxy: een klein hondje van 10, ook al weer een afgedankt beestje, ze kwam uit het asiel van Terneuzen. Roxy was erg fel op haar eten, ze was achtergelaten in een huis met 2 poezen en in beslag genomen door de dierenpolitie, zo kwam ze in het asiel terecht. Mager, onder de vlooiën, overal wondjes van het krabben...maar die hebben ze daar netjes opgelapt met medicinale baden en al, ook zij heeft nog een mooie oude dag bij mij gehad. Ik moest Roxy en Luna wel apart voeren, Roxy heeft Luna zelfs één keer in haar neus gebeten vanwege eten. Dat komt omdat ze had moeten leren overleven, ze at zelfs vogelzaadjes die onder het voederhuisje lagen in de tuin! Dat heeft Luna dus van Roxy geleerd, dat doet Luna nu nog. Hieronder een foto van Roxy, helemaal zen, ze was wel een schatje hoor!





TOT SLOT sluit ik ook deze tuinpraat weer af met een gedicht. Dit gedicht gaat over acceptatie, ik heb namelijk een reumatische aandoening en mijn lichaam wil vaak niet meer doen wat ik wil. Het is pijnlijk maar ik neem geen pijnstillers (dat helpt toch niet). Ik probeer met veel bewegen, sporten en yogales mijn lichaam zo fit mogelijk te houden. Althans, voor zover dat mag natuurlijk, na al die maatregelen van de laatste paar jaar zijn mijn gewrichten nogal achteruit gegaan. Hopelijk zijn we daar nu voorgoed van af en mag ik 's winters weer lekker binnen sporten en fit blijven!

Samen uit, samen thuis

Samen krijgen we het voor elkander
Vrijheid voor allen, een kleurrijke salamander
Ik verschiet van rood en paars naar groen
Maar mijn haar niet meer, dat flesje was toen
Puur natuur, wij zijn de oude wijven
Luna en ik, de marathon zal blijven
De marathon van vechten voor recht
De marathon, maar is die wel echt?
Geen QR code maar wel een leven
Geen pijn maar liefde om te geven
Wij doen niet aan menselijk gezeur
Ga nu maar weg met je geleur
En ik houd ook nog van mijzelf
Met wallen en al, een blad met een nerf
Vrijheid, blijheid, dat is het geval, samen met Luna, let op: ik knal!





Actieaanbieding Donald Duck

Actieaanbieding



Boekbinderij WLB Joannaplantsoen.... April 2022:

De boekbinderij heeft groot ingekocht complete Jaargangen Donald Ducks

Op dit moment hebben wij op voorraad de Jaargangen van 1970 tot en met 2010.

Mocht u een leuk verjaardag cadeau willen geven of een jaargang Donald Duck van uw geboorte jaar willen hebben kunt u deze bij ons te bestellen. De bestelde Jaargang Donald Duck wordt dan voor u ambachtelijk ingebonden in twee boeken. Tevens heeft u de keuze om de kaftkleur te bepalen en een eventuele tekst voor op de kaft op te geven. Dit alles voor een actieprijs van 40 euro.

Mocht u verdere vragen hebben over deze aanbieding mail of bel ons op onderstaand telefoonnummer en of e-mail adres. Op dit moment hebben wij nog op voorraad de volgende jaargangen Donald Duck in een rode kaft ingebonden:

1970 75,00 euro

1972 75,00 euro

1991 / 1999 / 2000 / 2001 / 2004 / 2007 / 2008 / 2012 / 2014 voor de actieprijs van 40,00 euro



Enkele voorbeelden van de beschikbare ingebonden jaargangen. Voor het totale overzicht zie hierboven.



WLB Joannaplantsoen / Boekbinderij
Joannaplantsoen 2
4462AV Goes
0113-212444
huisdrukkerij@zeelandnet.nl



Ik mis je zo

Ik rook een sigaret
en neem een slokje wijn.
Mijn gedachten zijn bij jou :
Wat hadden we het fijn...
Ik mis je zo...
Was jij nu maar hier aan mijn zij,
heel dicht bij mij.
Ik zou je knuffelen en je gezicht strelen,
Ik zou mijn gedachten met je delen.
Ik zou je kussen, heel teder en zacht.
De klok slaat.
Ik word weer in het heden gebracht.
De nacht gaat komen
donker en koud.
Ik wil niet gaan slapen, zo eenzaam en alleen.
Ik wil niet slapen zonder jouw arm om me heen.
Ik mis je zo...
Mijn gedachten zijn weer bij jou.
Langzaam gaan weer die tranen komen.
Weg zijn al mijn dromen.
Ik drink mijn glas leeg en neem
nog een trek van mijn sigaret.
Mijn ogen gevuld met tranen,
kijken naast mijn bed.
Naar jouw foto, die ik daar een aantal weken terug
had neergezet.
Als ik naar je foto kijk, dan voel ik weer verdriet.
DE leegte die jij achterliet.
Liefste, ik kan je niet vergeten...

Bron : Petra





E-Health bij dialyse-patiënten

25-50% van de dialyse-patiënten heeft last van symptomen van depressie en angst. Zorgelijke cijfers die medici graag met beide handen aanpakken. Om die reden onderzocht Els Nadort of online zelfhulp psychotherapie soelaas kan bieden. Het Nederlandse Kenniscentrum Angst, Dwang, Trauma en Depressie (NedKad) stelden haar een aantal vragen over haar promotieonderzoek.

‘Over de effectiviteit van de behandeling van angst en depressie bij dialyse-patiënten is nog vrij weinig bekend’, trapt Nadort af. ‘Het herkennen van deze klachten wordt gecompliceerd door de overlap met symptomen die gepaard gaan met de dialysebehandeling. Vandaar dat wij ook hebben gekeken hoe je deze klachten kunt signaleren. Hiervoor hebben we de diagnostische betrouwbaarheid van twee veelgebruikte vragenlijsten voor angstklachten gevalideerd bij dialysepatiënten.’

Online zelfhulp voor dialyse-patiënten

In het beperkte aantal studies die hiernaar zijn gedaan vindt de Amsterdamse onderzoeker wél aanwijzingen dat psychotherapie mogelijk goed werkt tegen depressieve klachten bij patiënten met nierfalen. Daarom besloot de onderzoeksgroep een interventiestudie op te zetten. Nadort: ‘We hebben een online zelfhulpbehandeling onderzocht voor dialysepatiënten met somberheidsklachten. Deelnemers konden de behandeling volgen tijdens de dialysebehandeling op een tablet of laptop. Ze werden hierbij online begeleid door een psycholoog op afstand.’

Waarom E-Health?

‘We kozen voor online zelfhulp, omdat dialyse-patiënten al drie keer per week naar het ziekenhuis moeten komen’, legt Nadort uit. ‘Dan hebben ze vaak geen tijd en energie om nog een keer extra te komen om naar een psycholoog te gaan. Online zelfhulp-behandeling zou een mogelijkheid kunnen zijn om de toegang tot deze zorg te verbeteren. Helaas bleek het toch niet dé oplossing. Zo had 60% van de deelnemers hulp nodig bij het gebruik van de tablet of het invullen van de oefeningen. Sommigen konden bijvoorbeeld hun arm niet goed gebruiken, omdat daar de dialyseaald in zat.’

190 deelnemers aan studie in 18 deelnemende dialysecentra

‘Uiteindelijk deden er 190 deelnemers mee uit 18 deelnemende dialysecentra door het hele land. Van Amsterdam tot Nieuwegein en van Den Haag tot Den Bosch. De deelnemers kwamen willekeurig in de behandel- of controlegroep terecht. De ene helft kreeg de online zelfhulp-behandeling aangeboden en de andere groep normale zorg. Na 5 sessies werd vervolgens de stand opnieuw opgemaakt: hoe scoorden de mensen nu op depressie en angst?’

Helaas geen effect zelfhulp

Helaas laat het onderzoek geen effect zien van de behandeling. Nadort: ‘Bij beide groepen verminderden de somberheidsklachten met 21%. Dit wijst erop dat de online psychotherapie geen aanvullend effect lijkt te hebben naast de standaardzorg in de dialysecentra. Dat is jammer, want deze groep patiënten heeft een verminderde kwaliteit van leven, veel depressieve en angstklachten en zou mogelijk veel baat hebben bij een effectieve behandeling. Op dit moment is er meer onderzoek nodig om te ontdekken hoe we hen het beste kunnen helpen en bereiken. Er is wel een positieve kanttekening dat de online therapie effect zou kunnen hebben bij jongere patiënten die meer computerskills in huis hebben.’

Bron: nedkad.nl



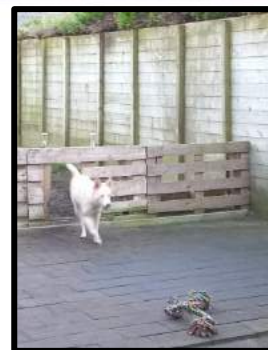
Laila The WhiteShepherd

Laila The White Shepherd

Afgelopen spreekbuizen hebben jullie al kennis mogen maken met mijn Laila.

Laila is een Portugese straathond die zo een 8 maanden geleden naar Nederland is gekomen. Ze is 1 van de bangste honden die ik ooit gehad heb en er is maar weinig mee te beginnen. Helaas heeft ze daardoor maar een saai leven waar weinig verandering in lijkt te zitten. Gelukkig zijn er ook hele kleine vooruitgangen waardoor ik toch nog een beetje hoop heb voor haar toekomst.

Ondanks dat ik haar in de afgelopen maanden nog nooit heb kunnen aanraken begint ze wel steeds meer naar me toe te trekken. Ze komt regelmatig aan me snuffelen en soms krijg ik daarbij zelfs een kusje of een lik in mijn gezicht. Inmiddels kent ze ook het commando dat ze bij me moet komen en weet ze wanneer er van haar verwacht wordt dat ze naar binnen moet. Voorheen was ze met geen mogelijkheid binnen te krijgen maar tegenwoordig komt ze ook wel eens uit zichzelf naar binnen als er buiten te veel geluiden zijn. Het goede nieuws is dus dat ze het tegenwoordig binnen dus ook wel prettig vindt maar het slechte nieuws is dat ze het nog steeds heel eng vindt. Bij ieder beweging die ik binnen maak staat ze op van haar plaats en loopt weg naar een plek waarvan ze alle kanten op kan vluchten. Het grappige is wel dat als ik de laatste tijd 's avonds mijn eten sta te koken ze bij me komt zitten in de keuken. Uiteraard is dit vooral om te schooiën of hoopt ze dat er wat lekkers op de grond valt, maar zo lang ze me opzoekt vind ik het prima.



Ik heb regelmatig geprobeerd in contact te komen met de stichting in Portugal zonder succes. Ik wilde graag meer weten over haar verleden en wat ik tegen haar angsten kan doen maar er kwam geen reactie. Dit is een gegeven wat je bij heel veel stichtingen hoort die honden uit het buitenland verkopen. Zodra ze hun geld binnen hebben laten ze je in je eigen soep gaar koken en moet je het dus maar allemaal zelf uitzoeken.



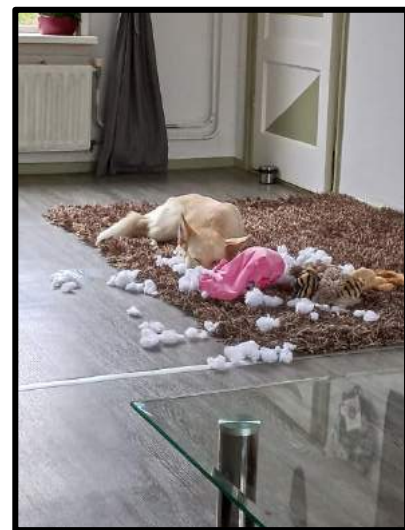
Gelukkig heeft Laila wel wat hondenvriendjes gemaakt die regelmatig bij haar langskomen om te spelen. Ze vindt het geweldig om met haar vriendjes te rennen en vliegen door de tuin en ook om knuffels en ballen te slopen. Helaas gaat haar beste vriendje verhuizen waardoor ze veel minder aanloop gaat krijgen. Hopelijk heeft dat geen negatieve invloed op haar gedrag maar dat zullen we pas weten als haar vriendje niet meer komt. Ik heb er vaak aan zitten denken om er dan zelf maar een 2^{de} hond bij te nemen maar zie daar toch maar van af.

Als je ziet hoeveel tijd er gaat zitten in een hond waarmee je nog niet eens een wandeling kan maken hou ik maar weinig tijd over voor een 2^{de} hond, dus zie daar toch maar vanaf. Daarnaast

moet het natuurlijk ook nog eens klikken tussen de 2 honden anders heb ik er nog een probleem bij.

Voor nu hou ik het dan ook maar alleen bij Laila in de hoop dat ze in de toekomst toch nog wat zal bijdraaien en we ooit onze eerste wandeling kunnen gaan maken. Mocht je het leuk vinden om de ontwikkelingen van Laila te blijven volgen wordt dan vrienden met haar op instagram want ze heeft een eigen pagina.

<https://www.instagram.com/whiteshepherdaila/>





Boekbespreking

Boekbespreking 'Revolutie!' door Emmanuel Macron

Bij deze een boekbeschrijving over een boek geschreven door Emmanuel Macron (2016), de Franse president. Ik kan me niet goed herinneren hoe ik het boek ben tegen gekomen. Volgens mij las ik in de Trouw een artikel dat Emmanuel Macron de komende zes maanden de Europese Unie zou gaan leiden en werd toen mijn interesse gewekt.

Wat zegt de achterflap ons allemaal? 'Frankrijk kiest met Macron overtuigend voor optimisme.' NRC Handelsblad. Zondag 7 mei 2017: Frankrijk kiest massaal voor Emmanuel Macron, die op negenendertigjarige leeftijd de jongste president ooit is. Drie jaar geleden nog totaal onbekend, nu president van de Republiek: hoe vond Macron zijn weg naar de top? In *Revolutie!* vertelt Macron voor de eerste keer zijn verhaal. Over zijn jeugd in het artsengezin in Amiens, zijn studententijd in Parijs aan de prestigieuze universiteit Sciences Po en de staatsschool ENA, zijn tijd als bankier, als minister van Economische Zaken en de oprichting van zijn partij En Marche!, waarmee hij een progressief alternatief voor het traditionele links-rechts denken in de Franse politiek wil bieden. Aan de hand van zijn visie leren we de jonge sociaalliberaal met zijn uitgesproken pro-Europese boodschap op toegankelijke wijze kennen. Het levert een compleet portret op van de nieuwe president: helder, open en persoonlijk, vol ambities. 'Een nieuw hoofdstuk is aangebroken, waarin de herontdekking van hoop en vertrouwen centraal staat. Laten we van Frankrijk houden.' – Emmanuel Macron.



Het boek begint op bladzijde 6 met het volgende citaat: 'Ik ben ervan overtuigd dat ons land de energie, de veerkracht en de motivatie heeft om vooruit te komen. Dankzij onze geschiedenis en onze mensen. We zijn een nieuw tijdperk ingegaan. De globalisering, de digitalisering, de groeiende ongelijkheid, de klimaatverandering, de geopolitieke conflicten en het terrorisme, de afbrokkeling van Europa, de democratische crisis in de westerse samenlevingen, de twijfel die zich in onze maatschappij nestelt: het zijn allemaal symptomen van een wereld die op zijn kop staat.' (p. 6) We moeten samen de waarheid onder ogen zien en spreken over de grote veranderingen die plaatsvinden. Waar we naartoe moeten en langs welke route. Hoe lang deze reis zal duren. Want deze klus is niet in één dag geklaard. De Fransen zelf zijn zich meer bewust van de nieuwe eisen van deze tijd dan hun leiders. Ze zijn minder conformistisch, minder gehecht aan die vastgeroeste ideeën waar politici hun intellectuele comfort aan ontlenden. [...]



‘Als we vooruit willen, Frankrijk tot een succes maken en welvaart creëren in de eenentwintigste eeuw, in lijn met onze geschiedenis, dan moeten we in actie komen. Want de oplossing ligt bij ons. Die hangt niet af van een lijst met voorstellen die toch niet uitgevoerd worden. Die kan niet opduiken uit een constructie van wankelende compromissen. Die zal ontstaan uit verschillende oplossingen, die voortkomen uit een diepgaande democratische revolutie. Het zal tijd kosten. Er is maar één ding voor nodig: onze eenheid, onze moed, onze gezamenlijke wil. Dit is de democratische revolutie waarin ik geloof. De omwenteling waardoor we zowel in Frankrijk als in Europa samen onze eigen revolutie tot stand zullen brengen, in plaats van die te ondergaan. Van deze democratische revolutie geef ik op de volgende bladzijden een schets. Je zult er geen programma vinden en niet een van die duizend voorstellen waardoor ons politieke leven op een catalogus van bedrogen verwachtingen lijkt. Maar wel een visie, een verhaal, een wil. [...] Ik ben er volledig van overtuigd dat de eenentwintigste eeuw, die we nu eindelijk binnengaan, ook vol beloftes is en vol veranderingen die ons gelukkiger kunnen maken. Dat is wat ik jullie voorstel. Het zal onze strijd voor Frankrijk zijn en ik kan me geen mooiere voorstellen.’ (p. 8)

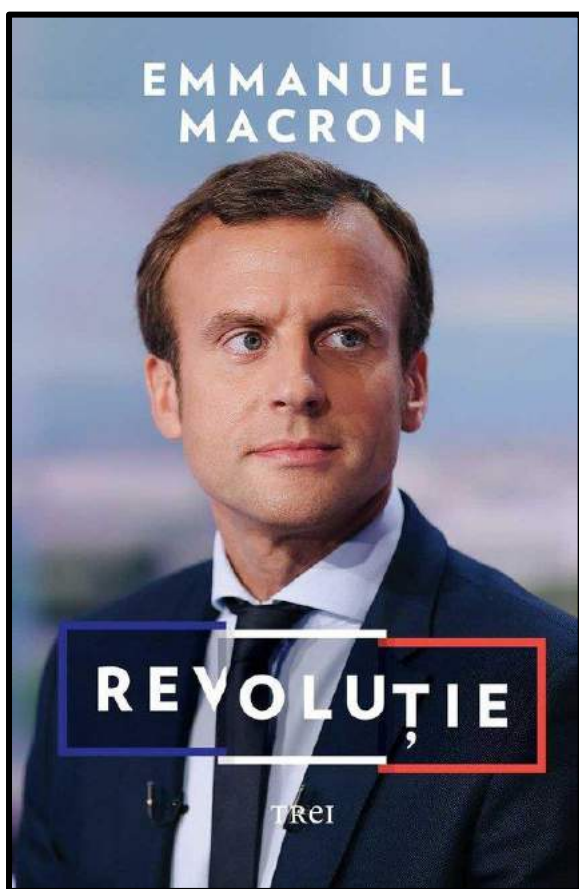
Macron komt uit een gezin van ziekenhuisartsen, uit de regio Picardië, geboren in Amiens. Volgens eigen zeggen zijn zijn voorouders opgeklommen dankzij hun werk en talenten. Hij vindt het belangrijk dat je je eigen keuzes in alle vrijheid maakt en dat je je talent ontplooit. Kennelijk leerde hij grammatica, geschiedenis en aardrijkskunde van zijn oma. (p. 11) Ook heeft hij veel gelezen. ‘Zo heb ik mijn jeugd tussen de boeken doorgebracht [...] Het was een onbewogen leven in een Franse provinciestad, een gelukkig leven, gevuld met lezen en schrijven.’ ‘Ook in de gesprekken met mijn ouders ging het over boeken.’ (p.15) Op zijn zestiende verhuisde hij naar Parijs.

Verder lezen we dat hij als kind piano heeft gespeeld, een passie die hem nooit meer heeft losgelaten. Op de middelbare school leert hij zijn toekomstige vrouw kennen, Brigitte. Hij heeft gestudeerd aan de Sciences Po, dit is kennelijk een prestigieus opleidingsinstituut in Frankrijk. In zijn jeugd jaren raakte hij ervan overtuigd dat hij in actie wilde komen en concreet dingen wilde veranderen. Daarom richtte hij zich op economie en rechten en koos hij voor een loopbaan in overheidsdienst. Hij heeft stage gelopen bij de Franse ambassade in Nigeria. Ook heeft hij daar vriendschappen gesloten, zoals met Michel Jau en Henry Hermand. Macron heeft gestudeerd aan de Ecole nationale d’administration.





We lezen dat hij een nieuwe politieke beweging heeft opgericht En Marche! Het is de mening van Macron dat de werkelijke kloof van vandaag die is tussen de traditionalistische conservatieven en de progressieve hervormers. Frankrijk moet de eenentwintigste eeuw in worden gelooft. Hij schrijft dat het een land is dat vrijheid biedt. Rondom de staat zit een weefsel dat verbindt, een gezamenlijk project: de republiek. Dit is een republiek van collectieve vrijheid. Volgens Macron heeft Frankrijk gestraald in de wereld (p. 48). De mondialisering heeft volgens Macron een nieuwe wending gekregen door de opkomst van internet en de digitalisering. Die ons systeem en onze denkbeelden omver werpen. Ook zijn onze beroepen veranderd. Er zijn nieuwe risico's, ook op wereldniveau, zoals Tsjernobyl in 1986 en Fukushima in 2011. Ook hebben we te maken met de geleidelijke uitsterving van diersoorten, zoals vissen, vogels, zoogdieren, amfibieën en reptielen. Denk ook aan de opwarming van de aarde, landschapsverandering, hongersnoden, droogte en andere natuurrampen. Gevolgen van menselijk ingrijpen. Ook het risico van terrorisme en het gevaar van een godsdienstoorlog. De opbouw van een vreedzame samenleving gaat tijd kosten. We maken een grote verandering mee en zitten in het laatste stadium van het wereldwijde kapitalisme. We moeten als Frankrijk niet elke dag een beetje meer twijfelen aan onszelf.



Apathie is ook een vijand. Er is sprake van gewinning aan een achterhaald onderwijssysteem en zes miljoen werkzoekenden. Macron ziet drie terreinen als prioriteit voor overheidsuitgaven. Het menselijk kapitaal, het onderwijs en opleidingen, investeren in onderzoek. Het tweede gebied is een ecologische ommezwaai. Sommigen kijken alleen naar hun eigen korte termijnbelangen. Voor thermische renovatie van woningen en electriciteitsvoorzieningen is overheidsinvestering nodig. Het gaat ook over infrastructuur en vervoer, waar een stukje coördinatie bij komt kijken en een algehele mobilisatie gestimuleerd door de overheid. De derde prioriteit is het aanleggen van glasvezel in heel Frankrijk. Na het spoor, elektriciteit, televisie en telefoon, gaat het hier om een nationaal project met grootste aanpak. Met name belangrijk voor gebieden die het meest afgelegen liggen. Als minister heeft Macron het glasvezelbeleid van de telecombedrijven actief geleid (p. 77). Tot zover een blik in het boek door de Franse president.

door Pieter Mesu



LEGO-poppetjes Mr. Marsaki van Bloksjop ongekend populair en komt overal

Met een knipoog naar de wereld van ‘stenen bouwen’ heeft Marsaki vastgoed Mr. Marsaki in het leven geroepen. Een LEGO poppetje in huisstijlkleuren inclusief het logo van Marsaki op de borst. Marsaki: “Deze bouwexpert speelt graag met stenen en is het boegbeeld van ons bedrijf. De poppetjes waren razend populair, de voorraad ging er dan ook snel doorheen. Mr. Marsaki werd een begrip binnen ons bedrijf. Onze collega’s namen hem overal mee naartoe, op vakantie, naar bedrijfsuitjes. Zo belandde hij op de meest uiteenlopende plekken!”.

De Bloksjop van WLB Joannaplantsoen in Goes heeft voor een ‘nieuwe’ voorraad van Mr. Marsaki gezorgd. De Bloksjop is een volwaardig bedrijf waar enthousiaste medewerkers tweedehands LEGO verkopen; in de fysieke winkel in Goes én wereldwijd via de online webshop. Neem eens een kijkje op de pagina van WLB Joannaplantsoen voor meer informatie.





Sudoku's

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



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



Kiproerbak met sperziebonen en rijst

Benodigheden voor 2 personen :

- 150 gr. Zilvervliesrijst
- 375 gr. Diepvries gebroken sperzieboon
- 1½ el Zonnebloemolie
- 150 gr. Kipfiletreetjes
- ¾ el Kerriepoeder
- 225 gr. Bamigroentepakket
- 20 gr. Verse selderij
- Hapjespan of wok



Bereiding :

Kook de rijst in een ruime pan volgens de aanwijzingen op de verpakking. Kook de sperziebonen de laatste 4 min. mee. Giet de rijst en sperziebonen af en laat staan met de deksel op de pan.

Verhit ondertussen de olie in de wok of hapjespan en roerbak de kip met de kerrie en peper naar smaak 4 min. op middelhoog vuur. Schep regelmatig om. Halveer de rode peper uit de bamigroente in de lengte, verwijder de steelaanzet en zaadlijsten en snijd in dunne ringetjes. Voeg met de rest van de groente toe aan de kip en roerbak al omscheppend 4 min. op hoog vuur.

Snijd ondertussen de selderij fijn. Voeg de rijst, sperziebonen en selderij toe aan de pan en roerbak 2 min. mee. Breng op smaak met peper en zout. Verdeel over diepe borden en serveer.





De KookClub

Is de KookClub misschien ook iets voor jou want er is plaats.

De KookClub is een clubje gezellige mensen die één keer in de twee weken bij elkaar komen bij het WLB Joannaplantsoen in Goes. Dit is altijd op dinsdag in de oneven weken van 15.00 uur tot ongeveer 19.00 uur.

Het doel van dit gezellig samen zijn is bijvoorbeeld het doen van gezamenlijke boodschappen, daarna lekker koken en eten. Ook het afruimen en de afwas horen hier natuurlijk bij.

Er zijn nog wat plaatsen vrij in de club vandaar deze oproep of het misschien wat voor jou is. Iedereen is welkom, mits je een indicatie dagbesteding (WMO) hebt. De kosten hiervoor zijn € 3,00 per keer in verband met de kosten die voor het eten gemaakt worden.

De KookClub bestaat al weer heel wat jaren en is altijd een heel gezellige boel waar lekker gegeten en gekletst kan worden. Iedereen is welkom, jong en oud, man of vrouw zo lang je maar van gezelligheid houdt.

Voor meer informatie kun je op maandag of woensdag contact opnemen met Chantal op telefoonnummer 0113-212444 of per mail joosse@wlbzeeland.nl

In het kort:

- Lekker koken en eten
- Iedere oneven week op dinsdagmiddag van 15.00 – 19.00 uur
- Kosten € 3,00 per keer
- Contactpersoon Chantal, 0113-212444 of joosse@wlbzeeland.nl
- Indicatie dagbesteding (WMO)
- Locatie: WLB Joannaplantsoen 2, Goes



Je bent van harte welkom dus schroom niet om eens langs te komen of om wat informatie op te vragen.

Hopelijk tot ziens !!



Evenementen



Zaterdag 21 mei Muziekfestival 4 You in Goes

Op de Grote Markt in Goes tussen 11.30 uur en 15.45 uur optredens van muziekvereniging ONDA uit Nieuw- en St. Joosland, muziekvereniging Con Affezione/Con Amore uit Kwadendamme/Hoedekenskerke, muziekvereniging Euphonia uit Goes en brassband Wilhelmina/Excelsior uit Colijnsplaat/'s-Heer Arendskerke. Tijdens het wisselen van de orkesten speelt het Zeeuwsch Koper Collectief. Voorafgaand aan de concerten is er een optreden van dansschool Shirley. De toegang is gratis.
www.facebook.com/MF4YGoes

Zaterdag 28 mei Zwarte Bessen Fietsdag in Nieuwdorp en omstreken

Fietstocht van ongeveer 40 kilometer door een prachtig stukje Zeeland. Deze fietstocht voert u over kronkelige dijken, langs welen en kreken, boomgaarden en prachtige boerderijen. U passeert de vele zwartebessenvelden in de Zak van Zuid-Beveland. Start en finish bij Boonman's wijnmakerij te Nieuwdorp. Onderweg zijn er diverse stopplaatsen. Start van 9.00 uur tot 13.00 uur, aankomst uiterlijk 17.00 uur. Kosten: 3,50 euro inclusief een zwarte bessenpresentje aan het eind van de tocht.
www.boonmanwijnmakerij.nl

Zaterdag 4 juni en zondag 5 juni VOLkoren festival in Middelburg

Tussen 12.00 en 18.00 uur op ongeveer 25 locaties treden er in totaal zo'n 160 verschillende koren en zanggroepen uit binnen- en buitenland op! Alle locaties bevinden zich in de monumentale binnenstad van Middelburg. Alles is vrij toegankelijk voor publiek. www.middelburgvolkoren.nl

Woensdag 8 t/m zaterdag 11 juni Havendagen Tholen

De Havendagen Tholen worden van woensdag 8 juni tot en met zaterdag 11 juni 2022 gehouden. Vanwege het uitstel i.v.m. Corona blijft het thema '75 jaar bevrijding'. Er is van alles te doen en beleven voor alle leeftijden. Van een gezellige jaarmarkt tot een bijzonder kampement met ruim 70 legervoertuigen. Vanuit het thema bevrijding zullen er diverse bijzondere demonstraties zijn door Defensie met o.a. Korps Nationale Reserve, Koninklijke Marechaussee, Marine en Luchtmacht. Op vrijdag en zaterdag zijn er in de feesttent op de haven diverse optredens van bekende artiesten, Army Air Force Show, doelzakband. Ook zijn er een nostalgische kermis met o.a. een reuzenrad, een food- en visplein, drakenbootrace, rondvaarten, straattheater, historische schepen en veel meer. De toegang is gratis.
www.tholensterk.nl/onze-activiteiten-2022

Zondag 12 juni Hulster Dweildag

De straten van Hulst zijn deze dag weer gevuld met sfeervolle dweilorkesten tijdens de Hulster Dweildag. Een dag lang genieten van de tientallen bands uit het hele land. De winnaars van de wedstrijd en leutklasse worden aan het einde van de dag op de Grote Markt bekend gemaakt.
www.facebook.com/HulsterDweildag



Muziek – Beach Boys

The Beach Boys is een Amerikaanse band die in 1961 werd opgericht door de broers Brian Wilson, Dennis Wilson en Carl Wilson, hun neef Mike Love en schoolvriend Alan Jardine.

Beginjaren

Met harde hand aangespoord door vader en manager Murry Wilson, zelf een weinig succesvolle liedjesschrijver, maakten de jongens muziek in de stijl van The Four Freshmen, waarbij harmonieuze zang de hoofdrol speelde. De single "Surfin'" uit 1961 werd een hit en was typerend voor de richting die de band de eerstvolgende jaren zou volgen: een combinatie van surfmuziek, een stijl die tot dan toe vooral instrumentaal was geweest, en teksten over surfen, auto's en meisjes. In hoog tempo werden singles en albums uitgebracht. Alan Jardine zei hierover: "*The Beach Boys zelf waren onze grootste concurrenten*".

Leider van de band was Brian Wilson, die ook de meeste liedjes schreef en die vooral vanaf de derde lp ook een begenadigd producer bleek te zijn. Eind 1964 besloot de verlegen Brian om niet langer live op te treden en zich meer op het schrijven van nummers en het produceren te richten. Zijn vervanger in de liveband was Bruce Johnston. Murry Wilson werd ontslagen, waarmee de artistieke vrijheid voor Brian compleet werd. Naarmate hij de mogelijkheden van de studio meer ontdekte schreef hij complexere muziek, die hij liet spelen door de beste studiomuzikanten van Los Angeles, tegenwoordig bekend onder de naam The Wrecking Crew. De andere leden van de groep voegden later de vocalen toe.

Pet Sounds

Toen in 1965 The Beatles het album *Rubber Soul* uitbrachten was dit voor Brian de inspiratie voor *Pet Sounds*, dat in 1966 verscheen en door het tijdschrift *Rolling Stone* werd uitgeroepen tot op-een-na-beste album ooit. Dit album, dat voor die tijd voor popmuziek ongekennd complexe muziek en persoonlijke teksten bevatte, werd ontvangen met lovende recensies maar verkocht in Amerika slechter dan de vorige albums. In Europa nam de populariteit van The Beach Boys er echter flink door toe. De latere single "Good vibrations", waarvan de opnames zes maanden duurden in drie verschillende studio's, werd een grote hit. Ook de opvolger, "Then I kissed her", kwam in de hoogste regionen ondanks dat het een cover was van The Crystals uit 1963 die het uitbrachten als "Then he kissed me".

Depressie

Aangemoedigd door dit succes vatte Brian het plan op voor een album dat *Pet Sounds* in alle opzichten zou overtreffen. Samen met tekstschrijver Van Dyke Parks en een keur aan sessiemuzikanten werkte Brian in de studio aan dit album, *Smile* geheten, terwijl de band op tournee was. Uren aan muziek werden opgenomen maar slechts weinig nummers werden echt afgemaakt. De negatieve reacties van de andere Beach Boys op de teksten van Van Dyke Parks en de ongekennd complexe muziek maakten dat Brian de zin in het project verloor. Wanneer in 1967 The Beatles hun album *Sgt. Pepper's Lonely Hearts Club Band* uitbrachten, nota bene geïnspireerd door *Pet Sounds*, betekende dit de definitieve nekslag. *Smile* werd officieel afgelast en Brian raakte in een zware depressie. Als vervanger voor *Smile* verscheen *Smiley Smile*, dat een aantal Smile-nummers bevatte. De opvolger *Wild Honey* heeft een heel afwijkend, ongepolijst geluid doordat Brian zich als producer terugtrok. Het bevat zelfs een aantal pure soulnummers. Vanaf *Friends* uit 1968 traden de andere leden van de band meer op de voorgrond en bleken ook, naast Mike Love die al eerder met Brian Wilson meeschreef, allen goede songschrijvers te zijn. Hoewel het niveau van *Pet Sounds* nooit meer gehaald werd wist de band ook met een minimale betrokkenheid van Brian Wilson nog goede albums te maken, deels mede door het afmaken van nummers van *Smile*. *20/20* is een verzameling singles en overgebleven nummers, waaronder "Cabinessence", dat bedoeld was als een van de hoekstenen van *Smile*.



Ook bevat dit album het nummer "Never learn not to love" waaraan Dennis Wilson zijn naam verbond maar dat in werkelijkheid geschreven was door zijn vriend Charles Manson. Manson en zijn sekteleiden woonden in het voorjaar van 1968 enige tijd in huis bij Dennis Wilson. The Beach Boys beloofde Manson en zijn mannen muzikaal te helpen. Manson nam in 1970 een album op, *Lie: The love and terror cult*, waarin Beach Boys-invloeden hoorbaar zijn.

Heropleving

De band maakte een kortstondige artistieke heropleving door nadat ex-journalist Jack Rieley manager van de band werd. *Sunflower* uit 1970 profiteerde van sterke composities van alle leden, maar werd desondanks het slechtst verkopende album sinds de oprichting van de band. Het album *Surf's up* uit 1971 wordt tegenwoordig als een hoogtepunt in het oeuvre van The Beach Boys beschouwd, niet alleen vanwege het voor *Smile* bedoelde titelnummer maar zeker ook door nummers als "Long promised road", geschreven door Carl Wilson, en "Disney Girls" van Bruce Johnston. Het door Rieley aangemeten nieuwe imago werpt zijn vruchten af en de band is weer "hip" in de Verenigde Staten.

Bergaf

Bruce Johnston verlaat de band in 1972 uit onvrede over de rol van Rieley. Ten tijde van de albums *Carl and the passions, so tough* (1972) en het in Nederland opgenomen *Holland* (1973) maakten twee zwarte Zuid-Afrikanen, Ricky Fataar en Blondie Chaplin, deel uit van de band, die daardoor aan dynamiek won. Deze bezetting maakte vooral tijdens optredens grote indruk. Het grote commerciële succes van het verzamelalbum *Endless Summer* zou in 1974 echter de artistieke teloorgang van de band inluiden. Manager Jack Rieley werd ontslagen en vervangen door Mike Loves broer, Steve, die een terugkeer naar de surfsound voorstond. Fataar en Chaplin verlieten de band; Fataar dook later op als lid van The Rutles, een persiflage op The Beatles. Ook werkte hij als sessiedrummer en was hij lid van de band van Bonnie Raitt. Chaplin maakte sindsdien enkele solo-albums en speelde onder meer met The Band en The Rolling Stones. Vanaf 1976 ging het met de band verder bergafwaarts, ondanks of misschien juist dankzij de terugkeer van Brian, die kortstondig onder therapeutische begeleiding stond van Eugene Landy. Met veel bombarie, de 'Brian's Back' campagne, werd Brians terugkeer in de band aangekondigd. Brian kon de hoge verwachtingen echter niet waarmaken. Echt goede albums werden er daarna niet meer gemaakt, en het enige artistieke hoogtepunt uit deze periode is Dennis Wilsons soloalbum *Pacific ocean blue*. Dennis Wilson verdronk in 1983, voordat zijn tweede album *Bamboo* af was. Brian Wilson raakte in de ban van de omstreden psychiater Eugene Landy, die in 1982 opnieuw werd benaderd om Brian te helpen. Landy zou echter diens hele leven gaan beheersen. In 1988 verscheen Brian Wilsons eerste solo-album, waar Landy als medesongschrijver aan mee zou hebben gewerkt. Een dieptepunt was verder de rechtszaak die Mike Love aanspande tegen Brian Wilson over achterstallige auteursrechtenvergoedingen. In 1987 maken ze een hit met *Wipeout*, een bijzondere samenwerking met de rapgroep The Fat Boys. Deze werd geproduceerd door The Latin Rascals. De laatste grote Beach Boys hit in Nederland was "Kokomo" (1989) uit de film *Cocktail* met Tom Cruise. Het allerlaatste Beach Boys-album zou *Stars and stripes, Vol. 1* uit 1996 worden, waarop oude successen werden gezongen door beroemde countryzangers en de Beach Boys alleen de achtergrondvocalen verzorgden. Carl Wilsons overlijden aan kanker in 1998 betekende het definitieve einde voor de groep. Mike Love (met de in 1979 teruggekeerde Bruce Johnston) en Al Jardine toeren tegenwoordig elk met een eigen band waarmee ze vooral oude successen ten gehore blijven brengen. Brian Wilson werkt sinds 1988 solo. Gesteund door zijn begeleidingsband, met daarin onder andere de leden van de Wondermints, werd *Smile* alsnog afgemaakt. Tijdens een succesvolle Europese tournee in 2004 werd *Smile* integraal live opgevoerd. Eind dat jaar verscheen het album ook op cd.



Reüniealbum 2012

In 2012 verscheen voor het eerst sinds 1996 een nieuw studioalbum van de groep. Het album met de titel *That's why God made the radio* is in 2011 en 2012 opgenomen naar aanleiding van het 50-jarig bestaan van de groep. De basissamenstelling van de groep is Brian Wilson, Mike Love, Al Jardine, Bruce Johnston en David Marks. Het van stal halen van Marks was opmerkelijk, omdat hij officieel slechts twee jaar deel uitmaakte van de groep, van 1962 tot 1963. Het was ook het eerste studioalbum zonder Carl Wilson, die in 1998 overleed. Het album werd grotendeels geproduceerd door Brian Wilson en behaalde in de VS de vijfde plaats in de Billboard 200. Op 7 augustus 2012 trad de band in de originele bezetting op tijdens de Lokersefeesten in het Belgische Lokeren.

Bron : Wikipedia

Peter Luijsterburg



Beach Boys



Huis van Herstel voor iedereen

Voorlopig nog even digitaal, maar hopelijk zo snel mogelijk weer met elkaar samen in het Leerhuis!

Binnen Emergis lopen de besmettingen met het corona-virus helaas nog steeds op. Daarom nodigt het Huis van Herstel je je nog even uit om op vrijdagmiddag digitaal in te loggen. We kunnen elkaar dan via Go-to-meeting ontmoeten voor een praatje, of misschien is er iets wat speelt en waar we het met elkaar over kunnen hebben. Wellicht fijn om elkaar op deze manier toch te kunnen ontmoeten.

Wat	Huis van Herstel
Wanneer	Vrijdagmiddag van 13.00 – 14.30
Waar	Online inloggen via Go-to-meeting code 551-689-789
Voor wie	Cliënten van Emergis
Waarom	Om elkaar te ontmoeten, te spreken en tijd met elkaar door te brengen

Wanneer mogen we als groep weer samenkomen?

De deuren van het Leerhuis gaan weer open voor het Huis van Herstel zodra we weer met groepen mensen bij elkaar kunnen komen en afhankelijk van aantal besmettingen op de afdelingen. Zodra we weer fysiek bij elkaar mogen komen laten we dit weten via posters/flyers die opgehangen worden in de huiskamers/gemeenschappelijke ruimten of via sonar, digitale bord in het restaurant en of de website.





Wat is het Huis van Herstel?

Het Huis van Herstel is een plek waar cliënten elkaar kunnen ontmoeten en elkaar kunnen steunen. De begeleiding wordt verzorgd door ervaringswerkers. Je kunt er zoeken naar of werken aan je talenten, krachten, doelen, dromen en wensen!

Het is een plaats waar je jezelf mag /kunt zijn en waar ruimte is voor een praatje onder het genot van een bakje koffie en of thee met gelijkgestemden. Ook kun je gezellig samen een spelletje spelen. We proberen wekelijks een bepaald thema of onderwerp te behandelen, meestal door jullie zelf aangedragen. Van alles is mogelijk, net waar je behoefte ligt.

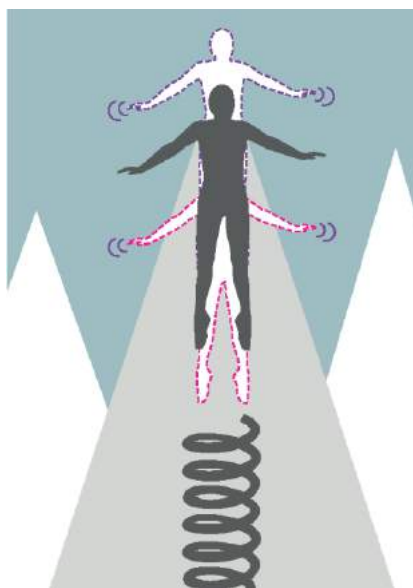
Regelmatig organiseren wij ook een leuke activiteit meestal gekoppeld aan een feestdag of speciale periode in het jaar. Denk hierbij aan dagen zoals Pasen, Valentijnsdag, Sinterklaas Kerst ed.

We hopen jullie binnenkort weer live te zien maar voorlopig zien we elkaar dus nog even digitaal. Wees welkom en log in!

Mocht je nog vragen hebben bel of mail ons gerust.

Email: huisvanherstel@emergis.nl

Algemeen telefoonnummer senioren ervaringswerkers 0113-267130



Stormnamen



Stormen waarvoor het KNMI een code oranje of rood voor windstoten uit geeft, krijgen sinds 2019 een naam. In sommige gevallen kan een storm ook bij code geel een naam krijgen. Met de stormnamen wil het KNMI het bewustzijn van gevaarlijk weer vergroten voordat het toeslaat. Samen met de weerdiensten Met Office (Groot-Brittannië) en Met Éireann (Ierland) is de namenlijst voor het seizoen 2021-2022 samengesteld.

De eerste naam die is ingebracht door Nederland is **Corrie**. Corrie van Dijk was de eerste vrouwelijke meteoroloog bij het KNMI in 1964. Ook **Eunice** is een bijdrage van het KNMI, naar Eunice Foote. Foote wordt gezien als een van de eerste klimaatwetenschappers. Ze was een pionier in het onderzoek naar de opwarming van lucht door de zon, en hoe die opwarming toenam onder invloed van koolstofdioxide, een fenomeen dat later het broeikaseffect zou genoemd worden.

Daarnaast heeft het KNMI de namen **Herman**, **Franklin** en **Tineke** op de lijst gezet. Herman is vernoemd naar Herman Bijvoet, oud-hoofddirecteur van het KNMI en meteoroloog tijdens de Watersnoodramp in 1953. Met Tineke eert het KNMI Tineke Dijkshoorn, de vrouwelijke winnaar van de Elfstedentocht in 1986. Tot slot is door het KNMI én Met Office samen de naam Franklin ingebracht – ter nagedachtenis aan Frank(lin) Kroonenberg die in 2021 overleed. Kroonenberg heeft ruim veertig jaar bij het KNMI gewerkt en was weerpresentator bij de NOS. Hij heeft bijgedragen aan de totstandkoming van Meteoalarm, het internationale platform met weerwaarschuwingen, en aan de naamgeving van stormen.

De namenlijst is afwisselend vrouwelijk en mannelijk. De letters Q, U, X, Y en Z worden niet gebruikt om te voldoen aan de internationale afspraken voor stormnamen.

			A-Z of storms	
A Arwen	G Gladys	M Méabh	S Seán	Y
B Barra	H Herman	N Nasim	T Tineke	Z
C Corrie	I Imani	O Olwen	U	
D Dudley	J Jack	P Pól	V Vergil	
E Eunice	K Kim	Q	W Willemien	
F Franklin	L Logan	R Ruby	X	



Europese samenwerking

De Britse Met Office en de Ierse Met Éireann werken sinds 2015 samen in de naamgeving van stormen die gevolgen hebben voor de samenleving. Sinds 2019 neemt het KNMI deel aan dit samenwerkingsverband. De eerste storm in Nederland die een naam kreeg was Ciara. Storm Ciara trok 9 februari 2020 over ons land. In de periode 31 januari 2022 t/m 20 februari 2022 trokken de stormen Corrie, Dudley, Eunice en Franklin over ons land.

Storm	Datum	Waarschuwing	Naamgeving
Corrie	31 januari 2022	Code oranje in Noord-Holland, Friesland, het Waddengebied en het IJsselmeer, code geel in de rest van het land	Corrie van Dijk, de eerste vrouwelijke meteoroloog bij het KNMI in 1964.
Dudley	16 februari 2022	Code geel in het hele land	Ingezonden door het Engelse publiek.
Eunice	18 februari 2022	Code rood in Zeeland, Zuid-Holland, Noord-Holland, Friesland, Flevoland, het IJsselmeergebied en het Waddengebied. Code oranje in de rest van het land m.u.v. Limburg, daar geldt code geel.	Eunice Foote, een van de eerste klimaatwetenschappers. Ze was een pionier in het onderzoek naar de opwarming van lucht door de zon, en hoe die opwarming toenam onder invloed van koolstofdioxide, een fenomeen dat later het broeikaseffect zou genoemd worden.
Franklin	20 februari 2022	Code oranje in Zeeland, Zuid-Holland, Noord-Holland en IJsselmeergebied, code geel in de rest van het land.	Frank(lin) Kroonenberg, 2021 overleden, heeft ruim veertig jaar bij het KNMI gewerkt en was weerpresentator bij de NOS. Bijgedragen aan de totstandkoming van Meteoalarm, het internationale platform met weerwaarschuwingen, en aan de naamgeving van stormen.

Waarom krijgen stormen een naam?

De helft van de Nederlanders (52%) is voorstander van naamgeving van stormen, boven het omschrijven van een storm zonder naam (30%). Dit blijkt uit onderzoek naar onze weerwaarschuwingen, al is het te vroeg om na twee seizoenen al conclusies te trekken. Uit onderzoek in Groot-Brittannië blijkt dat naamgeving van stormen het bewustzijn van gevaarlijk weer verhogen, een consistente boodschap aan het publiek geeft en mensen ertoe aanzet actie te ondernemen om schade en letsel te voorkomen. Het benoemen van stormen door het KNMI kan de communicatie van naderend gevaarlijk weer via de media en andere overheidsinstanties helpen.

Bron: www.knmi.nl



Bij een begrafenis loopt achter de lijkwagen een man met een hond. Daarachter lopen nog 500 mannen. Vraagt een toeschouwer aan man met de hond : "Wie wordt hier begraven?" "Mijn schoonmoeder" zegt de man. "En wat doet die hond er dan bij?" "Die heeft haar doodgebeten." "Och", zegt de toeschouwer, "mag ik hem lenen ?" Zegt de man : "Achteraan aansluiten !"



Roelof vertelde aan een vriend dat hij zijn baan kwijt was. "Waarom heeft de opzichter je ontslagen ?" vroeg zijn vriend verbaasd. "Och, je weet hoe opzichters zijn," zei Roelof, "ze staan met hun handen in hun zakken toe te kijken hoe de anderen werken." "Ja, dat weten we," beaamde zijn vriend, "maar waarom heeft hij jou weggestuurd ?" "Hij was jaloers," zei Roelof, "ze dachten allemaal dat ik de opzichter was."

Bij een bankroof is de politie meteen ter plaatse. Dan komt een agent de inspecteur buiten adem melden : "De dief is ontsnapt, inspecteur !" De inspecteur is woedend. "Ik zei toch dat je bij elke uitgang een mannetje neer moest zetten !", schreeuwt hij. "Hoe kan hij dan zijn ontkomen ?!" "Via de ingang, inspecteur..."



Moeder zegt tegen Edje : "Wat ben je aardig tegen die nieuwe buurjongen ik zag dat je hem snoepjes gaf." Zegt Edje : "Dat waren geen snoepjes maar zijn voortanden."

Een bekend terrorist komt aan de hemelpoort. Petrus herkent de schurk onmiddellijk en zegt op besliste toon : "Nee, mannetje, jij komt hier niet binnen." Zegt de terrorist : "Dat is de bedoeling ook niet. Jullie hebben nog precies een half uur om de zaak te ontruimen."



Chef : Wat betekent dat, mijnheer Vosters ? U zit te slapen op kantoor !
Vosters : Och, mijnheer, ik kon het echt niet helpen. Onze kleinste heeft me de hele nacht uit mijn slaap gehouden. Chef : Breng hem morgen dan maar mee naar kantoor !

"Een politieagent zegt tegen een automobilist : "Meneer, waarom rijdt u zo hard ?"
Zegt de automobilist : "Niets bijzonders meneer de agent, ik ben er zo juist achter gekomen dat mijn remmen niet meer werken en daarom rij ik nu zo snel mogelijk naar huis om ongelukken te voorkomen."



Peter Luijsterburg



Oplossingen puzzels

Oplossing puzzels van pagina 5 en Sudoku's pagina 26.

Antwoord op : Katten : Alleen ik ging naar de winkel. De vrouw met de katten liep me tegemoet en ging dus de andere kant op...



Antwoord op : Warme voeten en koude top : Een berg.

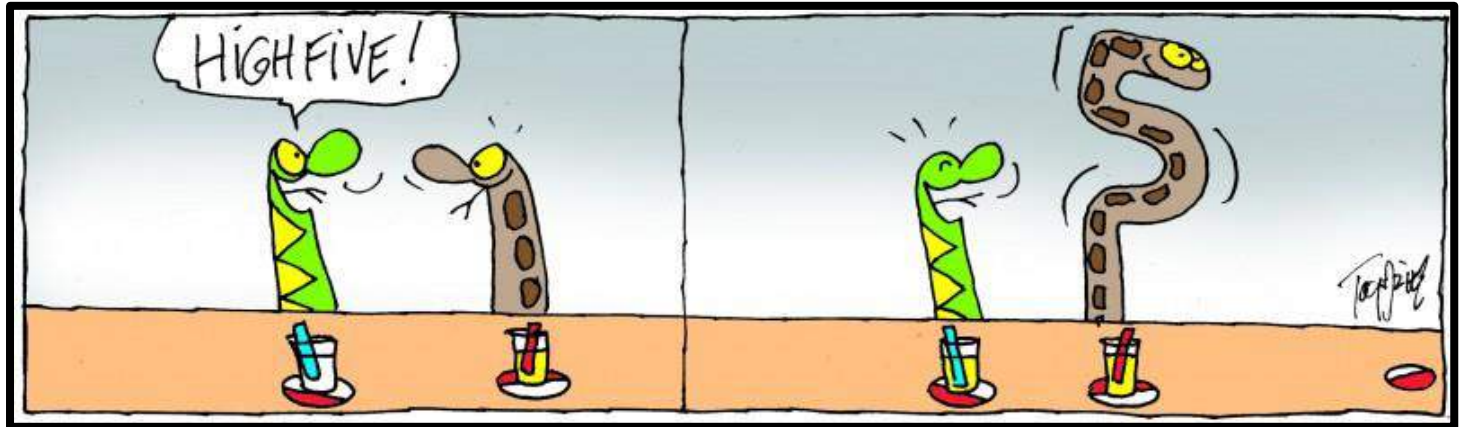


Antwoord op : Ongevallen : Omdat ze dan hun vrouwen laten rijden.



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

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





*In samenwerking met
WLB Joannaplantsoen
HuisDrukkerij - Goes
joannaplantsoen 2
huisdrukkerij@zeelandnet.nl*