

Bewonersblad voor de locaties van Marga Klompé in regio Aalten - Bredevoort

Bewonersblad

Winter 2025/2026



Wee had dat
noo edacht?

Oktoberfeest
in Stegemanhof

Optreden van
Cirknus

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

Voorwoord raad van bestuur

Het jaar 2025 loopt ten einde en de winter staat voor de deur. Na een drukke zomer, waarin we hard hebben gewerkt en het lastig was om werk-, en vakantieroosters goed in te plannen, kijken we uit naar een iets minder hectische periode.

Het feest van “werk uit, ontspanning aan” ligt achter ons en nu richten we ons weer op de dagelijkse zorg en op de toekomst van onze organisatie.

Nu de verkiezingen achter ons liggen, hopen we dat een stabiel kabinet ons door onrustige tijden zal loodsen. Er liggen veranderingen op ons pad, en we zullen ons op verschillende terreinen moeten aanpassen. Ook binnen Marga Klompé zijn we volop bezig met de uitdagingen van het veranderende zorglandschap als gevolg van de vergrijzing en ontgroening van de bevolking. De zorg voor kwetsbare ouderen blijft een belangrijke en een complexe taak.

Samen met medewerkers, cliënten, adviesorganen en mantelzorgers zoeken we naar manieren om deze zorg anders te organiseren. We weten nog niet precies hoe dat er uit gaat zien, maar technologie en de zogenaamde “ondersteuningscirkel” zullen ons hierbij helpen.

Wat altijd blijft is de winter. Weliswaar minder koud, maar nog steeds een periode van verbondenheid en reflectie rondom de feestdagen. Op onze locaties heerst een warme, gezellige sfeer, met twinkelende lichtjes en kerstbomen die ons doen denken aan vroeger. Ze nodigen ons uit om nieuwe herinneringen te maken en samen momenten van rust en gezelligheid te beleven.

In deze tijden helpt het om ook weer eens stil te staan bij de waarden die ons als Marga Klompé verbinden: Gelijkwaardigheid, Veiligheid, Betrouwbaarheid en Solidariteit.

In deze editie leest u verhalen van bewoners, updates van medewerkers en een vooruitblik op de feestdagen. We hopen dat dit blad een moment van rust en plezier voor u zal zijn.

Namens alle medewerkers van Marga Klompé wens ik u een warme en gezellige winterperiode, vol lichtpuntjes en mooie momenten samen.

Warme groet,
mede namens Peter Meulenberg,

Erwin Bomers,
raad van bestuur

Herfst bloem stukjes



Vrijwilliger Jolanda is weer creatief geweest. Met het bedenken van een herfstbloemstuk. Woensdag 15 oktober hebben de bewoners van Stegemanhof en een aantal bewoners van de Kattenberg herfstbloemstukjes gemaakt. Een aantal bewoners zeiden tijdens het bloemschikken het ruikt hier helemaal naar groen. Leuk om te zien dat van dezelfde materialen, hele verschillende bloemstukken zijn gemaakt.

Wee had dat noo edacht?

Eersten Karstdag, somber, gries, kold en nat. Stille, héél stille was't in de kleine bejoordenwoning dee vlak bie'j 't grote bejoordenhoes ston, de vewarming ston hoge. Albert, al 'n ende in de tachtig, had de krante oet en zat naor buten te kieken, Naatjen, 'n paar joor jonger, was an't aerpele schellen. Dat ging eur neet zo bes meer af, ze kreeg meer en meer las van de reuma, dee langzaam maor zeker eur olde lichaam introk.

De enige karstvesiering was ne dikke kaerse dee midden op taofel ston te brannen, al half op. De klokke tikken langzaam de seconden, minuten en uren weg, 't bekende geloed dat t'r al zolange ze etrouwd wazzan, was ewest. De klokke was metverhuusd ton ze ne kleine twintig jaor trugge vanoet een van de buurtschappen naor de bejoordewonninge egaone wazzen. De verhuuzing was neet van harte egaone, 't kwam d'r haoste op neer dat ze deur de eigenkindere 't hoese oet edaone wazzen. Eur eigen kindere? Wee wazzen dat eigelek? Ze hadden d'r weinig of niks gin ummegank met, de leste joorn was d'r gin ene van de kindere meer bie'j

Albert en Naatjen ewest. Dat lag eigeluk net zovölle an Albert en Naatjen as an de kindere.

't Was ekommene ton twintig joor trugge Jan d'n jongsten zönne, de boerderie'je ovvernam, ne groten stal wol zetten en 't veurhoes wol vertimmren. Jan en ziene vrouwe Jo wollen d'r duftig met de grote biele inhouden en hadden völle geld neudig, ze wollen manges't kindsdeel dat ze tookwam hemmen, vader en mooder mosten maor naor 't darp verhuuzen. Maor d'r wazzen nog twee kindere, Herman en Riek. Herman was verkoopleider bie'j 'n groot computerbedrief in 't westen van 't land en laeven met ziene vrouwe Judith en de kindere op völs te groten voot, ze hadden ne zwoeren hypotheek en ok nog ne tweeden op euren luxen bungalow, alles hing van leningen an mekare. In eure kennissenkring ging 't allemaole teggen mekare an, d'n enen had nog ne groteren auto as d'n anderen, drie keer per jaor gingen ze zeker op vakantie, 't kosten allemaole hande vol geld. En ton Herman heuren dat Jan zien kindsdeel wollen hemmen en de olde

leu de deure oet wol doen, kwam d'r hoogoplopende ruzie. Zo hoge dat Herman ok zien deel wol hemmen. En dan was t'r Riek nog. Riek was in 't zuuden van 't land etrouwd met Rob, ne garageholder, ze hadden gin kindere en laefden umme te warken veur de garage. Dee garage was duftig uut- ebreid, allene de umzet in nie'je auto's veel teggen, de köste wazzen hoge en toen Riek van de trammelant thoes gewaar worden, wol dee ok eur kinsdeel hemmen, Rob zat d'r nog völle harder achteran.

Albert en Naatjen vonnen 't 'n bedreufd spul dat de kindere zovölle ruzie met mekare en met eur hadden over geld, 't leep zo hoge op dat d'n domneer d'r an te oasse kwam, maor den kon met ziene stichtekekke praot ok gin eenheid meer kriegen. De leste kere dat ze allemaole bie'j mekare an taofel zatten, was ton ze met hellige köppe bie'j d'n notaris zatten umme de handtekening te zetten onder de akte waarin de verdeling eregeld was. Jan mos zien breur en zuster oetbetalen, ton was e eigenaar van de boerderie'je, de olde leu kwammen in ne bejoordewonning in 't darp terechte.

En daor zatten ze dan; Albert en Naatjen in 't darp, Jan en Jo op de boerderie'je, Herman en Judith in 't westen van 't land en Rob en Riek in 't zuuden. Kontakt met mekare hadden ze nooit meer, uut fatsoen bellen ze vader en mooder op met 'n verjoordag en door bleef 't bie'j. At d'r ne brulfte of ne begraffenis was, worden d'r 'n kaartjen estuurd. En altied, at d'r op 'n verjoordag van Albert of Naatjen ebeld worden deur de kindere, prebeern, ze 't waer good te praoten. 't Lukken neet ummedat de ruzie völ te depe zat. Albert en Naatjen leden arg onder de ruzie in de familie, ze zaggen d'r nóg older uut as at ze al wazzen.

'n Paar keer wazzen ze op de boerderie'je bie'j Jan en Jo ewest, maor ze wazzen d'r neet in ekommene, d'r wazzen altied direkt weer woorden evallen en met träöne in de ogen wazzen Albert en Naatjen waer op 't darp an egaone. En ton ging op d'n aersten Karstdag de tellefoon, Naatjen leggen 't schellemes op de aerpele in 't muusken, vaegen de hande af an de mouwschorte en pakken veurzichtig de tellefoon op.

An de andere kante de stemme van eur bloodeigen dochter... Riek... Naatjen kon 't haoste neet geleuven... Of vader en moeder d'n anderen dag, tweeden Karstdag, met Riek en Rob argens hen aeten wollen, ze zollen wal langs kommen met d'n auto. Albert en Naatjen nammen de kans met beide hande an, ze konnen d'n Eersten Karstdag nargens anders meer an denken en over praoten as over 't aetentje dat ze Tweeden Karstdag zollen hemmen met Riek en Rob.

's Nachts dee'n ze zowat gin oge dichte en Tweeden Karstdag zatten ze al umme neggen uur in de beste klere kloor. Endelek, teggen half elvene, kwam d'r ne groten auto 't strätjten inrien, heel stille en Riek en Rob kwammen d'r oet. Albert en Naatjen hadden de veurdeure al ietsken los ezat, Riek en Rob gavven vader en moeder ne hand, 't weerzeen was emotioneel en de zakdeuke kwammen d'r an te passe. Rob had in 'n duur restaurant ne taofel besprokken. "Lao'w maor gaon, dan köw door wal wieter praoten," zae Riek met ne verstikte stemme.

In 't restaurant worden direkt deur d'n ober de taofel an ewezene maor, dat was wonder, d'r stonnen acht en ze wazzen toch maor met veer man...?! Albert en Naatjen vonnen 't vrömd, met veer man an ne half läöge taofele.

Ton ging de deure los en... kwammen Herman en Judith binnen. Riek en Rob gräölden, Naatjen begon te huulen en ok Albert mos onwies zienen neuze snoeven. "En dan bunt dee steule veur unze Jan en Jo?" vroeg Naatjen met trillende stemme. Ze had 't nog neet evraagd of daar kwammen ok Jan en Jo binnen en waer was t'r gesnotter en gesnoef, veural bie'j de vrouwleu. Rob en Riek hadden alles eregeld en beslottene dat 't maor 's uut mos wezzen met dee ruzie in de familie, ze wazzen allemaole intussen in baeter doon ekommen en ze wollen neet hemmen dat de olde leu in eur leste laevensjaoren getuuge mosten wezzen van zovölle trammelant tussen de kinder. Gelukkig dachten ze d'r allemaole zo over, d'r is heel wat af-epraot onder 't aeten en allemaole, gin ene oetgezonderd, hadden ze d'n mooisten Tweeden Karstdag van eur leaven.

Albert en Naatjen hebt nog paar joor met können maken dat iederene völle en in vrae bie'j mekare over de vloere kwam.



Oktoberfeest



Zondag 19 oktober was het bij Stegemanhof een feestdag! Het thema is Oktoberfeest. Vanmorgen begon het met Apfelstrudel bij de koffie en thee. Tussen de middag was er een heerlijk Oostenrijks menu. 's Middags bij het optreden van Bart van Loon waren er verschillende hapjes en sloten we de feestelijke middag af met een broodje braadworst. Bewoners en collega's hebben genoten van deze feestelijke dag met elkaar.

Waarom zo graag een witte kerst?

15 jaar geleden voor het laatst een witte kerst

We vallen maar gelijk met de deur in huis; de kans op een witte kerst dit jaar is klein. De kerstdagen van de laatste jaren waren, zeer zacht en vaak nat. De laatste witte kerst in ons land was in 2010, met hevige sneeuwval op beide kerstdagen. Veel mensen hebben een hekel aan sneeuw, gladheid (vaak binnen blijven voor ouderen uit angst voor valpartijen), files, bezoek dat af belt etc. Waarom verlangen we met zijn allen dan wel naar sneeuw met de kerstdagen.

Waar komt dat verlangen vandaan en hoe is dat ontstaan?

Volgens een Britse onderzoeker is het een "uitvinding" van de schrijver Charles Dickens (1812 – 1870) " I'm Dreaming Of A White Christmas", zingt Bing Crosby in zijn populair kerstlied. En hij is niet de enige die van een witte kerst droomt. De onderzoeker meldt dat in de verhalen van Dickens (bekend van o.a. het kerstverhaal ; A Christmas Carol) er vaak sneeuw ligt. Gek, omdat het in Engeland, net als in ons land, het bijna nooit sneeuwt met kerst. Volgens de onderzoeker sneeuwde het in de jeugdijaren van de schrijver wel met kerst, dat heeft hij in zijn verhalen verwerkt. Vandaar dat we nu met zijn allen dromen van een witte



kerst. De weerberichten bij de verschillende tv programma's beginnen al ruim van te voren met berichtgevingen over kansen op een witte kerst. In Engeland kan er zelfs gegokt worden op sneeuw met de kerst. Kerstkaarten (als ze al verstuurd worden) tonen vaak een mooi plaatje met een wit sneeuwdek. Een deken van sneeuw heeft blijkbaar iets moois. Op kerstavond onder de vallende sneeuw je een weg banen naar de nachtmis. Op Eerste Kerstdag de gordijnen opendoen en zien dat de struiken, bomen en geparkeerde auto's onder het sneeuw zijn verdwenen, dat heeft iets magisch.

Kans op een **Elfstedentocht** deze winter is statistisch gezien groter dan een witte kerst. 15 keer een Elfstedentocht sinds 1909. Acht keer een witte kerst sinds 1901.

Wat is nu een **witte kerst** volgens het KNMI? Het is een witte kerst als er op beide kerstdagen in De Bilt, waar het KNMI is gevestigd, een gesloten sneeuwdek is gemeten.

Wat is een witte kerst?

Volgens de definitie van het KNMI is het een witte kerst als er op beide kerstdagen in De Bilt om 9.00 uur in de ochtend een gesloten sneeuwdek is gemeten. Is een groene kerst dan helemaal niks? Nou, we zullen er maar aan moeten wennen dat de kans op een groene kerst erg groot is in dit tijdperk. We willen wel allemaal een groen voorjaar, maar geen groene kerst. Best gek want groen is in de natuur de meest voorkomende kleur planten zijn groen doordat ze chlorofyl bevatten. Daarom wordt groen vaak geassocieerd met nieuw leven, en is dat nu net niet de gedachte van de kerst?

Door Wim Ruesink

Winterdranken

Wanneer de kou langs ramen sluipt,
en buiten elke boom verstuft,
dan kruipt de warmte in een kop,
een slok die traag de stilte stopt.
Een mok met chocolademelk,
zo dik als room, zo zacht als melk.
Met marshmallows als sneeuw zo licht,
een glimlach op elk kindergezicht.
Kaneel die door de cider danst,
een geur die aan december grenst.
Gember sist in hete thee,
een toverdrank voor kou en wee.
Glühwein zingt van kerstlichtglans,
in kruidnagel een winters dans.
De whisky glanst in koffie zwart,
en smelt de kou recht uit je hart.
Een chai met wolken melkschuim boven,
doet zelfs de wind iets zachter doven.
En gouden melk met kurkuma,
bewaart de rust van Boeddha's la.
Dus hef je beker, proost op kou,
want winterdrankjes zijn je trouw.
Ze warmen lijf, ze warmen geest,
ze maken elke dag een feest.



Najaarsmarkt



Herfstrit

Woensdag 22 oktober hebben bewoners van Stegemanhof een herfstrit gemaakt. Vrijwilligers René en Ans hebben een mooie route uitgezet van rond de 45 km. In de ochtend en in de middag zijn de bewoners mee geweest met de herfstrit. Bewoners vertelden dat ze het een prachtige rit vonden en dat de natuur erg mooi is.

4 Oktober was er een mooie najaarsmarkt in Beth San. Helaas kon het niet in de tuin plaats vinden vanwege de verwachte regen en wind. Maar binnen was ook heel gezellig druk met diverse kramen, muziek en oliebolletjes. Dank je wel aan de sponsoren van Huuskes, Bakkerij Vaags, Altijd bloemen en Herwes. Dankzij hun bijdrage en goede hulp van Stichting Vrienden Beth San, vrijwilligers en de komst van zoveel bezoekers kijken we terug op een geslaagde middag.

Chocolademelk

Ingrediënten:

2 kopjes melk (je kunt ook amandel- of havermelk gebruiken)
2 eetlepels cacao poeder
2 eetlepels suiker (of meer naar smaak)
1/4 theelepel vanille-extract (optioneel, maar het maakt het extra lekker!)
Snufje zout
Slagroom of marshmallows (optioneel voor de topping)

Bereiding:

Verwarm de melk: Zet een kleine pan op middelhoog vuur en verwarm de melk totdat deze bijna kookt. Roer af en toe om te voorkomen dat het aanbrandt.
Maak de chocoladesaus: Meng in een klein kommetje de cacao poeder, suiker, vanille-extract en een snufje zout. Voeg een klein beetje melk toe om een glad papje te maken. Dit zorgt ervoor dat de cacao mooi oplost in de melk zonder klontjes.
Combineer de ingrediënten: Giet het cacao-suikermengsel in de pan met verwarmde melk. Roer goed door totdat alles mooi gemengd en goed opgewarmd is. Als je de chocomelk zoeter wilt, kun je nog wat extra suiker toevoegen.
Serveren: Giet de chocomelk in een mok en



garneer met slagroom, marshmallows of een beetje geraspte chocolade voor extra lekkers!

Glühwein

Glühwein is een klassieke Duitse en Oostenrijkse winterdrink, perfect voor koude avonden! Het is een warme, gekruide wijn die vaak met kerst en op markten wordt geserveerd. Hier is een recept en de bereidingswijze:

Ingrediënten:

1 fles droge rode wijn (750 ml) – een wijn zoals Merlot of Cabernet Sauvignon werkt goed, maar je kunt ook een lichtere wijn gebruiken.
1 sinaasappel (in schijven gesneden)
2 kaneelstokjes
5-6 kruidnagels
3-4 steranijs (optioneel)
1 theelepel vanille-extract (optioneel)
1 stukje verse gember (ongeveer 5 cm, in plakjes gesneden – optioneel)

Bereiding:

Opwarmen: Giet de wijn in een grote pan en zet op laag vuur. Zorg ervoor dat de wijn niet kookt, anders verdampt de alcohol en verliest het zijn smaak.
Voeg de specerijen en citrus toe. Laten trekken. Proef en pas aan: Proef de glühwein en voeg eventueel wat extra suiker of kruiden toe naar smaak.
Serveren: Zeef de glühwein om de specerijen en fruit te verwijderen en serveer de warme glühwein in hittebestendige glazen of mokken. Garneer eventueel met een schijfje sinaasappel of kaneelstokje.
Proost, en geniet van je huisgemaakte glühwein!



CIRKNUUS

Vandaag hebben bewoners van Beth San woonzorg, groepswonen en dagcentrum mogen genieten van een circus voorstelling door team Cirknus. Het Grand Café was als een heuse circus piste omgetoverd. Veel bewoners waren onder de indruk van hun acts. De middag werd afgesloten met heerlijke snacks.



Kerstverhalen van toen en nu

Over wonderen, warmte en eeuwenoude tradities

De dagen zijn kort, de lampjes branden weer in de straten en de geur van dennen en koek vult de lucht. Kerst is een tijd van samen zijn, van herinneringen en verhalen. Want wat zou kerst zijn zonder een mooi kerstverhaal, of dat nu uit de Bijbel komt, uit een boek, of gewoon uit ons eigen leven?

Het eerste kerstverhaal

Het bekendste kerstverhaal is natuurlijk dat van de geboorte van Jezus in Bethlehem. Een eenvoudig verhaal over een kind dat geboren werd in een stal, onder een heldere ster, met herders en engelen die het goede nieuws verkondigden.

Dat verhaal vormt nog steeds het hart van de kerstviering voor miljoenen mensen. De kerststal die we in veel huiskamers zien, met Jozef, Maria, het kindje Jezus, de os, de ezel en de drie wijzen, komt rechtstreeks voort uit dit eeuwenoude verhaal.

Wist u dat de eerste echte kerststal werd gemaakt door Franciscus van Assisi, al in het jaar 1223? Hij wilde mensen laten zien hoe eenvoudig en warm het kerstverhaal eigenlijk was. Sindsdien zijn kerststallen niet meer weg te denken.

Het kerstverhaal van Dickens

Een ander beroemd kerstverhaal is A Christmas Carol van de Engelse schrijver Charles Dickens. Het verscheen in 1843, maar wordt nog altijd gelezen, gespeeld en verfilmd.

Het vertelt over de gierige zakenman Ebenezer Scrooge, die alleen aan geld denkt en niets moet hebben van kerst. Totdat hij op kerstavond bezoek krijgt van drie geesten - van het verleden, het heden en de toekomst - die hem laten zien wat hij is kwijtgeraakt. Uiteindelijk verandert Scrooge in een vriendelijk en gul mens. Dickens' verhaal raakte een gevoelige snaar. In de 19e eeuw, toen armoede groot was, herinnerde het mensen eraan dat kerst niet draait om rijkdom, maar om goedheid, vergeving en warmte. Veel van onze moderne kerstgewoonten, zoals aandacht voor anderen en liefdadigheid, zijn door A Christmas Carol extra populair geworden.

Kerst in Nederland

Ook in Nederland bestaan prachtige kersttradities en verhalen. In veel dorpen werd vroeger op kerstavond samen gezongen rond de kerk of de kerstboom op het plein. De kerstnachtsdienst was voor velen een hoogtepunt, en daarna werd thuis chocolademelk gedronken met een sneetje kerstbrood.

In sommige streken, vooral in het oosten van het land, kende men de traditie van de "kerstboom in de kerk" of het "kerstvuur"; een groot brandend rad of een houtvuur dat symbool stond voor licht in de donkere tijd. En wie is er niet opgegroeid met de verhalen van Anton Pieck, Dick Bruna of Annie M.G. Schmidt, die kerst vaak gebruikten als moment van warmte en verwondering in hun boeken?

Kerstverhalen uit andere landen

Over de hele wereld bestaan bijzondere kerstverhalen.

In Scandinavië vertellen ze over de "Julenissen", een soort kerstkabouter die cadeautjes brengt, maar alleen als het huis netjes is en de mensen vriendelijk.

In Mexico vieren ze Las Posadas, een herdenkingsfeest waarbij mensen negen dagen lang naspelen hoe Maria en Jozef onderdak zochten.

En in Italië brengt niet alleen de kerstman cadeautjes, maar ook La Befana, een vriendelijke oude vrouw die op 6 januari langs de huizen komt.

In veel landen draait het om hetzelfde gevoel: licht brengen in donkere dagen, en samen vieren dat er hoop is, hoe koud of donker het buiten ook mag zijn.

Het kerstverhaal in onszelf

Naast de bekende verhalen heeft iedereen zijn eigen kerstverhaal. Misschien herinnert u zich nog de eerste kerstboom die u als kind mocht versieren, of die ene witte kerst waarop u met familie door de sneeuw liep. Soms zit het mooiste kerstverhaal niet in een boek, maar gewoon in onze herinneringen, in kleine momenten van aandacht, een lach, of een warme hand. Zoals Charles Dickens ooit schreef:

"I will honour Christmas in my heart, and try to keep it all the year."

("Ik zal de kerstgedachte in mijn hart bewaren en proberen haar het hele jaar vast te houden.")

En dat is misschien wel het mooiste kerstverhaal van allemaal.

Leuke kerstweetjes

- De eerste kerstboom in Nederland stond waarschijnlijk rond 1830 in Den Haag, bij een Duitse familie.
- Kerstkaarten werden populair dankzij koningin Victoria, die in 1843 de eerste officiële kerstkaart liet drukken.
- Het kerstdiner met kalkoen komt oorspronkelijk uit Engeland, maar in Nederland was vroeger hazenpeper of stoofvlees met rode kool gebruikelijk.
- De kerstster (de plant) komt uit Mexico. Daar heet hij "Flor de Nochebuena" – bloem van de heilige nacht.

Kortom: kerstverhalen verbinden mensen, of ze nu over wonderen, geesten, engelen of gewone mensen gaan. Ze herinneren ons eraan dat licht en warmte niet vanzelfsprekend zijn, maar des te waardevoller als we ze delen. Dus steek een kaarsje aan, pak een dekentje, en laat u deze kerst meenemen in een verhaal vol licht, hoop en een vleugje magie.



DE STILLE PRACHT VAN DE WINTER



Over hoe de natuur rust neemt, maar nooit écht stilstaat

De winter is een bijzonder seizoen. Voor veel mensen is het een tijd van warmte binnenshuis; een kop thee, een dekentje, misschien een puzzel of een goed boek. Buiten lijkt het leven tot stilstand te komen. De bomen staan kaal, de bloemen zijn verdwenen en het gras is bevroren. Toch is dat maar schijn: de natuur is nog altijd volop in beweging, alleen op een rustigere toon.

De natuur in ruststand

De winter is voor veel dieren en planten een periode van rust en overleven. Egels en vleermuizen houden hun winterslaap, goed verscholen in een holletje of op een beschutte plek. Hun lichaamstemperatuur daalt, hun hartslag vertraagt en ze gebruiken bijna geen energie meer. Zo komen ze de koude maanden door zonder voedsel te zoeken.

Andere dieren, zoals eekhoorns, blijven wel wakker, maar hebben in de herfst een slimme voorbereiding getroffen. Ze hebben eikels en nootjes verzameld en verstopt op allerlei plekken. Toch vergeten ze vaak waar ze die allemaal hebben begraven. En dat is maar goed ook, want uit die vergeten nootjes groeien in het voorjaar soms nieuwe boompjes. Zo helpen eekhoorns, zonder het te weten, mee aan het planten van nieuwe bossen!

Vogels: reizigers en blijvers

Niet alleen mensen trekken graag naar warmere oorden. Veel vogels doen dat ook. Denk aan de zwaluwen, die in de herfst richting Afrika vliegen. Maar wist u dat er in de winter ook nieuwe vogels naar ons toe komen?

Vanuit Scandinavië en Rusland komen wintergasten zoals de kramsvogel, koperwiek en de barmsijs naar Nederland. Ze zoeken hier beschutting en voedsel. Vooral in tuinen met bessenstruiken en vetbollen is het een drukte van belang. Ook roodborstjes laten zich vaak zien, maar let op: het roodborstje dat u in de winter in uw tuin ziet, is waarschijnlijk niet dezelfde als die van de zomer, onze "eigen" roodborstjes trekken namelijk naar Zuid-Europa, en hun noordelijke soortgenoten nemen hun plaats hier in.



De slimme trucjes van planten en bomen

Planten lijken dood in de winter, maar dat is bedrog. De meeste vaste planten trekken zich terug in hun wortels, diep onder de grond, waar het niet bevroert. Zodra de dagen weer langer worden, schieten ze opnieuw omhoog. Bomen hebben ook hun eigen wintertrucs. In de herfst laten ze hun bladeren vallen om waterverlies te voorkomen. Hun sapstroom vertraagt, waardoor ze beter tegen de kou kunnen. Sommige bomen, zoals de berk en de den, zijn zelfs een beetje "antivries", hun cellen bevatten stoffen die bevriezing helpen voorkomen.

Leven onder de sneeuw

Sneeuw is niet alleen mooi om te zien, het is ook nuttig. Een dikke laag sneeuw werkt als een deken: ze houdt de warmte vast in de grond en beschermt planten en kleine dieren tegen de vrieskou. Onder het witte tapijt is het vaak een paar graden warmer dan erboven! En wie goed kijkt, kan in de sneeuw veel ontdekken. Sporen van een konijn, een vogel of misschien een vos vertellen verhalen van het nachtelijke leven dat zich afspeelt terwijl wij binnen zitten bij de kachel.

De charme van een winterwandeling

Er is weinig zo verfrissend als een wandeling in de winter. De lucht is helder en fris, en het zachte winterlicht maakt alles een beetje sprookjesachtig. Het gekraak van rijp onder je schoenen, het gefluit van een merel die alvast oefent voor het voorjaar - de winter biedt stilte én schoonheid.

Tip: neem eens een stukje broodkruim of wat ongezouten pinda's mee voor de vogels, en u zult zien hoe dankbaar ze zijn. Vogels verbruiken veel energie om warm te blijven, en een klein beetje extra voedsel kan echt verschil maken.



Winterse weetjes

- Een roodborstje verdedigt zijn winterterritorium fel; soms zelfs tegen zijn eigen spiegelbeeld!
- In de winter is de lucht vaak helderder, waardoor sterren beter zichtbaar zijn. Op koude, windstille avonden kunt u de sterrenpracht beter zien dan in de zomer.
- Sommige bomen, zoals de els en de hazelaar, beginnen al in januari met het vormen van hun katjes: de eerste tekenen van de lente!
- De spreeuw, die in de zomer in groepjes rondscharrelt, vormt in de winter enorme zwermen die prachtige patronen in de lucht maken. Dat heet een spreeuwenwolk of murmuratie.

Tot slot: rust en belofte

De winter lijkt misschien een slapend seizoen, maar in werkelijkheid bereidt de natuur zich voor op een nieuw begin. Onder de grond, in de knoppen en in de nesten, ligt het leven klaar om te ontwaken zodra de zon weer wat hoger klimt. Dus ook al is het koud en stil, de winter is vol leven, warmte en belofte. Trek eens een dikke jas aan, stap naar buiten, en luister naar het zachte fluisteren van de natuur die even rust neemt... maar nooit helemaal stilvalt.

Zorg van nu en morgen

Samen in gesprek over Zorg en Zeggenschap

De Centrale Cliëntenraad (CCR) organiseerde op 29 oktober weer een Ontmoetingsdag Medezeggenschap. Het thema van deze dag was "Zorg van nu en morgen – Samen in gesprek over Zorg en Zeggenschap". Een dag waarop leden van cliëntenraden met elkaar en met gastsprekers in gesprek gingen over de toekomst van de zorg. De CCR kijkt terug op een waardevolle dag met mooie ontmoetingen, open gesprekken en nieuwe ideeën.

Anders Doen - De ondersteuningscirkel in de praktijk

De ochtend stond in het teken van "Anders Doen!", want de zorg verandert. De deelnemers werden door mevrouw Veerbeek, regiomanager bij Marga Klompé en mevrouw Driezes, adviseur kwaliteit/projectmedewerker Willebrordhof bij Marga Klompé, meegenomen in de veranderingen

binnen de zorg. Deze veranderingen vragen veel van de medewerkers, cliënten, bewoners en hun naasten. Het is belangrijk om anders te gaan werken met als doel dat iedereen, nu en in de toekomst, de zorg krijgt die bij hem of haar past. Aan de hand van het Generiek Kompas en de ondersteuningscirkel werd uitgelegd hoe de zorg aansluit bij de wensen, mogelijkheden en leefstijl van de cliënt en bewoner. Tijdens het interactieve deel van de ochtend kwam steeds hetzelfde terug: het belang van het goede gesprek tussen bewoner, naaste en zorgmedewerker. Tijdens de paneldiscussie Time to Talk! deelden cliëntenraadsleden ervaringen uit de praktijk. Ze spraken over eigen regie, verantwoordelijkheid, vertrouwen en het zoeken naar balans tussen zorg geven en ruimte laten. Want ook al verandert de manier waarop zorg wordt georganiseerd, het gaat altijd om mensen die samen zoeken naar wat past.



Samen werken aan de toekomst

In de middag stond de blik op de toekomst centraal. De heer Meulenberg, lid raad van bestuur, lichtte de koers van Marga Klompé toe en hoe hieraan wordt gewerkt. Hieruit blijkt hoe belangrijk samenwerking is met cliënten, bewoners, naasten, medewerkers en vrijwilligers maar daarnaast ook met gemeenten, woningcorporaties en andere netwerkpartners. Daarna gingen de aanwezigen in kleine groepen aan de slag. Aan de hand van drie vragen bespraken zij waarom ze lid zijn van de cliëntenraad, welke thema's ze belangrijk vinden en hoe zij graag betrokken worden bij plannen en besluiten. De gesprekken leverden waardevolle inzichten op. Thema's als communicatie, betrokkenheid en het welzijn van de cliënten en bewoners kwamen veelvuldig voorbij.

In gesprek blijven

Tijdens de informele afsluiting klonk waardering voor de open sfeer en de betrokkenheid van iedereen. De ontmoetingsdag liet opnieuw zien hoe waardevol het is om samen in gesprek te zijn. Door ervaringen te delen, elkaar te inspireren en samen te leren, bouwen we stap voor stap aan een zorg van nu en morgen waarin de stem van de cliënt gehoord wordt.

Wilt u meer weten over het werk van de cliëntenraad of van de centrale cliëntenraad? Of wilt u een keer vrijblijvend aansluiten als toehoorder? Mail of bel gerust naar het Bureau Ondersteuning Cliëntenraden.

Mail: seccr.clientenraden@szmk.nl

Tel: 06 13 11 44 17

Een vriendelijk woord verwarmt drie wintermaanden

De winter heeft zijn intrede weer gedaan: lange, koude avonden, korte dagen, en het ritmische tikken van regen tegen de ramen. Het is die tijd van het jaar waarin de behoefte aan warmte en licht sterker voelt dan ooit. We verlangen naar gezelligheid, naar de knusheid van binnen en naar de lichtjes die het duister verdrijven. Maar winter betekent niet alleen kou van buiten; voor velen is het ook een tijd waarin eenzaamheid en stilte zich sterker laten voelen.

In zulke tijden kan het makkelijk gebeuren dat we onszelf verliezen in de schemering van de winter. De dagen lijken eindeloos, vooral als we meer tijd binnenshuis doorbrengen en elkaar minder opzoeken. Juist dan is het belangrijker dan ooit om verbinding te zoeken.

Ik kwam een Japans spreekwoord tegen dat me raakte: 'Een vriendelijk woord verwarmt drie wintermaanden.' Wat betekent dat eigenlijk? Voor mij gaat het om de kleine gebaren die het verschil maken in iemands dag.

Het klinkt misschien simpel – en dat is het ook: in de eenvoud ligt juist de kracht. Een vriendelijk woord hoeft niet groot te zijn. Het kan zo simpel zijn als een glimlach, een vraag hoe het gaat, een kort gesprek over een herinnering, of gewoon even de ruimte geven zodat iemand zich gehoord voelt. Soms weten we niet eens wat onze woorden of daden voor een ander betekenen.

Een oud klasgenoot vertelde me jaren geleden dat ik haar eens een fijne avond had gewenst, net nadat we het klaslokaal verlieten. Op dat moment kon ik me de avond niet goed herinneren, maar zij

zei: 'Je noemde mijn naam en wenste me een fijne avond, precies op de dag dat ik me afvroeg of ik wel onderdeel uitmaakte van de klas.' Het raakte me dat zulke eenvoudige woorden zoveel voor haar betekenden. Die woorden waren niet zomaar een wens, maar gaven haar het gevoel van gezien en gehoord worden, en het besef dat er iemand aan haar dacht.

In de winter trekken we ons vaak terug in onze warme bubbel. Toch zie ik hierin een uitnodiging om stil te staan bij de mensen om ons heen. De kou buiten hoeft niet te betekenen dat we ons ook emotioneel moeten afsluiten. Integendeel, dit is het seizoen waarin we elkaar harder nodig hebben dan ooit.

Vriendelijke woorden kunnen de afstand verkleinen, zorgen wegnemen en de warmte en verbondenheid brengen die we soms zo nodig hebben.

Laten we deze winter niet alleen de kachel op de hoogste stand zetten, maar ook warmte verspreiden door de kleine dingen die we voor elkaar kunnen doen. Laten we de kracht van een glimlach, een vraag, of een vriendelijk woord verspreiden als een vuur. Want wie weet hoe lang iemand zich kan verwarmen aan zo'n ogenschijnlijk klein gebaar.

Met een hartelijke groet namens de vakgroep geestelijke verzorging,

Naomi Bruil – Pontier



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