

Bewonersblad voor de locaties van Marga Klompé in regio Winterswijk

MargaBode

Najaar 2026

Wat is kunst?

Belang van de kunstvorm
muziek voor ons brein

Een kleurrijke
vrijdagochtend
bij Pronswede

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

Voorwoord raad van bestuur

De zomer ligt alweer bijna achter ons. We hebben prachtige dagen gehad, maar ook gemerkt dat hoge temperaturen steeds meer invloed hebben op het wonen en werken op onze locaties. Op sommige dagen was het gewoon heel erg warm. We hebben extra ventilatoren en mobiele airco's ingezet en de maatregelen uit ons hitteprotocol waren hard nodig. Veel waardering hebben we voor bewoners en medewerkers voor de manier waarop zij met deze warmte zijn omgegaan. Tegelijkertijd weten we dat dit geen eenmalige situatie is. Daarom kijken we nu al wat we voor volgende zomer structureel kunnen verbeteren.

Het mooier en aangenamer maken van onze locaties houdt ons sowieso volop bezig. Bij De Hoge Weide is de tuin prachtig opgeknapt en ook in en om het gebouw zijn verbeteringen aangebracht. In Groenlo wordt op dit moment de oude Molenberg gesloopt. Vanaf januari 2027 starten we daar met de bouw van een nieuwe locatie, midden in het hart van Groenlo. Ook in Winterswijk beginnen de voorbereidingen voor de bouw van een nieuw verpleeghuis. En misschien minder zichtbaar, maar minstens zo belangrijk: ook op onze andere locaties vinden voortdurend kleine en grotere verbeteringen plaats om het wonen zo prettig mogelijk te maken.

Gelukkig draaide de zomer niet alleen om bouwen, verbouwen en de warmte. Er was vooral ook veel te beleven. De vakantieweken (met of zonder camping) en de vele andere activiteiten brachten weer volop gezelligheid. En natuurlijk was er de Zwarte Cross. Onder het motto "t Geet hier spoken!" wisten bewoners en medewerkers er ook dit jaar weer een mooi feestje van te maken.

Samen dingen ondernemen wordt de komende jaren alleen maar belangrijker. We zien dat er steeds minder mensen beschikbaar zijn om in de zorg te werken. We zullen het dagelijks leven op onze locaties daarom steeds meer samen vormgeven met familie, naasten, vrijwilligers én mensen uit de buurt. We noemen dat het ontwikkelen van zorgzame buurten. Niet omdat professionele zorg minder belangrijk wordt, maar omdat een fijne dag uit veel meer bestaat dan zorg alleen.

Een mooi initiatief dat daarbij past, komt van onze centrale cliëntenraad. De centrale cliëntenraad werkt op dit moment aan de Welzijnsprijs van Marga Klompé en daagt de lokale cliëntenraden uit om bijzondere activiteiten op hun locatie voor te dragen. Juist verrassende initiatieven waar bewoners naar uitkijken, van genieten en achteraf nog over napraten, kunnen veel betekenen. Soms is het precies zo'n activiteit die een gewone dag bijzonder maakt.

In dit bewonersblad ziet en leest u daar ongetwijfeld weer mooie voorbeelden van.

Ik wens u veel leesplezier en een mooi najaar.

namens de raad van bestuur,

Peter Meulenberg,
bestuurder

Colofon
MargaBode

De Berkhof
Anke Hillen

Vredense Hof
Ester Wijkamp

Pronsweide
Anita ter Maat

De Pelkwijk
Margret Dijkstra
Jolanda Lammers
Gerrie Heijnen

Heeft u iets voor de
MargaBode, mail dit dan naar
margabodewinterswijk@szmk.nl

Van de redactie

Als deze herfsteditie van de MargaBode uitkomt zijn de vakanties en de volksfeesten alweer voorbij. En hebben we massaal de kunst en cultuur opgesnoven van diverse vakantie landen.

Deze MargaBode staat geheel in het teken van kunst, wat verstaan we onder kunst en wat zien we erin, dit is voor iedereen verschillend. Wat de één mooi vindt kan een ander het mooie er totaal niet van inzien. Wat doet kunst met je brein.

Zo ben ik op de fietst rond geweest om de Mondriaanroute te fietsen en een paar foto's van genomen wat nog enig sinds overeenkomt hoe Mondriaan het geschilderd heeft. Een erg leuke route om te fietsen.

Wij wensen u veel leesplezier!
Redactie MargaBode

Wat is kunst?

Kunst is een bewuste uiting van menselijke creativiteit, emotie en verbeeldingskracht. Wat mag je wel of niet kunst noemen, is best lastig. Vaak heeft kunst iets unieks, er is één of een beperkte oplage. Al het nagemaakte wordt dan al gauw kitsch genoemd. Kunst is dan ook bewust door iemand gemaakt, kunst is een ambacht. Het goed omgaan met materialen is ook een vak. Ook kleur speelt een belangrijke rol in de kunst.

Wat is het doel van kunst

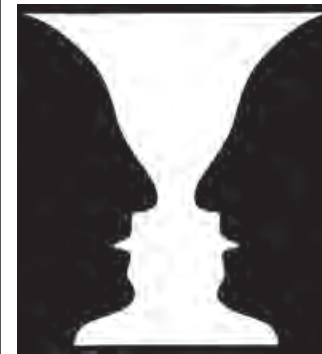
Men zegt dat kunst verschillende functies kan vervullen. Zo kan een kunstvoorwerp nuttig of decoratief bedoeld zijn, dus om de omgeving aangenamer en mooier te maken. Een voorbeeld, kunstenaars in de middeleeuwen werkten vaak in opdracht van de kerk en in de renaissance in opdracht van rijke patronen die hun huizen wilden verfraaien.

Misschien maakt een kunstenaar iets om je te doen nadenken; kunst lokt namelijk vaak discussies uit. Kunst prikkelt. Het gaat niet alleen om smaak maar ook wat de kunstenaar ermee wil zeggen.

Verschiedende vormen van kunst; architectuur, beeldhouwkunst, borduren, dans, eetbare kunst, filmkunst, fotografie, glaskunst, grafiek of prentkunst, graffiti, kalligrafie, literatuur, gemende techniek, nieuwe media, mode, moderne media, mozaïek, muziek, papierkunst, schilderkunst, sieraden, strip, tatoeage, tekenen, toegepaste kunst, toneel, videokunst, tapijten, woordkunst, zilversmeedkunst, zingen.

Gezichtsbedrog: als je ogen je voor de gek houden

Ons brein verwerkt iedere seconde enorme hoeveelheden informatie. Meestal gaat dat razendsnel en zonder problemen. Toch laten optische illusies, ook wel gezichtsbedrog genoemd, zien dat onze hersenen soms een verkeerde conclusie trekken. We denken iets te zien wat er niet is, of we zien een afbeelding op verschillende manieren.



Een bekend voorbeeld is de afbeelding van een vaas die, als je beter kijkt, ook twee gezichten kan voorstellen. Het grappige is dat je ze niet allebei tegelijk kunt zien.



Ziet u hierboven een oude of jonge vrouw?

M.C. Escher (1898-1972) is een wereldberoemde Nederlandse graficus die bekendstaat om zijn prenten vol gezichtsbedrog, optische illusies en onmogelijke werelden.

Escher vond het geweldig om met je hoofd te spelen. Hij wilde laten zien dat de werkelijkheid niet altijd is wat je denkt te zien. Op papier kun je namelijk regels van de natuur (zoals zwaartekracht) lekker negeren.

Bekende werken van M.C. Escher zijn:

- De oneindige trap: Op zijn tekening lopen mannetjes een trap op. Ze blijven omhoog lopen, maar komen toch weer op hetzelfde punt uit!
- Veranderende dieren: Een patroon van witte vogels verandert langzaam in zwarte vissen als je de andere kant op kijkt.
- Stromend water: Hij tekende een waterval die omhoog lijkt te stromen om zichzelf weer aan te vullen.



Heb je gezegd; de mus in de boom? Kijk nog eens goed, er staat tweemaal het woord "de". Jouw hersenen maken automatisch de juiste zin.

Een optische illusie, ook wel gezichtsbedrog of visuele illusie genoemd, is een afbeelding of situatie waarbij je ogen iets zien dat je hersenen anders interpreteren dan het in het echt is. Je brein wordt als het ware voor de gek gehouden, waardoor je iets ziet wat er niet is of een verkeerde maat en kleur waarneemt.

Hoe het werkt

Licht en ogen: Licht valt in je oog op het netvlies, dat signalen naar je hersenen stuurt.

Snelle keuzes: Je hersenen proberen de binnenkomende beelden zo snel mogelijk logisch te maken.

Foutje in de interpretatie: Soms klopt de informatie niet helemaal of gebruikt je brein vaste regels die bij een specifieke tekening misgaan, waardoor je brein in de war raakt.

Soorten illusies

Fysieke illusies:

Gemaakt door licht of water, zoals een nep plas water op een hete weg (luchtspiegeling).

Cognitieve illusies:

Plaatjes waarbij je hersenen gissingen doen over diepte, schaduw of kleur. Een grijs vlak kan ineens heel donker lijken door de achtergrond.

Dubbelzinnige figuren: Afbeeldingen die je op twee manieren kunt bekijken, zoals een vaas die ook twee gezichten laat zien.

Optisch bedrog, ook wel gezichtsbedrog of een optische illusie genoemd, is een waarneming waarbij je hersenen de signalen van je ogen verkeerd interpretern, zoals de vaas van Rubin, de driehoek van Penrose of bewegende patronen.

Hoe het werkt

De ogen zien alles:

Je ogen vangen licht op en sturen dit door naar je hoofd.

Het brein zoekt logica:

Je hersenen proberen er meteen een bekend plaatje van te maken.

De fout ontstaat:

Soms klopt het beeld niet met de echte wereld, waardoor je iets ziet wat er niet is.

Soorten illusies

Fysiologische illusies:

Deze komen door hoe je oog zelf werkt, zoals na een felle flits.

Cognitieve illusies:

Deze ontstaan doordat je hersenen gokken over diepte, kleur of licht.

Boogie Woogie

Boogie Woogie is het centrum voor kunst en cultuur en maatschappelijke projecten in de Oost-Achterhoek. Muziek, theater en projecten met cultuur in de hoofdrol. Ook voor de locaties van Marga Klompé in Winterswijk zijn er verschillende projecten. Wij maken daar ook gebruik van zonder dat u dat misschien weet. Denk aan Zang aan Huis en de voorleesbrigade of lang leve de kunst.

Voorleesbrigade



Genieten van een mooi verhaal dat voorgelezen wordt is een fijne invulling van de dag. Het geeft een stukje rust en ontspanning. Even lekker wegdromen. De brigade bestaat uit twee vrijwilligers die één keer per week of eens in de veertien dagen in de woonkamer of op een andere plek in de zorglocaties voorlezen. Bij een bepaald thema bijvoorbeeld “de Boerderij” of “de zomer” zoeken de vrijwilligers korte verhalen en gedichten die zij vervolgens voorlezen. Dit kunnen ook streekverhalen in het dialect zijn. Bewoners kunnen zelf ook een verhaal meebrengen en de heer Bartelink van De Pelkwijk leest zelf ook wel eens een verhaal in het dialect voor. Er zijn inmiddels ruim 30 vrijwilligers die zich aangemeld hebben voor dit project.

Belang van de kunstvorm muziek voor ons brein



U heeft hem misschien al eens vaker op tv gezien: de heer Erik Scherder. Hij is een Nederlands hoogleraar neuropsychologie aan de Vrije Universiteit in Amsterdam. Hij is met name bekend geworden door zijn enthousiaste optredens/ lezingen in onder andere het programma “De Wereld Draait Door” en ook was hij te zien in drie afleveringen van DWDD University. Hij wordt gezien als de specialist op het gebied de hersenen. Veelal het functioneren van onze hersenen en stoornissen en aandoeningen van onze hersenen. Ook heeft hij een hele duidelijke kijk op hoe kunst en cultuur onze hersen op een positieve manier beïnvloeden en waarom het zo goed is om hier (zeker op jonge leeftijd) al mee in aanraking te komen. Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap heeft een nieuwsbericht gedeeld waarop Erik Scherder duidelijk uitlegt waarom ook zeker sport en muziek minstens zo belangrijk zijn als taal en rekenen voor ons brein.

Voor neuropsycholoog Erik Scherder is het glashelder; voor een goed ontwikkeld brein zijn sport en muziek minstens zo belangrijk als rekenen en taal. Scherder, neemt ons mee in de ontwikkeling van het kindbrein en de factoren die hier invloed op hebben. Zowel sport als muziek dragen bij aan de kwaliteit van myeline: een wit stofje in de hersenen dat zorgt voor het versturen van signalen tussen hersencellen. Hoe beter de myeline, hoe sneller signalen binnen het brein dus verstuurd en opgepikt worden. Ook draagt een goede kwaliteit van myeline bij aan snelle communicatie tussen zogeheten “rich club hubs”. Dat zijn gebieden die zorgen voor een heleboel cognitieve functies, zoals goed plannen, structuur, werkgeheugen, impulscontrole, zelfreflectie, creativiteit, flexibiliteit en motivatie, volgens Scherder. Studies wijzen keer op keer uit dat er een enorme overlap is tussen taal en muziek in het brein.

Hoe kom je tot een complex brein?

Een stimulerende omgeving met veel verschillende activiteiten is daarom van belang om het brein goed te ontwikkelen, legt hij uit: ‘Om een complex brein met veel hubs te hebben wil je ervoor zorgen dat de zenuwcellen in het brein elke keer net iets anders worden aangestuurd en niet steeds hetzelfde. Dus niet alleen rekenen en taal, ook muziek, kunst en cultuur, en sport en bewegen. Samen zingen is namelijk nooit hetzelfde, die hersencellen worden steeds op een andere manier aangesproken.’ Voor kinderen en jongvolwassenen is dit extra belangrijk, omdat hun hersenen nog volop in ontwikkeling zijn, vervolgt hij: ‘In de eerste tien tot twaalf levensjaren van een kind is er een enorme toename in myeline te zien, een superbelangrijke periode dus. Tussen het 10e en het 20e jaar neemt de toename af en zien we een soort plateau, en vervolgens groeit het weer door tot na het 28e levensjaar. En dan de hamvraag: wat doet muziek met je brein? Scherder: ‘Dat is een van de meest gestelde vragen. Studies wijzen keer op keer uit dat er een enorme overlap is tussen de taalgebieden in het brein en de muzikale gebieden. Twee hersenbanen zijn hier verantwoordelijk voor: de ene zit links en is betrokken bij talige activiteiten, de andere zit rechts en wordt actief bij muzikale activiteiten.’ Visueel-ruimtelijke aandacht is één van de

functies van dit hersennetwerk, wat volgens Scherder de samenhangt verklaart: ‘Rekenen en taal hebben beide een ruimtelijk aspect. Als je kinderen laat bewegen en dansen op muziek, dan zit je precies op het netwerk voor rekenen en taal en versterk je daarmee deze hersenverbindingen.’ Als kers op de taart is hetzelfde hersennetwerk ook nog eens betrokken bij het reguleren van emoties. ‘Via deze hersenbaan wordt ook de amygdala geremd, die betrokken is bij onder andere angst en depressie. En hoe krijg je die baan actief? Met schaken, muziek, dansen, bewegen, ritme.’ Het belang daarvan voor jonge kinderen kan Scherder daarom niet genoeg benadrukken: ‘Als je opgroeit met kunst, muziek en bewegen, is het waarschijnlijk dat je dit op latere leeftijd ook nog gaat doen. De myeline waar het in het begin van dit stuk over gaat, neemt na je 30e ongeveer met 10% af, dus dan kun je maar beter zo vroeg mogelijk beginnen met het kweken van een stabiele hoeveelheid. Eenvoudig gezegd moeten kinderen daarvoor nieuwe dingen doen, die ook nog eens uitdagend zijn. Ze moeten moeite doen, mentale en fysieke moeite, zoals het leren spelen van een muziekinstrument; ze moeten mentale en fysieke moeite doen voordat ze het kunnen.’

Bron: Wikipedia en Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (www.gelijke-kansen.nl)

Zwarte Cross '26

Naar huis met mooie herinneringen

Voor het vierde jaar op rij waren we met bewoners te vinden in stamcafé De Schans op de Zwarte Cross. Vier dagen lang kwamen jong en oud hier samen. Voor muziek, een praatje, een spelletje of natuurlijk een polonaise.

Bewoners genoten zichtbaar van alles wat er om hen heen gebeurde. Naasten kwamen langs om samen een mooie dag te beleven en bezoekers schoven spontaan aan. Juist die ontmoetingen maakten deze dagen zo bijzonder.

Jong en oud = samen goud.



Een kleurrijke vrijdagochtend bij Pronswaide

Elke vrijdagochtend verandert een ruimte van Pronswaide in een klein atelier. Verf, kwasten en doeken worden tevoorschijn gehaald en al snel verschijnen de eerste kleuren op het doek. De schilderclub is een vaste en gezellige activiteit voor een trouwe groep bewoners.



De schilderclub bestaat al heel wat jaren. In oktober van 2017 zag Henk Walhof (zelf ook schilder) op Facebook een oproepje waarin iemand werd gezocht om de schilderclub te begeleiden. Op dat moment had hij net zijn kunstwerk met als titel "De kleuren van Alzheimer" geschilderd (zie afbeelding). Toeval? Henk besloot de uitdaging aan te gaan en is sindsdien nauw betrokken bij de club. Na wat wisseling krijgt Henk nu versterking van Dinie Lieverdink en Bianca Koldewij. Met z'n drieën zorgen zij ervoor dat de schilderochtenden steeds weer een succes zijn.



Er is plaats voor ongeveer acht tot tien bewoners. En soms is dat eigenlijk te weinig! Dat blijkt maar weer hoe populair het schilderen is. Het liefst zou iedereen die graag mee wil doen een plekje aan tafel krijgen.

De drie begeleiders hebben iedere hun eigen rol. Bianca is het creatieve brein van het gezelschap en komt regelmatig met leuke ideeën. Zo werden er ook voor het Volksfeest prachtige dahlia's beschilderd. Een mooi voorbeeld van hoe de schilderclub niet alleen gezellig, maar ook zorgt voor kleurrijke bijdragen aan activiteiten binnen Pronswaide.



Maar het belangrijkste is misschien wel wat het schilderen de bewoners zelf brengt. Aan de schildertafel is het gezellig, wordt er gelachen en gepraat, maar is er ook ruimte voor rust en ontspanning. Het is fijn om even helemaal op te gaan in het kunstwerk en iets moois te maken, ook wanneer soms beperkingen het dagelijks leven wat moeilijker maken. Iedereen werkt op zijn of haar eigen manier en in zijn of haar eigen tempo. Het resultaat hoeft niet perfect te zijn; het plezier en het maken staat voorop. En wie nieuwsgierig is naar de resultaten, hoeft niet ver te zoeken. De kunstwerken van de schilderclub zijn te bewonderen in het halletje bij de ingang van Pronswaide. Zo kunnen bewoners, familieleden, medewerkers en bezoekers genieten van al die kleurrijke creaties.

De schilderclub bewijst maar weer eens dat een vrijdagochtend met een kwast in de hand niet alleen mooie schilderijen oplevert, maar vooral ook gezelligheid, ontspanning en veel plezier. Een klein atelier met een groot effect!

Wist u dat er ook een schilderclub actief is in De Pelkwijk en ook in Meddo ze de verfkwast weten te hanteren? Kom gerust eens kijken.



ZANG AAN HUIS

Samen zingen geeft een gevoel van verbinding. Het brengt mensen dicht bij elkaar. Door te zingen worden bovendien bepaalde hersengebieden geprikkeld. Zingen is dus goed voor je. Daarom organiseert Lang Leve Kunst kleinschalige zangoptredens op de woongroepen van zorginstellingen. In de huiskamer van de woongroep zingt een klein groepje vrijwilligers oude en bekende liedjes. Niet veraf op een podium, maar dichtbij. Zodat -wie zin heeft- mee kan doen. Je kunt meezingen, mee neuriën, meebewegen alles is mogelijk. Er zijn inmiddels meer dan 50 vrijwilligers die aan dit project meedoen. De zangers zijn allemaal goed voorbereid op hun optreden. Zij hebben twee workshops bij Boogie Woogie gevolgd en hebben een prachtig repertoire met bekende melodieën ingestudeerd. In juli 2018 is gestart met de eerste optredens in de Achterhoekse zorgcentra. Onder ander het vrijetijds orkest en een cursus Djembe wordt er gegeven door Boogie Woogie.

Programma Lang leve de kunst

In 2018 is Boogie Woogie cultuurcentrum Winterswijk gestart met de opzet van het programma Lang Leve Kunst Oost-Achterhoek. Er wordt nauw samengewerkt met Lang Leve Kunst en Naoberschap West-Achterhoek en met partners uit de sectoren zorg en welzijn om het welbevinden van ouderen in de Achterhoek te vergroten. De projecten van Lang Leve Kunst Oost-Achterhoek worden uitgevoerd in de gemeenten Aalten, Berkelland, Oost Gelre en Winterswijk.

De Muzikale Ontmoetingsgroep

De Muzikale Ontmoetingsgroep
Petra Beurskens, geestelijk verzorger

Hanne Vermeulen, muziektherapeut
Sinds januari 2026 kunt u ons tegenkomen in huiskamers van de groepswoningen op Pronsweide. U ziet ons met de bewoners rond de tafel in gesprek. Wat u ziet is de Muzikale Ontmoetingsgroep, een nieuwe samenwerking tussen muziektherapie en geestelijke verzorging voor psychogeriatrische afdelingen, waarin het draait om het gevoel van verbondenheid.

Elkaar ontmoeten

In de Muzikale Ontmoetingsgroep creëren we een rustige setting om elkaar te ontmoeten in een gesprek afgewisseld met muziek. Als we binnenkomen op de huiskamer maken we contact met de bewoners, Hanne speelt en zingt het introductielied en Petra steekt een lichtje aan en draagt een gedicht voor. We merken dat de sfeer rustig en kalm wordt.

De Muzikale Ontmoetingsgroep bestaat uit zes bijeenkomsten. Voor elke bijeenkomst kiezen we een thema dat aansluit bij wat er leeft in de groep. Als de bewoners vertellen over een passie voor tuinieren, het verzorgen van dieren, wandelen in de bossen, dan kiezen we als thema voor een volgende keer: wat betekent natuur voor u?

Familieleden van de bewoner zijn van harte welkom om aan te sluiten. We zien vaak dat zij meegenieten als hun naaste iets vertelt of meezingt. Zorgcollega's sluiten soms ook aan. Zij leren de bewoners op de groep op deze manier nog beter kennen.

We wisselen het gesprek af met liederen die aansluiten bij het gesprek en die de bewoners kennen. Samen zingen of luisteren naar de muziek versterkt het gevoel van samen zijn. Tijdens de bijeenkomst komen we in een soort bubbel. Een ruimte om te ontdekken wie de ander is, wat er speelt en wat van betekenis is.

Samen delen

De sfeer van intimiteit en vertrouwen nodigt uit om levenservaringen te delen. Bewoners vertellen bijvoorbeeld hoe zij hun partner hebben ontmoet. Op de kermis of bij de wekelijkse dansavonden. We nodigen uit om verder te vertellen: was het liefde op het eerste gezicht? Wat maakte uw partner voor u bijzonder? Zo vertelde een bewoner dat zij zich als kind geliefd voelde door haar ouders. Wat een fijn gevoel is dat. Herkennen de anderen dat ook? De herinnering aan bij moeder op schoot en jouw hand in vaders grote hand tijdens het wandelen. De bewoners benoemen vaak de dankbaarheid die ze voelen. Voor de liefde die ze hebben gekend of voor de kansen die ze hebben gekregen.

Maar het gaat niet alleen over de mooie herinneringen. Ook verdrietige levensgebeurtenissen worden gedeeld. Het overlijden van dierbare naasten en het blijvende gemis. Het verlies van de gezondheid en mogelijkheden om te doen wat je altijd zo graag deed. We staan hier samen bij stil en bieden steun als dat nodig is. De muziek, het gesprek en het samen zijn geven bedding aan deze emoties. De gesprekken gaan over het zoet en het zuur van leven. We praten hoe bewoners betekenis geven aan wat hen overkomt en wat kracht en steun biedt in moeilijke tijden.

Verbinden

In het gesprek benoemen we de ervaringen die bewoners met elkaar gemeen hebben. Herkenning versterkt het gevoel van onderlinge verbondenheid. Bewoners weten soms niet (meer) van elkaar dat de ander ook is opgegroeid op de boerderij. Ze delen herinneringen over bijvoorbeeld de melkles, waar kinderen leerden hoe zij de koeien moesten melken, het harde werken in de zomer, het binden van het stro en: "O ja, als het geregend had, moest alles weer drogen en begon het werk opnieuw." We zien momenten van herkenning en enthousiasme, zoals: "Ik ging ook in de laatste klas van de lagere school naar Vlieland. De eerste keer zo ver van huis, een hele week: van vrijdag tot vrijdag. Wat een avontuur was dat!"

Niet alle bewoners zijn even goed in staat om aan het gesprek mee te doen. Gedurende de bijeenkomst blijven we proberen alle bewoners te betrekken. Soms heeft een bewoner wat meer tijd nodig en deelt dan later (een fragment) van een herinnering.

Aan het einde van elke bijeenkomst benoemen we wat er is gedeeld en hoe we de bewoners hebben leren kennen. Bij de laatste bijeenkomst verwerkt Hanne dit in een lied waarin iedereen apart wordt toegezongen.

Elkaar zien, jezelf herkennen in de ander en je verbonden voelen met elkaar. In de ontmoeting met de ander kun je jezelf terugvinden. Dat is wat we in de Muzikale Ontmoetingsgroep zien gebeuren.



Dit gedicht verwoordt dat als:

*Ontmoeten is:
kijken en zien,
luisteren en horen,
verbazen en verwonderen.*

*Ontmoeten is jezelf tegenkomen
in de ogen van een ander,
die een spiegel zijn voor jezelf.*

Fragment uit het gedicht Ontmoeten van Harm Feijer en Natasha van Ijzendoorn

Wij zijn erg enthousiast over deze nieuwe samenwerking tussen muziektherapie en geestelijke verzorging op Pronsweide. We hopen met de Muzikale Ontmoetingsgroep nog veel bewoners te leren kennen en momenten van verbondenheid te beleven.

Als u meer over onze samenwerking wilt weten, stuur gerust een bericht naar:

Petra Beurskens p.beurskens@szmk.nl
Hanne Vermeulen h.vermeulen@szmk.nl

Het woordje kunst

*Eerst dacht ik bij het woordje kunst alleen aan schilderijen,
die stilletjes gevangen zijn in lijsten aan de wand.
Ik vond dat zielig en ik wou een schilderij bevrijden,
maar ach, ik mocht het zelfs niet eens beroeren met mijn hand.
Toen dacht ik bij het woordje kunst ook eens aan beeldhouwwerken,
die doodstil staan gevangen op een sokkel in de grond.
Ik heb een beeld gestreeld, maar of een steen een aai kan merken?
Ik weet niet eens of 't standbeeld zélf wel wist dat het bestond!
Nu denk ik bij het woordje kunst aan thuis en aan verhalen,
die opgeslagen liggen in een dichtgeslagen boek.
Ik kan er met mijn vinger en mijn ogen in verdwalen
en vind er soms een streling in als ik een streling zoek.*

© Ted van Lieshout

Het leven is een kunst
Je moet het zelf creëren
Niemand weet hoe het allemaal moet
Dat zal je zelf leren.

Het samenbrengen van allerlei
ingrediënten
Zoals bewustzijn, liefde en geluk
Het zoeken naar balans
Anders gaat jouw kunstwerk stuk

Ieder zijn eigen inzicht
Eigen emoties en eigen krachten
Jezelf leren kennen en begrijpen
De baas zijn over jou gedachten

Jouw levenskunst creëren
Het waarmaken van dromen
Weet dat geluk overal is
Waar jij ook zult komen

Kunst staat voor ultieme vrijheid
Innerlijke rust en harmonie
Met waardevolle vriendschap
Dat is hoe ik het zie

De buitenwereld kneedt het voor
Maar jij geeft het zelf vorm
Met alle wijsheid die je hebt
Wordt jouw levenskunst enorm

Bron (janineschrijftgedichten)

Kleuren is óók voor volwassenen

Kinderen weten het al lang; kleuren is leuk!

Kleuren is al lang niet meer alleen voor kinderen. Waarschijnlijk heb je de boeken in de boekhandel wel zien liggen of al eens een kleurboek gekregen. Als je een keer spontaan een kleurpotlood hebt gepakt om mee te helpen met kleuren, weet je al hoe rustgevend deze simpele bezigheid kan zijn.

Wat is kleuren voor volwassenen?

Een kleurboek is een kleurboek zou je denken. Toch is er wel degelijk verschil tussen kleurboeken voor kinderen en kleurboeken voor volwassenen. De kleurplaten voor volwassenen zijn er bijvoorbeeld minder op gericht om je binnen de lijntjes te laten kleuren maar meer gericht op je mentale welzijn en gezondheid.

Over het algemeen hebben de kleurplaten voor volwassenen een veel ingewikkelder ontwerp met veel kleine of grote sierlijke details. Vaak zijn dit prachtige geometrische patronen van bijvoorbeeld dieren, planten of bloemen, ook wel zentangles genoemd. Ook zijn mandala's erg populair. Dit zijn symmetrische geometrische patronen met een middelpunt die de symbolische kosmos uitbeelden en hun oorsprong vinden in het Tibetaans boeddhisme. Waarom zou je het doen?



Even ontspannen

Technologie is compleet verweven met ons dagelijks leven. Vaak werken we achter laptop, we bellen appen en kijken tv. Onze hersenen hebben ook tijd nodig om al deze prikkels weer te verwerken. Kleuren is de perfecte manier om te ontspannen. 30 minuten in je favoriete kleurboek is al genoeg om jezelf en je hersenen te ontspannen.

Word creatief!

Als we ouder worden lijkt onze creatieve vonk een beetje te doven. Gelukkig kan een kleurboek daarbij helpen. Iedereen kan immers kleuren, zelfs de minst creatieven onder ons. En het mooie is dat je het niet fout kunt doen. Kies gewoon de kleuren die je mooi vindt. Binnen of buiten de lijntjes, alles mag. Kleuren is flink in populariteit gestegen. Het kalmerende effect van kleuren is de voornaamste reden hiervoor. De kleurplaten zijn vaak al prachtig, maar als je eenmaal klaar bent, zul je zien dat er een heus kunstwerk van hebt gemaakt. Wil je eens kennis maken en iets uitproberen, kom op maandagmorgen om 10.00 uur eens langs in het Atrium van De Pelkwijk. Hier zijn mensen aan het kleuren en schilderen.

Kleurenanalyse

Een kleurenanalyse is een persoonlijke sessie voor de spiegel waarbij je met speciale gekleurde doeken ontdekt welke kleding- en make-upkleuren jouw gezicht direct laten stralen. Hoe werkt een kleurenanalyse?

✓ **Daglicht:** Je zit zonder make-up in helder daglicht voor een spiegel. ✓ **De doeken:** De adviseur legt doeken in verschillende kleuren en tinten onder je kin. ✓ **Het effect:** Samen kijken jullie wat er gebeurt. Soms oogt je huid opeens heel moe of grauw door een verkeerde kleur, terwijl een andere kleur je ogen laten sprankelen en rimpels verzacht. De vier Seizoen types. Na afloop krijg je dan een kleurtype

toegewezen, vaak verdeeld in vier categorieën:

✓ **Lente:** Licht, helder en warm. Denk aan perzik, helderblauw en goudgeel. ✓ **Zomer:** Koel en zacht. Denk aan pasteltinten, zachtroze en jeansblauw. ✓ **Herfst:** Warm en diep. Denk aan roestbruin, olijfgroen en okergeel. ✓ **Winter:** Koel en helder. Denk aan fuchsia, koningsblauw en zuiver wit. Waarom is het zo populair? ✓ **Geen miskopen meer:** je weet precies welke kledingstukken passen bij jouw natuurlijke huid, haar en oogkleur. ✓ **Duurzaamheid:** Het helpt je om bewuster te winkelen en een compacte, goed te combineren kledingkast te maken.

Nieuwe duofiets voor Vredense Hof

Op woensdag 1 juli jongstleden was het moment daar dat de nieuwe duofiets van de Vredense Hof officieel in gebruik werd genomen. Hans van der Zalm (bewoner Vredense Hof) heeft zich hard gemaakt om geld bij elkaar te krijgen om de aanschaf van de nieuwe duofiets mogelijk te maken. De oude duofiets was ook echt wel een beetje aan het einde van haar Latijn en treft ook geen schuld.

Onder prachtige weersomstandigheden heeft iedereen genoten van een feestelijke avond met muziek van de "Eierjongens" en was er het officiële moment waarop de duofiets in gebruik werd genomen. Lees hieronder het artikel dat in het Achterhoeks Nieuws heeft gestaan.

We zijn nu enkele weken verder en het is een genot om rond te fietsen met de nieuwe duofiets. Vrijwilligers die bijna dagelijks met de bewoners fietsen genieten ook volop van deze mooie, krachtige en soepel rijdende duofiets. We hebben het vaker over "Geluksmomentjes" en dit is er zeker één van vele van!



Hans en Ester zorgen voor nieuwe duofiets voor Vredensehof

WINTERSWIJK - Muziek en een feestelijke stemming bij de Vredense Hof. De bewoners kregen woensdagavond een splinternieuwe duofiets. Bewoner van de Vredense Hof Hans van der Zalm en welzijnsmedewerker Ester Wijkamp hebben zich hard gemaakt voor een nieuwe fiets. Woensdagavond mochten zij het eerste ritje samen maken onder de klanken van de Eierjongens.

Het idee voor een nieuwe fiets kwam van Hans. "De fiets die we hebben is inmiddels wel zo oud en eigenlijk wel op. Veel mensen die hier wonen kunnen niet meer goed lopen. Met zo'n fiets kunnen mensen er dan, samen met een verzorger of familie, toch nog op uit." De vrouw van Hans woonde tot vorig jaar in de Vredense Hof. Inmiddels is ze overleden. "Mijn vrouw woonde een tijd hier en ik nog in ons huis. Het was de bedoeling dat ik weer bij mijn vrouw zou gaan wonen in de Vredense Hof, maar dat is niet meer gelukt", legt Hans uit. "Op een dag toen ik alleen thuis was, hoorde ik ineens geroep. Het was mijn vrouw en een verzorger, met de duofiets, die mij als verrassing kwamen bezoeken. Dat heeft me zo veel gedaan",



Hans (op de fiets) en Ester nemen de cheque van Stichting Joosthuis in ontvangst

Foto: Frank Bosvelt

vertelt Hans. "Het raakte me zo. Daarna is ze nog een keer op de fiets bij me langs geweest thuis. Weer heb ik toen ervaren hoe waardevol dat is. Daarom vond ik dat ik me in moest gaan zetten om een nieuwe fiets voor alle bewoners van de Vredense Hof te realiseren. Ik heb het er met Ester over gehad en samen zijn we geld in gaan zamelen. Ik schreef het Joosthuis aan. Die stichting kende ik nog van mijn aanvragen voor de framerunners, bij Archeus. Daar was ik ook bij betrokken. Ester heeft het meeste werk gedaan", vindt Hans.

Maar samen hebben ze ervoor gezorgd dat de ongeveer 12.000 euro voor de nieuwe fiets er kwam. "Ik had nog gehoopt dat mijn vrouw een ritje zou kunnen maken met deze fiets, maar dat mocht helaas niet zo zijn", aldus de enthousiaste Winterswijker. "Ik hoop dat de bewoners van de Vredens Hof net zulke dierbare herinneringen kunnen maken, als ik heb aan de bezoeken van mijn vrouw aan mij met de duofiets."



Piet Mondriaan

Piet Mondriaan was acht jaar oud toen hij in 1980 vanuit Amersfoort naar Winterswijk verhuisde. Zijn vader werd benoemd tot hoofdonderwijzer aan de protestantschristelijke school en de familie verbleef in de naastgelegen villa aan de Zonnebrink 4. Hier ontdekte de jonge Mondriaan zijn passie voor tekenen en schilderen. In Winterswijk ligt de basis van zijn carrière.

In de jaren dat hij in Winterswijk woonde trok hij er graag op uit om in de omgeving te tekenen en schilderen. In 1892 verliet Mondriaan Winterswijk om in Amsterdam te gaan wonen en studeren aan de Rijksacademie wel kwam hij nog regelmatig in Winterswijk om zijn familie te bezoeken. Je zag hem vaak in het buitengebied om landschappen vast te leggen.

De Mondriaan fietsroute

Deze fietsroute gaat door de buurtschappen van Winterswijk en u passeert de mogelijke plekken waar hij geschilderd heeft. Langs de route staan Mondriaanbordjes als u daar doorkijkt is het waarschijnlijk de plek waar Mondriaan gezeten heeft om het landschap vast te leggen. Al is er in de afgelopen honderd jaar wel het één en ander veranderd in het landschap. Hier een aantal plekken waar je de foto ziet en eronder het oorspronkelijk schilderij van Mondriaan.



Leden Cliëntenraden Winterswijk

per juli 2026

Leden cliëntenraad De Berkhof

- De heer B. Beernink
Cliënt woonzorgcentrum
- Mevr. W. te Lindert
Cliënt woonzorgcentrum
- Mevr. A. Sengers
Cliënt woonzorgcentrum
- De heer I. Rauwerdink
Familie cliënt
- Mevr. G. Smeman
Cliënt woonzorgcentrum
- Vacatures

Leden cliëntenraad De Pelkwijk

- Mevr. P. ten Damme
Contactpersoon
- Mevr. T. Vaags
Cliënt woonzorgcentrum
- Mevr. S. Dunnewold
Familie cliënt
- Vacatures

Leden cliëntenraad Pronswaide/ Groepswonen Meddo

- De heer H. te Brummelstroete, CCR-lid
Contactpersoon
- De heer G. ten Hietbrink
Contactpersoon
- Mevr. P. ten Damme
Contactpersoon
- Vacatures

Leden cliëntenraad Vredense Hof

- Mevr. I. Beijers-Holders
Contactpersoon
- Mevr. L. Idink-Beijers
Contactpersoon
- Mevr. L. Ubbink-Wiggers
Contactpersoon
- Mevr. M. Klein Langenhorst
Contactpersoon
- De heer A. van Dam
Cliënt
- Mevr. R. Tangena
Familie cliënt

Leden cliëntenraad Thuiszorg Marga Klompé

- Mevr. S. de Booij
Winterswijk
- De heer W.R. Broeke
Lochem
- Mevr. E. Venderbosch
Lochem
- Regio Aalten
Vacature

Bureau Ondersteuning Cliëntenraden
Morgenzonweg 29
7101 BH Winterswijk
Tel: 06-13114417 (Karina Fremmer) /
06-22418579 (Monique Fokkert)
email: secr.clientenraden@szmk.nl



Ben je klaar
de herfst te ontmoeten?
Blaadjes knisperend onder je voeten,
de stormwind vurig op je wangen,
kastanjes rijp om op te vangen,
spinnen spinnend aan hun webben,
eekhoorns die al voorraad hebben,
egels klaar om te gaan slapen,
beukenootjes om te rapen,
paddenstoelen met witte sproeten.
Ben je klaar de herfst
te ontmoeten?

Kiek um ow hen!

Iemand die dit altijd doet is Maria Klijn. Bewoonster van De Berkhof. Maria ziet overal iets bruikbaar en moois in. (Bijna) niets beland in de prullenbak. Van al die materialen maakt zij weer kunstwerken of bruikbare artikelen. Takjes, stofjes, draadjes, papiertjes, lintjes. Alles kan Maria gebruiken. De bakjes waar de

rauwkost en de appelmoes in geserveerd worden..... Maria wast ze af. Als het materiaal nat is kun je het goed buigen en kneden in de gewenste vormen. Opgedroogd en bewerkt worden het bloemen, popjes, lampenkapjes of vissen.



Veel van deze kunstwerken worden gemaakt en verkocht in het kraampje van Serious Request, waar De Berkhof al twee jaar aan meewerkt. Maria komt uit een gezin van 12 kinderen. Ze hadden het niet breed thuis. Opa was kleermaker, moeder hielp in de kleermakerij en vader was timmerman.

Op een dag had vader een opdracht klaar bij een klant die dit niet kon betalen. In plaats van geld kreeg hij een felgroene lap stof. Daar werden dan jassen van gemaakt voor de oudste vier kinderen. Motto was: Hoe krijg je het meeste uit een klein lapje. Aan een jurk die eigenlijk te klein was werden biesjes gehaakt zodat deze nog een jaartje mee kon. Maria leerde al gauw dat je van afgedankte materialen mooie dingen kon maken. Ze was graag kleuterjuf geworden maar ze moest haar moeder helpen in het huishouden en later haar vader helpen op kantoor.

Op latere leeftijd heeft Maria de Moeder Mavo gedaan en daar kreeg ze les in textiele werkvormen. Dat had meteen de interesse van Maria. Ze heeft later wandkleden leren maken bij Annemie Slagter. Als Maria nu geboren zou worden zou ze naar de kunstacademie gaan en kunstenares worden.



Herfstpuzzel

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

BLADEREN
BOS
BRUIN
DONKER

EIKELS
GEEL
HERFST
KASTANJE

LOSLAT
NOVEMBER
OKTOBER
ORANJE

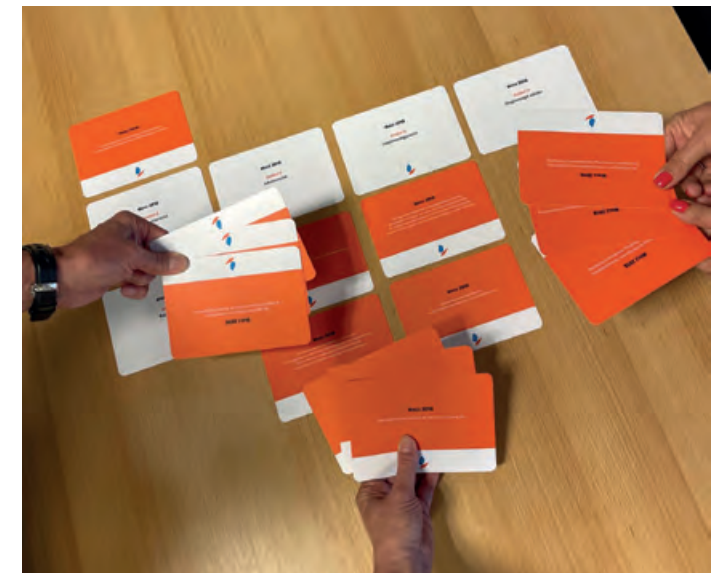
PADDENSTOEL
REGEN
ROOD
WAAIEN

WATERPLAS
WIND

Samen werken aan een sterke stem voor bewoners

Hoe zorg je ervoor dat de stem van bewoners écht wordt gehoord? Dat was de centrale vraag tijdens een inspirerende workshop over de Wet medezeggenschap cliënten zorginstellingen 2018 (Wmcz 2018), georganiseerd voor leden van de cliëntenraden van Marga Klompé. De middag werd begeleid door een ervaren trainer van het Netwerk Cliënt-en-Raad Zorg (NCZ). Samen met de aanwezige leden van de lokale cliëntenraden en de Centrale Cliëntenraad ging zij op een interactieve manier aan de slag met de rechten en mogelijkheden van cliëntmedezeggenschap. Met behulp van het spel De Cliëntenraad-Staat ontdekten de deelnemers spelenderwijs wat de Wmcz 2018 in de praktijk betekent. Onderwerpen als het adviesrecht, instemmingsrecht, informatierecht en het recht om ongevraagd advies te geven kwamen uitgebreid aan bod. Ook werd besproken hoe belangrijk het is dat cliëntenraden goed worden ondersteund en nauw contact houden met bewoners en hun naasten.

Tijdens de workshop ontstonden waardevolle gesprekken over de rol van de cliëntenraad. Deelnemers wisselden ervaringen uit en verdiepten hun kennis van de Wmcz 2018. Juist door regelmatig met elkaar stil te staan bij de wet en de praktijk van medezeggenschap, blijven cliëntenraden en organisatie scherp op hun gezamenlijke rol en op wat belangrijk is voor bewoners.



Aan de hand van stellingen wisselden de deelnemers ervaringen uit. Er werd gesproken over de zichtbaarheid van de cliëntenraad, het belang van goed contact met bewoners en familie en de rol van medewerkers bij cliëntmedezeggenschap. Er werd gesproken over het belang van het contact met de achterban. Door aanwezig te zijn bij familieavonden en andere bijeenkomsten blijft de cliëntenraad in gesprek met bewoners en hun naasten en worden waardevolle signalen opgehaald. De middag werd afgesloten in een positieve en enthousiaste sfeer. De workshop werd als leerzaam, praktisch en inspirerend ervaren. Er was ruimte voor open gesprekken, het delen van ervaringen én humor. De gezamenlijke conclusie was duidelijk: sterke medezeggenschap begint met samenwerking, wederzijds begrip en een blijvend luisterend oor voor wat bewoners belangrijk vinden.

Meer weten?

Wilt u meer weten over het werk van de cliëntenraad of een keer vrijblijvend aansluiten bij een vergadering? Het Bureau Ondersteuning Cliëntenraden vertelt u hier graag meer over. U bent van harte welkom om kennis te maken en in gesprek te gaan.

Mail: secr.clientenraden@szmk.nl
 Tel: 06 13 11 44 17. Karina Fremmer,
 Ondersteuner Cliëntenraden

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