

Bewonersblad voor de locaties van Marga Klompé in regio Winterswijk

# MargaBode

Zomer 2026

Sporten  
vroeger en nu

De Winterswijkse  
Fietsvierdaagse

Verhuizen naar  
Winterswijk

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

# Voorwoord raad van bestuur

Wat hebben we samen al genoten van een prachtig voorjaar. De eerste zonnige dagen brachten leven in de tuin, gezelligheid op de terrassen en vooral veel mooie ontmoetingen tussen bewoners, medewerkers, vrijwilligers en familieleden. Nu de zomer van 2026 zich aandient, kijken we uit naar een periode vol ontspanning, activiteiten en fijne momenten samen.

Tegelijkertijd merken we ook dat de wereld om ons heen complexer en onrustiger is geworden. De oorlog in het Midden-Oosten en de voortdurende oorlog in Oekraïne stemmen ons somber en raken ons allemaal, direct of indirect. Juist in zulke tijden beseffen we hoe belangrijk het is om oog voor elkaar te houden, verbonden te blijven en warmte en aandacht dicht bij huis te blijven bieden.

Ook dit jaar is er binnen onze locaties weer van alles georganiseerd. Van gezellige zomerweken en creatieve workshops tot muzikale middagen, uitstapjes en ontmoetingen in de buitenlucht. Natuurlijk verheugen velen zich ook weer op onze deelname aan de Zwarte Cross, waar we opnieuw ons eigen café mogen runnen. Een bijzondere traditie waar met veel enthousiasme naar wordt uitgekeken.

Wat telkens opnieuw opvalt, is de grote betrokkenheid van iedereen die zich inzet om deze activiteiten mogelijk te maken. Medewerkers, vrijwilligers, familieleden én bewoners dragen ieder op hun eigen manier bij aan de warme sfeer binnen onze organisatie. Daar zijn we enorm dankbaar voor. In die verbondenheid zien we iedere dag weer het echte naoberschap terug: naar elkaar omkijken, samen genieten en er voor elkaar zijn.

We hopen dat deze zomer voor iedereen mooie momenten brengt. Of u nu actief meedoet aan activiteiten, geniet van een goed gesprek in de zon of liever rustig meeleest en meekijkt: we wensen u een zomer vol gezelligheid, ontspanning en kleine geluksmomenten.

In deze zomereditie van het bewonersblad vindt u opnieuw mooie verhalen, leuke impressies en foto's van wat er speelt binnen onze locaties. Verhalen die verbinden, inspireren en een glimlach brengen.

Namens de raad van bestuur wens ik u veel leesplezier!

Erwin Bomers

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

De zomereditie van MargaBode ligt alweer voor u. Deze uitgave staat in het teken van de zomer, beweging en het wereldkampioenschap voetbal. Terwijl de zon lange dagen brengt en pleinen vollopen met supporters, vieren we samen sportiviteit, verbondenheid en de energie van het WK.

Deze MargaBode gaat over de verschillen tussen sporten van vroeger en nu, met extra aandacht voor denksporten zoals schaken, dammen en bridge. Er wordt beschreven hoe sporten zijn veranderd door technologie, regels en de samenleving.

Voor de sport liefhebber is er deze zomer ook voor elk wat wils. Eerst het WK voetbal, Wimbledon en de tour de France.

Wij wensen iedereen een hele zonnige en sportieve zomer toe.

Redactie MargaBode

# Sporten vroeger en nu

Vroeger speelden mensen al veel verschillende sporten, vaak zonder de moderne regels en materialen die we nu kennen. Sport was niet alleen bedoeld voor plezier, maar ook om mensen sterk en gezond te maken. In de tijd van de oude Grieken waren wedstrijden erg belangrijk. Tijdens de Olympische Spelen deden sporters mee aan onderdelen zoals hardlopen, worstelen en discuswerpen. Deze spelen werden gehouden ter ere van de goden en trokken veel bezoekers.

In de middeleeuwen waren riddertoernooien populair. Ridders lieten hun kracht en moed zien tijdens steekspelen en zwaardgevechten. Ook gewone mensen deden aan sporten en spelletjes, zoals boogschieten, schaatsen en eenvoudige balsporten. Veel van deze activiteiten vonden plaats op dorpspleinen of bevroren rivieren. Stond voetvallen 's zomers op het programma, in de wintermaanden gingen we schaatsen op de houtjes op sloten en ondergelopen weilanden.

Wie denkt dat fietscrossen iets van de laatste decennia is, die vergist zich. Rond 1960 lag in onze buurt al een echte cross baan. Die hadden we met vriendjes aangelegd op het braakliggende terrein achter de fabriek. Met schop en spade waren op de parcours enkel zandheuveltjes gemaakt. Daar reden we op oude fietsen rondjes. Op initiatief van enkele opgeschoten jongens werd zelfs een wedstrijd verreden. Voor de snelste coureur was een hoofdprijs in het vooruitzicht gesteld. Geen medaille, beker of bokaal, maar een dikke plak leverworst, aangeboden door de buurtslager. Veel activiteiten ontstonden vroeger spelenderwijs terwijl nu alles wordt georganiseerd. Zoals er in de bossen mountainbike trials worden aangelegd voor de sportieve mountainbikers. Later ontstonden sporten die we vandaag nog steeds kennen, zoals voetbal, tennis en wielrennen. De regels werden steeds duidelijker en er kwamen clubs en competities. Dankzij deze ontwikkeling groeide sport uit tot een belangrijk onderdeel van het dagelijks leven en van grote internationale evenementen.

## WK voetbal 2026

Het wereldkampioenschap voetbal is zo ongeveer het grootste sportevenement ter wereld, en het wordt in 2026 alleen maar groter. In 2026 zal het WK voor het eerst uit 48 landen bestaan, waar dit voorheen 32 was. Het toernooi vindt plaats in de VS, Canada en Mexico. Noord-Amerika begint steeds meer een voetbal continent te worden en daarom wilde het gebied dit toernooi ook heel graag hebben. Het belooft een mooi toernooi te worden met hopelijk veel verrassingen en een goed Nederland.

## De gastlanden van het WK 2026

Voor het eerst in de geschiedenis van het WK wordt het georganiseerd door drie verschillende landen. De Verenigde Staten, Canada en Mexico zullen gezamenlijk de 104 wedstrijden organiseren en het WK in goede banen leiden. Echter speelt het grootste gedeelte van het WK zich in de VS met 11 speelsteden, Mexico heeft er drie en Canada slechts twee. Ondanks dat Mexico slechts drie speelsteden heeft, is Mexico het eerste land dat drie of meer wereldkampioenschappen organiseert. Het Spaanssprekende land organiseerde in 1970 en 1986 al een WK. Ook de VS was al een gastheer van het grootste sportevenement van de wereld: in 1994 was het WK voor het laatst in Noord-Amerika.

## WK voor clubs

Afgelopen zomer was de VS al het gastland van het WK voor clubs. In het nieuw georganiseerde toernooi nam Chelsea tot ieders verrassing de trofee mee naar huis. Wat vooral opviel tijdens dit toernooi was dat het weer niet ideaal was voor de sport. Het kon op enkele plekken ongelofelijk warm worden en op andere plekken was er zelfs dreiging voor orkanen.

## Belangrijke data

Het WK begint op 11 juni 2026, op deze dag trapt Mexico af tegen Zuid-Afrika om het WK te beginnen. Deze wedstrijd markeert een opvallend weerzien tussen de beide landen, die ook al de openingswedstrijd van het WK in 2010 speelden. De wedstrijd wordt gespeeld in Estadio Azteca, Mexico-Stad.

De finale is op 19 juli 2026. Op deze dag zal de felbegeerde trofee uitgereikt worden aan de ploeg die zich vier jaar lang de beste van de wereld zal mogen noemen. Nederland is voor het WK 2026 ingedeeld in Poule F en speelt drie groepswedstrijden in de Verenigde Staten. Oranje treft daarin Japan, Zweden en Tunesië.

# EK 1988 hoe was het ook alweer?

Op 25 juni 1988 won Nederland voor het eerst in de geschiedenis het Europees kampioenschap voetbal. Voor veel Nederlanders is dit nog altijd hét grootste gloriemoment uit de vaderlandse sportgeschiedenis.

Het EK in Duitsland begon voor de Nederlandse ploeg met onder andere Marco van Basten en Erwin Koeman niet veelbelovend. De eerste groepswedstrijd tegen de Sovjet-Unie werd verloren met 0-1. De Nederlandse aanvallers wisten niet door de stugge verdediging van de Russen te komen.

## Geluk

Ook de tweede wedstrijd was geen makkie. Tegen de Engelsen scoorde Nederland wel drie keer, maar had het ook het nodige geluk dat de Engelsen één bal tegen de paal en één tegen de binnenkant van de paal schoten. Het werd uiteindelijk 3-1. En dat geluk had Nederland misschien gewoon 'afgedwongen'. Voetbalorakel Johan Cruyff zei ooit namelijk: "Pech, dat krijg je bij een negatieve instelling en geluk bij een positieve instelling".



## Rare kopbal

Vervolgens moest Oranje de volgende wedstrijd tegen Ierland winnen om door te gaan. Dat leek lange tijd niet te gaan lukken. Weer had het elftal geluk, met een bal op de paal van Ierland. Acht minuten voor het einde belandde een mislukt afstandsschot van Ronald Koeman uiteindelijk per ongeluk op het hoofd van Wim Kieft en via een merkwaardige curve stuiterde de bal uiteindelijk achter de Ierse keeper: 1-0. Een van de merkwaardigste doelpunten die de spits vermoedelijk ooit maakte. Maar wel de belangrijkste treffer van zijn carrière.

## Revanche

De écht historische wedstrijd was de wedstrijd hierna, de halve finale tegen West-Duitsland. Na de nederlaag op het WK van 1974, toen West-Duitsland in de finale Nederland had verslagen, was Duitsland zelf dé plek voor de ultieme wraak. Voor het eerst tijdens het EK liet Oranje sprankelend voetbal zien. Toch leek het lange tijd niet te lukken om ook een doelpunt te maken. In de rust stond het nog steeds 0-0. Na een onterechte strafschop werd het zelfs 1-0 voor Duitsland en kort daarna schopte Jürgen Klinsman maar een paar centimeter naast het doel van Hans van Breukelen. Een kwartier voor tijd kreeg Oranje onverwachts een penalty en waren de teams weer in evenwicht. In de 89ste minuut schoot Marco van Basten Nederland voor het eerst in de geschiedenis naar een EK-finale.



## Wondergoal

In die finale kwam het elftal weer oog in oog te staan met de Sovjet-Unie, het land waar men in de eerste wedstrijd nog van verloren had. Dit keer ging het een stuk beter. Na een half uur stond Oranje in het Olympiastadion in München dankzij een rake kopbal van aanvoerder Ruud Gullit al op 1-0. En tien minuten na rust beslist Marco van Basten de wedstrijd met een wondergoal. De opkomende middenvelder Arnold Mühren wilde een lage strakke voorzet in het strafschopgebied geven, maar dat mislukte volledig. De bal belandde schoot omhoog en belandde onverwachts bij Van Basten die geen moment aarzelde en hem vanaf de zijkant van het strafschopgebied in één keer diagonaal over de kansloze keeper Rinat Dasajev schoot: 2-0. Een wondergoal. Volgens veel (Nederlandse) voetbalkenners de mooiste uit de EK-geschiedenis. Na de 2-0 werd het nog spannend, mede doordat de Sovjet-Unie een strafschop kreeg. Deze werd echter gestopt door Van Breukelen. Vervolgens was het wachten op het laatste fluitsignaal. Nederland was Europees Kampioen. Een dag later vond de huldiging al plaats. De ploeg maakte een rondvaart door de grachten van Amsterdam en werd toegejuicht op het Museumplein. Tijdens de rondvaart dansen veel supporters op woonboten. De beelden gaan de hele wereld over. Later verklaarde toenmalig grensrechter Rémi Harrel tegenover de Franse krant Le Parisien overigens dat hij het beroemde doelpunt van Marco van Basten bijna had afgekeurd wegens buitenspel.

# Schaatsen

Schaatsen is ook zo'n populaire sport in Nederland en is na voetbal en Formule 1 zelfs de op twee na grootste sport van het land. Meer dan 1,3 miljoen unieke Nederlanders bezoeken jaarlijks een ijsbaan en we zijn internationaal gezien het meest succesvolle schaatsland ter wereld.

Hier is waarom en hoe we het doen:

- **Historie en geografie:** Vroeger waren bevroren grachten in de winter de snelste manier om tussen dorpen te reizen. Omdat we geen bergen hebben voor wintersporten zoals skiën, is schaatsen het nationale wintervermaak geworden.
- **Natuurijs:** Zodra het kwik onder nul zakt en de sloten en meren bevriezen, is de "schaatskoorts" in het hele land direct voelbaar. Hoewel de beroemde Elfstedentocht (200 kilometer door Friesland) door klimaatverandering al sinds 1997 niet meer is gereden, blijft de droom en de spanning elk jaar leven.
- **Kunstijsbanen:** Er zijn zo'n 25 grote kunstijsbanen in Nederland, zoals het legendarische Thialf in Heerenveen of de Jaap Eden IJsbahn in Amsterdam. Of het nu gaat om recreatief rondjes rijden met een warme chocomel (koek-en-zopie) of topsport, het zit diepgeworteld in de Nederlandse cultuur.

# DE WINTERSWIJKSE FIETSVIERDAAGSE

De Winterswijkse Fietsvierdaagse is een jaarlijks terugkerend evenement dat veel fietsliefhebbers uit heel Nederland en daarbuiten aantrekt. Dit evenement vindt plaats in de prachtige omgeving van de Achterhoek, een regio die bekendstaat om haar afwisselende landschap, rust en gastvrijheid. Gedurende vier dagen trekken deelnemers eropuit om verschillende fietsroutes te verkennen, variërend in afstand en moeilijkheidsgraad. Hierdoor is de fietsvierdaagse geschikt voor zowel recreatieve fietsers als meer ervaren sportieve deelnemers. Wat de Winterswijkse Fietsvierdaagse bijzonder maakt, is de combinatie van natuur, cultuur en gezelligheid. De routes voeren langs uitgestrekte weilanden, bossen, kronkelende beekjes en karakteristieke boerderijen. Onderweg passeren

fietsers ook historische plekken en pittoreske dorpjes, waar vaak gelegenheid is om even te pauzeren en te genieten van lokale lekkernijen. Dit maakt het evenement niet alleen sportief, maar ook ontspannend en sociaal. De organisatie van de fietsvierdaagse is doorgaans uitstekend geregeld. De routes zijn duidelijk uitgezet met pijlen en borden, en er zijn regelmatig controleposten waar deelnemers hun stempel kunnen halen. Deze stempelposten fungeren ook als rustpunten waar eten en drinken verkrijgbaar zijn. Bovendien zorgen vrijwilligers ervoor dat alles soepel verloopt en dat deelnemers zich welkom voelen. Deze betrokkenheid draagt bij aan de gemoedelijke sfeer waar de fietsvierdaagse om bekendstaat.

Een ander belangrijk aspect van de Winterswijkse Fietsvierdaagse is de flexibiliteit. Deelnemers kunnen vaak kiezen uit verschillende afstanden, bijvoorbeeld 25, 40 of 60 kilometer per dag. Hierdoor kan iedereen op zijn eigen tempo deelnemen en het evenement aanpassen aan zijn of haar conditie en wensen. Sommige mensen fietsen alle vier de dagen, terwijl anderen ervoor kiezen om slechts één of twee dagen mee te doen.

Naast het fietsen zelf speelt ook de sociale kant een grote rol. Veel deelnemers komen jaarlijks terug en zien de fietsvierdaagse als een traditie. Het is een moment om vrienden en bekenden te ontmoeten, nieuwe mensen te leren kennen en samen te genieten van de buitenlucht. Na afloop van een fietsdag wordt er vaak nagepraat onder het genot van een drankje, wat bijdraagt aan het gemeenschapsgevoel.

Ook voor de lokale economie is de fietsvierdaagse van betekenis. Hotels, campings en horecagelegenheden profiteren van de toestroom van bezoekers. Hierdoor draagt het evenement bij aan de levendigheid van de regio en de promotie van Winterswijk als toeristische bestemming.

Kortom, de Winterswijkse Fietsvierdaagse is veel meer dan alleen een sportief evenement. Het is een combinatie van bewegen, natuurbeleving, cultuur en gezelligheid. Voor velen is het een jaarlijks hoogtepunt waarbij men even ontsnapt aan de dagelijkse drukte en volop kan genieten van alles wat de Achterhoek te bieden heeft.

## An 't bewegen in Wenters"

*Ik trek miene klompen oet, doe de sneakers an,  
Goa noar buten, kiek wat 'k vandoage kan.  
De loch is fris, 't geet mooi deur de weide,  
Even lekker sporten, niks um mie te meide.*

*Op 't veld bi'j de club, met de jonges an 't speul'n,  
De bal geet hen en weer, wi'j bunt an 't beul'n.  
"Geef 'm hier!" roep ik, en 'k schiet 'm veur 't doel,  
Al is 't neet altied raak, 't geet um 't gevuul.*

*Met de fiets deur 't buutengebied,  
langs sloot en langs heg,  
De banden zoemen zacht over 't smalle weg.  
De wind in 't gezicht, de kop weer leeg,  
Dat is 't mooie hier, in de Achterhoekse steeg.*

*In 't bos nog effen lopen, deur blad en deur zand,  
De natuur van Wenters, dat is goud in de hand.  
De spieren wat moei, moar 't hertje dat lacht,  
Want bewegen in 't darp, dat geet vanzelf zacht.*

*'t Geet neet um winnen, of de beste te ween,  
Moar um 't plezier en 't samen doarheen.  
Dus kom in beweging, blief neet zo stil staan,  
In Wenters met mekaar, dan blif wi'j gaon!*



# Interview met Martin Bouwmeester en Henk Graaskamp

## sportclub vrijwilligers van FC Winterswijk

### Vertel eens wat over jezelf:

Martin en Henk kennen elkaar van hun gezamenlijke tijd bij SKVW (nu FC Winterswijk) voetbal en zien elkaar nog wekelijks op de voetbalclub, ieder op zijn eigen gebied.

*Martin:* Ik ben Martin Bouwmeester en ben 71 jaar en vrijgezel. Geboren in Zutphen en in 1960 naar Winterswijk gekomen. Heb gewerkt in Bredevoort en Varsseveld en sinds februari 2021 met pensioen.

*Henk:* Ik ben Henk Graaskamp, geboren in het jaar 1952 en opgegroeid op een boerderij in de Brinkheurne. Na mijn lagere school en de Mulo gaan werken bij de bank (ABNAMRO) in Winterswijk. In de latere jaren werkzaam geweest in diverse plaatsen in de regio Twente, Arnhem en de Achterhoek. Sinds 1976 getrouwd met Jeanet en vader van twee kinderen en opa van twee kleinkinderen.

### Wat heeft u doen besluiten om vrijwilligerswerk bij een sportvereniging te doen:

*Martin:* Mijn verste herinnering als vrijwilliger gaat terug naar mijn diensttijd. Toen heb ik de kantine schoongemaakt en kantinediensten gedraaid. Ben ook bij SKVW nog trainer geweest van diverse jeugdelftallen. Door mijn werk in ploegen moest ik daar helaas mee stoppen. Kantinediensten was wel mijn ding. Toen al op

zaterdagen kantinediensten gedraaid waarbij je kinderen van de kinderen weer ziet voetballen en in de kantine ziet. In de coronatijd wilde ik stoppen maar stopten er zoveel dat ik maar ben doorgedaan.

*Henk:* Zoals elke vereniging had ook mijn voetbalclub (SKVW na de fusie FC Winterswijk) behoefte aan ondersteuning op allerlei gebieden. Vanaf mijn 30e heb ik 35 jaar in het bestuur gezeten en daardoor krijg je te maken met allerlei zaken en taken die moeten gebeuren. Je moet het vooral ook leuk vinden om andere mensen een leuke tijd te bezorgen en ze te ondersteunen in hun sportbehoefes.

### Welke taken hebben jullie zoal bij de sportvereniging als vrijwilliger:

*Martin:* Ook met de fusie van de clubs ben ik meegegaan naar FC Winterswijk en draai ik alle zaterdagen kantinedienst vanaf 's morgens 7 uur tot in de loop van de dag als ik word afgelost.

*Henk:* Vanaf mijn pensionering ben ik accommodatiebeheerder bij FC Winterswijk. Dit houdt in dat ik verantwoordelijk ben voor de gehele schoonmaak, onderhoud van het clubhuis, de velden en allerlei omliggende zaken. Daarnaast draai ik één avond in de week kantinedienst en op zaterdag fluit ik regelmatig wedstrijden en draai ik mee in de EHBO ploeg op de zaterdag.

### Heeft u zelf ook de sport beoefend bij deze sportvereniging of beoefent u op dit moment nog steeds de sport:

*Martin:* Ik heb vele jaren de sport beoefend bij SKVW. Thans doe ik nog mee met Walking Football, ik volleybal nog recreatief en ik badminton nog. Verder fiets ik veel op lage snelheid.

*Henk:* Ik heb vanaf mijn twaalfde jaar deze sport bij de vereniging samen met Martin beoefend. Thans voetbal ik nog steeds op de vrijdagavond met een aantal gelijkgestemden. Wij noemen ons de Tikkie Takkie groep en de meesten hiervan zijn 55+.

### Hoelang doet u dit vrijwilligerswerk:

*Martin:* Al heel veel jaren maar weet niet hoelang.

*Henk:* Dit vrijwilligerswerk in allerlei vormen doe ik vanaf 1972, dus ruim 44 jaar.

### Wat trekt u het meest aan bij dit vrijwilligerswerk:

*Martin:* Wat mij het meeste trekt aan vrijwilligerswerk is het contact met de mensen. Even een praatje maken. Heeft ook te maken dat ik alleen ben gebleven.

*Henk:* De gezelligheid, saamhorigheid en het enthousiasme die je aantreft bij de leden. Het samen iets doen en ook voor elkaar krijgen.

### Heeft u nog leuke anekdotes:

*Martin:* Die zullen er ongetwijfeld zijn maar zo weet ik er geen. Kan wel terug kijken op een geweldige tijd.

*Henk:* Je maakt enorm veel mee in al die jaren. Zowel leuke vieringen als ook helaas sterfgevallen. Een aantal zaken die er uit springen zijn wel de benoeming tot erelid van de voetbalclub in 2009 en de benoeming tot lid in de orde van Oranje Nassau in 2022.

### Doet u nog meer vrijwilligerswerk:

*Martin:* Verder wandel ik nog veel met bewoners van Pronsweide. Dit doen we met een groep van 11/12 personen elke woensdag en gaan we naar de Hema koffie drinken. Verder begeleid ik bewoners van Roetendaal (Meddo) één keer per maand als er 's avonds een muziekoptreden is. Van Meddo komt het omdat mijn vader er heeft gewoond en ik ben blijven hangen.

*Henk:* Sinds een jaar of tien rijd ik op de dinsdagmorgen in de electrokar van de verzorgingshuizen De Pelkwijk, De Berkhof, Vredense Hof en Pronsweide in Winterswijk. Daarnaast ben ik ook aanspreekpunt voor de medechauffeurs en vrijwilligerscoördinatoren als het over de auto gaat. Allemaal verschrikkelijk dankbaar werk en helaas ook erg nodig in de huidige maatschappij. Ik hoop dit nog jaren te mogen doen.

# CRDL

Wanneer woorden niet meer komen, wanneer vragen niet meer gesteld worden, wanneer je niet meer weet wat te zeggen; dat is wanneer de CRDL een uitkomst biedt.

Iedereen in een fase waarin je geen contact kunt maken met woorden, heeft behoefte aan warm contact. Een simpele aanraking kan warmte, geruststelling en kalmte brengen. Maar hoe doe je dat?

De CRDL is geen instrument dat je bespeelt, het is een instrument dat jou bespeelt. Het reageert op aanraking tussen mensen- een hand op een arm, vingers die elkaar vinden, een zachte beweging over een huid die misschien al lang niet meer aangeraakt is. Zodra er contact ontstaat, vertaalt de CRDL dat gebaar in geluid: warme tonen, pulserende ritmes, klankwerelden die mee ademen met de interactie.

En dan gebeurt er iets bijzonders: een mens die moeilijk spreekt, begint te lachen. Iemand die zich terugtrekt, reikt ineens uit. Een blik die dof was, wordt opnieuw nieuwsgierig.

Niet omdat de CRDL zoveel kan, maar omdat mensen weer even kunnen wat ze soms kwijtgeraakt zijn: ontmoeten!

Mijn naam is Gérike Terwel en sinds ruim een jaar ben ik te gast binnen De Berkhof en groepswonen Meddo. Daar kom ik met de CRDL op bezoek. Na kort overleg met een medewerker, ga ik bij een cliënt op bezoek en laat de CRDL zijn werk doen. Mijn doel is om een momentje van welzijn te creëren, rust en ontspanning bieden of juist activeren. Ieder mens heeft verschillende behoeften en daar speel ik op dat moment op in. Dat kan ook betekenen dat ik met iemand ga zingen. Ik ben namelijk ook zorgzangeres, dit betekent dat ik aan bed zing, in ziekenhuis of bij senioren. Om samen een klein momentje van vroeger te beleven. Daaruit blijkt dat de liedjes uit de oude tijd zorgen voor plezier van hedendaags! Even weer terug naar toen.... Nieuwsgierig geworden? Vraag het aan Anke Hillen en zij kan u doorverwijzen.

Hartelijke groeten, Gérike Terwel  
Zing en Voel

## Als je ouder bent, moet je sterker in je schoenen staan dan ooit, want....

Als de jeugd moe is, zijn ze aan vakantie toe,  
Als oude mensen moe zijn, zegt men: "Ze takelen wel af hè.."

Als de jeugd bezwaren maakt, hebben ze een uitgesproken mening,  
Als oude mensen bezwaren maken, hebben ze het niet goed begrepen!

Als de jeugd verliefd is, voelt men zich jong,  
Als oude mensen verliefd zijn, vindt men dat kinderachtig!

Als bij de jeugd iets mislukt, zegt men:  
"Volgende keer beter, we gaan er weer keihard tegenaan!"  
Als oude mensen dat gebeurt, zegt men:  
"Laat maar, dat heeft toch geen zin meer".

Als de jeugd iets vergeet zegt men: "Ik heb het ook zo waanzinnig druk".  
Als oude mensen iets vergeten, zeggen we: "Hij wordt dement".

Als de jeugd depressief is, hebben ze problemen;  
Als oude mensen depressief zijn, moeten ze niet zeuren!

# DENKSPORTEN

Een denksport is een vaardigheidssport waarbij de uitkomst voornamelijk wordt bepaald door intellectueel vermogen in plaats van fysieke inspanning. Denksporten vereisen doorgaans strategisch denken, concentratie, geheugen, logica, patroonherkenning, planning en besluitvorming. Hiermee kun je de hersenen trainen.

De bekendste officiële denksporten zijn onder andere schaken, dammen, bridge, mahjong en poker. Daarnaast worden puzzels zoals sudoku's, kruiswoordraadsels en cryptogrammen vaak als denksport beoefend.

Door denksporten te beoefenen breng je de geest tot rust en ontspant het lichaam hierdoor kom je gemakkelijker in slaap.

## Schaken

Schaken is een bordspel waarin twee legers (de stukken) van gelijke grootte de strijd aangaan. Je doet om de beurt een zet en door je stukken goed te gebruiken kan je de tegenstander uitschakelen. Het doel van schaken is de koning van de tegenstander schaakmat te zetten.

- De toren loopt altijd recht en mag vooruit en achteruit
- De looper loopt altijd schuin (diagonaal), vooruit of achteruit
- De dame mag recht en schuin lopen, vooruit of achteruit
- Het paard is het enige stuk dat over een ander stuk heen kan springen. Hij springt in een L-vorm: 1 vakje recht en 2 vakjes schuin (of andersom)

- De pion loopt recht vooruit, 1 stapje per keer. Er twee uitzonderingen: bij de eerste zet met een pion mag hij ook 2 vakjes vooruit. En slaan met een pion doe je diagonaal.
- De koning mag recht en schuin, maar altijd maar 1 stapje per keer.

Sommige schakers hebben een relatief hoger IQ. Garry Kasparov scoort bijvoorbeeld 190 en Judit Polgar, de beste vrouwelijke schaakgrootmeester, zit op 170.

## Dammen

Dammen is een bordspel. Het bord bestaat uit 100 vakjes, velden genaamd, in 10 rijen van 10, waarbij de velden afwisselend wit en zwart zijn. Er wordt gespeeld met ronde damschijven (meestal van hout). Voor het spel worden 20 witte en 20 zwarte damschijven gebruikt.

Het doel van dammen is natuurlijk slimmer te zijn dat je tegenstander. Wie alle schijven van de tegenstander heeft veroverd of heeft vastgezet, wint de partij. En anders wordt het gelijkspel, ook wel remise genoemd. Voor een winstpartij krijg je twee punten en voor remise één punt.

Over het algemeen is schaken moeilijker dan dammen. Dit komt doordat er in een schaakspel meerdere varianten van stukken zijn, terwijl er in een damspel slechts twee zijn, waardoor het spelverloop doorgaans eenvoudiger is.



## Bridge

Bridge is een boeiend kaartspel dat wordt gespeeld met vier personen (twee tegen twee) en 52 kaarten.

Tijdens het spelen legt iedere speler om de beurt een kaart op tafel. Deze vier kaarten samen noemen we een 'slag'. Degene die de hoogste kaart heeft neergelegd wint de slag. Vooraf stel je samen vast hoeveel slagen je denkt te winnen.

Bridge is één van de populairste kaartspelen ter wereld. Zo'n honderd miljoen mensen in meer dan honderd landen spelen bridge. Jong en oud, mannen en vrouwen. Thuis, bij een club, op internet of waar dan ook.

## Sudoku's

Een sudoku is een cijferpuzzel die bestaat uit negen blokken van 3x3 vakjes. Vul de puzzel zo in, dat in elke rij, elke kolom en elk blok van 3x3 vakjes de cijfers 1 tot en met 9 een keer voorkomen.

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

# EEN PAAR POTJES DAMMEN

Elke dinsdagmorgen spelen Rien Klijn en vrijwilliger Eric op De Berkhof samen een paar potjes dammen.

## Rien Klijn :

"Ik heb het dammen van mijn vader geleerd in de tijd dat ik op de lagere school zat. Schaken heb ik ook al wel eens gedaan maar ik vind dammen leuker.

Ikzelf heb nooit aan wedstrijden meegedaan. In de tijd dat ik werkte bij De Morseschool ging ik mee als begeleider naar het schooldammen. Dat was voor de leerlingen heel spannend."

## Eric

"Ik heb het dammen ook op de lagere school geleerd. Samen met andere leerlingen kregen wij extra taken en één daarvan was leren dammen en schaken. Ik heb een keer een wedstrijd gespeeld met 24 spelers tegen een Nederlandse top dammer. Dik verloren. Ik heb het dammen ook aan mijn kinderen geleerd. Dit jaar is mijn zoon kampioen geworden met de Bargerpaske tijdens het schooldammen.

## Rien en Eric :

"Op de dinsdagmorgen spelen we drie à vier wedstrijdjes. In het begin was Rien vaak de winnaar maar geleidelijk aan werden we gelijkwaardiger. Het zijn leuke partijtjes. Als ik, Eric, een domme zet doe mag ik hem vaak nog weer terugzetten. Maar dit komt steeds minder voor. We leren steeds meer bij. Ondertussen laten wij de koffie koud worden.

# Geslaagde verwendag

Op maandag 11 mei werd voor de bewoners van alle vier woningen van De Berkhof een gezellige verwendag georganiseerd. De ochtend stond in het teken van aandacht, ontspanning en samen genieten. Leerlingen van het Gerrit Komrij College hielpen mee tijdens deze activiteit, samen met vrijwilligers en medewerkers van de woningen.

Met ondersteuning van DA Drogisterij konden verschillende verzorgings- en beautyproducten worden gebruikt. De nagels werden gelakt, een handmassage of gezichts masker gegeven en de haren werden in de krul gezet. Er werd genoten van een heerlijke taartje en smoothie wat zorgde voor een gezellige en feestelijke sfeer.

Iedere bewoner beleefde de ochtend op zijn of haar eigen manier. Sommige bewoners genoten volop van de extra aandacht, terwijl anderen liever op de achtergrond bleven. Van alle bewoners is er een mooie portretfoto gemaakt. De foto's worden afgedrukt en zo kan iedereen nagenieten van deze bijzondere dag.



# Even voorstellen

Ik ben Lisette Geessink en ik kom uit Zwolle (bi-j Grolle). Daar woon ik heerlijk buitenaf samen met mijn vriend en onze twee kinderen. In mijn vrije tijd vind ik het leuk om te sporten, lezen, uit eten te gaan en we gaan ook regelmatig week(end)jes weg met het gezin. Ook ben ik bestuurslid bij de Feestvereniging Zwolle, dat het meifeest en de kermis organiseert.

Sinds 1 maart werk ik als regiomanager in Winterswijk. Hiervoor heb ik bij de Nederlandse Zorgautoriteit (NZa) gewerkt als toezichthouder langdurige zorg, en daarvoor 10 jaar in de accountancy, en me daarbij ook veel bezig gehouden met zorg. Ik merkte steeds meer dat ik graag dichterbij de mensen in de zorg wilde staan en samen alle uitdagingen die voor ons liggen, aan wil gaan. Ik ben daarom heel blij dat ik nu hier werk en ik kijk uit naar een hele fijne samenwerking.

De afgelopen tijd heb ik veel kennis gemaakt op de locaties, en ik heb daar bevlogen medewerkers gezien, die zich elke dag met hart en ziel inzetten voor de zorg aan onze cliënten. Ik ben daarom heel blij dat ik een steentje bij mag dragen aan deze organisatie en de zorg in Winterswijk.

Mochten jullie mij zien lopen, spreek mij dan vooral aan! Ik vind het fijn om ook van jullie te horen waar jullie tegenaan lopen of waar jullie juist heel blij mee zijn.



# Verhuizen naar Winterswijk

het verhaal van mevrouw M. Gerritse-Haars



De heer en mevrouw Gerritse wonen sinds enige tijd in Winterswijk, dicht bij hun dochter. Voorheen woonden ze jarenlang in Apeldoorn, eerst in een eengezinswoning en later in een appartement. De verhuizing naar Winterswijk kwam voort omdat de zoon ging emigreren naar Luxemburg en daar een camping ging beheren. Nu de mantelzorger in Apeldoorn wegviel verhuisden ze naar Winterswijk om dicht bij hun dochter te wonen. Toen ze nog in Apeldoorn woonden logeerden ze in de zomer vaak bij hun dochter in Winterswijk. Zo konden ze genieten van het tuintje, de planten water geven en de gezellige sfeer van een huis met tuin. Deze vakanties gaven hen de kans om Winterswijk stukje bij beetje te leren kennen, en door de emigratie van de zoon groeide het idee om permanent in Winterswijk te gaan wonen. Toen zich een geschikt appartement in De Pelkwijk voordeed, was de beslissing snel genomen. Ze hebben er tot op de dag van vandaag geen moment spijt van gehad.

De sociale kant van het leven in Winterswijk heeft hen bijzonder veel plezier gebracht. Al vlak voor de verhuizing werden ze lid van de ouderensoos en nu drinken ze er op zaterdagmorgen nog geregeld koffie.

“De mensen zijn vriendelijk, staan open voor een praatje, en zo leer je elkaar snel kennen,” vertelt mevrouw Gerritse. Het verschil met Apeldoorn is groot: daar leefde iedereen meer voor zich, hier voelt het als één gemeenschap. Zelfs op het terras kan een toevallige ontmoeting leiden tot een gezellig gesprek. Voor mevrouw Gerritse is het dagelijkse leven door een oogziekte uitdagender geworden. Ze kan niet meer lezen of televisie kijken, maar luistert graag naar luisterboeken en praatprogramma's, vaak samen met haar man. Op oudere leeftijd leerde ze braille, zodat ze toch actief met haar handen bezig kon blijven. Ze leest nu met haar handen vele boeken. Ze mist het handwerken en kleding maken, iets waar ze vroeger ontzettend veel plezier aan beleefde. Haar borduurwerken hangen nog steeds trots aan de muren van hun appartement. Ze heeft vroeger ook alle kleding voor haar en de kinderen gemaakt met veel plezier. Handvaardigheid en creativiteit hebben altijd een grote rol gespeeld in haar leven. Ze gaf ongeveer anderhalf jaar les in handenarbeid en gezondheidskunde op een middelbare school. Dit gaf haar niet zoveel voldoening omdat ze liever in een team wilde samenwerken en is daarom op zoek gegaan naar een andere baan.

Ze ging vervolgens aan het werk bij een jeugdinstituut voor geestelijk gezondheid dat later onder de RIAGG viel als speltherapeut. Het werken met mensen en kinderen gaf haar veel voldoening en plezier en dit heeft ze ook haar hele werkzame leven gedaan. Naast haar sociale en creatieve leven is sport altijd belangrijk geweest. Zwemmen was een passie sinds haar kindertijd in Zwolle, en ook in Apeldoorn bleef ze actief. In Winterswijk pakt ze dit weer op. Elke vrijdag gaat ze naar zwembad Jaspers voor een les aqua fit en zwemt ze twintig baantjes. Door haar slechtziendheid zorgt ze dat alles op een vaste plek in haar tas ligt en ze kiest een plaats vooraan in de les, zodat ze de bewegingen goed kan volgen. Samen met haar man doet ze ook gymnastiek en sinds kort spelen ze koersbal met hun medebewoners. Het zijn niet alleen sportieve activiteiten, maar ook momenten van gezelligheid en verbinding. Echtbaar Gerritse geniet van hun leven in De Pelkwijk en in Winterswijk. Ze voelen zich hier thuis, omringd door vriendelijke buren, mooie natuur en een actieve gemeenschap. Het koffiemoment in het Grand Café, de sociale activiteiten en de nabijheid van hun dochter maken hun dagen waardevol. Met een glimlach kijken ze naar de toekomst en hopen ze nog lang te kunnen genieten van alles wat Winterswijk te bieden heeft.

## Zwemmen

Vroeger werd er in Winterswijk op verschillende plekken gezwommen, lang voordat moderne zwembaden bestonden. Rond 1911 zwommen mensen al in de kolk bij watermolen Den Helder (de “Olliemölle”). Daar ontstond ook de eerste zwemvereniging van Winterswijk.

In de jaren 30 werd het beroemde Strandbad Winterswijk aangelegd als werkverschaffingsproject tijdens de crisisjaren. Het natuurbad opende in 1933 en werd jarenlang hét centrum van zwemlessen, recreatie en waterpolo in Winterswijk.

Het strandbad raakte later in verval en sloot in 2001 vanwege waterkwaliteit en achterstallig onderhoud. Na protesten en restauratie werd het bad in 2011 opnieuw geopend.

Later kwam ook zwembad Jaspers erbij, het overdekte zwembad van Winterswijk. Dat groeide uit tot het belangrijkste binnenbad voor zwemles, recreatie en verenigingen.

Bij recreatiegebied Hilgelo in Winterswijk kun je ook heerlijk buiten zwemmen in een grote recreatieplas met zandstrand.

# Waarom is sporten en bewegen zo gezond voor de mens

Sporten en bewegen zijn essentieel voor een gezond en energiek leven. Ze zorgen voor sterkere spieren en botten, een betere conditie en een aanzienlijk lagere kans op chronische aandoeningen. Daarnaast is beweging cruciaal voor de mentale gesteldheid; het vermindert stress, helpt tegen depressieve gevoelens en verbetert de slaapkwaliteit. De belangrijkste voordelen zijn op te delen in twee categorieën:

## Lichamelijke voordelen

- Hart en bloedvaten: Verlaagt de bloeddruk, verbetert de doorbloeding en verkleint de kans op hart- en vaatziekten.
- Gewicht en stofwisseling: Helpt bij het behouden van een gezond gewicht en verhoogt de gevoeligheid voor insuline, waardoor het risico op diabetes type 2 afneemt.
- Sterker lichaam: Zorgt voor sterkere botten (wat helpt tegen botontkalking) en goed onderhouden spieren.
- Energie: Vergroot je longinhoud en algehele uithoudingsvermogen, waardoor je je dagelijks fitter voelt.

## Mentale en sociale voordelen

- Minder stress en angst: Tijdens het bewegen maakt je lichaam stofjes aan (zoals endorfine en serotonine) die zorgen voor ontspanning en een geluksgevoel.
- Scherper brein: Het stimuleert de hersenactiviteit, verbetert het concentratievermogen en verkleint op latere leeftijd de kans op dementie.
- Betere nachtrust: Je bouwt spanning af en verbruikt energie, waardoor je sneller in slaap valt en dieper slaapt.
- Sociale impact: Sporten (bijvoorbeeld bij een club of in groepsverband) is een fijne manier om nieuwe contacten op te doen en sociale vaardigheden te ontwikkelen.



U heeft er misschien wel eens van gehoord, padellen is een opkomende rage. Het is geen tennis, het is geen squash en ook geen badminton. Maar waarom is dit nu ineens zo populair? Ook in Winterswijk zijn ze bij de tennisvereniging druk bezig om de padelbanen uit te breiden. Maar wat is padellen nu eigenlijk?

Padel (komt van het Spaanse woord pádel) is een racket- en balsport, die gespeeld wordt in een omsloten veld, of kooi. Het wordt voornamelijk met vier spelers gespeeld, waarbij een bal, gelijkend op een tennisbal, met een racket over een net gespeeld dient te worden. Het lijkt ene combinatie van tennis en squash. Het speelveld is ongeveer 25 % kleiner dan een tennisveld.

Bij padel moet de bal over het net op de speelhelft van de tegenstander(s) geslagen worden, zonder dat de bal eerst een van de wanden raakt. Het doel is om de tegenstander(s)



te beletten de bal terug te slaan. De bal blijft echter in het spel als hij eerst de grond raakt en nadien een van de wanden. Dit zorgt voor langere rally's. Dit betekent ook dat de tactiek belangrijker is dan kracht, aangezien de bal steeds kan terugkeren. Wellicht zit hem daar ook de charme in....

De sport wordt zowel recreatief als competitief beoefend. Padelspelers zijn over het algemeen lid van een padelclub, die dan is aangesloten bij een padelfederatie. De sport wint momenteel erg veel aan populariteit.



# Framerunning

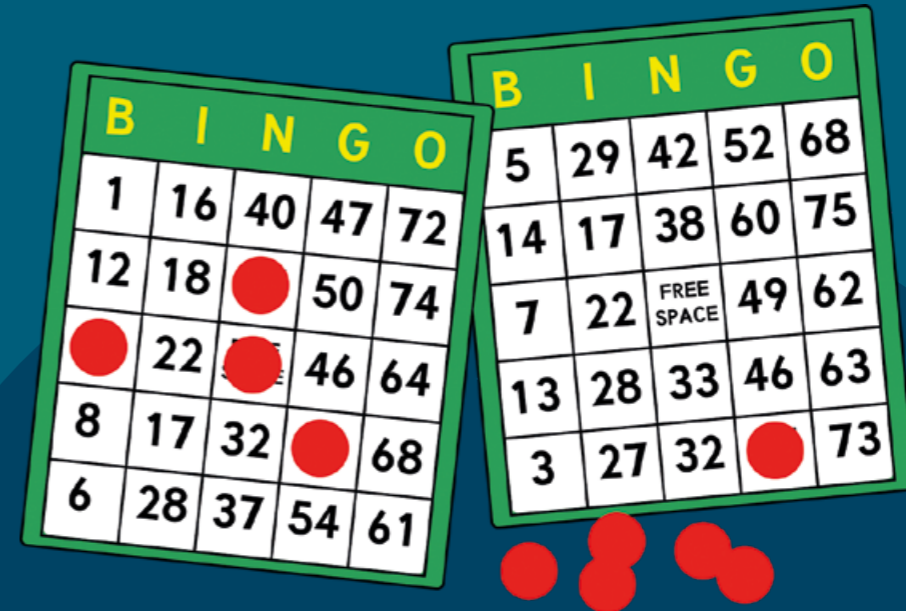
Frame Running (voorheen RaceRunning genoemd) is een atletieksport waarbij je hardloopt met behulp van een speciaal driewielig loopframe zonder pedalen, voorzien van een zadel en een borststeun. Het biedt mensen met een motorische of fysieke beperking de vrijheid om zelfstandig te rennen of te lopen. Zo kun je toch rennen op bijvoorbeeld een atletiekbaan.

De atleet zit op een zadel, leunt tegen een borstbeen of soms alleen voorover, en bestuurt het frame met een stuur. Je beweegt jezelf voort door met je eigen voeten af te zetten en te rennen.

Het is een uitstekende manier om het uithoudingsvermogen op te bouwen, de spieren te versterken en de algehele mobiliteit te verbeteren.

Ook deze sporten zijn in Winterswijk te beoefenen. Bent u nieuwsgierig geworden dan kunt u via de website van Gemeente Winterswijk meer informatie vinden over deze sporten en de vereniging. [www.werkaanwinterswijk.nl/actiefwinterswijk/sportverenigingen](http://www.werkaanwinterswijk.nl/actiefwinterswijk/sportverenigingen)

[www.werkaanwinterswijk.nl/actiefwinterswijk/sportverenigingen](http://www.werkaanwinterswijk.nl/actiefwinterswijk/sportverenigingen)



# SPORTEN IN DE PELKWIJK

In De Pelkwijk wordt er ook veel aan sport gedaan. Zo zijn er maandag en dinsdag gymlessen onder leiding van Nina & Rogier. Is er iedere week koersbal, sjoelen en wordt er op de vijfde etage regelmatig gebruik gemaakt van de hometrainers. Voor het brein wordt er Rummikub gespeeld, gekaart, gepuzzeld en bingo gespeeld.

# Zomerpuzzel

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

BLOEMEN  
 BUITEN  
 FRISBEE  
 INSMEREN

JUNI  
 ONTSPANNEN  
 PICKNICK  
 STRANDTENT

TUINIEREN  
 UITSTAPJES  
 WANDELEN  
 WATERSKI

ZAND  
 ZONNEBRAND  
 ZONNEBRIL  
 ZONNEHOED

ZONNIG  
 ZWEMBROEK  
 ZWEMPAK

# Leden Cliëntenraden Winterswijk

per mei 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-Holder  
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. M.J. Dibbets-Jansen  
Winterswijk
- 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

Samen bouwen aan zorgzame buurten

# Van Ambitie 2030 naar praktijk

“Mijn moeder woont nog thuis in het buitengebied. Ze wordt steeds vergeetachtiger en heeft steeds meer hulp nodig. Wat kan zij nog zelf? Wat kan ik voor haar betekenen? En wanneer komt professionele zorg in beeld?”

Vanuit deze herkenbare situatie stelde Henk te Brummelstroete, CCR-lid, in de rol van “Henkie” vragen over zijn vergeetachtige moeder en de uitdagingen waar hij als zoon mee te maken krijgt. Samen met Peter Meulenberg, lid van de raad van bestuur, bracht hij op een toegankelijke en herkenbare manier de praatplaat van de Ambitie 2030 tot leven.

Tijdens de eerste Ontmoetingsdag Medezeggenschap van dit jaar kwamen cliëntenraadsleden uit bijna alle lokale cliëntenraden samen om met elkaar in gesprek te gaan over de toekomst van zorg en welzijn, met speciale aandacht voor de zorgzame buurt.

De dag begon met een moment van gezamenlijk stilstaan bij het overlijden van de heer André van Westhreenen, voorzitter van de Centrale Cliëntenraad. Met respect en dankbaarheid werd stilgestaan bij zijn grote betrokkenheid, zijn wijsheid en zijn onvermoeibare inzet voor de belangen van cliënten. Na dit gezamenlijke moment openden Janneke Maarse en Wilma Heesen namens de CCR het programma van de dag en namen zij de aanwezigen mee in de gedachte achter de Ambitie 2030.

## Samen kijken naar wat wél kan

Joke Meinen, coördinator Welzijn, vertelde over het belang van welzijn, eigen regie en de ondersteuningscirkel. Vanuit het verhaal van Henkie en zijn moeder ontstonden gesprekken die voor veel aanwezigen herkenbaar waren.

Want wat betekent het wanneer iemand langer thuis woont, terwijl de zorgvraag groeit? Welke rol spelen familie, vrienden, burens en vrijwilligers? En hoe zorgen we er samen voor dat iemand zoveel mogelijk het gewone leven kan blijven leven?

De rode draad van de dag was het kijken naar wat iemand nog wél kan. Niet de ziekte of beperking stond centraal, maar de mens zelf. Wat iemand belangrijk vindt, gewend is en gelukkig maakt, verdient aandacht - juist ook wanneer meer zorg nodig wordt.

## Het gewone leven blijven leven

Tijdens de gesprekken werden verschillende voorbeelden gedeeld van hoe bewoners verbonden kunnen blijven met hun vertrouwde leven en omgeving. Zo werd gesproken over contact houden met verenigingen, buurtgenoten en hobby's, samen blijven deelnemen aan activiteiten en ontmoetingsmomenten waarbij ook buurtbewoners welkom zijn.

Ook kwam het belang van goede gesprekken met bewoners en naasten meerdere keren terug. Door samen tijdig in gesprek te gaan



over wensen, verwachtingen en mogelijkheden ontstaat meer ruimte voor maatwerk en passende ondersteuning.

Voor Henkie betekende dit bijvoorbeeld nadenken over vragen als: welke technische hulpmiddelen kunnen helpen, hoe kan de buurt betrokken blijven en wat heeft zijn moeder nodig om zich veilig en gezien te voelen?

## Ideeën voor de zorgzame buurt

In de middag gingen de deelnemers verder met elkaar in gesprek over wat bewoners graag zouden willen meenemen vanuit hun eigen buurt of netwerk wanneer zij bij Marga Klompé komen wonen. Daarbij kwamen veel herkenbare wensen en ideeën naar voren. Zo werd gesproken over samen kunnen blijven wonen als echtpaar, ruimte houden voor hobby's en beweging, en contact blijven houden met vrienden, verenigingen en buurtgenoten. Ook ontmoetingsplekken op locatie, waar bewoners én mensen uit de buurt elkaar kunnen ontmoeten, werden als waardevol gezien.

*“Met herkenbare vragen en persoonlijke ervaringen brachten Henkie en Peter de Ambitie 2030 dichtbij: hoe zorgen we samen voor passende ondersteuning voor ouderen van morgen?”*

Daarnaast werden inspirerende voorbeelden gedeeld van buurtmaaltijden, wandelgroepen, kaartclubs en activiteiten samen met scholen en verenigingen. Zulke initiatieven zorgen voor verbinding en helpen bewoners om onderdeel te blijven van het gewone leven en de omgeving om hen heen.

## Samen blijven bouwen

Tijdens de ontmoetingsdag werd duidelijk dat zowel de zorg van nu als die van de toekomst vraagt om goede samenwerking tussen bewoners, naasten, medewerkers, vrijwilligers en de buurt. Daarbij blijft maatwerk belangrijk. Kijken naar wat iemand zelf wil en kan en samen zoeken naar mogelijkheden.

Het verhaal van Henkie en zijn moeder maakte zichtbaar dat de Ambitie 2030 niet gaat over systemen of regels, maar over mensen. Over samen kijken naar wat nodig is om, ook als het leven verandert, mooie en betekenisvolle momenten te blijven beleven, waarbij kansen in de kleine dingen van alledag gezien blijven worden.

De ontmoetingsdag leverde veel herkenning, inspiratie en nieuwe inzichten op. De cliëntenraadsleden nemen deze opbrengsten mee terug naar hun lokale raden om daar verder met elkaar over in gesprek te gaan.



# Heb ie 't al eheurd?

**Mogelijk heeft u het al gehoord of gezien: binnen Marga Klompé krijgen medewerkers binnenkort nieuwe werkkleding. De werkkleding bestaat uit een comfortabel jasje.**



## Wat betekent dit voor u?

De werkkleding zorgt voor:

- betere herkenbaarheid van medewerkers; door de nieuwe jasjes zijn medewerkers beter herkenbaar voor de cliënten en bezoekers
- een professionele uitstraling; iedereen in dezelfde werkkleding geeft duidelijkheid en een vertrouwd gevoel op de locatie/ in de thuiszorg
- medewerkers kunnen hun spullen makkelijk bij zich dragen. Denk aan een werktelefoon en sleutelbossen. Door de ruime zakken hebben medewerkers alles snel bij de hand.
- goede hygiëne; de jasjes worden gewassen bij 60 graden, volgens de hygiëne richtlijnen

## Wie draagt de werkkleding?

Alle medewerkers die contact hebben met cliënten en diens omgeving gaan de werkkleding dragen. Denk aan de zorgmedewerkers, medewerkers van de huishouding, gastvrouwen en alle leerlingen en stagiaires.

## Waar komt de werkkleding vandaan?

Voor de werkkleding is gezocht naar een bedrijf dat een goede kwaliteit en service kan bieden voor al onze locaties. Uiteindelijk is gekozen voor Moderna uit Hardenberg. Moderna heeft veel ervaring in het leveren van bedrijfskleding en werkt samen met Alsico uit België. Alsico ontwerpt en maakt de kleding.

Samen met een groep medewerkers hebben Moderna en Alsico gekeken naar de verschillende mogelijkheden voor de werkkleding. Er is onder andere gekeken naar stoffen, modellen, kleuren en handige details, zoals zakken en mouwen. Ook is gelet op draagcomfort en gebruiksgemak. Op basis van al deze wensen is het nieuwe jasje ontworpen en gemaakt door Alsico.

## Waarom dit ontwerp?

De jasjes zijn donkerblauw van kleur. In ziekenhuizen is werkkleding vaak wit, maar wij wilden graag een meer huiselijke uitstraling. Daarom is gekozen voor donkerblauw. In het jasje zijn accenten verwerkt in de kleuren van Marga Klompé: limegroen en magenta roze. Hierdoor is de kleding goed herkenbaar.

## Wanneer kunt u de nieuwe werkkleding zien?

In de afgelopen maanden april en mei zijn meerdere passessies georganiseerd voor de medewerkers. Zij konden op de vijf grootste locaties, in de verschillende regio's, De Hoge Weide, De Molenberg, Beth San, De Pelkwijk en Pronsweide, een werkjasje komen passen. Er zijn toen vele medewerkers geweest om te passen. Vervolgens is de bestelling naar Moderna en Alsico gegaan, die voor bijna 2000 medewerkers jasjes gaat maken. En dat maken van de jasjes kost tijd.



We verwachten dat medewerkers hun jasje na de zomer, richting het najaar, ontvangen. Daarna zult u de nieuwe werkkleding steeds vaker op de locaties zien.

Wij hopen dat de nieuwe werkkleding bijdraagt aan een herkenbare, prettige en vertrouwde omgeving voor bewoners, bezoekers en medewerkers.

Namens de werkgroep werkkleding Marga Klompé



# ZOMER

Als ik 's morgens de gordijnen open en ik zie dat het buiten donker is en het regent, dan heb ik eerlijk gezegd niet zo veel zin om op te staan. Dan blijf ik liever nog even liggen. Hoe anders voelt dat op dagen waarop de zon schijnt want dan lijkt het opstaan vanzelf te gaan. Daarom ben ik ook heel blij dat het weer zomer is en we hopelijk dit jaar volop kunnen genieten van de zon.

De zon doet iets met ons. We worden er blij van want alles ziet er in het zonlicht toch net even anders en mooier uit.

Maar niet alle dagen zien we de zon en zo is het ook in ons leven. Zon en regen horen bij het leven zoals warmte en kou, vreugde en verdriet. Het liefst zouden we altijd in de zon willen zitten. Maar heel gemakkelijk vergeten we dan dat we ook regen nodig hebben om te groeien. Denk maar aan de planten en de gewassen op het land. Die groeien ook niet alleen van de zon maar hebben ook regen nodig. De regen kan dus ook positieve kanten hebben.

Er zijn mensen die zeggen dat je van moeilijke dingen in je leven kunt groeien. Nu vind ik dat altijd een lastig gezegde.

Want aan de ene kant ervaar ik soms inderdaad dat hobbels in het leven je sterker kunnen maken. Vaak zie je dat pas achteraf, als de storm weer voorbij is. Maar aan de andere kant schuurt die uitspraak. Want waarom moeten we op die pijnlijke manier leren? Bovendien is er ook lijden waarin we- ook achteraf- geen enkele zin kunnen ontdekken en daar doet die stelling geen recht aan.

Zon en regen, voor- en tegenspoed, ze zijn een gegeven in het leven. Als geestelijk verzorger probeer ik met mensen te zoeken naar wat hun kracht geeft in hun leven met al zijn facetten. Hoe kun je volop genieten van de mooie zonnige momenten maar ook hoe houd je het vol in moeilijker tijden? In gesprekken met mensen merk ik dat andere mensen daar een belangrijke rol in spelen.

Want wat kan het een mens goed doen als iemand vreugde en verdriet met je deelt. Hoe waardevol is het als mensen je onder alle omstandigheden trouw zijn want maakt moeilijke tijden net even minder zwaar. En voor mensen die in God geloven is het vaak een grote steun om te weten dat Hij in bergen en in dalen nabij is. Hij helpt en blijft bij ons wat er ook gebeurt. Het bijzondere is dat je juist vaak in tijden van tegenspoed ervaart wat die a(A)nder voor jou betekent. Dan besef je des te meer de waarde van familie of vrienden die je steunen, van een God die bij je is. Zo vergaat het mij tenminste wel.

*Wat kan het je goed doen  
als je weet  
dat er iemand is  
die jou ziet zitten.  
Dat er iets waardevols  
in jou steekt,  
voelt goed.  
Dan lijkt de zon  
net iets warmer  
en de regen deert je minder.  
Dan let je niet zo  
op die tien dingen  
die minder goed gaan,  
maar zie je dat ene  
dat wel gelukt is.*

*Wat kan het je goed doen  
als je ervaart  
dat je leven ondanks alles  
zin heeft.  
Wat kan het je goed doen  
als er mensen zijn  
die naar je omzien  
en lief en leed met je delen.  
Wat kan het je goed doen  
als je in God en mensen  
kunt geloven  
zoals zij in jou.*

(naar een gedicht van Greet Brokerhof-van der Waa)

Ik wens u mede namens mijn collega's Petra Beurskens, Naomi Bruil, Michelle Hobelman en Petra Speelman een zomer toe met zonnige dagen en vooral veel waardevolle momenten!

Hanny Wassink-Pluimers  
geestelijk verzorger

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