



Spreekbuis

van cliënten voor cliënten



*Jaargang
29*

*Winter
Editie*

2022



Strips - Stamgasten





Colofon

Jaargang 29 nr. 4 Winter 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
08	Nieuws van de Boedelbank
10	Opmerkelijk Nieuws
12	Dagbesteding en Vrijwilligerswerk
13	Gedicht
14	Tuinpraat met Kaat
18	Jubileum in de Biotuin
20	Even voorstellen: Remco Babijn
22	Boekbespreking
25	Kerstgroet
26	Sudoku's
27	Budget Recept
28	Kleurplaat
29	Kledingbeurs Najaar 2022
30	Muziekbiografie – Stef Bos
33	Wat is er op televisie
34	Winterdip
37	MoppenHoek
38	Oplossingen Puzzels
39	Strip

**Uiterlijke inleverdatum kopie
De Spreekbuis
Maandag 28 februari 2023**





Van de redactie

Alweer een nieuwe editie van De Spreekbuis ligt voor je, niet alleen de 3 maanden na de Herfsteditie zijn omgevlogen maar ook het hele jaar 2022. Een jaar waarin veel gebeurd is met hoogte- en dieptepunten die voor een ieder van ons weer anders zijn. De hoogtepunten van de redactie zijn o.a. toch de wel de bereidheid van een aantal werkleerbedrijven om zich te presenteren in de Spreekbuis en de spontane bijdragen van lezers met persoonlijke verhalen. Met betrekking tot dat laatste wegen we wel altijd af of het verhaal niet te belastend kan zijn voor andere lezers en het uit privacy overwegingen niet herleidbaar is naar anderen dan de schrijver. Aan het einde van het jaar ook een woord van dank aan de medewerkers van het WLB Joannaplantsoen die de Spreekbuis drukken, snijden, vouwen en nieten. Zij zijn onmisbaar om De Spreekbuis bij de lezers te krijgen.

Naast de vaste rubrieken is er dit keer aandacht voor een nieuwe afdeling van WLB De Ambachten, een jubileum in de Biotuin, een nadere kennismaking met de nieuwe geestelijk verzorger en een verslag van de kledingbeurs die voor het eerst in 3 jaar weer gehouden is.

Tot slot: De feestdagen staan voor de deur. Voor sommigen een feest voor anderen weer niet. We wensen jullie in ieder geval goede dagen en een gezond en voorspoedig 2023.



Spreekwoorden en puzzels



Aan de rand van het ravijn bloeien de mooiste bloemen.

De beste resultaten dragen tegelijkertijd de grootste risico's.



Jij raapt nog geen stro van de aarde.

Je hebt nog niets verwezenlijkt.

Het hinkende paard komt achteraan.

Na mooie dingen komen vaak de minder fijne dingen.



Strengere heren regeren niet lang.

Wanneer een baas niet een beetje soepel is wordt het voor hem erg moeilijk.

Wie 's nachts uit vissen gaat, moet overdag zijn netten drogen.

Als je teveel gedronken hebt, ben je de volgende dag niets waard.



Daar kan de schoorsteen niet van roken.

Men kan niet alleen van vriendelijke woorden leven.

PRATEN

Wat kan niet praten, maar zal altijd antwoorden wanneer er wordt gesproken ?



GETAL

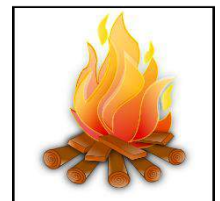
Als u dit getal vermenigvuldigt met een ander getal, is het antwoord altijd hetzelfde.

Welk nummer is dit ?

$$\begin{array}{r} 34 \\ 78 \times \\ \hline 272 \\ 2380 + \\ \hline 2652 \end{array}$$

VUUR

Wat kan er niet worden verbrand in een vuur of verdrongen in het water ?





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.

Kaarten

Tijdens de week van de medezeggenschap (oktober) hebben wij over heel Emergis een vijftal kaarten verspreid. Deze kaartjes zijn ontworpen met behulp van een cliënt uit de herstelgroep. Het werkleerbedrijf Joannaplantsoen heeft de kaarten vervolgens gedrukt.

Wij zijn erg trots op de kaarten. Inmiddels hebben ook al een aantal medewerkers extra kaarten besteld. We hopen dan ook dat veel cliënten zo'n mooi kaartje zullen ontvangen. Een kaartje met een bemoedigende tekst, die een steuntje in de rug geeft.



Heb je de kaarten nog niet gezien, maar wil je ze graag hebben? Stuur ons dan even een mail (met je adresgegevens). Dan sturen wij een setje kaarten naar je op.

Training positieve gezondheid

In september hebben onze voorzitter Corina & vice-voorzitter Helmi een tweedaagse training positieve gezondheid bijgewoond. Zij kijken terug op een hele fijne training.

Positieve gezondheid is bepalend voor de strategische koers van Emergis. Wil je daar meer over weten? Kijk dan eens op www.mijnpositievegezondheid.nl of op de website van Emergis.

Advies- en instemmingsaanvragen

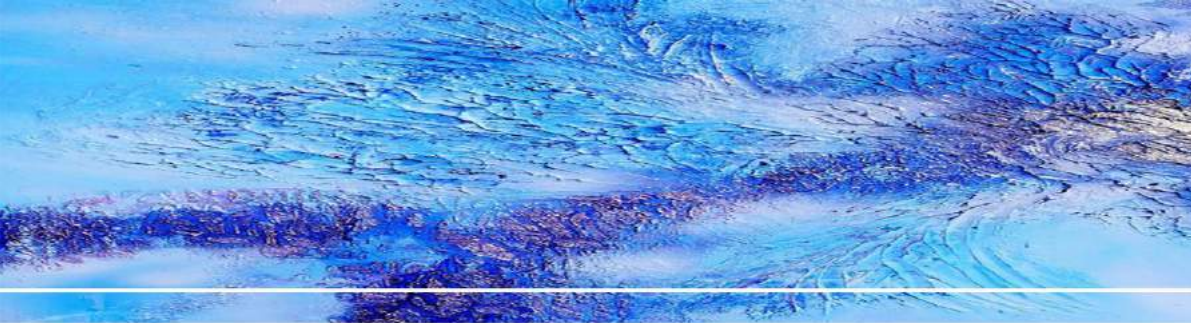
Op dit moment lopen er verschillende advies- en instemmingsaanvragen.

Instemmingsaanvraag leefgeld

Deze instemmingsaanvraag gaat over het beleid leefgeld van cliënten met het Volledig Pakket Thuis vanuit de Wet langdurige zorg. Zij krijgen vanaf 1 januari 2023 alleen nog maar voedingsgeld. Dit is passend bij de eigen bijdrage. Als cliëntenraad hebben we gekeken of het bedrag aansluit bij het Nibud. Dit was eerst niet het geval. Nadat het bedrag omhoog is gegaan hebben wij ingestemd. De afspraak is ook gemaakt dat jaarlijks het bedrag wordt nagekeken zodat cliënten het juiste bedrag ontvangen. Onze voorkeur had dat dit vier keer per jaar zou gebeuren, maar helaas was dit vanwege de begroting niet mogelijk. De cliënten die deze wijziging treft zullen persoonlijk geïnformeerd worden hierover.

e-mail: cce@emergis.nl
website: www.clientenraademergis.nl



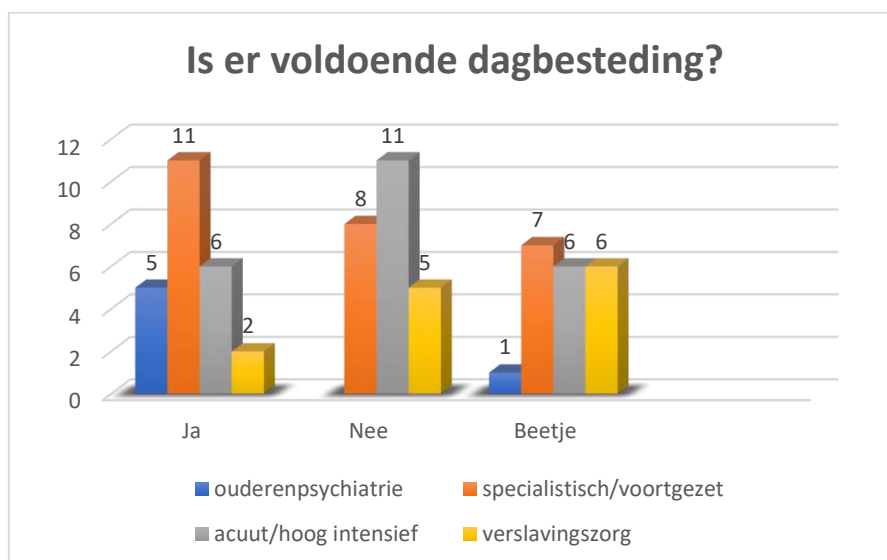


Instemmingsaanvraag sluiting werkgebouw de Motte

In deze aanvraag hebben we nauw samengewerkt met de locatieraad Kloetinge. De aanvraag loopt nog steeds. We verwachten de volgende Spreekbuis hierover meer te kunnen melden.

De locatieraad Kloetinge heeft afgelopen zomer een enquête over dagbesteding op de kliniek gedaan. Er hebben 69 cliënten gereageerd. Reacties komen van alle klinische afdelingen, behalve eetstoornissen. Wij zijn als raden heel blij dat er zoveel cliënten gereageerd hebben. Het is namelijk heel belangrijk om input te hebben vanuit jullie. Deze input hebben we gebruikt als basis voor de instemmingsaanvraag.

Hieronder nog één van de uitslagen van de enquête. Er zijn 68 reacties te zien omdat één cliënt geen antwoord had ingevuld.



De raden

Op dit moment zijn we weer volop aan het werk. Voor ons is het een drukke periode. We zijn ontzettend blij dat we daarin kunnen samenwerken met locatieraden. Graag delen we dan ook nog mooie quotes/gedichten van de locatieraad BW Opril Westwal en de locatieraad WLB de Loods.

TROTS op je stem.

Wonen met zorg, op weg naar herstel,
heb je een mening, of gewoon een vraag.
Laat het ons weten we horen het graag.
De locatieraad, praat, denkt en beslist mee,
over het wel en wee op de BW.
Voor ieders belang en welzijn doen wij ons werk.
Maar vele meningen bij elkaar maken ons sterk.
Dus laat van je horen, en geef je stem een
positieve kracht.
Samen staan we sterk: Eendracht maakt macht.

Locatieraad BW Opril Westwal

**Je hebt pas baat,
bij een locatieraad,
als het bestaat
uit méér dan alleen
gepraat.**

Geen betere raad, dan een cliëntenraad.

Locatieraad WLB de Loods



Nieuws van de Boedelbank

Zeg ken jij de boedelbank? Gratis voor cliënten.

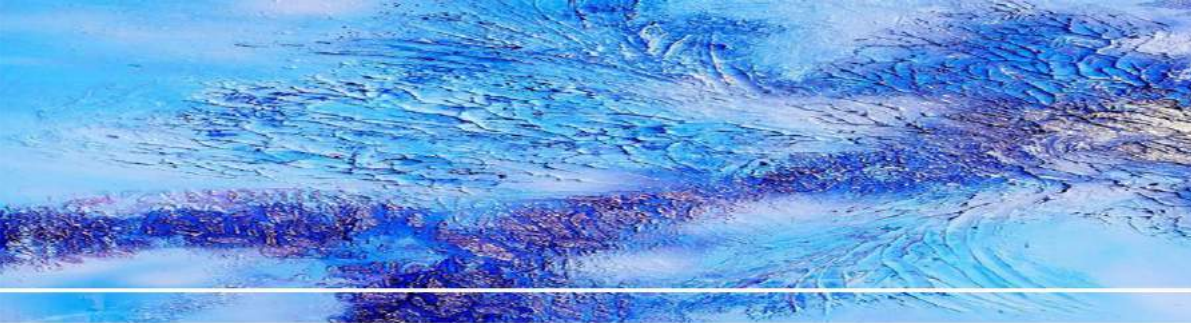
De Boedelbank is van start!

In juni is WLB De Ambachten gestart met een nieuwe discipline: de Boedelbank. De opstartfase is voorbij dus is het de hoogste tijd om zich binnen Emergis te presenteren. Je leest hier wat de boedelbank doet, voor wie deze is bedoeld en hoe jij hier als cliënt een beroep op kunt doen.



Het Concept

De boedelbank is een nieuw werkdomein op pilot-basis bij WLB De Ambachten. Het concept lijkt op dat van een kringloop: spullen komen binnen, worden gesorteerd en uitgestald in de showroom. Het verschil? Bij de kringloopwinkel kan iedereen binnenlopen en spullen kopen. Bij de boedelbank kan je alleen spullen uitkiezen met een indicatie en op afspraak.



Voor wie

Afname bij de boedelbank is alleen bedoeld voor cliënten die met zeer beperkte financiële middelen hun leefruimte moeten inrichten of waarbij het noodzakelijk is om een meubelstuk te vervangen door breuk of slijtage. De boedelbank gaat uit van de professionaliteit van de begeleiders om te beoordelen of hun cliënt past bij de beoogde doelgroep voordat zij een aanvraag indienen. De financiële situatie van cliënten wordt niet getoetst door de boedelbank. Een aanvraag kan alleen gedaan worden door een hulpverlenende instantie. Momenteel worden er alleen interne aanvragen van Emergis in behandeling genomen als onderdeel van het groeiplan. In de toekomst wordt dit mogelijk uitgebreid.



Uitbreiding werkzaamheden

Met de boedelbank wordt het aanbod van werkzaamheden binnen WLB De Ambachten flink vergroot. Zo kunnen zij voor nog meer cliënten interessant werk aanbieden. De werkzaamheden die er bij komen of uitbreiding krijgen zijn:

- Sorteerwerk
- Meubelmontage
- Showroom- en magazijnbeheer
- Transportdienst
- Herstelwerk
- Schoonmaakwerk

Meer weten?

Doneren aan -of een beroep doen op- de boedelbank?

Een cliënt aanmelden om aan de slag te gaan bij dit werk-/leerbedrijf?

Neem rechtstreeks contact op met WLB De Ambachten.

Telefoon: 0118-634015

Email: deambachten@wlbzeeland



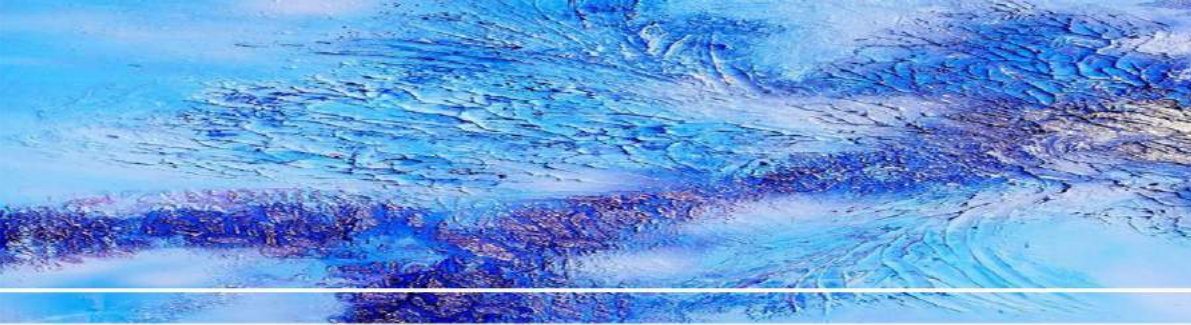
Opmerkelijk Nieuws

Fort Lauderdale - De Amerikaanse douane in Fort Lauderdale is gestuit op een reiziger die een hele rauwe kip meehad in zijn handbagage. Toen zij het stuk vlees verder onderzochten bleek de reiziger een pistool verstopt te hebben in de kip. Het pistool was ingepakt met papier en was diep in de rauwe kip geduwd. Amerikaanse vliegmaatschappijen staan onder voorwaarden wapens op vluchten toe. Zo mogen ze niet mee in de handbagage, moeten ze ongeladen zijn en worden ze opgeborgen in een speciale container. Eerder trof men op de luchthaven van Chicago eens een bazooka uit de Tweede Wereldoorlog aan in de handbagage van een passagier. Ook hebben douaniers katana's, granaten, buskruit, landmijnen en zelfs een middeleeuwse strijdnokts aangetroffen in de bagage van nietsvermoedende reizigers.

Beekbergen – De politie is groots uitgerukt na een melding van een mogelijk drugsfabriek in Beekbergen. Agenten met kogelwerende vesten kwamen ter plaatse en troffen in het pand trechters, slangen en grote vaten bedoeld voor giftige stoffen. Alles wees er op dat de politie een drugsfabriek had ontdekt. De brandweer werd gealarmeerd om ook te komen. Die had alleen een verrassende boodschap: de politie bleek bij hun oefenpand te staan.

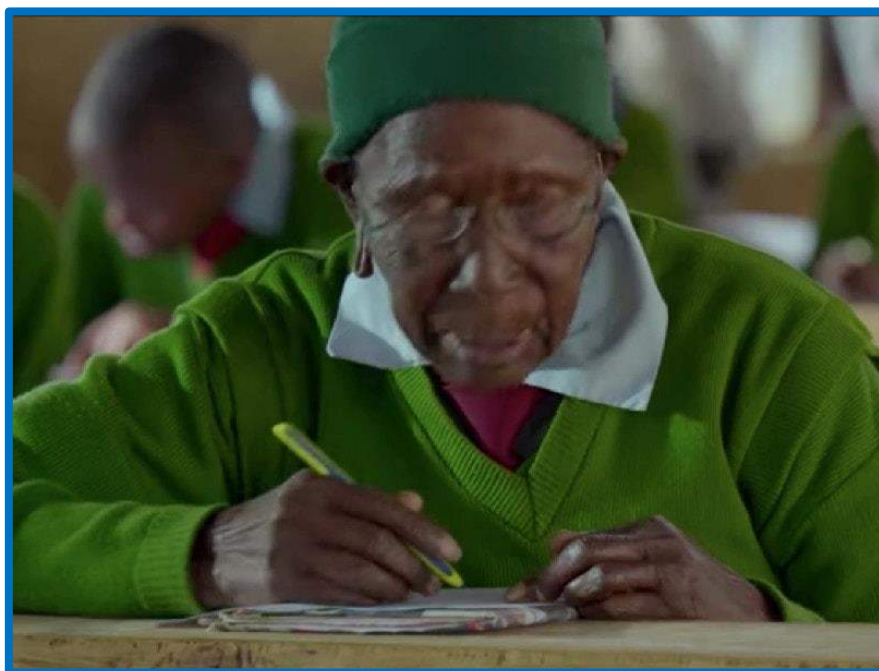


Harkema - De Stichting Schildpaddenopvang Nederland kreeg per post een schildpad binnen. Het zieke dier was in een doosje opgestuurd zonder afzender. De opvang noemt het regelrechte dierenmishandeling en strafbaar. De schildpad is doodziek, drijft scheef en heeft snot en slijm: symptomen van een longontsteking. Het pakketje waarin het dier zat, was nat van de plas. Inmiddels slaat de behandeling en medicatie aan en gaat het de goede kant op met de schildpad. Het herstel zal nog wel enige tijd in beslag nemen. Schildpadden worden vaak langzaam ziek maar worden ook weer langzaam beter.



Almelo – Sinterklaas en zijn Piet hebben na een wilde achtervolging een voortvluchtige winkeldief overmeesterd. De diefstal speelde zich af in de Praxis-bouwmarkt. Toen een klant met twee koffers met daarin een zaag zonder te betalen naar buiten wandelde, begon het alarmpoortje te piepen. De man zette het, achtervolgd door personeel van de Praxis, op een lopen. Op hetzelfde moment stonden Sinterklaas en zijn Piet in gesprek met wat kinderen. Sint (in het dagelijks leven BOA) en Piet kwamen meteen in actie en zetten de achtervolging in. De, in een filiaal van Beter Bed gevluchte dader, werd door het tweetal opgespoord en in afwachting van de politie in bedwang gehouden.

Nairobi – In het westen van Kenia is de oudste basisschoolscholier ter wereld, Priscilla Sitieni, op 99-jarige leeftijd overleden. De vrouw besloot als negentiger, aangemoedigd door haar talrijke nakomelingen, onderwijs te gaan volgen. Na het vinden van een school die haar toe liet inspireerde zij velen. De Franse filmmaker Pascal Plisson maakte een documentaire over haar onder de titel Gogo. Daarmee wordt in Kenia oma bedoeld. De film zorgde er vorig jaar voor dat ze voor het eerst in een vliegtuig reisde en een bezoek aan Frankrijk bracht. Priscilla Sitieni kreeg hartklachten en is daarom de laatste drie dagen van haar leven niet meer naar school geweest.



Longmeadow - Een bijenhouder is aangehouden en aangeklaagd omdat zij verschillende bijenfamilies op agenten losliet. De agenten waren aanwezig bij een huisuitzetting toen de bijenhouder de honderden bijen ophitste en op de agenten en andere aanwezigen losliet. Volgens de politiechef gebruikte de bijenhouder de bijen als een 'gevaarlijk wapen'. „Ze bracht het leven van verschillende mensen in gevaar, omdat sommigen van ons allergisch zijn voor bijensteken.” Drie agenten en een fotograaf van de politie werden gestoken, in hun gezicht, hand, oor en achterhoofd. De fotograaf moest naar het ziekenhuis voor behandeling. Ook enkele omstanders werden door de dieren gestoken.





Dagbesteding en Vrijwilligerswerk

Met een goede arbeidsongeschiktheidsuitkering vanwege manische depressiviteit mag ik onbetaald werk doen dat lang niet zo belastend is als betaald werk. Ik maak daar dankbaar gebruik van, omdat het veel leuker is dan verveling, ik doe er nieuwe sociale contacten op en ik boek werkresultaten, wat bevredigend is en goed voor het zelfvertrouwen. En als vanzelf verbetert het ook mijn dag- en weekstructuur. Al die positieve prikkels tezamen zorgen ervoor dat mijn depressies langer uitblijven. Word ik toch depressief, dan wordt het moeilijker de motivatie te vinden om toch naar dagbesteding en vrijwilligerswerk te gaan. Er ontstaat een vicieuze cirkel: minder positieve prikkels, depressievere gevoelens. Die te doorbreken door toch te gaan is de kunst.

En hoe zit het met de werkbelasting en de kans op een manie? Allereerst werken we bij dagbesteding niet hard, er staat geen druk op, en niet veel: twee keer een uur in de ochtend, een middag tweeënhalf uur en een middag anderhalf uur. Bij het vrijwilligerswerk bewaak ik zelf mijn uren aan de hand van de belasting die ik voel. Daarnaast heb ik me eigen gemaakt naar behoefte extra, korte pauzes te nemen om het hoofd stil te zetten en leeg te maken. En in de avond werk ik niet en hou ik me aan ontspanning. De kans op een hypomanie wordt zo wel erg klein, laat staan een manie.

Welk onbetaald werk doe ik? Maandag en woensdag ben ik vrijwilliger bij de lokale omroep RTV Scheldemond, West Zeeuws-Vlaanderen. Opnames maken en filmpjes monteren. Eens per maand nemen we vier praatprogramma's op waarvan ik er één presenteer. Dinsdagochtend doe ik de moestuin op een zorgboerderij. Dinsdagmiddag en donderdagochtend houtbewerking op een grote werkplaats. Donderdagmiddag CREA. Alle vier bij de Zeeuwse Gronden in Terneuzen. En af en toe doe ik een cursus. Ik woon beschermd in Hulst bij Emergis en daar heb ik ook mijn behandeling. Oh ja, de reiskosten worden overal vergoed.

Door Fritz





Warmte

De avond kroop voorbij,
onze vrijheid was opgelost,
jouw zuchten deden me pijn ;
de toekomst was alleen nog vrij.

De zon ging langzaam onder,
op straat hoorden we gemompel ;
de nacht kwam eraan en hoe,
de liefde onder de mensen, zonder.

Ik nam je hand en kust met vocht,
jij wilde bij me weggaan, voor
altijd, mijn tijd zat erop voor jou,
geen enkele weerstand, hielp me toch.

Uiteindelijk was ik nu alleen,
gebleven ; want de weg ging toch door,
ik droomde niet meer, en het duurde
lang ; eer de warmte, kwam er geen.

Bron : Paul Geurten





Tuinpraat met Kaat

De wintertuin

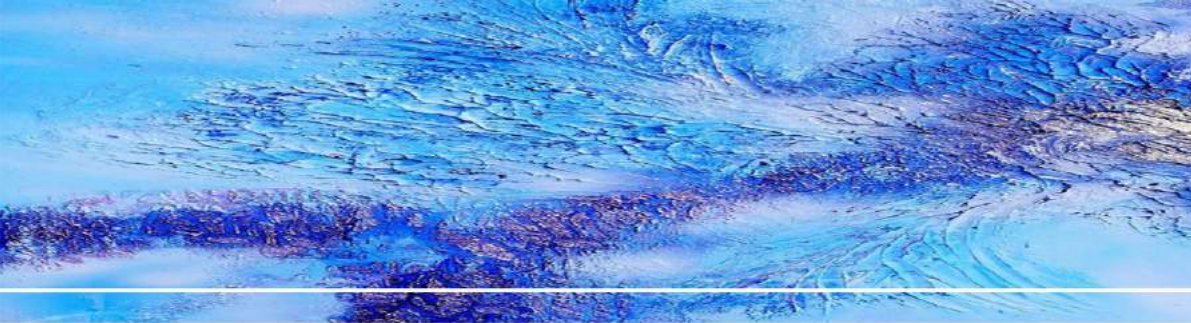
Het is een tikkeltje kouder en natter dan van de zomer, tsja de tuin is nu eenmaal buiten. Zelfs op mijn overdekte terrasje is het te koud om lang buiten te zitten. Gelukkig kan ik er vanuit het huis nog naar kijken.

Ik heb meerdere voederplekken voor de vogels. 's Ochtends voer ik strooivoer op het voederhuisje, de familie tortel zit dan al te wachten. Op het dakje van dat voerhuisje staat een schaal met water, daar wordt in gebadderd en uit gedronken. In de zomer vul ik hem dagelijks bij, dat hoeft nu niet meer zo vaak. In de voortuin hangt een pot met pindakaas, daar zitten vaak spreeuwen op en wat meesjes. Ook zie ik dagelijks een roodborst in de tuin en natuurlijk de vaste bewoners, de merels. Die eten nu voornamelijk vuurdoornbessen die aan de struiken hangen. Daarom heb ik die struiken ooit geplant, de tuin is net zoveel van de beestjes als van mij. Er zijn volop schuil en nestplaatsen, natuurlijk eten zoals bes-dragende boompjes en struiken. Dat trekt best veel vogels aan, dat is erg mooi om te zien.



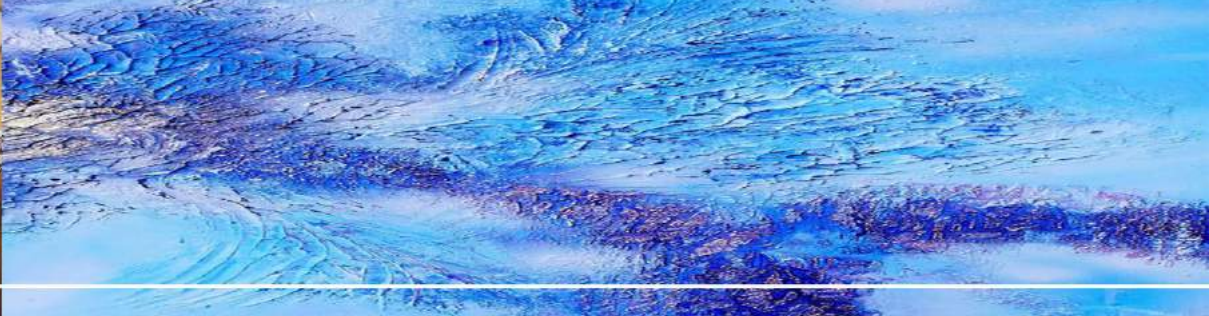
Twee jaar geleden heb ik een roos geplant waar veel rozenbottels aan komen, Rosa Glauca. Het is een mooie struik, het blad is wat grijsig en in mei komen er grote, enkele bloemen aan. Die worden goed bezocht door bijen en zo en dan komen de bottels in het najaar. Het duurde even voor die aan de groei ging maar hij wordt al mooi groot, een aanwinst voor de tuin!





Een andere nieuwe aanwinst is deze hopplant, het is een klimplant. Hoe meer planten, hoe beter!





Tuinklusjes

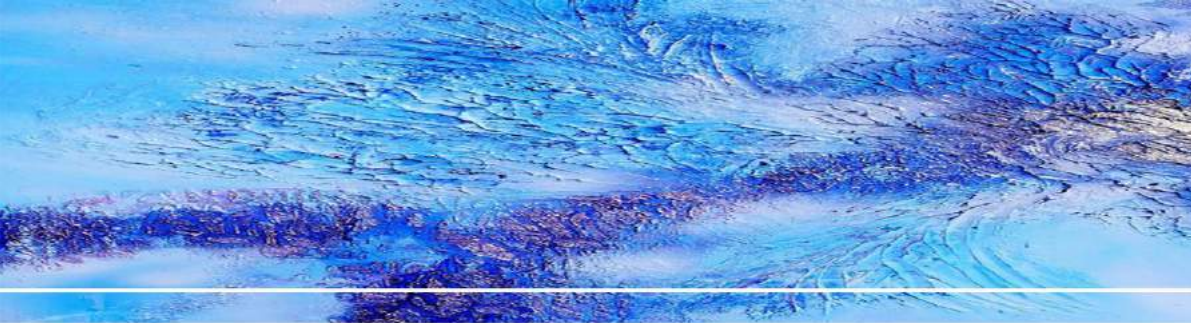
De winter is een goede tijd om te planten, zo lang het maar niet vriest. Ik ga binnenkort de pruimenboom verplanten, die krijgt een betere plaats, waar ik er makkelijker bij kan.

Ook heb ik de blauwe regen flink gesnoeid, deze klimplant werd zo hoog dat het in huis steeds donkerder werd. Deze tijd van het jaar is elk beetje zon in huis meegenomen.

De druif over de pergola is binnenkort aan de beurt, die kan je het beste snoeien voor eind januari.

Blaadjes en zo laat ik liggen, ik veeg alleen de paadjes schoon als het te glad wordt. Ik veeg ze gewoon tussen de planten, dat is een beschermlaagje voor ze in het geval van nachtvorst. Ook schuilen er veel insecten onder en tussen de blaadjes, daar komen dan de vogeltjes weer zoeken naar lekkere verse hapjes! Zo zit de natuur toch prachtig in elkaar. Trouwens denk maar niet dat ik zelf insecten ga eten voor een beter milieu hoor, dat is totaal niet nodig en een menselijk maag-darmsysteem is daar niet op aangepast. Zo eten sommige vogels ook taxusbesjes, voor mensen zijn taxusbessen juist giftig. De natuur steekt prima in elkaar, daar hoeven wij mensen niks aan te veranderen, alleen schoon houden van afval, koesteren en van genieten!





De avonturen van Luna

De onverschrokken hond in een kleine verpakking, mijn jackrussel Luna, zit tegenwoordig met kou ook liever binnen. Ze is inmiddels 10 jaar, ze heeft een hele grijze snoet gekregen maar doet het prima. Ze is nooit een koukleum geweest maar nu ze wat ouder wordt zoekt ze toch meer de warmte op. We gaan natuurlijk wel elke dag nog een lange wandeling maken. Ze huppelt lekker mee, houdt de omgeving goed in de gaten en snuffelt heel wat af. Dat zijn belangrijke dingen voor een hond.

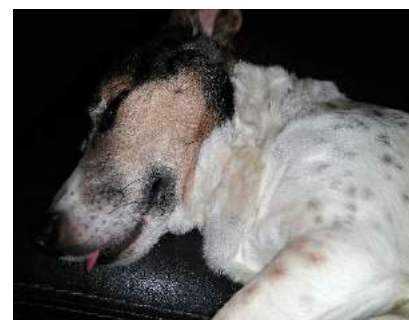
Het geeft mij ook regelmaat, de dagelijkse wandeling, plus ze krijgt 3 keer per dag eten, dan eet ik zelf meestal ook. Ze is mijn alles, de liefste hond van de hele wereld!



je zal maar zo'n schatje naast je op de bank hebben 's avonds:

Dit is de laatste tuinpraat voor 2022, ik wens jullie allemaal alvast goede dagen, en tot in 2023!

Karin





Jubileum in de Biotuin

Op 18 juni 1992 startte les de Smit bij WLB de Biotuin, nu 30 jaar later is les nog steeds een graag gezien gezicht bij ons in de Biotuin!

Dit wilden we natuurlijk niet zomaar voorbij laten gaan en hebben les in het zonnetje gezet met een speciaal voor hem gemaakte mokkataart.

We hebben les leren kennen als een rustige man met een eigen kijk en mening op het leven en die een goede dosis humor heeft. Les start altijd met een kopje koffie en gaat dan aan de slag; water geven, heg snoeien of onkruid wieden kan les heerlijk op zijn gemak doen. En wanneer er nog lekkere koekjes, ijsjes, soep of taart is, dan zal les dit niet snel afslaan.

We willen les via deze weg enorm bedanken voor zijn inzet van de afgelopen jaren en we hopen dat we hem nog lange tijd mogen blijven verwelkomen in de Biotuin!



Voor deze gelegenheid heeft de werkbegeleiding van WLB de Biotuin hem geïnterviewd.

Wat motiveert jou om te komen werken in de Biotuin?

Ik moet natuurlijk iets om handen hebben van werk.

Het kan niet zo zijn dat ik geen dagbesteding heb. Ik kan niet altijd thuis zijn, dit is niet bevorderlijk voor mijn gezondheid.



Wat is jou hoogtepunt van de afgelopen 30 jaar?

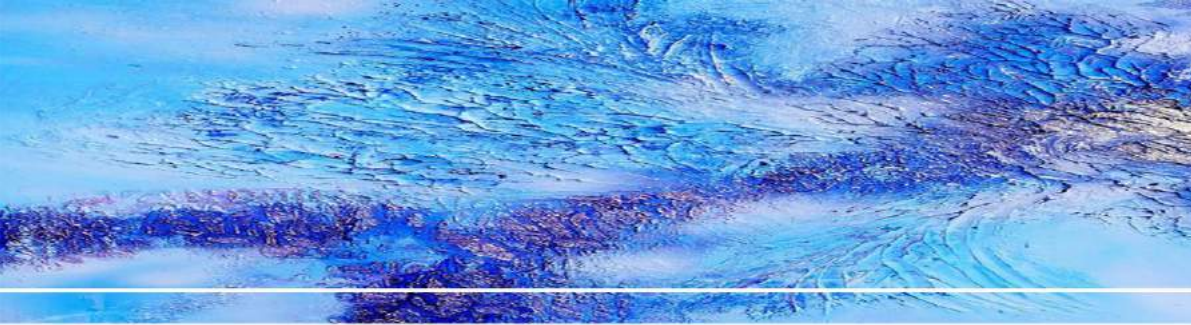
De BBQ's!

Wat vind jij het leukste om te doen in de Biotuin?

1 van de leukste dingen vind ik water geven aan de planten.

Ook vind ik het leuk om in contact te komen met andere mensen.





En zijn er ook dingen die je niet zo leuk vind?

Lachend zegt Ies: "onkruid wieden!"

Wat is je mooiste moment?

Ik vond het mooi dat er een werkbegeleidster langs kwam met haar pas geboren baby en ik vind het heel mooi dat de terreindienst zo behulpzaam is geweest voor mij toen mijn sleutel was afgebroken in mijn fietsslot.

Hoe blik je terug op je werk van de afgelopen 30 jaar?

Positief.

*Ik zeg niet dat ik altijd hard werk, maar wel op een acceptabel niveau.
Je kunt je natuurlijk niet altijd uit de naad werken, want als je je helemaal
het lazerus werkt, dan houd je het natuurlijk nooit 30 jaar vol!*



Hoeveel jaren wil je nog blijven in de Biotuin?

In principe zal het nog wel even duren dat ik hier kom werken. Ik ben blij dat het er uberhaupt is!





Even voorstellen: Remco Babijn

Mensen helpen meer mens te worden

Kloetinge, oktober 2022 — Sinds 1 september is er een nieuwe geestelijk verzorger op Emergis. Hij heet Remco Babijn (1976). Hij woont met zijn partner in Antwerpen en dat hoor je aan hem. Maar hij is geboren en getogen in Zeeland en is daarom graag 'zuunig op mèse'.

Hoe is de eerste indruk van je nieuwe werk?

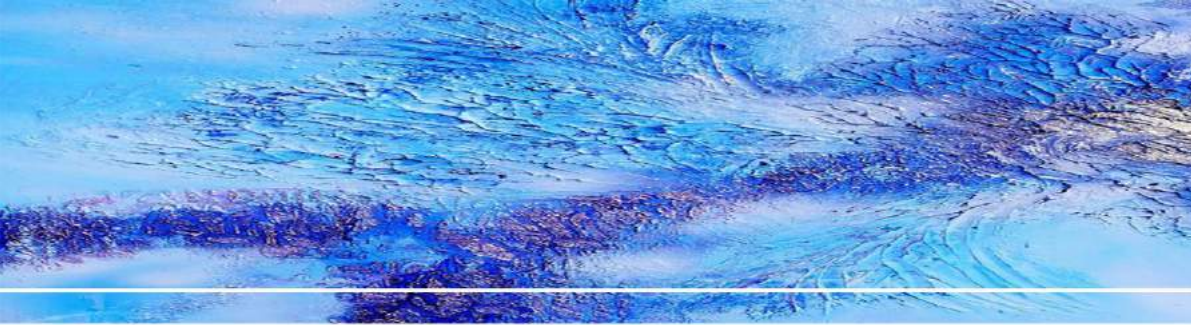
Dat er door cliënten zo snel naar de diepte wordt gegaan. Ik kom uit een job waar ik vooral bezig was met organiseren. Nu heb ik plots alle tijd om met mensen te praten, echt te praten. En dat doet goed, merk ik steeds. Niet alleen voor de mensen naar wie ik luisteren mag, maar ook voor mezelf.

Wat doet een geestelijk verzorger dan zo de hele dag?

Ik mag veel tijd besteden om naar mensen te luisteren. En soms zet ik daar dan een woord of een kort verhaal naast. Mensen vragen ook om met of voor hen te bidden, een kaars op te steken. En de groepsgesprekken natuurlijk. Heel bijzonder om met mensen van zoveel verschillende achtergronden rond te tafel te zitten en het te hebben over wat er echt toe doet. Dat zijn verhalen over verlies, depressie, dood en verslaving. Maar ook verrassend vaak gesprekken over veerkracht, klein geluk, vertrouwen in de toekomst, of bekeringsverhalen over hoe iemand het leven nu echt anders gaat aanpakken, allemaal verhalen over wat hoop geeft. Ik zie ook erg uit naar de eerste keer dat ik mag voorgaan in de zondagsviering om 19.00 uur in het stiltecentrum. Dat zijn intense momenten.

Je bent christen maar staat open voor iedereen. Hoe doe je dat?

In mijn familie en omgeving maakte ik kennis met allerlei vormen van protestantisme. Ik woonde in de oecumenische gemeenschap van Taizé. Verder ken ik de katholieke kerk waarvan ik pastor was zeer goed en ook ben ik erg vertrouwd geraakt met de Anglicanen. Ik heb me als godsdienstleraar flink moeten verdiepen in de verschillende vormen van islam, jodendom en boeddhisme en heb van alles opgepikt van al die tradities en ook van nieuwe bewegingen als *new-age* en bevrijdings- en emancipatiebewegingen in al hun verscheidenheid. Ik voel me thuis en ken de weg in veel spiritualiteiten. Ik kom natuurlijk niet om te bekeren (lacht). Wel hoop ik dat mensen leren om de eigen spiritualiteit of het eigen geloof als bron te laten werken voor hun leven. En ik wil hen helpen in het zoeken naar wat hen troost kan geven, moed om opnieuw te beginnen. Veel mensen hebben nood aan kracht en uithoudingsvermogen om gelukkige en vrije mensen te blijven of te worden. Ik wil daar graag aan bijdragen. Toen ik hier pas was zei iemand tegen me: 'Ik was geen half mens meer.' Mensen helpen om zich weer meer mens te laten voelen, dat vind ik een mooie omschrijving van mijn opdracht hier.



Is dat anders dan wat een behandelaar doet?

Nee en ja. Ik denk dat veel behandelaars vanuit dezelfde intentie handelen. Maar zij willen of moeten doelen halen. Ik niet. Ik mag laten zijn wat er is. Ik ben daar al heel wat keren erg dankbaar voor geweest. Plots is er dan iets in de traagheid van het gesprek dat in de stilte of stamelend aan het licht komt, dat 'toevalt'.

De geestelijk verzorgers gaan er ook steeds meer op uit, hoor ik?

Ja, de technische term is blijkbaar *ambulantisering* van zorg. Dat betekent dat we samen zoeken naar manieren om steeds meer mensen thuis de zorg te bieden die ze nodig hebben. In de *positieve gezondheidszorg* hoort zingeving bij de ondersteuning die mensen kunnen vinden om zich goed te voelen, ook als ze misschien ziek zijn. Zingeving geeft dan letterlijk zin aan het leven, ook wanneer het lijkt alsof er niks meer is om voor te leven. Hoop vindt gelukkig heel vaak een weggetje.

Wat hoop je voor je cliënten?

Dat ze zich gehoord mogen voelen. Weten dat er luisterende oren zijn en een vriendelijke blik die heel de mens wil zien, waardoor mensen soms zelfs van nog geen halve mens weer een beetje meer heel worden. En dat is iets heel fragiels.

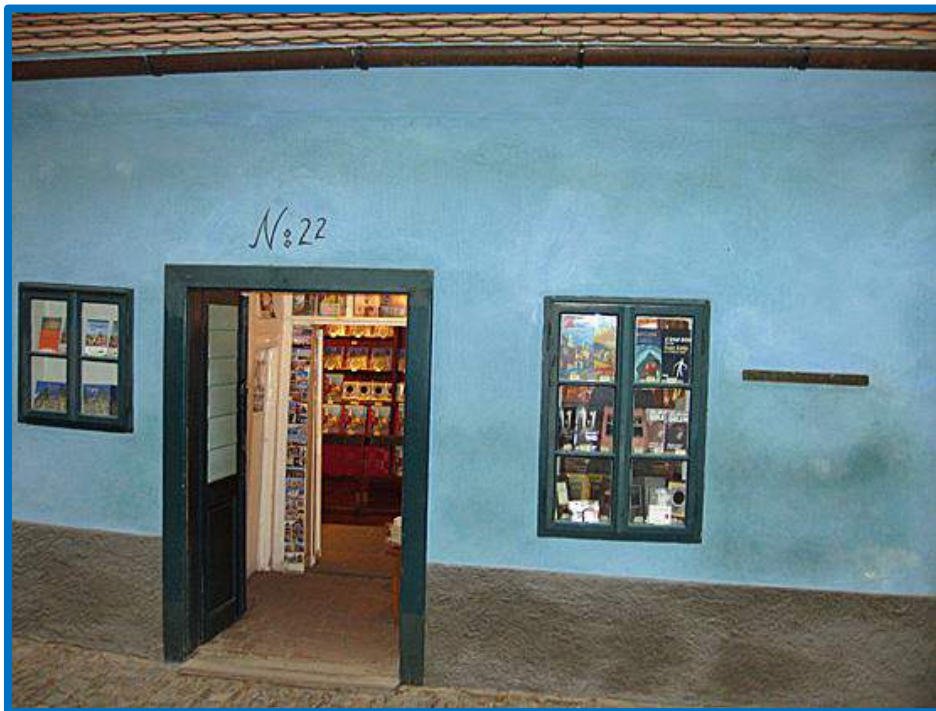
De dienst geestelijke verzorging van Emergis is beschikbaar voor alle cliënten, ambulant of opgenomen en hun familie en ook voor personeel. Bel met 0113 36 75 22, mail met dqv@emergis.nl of kom naar de zondagsviering om 19.00 uur in het stiltecentrum op de hoofdlocatie.



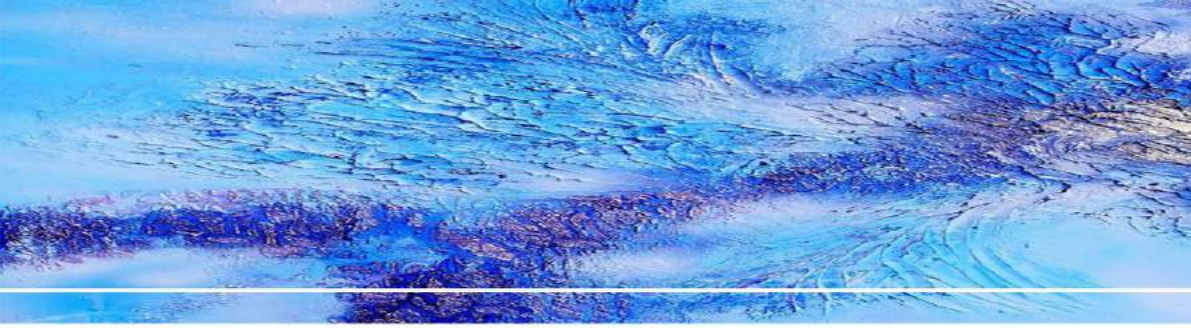


'De gedaanteverwisseling' Franz Kafka

Deze keer een boekbespreking van Franz Kafka, namelijk 'De gedaanteverwisseling', in het Duits beter bekend als 'Die Verwandlung'. Ik ben op het idee gekomen doordat er in een ander boek dat ik heb gelezen naar verwezen werd. Ik heb al een keer eerder 'het proces' van Franz Kafka gelezen, dat vond ik een best wel pittig boek. Dit boek, dat op wikipedia ook wel een novelle wordt genoemd, vond ik heel gemakkelijk weg te lezen. Wat ook wel leuk is om te vertellen is dat hij in een huis in het Gouden Straatje nummer 22 in Praag heeft gewoond van 1916 tot en met 1917 en dat huis -dat tegenwoordig een klein museum met boekwinkel is- heb ik bezocht of ik ben er in ieder geval langs gelopen.



De vertaling die ik heb gelezen komt uit 2001 en is vertaald door Gerda Meijerink en Willem van Toorn en heeft 103 bladzijden. Op de achterkant van het boek staat: 'Het beroemdste verhaal uit de wereldliteratuur heeft een eenvoudige intrige: Gregor Samsa is in een eng beestje veranderd, maar dat beestje heeft de lengte van een mens; zijn collega's laten het direct al afweten, zijn familieleden proberen het nog een tijdje met hem. Maar dat simpele verhaal, dat ook nog in een eenvoudige, heldere stijl is gesteld, intrigeert en blijft intrigeren. Is Samsa schuldig, en zo ja, waaraan? Welke rol speelt zijn vader? In dat verband is het tekenend dat Kafka het verhaal eerst in een bundel *Zoons* en vervolgens in een bundel *Straffen* heeft willen opnemen. Pas in derde instantie besloot hij er een apart boekje van te maken, en zo verschijnt het nu weer in het Nederlands, in de gloednieuwe vertaling van Gerda Meijerink en Willem van Toorn'.



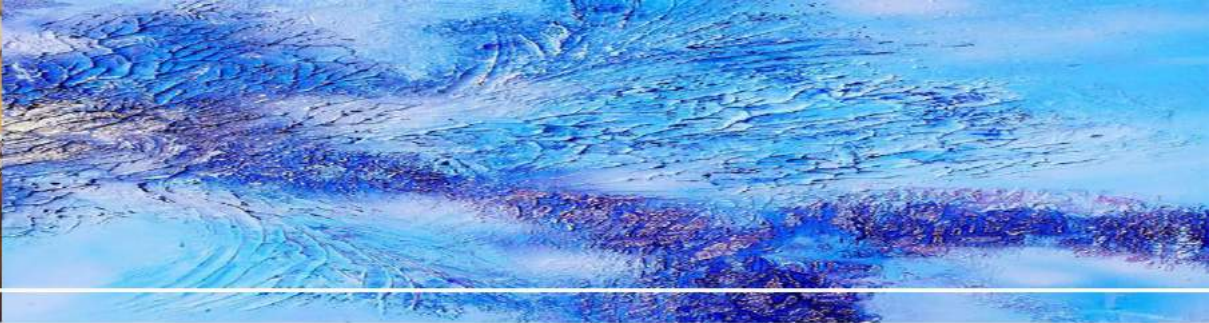
Op wikipedia staat te lezen:

'De gedaanteverwisseling (oorspronkelijke Duitse titel *Die Verwandlung*) is een werk van de Tjechische Duitstalige schrijver Franz Kafka uit 1915. In het verhaal staat Gregor Samsa, een verkoper met een vlekkeloze staat van dienst, centraal. Op een dag wordt hij wakker en komt erachter dat hij tijdens de nacht veranderd is in een manskroon insect. Terwijl zijn familie moeite heeft de gedaanteverwisseling te accepteren, begint hij zichzelf af te vragen waaraan hij dit te danken heeft. Hij vermoedt dat hij ergens schuldig aan is maar waaraan? Is het zijn moeizame relatie met zijn vader of is hij toch niet de perfecte

werknemer? Uiteindelijk probeert zijn familie van hem af te komen. Omdat ze niet weten dat hij hen kan begrijpen, komt hij er ook achter en hij besluit zijn familie te verlossen van zijn aanwezigheid en hij sterft.'

Tijd voor de start van het verhaal zodat u een indruk kunt krijgen: 'Toen Gregor Samsa op een ochtend ontwaakte uit onrustige dromen, ontdekte hij dat hij in bed was veranderd in een reusachtig eng beest. Hij lag op zijn pantserachtig harde rug en wanneer hij zijn kop een beetje optilde, zag hij zijn gewelfde, bruine, uit boogvormige stijve delen samengestelde buik, met daar bovenop de deken, die op het punt stond er helemaal af te glijden en nog net wist te blijven liggen. Voor zijn ogen wiebelden zijn vele, vergeleken met zijn verdere omvang jammerlijk dunne pootjes hulpeloos heen en weer. "Wat is er met me gebeurd?" dacht hij. Het was geen droom. Zijn kamer, een echte, alleen wat te kleine mensenkamer, lag rustig tussen de vier welbekende muren. Boven de tafel, waarop een monstercollectie stoffen lag uitgespreid – Samsa was handelsreiziger – hing de plaat die hij kort geleden uit een geïllustreerd tijdschrift had geknipt en in een mooie vergulde lijst gedaan. Er stond een dame op die, voorzien van een bontmuts en een bontboa, rechtop zat en naar de beschouwer een dikke bontmof, waarin haar hele onderarm was verdwenen, ophief.' (p. 5 – 6)

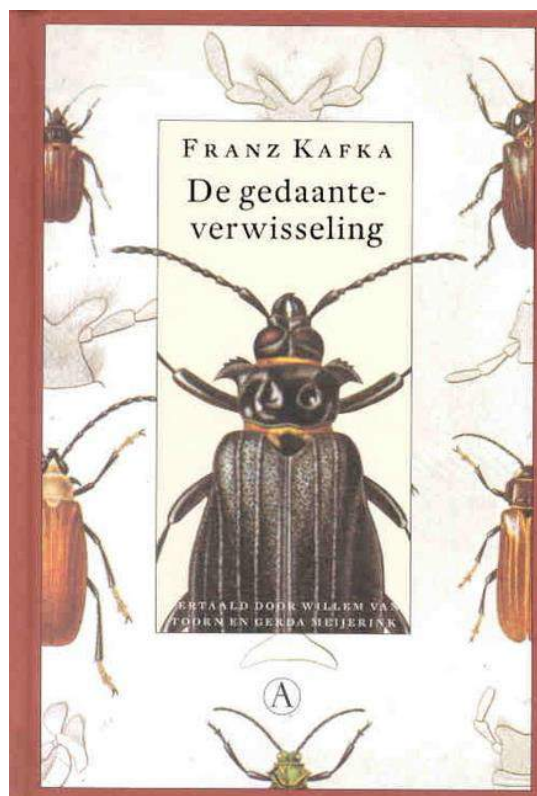
'Gregor richtte zijn blik vervolgens op het raam en het treurige weer – je hoorde de regendruppels neerkomen op de zinken vensterbank – maakte hem helemaal melancholiek. "Het zou niet gek zijn nog een beetje door te slapen en alle malligheid te vergeten," dacht hij, maar daar kon helemaal niets van komen, want hij was gewend op zijn rechterzij te slapen en kon zich in zijn huidige toestand niet in die positie manoeuvreren. Met hoeveel kracht hij zich ook op zijn rechterzij wierp, telkens weer schommelde hij terug op zijn rug. Hij probeerde het wel honderd keer, deed zijn ogen dicht om zijn spartelende pootjes niet te hoeven zien en hield er pas mee op toen hij in zijn zij een nooit eerder gevoelde, lichte, doffe pijn begon te bespeuren. "Lieve god," dacht hij, "wat heb ik toch een vermoeiend beroep gekozen! Dag in dag uit op reis. Die manier van zakendoen kost veel meer inspanning dan op de zaak zelf en bovendien moet ik me de ellende getroosten van al die treinreizen, de zorg om de aansluitingen, het onregelmatige, slechte eten, de steeds wisselende, nooit blijvende, nooit hartelijk wordende contacten met de mensen. Ik heb er schoon genoeg van!"



Boven op zijn buik jeukte het een beetje; hij schoof op zijn rug langzaam wat dichtër naar de bedpost om zijn kop beter te kunnen optillen; vond de jeukende plek, waarop allemaal kleine witte puntjes zaten die hij niet kon thuisbrengen; wilde met een van zijn pootjes de plek betasten, maar trok het meteen weer terug, want toen hij de plek aanraakte ging er een koude rilling door hem heen. Hij gleed weer terug in zijn vroegere positie. “Dat vroege opstaan,” dacht hij, “maakt me helemaal gek. Een mens heeft zijn slaap nodig. Andere handelsreizigers leven als harem vrouwen. Wanneer ik bijvoorbeeld in de loop van de ochtend terugkeer naar het hotel om de orders die ik heb verzameld over te schrijven, zitten die heren pas aan het ontbijt. Dat zou ik eens bij mijn baas moeten proberen; ik zou er meteen uit vliegen. Overigens, wie weet of dat niet juist goed voor me zou zijn. Als ik me niet omwille van mijn ouders zou beheersen, dan had ik allang opgezegd, dan zou ik naar mijn baas zijn gestapt en hem hartgrondig mijn mening hebben gezegd. Dah had hij voor mij part van zijn lessenaar kunnen vallen! Wat een rare manier is dat ook, op een lessenaar te gaan zitten en van bovenaf met je werknemer te praten, die er dan ook nog vanwege de slechthorendheid van de baas heel dicht bij moet gaan staan. Nou ja, ik heb de hoop nog niet helemaal laten varen; heb ik het eenmaal het geld bij elkaar om de schuld af te betalen die mijn ouders bij hem hebben – dat kan nog een jaar of vijf, zes duren – dan doe ik het absoluut. Dan zet ik er echt een punt achter. Maar voorlopig moet ik opstaan, want mijn trein gaat om vijf uur.

“En hij keek naar de wekker die op de kast stond te tikken. “Wel allemachtig! dacht hij. Het was half zeven en de wijzers schoven rustig vooruit, het was zelfs al óver half, het was al bijna kwart voor. Zou de wekker niet zij afgegaan?’ (p. 6 – 8) Nou als dit geen cliffhanger is. Veel leesplezier!

Door: Pieter



Kerstgroet



Aan alle medewerkers van de werkleerbedrijven van WLB zeeland

*We hebben genoten van onze
prettige samenwerking dit jaar.
We wensen jou en je naasten
fantastische dagen en het
allerbeste voor het nieuwe jaar.*



Namens directie en alle werkbegeleiders van de werkleerbedrijven



WLB
Hof van Thee & Leut

WLB
Lunchcafé Van de Kook

WLB
De Loods

WLB
Joannaplantsoen

WLB
Blokpunt

WLB
De Eenhoorn

WLB
De Ambachten

WLB
Hertenpark

WLB
De Biotuin



**De redactie wenst alle lezers van
De Spreekbuis goede kerstdagen en
een gezond en gelukkig 2023 toe.**

Wij hopen en wensen in 2023 jullie wederom te kunnen
verblijden met veel leesplezier van de Spreekbuis.
Wil je hier aan meewerken en of heb je iets leuks te
melden mail dan naar spreekbuis@zeelandnet.nl

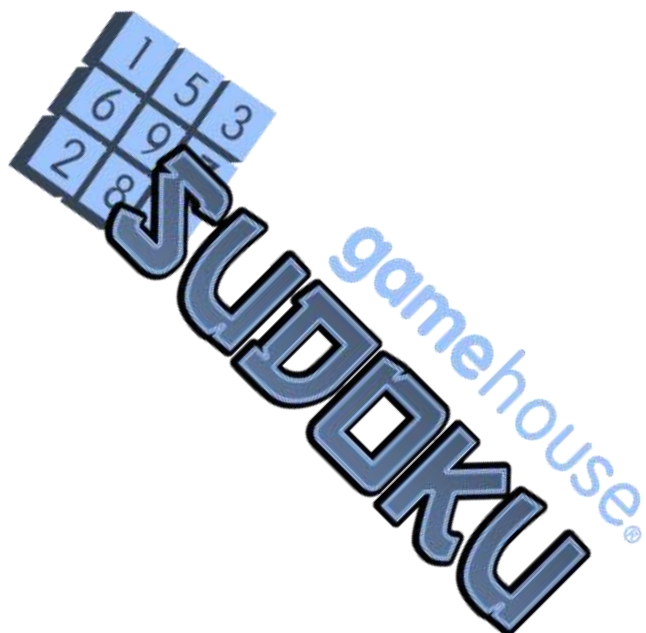
**Met vriendelijke groet
Karin, Peter, Peter, Pieter**





Sudoku's

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



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



Sperziebonen, aardappelschijfjes en kerriekipfilet

Benodigdheden voor 4 personen :

- 4 Kipfilets
- 2 tl Kerrie
- 3 el Olijfolie
- 600 g Aardappelschijfjes Tandoori
- 400 g Gebroken sperziebonen
- 10 g Bieslook
- 3 el Yoghurtdressing
- 200 g Ijsbergsla
- 4 el Halvanaise



Bereiding :

Bestrooi de kipfilet met kerrie. Verhit 1 el olie in een koekenpan. Bak de kipfilet in ca. 12-15 min. gaar.

Verhit de rest van de olie in een andere koekenpan, hapjespan of wok en bak de aardappelschijfjes in ca. 10 min. gaar. Schep regelmatig om.

Kook intussen de sperziebonen in ca. 8 min. gaar.

Snijd de bieslook fijn en meng met de dressing door de ijsbergsla.

Serveer de kip met de boontjes, sla, aardappelschijfjes en 1 el halvanaise per persoon.





Kleurplaat





Kledingbeurs 2022

Na 3 jaar kon er eindelijk weer een kledingbeurs gehouden worden. Nadat er op 19 oktober kleding was opgehaald en er ook veel werd aangeleverd kon er weer een beurs georganiseerd worden. Donderdag 27 oktober werd er begonnen met het sorteren van de kleding en werd er hard gewerkt om alles op tijd klaar te krijgen. Vrijdag om 5 uur was het zover en gingen de deuren open. Wat waren de reacties warm, iedereen was blij dat er eindelijk weer kleding gekocht kon worden. Van jassen, broeken, truien en schoenen en nog veel meer werd er gekocht. De kosten per artikel bedroegen € 0.50. Door de stijgende prijzen in de winkels hadden veel mensen lang afgezien om nieuwe kleding te kopen. Ook de zaterdag kwamen er heel veel mensen naar de kledingbeurs, nu was de prijs € 1,00 per artikel. Half de middag was het weer voorbij en moest er opgeruimd worden. De totale opbrengst Was na aftrek van de kosten € 864,60. Dit bedrag komt ten goede aan de stichting "vrienden van Emergis". Bedankt mensen voor alle kleding zodat deze kledingbeurs een succes kon worden. Bedankt Emergis voor alle medewerking, bedankt lunchcafe van de kook voor alle faciliteiten. Bedankt alle vrijwilligers die deze dagen weer mogelijk hebben gemaakt, Anouk, Marja, Jo, Pimmy, Talitha, Wil, Liesbeth, Janny, Hans.

De volgende kledingbeurs zal gehouden worden in april 2023.





Muziek – Stef Bos

Biografie Stef Bos

Steven (Stef) Bos (Veenendaal, 12 juli 1961) is een Nederlandse singer-songwriter en acteur. Hij werd vooral bekend met zijn nummer Papa (1991).

Privé

Stef Bos groeide op in zijn geboorteplaats Veenendaal. Op zijn 18e (1979) vertrok hij richting Utrecht om aan de lerarenopleiding te studeren. Hij rondde deze vijfjarige studie af en vertrok vervolgens naar Antwerpen om aan de theateropleiding 'Studio Herman Teirlinck' de kleinkunstrichting te volgen. Hij studeerde in 1988 af.

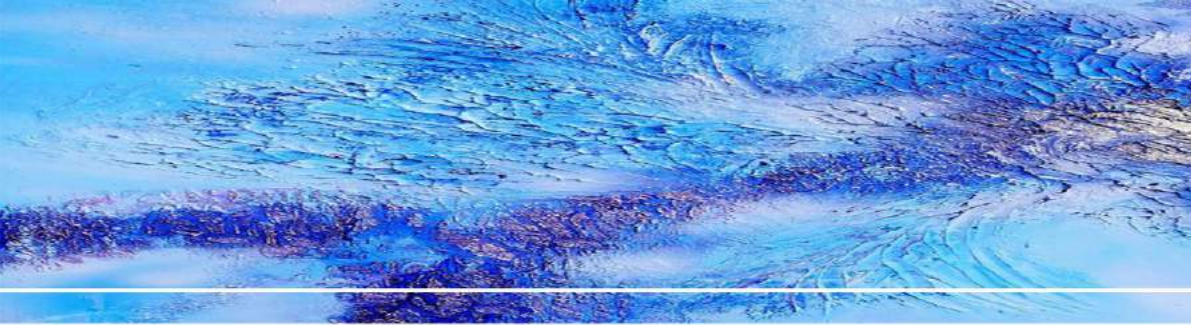
De eerste twee jaar na zijn studie speelde hij toneel bij Oud Huis Stekelbees in Gent, schreef songs voor anderen (onder andere Ingeborg en Clouseau) en maakte in België deel uit van het satirische BRT-radioprogramma 'De Ochtendploeg'. Vanaf 1990 besloot hij zich vooral bezig te houden met het schrijven en uitvoeren van eigen teksten en muziek. Stef had tussen 1990 en 1992 de rol van Joop Mengelmoes (de buurman van Samson en Gert en een manusje-van-alles die veel klusjes uitvoerde) in Samson & Gert.

Bos is getrouwd met de Zuid-Afrikaanse kunstenares Varenka Paschke, een kleindochter van Pieter Willem Botha. Zij hebben drie kinderen en wonen afwisselend in Zuid-Afrika en Vlaanderen. Bos is de oom van NOS-verslaggever Albert Bos, een zoon van zijn broer Gerrit.

Muzikale carrière

In 1989 schreef Bos het nummer Door de wind, het nummer waarmee Ingeborg Sergeant België vertegenwoordigde op het Eurovisiesongfestival 1989 in de Zwitserse stad Lausanne. Hij schreef het nummer als afscheidslied voor zijn moeder. De eerste twee singles die hij zelf in 1990 uitbracht, Is dit nou later? en Gek zijn is gezond, van het album Is dit nu later, braken niet veel potten, maar Papa werd een grote hit en blijft tot vandaag de dag onlosmakelijk met zijn naam verbonden. Het album verkocht hierdoor dubbel platina en datzelfde jaar mocht hij twee prijzen in ontvangst nemen: een Edison en de Zilveren Harp. In Vlaanderen scoorde Bos in 1991 een nummer 1-hit met Breek de stilte, een duet met Bob Savenberg. Hij toerde regelmatig in België en Nederland met een theaterconcert dat aanvankelijk vooral in België, maar later ook in Nederland een succes werd. In 1993 won hij de Pall Mall Exportprijs.

Geleidelijk kwam Stef Bos ook in aanraking met de Afrikaanse cultuur. Eerst vertrok hij naar West-Afrika, waar hij veel inspiratie opdeed, en later ging hij naar Zuid-Afrika. Dit uitte zich in een samenwerking met Johannes Kerkorrel en Thandi Klaasen voor het album Together as one. Ook hierna zijn de Afrikaanse invloeden duidelijk merkbaar op de albums die Stef Bos uitbracht. Op de cd's Vuur tot en met De onderstroom zijn nummers te vinden die opgenomen zijn met Afrikaanse musici of ontstaan zijn dankzij de samenwerking met hen. Met het album Vuur verdiende Bos een nominatie voor een Edison, maar won deze uiteindelijk niet.



In 2000 kreeg Stef Bos voor zijn album *Zien* een tweede Edison en een Gouden Harp. Ter promotie van deze cd kwam er niet alleen een theatertour door België en Nederland, maar ook door Zuid-Afrika.

In 2001 was Bos de centrale gast op *Nekka-Nacht* in het Sportpaleis in Antwerpen. Voor het eerst in de geschiedenis van de *Nekka-Nacht* was het Sportpaleis uitverkocht. De ongeveer 15.000 toeschouwers zagen een gevarieerde avond waarbij Bos zelf de gastheer was en hij musiceerde met Johan Verminnen, Raymond van het Groenewoud, Clouseau, Boudewijn de Groot en anderen met wie hij in het verleden had gewerkt. De nieuwe cd *Van Mpumalanga tot die Kaap* bevatte diepgaande Afrikaanse invloeden en was ook opgenomen met de hulp van een aantal Afrikaanse muzikanten. In 2003 kreeg hij voor zijn bijdrage aan de taalkundige en culturele betrekkingen tussen Zuid-Afrika en Nederland de Van Riebeeck-penning van de Nederlands Zuid-Afrikaanse Vereniging uitgereikt.

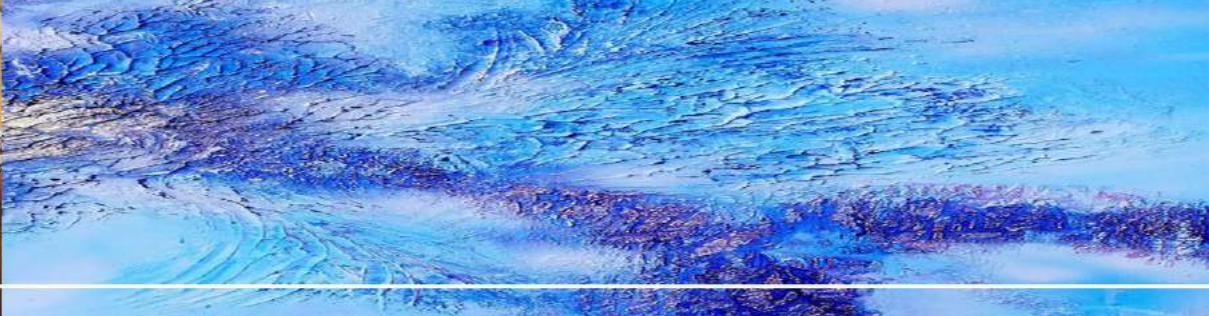
Na de release van weer een nieuwe cd, *Donker en licht*, en de bijbehorende theatertour *Niemandslân*, begon Bos in 2004 met een korte solo-tour, *Dichtbij*, waarbij hij zichzelf met de piano begeleidde. Deze tour diende vooral om nieuwe nummers in het theater uit te proberen vooraleer ze op cd gezet werden. In november van hetzelfde jaar begon hij aan een langere tournee met een band deze keer, *Licht*.

In 2005 verscheen de cd *Ruimtevaarder*, met vooral nieuwe liederen die op de *Licht*-tour gespeeld waren. In 2009 kreeg hij een opdracht van de NCRV om twaalf nieuwe liederen te schrijven op basis van personen uit de Bijbel die werden opgenomen met het Metropole Orkest. Het project kreeg de titel *In een ander licht*.

In februari 2010 kreeg Stef Bos in Zuid-Afrika als eerste buitenlandse singer-songwriter een prijs voor zijn bijdrage aan de Afrikaanse taal en muziek in de afgelopen 15 jaar. Een maand later verscheen het album *Kloofstraat*, dat voornamelijk in het Afrikaans is geschreven. Het album *Minder meer* kwam uit in het najaar van 2011 en bevatte nieuw Nederlandstalig materiaal.

Op 26 januari 2011 was Stef Bos deelnemer aan het televisieprogramma *Ali B* op volle toeren, waarbij een Nederlandse rapper gekoppeld wordt aan een Nederlandse artiest en ze vervolgens elk een nieuwe versie maken van een hit van de ander. Rapper *Negativ* werd gekoppeld aan Bos, en schreef - samen met Ali B - een zeer persoonlijke versie van de hit *Papa*. Stef maakte vervolgens een autobiografische versie van *Dingen gedaan* (2005) van *Negativ*.

In april 2011 speelde hij tijdens de officiële herdenking van de schietpartij in Alphen aan den Rijn op 9 april 2011 het lied *De omgekeerde tijd*. In oktober 2014 werd zijn cd *Mooie waanzinnige wereld* uitgebracht. Hiervoor werd bij het nummer *Maskerman* een videoclip geproduceerd. Hakim Traïdia speelt hierin de hoofdrol. In de daaropvolgende jaren zagen de cd's *Sprong in de tijd* (2015), *Kern* (2017), *Ridder van Toledo* (2019) en *Tijd om te gaan leven* (2020) het licht.



Eind 2019 werd in opdracht van KRO/NCRV het tienjarig jubileum en de gouden plaat van het project 'In een ander licht' gevierd met een tv-registratie waarin dezelfde songs werden uitgevoerd met strijkkwartet. In 2019 nam hij ook deel aan het AVRO/TROS-televisieprogramma Beste Zangers, dat in het najaar van 2020 uitgezonden werd. In 2019 zag ook een nieuw boek het licht met de titel Ruimte, een samenwerking met kunstfotografe Lieke Anna. In 2020 maakte hij een bloemlezing van teksten en commentaren in de reeks 'Taalkunstenaars' van de uitgeverij Nieuw Amsterdam.

In het najaar van 2020 werd het tv-programma Serenade van Stef uitgezonden door KRO-NCRV op NPO 1. In het programma gaat Bos in gesprek met mensen die een problematisch leven hebben gekend en schrijft aan de hand van hun gesprek een nummer. Op 5 mei 2021 presenteerde hij in het Koninklijk Theater Carré het Bevrijdingsdagconcert 2021 dat in verband met de coronapandemie niet met publiek aan de Amstel kon plaatsvinden. Het feestelijk programma werd, naast Bos, verzorgd door het Metropole Orkest, onder leiding van Miho Hazama, diverse artiesten, en de performers van ISH Dance Collective. In dezelfde maand nam hij deel aan een speciale editie van Beste Zangers rondom het Eurovisiesongfestival. Hij zong een eigen Nederlandse bewerking van het winnende songfestivallied van Céline Dion uit 1988 Ne partez pas sans moi (1988): Ga niet zonder mij.

Boeken

Stef Bos bracht niet alleen cd's uit, maar ook zes boeken: Gebroken zinnen, Alles wat was, Ja! Stillewe, Ruimte en Taalkunstenaars. Het eerste boek is een boek waarin een variëteit aan teksten van Stefs hand gepubliceerd werden, met daarin gedachten, gedichten en ongezongen liedteksten. De teksten werden afgewisseld met bijzondere illustraties van de Zuid-Afrikaanse schilderes Mariana Booyens. Dit boek is ook in het Afrikaans verschenen, onder de titel Gebroke sinne.

In het boek Alles wat was, met daarbij ook een bonus-cd met onuitgegeven nummers, staan een verzameling liedteksten van 1980 tot 2005 gelardeerd met foto's, brieven, schetsen en commentaar. Ja! is een vervolg op Gebroken zinnen, dit keer met illustraties van kunstenaar Eric de Bruijn. Stillewe is een vervolg op Ja!, dit keer in samenwerking met zijn vrouw, de Zuid-Afrikaanse kunstenares Varenka Paschke. Het boek is ontstaan tijdens Het feest van de dood in Mexico.

Bron : Wikipedia

Stef Bos



Peter L

De Feestdagen op Televisie



De feestdagen staan weer voor de deur. Voor de één dagen waar al weken naar wordt uitgekeken, voor de ander dagen die maar zo snel mogelijk voorbij moeten zijn. In deze editie van de Spreekbuis een aantal tips voor programma's op televisie rondom de feestdagen.

NOS | NOC*NSF Sportgala

Op woensdagavond 21 december worden de jaarlijkse sportprijzen uitgereikt op het NOS | NOC*NSF Sportgala. Vanuit AFAS live in Amsterdam maakt de absolute top van de Nederlandse sport bekend wie zich Sportman, Sportvrouw, Paralympische sporter, Sportploeg en Coach van het jaar mag noemen. Er is ook aandacht voor de Young Talent Award en de Fanny Blankers-Koen carrièreprijs, waarmee Nederlandse sportlegendes worden onderscheiden voor hun hele oeuvre. Het NOS | NOC*NSF Sportgala wordt dit jaar van nieuw elan voorzien. In een inhoudelijk journalistiek programma – ter vervanging van het gala-concept – is er volop aandacht voor de verhalen van de genomineerde sporters en coaches en de sportprestaties die zij het afgelopen jaar hebben geleverd. Nieuw is ook het presentatie-duo. Dit jaar zullen Dione de Graaff en Herman van der Zandt de genomineerde sporters en coaches in AFAS Live ontvangen.

Uitzending: woensdag 21 december 20:34 NPO 1

Kerstappels

BNNVARA komt met een speciale kerstfilm van de populaire serie 'Oogappels'. Want ook al lijkt kerst de gezelligste tijd van het jaar met spelletjes, mooi gedekte tafels, cadeautjes onder de boom en goede gesprekken aan een vijfgangendiner, de werkelijkheid is meestal toch anders. Ook bij de Oogappels-families komt de boel behoorlijk Under Pressure te staan deze kerst en dat is een feest van herkenning. Met al die onderdrukte irritaties, verplichte diners en borrels, opspelend oud zeer of een overspannen kok achter het fornuis kan het behoorlijk uit de hand lopen.

Uitzending: donderdag 22 december 20:35 NPO 1

Muziekprogramma's

André Rieu viert Kerst in London	24 december 20:29 uur NPO 1
Max Kerstconcert	25 december 13:20 uur NPO 1
Kerstmatinee	26 december 15:00 uur NPO 2
Het Kerst Muziekgala	26 december 21:11 uur NPO 1
ABBA Sing a Long	27 december 21:17 uur NPO 3
Muziekfeest van het jaar	31 december 22:05 uur NPO 3
North Sea Jazz	31 december 22:29 uur NPO 2
Nieuwjaarsconcert	1 januari 11:15 uur NPO 1





Winterdip

Winterdip

Al zeker 20 jaar heb ik last van de winter blues. Met de komst van kouder weer en donkere, grijze dagen vind ik mijn leven niet meer zo leuk. Er staan geen bloemen meer in de tuin, het wordt te koud om buiten te zitten, ik vind er niks aan. Wat daarbij ook niet helpt, is dat ik door een gewrichtsaandoening meer pijn heb met koud en vochtig weer. Er zijn dagen bij dat ik dan grondig medelijden heb met mezelf!

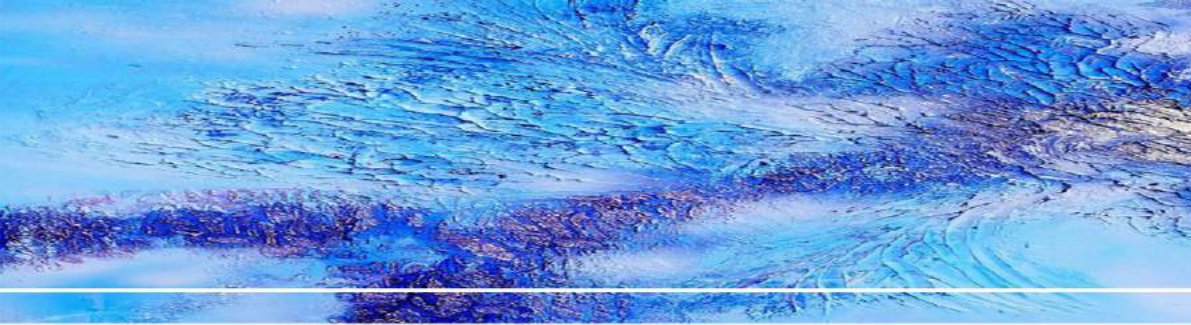
Natuurlijk kan het altijd erger, ik heb een dak boven mijn hoofd, genoeg dikke winterkleding en verwarming in huis maar toch. Ik weet ook wel dat er mensen zijn die blij en dankbaar zouden zijn met al wat ik heb, mensen die het veel minder hebben. Dat zijn zo van die dingen, zelfs daar kan ik dan somber van worden.

Want: waarom is de rijkdom op de wereld zo oneerlijk verdeeld? Waarom zijn er oorlogen? Waarom leven er mensen in armoede? En dan bedoel ik niet mensen die geen sinterklaascadeau kunnen kopen maar mensen die echt niks hebben. We kennen allemaal de beelden van de televisie. Daar wordt ik niet vrolijk van.

Volgens mij had ik hier als kind geen last van. Als ik denk aan mijn jeugd, denk ik aan spelen in de sneeuw, aan eeuwig buiten spelen, alleen mochten we dan in de winter niet meer de hele avond naar buiten.

Nu mis ik vooral het zien van buiten, de vogels in de tuin, de bomen aan de overkant van het huis, de lucht. Als ik 's nachts of vroeg in de ochtend wakker word, kijk ik vaak naar buiten. Even het gordijn open, zien of het bewolkt of helder is, of ik de maan of sterren kan zien...het is een melancholisch gebeuren.





Troost muziek?

Kijken naar de beeldbuis vind ik niks aan. Zeker als de Kerst-reclames steeds langs komen. Dan zou je gaan denken dat iedereen aan een vol gedekte tafel met familie en vrienden zit, genietend van elkaars gezelschap en fantastisch eten. Fijne Feestdagen. En ik zit doorgaans alleen thuis, eet maar gewoon een tosti ofzo...

Ik heb geen contact met mijn familie, dat loopt al jaren erg stroef. De paar vrienden die ik heb, zitten zelf bij hun familie. Toch denk ik dat er vast meer mensen zijn die eenzaam zijn. Ik hoef maar in mijn eigen buurt te kijken, daar zitten een paar ouderen waarvan de partner is overleden.

Wat ik wel veel doe is muziek draaien. Trieste liedjes waar ik stil van word of sentimenteel, tot ik mezelf verman. Dan zeg ik Ka, zet eens een vrolijk liedje op, doe een dansje en tel je zegeningen! Dat helpt altijd wel even.

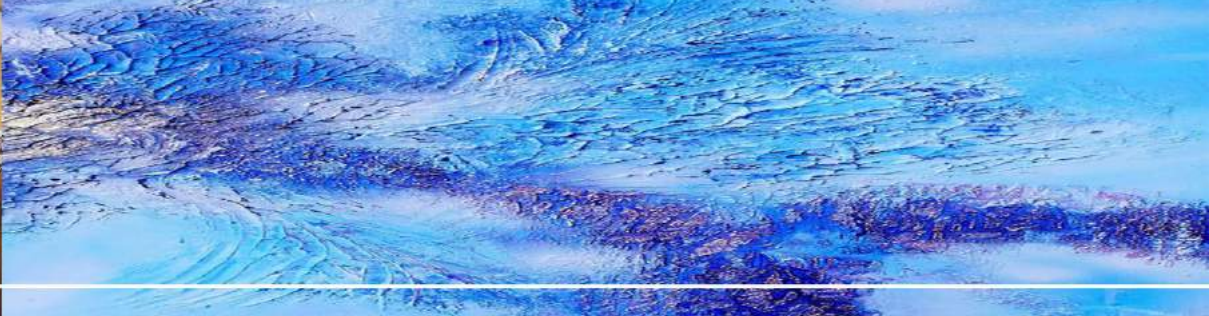
Troost knuffeldier

En gelukkig heb ik een hond, een stoere jackrussel, zij is altijd mijn troost in bange dagen. Dat scheelt een heleboel, zij heeft geen last van de 'kerstgedachte' en alles er om heen. Ze speelt nog net zo lekker met haar bal, ligt nog even heerlijk te snurken op de bank naast me, is nog net zo blij met haar wandeling en blaft nog net zo hard als ze een kat over de schutting ziet lopen. En geloof me, dan ben je ineens wakker!

Soms lijkt het wel of het altijd 's ochtends tijdens mijn eerste bak koffie en eerste sigaret gebeurt. Of misschien loopt de kat van de burens daar vaker 's nachts, en ziet de hond het pas als ik aan de koffie zit en net de gordijnen heb open gedaan.

Hoe dan ook, ze heeft een vreselijk schelle blaf, als ik pech heb knoei ik dan van schrik mijn koffie, over mijn eerste peukje, dan weet je het wel: een stevige verwensing, de achterdeur open, kat die weg rent, hond er achteraan maar kan de schutting niet over, blijft nog even rondjes rennen voor het geval dat, doet meteen een plasje buiten in HAAR tuin, en ik sta te roepen: NOU KOM HIER, DIE IS AL LANG WEG, HET IS KOUD!





oudejaarsnacht

Dat is voor mij het dieptepunt van het jaar. Ik heb zelf een hekel aan harde knallen en loop met de hond al wekenlang voorzichtig vanwege hard vuurwerk. Gelukkig is mijn kleine stoere hond er niet bang voor maar ik ben altijd bang dat er vanachter de bosjes of om de hoek ineens iets af gaat vlak voor ons. Oudejaarsnacht ben ik meestal rond half 11 al moe en klaar voor mijn schoonheidsslaapje. Toch blijf ik nog opzitten tot dat het meeste geknal voorbij is. Ik kan dan sowieso niet slapen, de volgende ochtend ben ik altijd weer blij dat het voorbij is!

Tijdens de winter hou ik me vast aan mijn gewone dagindeling: op tijd naar bed, op tijd uit bed, gewoon eten al heb ik geen trek. En natuurlijk wel mijn dagelijkse wandeling met de hond en mijn werk in de drukkerij van de spreekbuis. Daar ben ik 4 middagen per week, ik werk er graag en voel me er thuis en gewaardeerd.

Eind goed

Gelukkig is het daarna bijna voorjaar, ik heb zelf al vanaf half januari het voorjaar in mijn hoofd. De sneeuwkllokjes komen boven, zelf als het dan vriest of er ligt sneeuw! Met dat de dagen weer lengen, wordt mijn stemming ook beter, ik kijk uit naar de lente, de mooiste tijd van het jaar! Ik heb wel geleerd om er niet teveel bij stil te staan in het najaar, hoe meer ik op zie tegen de winter, hoe meer last ik ervan heb. Elke zonnige dag is er 1 en voor je het weet is het weer voorbij (sprak ze optimistisch haha).

Ik wens jullie allemaal goede dagen, wees voorzichtig met vuurwerk zeker bij dieren, tot volgend jaar!!!

Karin



Peter's moppenhoek



Een pas getrouwd dom blondje bladert vertwijfeld in een kookboek. "Welk recept zoek je ?" vraagt haar man.
Zij: "Hoe je de was kookt."



Een man is aan het vissen als er een voorbijganger langskomt en vraagt: "Bijten ze ?"
Zegt de man: "Waarom denk je dan dat ik zo ver van de kant af zit ?"

Een Belg staat in Amerika voor het Witte Huis. Ineens stapt er een man naar hem toe, doet zijn jasje open en zegt: "FBI." De Belg doet ook zijn jasje open en zegt: "Zuiver scheerwol."



Een Belg en een Hollander staan in Afrika plotseling tegen over een woedende leeuw.
De Hollander gooit een steen, maar mist de leeuw. Roept de Hollander: "Lopen, zo hard als je kunt." Zegt de Belg: "Waarom zal ik lopen, jij gooide toch die steen ?"

Een boer is op zijn land bezig als een man hem aanspreekt: "Als ik over uw land mag lopen kan ik de trein van kwart over tien nog halen. Mag dat ?" "Tuurlijk, geen probleem", zegt de boer. "En als de stier u in de gaten krijgt haalt u de trein van 10 uur ook nog wel !"



Een Belg staat in New York tegen een wolkenkrabber op te kijken, vraagt hij aan een inwoner: "Wat voor hoog gebouw is dat ?" Zegt de New Yorker: "Een wolkenkrabber."
Belg: "Zet 'm eens aan..."

Er loopt een zwaar dronken man op straat en vraagt aan een voorbijganger: "Kunt u mij zeggen of wat ik daar zie, de zon is of de maan ?" De voorbijganger: "Het spijt me, ik woon hier niet in de buurt."



Een koppel heeft ruzie gehad. De vrouw belt haar moeder en zegt: "We hebben weer ruzie gehad, ik kom bij jou wonen." Waarop zij zegt: "Nee schat, hij moet boeten voor zijn fouten. Ik kom bij jou wonen."

De lerares vraagt aan Robbie in de klas: "Wat voor soort vrouw zou jij later graag hebben ?" "Ik wil een vrouw zoals de maan", zegt Robbie. "Wow, wat een romantische keuze zeg ! Je wil dus dat ze mooi en rustig is ?"
"Nee hoor, ik wil dat ze 's avonds komt en 's morgens verdwijnt !"

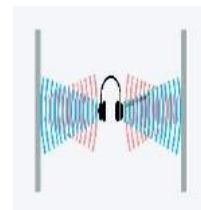
Peter L



Oplossingen puzzels

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

Antwoord op : Praten : Een echo.



Antwoord op : Getal : Nul.



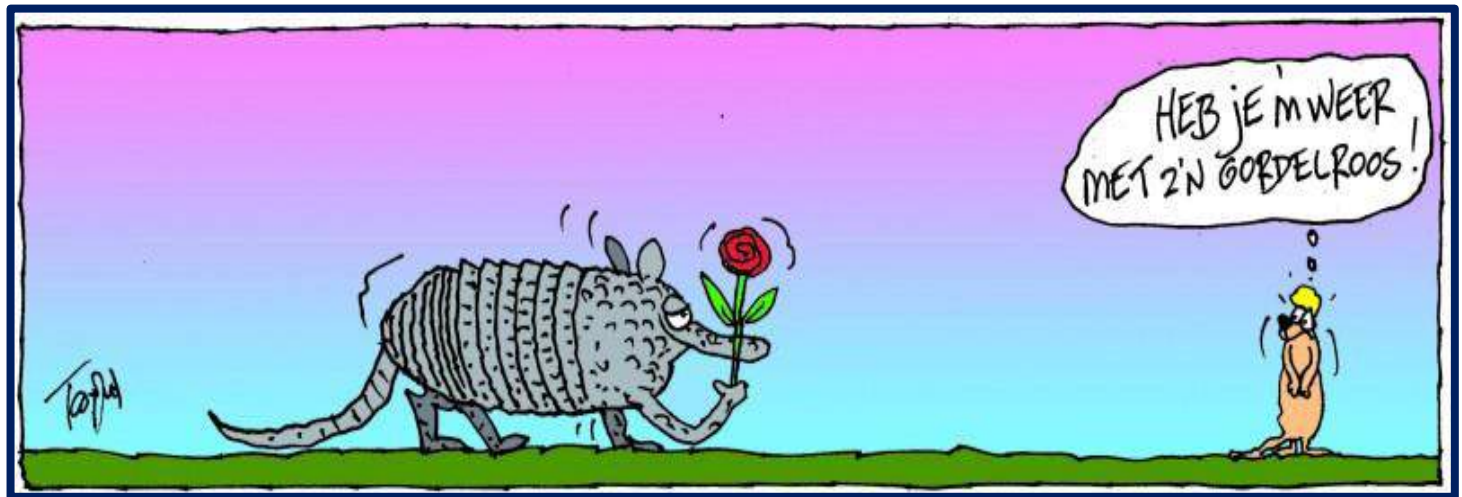
Antwoord op : Vuur : IJs – het smelt in plaats van te branden in een vuur en het drijft in water.



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

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

Strips - Stamgasten





*In samenwerking met
WLB Joannaplantsoen*

Huisdrukkerij - Goes

*Joannaplantsoen 2
huisdrukkerij@zeelandnet.nl*